

ADVENTSMEDITASJONER





ADVENTSMEDITASJONER

© Diakonhjemmet 2019

Prosjektkomite: Elisabeth Hove,
Aud Irene Svartvasmo og
Elisabeth Nilsen Aas

For bestilling av flere hefter,
kontakt Elisabeth Hove tlf: 22451786
eller e-post: hove@diakonhjemmet.no

Idé, design og dtp: 2K/DENMARK

Foto: Marte Garmann

Trykk og bokbind: ArcoRounborg, Skive

Bibelteksten er hentet fra Bibel 2011

© Bibelselskapet. Gjengitt med tillatelse.

Tenn lys!

T © Norsk Musikforlag A/S, Oslo.

Trykt med tillatelse.

Nordnorsk julesalme

© Norsk Noteservice, Vigmostad & Bjørke as

Trykt med tillatelse.

Det lyser i stille grender

T © Siri Sande. Trykt med tillatelse.

Solbarn, jordbarn

T © 1994 Hope Publishing Company/
David Media AB.

O © Eyvind Skeie. Trykt med tillatelse.

Vi tenner våre lykter

© Norsk Musikkforlag A/S, Oslo.

Trykt med tillatelse.



Forventning og glede

Årets adventshefte har temaet forventning og glede. Til grunn ligger fotograf Marte Gar-manns bilder av barn fra Diakonhjemmets barnehager som utfolder seg i førjulstida.

Barna på bildene utstråler nærvær og forventning. De tar imot den første snøen som fal-ler og kjenner den smelte på kinnet. De tester balansen på snøbrett og aker gjennom bus-kene. De lager engler i snøen og lykter av snøballer. Det er glede ved livet selv som gave.

Men ikke alle, enten de er barn eller voksne, gleder seg til jul. Gapet mellom den opp-levde hverdagen og forventningene blir for stort. Erfaringer gjør at noen har lært at de ikke kan forvente. Mye kan stå i veien for det vi lengter etter. Relasjoner kan ha blitt skadet. Hendelser kan skygge for håpet og lyset.

Men kan vi la oss inspirere av barna på bildene så vi får øye på hva julen rommer av mysterium og håp?

Advent handler om det som kommer til oss: Gud fødes inn i vår verden og hverdag som et nakent og ubeskyttet barn. Ikke i et kongelig palass, men i en stall og i en krybbe. Hos et ungt, fattig foreldrepar og en broket forsamling av gjeter, dyr og noen vise menn.

Barnas uforbeholdne glede og forventning viser en åpenhet for livets mange under som vi håper kan gi mot og håp. Håpet om at gode ting kan skje. Håp om at noe kan skje som berører og forandrer. I advents- og juletiden kan vi synge med, slik det har blitt sunget gjennom tidene, om hvordan jord og himmel møtes i barnet lagt på strå.

Velsignet jul!

Ingunn Moser
Administrerende direktør og forstandar





Tenn lys

TEKST: EWIND SKEIE / MELODI: SIGVALD TVEIT

- 1 Tenn lys!
Et lys skal brenne for denne lille jord,
den blanke himmelstjerne, der vi og alle bor.
Må alle dele håpet så gode ting kan skje.
Må jord og himmel møtes. Et lys er tent for det.
- 2 Tenn lys!
To lys skal skinne for kjærlighet og tro,
for dem som viser omsorg og alltid bygger bro.
Må fanger få sin frihet og flyktninger et hjem.
Tenn lys for dem som gråter og dem som trøster dem.
- 3 Tenn lys!
Tre lys skal flamme for alle som vil slåss
for rettferd og for frihet. De trenger hjelp av oss.
Må ingen miste motet før alle folk er ett.
Tenn lys for dem som kjemper for frihet og for rett.
- 4 Tenn lys!
Nå stråler alle de fire lys for ham
som elsker alt som lever, hver løve og hvert lam.
Tenn lys for himmelkongen som gjeterflokken så.
Nå møtes jord og himmel i barnet lagt på strå.



