

# Oslo Vestre Frikirke

der jord og himmel møtes



## Redaktøren har ordet

Det holder på å bli mørkere ute. I sommer har sola vært oppe langt utover kvelden, og morgenerne har vært så lyse. Nå kommer mørket krypende. Vi er på vei inn i en ny sesong med lavere temperaturer og mindre lys. I alle fall ute. Det finnes mange mennesker som liker høsten veldig godt, både fordi det er vakre farger ute i naturen, men også fordi vi kan lyse opp hjemmene våre med stearinlys og fyr i peisen. Og så tror jeg vi må huske på å lyse opp hjertene våre. Og smilene våre. Og vennligheten til de vi møter, både de vi kjenner og ikke kjenner. I Paulus` brev til Efeserne står det at vi som er i Herren er lys skal leve som lysets barn. Jeg synes det kan være litt vanskelig å vite hva det betyr, men i følge Paulus er lysets frukt all godhet, rettferd og sannhet. Jeg håper dette kan bli en høst hvor jeg kan være lysets barn, og at vi i menigheten kan møte hverandre og andre med godhet, rettferd og sannhet. I løp av det neste året er det planlagt at vi som menighet kan møtes en torsdag i måneden



for å bli kjent med oss selv og hverandre. Vi har en spennende mulighet til å bli et fellesskap som deler livet med hverandre og som ser lyset fra Gud i hverandre.

Det er så fort gjort å planlegge høsten og fylle opp tiden med turneringer, hytteturer, dugnadshelger, tacofredager og netflix-serier. Det er så fort gjort å gjennomføre hverdagen og alt som skal gjøres, uten å stoppe opp og legge merke til menneskene og lysene rundt oss. Jeg har lyst til å prøve å leve litt saktere denne høsten og legge litt mer merke til både smilene og naturen rundt meg. Blir du med på det?

Med vennlig hilsen redaktør  
Veyni Arntsen

## Innhold

Ekspedisjon Romsdal	Side 4-5
Hvordan skape god lagånd	Side 6-7
Julemessa	Side 7
Det genuine mennesket	Side 8-9
Tema-torsdagen	Side 10
Sommervikaren	Side 11
Bergvarme	Side 12-13
Situasjonen uten pastor	Side 14-15
Fra frikirken sentralt	Side 16
Refleks og refleksjon	Side 17
Gospelkonsert	Side 18
Program	Side 19



Oslo Vestre Frikirke ligger sentralt ved rundkjøringen på Bislett.

Du finner også informasjon om våre aktiviteter på:

[www.vestrefrikirke.no](http://www.vestrefrikirke.no)

[facebook.com/oslo-kirke](https://facebook.com/oslo-kirke)

For kontakt med administrasjonen: [post@vestrefrikirke.no](mailto:post@vestrefrikirke.no)

For kontakt med eldsterådet: [eldsteraadet@vestrefrikirke.no](mailto:eldsteraadet@vestrefrikirke.no)

For kontakt med menighetsstyret: [menighetsstyret@vestrefrikirke.no](mailto:menighetsstyret@vestrefrikirke.no)

Telefonnummeret til kirken er 22 46 77 43

Å drifte en menighet med mange aktiviteter og et stort bygg koster penger. Vi trenger hjelp til å dekke disse kostnadene. Vil du støtte med en engangssum eller et fast beløp, er vårt kontonummer 3000 15 39813. Du kan også Vippse til nr 15103 Oslo Vestre Frikirke



## Ekspedisjon Romsdalseggen 2016

Tekst og foto: Jan Olav Høgetveit

Hittil i år er det blitt gjennomført seks redningsaksjoner med helikopter fra Romsdalseggen. Denne detaljen glemte vi muligens å opplyse foreldrene om, men det var da heller ingen grunn til uro ettersom det var kremen av norsk Vestre-ungdom som satte kursen for Romsdalen denne helgen. Brødrene Jakob og Ludvig Wirsching, Edvard og Ingrid Øvensen, Theodor Løvgren og Julie Høgetveit satte kursen nordover eskortert av tre fedre i sin beste alder. John Ole Hægeland var inspirator, selv var jeg kjentmann, og Kjetil Øvensen sikret det teologiske fundamentet for turen, for eksempel dersom vi skulle få behov for den siste olje. Vi hadde bare en bekymring, men den var til gjengjeld fundamental: Været! Alle som har tilbrakt noe tid i området vet at været kan være like stabilt dårlig som fotballklubben Start, og det

var med reell bekymring vi så tåken legge seg lavt over oss. Jeg har en svoger som tilbragte sin første uke i Romsdalen uten å se så mye som et fjell, så det ble bedt intenst til Vår Herre om godt og tjenlig vær den kvelden. Godt for fotturister i fjellet.

