Kvaglund Kirke

Livsforvandlende fællesskab

Tro i hverdagen

LIVSRYTMER / SIDE 2

FÆLLES OM HVERDAGSTROEN / SIDE 3

KOMMENDE ARRANGEMENTER / SIDE 4

HVORDAN SER TRO I HVERDAGSLIVET UD FOR DIG? / SIDE 5

HVORDAN UNDERSTØTTER TEKNOLOGIEN TRO I DIT HVERDAGSLIV? / SIDE 6

KAN VI TALE OM TRO? / SIDE 7

GUDSTJENESTER / SIDE 8

LIVSRYTMER

For nogle år siden anskaffede jeg mig et fitnessarmbånd. Det kan tracke min puls døgnet rundt og på den baggrund give mig anvisninger for, hvor meget jeg skal sove, hvor hårdt jeg kan træne osv.

Det har særligt været en øjenåbner, hvor meget søvn jeg faktisk har brug for, hvis jeg vil være helt udhvilet dagen efter. Jeg har fundet ud af, at jeg før var i konstant søvnunderskud. Øjnene blev tunge, hvis jeg skulle læse en bog eller sidde stille og lytte koncentreret i mere end et kvarter ad gangen. Men sådan var det jo bare. Jeg havde vænnet mig til et liv i kronisk søvnunderskud. Nu har jeg en ekstern kilde, der fortæller mig, hvornår det vil være en god ide at gå i seng (oftest mindst en halv time tidligere end jeg plejede) og det har været ret så revolutionerende at opleve, hvordan det er at være veludhvilet.

Det er på en måde helt skørt, at jeg skal have en teknisk dims på armen for at finde ud af, at jeg sover for lidt og ikke får nok hvile. Jeg tror, det hænger sammen med, at vi har fået skabt et samfund, hvor der er stadig mere og mere fart på. Konstant bliver vi bombarderet med indtryk og stimuli, særlig fra nogle af de andre elektroniske hjælpemidler, som jo ellers skulle gøre hverdagen lettere for os. Vores smartphones, iPads, og hvilke skærme vi ellers bruger, kalder konstant på vores opmærksomhed, så meget, at vi måske ville have godt af at standse op og spørge, hvem eller hvad det egentlig er, der sætter dagsordenen for vores liv.

Har jeg sat mig ned og defineret for mig selv, hvilke livsrytmer jeg gerne vil følge? Hvor meget jeg gerne vil være nærværende over for min ægtefælle, mine børn og mine venner? Har jeg sat grænser for, hvor meget tid jeg vil bruge på "tom" underholdning? For hvis vi ikke bevidst definerer en form for livsrytme for os selv, så er der mange andre eksterne kilder, som gerne vil gøre det for os.

En af de allerførste ting, der optager vores bibel, og som man kan læse om på de allerførste sider, er netop livsrytme. Først lærer vi, at Gud sætter grænse mellem lys og mørke. Der er en gudgiven rytme vævet ind i vekselvirkningen mellem lys og mørke. Der er en tid til aktivitet, og der er en tid til hvile og inaktivitet.

Senere hører vi om, hvordan Gud selv har brug for hvile på den syvende dag. Vores ugerytme, med dage sat af til arbejde og produktivitet, efterfulgt af dage til hvile og rekreation, er også gudgiven. Ældgamle gudgivne mønstre og livsrytmer, som jeg tror har mere relevans end nogensinde i et samfund, som bliver mere og mere grænseløst.

Så måske skal vi ikke alle sammen investere i fitnessarmbånd, men mon ikke vi alle sammen vil have godt af at give vores livsrytmer et servicetjek. Måske der var mere livsvisdom at hente i den der gamle bog.