Nordnorsk julesalme

TEKST & MELODI: TRYGVE HOFF

- 1 Velsigna du dag over fjordan.
Velsigna du lys over land.
Velsigna de evige ordan
om håp og ei utstrakt hand.
Verg dette lille Du gav oss
den dagen Du fløtta oss hit.
Så vi kjenne Du aldri vil la oss
forkomme i armod og slit
- 2 Vi levde med hua i handa,
men hadde så sterk ei tru.
Og ett har vi visselig sanna:
vi e hardhaussa vi som Du.
Nu har vi den hardaste ria,
vi slit med å kave oss frem
mot lyset og adventsti'a,
d'e langt sør tel Betlehem.
- 3 Guds fred over fjellet og åsen,
la det gro der vi bygge og bor.
Guds fred over dyran på båsen
og ei frossen og karrig jord.
Du ser oss i mørketidslandet.
Du signe med evige ord
husan og fjellet og vannet
og folket som leve her nord.







Det lyser i stille grender

TEKST: JAKOB SANDE / MELODI: LARS SØRRAAS D.Y.

- 1 Det lyser i stille grender
av tindrande ljøs i kveld,
og tusene barnehender
mot himmelen ljosa held.
- 2 Og glade med song dei helsar
sin broder i himmelhall,
som kom og vart heimsens Frelsar
som barn i ein vesal stall.
- 3 Der låg han med høyt til pute
og gret på si ringe seng,
men englane song der ute
på Betlehems aude eng.
- 4 Der song dei for første gongen
ved natt over Davids by
den evige himmelsongen,
som alltid er ung og ny,
- 5 den songen som atter tonar
med jubel kvar julenatt
om barnet, Guds Son, vår sonar,
som døden for evig batt.



Glade jul

TEKST: B. S. INGEMANN / MELODI: FRANZ GRUBER

- 1 Glade jul, hellige jul!
Engler daler ned i skjul.
Hit de flyver med paradisgrønt;
hvor de ser hva for Gud er skjønt,
/: lønnlig iblant oss de går :/
- 2 Julefryd, evige fryd,
hellig sang med himmelsk lyd!
Det er engler som hyrdene så,
dengang Herren i krybben lå,
/: evig er englenes sang. :/
- 3 Fred på jord, fryd på jord,
Jesusbarnet blant oss bor!
Engler synger om barnet så smukt,
han har himmeriks dør opplukt.
/: Salig er englenes sang. :/
- 4 Salig fred, himmelsk fred
toner julenatt her ned.
Engler bringer til store og små
bud om ham som i krybben lå.
*/: Fryd deg, hver sjel
han har frelst! :/*