Klokken 06.05 lørdag morgen gikk gardinen på soverommet tilside og jeg stirret ut i alle tåkernes mor. Skuffelsen var til å ta og føle på. Da oppdaget jeg et litt lysere område innerst i dalen, og plutselig trådte fjellet Juratind tydelig fram i tåkehavet (Se bildet). Med unntak av delingen av Rødehavet da Israelittene ble forfulgt av egypterne har aldri et naturfenomen og bønnesvar blitt satt så stor pris på! Ungdommene som fram til da hadde fremstått like sløve og utafør som forsvarsspillere i Start fikk farten opp, og klokken 09.15 begynte ferden



opp fra Vengedalen i strålende solskinn, vindstille og 23-24 grader. Romsdalseggen har en hard start med mange høydemeter på kort tid, men klokken 11.01 bikket de første deltakerne kanten og kunne se Trolltindene, Romsdalshorn, Vengetind og med Romsdalen 1000 meter under seg. Moro å se at ungdommene ikke er mer blaserte enn at dette fantastiske skuet gjorde inntrykk. Og moro var det å se hvor lett ungdommene forserer de vanskelige partiene på ruten. Romsdalseggen er ratet som "krevende", men de unge jøgget lett over alle hindringer på veien. (Her burde det stått noe om hvor lett fedrene også gikk, men ettersom dette er et menighetsblad som krever et snev av sannhet forbigrår vi det temaet i størst mulig stillhet).

Dagen ble avsluttet på hytta med Taco laget av ungdommene og to prestisjefylte turneringer med tegnespillet "Ryktet går". Heller ikke her kan fedrene sies å ha kommet med substansielle bidrag, med unntak av eldste Øvensen som avslørte at han faktisk kan tegne. Uansett var det ungdom

på førsteplass hver gang, irriterende nok!

Søndag morgen gikk med til å prøve å komme seg ut av sengen ved egen hjelp, frokost, pakke, rydde, vaske og begynne turen gjennom Romsdalen på vei hjem. Vi konstaterte at Mannen nok står en liten stund til, og tok farvel med Trollveggen og Slettafossen for denne gang. Sjelden har klisjeen "alle var enige om at det var en flott tur" kommet mere til sin rett enn nå, slitne men lykkelige deltakere veltet opp i sofaen hjemme og ble liggende med brede smil om munnen.

Til dere ungdommer som ikke fikk vært med denne gangen, fortvil ikke. Ungdommene var så utrolig bra og turen så gøy at det blir flere turer, garantert! :-)

**Vil du være med fedre og ungdom på nye aktiviteter?** Ta kontakt med Jan Olav Høgetveit [jan.olav.hogetveit@gmail.com](mailto:jan.olav.hogetveit@gmail.com) [REDACTED]



## Hvordan skape god lagånd?

Robert Knudsen

Vår gjestetaler på høstsamlingen, Eivind Arnevåg, snakket om temaet «Hvordan skape god lagånd?». Eivind var profesjonell fotballspiller i Vålerenga og LSK, og ble skadet tre dager før sin tiltenkte debut på landslaget. Han er nå administrerende direktør for KFUM-Kameratene i Oslo, og aktivt med i seniorfotball. Eivind Arnevåg mottok Petter Dass-prisen 2015 på vegne av KFUM-kameratene.

Eivind vet mye om, og har stor erfaring med, lagånd i fotball og organisasjon. Hvordan kan dette overføres til Vestre Frikirke? Der vi lever livene våre må vi skape lagånd, og vi må bygge hverandre opp. Vi må finne det vi kan gå sammen om, ellers

vil uenigheten skape splittelse. Det negative kan spre seg og gjøre oss dårlige.

Eivind fortalte om de fem kjærlighetspråkene som han har lært i voksen alder, men skulle ønske at han hadde lært om dette før han giftet seg og fikk barn. Han tror han ville forstått mer om hvordan han skulle bli bedre til å pleie ekteskapet og familien. Det er viktig med empati overfor de som står oss nær.

