

Den första dagen på vår pilgrimsfärd

Den heliga vägen börjar i paradiset.

Det vackra landskapet i Söderboda på Gräsö

Tänd ett ljus inför vår ikon

Be en tyst bön i eller utanför vår stenkällarkapell.

Förena dig sedan med pilgrimer i alla tider genom
Herrens bön:

Vår fader, du som är i himlen.
Låt ditt namn bli helgat.
Låt ditt rike komma.
Låt din vilja ske,
på jorden så som i himlen.
Ge oss idag det bröd vi behöver.
Ock förlåt oss våra skulder,
liksom vi förlåta dem
som står i skuld till oss.
Och utsätt oss inte för prövning,
utan rädda oss från det onda.
Ditt är riket, din är makten och äran, i evighet.
Amen.

Läs pilgrimen Birgittas bön.

Visa mig vägen +
och gör mig villig
vandra den.

Lyssna till Kristi ord:

(Matt 13:45-46) Med himmelriket är det också som när en köpman söker efter fina pärlor.
Om han hittar en dyrbar pärla går han och säljer allt han äger och köper den.

Nu kan du frimodigt börja din pilgrimsvandring...
Först *Existensens hemlighet, Pärloernas pärla*.

Gudspärlan...

Du är gränslös
Du är nära
Du är ljus
och jag är din.

Vi anar att Gud är MYSTERIUM, NÄRHET, GODHET.
Apostelns röst når oss genom två tusen år:

O, vilket djup av rikedom och vishet och kunskap hos Gud! Hur
outgrundliga är icke hans vägar och hur outrannsakliga hans
domar. Och vem har lärt känna Herrens sinne, eller vem har varit

hans rådgivare, heller vem har givit honom något, som han skulle kunna fordra igen? Av honom, genom honom och till honom är ju allting. Honom vare ära i evighet. Amen (Rom 11:3-36)

Kristus säger:

- Detta är min och din väg. Vi går tillsammans. Kom!

Vid havet i Kovik

Nu kan vi fortsätta till den **Tystnadspärla** som även kallas **Kärlekens uppmärksamhet**, som finns mellan Gud och dig.

Kärleksfull uppmärksamhet...

I Guds tystnad...
ordlös, stilla...
Klara rymder, öppna dagar:
här en strand vid nådens hav.
Mysterium. (sv ps 522)

Vid Gräsö kyrka

Nu kan du gå till dig själv, **Jagpärlan**,
detta intet som är genomlyst av den som är Allt...
Barn av jorden och himlen.

Ditt första leende, öppet, utan förbehåll, ropar:
Här är jag, visst hör vi samman?
Ditt leende är en vacker bro mellan himmel och jord.
Dina första tårar, öppet och utan förbehåll, viskar:
Var är du?
Dina tårar är en varm ström genom universums kalla hav.
Din hand, som söker efter en hand, frågar:
Var är du?

Endast förenade händer är starka nog att bära livet.
I vördnad för livet går vi.
Om ömhet och vishet sjunger vi.
Himmelrikets pärlor söker vi.

Den andra dagen på vår pilgrimsfärd

Gräsö Kyrka

Vid Öregrundskyrka

Vägen leder oss nu till ditt eget dop, **Doppärlan**,
den Eviga födelsens flod. Eller till din längtan om djup tillhörighet till det Stora Hela...

Lyssna till rösten från fjärran: Jag döper dig i Faderns och Sonens
och den Helige Andes namn.

Jag är en välsignad droppe i Guds hav.
Jag är en pärla i himlens pärlkrans.
Jag svär trohet
till det hos mig,
som är större än jag.

Vid Östhammars kyrka

Pilgrimsfärden går vidare till den **Tystnadspärla**.
som även kallas **Nådens brunn**...

Andas ut mörker...
Andas in ljus...
Andas ut...
andas in...
Vila...

Vid Hargs kyrka

Vår pilgrimsväg leder oss vidare ut i prövningens öken,
degeln där guldets renas från slagg, **Ökenpärlan**.

Rena mig
hela mig
Kyrie eleison.

Se i tron hur Frälsaren besegrar Tomhetens fruktansvärda ande.

Vid orden *Herren din Gud skall du tillbe och endast honom skall du
dyrka*, lämnade djävulen honom. (Matt 4:10-11)

Detta löfte gäller även oss.

Den tredje dagen på vår pilgrimsfärd

Hargs kyrka

Vid Hökhuvuds kyrka

Vi går vidare till nästa *Tystnadspärla*.

Den kallas även *Tänk på mig*.

Andas ut ensamhet...

Andas in närhet...

Andas ut...

Andas in...

Vila...

Du läser orden på stenskärvan som sitter till höger på pelaren.