Jakob Wilms Nielsen
sognepræst

KVAGLUND KIRKE
Kvaglundparken 18
6705 Esbjerg Ø
Tlf. 75 14 10 66
E-mail: info@kvaglundkirke.dk
www.kvaglundkirke.dk

GUDSTJENESTE
Hver søndag kl. 10.30,
med mindre andet er planlagt

KIRKENS ÅBNINGSTIDER
Mandag-torsdag mellem kl. 9.00 og 16.00
Fredag er kirken åben mellem kl. 9.00 og 13.00

KIRKEKONTOR (fælles med Jerne Kirke)
Møllebakken 2, 6705 Esbjerg Ø
Tlf. 76 10 46 30
E-mail: kvaglund.sogn@km.dk
Mandag-onsdag kl. 9.00-12.30,
torsdag kl. 14.00-17.00, fredag lukket

FOTOS
Gert Lorenzen Balle
Jørgen L. Jensen (forsidebillede)
Samt private fotos

LAYOUT
Henrik Engedal
www.kirkeblad.nu

FÆLLES OM HVERDAGSTROEN

Min fællesskabsgruppe er min følgesvend. Det er en kombination af mad- og snakkeklub, hvor vi mødes cirka hver 14. dag på skift i hjemmene. Vi er tre par, og hver gang vi mødes, spiser vi sammen, har masser af hyggelige samtaler og deler åbent med hinanden, hvad der sker i vores liv – både glæder og bekymringer. Det giver os mulighed for at glæde os med hinanden, når det går godt, men også at støtte hinanden i forbindelse med daglige eller særlige udfordringer. Denne tid er ikke blot en social aktivitet, men også en vigtig del af, hvordan jeg lever min tro ud i hverdagen.

For mig er det afgørende at tage troen på Gud med i hverdagen, ikke blot som en personlig overbevisning, men som en guide for, hvordan jeg møder og behandler mennesker omkring mig. Jeg ved, at Gud elsker hver eneste person, jeg møder, og derfor er det vigtigt for mig at udvise kærlighed og respekt i mine relationer. Det er specielt vigtigt for mig i mødet med børn. Jeg ønsker, at de skal vide, at de er uendelig meget værd. Derfor har jeg valgt at engagere mig i Folkehuset Kvaglund, hvor jeg står for den kreative café for børn og er med til at arrangere Sommerfest for børn. Hvis min indsats kan bidrage til, at de føler sig elsket og værdsat, så er det det hele værd.

Min fællesskabsgruppe spiller en central rolle i denne stræben. Fællesskabsgruppen fungerer nemlig også som en uvurderlig sparringspartner for, hvordan vi lever vores tro ud. Vi opmuntrer hinanden, beder sammen og finder løsninger på, hvordan vi kan have Gud med i hverdagen og kan handle kærligt og respektfuldt. Når vi samles, beder vi sammen om de udfordringer, vi står overfor, og diskuterer måder, hvorpå vi kan handle i overensstemmelse med vores tro. Et konkret eksempel på dette var, da gruppen var med til at bede for Sommerfesten, og flere af dem også valgte at være frivillige under arrangementet.

På den måde hjælper min fællesskabsgruppe mig med at fastholde fokus på det, Gud har lagt på mit hjerte, og opmuntrer mig til at handle på det. Deres opbakning, bønner og sparring er værdifuld, da de gør det lettere for mig at finde konkrete måder at leve min tro ud på. Denne fælles støtte giver mig ikke blot mod og inspiration, men også en følelse af samhørighed. Jeg er ikke alene om at leve min tro i hverdagen, men har et fællesskab, der deler denne rejse og sammen styrker vores hverdagstro.

Birthe Marie Rasmussen

MERE INFORMATION?

Vil du gerne vide mere om fællesskabsgrupper i kirken? Eller kunne du tænke dig at komme med i en fællesskabsgruppe? Kontakt daglig leder Maibritt Thyssen på info@kvaglundkirke.dk

KOMMENDE ARRANGEMENTER

Du finder flere detaljer og flere aktiviteter på www.kvaglundkirke.dk. Der kan ske uforudsete ændringer. Hold derfor øje med hjemmesiden og de sociale medier

BUSK-gudstjeneste

DEN 6. OKTOBER KL. 10.30

BUSK står for Børn, Unge, Sogn og Kirke. Alle børn, unge, familier, bedsteforældre, forældre og alle i sognet inviteres med til BUSK-gudstjeneste. Gudstjenesten er sammensat til børn, og prædiken og sange er i børnehøjde. Vi ses til gudstjeneste i Kvaglund Kirke.

