

# Örebro

MITT I LIVET • NR 2 | 2012

HÄNG MED PÅ  
PILGRIMS-  
VANDRING

*sid 2*

GUNILLA ERICSSON  
OM GYMPA I KYRKAN

*sid 5*

**KROPPEN OCH  
KYRKAN  
- NU MÖTS DE!**

Svenska kyrkan   
ÖREBRO



LARS B STENSTRÖM

## krönika



### Händer, fötter och huvud!

**ANDLIGHET VET MAN** väl vad det är. Det är... Ja, hur ska man säga? Man kan beskriva det som... Försök själv. Det är inte helt enkelt. Eller ta upp andlighet under fikapausen. Jag tror att det blir alldeles tyst. Kan man prata om sån't? Sedan tar diskussionen fart.

Ofta beskrivs andlighet som något undflyende. Den tycks sväva som en dimma. Ha med stämningar och känslor att göra. Det andliga uppfattas som en motsats till det materiella, till kroppen. Men människans andlighet är helt beroende av samspelet med kroppen. Ta dopet. Då används vatten som öses över huvudet på den som ska döpas. Prästen lägger händerna på den döpte och ber!

Tänk på bönen. Så mycket kropp. Den som ber knäpper händerna. Fallor på knä. Sluter sina ögon. Använder sin röst. Står med lyfta händer. När bönen är slut får den följer. De flesta väntar inte passivt på att Gud skall ordna allt. Bönen motiverar människor att göra konkreta insatser. Man besöker någon. Ställer upp för en medmänniska. Samlar pengar till världens fattiga. Ser till att de som drabbats av krig och katastrofer får filter och mat.

**I HÖGMÄSSAN GÅR** man ofta i procession. Alla har röda böcker. Psalmböcker. Församlingen sjunger av hjärtans lust. Orgeln brusar. Man står upp och man sitter ner. Deltagarna önskar varandra Guds frid med ett handslag eller en omfamning. En kör ställer sig upp och sjunger. Folket rör sig i kyrkorummets. Till exempel vid nattvarden. Då vandrar folk fram till koret för att ta emot bröd och vin. De både äter och dricker lite grann. Många tecknar ett kors över sitt bröst. Hela människan är verkligen indragen i det andliga. Händer, fötter och huvud! Kropp och ande!

**Svenska kyrkan** 

ÖREBRO

**Örebro - Mitt i livet är en lokaledition av livs-  
åskådningsmagasinet Amos. Tidningen delas ut till-  
sammans med Amos till alla hushåll inom Örebro  
kyrkliga samfällighet.**

REDAKTION FÖR DETTA NUMMER

Andreas Axinge, Therese Blixt, Jenny Holmberg, Anna Apell Källström, Lars B Stenström, Pär Westling, Henriette Öberg.

Svenska kyrkan, Storgatan 27, ingång C, 703 63 Örebro  
orebro.mittilivet@svenskakyrkan.se

Lokal utgivare: Kontraktspastor Lars B Stenström,  
019-15 46 62, lars.stenstrom@svenskakyrkan.se

Nästa nummer utkommer 1 juni 2012.

Kontaktuppgifter till Svenska kyrkans församlingar och gemensamma verksamheter i Örebro finns på webben [www.svenskakyrkan.se/orebro](http://www.svenskakyrkan.se/orebro) och i Eniros katalog.



# Nu får även kroppen plats i kyrkan

Pilgrimsvandring har blivit så stort att Libris förlag precis släppt en bok om svenskarnas nya intresse. Och Svenska kyrkan i Örebro erbjuder alltifrån spädbarnsmassage till sittgympa och flera konfirmandgrupper med sporttema. – Modern forskning visar ett tydligt samband mellan kropp, själ och ande, säger Kjell Kallenberg, professor och präst.

**M**EN UNDER LÅNG TID har synen på kroppen varit annorlunda, inte bara i kyrkan. Kjell Kallenberg, som arbetar bl.a. i Olaus Petri församling och på Universitets-sjukhuset, går tillbaka ända till antiken i sitt resonemang.

– I det antika Grekland var filosof det finaste man kunde vara. Tänkandet och det andliga hade otroligt hög status och den synen har levt kvar i Europa under lång tid.

– Trots att samtliga av Jesus lärjungar hade fysiska arbeten och var väldigt "hands on", så utvecklade kyrkan en syn där kroppen gjordes till ett fodral. I detta fodral rymdes det som var vår

sanna identitet, alltså själen.

