

Mikro-celler – fællesskab, der støtter og udfordrer!

Mikro-celler – fællesskab, der forandrer!

Hvad er en mikro-celle?

En mikro-celle er 2-3 personer af samme køn, der mødes hver uge eller mindst en gang om måneden for at dele glæder og sorger med hinanden og hjælpe hinanden til at leve efter Jesu eksempel. Da en mikro-celle kun består af 2-3 mennesker, er det muligt at være meget personlig og snakke om de ting, der for alvor betyder noget i vore liv - også de ting, som vi skammer os over, og som er sårbare for os.

Hvorfor være i en mikro-celle?

Mange har oplevet, at en mikro-celle kan være et helbredende og forvandlerende fællesskab. En mikro-celle skaber 2 ting i os: 1) ærlighed og en konkret oplevelse af nåde og 2) udfordring til forandring og ansvarlighed over for andre i processen.

1: Ærlighed og Nåde

Ærlighed er en forudsætning for dybtgående forandringer i vores liv. Guds Ånd er Sandhedens Ånd og sandhed og ærlighed er det eneste udgangspunkt for at komme videre i sin vandring med Gud.

Vi frygter ofte for at vise andre, hvem vi er, da vi frygter for at blive afvist. Mikro-cellen er et trygt sted, hvor vi med tiden vover at åbne os selv for andre og dermed giver nåden chance for at nå os der, hvor vi virkelig har brug for den. At opleve menneskers kærlighed og nåde i vores svaghed skaber tro på Guds nåde.

2: Udfordring og Ansvarlighed

Vi har brug for andres støtte i vores forvandleringsproces. Både til at blive udfordret, til at handle ud fra de ting, som vi har observeret i vore liv og til at blive holdt fast på beslutninger om at leve vore liv som disciple, når det ville være lettere at give op.

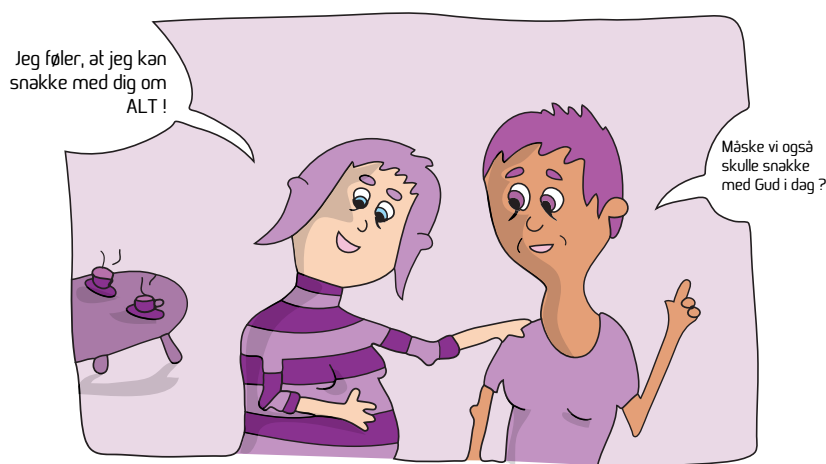
En mikro-celle skal være et sted, hvor man lader andre udfordre sig til handling, og hvor man giver andre lov til at holde sig ansvarlig for de beslutninger, som man tager.

Hvordan starter jeg en mikro-celle?

du snakker med en eller to af dine venner/bekendte, som du vil have lyst til at være i mikro-celle med, om idéen.

I aftaler, hvordan mikro-cellen skal fungere (se efterfølgende), hvor tit og hvor I mødes.

Det kan være en god idé at starte med at fortælle livshistorier. Alle i mikro-cellen får 1-2 timer til at fortælle "historien om deres liv", så man bedre forstår hinanden.