Spize fællesskabsaften

DEN 25. OKTOBER OG 22. NOVEMBER KL. 18.00 - 20.00

Kom med i et fællesskab på tværs af generationer og nationaliteter. Prøv spændende mad fra forskellige kulturer. Spize fællesskabsaften giver anledning til at være sammen på tværs af kulturer og religion, Vil du lære nye mennesker at kende, og vil du spise sammen i et fællesskab, så kom ned i Folkehuset Kvaglund til Spize.

Gospelkorets Julekoncert

DEN 26. NOVEMBER KL. 19.30

En tradition skal holdes ved lige, og selvfølgelig holder Kvaglund Kirkes Gospelkor også igen i år deres årlige julekoncert. Kom i julehumør med julemusik sunget af gospelkoret.

Dørene åbner kl. 19.00. Der er gratis entré, men der samles ind til et velgørende formål.

Affaldsindsamling (Elsk Kvaglund)

DEN 28.OKTOBER KL. 16.00 - 18.00

Elsk Kvaglund er igen klar til at gøre Kvaglund lidt kønnere. Men vi har brug for hjælpende hænder. Så har du tid og lyst til en gåtur, at få en snak med nye mennesker, eller blot opleve naturen, mens du gør den kønnere, så håber vi meget på at se dig til affaldsindsamlingen. Vi slutter med at spise pizza sammen i Folkehuset Kvaglund.

Risengrødsgudstjeneste

DEN 27.NOVEMBER KL. 17.00 - 19.00

Tag familien under armen til gudstjeneste i Kvaglund Kirke og bliv forkælet med en god portion risengrød efterfølgende. Gudstjenesten er arrangeret i børnehøjde, og alle kan være med.

VOXPOP

HVORDAN SER TRO I HVERDAGSLIVET UD FOR DIG?

”Tro i hverdagslivet for mig er på en eller anden måde indblandet i de fleste ting, jeg laver, fordi troen på Gud har så stor betydning for mig. En af de ting, som jeg er rigtig glad for, er at snakke med Gud løbende gennem dagen i de forskellige ting, jeg laver. På den måde oplever jeg faktisk, at jeg aldrig er alene, og jeg bliver mindet om Guds uendelige kærlighed til mig og til de mennesker, jeg møder. Hjemme i familien hører vi ofte sange, som på den ene eller anden måde handler om Gud – vi hører særligt mange børnesange, som mine børn og jeg er vilde med at danse til – så har vi vores egen lille fest sammen med Gud.” :)

Mathilde Krüger

”Tro i hverdagslivet er for mig først og fremmest bøn. Jeg beder en bøn, når jeg vil takke Gud for alt det gode i livet, og jeg beder en bøn, når der er noget, jeg er bekymret for. Jeg føler, at Gud lytter til mine bekymringer. Bøn er som en løbende samtale med Gud. Gudstjenester og fællesskaber styrker også troen i hverdagen. Jeg synes, troen bliver styrket ved hver gudstjeneste, man kommer til, og i fællesskaberne deler vi interesser og tanker om både det ene og det andet.”

Anna-Grethe Østergaard

”Tro i hverdagslivet er for mig det at være anderledes. I virkeligheden er vi alle jo anderledes fra hinanden. Du og jeg er ikke ens, du er mere anderledes end mig, og jeg end dig. Alligevel er det, at tro på Jesus, for mig der, hvor jeg bliver ekstraordinær i forhold til mange af mine arbejdskolleger. Det betyder ikke, at jeg er bedre, men at Jesus har skabt et brændende håb, som fylder mit hjerte. Tro i min hverdag betyder, at jeg har et fast holdepunkt, et fast håb. Det gør mig ikke frygtløs i min hverdag, men det giver mig et sted, hvor jeg kan lægge mine bekymringer. Jeg har et håb om en lys fremtid. En evig, fantastisk fremtid hos Gud.”

Mike Ager Birkmose Andersen

VOXPOP

HVORDAN UNDERSTØTTER TEKNOLOGIEN TRO I DIT HVERDAGSLIV?