Sjukdomar och läkekonst var en sak, där hade den tidiga kyrkan ett djupt engagemang, inte minst via klostren. Men i övrigt var kroppen ett känsligt ämne, konstaterar Kjell Kallenberg.

I dag är det annorlunda. Vi vet att värk i kroppen ofta leder till värk i själen och att värk i själen kan göra att man kryper ihop och spänner sig, med värk i kroppen som följd. Forskningens alltmer holistiska, alltså helhetsinriktade, människosyn har gjort avtryck även i kyrkan.

En snabb genomgång av webbplatsen för Svenska kyrkan i Örebro, visar alltifrån innebandygrupper till heliga danser, babymassage, pilgrimsvandring och flera konfirmandgrupper med



## ”Det kroppsliga är inte tabu längre”

idrottstema. Och tidigare i år genomförde Mikael's församling en heldag där de anmälda fick ”vandra” genom Gamla testamentet med hjälp av 77 rörelser – ”Från 1:a Mosebok till Malaki med hela kroppen”.

– Det kroppsliga är inte tabu längre, säger diakon Annette Wissner.

Hon arbetar på DiakoniCentrum i Kyrkans Hus, dit den välkända gympaveteranen Gunilla Ericsson kommer varje fredag för att leda sitt-

gympa för äldre – närmare bestämt i Stilla rummet.

– Men vi har också provat mindfulness, skrattrympa och en massa annat, säger Annette Wissner. Kroppen är en del av skapelsen, precis som själen. Jag tycker det är bra om kyrkan kan ge plats för kroppen och samtidigt vara en motvikt till den utseendefixering som håller på att ta över helt i samhället.

**SOM NU TILL** sommaren, funderar hon. Hur många fullt friska människor ägnar inte tid och kraft åt att fundera över om de ”duger”, istället för att helt enkelt ta på sig badkläderna och bara njuta av hur skönt det är att simma i sjön en vacker sommardag?

Kanske är pilgrimsvandrandet ett av de mer tydliga exemplen på när kropp och själ arbetar tillsammans, sida vid sida. Överallt vandrar svenskarna numera, korta och långa sträckor, på

## KROPPSNÄRA

hemmaplan såväl som utomlands – och vandrarerna ökar i antal, hela tiden. Därför har Libris förlag nyligen släppt boken ”Pilgrimslivet”.

– Det är fantastiskt att se hur en urgammal tradition har fått nytt liv och delvis nytt innehåll och hur den får innebära så mycket viktigt för människor med de mest skilda bakgrunder, säger författaren Anna Braw.

I boken finns grubblerier och böner, men också analyser av kängor och strumpor, svullna vrister, blåsor, trötta kroppar och packningstips. Utan kropp, ingen vandring.

– Jag tycker att det är spännande att se hur samma begrepp – ibland till och med samma vägsträcka – kan innebära så mycket och så olika saker för olika människor. Det är en påminnelse att ta med sig tillbaka in i vardagen. Och en kvinna skriver: ”Människor är gjorda för att gå, men inte för att gå förbi varandra”.

JENNY HOLMBERG

## Häng med på pilgrimsvandring i Kilsbergen

Lördagen den 16 juni arrangerar Olaus Petri församling en pilgrimsvandring i Kilsbergen. Gruppen vandrar Tiosjöarsleden, samtalar, är tysta och firar mässa mitt ute i skogen.

Gruppen samlas 08.00 för samäkning och är tillbaka innan det mörknar. För frågor och anmälan, kontakta Björn Helgesson 019-15 46 86 eller bjorn.helgesson@svenskakyrkan.se.

## ”The Path” och vandring till Riseberga

The Path är en nordisk sångvandring genom tre länder, tre årstider och tre teman: Miljö, Integration och eXistens, MIX. Syftet är att verka för fredsskapande möten.

Vandringen startade i Trondheim i april och avslutas i Köpenhamn i september. En budkavle av vandrare för staven framåt och vid midsommartid stannar den upp i Örebro.

Söndag 24 juni blir det temamässa i St Nicolai kyrka med den afrikanska kören Bisikongo.

Den 25 juni är det vandring från Örebro till Riseberga, där det blir konsert och invigning av Munkastigen – en gammal pilgrimsled mellan Riseberga och Birgittakyrkan i Olshammar.



Läs mer och anmäl dig på [www.thepath.nu](http://www.thepath.nu)!



Fler och fler svenskar pilgrimsvandrar, både hemma och borta. Redan nu i juni har du chans att hänga med på vandring du också, genom att anmäla dig till vandringen i Kilsbergen eller till Riseberga.



