

PORTRÄTT

Patricia Tudor Sandahl
om en praktisk och
jordnära andlighet

LIVET

TRO&TVIVEL

”Jag hörde Guds röst
hos frissan”

”Utan tvivel finns bara
likgiltighet”

”Jag tussar ihop
människor och Gud”

"Tron är grunden för vad vi hoppas på; Den ger oss visshet om det vi inte kan se"

(HEBREERBREVET 11:1)

DET ÄR SKÖNT OCH VIKTIGT ATT TRO. Tro alldeles vanligt. Vi behöver tro för att fungera i vardagen. Har du tänkt på att du inte kan ta ett enda steg utan att du tror att du kan? Inte sjunga en sång utan att tro att rösten bär?

Vi vet också hur viktigt det är att ha självförtroende för att kunna genomföra vissa saker. Hela vår dag och natt är fylld av tro. Tro som hjälper oss och bär oss.

Vi sätter dock olika tillit till tro inom olika områden. När vi till exempel lyssnar till analytiker och ekonomer som uttalar sig om tendenser på börsen så litar vi till stor del på vad de säger och vad just de tror om framtiden.

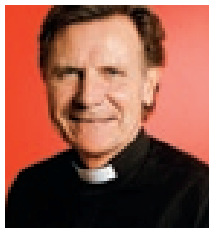
När vi talar om tro inom kyrkans värld och en tro på Gud, blir många mer skeptiska.

Kanske beror detta på att vi ofta tänker på religiös tro tillsammans med ett krav på att hålla vissa läror och dogmer för sanna. Som enskilda snubblar vi lätt på trosbekännelser och religiösa ord som känns otidsenliga och låsande.

Hur närmar man sig då Gud och en verklighet som inte går att fånga i ord? Det finns en samlad erfarenhet som säger att det heliga närmar man sig bäst i vardagens handlingar och med bilder, symboler och metaforer. Orden blir då ett komplement och ett ödmjukt försök att beskriva och tolka verkligheten.

Vi kan ana Gud då vi närmar oss universums storhet eller fascinerar av hur livet fungerar i naturen. Vi kan ana Gud i det nyfödda barnet. Vi kan ana Gud i tillvarons paradoxer – till och med i tomheten. Ingångarna kan vara olika, men det tycks vara människans lott att på olika sätt brottas med sin relation till Gud.

I detta nummer av Livet kan du läsa om tro och tvivel. Du kan läsa om Patricia Tudor Sandahl och Gud, om församlingens präster och deras tro och tvivel och om meningsfull träning i livsmod, självinsikt och andlighet genom Livets pärlor.



Staffan Hellgren
kyrkoherde

LIVET I DANDERYD NR 2 2007

Redaktion

Staffan Hellgren, kyrkoherde
staffan.hellgren@svenskakyrkan.se
Christina Högberg, informatör
christina.hogberg@svenskakyrkan.se

www.svenskakyrkan.se/danderyd
du kan mejla oss efter principen förnamn.
efternamn@svenskakyrkan.se

Ansvarig utgivare

Staffan Hellgren, kyrkoherde
staffan.hellgren@svenskakyrkan.se

Design&produktion

Lind Lewin kommunikation
anna@lindlewin.se

Skribenter

Erika Hedenström, Mia Sjöström

Mönster

Lotta Köhlhorn

Fotografer

Elliot Elliot, Ester Sorri, Christina Högberg

Tryckeri

Stockholms Läns Grafiska AB, Danderyd

Svenska kyrkan 
DANDERYDS FÖRSAMLING

Öppettider i sommar

Under perioden 18/6-31/8 är det sommartid i växeln och i bokningen av dop, vigsel och begravning.

Växeln har öppet

måndag-fredag 9.00-12.00

Bokningen har öppet

tisdag-torsdag 9.00-12.00

Husmors lokalbokning

av våra församlingsgårdar har öppet som vanligt d v s måndag-torsdag 10.00-12.00.

Gospelkör

Nu startar vi gospelkör i Danderyds församling. Du som tycker om att sjunga svängig musik är välkommen att vara med.

Lokal: Petruskyrkan

Ålder: för tonåringar och unga vuxna upp till 30 år.

Tid: tisdagar 19.00

Ledare: Kristine

Arapovic Lindetorp

Anmälan/ frågor:

tel 0736-28 73 51.



Satsning på frivilliga

Vi behöver bli fler som vill ge en del av sin fria tid och samtidigt ha kul, få nya erfarenheter och växa som människa. I dag finns ett 100-tal personer som utför volontäruppgifter i församlingens verksamhet. Under hösten kommer Danderyds församling att göra en rekryterings- och utbildningssatsning för nya och gamla frivilligarbetare.

Är du intresserad av att till exempel vara konsertvärd, skådis/statist i Skolkyrkans vandringar för barn eller kanske volontär inom Sjukhuskyrkan eller i Andrum?

Mer information kommer i nästa nummer av Livet i slutet av augusti men fundera gärna när du njuter av sommaren på stranden eller i hängmattan. Du kan också kontakta församlingspedagog Rut Niska Säfström, 08-568 957 36, om du vill veta mer.