”Min første tanke er, at teknologi ikke kan erstatte Biblen som fysisk bog. Når det så er sagt, så er det min mobiltelefon, jeg altid har ved hånden, og med en internetforbindelse har jeg mulighed for at søge på alt mellem himmel og jord – også Guds nærvær. Det er vigtigt for min hverdagstro at holde mig tæt til Jesus og lade mig fylde af ham. Det oplever jeg selv bedst ved at være omgivet af lovsang. På bilturen til arbejde lytter jeg, via bilens Bluetoothforbindelse, ofte til en telefonandagt eller spiller lovsang via YouTube eller musiktjenesten Spotify. Hvis jeg skal på familiebesøg en søndag og skal køre ”i kirketiden”, bruger jeg også YouTube til at streame en gudstjeneste. Ellers putter jeg gerne et par headsets i ørerne og lytter til en prædiken, lydbog eller lovsang, som motiverer mig til at fortsætte lidt længere med rengøringen og havearbejdet.”

Dina Bjørn Mikkelsen

”Jeg modtager dagens bibelvers på sms fra Jesusnet.dk. Det reflekterer og beder jeg over på morgenens gåtur med hunden. Det er virkelig en dejlig start på dagen Det sker ret ofte, at jeg har min lovsangsplayliste kørende, mens jeg ordner praktiske ting i huset om aftenen, eller jeg streamer et møde, en gudstjeneste eller livelovsang. Under coronaen blev der pludselig mange flere muligheder for at livstreame gudstjenester, andagter, møder osv. For mig var det nok coronaen, der fik sat skub i det, og hvor jeg opdagede værdien af de forskellige onlinetilbud, når muligheden for at samles fysisk ikke var til stede.”

Yvonne Søndergaard Larsen

”For mig betyder teknologi en del, når jeg har tid med Gud. Jeg læser mest i biblen i bibel-appen på min telefon, og nyder virkelig at høre lovsange på Spotify og andre tjenester. Den måde er den nemmeste og rareste for mig at connecte med Gud. Derfor synes jeg virkelig, at det er vigtigt med adgange til de muligheder, og at det er fedt. Dog synes jeg også, at man skal være påpasselig med, hvad man hører og ser på de sociale medier om sin tro og biblen. Jeg synes, at det vigtigt, at vi også har det ”virkelige liv” til at reflektere og snakke med folk om det, man ser og læser. Og så kan man jo også bruge sociale medier til at snakke og ringe med sine venner om det, man læser i bibelen, eller prædikener, som man ser. Teknologi er en vigtig del af den måde, hvor jeg både finder min viden, og også musikken og lovsang til at prise Gud.”

Jens Jakob Bjerg

Kan vi tale om tro?

I dansk kultur tror jeg det gælder for mange, at man tænker: Vi ved ikke lige helt om Gud findes, eller er det bare er en konstruktion, født af menneskelig utilstrækkelighed? Og hvis man kommer frem til, at Gud findes, hvordan kan jeg så forholde mig til det, uden at jeg mister min selvbestemmelse, og selvfølgelig skal Gud være nådig. Og for øvrigt er det noget, vi ikke viser i det ydre, og helst ikke taler om i det åbne. Det hører til i privatlivets område. Det bliver nemt til et tabu (vi ved, at det findes, men vi er enige om, at det er forbudt at tale om). **I den kultur,** vi møder i det internationale miljø, som især er fra Asien, Mellemøsten og Afrika, gælder det for mange: Vi ved Gud findes, han bestemmer, så hvordan forholder vi os til det? Vi kan ikke være sikre på, at Gud er nådig, og for øvrigt er det noget, vi taler meget om i det åbne, og gerne viser i det ydre. Det hører til i det offentlige område. Det er slet ikke et tabu. **Så forskellene** er til at få øje på. Dette giver nogle gange nogle pudsige situationer og samtaler. Os, der er født og opvokset i en dansk kultur, kan nemt få kaffen galt i halsen, når én fra en anden kultur spørger ind til, hvordan og hvor mange gange om dagen vi beder Gud om hjælp, og hvilken tros-forsamling man lige kommer i. **Det er sundt** og godt at få denne udfordring af dem, som kommer fra en anden kultur. Det gør os bevidste om, hvordan vi selv forholder os til tro og til det med Gud. Det kan også være befriende at kunne tale om det i det åbne, at det er ok at vise i det ydre, hvad der lever i det indre. **Samtidig kan det** også være godt at fortælle om den åndelige blufærdighed, som findes i dansk kultur, som man måske ikke lige kender til, hvis man er opvokset i en anden kultur. **Der er ingen** god grund til, at det skal være et tabu. Samtidig er det også godt at være opmærksom på, at det, som er nemt at tale om for mig, måske er svært at tale om for den anden, og omvendt. **Derfor**: lad os mødes. På tværs af kultur og tro. Lad os tale om tro. Lad os være nysgerrige på hinanden. Så vil vi helt sikkert lære noget nyt.