En kyrkomusiker som är spinningledare. En maratonlöpare som leder samtalsgrupper om kristen tro. Och en gympaledare som gått en alphakurs. Möt Carina, Christer och Gunilla och deras syn på sambandet mellan kropp och själ.

TEXTER: JENNY HOLMBERG FOTO: ULLA-CARIN EKBLOM



Carina Sandström.

## ”Kropp, själ och musik hänger ihop”

**VISSA DAGAR LEDER** hon babysång, barnkör och spelar på familjegudstjänster i Långbro kyrka. Andra dagar leder hon svettiga, cyklande människor i träningskläder på Friskis & Svettis i Örebro. Carina Sandström, 46, behöver både och för att må bra.

Cool som en filbunke går hon in i spinninglokalen, tittar ut över gruppen, justerar inställningarna på cykeln, sätter på mikrofonen och sätter igång. Från sin plats på ledarcykeln frågar Carina om det finns några nybörjare i gruppen, informerar om säkerhet och beskriver hur passet är upplagt.

– Då kör vi.

Och det gör gruppen. Illröda ansikten, svett som forsar, flitigt nyttjade vattenflaskor för att kompensera vätskeförlusten och en ledare som är alldeles lugn. Uppmuntrande och peppande – men lugn.

– Det handlar om trovärdighet, säger Carina efteråt. I min roll som spinningledare måste det vara tydligt för gruppen att jag är fullt kapabel att leda och pusha på.

När hon ska beskriva sin relation till Svenska kyrkan och arbetet som församlingsmusiker, dyker samma ord upp igen – trovärdighet. Det går inte att leda babysång och barnkör och ha familjegudstjänst om man inte tror på det man gör eller betraktar mötena med barnen som viktiga och värdefulla.

Kropp, själ och musik – för Carina hänger alla tre ihop.

– För mig är det jättetydligt. Jag har ofta känt att jag kan se klarare på ett problem om jag ger mig ut och springer. Det öppnar upp och rensar på något vis. Bara det att ge sig ut i skogen gör skillnad, naturen ger kraft.

**Om du vill njuta fysiskt av sommaren – vad gör du då?**

– Då är jag vid Vättern utanför Motala. Det är något med vattnet där.... det är så fint.



## KROPPSNÄRA



## ”Jag gillar trons och loppens utmaningar”

**EN DEL AV HONOM** är maratonlöpare. En annan del leder samtalsgrupper i Nikolai, för människor som vill lära sig mer om och samtala om kristen tro.

– Både löpning och tro handlar om mål, om att vilja utvecklas, säger Christer Hansson, 46.

Som yngre var han ofta hånfull gentemot det här med att tro och gjorde sig lustig över kyrkan. Men något hände vid ett besök i Olaus Petri kyrka en jul för drygt femton år sedan.

– Jag var sökande, upplevde en tomhets känsla. Men så blev jag engagerad i katekumenatet i OP.

### Hur kan man förklara katekumenat?

– Som en bred introduktion i kristen tro. Man träffas och har samtal som bygger mycket på delande – typ ”Om du fick ställa vilka frågor du ville till Gud, vad skulle du fråga då?”. Numera är jag själv ledare. Vissa i en grupp kommer dit med tvivel och ifrågasättande, andra har en stark övertygelse men vill lära sig mer.

Mötena, dialogen och växandet

fascinerar honom – att upptäcka potentialen hos sig själv och andra. Att vilja utvecklas och försöka undvika stagnation.

– Det gäller för både tron och löpningen. Båda rymmer svårigheter och utmaningar. Att tro är jättekomplicerat, just för att det handlar om att tro. Den dag som jag lämnar den här världen kommer jag fortfarande att vara troende. Inte vetande.

– Som löpare blir man lätt fascinerad av maraton. Det är något speciellt och kräver mycket. Varför får de och inte jag, tänkte jag? När jag sprungit mitt första lopp visste jag att jag kunde, jag också.

### När du vill njuta av sommaren - vad gör du då?

– Ger mig ut i naturen. Jag bor på Norr och har nära till Rynningeviken. I de lägena promenerar jag helst, för när jag springer är jag så fokuserad på löpningen. Jag söker den där känslan av att bara vara, att verkligen ta in allt ljus och alla dofter och känna att jag hänger ihop med allt detta. Att jag är en del av det.