Solbarn, jordbarn

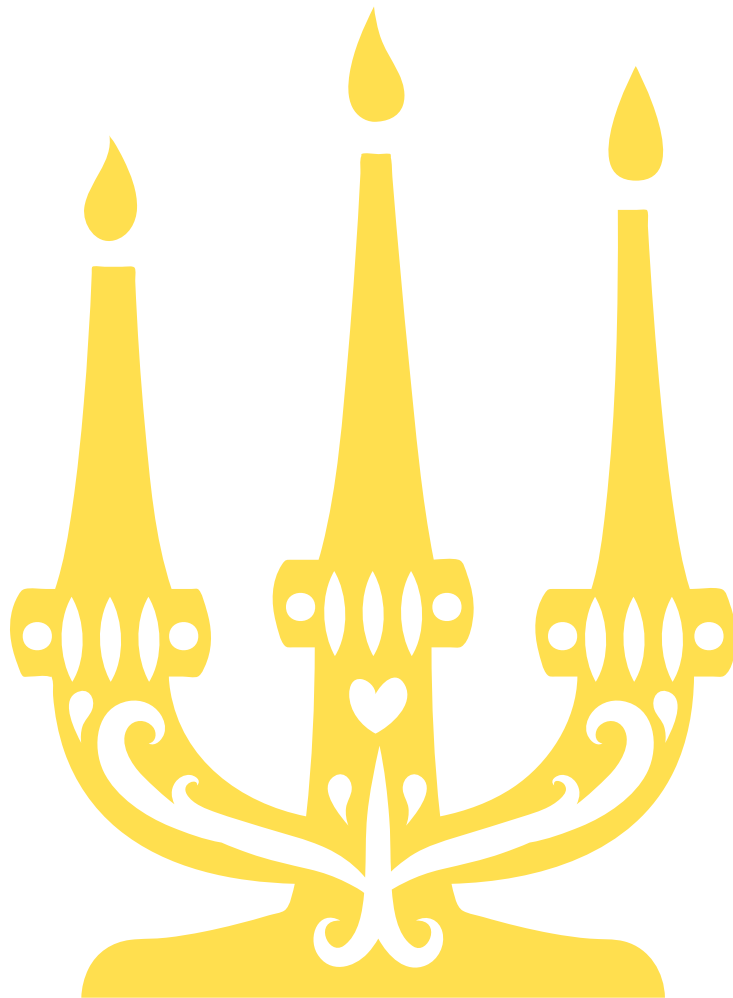
TEKST: SHIRLEY E. MURRAY / OVERSETTELSE: EWIND SKEIE / MELODI: CARLTON R. YOUNG

- 1 Solbarn, jordbarn, bak din tynne hud
stråler mot oss kjærlighet fra Gud.
*Hør oss, se oss, Stjernebarn, stig ned,
så jordens barn i alle land finner julens fred.*
- 2 Flyktning, krigsbarn, hjemløs og forlatt,
misbrukt, skadet i den dype natt.
*Hør oss, se oss, Stjernebarn, stig ned,
så jordens barn i alle land finner julens fred.*
- 3 Glemte barn, skremte barn, med sitt såre sinn,
ingen merker tåren på dets kinn.
*Hør oss, se oss, Stjernebarn, stig ned,
så jordens barn i alle land finner julens fred.*
- 4 Bortskjemt, ensomt barn som vil ha mer,
trosbarn, Guds barn, håper, venter, ber.
*Hør oss, se oss, Stjernebarn, stig ned,
så jordens barn i alle land finner julens fred.*
- 5 Håpsbarn, Fredsbarn, Barn fra evighet,
vis hvert jordbarn himlens herlighet.
*Hør oss, se oss, Stjernebarn, stig ned,
så jordens barn i alle land finner julens fred.*

Det skjedde i de dager at det gikk ut befaling fra keiser Augustus om at hele verden skulle innskrives i manntall. Denne første innskrivningen ble holdt mens Kvirinius var landshøvding i Syria. Og alle dro av sted for å la seg innskrive, hver til sin by.

Josef dro da fra byen Nasaret i Galilea opp til Judea, til Davids by Betlehem, siden han var av Davids hus og ætt, for å la seg innskrive sammen med Maria, som var lovet bort til ham, og som ventet barn. Og mens de var der, kom tiden da hun skulle føde, og hun fødte sin sønn, den førstefødte. Hun svøpte ham og la ham i en krybbe, for det var ikke husrom for dem.

Det var noen gjeterne der i nærheten som var ute på marken og holdt nattevakt over flokken sin. Med ett sto en Herrens engel foran dem, og Herrens herlighet lyste om dem. De ble overveldet av redsel. Men engelen sa til dem: «Frykt ikke! Se, jeg forkynner dere en stor glede, en glede for hele folket: I dag er det født dere en frelser i Davids by; han er Messias, Herren. Og dette skal dere ha til tegn: Dere skal finne et barn som er svøpt og ligger i en krybbe.» Med ett var engelen omgitt av en himmelsk hærskare, som lovpriste Gud og sang:



«Ære være Gud i det høyeste,
og fred på jorden
blant mennesker Gud
har glede i!»

