



Informasjon om kommunitet

Kortfattet info til søkere og interesserte til praksisfellesskapene i Etter Kristus, kommunitetsarbeidet til Areopagos.

Informasjon om kommunitet

Om praksisfellesskapene i Etter Kristus

Etter Kristus-fellesskapene er **kommunitetsarbeidet** til Areopagos. Det er et tilbud til folk i alle aldre og livssituasjoner, en invitasjon til å koble seg på rytmer som blir en hjelp til å følge etter Jesus i hverdagen. Kort og godt noen **praksisfellesskap**.

Praksisfellesskapene har tre stikkord: **intensjon, forpliktelse og fleksibilitet**. Vi lever sammen med en hensikt, vi forplikter oss til hverandre, til rytmene og fellesskapet, og vi har frihet til å tilpasse rytmer og hverdag til hvordan livet ser ut.

Hvert fellesskap og/eller enkeltperson utformer sin egen **regel**, med utgangspunkt i rammeverket til praksisfellesskapene, og tilpasset den formen av forpliktelse som er gjennomførbart.

Med utgangspunkt i **bønnen** og **måltidsfellesskapet** utformer fellesskapene sine hverdagspraksiser, og legger seg på et nivå av rytmer som passer dem. Oppfølging, veiledning og kommunitetssamlinger nasjonalt og regionalt blir en del av **støtten** for alle som er med.

Praksisfellesskapene vil bestå av ulike former for kommunitetsliv. Det inkluderer **klassiske bofellesskap** med folk som deler bolig uten å være familie, fra unge voksne til godt voksne. Det inkluderer **familier** med eller uten barn. Det inkluderer **enkeltpersoner** eller **par** som har fellesskap med andre i nærmiljøet, og møtes i hverandres hjem eller andre egnede steder. Menigheter og organisasjoner kan også være vertskap for bofellesskap, eller bruke rammeverket som hjelp til å fostre trospraksis og rytmer i sine fellesskap.

Man kan bli med i praksisfellesskapene **gjennom hele året**, men må delta på første mulige kommunitetshelg for en introduksjonssamling. Det er lagt opp til nasjonale kommunitetshelger 2 ganger i året, og regionale samlinger mellom disse.

Hvordan ser det ut?

Utforming av rammeverk

Hvert praksisfellesskap utformer sitt rammeverk med utgangspunkt i en daglig bønnerytme (fellesbønn minst 1 dag i uken) og måltidsrytme (minst 1 fellesmåltid i uken). Grunnformen, også kalt **form 1**, kan illustreres på denne måten:

Bønn	Måltid
Oppfølging, veiledning og kommunitetssamlinger	

Oppfølging går ut på å tilby veiledningsgrupper på kommunitetssamlinger, og hjelp til å finne eventuelle gruppeveiledere og individuelle veiledere. Det innebærer å invitere til kommunitetshelg i september og januar/februar, sistnevnte med retreatramme, og til regionale dagssamlinger. Også innebærer det å hjelpe fellesskap til å utforme regel og ukesplan, og bistå med støtte underveis, inkludert å følge opp halvårsrefleksjoner som hvert fellesskap sender inn.

Ønsker en å legge til flere rytmer, blir det som å legge til en ekstra byggekloss til rammeverket. Et naturlig steg videre vil være å legge til en rytme med tjeneste. Tjeneste kan være i samfunn eller menighet, og handler om å gi av din tid og krefter for noen andre. En slik **form 2** kan illustreres på denne måten:

Bønn	Måltid	Tjeneste
Oppfølging, veiledning og kommunitetssamlinger		

Slik kan man fortsette å legge til rytmer tilpasset hverdagen til fellesskapet. Har man 4 rytmer, blir det **form 3**. Jo flere rytmer, jo høyere forpliktelse og sannsynligvis lavere fleksibilitet blir det. Under er et eksempel på et fellesskap i **form 4** (5 eller flere rytmer). Her har vi lagt til øvingsarenaer og hvile. Øvingsarenaer innebærer å jevnlig delta i fellesskap som omsetter tro til handling. Dette kan være jesudojoer, operatio divina¹, ulike praksisgrupper² eller mer tradisjonelle bibelgrupper og huskirker. Hvile handler om å koble seg på sabbatens livgivende kraft, om å sette av en hviledag eller et tidspunkt i løpet av uken der du legger bort arbeidet.