## ”Jag är tacksam för det som var dag ger”

**HON HAR LETT GYMPAGRUPPER** i Örebro sedan 1960-talet – och sedan åtta år tillbaka leder 77-åriga Gunilla Ericsson även sittgymna för äldre i Kyrkans hus. Närmare bestämt i Stilla rummet, där det annars mest hålls andakter.

Att ha sittgymna i Stilla rummet är inte konstigt alls, tycker Gunilla Ericsson. Det är ”modern”.

– Jag är alldeles trygg med att vi kör vår gymna där, jag känner ett stort lugn inför det.

För Gunilla är det inget snack som saken. Kropp och själ är starkt sammanlänkade och båda är viktiga. Därför gick också den pensionerade sjuksköterskan och legendariska gympaledaren en egen kurs för fem år sedan – en alphakurs i kristen tro.

– Min tro är inget jag basunerar ut, men den betyder mycket och ger mig frid och ro. Bönen är viktig för mig. Jag tycker och tror att den hjälper mig.

Men även fysisk rörelse kan rymma stora

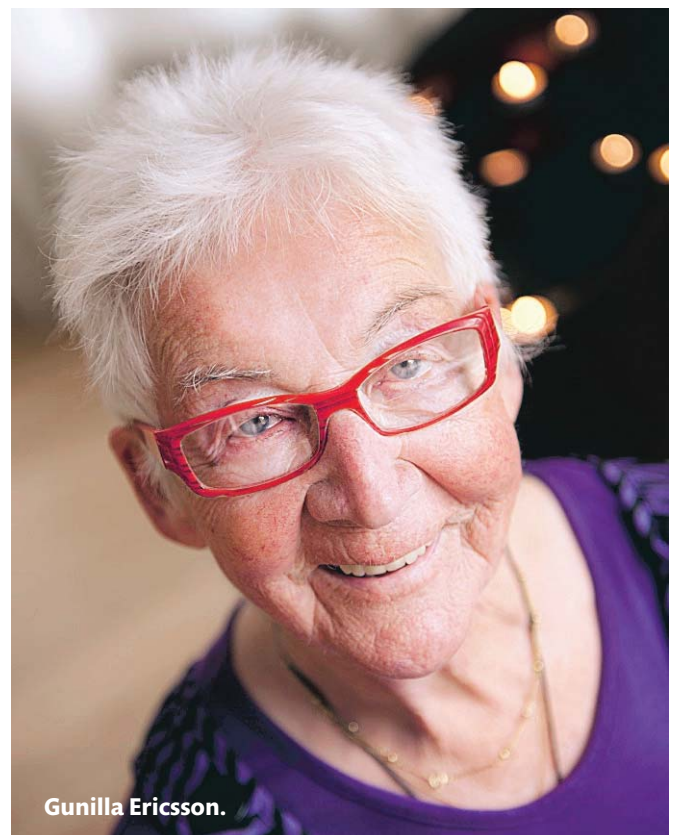
djup, tycker Gunilla.

– Tyvärr har idrott kommit att handla så mycket prestation under senare tid. Så behöver det inte vara, för alla kan göra något som gör att de mår bättre. Jag fick själv en reumatisk sjukdom för några år sedan och det var då jag drog igång det här med sittgymna till musik.

– Jag får kämpa en del med värk och kortisonpiller men samtidigt: Jag kan inte klaga. Jag är 77 år och det finns många som har det värre. Jag är tacksam för det som var dag ger och gemenskapen med mina olika gympagrupper är så härlig. Det sociala med gympan är väldigt viktigt.

### Om du vill njuta fysiskt av sommaren - vad gör du då?

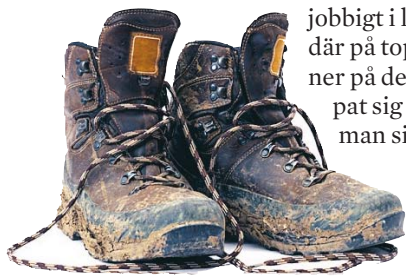
– Då går jag och simmar, jag älskar det. I vattnet känner jag mig fri och kroppen blir lätt.



# vardagsnära...

## NUMRETS PRYL: VANDRINGSKÄNGOR

**EGENTLIGEN BEHÖVER** man inga vandringskängor för att åka på pilgrimsresa. Men vandringskängor är oslagbara i bergsterräng. Tyska vänner lärde mig att inte ta samma väg nedför berget. För dem var det här med att gå uppför ett berg också en inre kamp med vad det nu



kunde vara som just då var jobbigt i livet. När man står där på toppen och tittar ner på den stig man kämpat sig uppför känner man sig stolt och stark – trots att man egentligen är slut.