Ropet Memento me nådde denna kyrka efter att ha färdats i tusen år.

Efter nya tusen år når den fram till din ensamhet...

Likt Uteliggaren som vilar till vänster på golvet i sin brons,

drömmer även jag att himlens steg är rest.

Tänk på mig!

Vid Skäfthammars kyrka

Vi vandrar vidare i tro upp till Saligprisningarnas berg,
som även kallas Guds frid, *Bekymmerslöshetspärlan*...

Vi lyssnar till Frälsarens röst:

Var dag har nog av sin egen plåga.

Himlen är blå, andas in helig frid.

Lämna grämseln för det som varit

och oron för det som kommer.

Ögonen speglar lek och äventyr,

vi är barn av jorden och himlen.

Den fjärde dagen på vår pilgrimsfärd

Skäfthammars kyrka

Vid Ekeby kyrka

Vi fortsätter, lätta i själen till nästa *Tystnadspärla*,
som även kallas *Omsorgens ömhet*.

Andas ut högmod...

Andas in ödmjukhet...

Andas ut...

Andas in...

Vid Alunda Kyrka

Via Sacra för oss nu till trons heligaste mysterier.

Först in till Marias kor med dess väldiga fönster.

Vi ser det med ömhet, Marias ansikte, vi omsluts av hennes kappa,
sydd är den av sommarens doftande växter.

Maria viskar till oss: Kära barn, jag skall visa en två av världens skönaste pärlor

Den stora Kärleken är den största smärtan och den största glädjen.

Vägen leder oss till *Kärlekspärlan* till vänster i Koret,

den som vilar i världens mitt.

Den kallas även *Guds hjärta*.

O crux + ave spes unica

Var hälsat, kors, vårt enda hopp.

(Dessa ord står på August Strindbergs grav.)

Korset är tecknet för den största kärleken i världsalltet.

Här möts jordens fyra väderstreck.

Här återplanteras Livets träd,

Den ger oss välsignad frukt.

Korset följer oss från födelsen, till döden, till evigheten.

I dopet tecknades vi med Livets tecken.

Brödsbrytelsen visar oss hur livet bör vara.

Den femte dagen på vår pilgrimsfärd

Alunda kyrka

Vid Tuna kyrka

Via Sacra leder oss nu till **den andra Kärlekspärlan**,
som även kallas **Brödsbrytelsen**.

Gud låt mig vara ett hjärta för någon. (1 Kor 10:17)

Kristus vid altarets bord är vår förebild.
När brödet bryts räcker det åt alla.
Livets mening är att välsigna och dela.
Bara det som kommer från hjärtat
går till medmänniskans hjärta.
Den öppna handen
är starkare än den knutna.
Den som torkar tårar
öppnar för ljuset.
Bara den som tar emot kan ge.
Genom det brutna brödet ser vi paradiset.

Vid Stavby kyrka

Den gudomliga pilgrimsvägen leder oss nu till de tre dyrbara Hemlighetspärlorna.
To oyranio myztiko (**Himmelens hemlighet**)
Du står nu vid skapelsens bonader.

Tack Gud för alla dina under.
Tack för moder Jord, universums vackraste stjärna.
En sådan gåva är inget litet under.
Att förvalta en stjärna är ingen ringa uppgift.
Tack för broder Sol och syster Vatten.
Tack för broder Eld och syster Liv med Djur och Växt.
Lyssna, Allgode, till ångestropen från Liv i nöd.
Tack Gud för himlens lysande hemlighet,
din Gudomliga närvaro även i materien.

Den sjätte dagen på vår pilgrimsfärd

Stavby kyrka

Rasbokils kyrka

Vägen för oss vidare mot samhörighetens hemlighetsfulla djup
Mia myztikh Eyxh. (*Hemlig önskan.*)

Tack, Gud, för alla dina under.
Du känner mig och vet allt,
du är min Gud i tid och evighet.
Du läser mitt hjärta som en öppen bok
du ser vad jag djupast önskar.
Till dig överlämnar jag dem alla.

Lenabergs kalkbrott

Nu kan vi gå till den *tredje gömman för hemligheter...*

Gud, kom ihåg.
Glöm dem inte.

Tack Gud, för alla dina under.
Tack, du Förunderlige, för ditt eviga minne.
Tänk särskilt på dem vi har glömt,
och de många som inte kommit till sin rätt.
Se till alla dem som inte hårdar ut.
Och dem som inte längre kan tro och hoppas.

Storvreta kapell

Med en heliga NÄRVARON på alla sidor vågar vi oss in i
Dödsskuggans dal, Nattens pärla. Var med mig.