Det er viktig å føle seg nyttig. Alle på høstsamlingen fikk i oppgave å samtale to og to, og fortelle om en person som betydde mye for en selv. Hva er det denne personen gjør som betyr så mye for meg? Neste oppgave var å tenke på når vi oppmuntret



noen sist. Eivind stilte oss spørsmålet om vi er bevisst på å oppmuntre andre. Det går an å øve på være empatiske. Relasjonene i menigheten er avgjørende for fremtidig vekst og trivsel i menigheten. Det er et grunnleggende behov for oss mennesker å bli sett. Det er også grunnleggende å oppmuntre hverandre. Gjør vi det i Vestre? Det er viktig med et godt selvbilde slik at vi får overskudd til å gi oppmuntring til andre, var oppfordringen fra Eivind.

Eivind leste fra Joh. 17, 21 og understreket med det at du og jeg skal eie glede i fullt monn. Jesus er min trener og oppmuntrer. Vi mennesker kan ofte svikte og glemme hverandre. Media presenterer mye negativt som kanskje ikke gir oss gode følelser. Men bønn og bibel kan gi oss positive tanker.

Alt i alt fikk vi noe å tenke videre på etter Eivind sin innsikt om menneskelige relasjoner og det å skape lagånd.

## Vi trenger glade givere til årets julemesse

Lørdag 19. november braker det løs igjen med julemesse. Til denne dagen trenger vi flotte gevinster til salgsbord, barnetombola og åresalg.

**Ønskeliste for hovedgevinster:** Fena-lår, røkelaks, matkurv, gavekort på restaurant, småkurver med spaprodukter, saft og syltetøy, gode matoljer og dressinger.

**Salgsbord:** Spiselige varer, noe praktisk eller antikk pent brukte ting

**Åresalg:** Praktiske ting eller noe spiselig

**Barnelotteriet:** Leker, tegnesaker, spill, bøker og likende.

Vi satser også i år på en bokavdeling. Har du bøker eller LP-plater liggende, så kom gjerne med dem. Kan du hekle, strikke eller sy er dette flott. Lue, votter og sokker med mønster er populært. Komiteen kan stille med mønster om du trenger dette.

Komiteen trenger også hjelp til å selge lodd i forkant av messen. Vi trenger også mange frivillige hjelpere selve dagen. Har du spørsmål om et og annet vær snill å ta kontakt.

Rigmor Holen (leder)	920 61 270
(rigmor.holen@yahoo.no)	
Anne – Grethe Hægeland	994 67 683
Ingunn Gullberg	901 73 397
Brit Åmot Øvensen	456 17 366
Jan Johansen	902 76 269

## Det genuine mennesket

- hvem er vi når vi ikke går i flokk?

Reidulf Hanssen hadde for lenge siden en tale som har brent seg fast hos meg. Er det å være kristen å være mest lik hverandre, og følge alle de lokale normene som har blitt til ved at vi liker strømlinjedeformede omgivelser? Eller er det kanskje sånn at det å være kristen er å hente styrke til å være den genuine versjonen av oss selv?

Vi er født med en hjerne som allerede er utstyrt med evner og erfaringer. Frontallappen er en av områdene som er lite preget før fødselen. Her lagrer vi erfaringer om omgivelsenes normer og regler og lærer oss å tilpasse oss dem. Hvis vi vokser opp i en sammenheng der man blir straffet for å være annerledes, vil denne erfaringen lagres i frontallappen og sørge for at vi unngår å repetere det som ikke blir godtatt av omgivelsene.

Jeg ønsker at vi kan utvikle en kirke der barna vokser opp og kjenner trygghet til å utvikle seg, med de ulike forutsetningene og evnene de har. Dette gjør vi først og



fremst gjennom en bevissthet på hvordan vi møter barna rundt oss. Kan vi navne deres? Ser vi dem i øynene og smiler, og gleder oss med dem når de utforsker kirken?

Alle har et grunnleggende behov for å føle seg elsket. Grunnlaget for denne følelsen legges de første tre leveår. Resten av livet tolker vi ut i fra hvordan vi opplevde denne tiden. Dette gjør oss sårbare eller sterke, og utruker oss for å ta i mot kjærlighet, eller bli en åpen slagmark for utnyttelse eller tilintetgjørelse. Vil du gjøre en stor forskjell i verden, må du gjøre noe for barna. Da vil verden gå framover.





Hva med de voksne? Vi kjenner hverandres sosiale evner gjennom kirkekaffen. Men hva vet vi egentlig om hverandre? Kjenner vi til hva som egentlig betyr noe for oss? Hva som gjør at vi står opp om morgenen, og kjenner oss inspirert til å ta fatt på en ny dag? Eller det motsatte, det er noen blant oss som gjerne skulle trukket dyna godt over hodet, og sluppet å møte en ny dag. Hva er det som gir oss styrke? Hva er det som gjør oss svake?