På toppen har man distans till vardagen. Men där kan man inte stanna. Vi ska alla ner i vardagsvimlet igen och hitta en annan väg – lita på att stigen för rätt och att det annars nog ordnar sig ändå. På andra sidan berget får jag en annan utsikt – och kanske inspiration till att våga ändra förhållningssätt i mina livssituationer, att se min egen del i det som är. På vägen nedför är det som om vandringskängorna går helt av sig själva, på väg mot närmaste restaurang. Det ska vara gott att leva efter en bergsvandring. Man har kanske inte hittat svar på alla livets frågor, men man är tillbaka. Och det kan man unna sig att fira.

HENRIETTE ÖBERG

## Tävling

### Vinn Pilgrimslivet!

Vi har tre böcker i vinstpotten. Nedan ser du fyra "kroppsnära" citat. Två av dem är hämtade från bibeln – kan du lista ut vilka?

Skicka in svaret märkt "Tävling nr 2" senast 25 juni samt namn och adress till orebro.mitttilivet@svenskakyrkan.se eller Örebro – mitt i livet, Svenska kyrkan, Storg 27C, 703 63 Örebro. Lycka till!

1. "Vänliga ord är som honung – smakar sött och gör kroppen frisk"
2. "Ät gott och var glad"
3. "Allting som är trevligt är bra för magen"
4. "Liksom vi har en enda kropp men många lemmar, alla med olika uppgifter, så utgör vi, fast många, en enda kropp"

**Vinnare!** Grattis till Camilla Carlsson Lundgren, Fam Åberg och Karin Ohlsson som svarade rätt i förra numrets tävling. Jenny Holmbergs bok "Bara du finns" har skickats med post.



Den ordlösa bönen vid en ljusbärare eller en blombukett vid en olycksplats är väsentliga handlingar, när orden inte längre räcker till. Vi behöver de kroppsliga uttrycken.

CAROLINE KROOK

## HÄNT PÅ FACEBOOK



Häng med i allt som händer på [facebook.com/svkorebro](https://facebook.com/svkorebro).

Under senare tid har det handlat jättemycket om våra härliga konfirmander. Kolla in bilderna från årets konfirmandfotografering! Och gilla sidan, så hänger du med i vad som händer du också.

## BOKTIPSET

**Pilgrimslivet** Anna Braw

**SVERIGE HAR** kommit på fötter. Överallt i vårt land packar människor en ryggsäck, provgår kängor och väljer en vandringsstav. En del börjar i Frankrike och tar sig till Spanien, en del går till Trondheim, en del avslutar med tidebön och kanelbulle i Vadstena och en del stakar upp nya vandringsleder hemmavid. I "Pilgrimslivet", som utkom i maj, berättar pilgrimer och pilgrimsvänner själva om vägar, skoskav, möten, matraster, packningstips, vackra platser, andakter, mål och mening, gemenskap, logement, lärdomar, stavar och mycket annat. Är du också på väg?



## Bli medlem i Svenska kyrkan du också!

Svenska kyrkan i Örebro betyder kyrkor, gudstjänster, körer och musik – men också ett stort socialt arbete. Dit hör t.ex. öppna förskolor, Pappis, DiakoniCentrum, jourhavande präst, ungdomsgrupper, scouter, häktespräst, rådgivningsbyrå och

polis- och brandkårspräst. Vi finns på Örebro Universitet via Universitetskyrkan, på arbetsplatser såsom Marieberg köpcentrum – och, inte minst, på Universitetssjukhuset där sjuka, anhöriga och USÖ:s personal får stöd av Sjukhuskyrkan.

### JA, JAG VILL BLI MEDLEM I SVENSKA KYRKAN

#### Kryssa för lämpliga alternativ

- Jag är döpt i Svenska kyrkans ordning.
- Jag är döpt i annan evangelisk-luthersk kyrkas ordning.
- Jag är inte döpt, men vill ha mer information om Svenska kyrkan.
- Jag är konfirmerad i Svenska kyrkans ordning.
- Jag är konfirmerad i annan kristen kyrkas ordning.