Peter Sode Jensen
tværkulturel stiftspræst

GUDSTJENESTER
i Kvaglund Kirke

DATO	KIRKEÅR	PRÆST	GUDSTJENESTE
OKTOBER			
6. oktober	19. søndag efter trinitatis	Jakob Wilms Nielsen	Gudstjeneste for alle aldre
13. oktober	20. søndag efter trinitatis	Georg Græsholt	G1
20. oktober	21. søndag efter trinitatis	Jakob Wilms Nielsen	G1
27. oktober	22. søndag efter trinitatis	Georg Græsholt	Gospelgudstjeneste
27. oktober	*Eftermiddagsgudstjeneste i Folkehuset kl. 16.00*	Taler udefra	Ånderummet, Lovsangs-gudstjeneste for unge
NOVEMBER			
3. november	*Kl. 10.30 – Lejrgudstjeneste på Sydvestjyllands Efterskole*	Peter Sode Jensen	Gudstjeneste for alle aldre *(kontakt info@kvaglundkirke.dk, hvis du ønsker et lift)*
3. november	*Kl. 14.00 – Alle helgens dag*	Georg Græsholt Jakob Wilms Nielsen	Mindegudstjeneste
10. november	24. søndag efter trinitatis	Jakob Wilms Nielsen	G1
13. november	*kl. 20.00 – Hverdagsgudstj.*	Peter Sode Jensen	Stillegudstjeneste
17. november	25. søndag efter trinitatis	Jakob Wilms Nielsen	G3
24.november	Sidste søndag i kirkeåret	Jakob Wilms Nielsen	G3 ved Ånderummets band
DECEMBER			
1. december	1. søndag i advent	Georg Græsholt	G2
8. december	2. søndag i advent	Jakob Wilms Nielsen	G3
15. december	3. søndag i advent	Peter Sode Jensen	G1
22. december	4. søndag i advent	Jakob Wilms Nielsen	G2
22. december	*Eftermiddagsgudstjeneste i Folkehuset kl. 16.00*	Taler udefra	Ånderummet, Lovsangs-gudstjeneste for unge
24. december	kl. 10.30 – Juleaftensdag	Jakob Wilms Nielsen	Rytmisk Familiegudstjeneste
24. december	kl. 16.00 – Juleaftensdag	Georg Græsholt	G1
25. december	1. juledag	Georg Græsholt	G1
26. december	2. juledag	Jakob Wilms Nielsen	G1
29. december	Julesøndag	Peter Sode Jensen	G1
JANUAR			
1. januar	kl. 16.00 – Nytårsdag *Med efterfølgende champagne og kransekage*	Jakob Wilms Nielsen	Nytårsgudstjeneste
5. januar	Helligtrekongers søndag	Peter Sode Jensen	G2
12. januar	1. søndag efter helligtrekonger	Jakob Wilms Nielsen	G3
19. januar	2. søndag efter helligtrekonger	Georg Græsholt	G1
26. januar	3. søndag efter helligtrekonger	Jakob Wilms Nielsen	G2

VI HAR TRE TYPER GUDSTJENESTER I KVAGLUND KIRKE:

G1 er en standardgudstjeneste med orgelledsagelse.

G2 er vores forsøg på et kompromis med lige dele orgel- og rytmisk musik.

G3 er en uformel mere eksperimenterende rytmisk gudstjeneste.

Alle gudstjenester er kl. 10.30 – med mindre andet er nævnt.

Find Kvaglund Kirke og følg med i alt det spændende, der sker!

FACEBOOK INSTAGRAM YOUTUBE