Jeg ønsker at vi sammen skal utvikle en kirke der flere opplever at de kan hente kraft. Ikke at det er et krafttak å komme seg til kirken.

Fra i høst har vi lagt opp en plan for å bli bedre kjent med oss selv og hverandre. Hver første torsdag i måneden inviterer vi til middag fra kl 17, med påfølgende foredrag og oppgaver fra kl 18. Alle som er interessert, fra skolealder og opp, er velkommen. Vi deler oss i grupper der de yngste er i en egen gruppe.

Vi håper at flest mulig vil hoppe i det og bli med - for egen og for menighetens utviklings skyld

Ane Lillian Tveit  
ansvarlig forstander

# Tema-torsdag

## **Tema-torsdag 13. oktober** **(utsatt pga. høstferie)**

– Min grunnfortelling. Om å reflektere over de personer og hendelser som har hatt avgjørende betydning i ditt liv. Ved Jens-Petter Jørgensen, lederutvikler og menighetskonsulent for Frikirkens Landsmisjon, tidligere journalist i Vårt Land

## **Tema-torsdag 3. november**

- Hvordan utspiller vår personlighet seg i møte med oss selv og hverandre? Henter du inspirasjon i felleskap eller alene. Hvordan påvirker dette dine omgivelser? Ved Frødis Lilledalen psykolog spesialist, med kristendom mellomfag og programleder for TV-serien «Bør de gifte seg?»

## **Tema-torsdag 1. desember**

– Kristne spiritualitetsformer. Hvordan oppfatter vi og uttrykker vi Guds nærvær? Noen liker tidebønner mens andre foretrekker fri bønn. Noen setter pris på en preken mens andre vil ha mer meditativ stillhet. Mye tyder på at det er en sammenheng mellom personlighet og spiritualitet. Ved Sjur Isaksen, cand. theol ved Menighetsfakultetet og prest ved Stortinget

## **Tema-torsdag 2. februar**

– Kjærlighetsspråk – hvordan gir du og tar i mot kjærlighet fra dine nærmeste? Setter du pris på oppmuntrende ord, berøring, samtaler, tjenester eller gaver? Din bevissthet gjør deg bedre til å uttrykke kjær-

lighet og hvordan du føler deg elsket. Ved menighetsveileder på Frikirketorget Unni Westli, jurist med kristendom grunnfag

## **Tema-torsdag 2. mars**

– Nåtidens faste - Etter Kristus er et nettverk for kristen trospraksis som omsetter Jesu liv og lære til konkret handling, og tror at vi blir det vi gjør. Eller med Aristoteles' ord: «Vi er det vi gjør jevnlig. Søk derfor vanen fremfor bragden». Ved Stian Kilde Aarbro, prest og leder av Substans

## **Tema-torsdag 6. april**

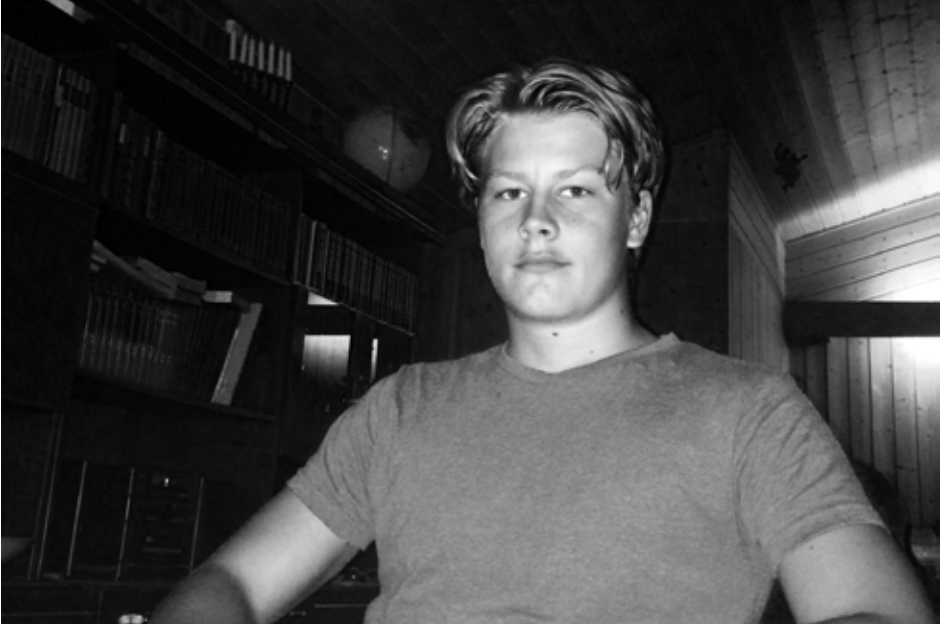
- Lykke – hva gjør at du faller i negative mønstre og repeterer uønskede avhengigheter? Tar du deg tid til det som gir deg glede? Kartlegg dine behov. Ved Neeta Parmar, barnevernpedagog med videreutdanning i ledelse, lærer ved Nasjonalt institutt for kognitiv terapi