Svenska kyrkan   
ÖREBRO

NAMN \_\_\_\_\_

PERSONNUMMER \_\_\_\_\_

ADRESS \_\_\_\_\_

TELEFON \_\_\_\_\_

ORT/DATUM \_\_\_\_\_

NAMNUNDERSKRIFT \_\_\_\_\_

Frankera ej.  
Mottagaren  
betalar  
portot

**Örebro Kyrkliga  
Samfällighet**

**SVARSPOST  
20486982**

**708 00 Örebro**



# ...söndagsöppen

## Dags för familjeläger

Även i sommar arrangerar Svenska kyrkan i Örebro familjeläger på kursgården Solliden vid sjön Lång-en. Lägret hålls 31 juli till 3 augusti och årets tema är "Frälsarkransen" – pärlorna som lär oss om livet. Under familjelägret blandas lek, allvar, samtal, aktiviteter, bad och naturupplevelser. Deltagaravgift är 400 kr för vuxen, 100 kr för barn 3-6 år, 150 kr för barn 7-14 år eller max 700 kr per familj. Anmäl dig senast 7 juni till margareta.kennerberg@svenskakyrkan.se.

## Sommarcafé för unga

Under fyra veckor i sommar, vecka 26-29, kommer Adolfsbergskyrkan att ha ett sommarcafé strax intill kyrkan.



– Det blir ett café för ungdomar och av ungdomar. Tanken är att det är sommarjobb-bande unga som tillsammans med handledare ska driva caféet, säger Martin Öhman, församlingspedagog. Det exakta programmet kommer att spikas tillsammans med ungdomarna.

– Men vi vet att det blir breakdance, tävlingar, grillkvällar och förhäng innan Talangen, säger Martin Öhman.

För mer exakta tider och program under de fyra café-veckorna, läs mer under Adolfsberg, Mosjö-Täby på [www.svenskakyrkan.se/orebro](http://www.svenskakyrkan.se/orebro) eller på [www.facebook.com/svkAMT](http://www.facebook.com/svkAMT).

## Sommarkyrka i Tångeråsa i juli

Tångeråsa kyrka i Edsbergs församling är inte bara unik som en av Sveriges få bevarade träkyrkor från medeltiden. Den är också sommarkyrka och helt fullspäckad med aktiviteter. Under tre veckor, 9-29 juli, har kyrkan öppet varje dag kl 14.00-18.00.

Förutom att du kan kolla in träkyrkan, lokalt hantverk och fika, så arrangeras det också en rad olika temadagar. Vad sägs om stick-kafé, föreläsningar (bl.a. Oloph Bexell, professor i kyrkohistoria), barndagar, hantverksdagar och släktforskning?

Kolla in hela programmet på [www.svenskakyrkan.se/edsberg](http://www.svenskakyrkan.se/edsberg).

## Gudstjänster

**Vallfartsmässa med biskop Hans-Erik Nordin**  
3/6 11.00 i Risebergs klosteruin.

**Ung Mässa**  
10/6 18.00 i S:t Nicolai kyrka.

**Konfirmation med sommarkonfirmanderna**  
8/7 10.00 i Olaus Petri kyrka.

## Musik & konserter

**Musikandakt**  
3/6 18.00 i Mosjö kyrka. Efteråt fortsätter vi i Mosjö församlingshem, med mer musik och kaffe.

**Nationaldagskonsert**  
6/6 19.00 Långbro kyrkokör i Långbro församlingshem.

**Musikgudstjänst**  
24/6 18.00 i Kräcklinge kyrka, sommarens psalmer och sånger.

**Kör och klockspelare från USA**  
2/7 kl 20.00 i Olaus Petri kyrka.

**Kvällssång**  
2/7-29/7 i S:t Nicolai kyrka. Kvällssång med musikungdomar mån-fre 19.00 och sön 17.00.

## Barn & familj

**Sommarcafé**  
29/5-14/8 Hjärsta gård, tis 13.30-15.30.

**Sommaröppnis i Långbro**  
Vecka 23-26, mån 9.30-12.00, tors 13.30-16.00, fre 9.00-12.00. Utelek oavsett väder, ta med matsäck.

**Trädgårdsfest**  
12/6 kl 13.00 Almbys Prästgårdspark.

**Detta är en liten del av allt som händer i Svenska kyrkan Örebro. Du hittar mer på [svenskakyrkan.se/orebro](http://svenskakyrkan.se/orebro)**

## Midsommarfirande

**Almby Prästgårdspark**  
21/6 09.30 Almby Prästgårdspark.

**Hjärstaparken**  
22/6 15.00, ca 16.30 musikgudstjänst i S:t Mikael's kyrka.

## Sverigefinskt församlingsarbete

Ulkoilmamessu ja vuoden aikana tasavuosia täyttäneiden juhla Pyhän Mikaelin kirkossa 10.6. klo 14.00. Säävaraus. Vietämme juhannusjuhlaa yhdessä Mikaelin seurakunnan kanssa. Lisätietoja Astalta puh. 019-15 47 62. Lauluilta Hjärsta gårdenilla 29.6. klo 17.00.