Da englene hadde forlatt dem og vendt tilbake til himmelen, sa gjeterne til hverandre: «La oss gå inn til Betlehem for å se dette som har hendt, og som Herren har kunngjort for oss.» Og de skyndte seg av sted og fant Maria og Josef og det lille barnet som lå i krybben. Da de fikk se ham, fortalte de alt som var blitt sagt dem om dette barnet. Alle som hørte på, undret seg over det gjeterne fortalte. Men Maria tok vare på alt som ble sagt, og grunnet på det i sitt hjerte. Gjeterne dro tilbake. De lovet og priste Gud for alt de hadde hørt og sett; alt var slik som det var sagt dem.

(Lukas 2,1-20)



Vi tenner våre lykter

TEKST: BJØRN RØNNINGEN / MELODI: BJØRN RØNNINGEN

Sneen dalte lett og fin
og strøk blidt mot ruten min
i morges da jeg drømte på min pute
Vi tok skjerf og votter på
hastet veldig med å gå
snart var det tusen barnespor der ute

Og vi tenner våre lykter når det mørkner

Og når alle lyder pakkes inn i vatt

*Ja vi tenner våre lykter når det mørkner
for da lyser de til kvelden si'r godnatt*

Først så trakk vi kjelken opp
på en diger bakketopp
så suste vi avsted langt ut på jordet
Også bar det opp igjen
snart var vi på topp igjen
Så lo vi mens vi akte små og store
Omkved

Vi har bygget oss et slott
som vi syns er stort og flott
med snedronning og sneprinsler med jakker
Vinterdagen tar farvel
vi må inn for det er kveld
vi ser på him'len at det lir og lakker
Omkved



ER DU PASIENT ELLER PÅRØRENDE
VED DIAKONHJEMMET SYKEHUS
OG ØNSKER NOEN Å SNAKKE MED?

Preste- og diakontjenesten på Diakonhjemmet
Sykehus er døgnbemannet og nås via sykehusets
hovedresepsjon, tlf: 22 45 15 00

Sykehusprestene er:
Aud Irene Svartvasmo, tlf: 22 45 48 32,
e-post: aud.i.svartvasmo@diakonsyk.no

Jarl Bøhler, tlf: 22 45 15 19,
e-post: jarl.bohler@diakonsyk.no

Kjersti Håland, tlf: 22 45 15 18,
e-post: kjersti.haland@diakonsyk.no

Sykehusdiakon:
Gudmund Johnsen Wisløff, tlf: 99 42 86 87,
e-post: gudmundjohnsen.wisloff@diakonsyk.no

Ønsker du en samtalepartner fra
et annet tro- eller livssynssamfunn
eller fra Human-Etisk forbund,
kan prestetjenesten formidle kontakt
med «Samtalepartnere for tro og livssyn»
ved Oslo universitetssykehus.

ER DU BEBOER ELLER PÅRØRENDE VED
ET AV VÅRE SYKEHJEM OG TRENGER NOEN
Å SNAKKE MED, KONTAKT GJERNE PREST
ELLER DIAKON I DIN LOKALE MENIGHET.

Nordberg menighet: 23 62 94 90
Sagene menighet: 23 62 92 90
Grorud menighet: 23 62 96 00

ER DU STUDENT ELLER ANSATT VED
VID VITENSKAPELIGE HØGSKOLE
OG ØNSKER NOEN Å SNAKKE MED?

Studiested Diakonhjemmet, Oslo:
Studentdiakon Elisabeth Nilsen Aas, tlf: 22 45 19 28,
e-post: elisabeth.nilsen.aas@vid.no