## **Tema-torsdag 4. mai**

– Søren Kierkegaard "Stadier på livets vei". Det estetiske, det etiske og det religiøse mennesket. Ved Trond Berg Eriksen, professor i idéhistorie ved Universitetet i Oslo og det kloke hodet bak "etikeren" i Morgenbladet

## **Tema-torsdag 1. juni**

– Din egen strek – alle kan uttrykke seg gjennom tegning, du må bare finne din egen strek. Ved Ellen Lande Gossner, illustratør og fotograf, lektor ved Fotojournalistutdanningen HiOA



## Sommervikaren

I sommer har menigheten hatt en ung mann som vikarvaktmester. Det er Herman Zahl, barnebarn til tidligere pastor Reidulf Hanssen. Herman er 18 år, går nå siste året på Oslo Handelsgym og bor på Fagerborg. Vi har fått et lite innblikk i hvordan sommerjobben har vært for ham.

*Du har vært vaktmestervikar i Vestre i sommer. Hvilke oppgaver har du hatt?*

Jobben har bestått av en del forskjellige oppgaver. Rydde søppel i og utenfor kirken, ta inn post, skifte lyspærer, støvsuge, fylle papir på toaletter. Med andre ord sørge for at kirken kan brukes som normalt.

*Hva var det beste med jobben?*

Jeg trives veldig med jobben, men det er selvfølgelig alltid et høydepunkt å treffe på morfar når han er innom kirken.

*Har du jobbet hele sommeren, eller har du hatt litt fri også?*

Jeg har jobbet litt hver uke hele ferien. Det vil si: det kan gå flere dager uten at jeg er innom. Avhengig av hvor mye som skjer i kirken.

*Kunne du tenke deg å fortsette i denne sommerjobben neste år?*

Ja, det vil jeg gjerne! Men det spørres om jeg er like tilgjengelig hele neste sommer, med tanke på at jeg trolig skal inn i førstegangstjeneste neste år.

# Bergvarme

## Vestre satser på miljøvennlig bergvarme, en investering for framtiden

Tekst og foto: Haakon Heier

Basert på krav fra Oslo kommune om full stans av forbrenning av fossilt brennstoff innen år 2020 ble det våren 2015 opprettet en prosjektgruppe med mandat å se på alternative varmekilder til oljefyren. Det ble tidlig klart at kun å vurdere selve varmekilden ble altfor snevert i forhold til tilstanden på det tekniske anlegget slik at mandatet ble utvidet.

En rekke forskjellige alternative varmekilder ble vurdert i samarbeid med ulike leverandører før man falt ned på at bergvarme var beste alternativ over tid både kostnadmessig og med hensyn til miljøet. Støtteordninger fra ENOVA bidrar i stor grad til at det blir lønnsomt å investere i miljøvennlige alternativer selv om investeringskostnaden er høyere.

Menighetsmøte den 8. juni 2016 valgte å gå inn for samtlige anbefalinger fra prosjektgruppa:

Dagens oljefyr erstattes med en varmepumpe basert på bergvarme. Dette gir en betydelig årlig besparelse av energiforbruk i forhold til alle andre varmekilder. Det vil ta under to år før den noe høyere investeringen vil være innspart i forhold til rimeligste alternativ som er elektrokjele

Dagens vannbårne fordeling av varme til og i kirkeskipet beholdes, men rørsystemet renses, dagens radiatorer erstattes av nye og viftekonvektorer monteres i våpenhuset for å hindre kuldetrekk fra inngangspartiet

Dagens ventilasjonsanlegg i nybygget oppgraderes med nytt aggregat med bedre virkningsgrad. Ventilasjonskanaler renses

Det anbefales å gjøre alle tiltak samtidig for å sikre at systemet fungerer som en helhet, redusere risiko, spare penger og tid på installasjon og igangkjøring. En oppsplitting av tiltak er mulig, men vil gi økt prosjektrisiko, økt kost, samt risiko for at løsningen ikke blir tilfredsstillende