Øvingsarenaer		Hvile	
Bønn	Måltid	Tjeneste	
Oppfølging, veiledning og kommunitetssamlinger			

Andre rytmer og forpliktelser kan være felles økonomi (fellesinnkjøp, felles pott med penger osv), delta i gudstjenestefellesskap, markere fastetid, fattigdomsløfte, barmhjertighetsarbeid, jevnlig gå til skriftemål og mye mer. Her kan det handle om å anerkjenne rytmer som allerede finnes i livet, i tillegg til å være kreativ i utarbeidelse av nye praksiser som kan være livgivende i den sesongen av livet en er i nå.

¹ Se www.etterkristus.no for info om jesudojoer og operatio divina

² Se <https://areopagos.no/vaart-arbeid/arbeid-i-norge/trospraksis>

Regel

Med regel mener vi sammensetningen og organiseringen av de åndelige rytmene og trospraksisene som utgjør kommunitetslivet. Den er en veiviser, et rammeverk, noe til inspirasjon. En form for regel har vært vanlig i de fleste former for forpliktende, kristne fellesskap siden de første grupper av ørkenfedre og mødre. En livsregel, klosterregel og kommunitetsregel skal hjelpe oss til å leve slik vi ønsker å leve.

I praksisfellesskapene vil en få utdelt en regel som inneholder noe av tankesettet i slik vi gjør kommunitet, noe av vårt rammeverk, og en introduksjon til bønnerytmer, måltidsrytmer og andre aktuelle rytmer. Det vil også være en del av regelen som vil være tom, og som skal fylles ut av den enkelte og fellesskapet. Her bestemmer man hvilken form man skal legge seg på, hvilke grad av forpliktelse som er gjennomførbart, hyppighet og så videre. Det kan også handle om å formulere intensjoner og kjennetegn, i tillegg til å tegne opp konkrete ukeplaner. Hensikten er å utarbeide sin egen regel med utgangspunkt i rammeverket til Etter Kristus-fellesskapene.

Utarbeidelsen av en regel vil i hovedsak skje under kommunitetshelgene, med mulighet for hjelp og veiledning av oss i Areopagos og andre ressurspersoner. Regelen er ikke statisk og vil sannsynligvis måtte justeres underveis, men det er viktig å ha et godt og solid utgangspunkt. Her handler det om å finne en god balanse mellom intensjonen, forpliktelsen og fleksibiliteten.

Hvordan kan en bli med?

Vi ønsker at **alle som ønsker det** kan koble seg på Etter Kristus og praksisfellesskapene. Du trenger ikke ha erfaring fra intensjonelle bofellesskap eller kommunitetsliv fra før, og du trenger ikke å vite hvilke trospraksiser du har lyst å få en rytme på – det kan vi hjelpe deg med. Det kan også være at du allerede har flere gode og jevnlig trospraksiser i livet ditt. Da vil kanskje noe av det vi kan hjelpe til med være å både anerkjenne og strukturere disse. Uansett hvilket utgangspunkt du har, vil du bli invitert inn i et større fellesskap av mennesker som prøver å justere livet sitt rundt noen vaner og praksiser som hjelper oss i å følge Jesus.

Hvis du er interessert i å søke, kan du be om **søknadsskjema**. Søknadsperioden er løpende, og man kan bli med gjennom hele året (husk å komme på første mulige kommunitetshelg for innføring!) Søknad om medlemskap skjer til koordinator som sammen med stab, ledergruppe og andre ressurspersoner gjør intervjuer og godkjenner. Menigheter, organisasjoner o.l. som bruker kommunitetsopplegget i sin sammenheng samarbeider med koordinator om godkjenning.

Ikke nøl med å ta kontakt med oss hvis du lurer på noe!