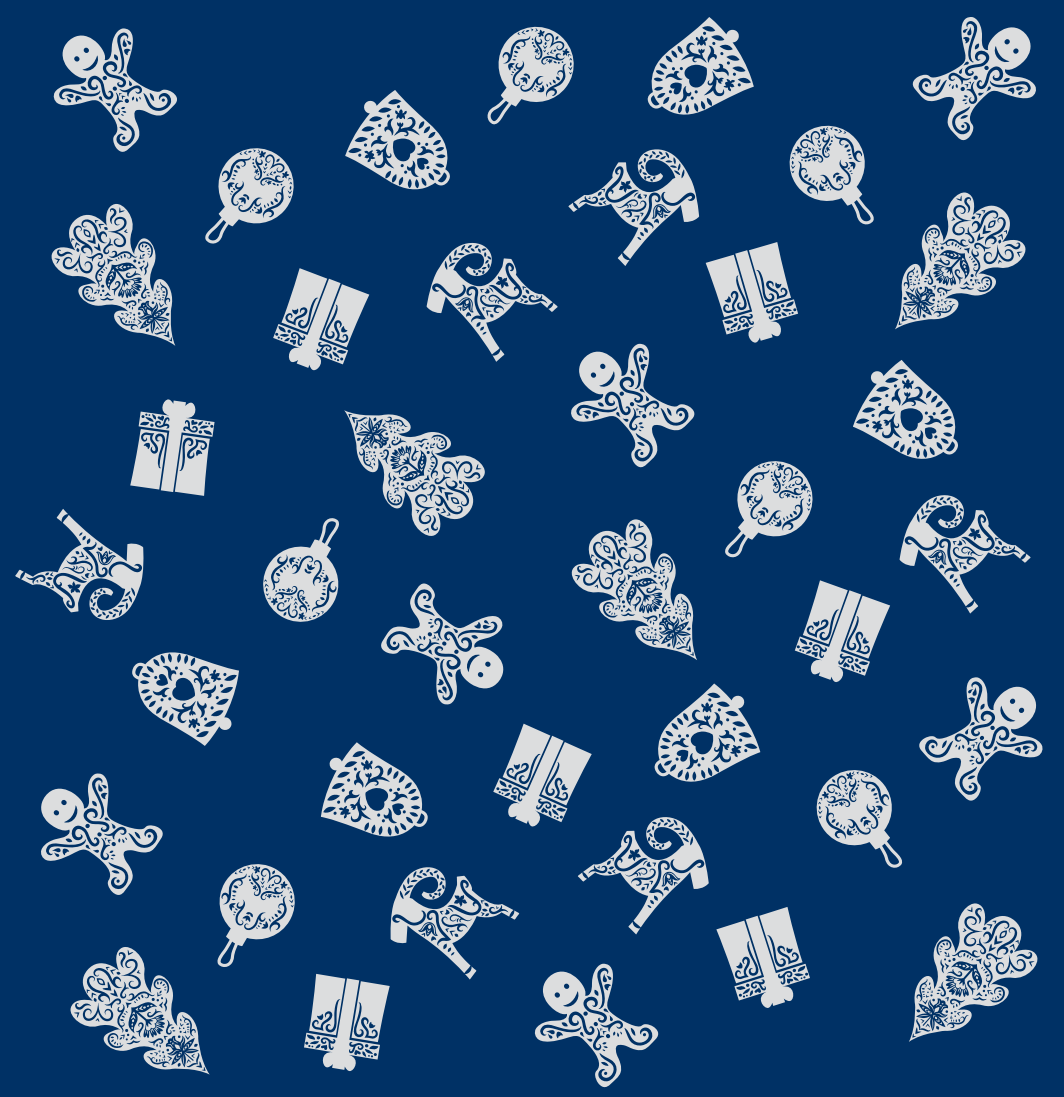
Studiested Stavanger og Sandnes:
Prest Leni Mæland
(kontor Universitetet i Stavanger), tlf: 93 01 87 22,
e-post: leni.maeland@uis.no

Studiested Bergen:
Studentprest Inge Høyland, mob: 415 63 972,
e-post: inge.hoyland@prest.uib.no

Studentprest Marie Grindheim, tlf: 97 60 45 58,
e-post: marie.grindheim@prest.uib.no



Marte Garmann er fotograf, art director og
redaktør. Hun jobber med markedsmateriell,
film og foto for ulike kunder i inn og utland.
Hun er også daglig leder i Innholdsbyrået AS og
driver IBY- forlag som gir ut bøker for bedrifter
som ønsker egne bokproduksjoner.





Diakonhjemmet

Diakonveien 14, 0370 Oslo
22 45 15 00
www.diaconhjemmet.no