Investeringsestimater med fradrag av stønad er på 1.9 MNOK uten sikkerhetsmargin. Uforutsette utgifter kan påløpe slik at samlet investeringsramme bør ligge noe over (Menighetsmøte besluttet en kostnadsramme på 2.1 MNOK)

Samlet besparelse av energi per år vil ligge på rundt NOK 100 000 i forhold til dagens løsning med alle tiltak medregnet (varmekilde, rør/radiatorer, ventilasjon, oppvarming av vann)



Anbefalt løsning anbefales gjennomført sommeren og tidlig høst 2016

En eventuell utvidelse av vannbåren varme til underetasjen i gammelt bygg foreslås utsatt av prosjektgruppa. Bergvarmesystemet har kapasitet og er dimensjonert for dette

Det har vært en betydelig aktivitet i Vestre gjennom hele sommeren, også fra egne medlemmer. I skrivende stund er store deler av prosjektet gjennomført slik som sanering av oljefyr og oljetank, boring av to hull hver på 300m, installasjon av radiatorer, sanering av gammelt ventilasjonsanlegg, rensing av ventilasjonskanaler, installasjon av nytt ventilasjonsanlegg. I all hovedsak gjenstår en del rørlegger- og elektrikerarbeid samt igangkjøring av anleggene. Planen er å være ferdig med hele prosjektet til 15. september. Kostnadsmessig har det som ventet blitt noen mindre

overraskelser samt enkelte elementer vi har valgt å gjøre i tillegg, men vi har tro på at vi skal klare oss innen vedtatt kostnadsramme.

For den vanlige brukeren av Vestre er det kanskje først og fremst viftekonvektorene i våpenhuset man vil legge merke til når disse er på plass. Hvis man ser litt nøyer etter vil man også se at samtlige radiatorer er skiftet ut, at varmtvannsberederen på vaskekottet er fjernet samt ikke minst at røyken fra pipa på taket vil være borte når kulda setter inn. Planen er også at inneklimate skal bli bedre i hele bygget samt at driftsutgiftene går vesentlig ned.

Vestre vil med dette ha gjort det største løftet på bygningsmassen siden nybygget ble bygget for over tretti år siden og vil ha et varme- og ventilasjonsanlegg som er topp moderne, effektivt og meget miljøvennlig.

# Hvordan håndterer vi si

Eldsterådet ved Ane Lillian Tveit og Kjetil Øvensen jobber systematisk med å kalle aktuelle og anbefalte kandidater til samtaler og intervju. I samarbeid med ansatte og menighetsstyret håndterer vi driften gjennom diverse tiltak. Vi har invitert tre faste talere til å tale en gang i måneden. Den fjerde søndagen i måneden planlegges ulike former for gudstjenester som familiegudstjenester og musikkgudstjenester. Uten pastor er det eldsterådets leder som fungerer som ansvarlig for-stander.

## **Følgende håndterer oppgaver som krever ordinasjon:**

Nattverd: Kjetil Øvensen, Ane Lillian Tveit og Reidulf Hanssen

Dåp: Reidulf Hanssen og Ane Lillian Tveit

Bryllup: Reidulf Hanssen og Ane Lillian Tveit

Begravelser: Reidulf Hanssen

Ved behov for sjelesorg kontakt menighetsarbeider Katrina Myhren tlf 22467743  
Ved behov for besøk hjem eller på sykehus kontakt kirken på tlf 22467743

Eldsterådet har sendt ut en spørreundersøkelse på sms og mail. Hensikten med dette er å kartlegge menighetens forhold til gudstjenesten og hva den kan inneholde. Vi er en fase der vi skaper nye arbeidsformer gjennom fire ulike gudstjenestetteam, og resultatet av undersøkelsen vil være et godt grunnlag for disse teamene. De som ikke har tilgang på smarttelefon eller mail, kan få spørreundersøkelsen på papir, og bør returnere den pr post da undersøkelsen er anonym. Resultatene vil også bli offentliggjort i neste utgave av menighetsbladet. Vi setter stor pris på at både du og din husstand er med og svarer på undersøkelsen.

# tuasjonen uten pastor?

## De tre faste talerne i høst er:

### Harald Schøien

(tidligere prest i den norske kirke. Freelance teaterregissør, foredragsholder og forkynner)

Har hatt ulike oppdrag og kurs i Frikirken, spesielt Brunlanes.