## Teckenspråkigt arbete

**Gudstjänst med nattvard**  
10/6 14.00 i S:t Nicolai kyrka.

## Annat på gång!

**Retreat på Skrekarhyttan**  
8-10/6. Se [www.sorbykyrkan.nu](http://www.sorbykyrkan.nu).

**Barnläger på Skrekarhyttan**  
14-17/6. Se [www.sorbykyrkan.nu](http://www.sorbykyrkan.nu).

**Väffelmåndag**  
Måndagar v 23-26 kl 11.00-14.00 vid Olaus Petri församlingshem.

**Sommarträffar i Olaus Petri**  
Torsdagarna 5/7, 12/7, 19/7 och 26/7 kl 14.00-15.30 vid Olaus Petri församlingshem.

**Sommarcafé och allsång**  
Café 25/6-27/7 mån-fre kl 12.30-16.00 i Nikolai prästgård, ons allsång med sommarjobbade musikungdomar.

**Sommarcafé Almby**  
Startdatum är 27/6 kl 13.30 i Almby Prästgårdspark.

**Urpremiär för musikdramat 1812**  
19/8 i S:t Nicolai kyrka. Biljetter Ticnet.

## FRÅGA FRITT!

Hej. Nyligen såg jag en skylt om "minneslund" på Olaus Petri kyrkogård. Sedan hittade jag en askgravlund också. De har väl inte funnits där förut? Och vad är skillnaden mellan minneslund och askgravlund?

OLOF

Hej Olof! Det stämmer att de är nya, det inramande stake-tet kom på plats nu i våras. En minneslund är helt anonym, där den avlidne gravsätts av kyrkogårdsförvaltningens personal utan att de anhöriga är med. När man gravsätter i en askgravlund får anhöriga vara med och det går att grav-sätta två personer intill varandra, t.ex. maka och make. I askgravlunden sätter man också upp namnen på de som är gravsatta där. Varken i minneslunden eller i askgravlunden är det tillåtet att smycka direkt på den s.k. "gravsättningsytan", utan det gör man på en gemensam plats.

MARIA GUSTAVSSON,  
Örebro kyrkogårdsförvaltning

**Har du också en fråga till Svenska kyrkan i Örebro - om vad som helst?! Maila "Fråga fritt" på e-postadress [orebro.mittilivet@svenskakyrkan.se](mailto:orebro.mittilivet@svenskakyrkan.se)!**

## VISSTE DU ATT...

**HELIGA TREFALDIGHETSDAG** inleder den period som kallas för trefaldighetstiden och sträcker sig ända till domsöndagen. Ordet har med Treenigheten att göra – namnet på Gud som vi känner som Fader, Son och den heliga Anden. Fadern är den sida av Gud vi möter i skapelsen. Jesus är Sonen/Befriaren, han som kommer till oss och ger Gud ett ansikte. Den heliga Anden/Livgivaren är Guds närvaro hos oss idag.

En annan bild som kan beskriva treenigheten hittar vi i musikens

värld där ett ackord är tre toner som ljuder tillsammans. Var och en utav tonerna har sin egen tonhöjd, sin egen klang och egen skönhet men den fullkomliga skönheten nås när tonerna samtidigt klingar tillsammans med varandra. Ett ackord.

Anders Frostenson skriver i psalm 338; Som ett klockspel hör jag dig, heliga Treenighet, Fader, Son och Ande – Gud, tre i en och en i tre.

Trefaldighetstiden tidsperiod från sen vår till förvinter speglar också

människolivets utveckling från hennes födelse till hennes död. Som en påminnelse om att vårt livs-skeende är sammanlänkat med Gud är den liturgiska färgen i vårt kyrkorum grönt. Växandets färg. Budskapet på söndagarna i kyrkan följer samma mönster. Under periodens början berättas om dopet, därefter följer flera söndagar då det mänskliga livet är i fokus. Mot periodens slut handlar budskapet om eftertanke vid livets höst och inför döden.

ANNA APELL KÄLLSTRÖM



## livsviktig...

# ALLA FÅR PLATS PÅ BEACH 2012!

**HAN HÖLL PÅ MED BOXNING**, hockey, bandy och handboll, sa han. Hur orkar du med allt det där, frågade en kamrat. Jag köper alltid sittplatsbiljett, blev svaret.