Du omger mig på alla sidor,
jag är helt i din hand.
Tog jag morgonrodnadens vingar,
gick jag till vila ytterst i havet.
skulle du nå mig även där. (PSALT. 130)

Du låter mig bo i trygghet,
under dina vingars skugga. (PSALT 17)

Detta är krisens och nattens svarta pärla, vars ljus är dolt.
Vägen till den pärlan är mina sorger.
Vägen till den pärlan är min levnads alla dagar.
Du min gudomlige Medvandrare känner min oro,
Du min Frälsare har helgat min sista vilokammare, den har även varit din.
Den svarta porten leder till ljuset, den når in i mörkrets hjärta.

Den sjunde dagen på vår pilgrimsfärd

Storvreta kapell

Gamla Uppsala kyrka

Via Sacra leder till den **Tystnadspärla**
som även kallas **Gryningens glänta**.

Jag förblir
i stilla väntan
i stilla längtan
i stilla förtröstan
i stilla tillit

Mörkret blir lysande i Din närhet.

Frälsarkransen på åsen

Lita till löftet från gryningen. Fortsätt frimodigt mot
soluppgången, som även kallas Guds tecken.
Där lyser **Uppståndelsepärlan**.

Kom med glädje,
sjung om liv.
Vit som Dopets pärla
är Uppståndelsens.
Kristus är sannerligen uppstånden från de döda.
Dödens grav är fylld av ljus.
Ljus, ljus, ljus,
så som hemkomst
så som öppen famn
så som somrarnas sommar.

Tunabergskyrkan

Gå vidare, pilgrim, till **den Tystnadspärla**, som även kallas **Hoppets utsiktsplats**.
Härlig är Guds himmel. Pilgrimen anar tron i målet. Universums pilgrimsvandring är fullbordad.

Gud har blivit allt i allting (1 kor 15:28)

Dödsriket är besegrat, dödens portar är krossade.
Paradiset har besegrat helvetet. De vilsegångna har kommit hem,
pilgrimen sjunger i sitt hjärta:

Härlig är jorden
härlig är Guds himmel,
skön är själarnas pilgrimsgång.
Genom de fagra
riken på jorden
gå vi till paradiset med sång. (Sv ps 297)

Den åttonde dagen på vår pilgrimsfärd

Tunabergskyrkan

Vid Uppsala domkyrka

SÅ SOM SOLEN LYSER ÖVER DAGEN
OCH FÅR JORDEN ATT DOFTA
SÅ SOM MÅNEN LYSER ÖVER NATTEN
OCH FÅR VATTNET ATT GLITTRA
SÅ VARE GUD + MED DIG.
AMEN

(Text på en brunnsplatta i Linköpings domkyrka)

Ja, *Gud är med dig*.

Du är omsluten av Välsignelsen som en värmande kappa.
Bär den nu, alltid och i all evighet.

Den fortsatta vandringen på Vördnaden för livets stig för dig
djupare in i din jordiska kallelse. Och in i Guds bottenlösa
djup av barmhärtighet.

Din vän +
Martin Lönnebo

Frälsarkransen

1995 skapade biskop em. Martin Lönnebo radbandet Frälsarkransen, en sommar när han båtluddade i Grekland. En storm tvingade båten till en ö. Där förverkligade han en idé som han burit på under en tid, nämligen att skapa ett radband för egna tankar, känslor och egen bön. Så föddes Frälsarkransen med sina sammanlagt arton pärlor, de sex avlånga och de tolv runda.

Idag finns radbandet Frälsarkransen på tiotusentals handleder, i fickor och i väskor. Den har hjälpt otaliga människor till fördjupad bön och innerligare Gudskontakt. Frälsarkransen ställer inga krav, den pockar inte på, den hjälper för att den stärker det som redan finns inom oss

Börja alltid med den gyllene Gudspärlan och säg

Du är gränslös. Du är nära. Du är ljus och jag är din.

Be Herrens bön (***Fader Vår/Vår Fader***). Välj sedan den pärla du bäst behöver för den stunden. Har du bekymmer väljer du Bekymmerslöshetspärlan, för förbönen skall tar du Offerpärlan (en av de två Kärlekspärlorna). Och så de tre Hemlighetspärlorna. Därpå griper du Tystnadspärlan. Du sitter i frid på bänken vid nådens hav - så länge du har tid och lust. Du kommer alltmer att älska dessa tystnadens pärlor. De talar mer än ord. Bönen närmar sig kontemplationen. Du avslutar din andakt genom att åter gripa om Gudspärlan. Du läser den som välsignelsen som har lyst över människor i mer än tusen år.

När du vill bedja med Frälsarkransen, så kan du faktiskt glömma alla mina råd. Frälsarkransen och du kommer att finna en egen väg.

Må Gud välsigna och bevara dig
Martin Lönnebo