*"For meg er søndagens tekster en bærebjelke til å få fram mangfoldet og enheten i kirkens budskap. Jeg er veldig glad for å kunne få lov til å ha denne oppgaven hos dere i Vestre"*

### Jakob Landsvik

(62 år, innkjøpssjef på Universitetet i Oslo, Sosionom ved Diakonhjemmet, Master i organisasjon og ledelse BI)

Jakob er konfirmert i Vestre og var aktiv i Angelos. Da Bærum Frikirke ble opprettet flyttet han med familien over dit, men har våren 2016 meldt seg inn i Vestre igjen.

*"Når jeg ble spurt om å tale første gang for 12 år siden tok jeg utfordringen. Forberedelsene bruker jeg lang tid på. Skriveprosessen*

*har gitt meg nytt gudsforhold og gir meg stor glede. Å forberede tekstene er noe av det mest meningsfulle jeg gjør"*

### Reidulf Hanssen

(pastor i Oslo Vestre Frikirke gjennom 21 år, tidligere pastor i fire ulike menigheter og prest i Den norske kirke i Oslo og Sør-Hålogaland bispedømmer. Tidligere lektor i videregående skole, samt buss- og vogntog-sjåfør)

*"Spørsmål fra eldsteråd/menighet ser jeg på som et kall fra Gud. Det gjør meg glad, undrende og ydmyk. Forkynnelse og annen sjelesørgerisk tjeneste gjør meg selv spesielt gudsavhengig, mer enn ellers. Alt må gjennomleves "på indre bane" før det leveres. Mange takk!"*

## Frikirketorget krympes

Tekst: Veyni Arntsen

I fjor ga Synodestyret Frikirketorget daglige leder i oppdrag å redusere virksomheten på Frikirketorget og få driften i balanse, på bakgrunn av at menighetenes bidrag til Frikirkens fellesarbeid er redusert. Reduksjonen skulle utgjøre fire årsverk og kutt i driftskostnadene. Dette har ført til et par årsverk mindre i Frikirkens misjonsarbeid og et par i administrasjonen. Noen av disse kuttene er resultatet av naturlige nedtrappinger mot pensjonsalder og ansattes overganger til andre jobber, men daglig leder Marit Ecklo Brevik

sier i siste nummer av Budbæreren at hun synes "... det er utfordrene og trist å kutte i stillinger, uansett hvem det rammer".

Brevik sier også at det kan være sunt å gjøre noen økonomiske innstramminger, ettersom vi da må gjøre noen prioriteringer, og prøve å finne kjernen i hva vi vil drive med. Og det er akkurat det Frikirketogets daglige leder mener er et spørsmål hele vårt kirkesamfunn må spørre oss selv i frem mot neste Synodemøte; Hvilken forskjell skal vi gjøre der vi er satt i Guds rike, hjemme og ute?



Vi er et familiedrevet begravelsesbyrå med lang erfaring.  
 Hos oss blir du møtt med personlig service, kunnskap og varme.  
 Vi har alltid tid til en samtale og kommer gjerne på hjemmebesøk!  
 Du finner oss i våre lokaler i Grønlandsleiret 13 og i Ensjøveien 14 B.

Vi betjener hele Oslo og omegn.

Telefon: 23 15 89 00

[m.jacobsen@gravferd.no](mailto:m.jacobsen@gravferd.no)

[www.gravferd.no](http://www.gravferd.no)





Katrina Myhren er Vestres menighetsarbeider. Hun planlegger blant annet gudstjenester, tar i mot samtaler og sjelesorg.

## Refleks og refleksjon

Av Katrina Myhren

For ikke lenge siden gav Luther forlag ut en ny bok, som de kalte for «157 bønner». Den har fort blitt en av mine favoritter!

”157 bønner” er en fantastisk bok. Den inneholder 157 små, korte, livsrelevante bønner. Boken inneholder både nyskrevne og eldre bønner, i tillegg til bønner hentet fra bibelen. Blant forfatterne er: Maria Solheim, Trygve Skaug, Leonard Cohen, og Mor Theresa.

En av bønnene er denne:

*”Gud. Jeg pleier å leite deg fram i refleksjonen. Hjelp meg å flytte deg over i refleksjonen. Amen”.*

Jeg tror ikke Gud nøyer seg med å være i refleksjonen vår. Jeg tror han må være med i refleksjonen også. Gud må med i handlingen, i det vi gjør hver dag.