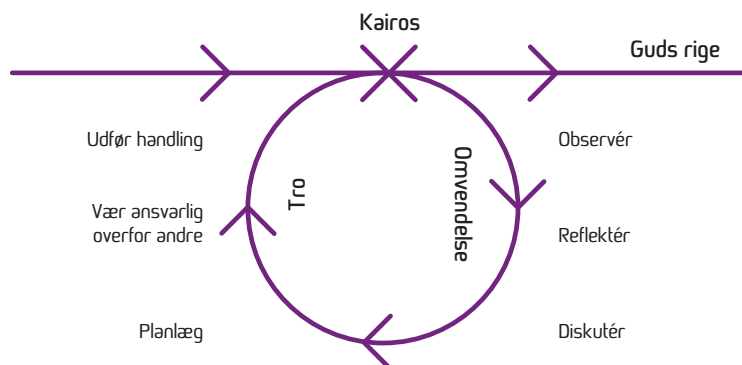


Hvad laver man i en mikro-celle?

Der er flere modeller, men de handler alle sammen om rå ærlighed og om forandring. Læringscirklen er grundmodellen i en mikro-celle, hvor "De 10 spørgsmål" er en hjælp til at komme omkring forskellige centrale områder i vore liv. Derudover er bøn helt centralt for dynamikken i en mikro-celle. Bed for hinanden og brug god tid til at invitere Guds tilgivelse og Guds kraft ind i jeres fællesskab.

1: Lærings Cirklen

Denne model fokuserer på det, der sker i ens liv for tiden. Man stopper op og overvejer "hvad prøver Gud at fortælle mig igennem det her?". Disse "observationer og refleksioner" deler man med mikro-cellen, som "diskuterer" det sammen. Man går derefter videre til at lægge en "plan" for, hvordan man vil handle på det, som Gud peger på i ens liv. De efterfølgende gange man mødes, vil man ofte vende tilbage og snakke om, hvordan det er gået og eventuelt justere planen. Denne model hjælper mikro-cellen til ikke bare at blive en "bekende-synd-før-man-igen-synder-klub", men et sted, der skaber forvandling.



En "Kairos"-begivenhed indtræffer, som Gud bruger til at røre ved noget i dit liv...
Observer hvad der skete. Anerkend at du har brug for at reagere på det skete.
Reflekter over kairos-begivenheden. Ser du et mønster i dit liv?
Diskuter med andre hvad du har fundet frem til og tag deres overvejelser med i en...
Plan for et nyt skridt, en ny fase...
Vær ansvarlig over for andre med det nye skridt, som du har planlagt...
Udfør handlingen med forvisning om, at Gud er med dig...

Discipelskabets kerne er i lydighed at samarbejde med Gud i denne proces, så vi igennem en livslang læringsproces inviterer Guds dynamik ind i vores liv.

Det nye skridt vil sikkert skabe en ny begivenhed, som starter processen forfra.

2: 10 spørgsmål

Hver gang man mødes svarer man på alle disse 10 spørgsmål. De 10 spørgsmål er en meget god model at starte med i mikro-cellen. Med tiden kan man tilpasse spørgsmålene, så de passer bedst muligt til ens livssituation.

Hvordan går det med dit åndelige liv? F.eks.: Lever du din dag med Jesus? Giver du plads for Guds kærlighed og Guds tale (f.eks. igennem Bibelen)? Bruger du tid i bøn?
Har du været et vidne for Jesus siden vi mødtes sidst? – Fredens personer f.eks.
Har du prioriteret og tjent din familie?
Har du styr på din økonomi og har du brugt dine midler godt og ærligt?
Har du skadet andre ved bagtalelse eller anden dårlig behandling?
Har du uafklarede relationer?
Har du givet efter for seksuelle fristelser? Ærer du din evt. ægtefælle ved din seksualitet?
Har du været sammen med andre kristne til bøn og fællesskab siden sidst?
Vælg et spørgsmål som du har brug for at blive stillet.
Har du svaret ærligt på de foregående spørgsmål?

Man er ikke nødvendigvis i den samme mikro-celle i flere år. Aftal at I vil evaluere jeres mikro-celle hvert ½ år og snak om, hvad I kan gøre bedre, og om I vil fortsætte. Opløs dog ikke mikro-cellen for hurtigt da det tager tid at komme ind på hinanden og at få opbygget tillid.

Mikro-celle er kirke, der er kommet så tæt på, at det udfordrer, gør ondt og helbreder.