Att ständigt leva med jag borde inte äta detta och jag borde röra mig mer är inte hållbart i längden. Jag skulle vilja säga åt drick och var glad. Jag påminns ibland om mannen som efter hand slutade med allt onyttigt för kroppen. Det började med såsen till maten, cigarren på lördagar, köttet, alkohol och godiset, chipsen, popcornen, sex...

Sedan började motionerandet, först korta promenader, sedan längre promenader. Småningom började löpträningen. Vid nittiofem års ålder fick han frågan hur han hade blivit så gammal. Han berättade om allt han avstått... och om motionerandet. Är det något du ångrar, undrade reportern? Att jag avstod så mycket gott... men jag är nittiofem år nu...

**MAN KAN FUNDERA** om det var värt detta, bli nittiofem och inte levat ordentligt utan bara avstått. Fotomodellerna blir smalare och vi övriga dödliga blir inte smalare och så ska vi köpa och ta oss i kläderna de visar, ekvationen går inte ihop och ändå fortsätter modellerna att vara smala...

Men jag tror ändå att Beach 2012 tillåter alla att vara där. Några få försöker få mig att tro att jag är otränad, men det är jag inte. Jag spelar mycket gitarr och piano. Det kallar jag träning. Jag tänker på kroppen så här inför sommaren och gillar följande rader som jag läste någonstans för längesedan och jag reserverar mig för eventuella minnesluckor.

*Den som sin kropp ej vill belasta  
bör hålla andan, knipa käft  
och fasta,  
basta*

**HUR KUL ÄR DET** att bjuda på mat, kaffe och bullar och ingen vill ha för de måste tänka på figuren? Jag tänker också på figuren, men äter ändå. Nu tror ni att jag är i toppform eller en nonsensskrivare. Ingetdera, men varför ska jag lyssna till modet eller gymmet när det finns trevligare ställen att lyssna till. Självklart förespråkar jag inte frosseri, missbruk eller omåttlighet och vill du bli nittiofem eller mer så jobba på det, men se till att leva ett trevligt liv hela resan. Kroppen är ju ändå andens tempel och ska vårdas. Nu ska jag ta en kopp kaffe och en bulle, senare cyklar jag hemåt och tar några varv i trappan hemma, så kan jag i lugn och ro äta en kvällsmacka.

Det är osäkert om jag vill bli nittiofem.

En tjuugoårings kropp hade jag när jag var tjuugo. Nu är jag femtio plus och har en femtioårings kropp och jag är nöjd med den. Blir jag nittiofem hoppas jag, att jag har en nittiofemårings kropp. Glad sommar allihop.

PÅR WESTLING



**Hans Oscarsson**  
– Inga direkta planer för den här sommaren – men en dröm för någon sommar i framtiden är att ta med barnen till Taiwan.



**Camilla Johansson**  
– Jag ska vara hemma med min son. Vi tar några hemmaveckor då vi tar det lugnt, solar och badar. Sedan blir det några dagsturer bl.a. till Göteborg och gå på naturhistoriska.



**Foad Abedian**  
– Jag ska vara pappedig! Så jag ska umgås med Yasmine, den söta damen i barnvagnen.



**Emma Aronsson**  
– Jag ska jobba rätt så mycket, men också vara med kompisar. Hoppas på att det blir fint väder så att man kan slå sig ner på mysiga restauranger.

## VILKEN KONFATYP ÄR DU?

**ÄR DU FÖDD 1998?** Då har du fått det gröna kuvertet från Svenska kyrkan i Örebro, om att börja konfaläsa. På [svenskakyrkaniorebro.se/konfirmand](http://svenskakyrkaniorebro.se/konfirmand) kan du kolla runt bland grupperna som vi startar i höst – och möta Kajsa, Vilma och Oscar och andra 15-åringar som konfaläst hos oss 2011/2012. Kanske söker du en grupp med ett visst tema som idrott, äventyr eller körsång. Kanske har du en favoritförsamling och vill vara med i deras konfagrupp.

Kanske spelar "rätt" veckodag stor roll

för att konfan inte ska krocka med annat. Kanske går du på Adolfsbergsskolan och vill ha konfan som "Elevens val".

Eller kanske är du nyfiken på Olaus Petris resa till Polen då konfirmanderna besöker barnhem och ett före detta koncentrationsläger.

**KOLLA RUNT BLAND** alla grupperna på vår hemsida där du också kan anmäla dig direkt, via enkla webbformulär. Det är bra att vara ute i god tid, för vissa grupper är väldigt populära.