Når jeg ønsker å være egoistisk og tenke på meg selv, er dette er den store utfordringen. Kanskje er det slik for deg og? Ta med deg denne bønningen inn i hver dag.

Guds vilje er ikke et tankeprosjekt. Guds vilje er handling i tro.



## **Gospelkonsert**

med Hans Petter Hammersmark  
14. september kl. 19.00

Hans Petter Hammersmark kommer til Vestre Frikirke i Oslo og holder en heidundrende konsert. Konserten er i samarbeid med Star of Hope hvor Hans Petter er ambassadør for arbeidet som skjer i Romania. Star of Hope Norge driver sentre hvor barn som faller utenfor samfunnet kan få opplæring, helse-tilbud og en sosial møteplass hvor de kan bli sett og møtt på en verdig måte.

Støtt opp om dette arbeidet og bli med på konserten.

Billetter 150,- / Barn u/12 100,-

## Velkommen til kirken

Helgen 9.-11.9:	Menighetsweekend
Onsdag 14.9:	Konsert med Hans Petter Hammersmark m.flere.
Søndag 18.9:	Gudstjeneste kl. 11.00. Reidulf Hanssen taler, Solveig Nasset synger og det er dåp.
Onsdag 21.9:	Suppe for syv kl. 19.00. Bli med på suppekveld hjemme hos en i menigheten. Meld deg på til <a href="mailto:post@vestrefrikirke.no">post@vestrefrikirke.no</a>
Lørdag 24.9:	Dugnad i kirken fra kl 11.00. Etter installasjonen av bergvarme har kirken blitt støvete. Derfor inviterer vi alle brukere av kirken til å delta på vaskedugnad. Det blir pølser, kaffe og kake.
Søndag 25.9:	Gudstjeneste og søndagsskole kl. 11.00. Jacob Landsvik taler.
Søndag 2.10:	Familiegudstjeneste kl. 11.00. New Voices synger.
Søndag 9.10:	Gudstjeneste og søndagsskole kl. 11.00. Harald Schøien taler og Christine Thune synger.
Søndag 16.10:	Myldregudstjeneste kl 11.00. Reidulf Hanssen taler og Tjøme Soulchildren synger.
Onsdag 19.10:	Kveldssamling for alle foreldre som har barn i aldersgruppen 0 til 12 år.
Søndag 23.10:	Gudstjeneste og søndagsskole kl. 11.00. Reidulf Hanssen taler og Solveig Nasset synger.
Søndag 30.10:	Gudstjeneste kl. 11.00. Jacob Landsvik taler.
Søndag 6.11:	Gudstjeneste og søndagsskole kl. 11.00. Harald Schøien taler.
Søndag 13.11:	Familie- og musikk gudstjeneste kl 11.00
Lørdag 19.11:	Julemesse
Søndag 20.11:	Gudstjeneste og søndagsskole kl. 11.00. Reidulf Hanssen taler
Søndag 27.11:	Gudstjeneste kl. 11.00. Jacob Landsvik taler.

I Oslo Vestre Frikirke er det gudstjeneste hver søndag kl 11.00, og bønn kl 10.30. Det er alltid kirkekaffe. Hver første torsdag i måneden er det nye tiltaket tema-torsdag. Middag kl 17.00 og foredrag kl 18.00. Kveldsmesser ved Reidulf Hanssen arrangeres hver siste onsdag i måneden kl 19.00. Ytremisjonen har møte en gang i måneden, og førstkomende møte er onsdag 21.9 kl 12.00. Senioretreff arrangeres hver siste mandag i måneden kl 12.00. Tema for høsten er "Vestre menighets bruk for mennesker 65+, og 65+ behov for menigheten"

## B-blad, Porto betalt

Ettersendes ikke, men returneres med informasjon om ny adresse til:

Oslo Vestre Frikirke, Pilestredet 69, 0350 Oslo



*Vi speiler vårt medmenneske  
og ser oss selv i speilet  
i den andres ansikt.  
Hvert menneske er skapt i Guds bilde  
og elsket av Gud.  
Vi bærer alle ansvar for hverandres liv.  
Med troens blick ser vi  
en større kjærlighet bli speilet.  
Den store gåten  
skaperverket, mennesket og Gud  
blir tydet av ham  
som levde, døde og oppstod for oss,  
Jesus Kristus,  
et menneske som oss  
og Gud fra evighet.  
Ham vil vi ære med våre lepper  
og tjene med våre handlinger  
til vi ser ham som han er.*

Av Eyvind Skeie for Oslo Vestre Frikirke  
Egypt, mai 2016