Skapelsemässa

Midsommardagen 26/6

16.00 i Sätträängskyrkan med Georgina Fornhammar.

Konfirmation

I början av juni skickar vi ut nya konfirmandbroschyren till dig som är född 1993.

Du kan välja mellan sommarläger eller De 70 stegen som är läsning på hemmaplan höst och vår.

Sista anmälningsdag är 7/9.

Kontakta församlingspedagog

Rut Niska Säfström,

08-568 957 36, om du vill veta mer.



Jordgubbar = sommar!

Elisabeth Johansson är för många en välkänd konditor från Djurs-holm. Nyligen gav hon ut boken "Älskade jordgubbar" (Albert Bonnier förlag). På vår hemsida kan du under sommaren hitta tre läckra recept inför firandet av nationaldagen, midsommar och "fruntimmersveckan". Gå in på www.svenskakyrkan.se/danderyd.



Hallå där:

Maria Sanner, som inbjuder till Malla Silverstolpes musikaliska salonger i Petruskyrkan 20 juni 19.00.

Vem är Malla?

Hon var en fin dam som på 1830-talet, och närmare 30 år framåt, höll salonger för de finare kretsarna i Uppsala. Hon höll både musikaliska och litterära salonger. Idén fick Malla efter besök i Tyskland, hos paret Schumann som hon var vän med.

Vem kunde och kan man få träffa i Mallas salonger?

Personligheter som Geijer, Atterbom och A-F Lindblad rörde sig i salongerna och i konserterna kommer man att få träffa dessa och flera av deras samtida både genom musik och skådespel.

tro & tvil

welonda

"Jag satt hos frisören under en sådan där torkhuv och läste i en tidning om en kvinna som blivit präst. Då hörde jag en röst som sa "Hur länge ska jag vänta?". Jag gick hem till min man och berättade att jag skulle bli präst."

"Jag har sagt upp bekantskapen med Gud två gånger". Danderyds präster berättar hur de funnit sin tro och hur de lever med sina tvivel.

ve1

TEXT MIA SJÖSTRÖM FOTO ELLIOT ELLIOT
FOTO PÅ PRÄSTERNA CHRISTINA HÖGBERG



Jag tussar ihop människor och Gud

**MONIKA REGNFORS
SJÖRÉN** blev präst
1982, när hon var 24 år.

Hon är Danderyds församlings senaste tillskott – här har hon arbetat sedan den 1 april i år. Monika bor i Bromma med sin man, tre söner och en katt. Tidigare har hon bland annat arbetat i S:t Jakobs kyrka och i Mälarhöjden. Hon har även skrivit en bok om stresshantering, kallad *Och resten blev inte gjort*.

Varför blev du präst?

– Jag tycker att Gud är något av det mest spännande och meningsfulla som finns. Jag blir aldrig klar med Gud.

Vad ska du göra i Danderyds församling?

– Här ska jag arbeta med andlig vägledning för vuxna. Jag ser det som att jag tussar ihop människor och Gud. Jag skapar hålen där man kan mötas. Dels jobbar jag med en metod som Ignatius av Loyola

(grundaren av jesuitorden) utarbetade på 1500-talet. Det är en jordnära och konkret metod – inte det minsta flummig – som hjälper oss till personliga möten med Kristus. Jag ska också organisera pilgrimsvandringar då man går sig till insikt och vishet. Under vandringen ser man sitt liv i ett nytt perspektiv och det hjälper en att växa. Satsar man en vecka på en pilgrimsvandring kommer man inte därifrån tomhänt.

Hur blev du troende?

– Det blev jag när jag gick och läste. Jag kommer från en typisk Stockholmssekulariserad familj. Men min tro och mitt yrke har påverkat familjen.

Har du tivit?

– Jag har sagt upp bekantskapen med Gud två gånger. En gång när jag var tonåring och en gång när jag var präst. Folk blev livrädda. Det är som om du ska skiljas. Hela bekantskapskretsen springer iväg. Det här pågick under några år då jag och Gud höll på att knaggla oss fram. Men man kan inte vara präst utan att tro på Gud så jag försökte byta yrke. Jag tänkte bli grafisk

formgivare och började jobba med det på halvtid. Jag brottades med frågan om Guds existens som inte går att bevisa. Då började jag i stället fråga mig om Gud fungerar eller inte. Jag kom fram till att Gud fungerar, oavsett om Gud finns eller inte – människor får tröst och mening. Efter en tid märkte jag en svag ton som ljud i mig och insåg att den ekat rätt länge. Det var Gud som kommit tillbaka.

– Ibland fastnar vi i vår egen bild av Gud som inte stämmer med den levande Guden. Min Gudsbild var för liten och snäv så jag tappade tron. Man måste våga släppa tron för att inte fastna och komma vidare. Men det är smärtsamt. Det är som att förlora någon nära eller livet självt. Vad är världen utan Gud? Vad är då meningen?

Hur är det nu?

– Nu är jag inne i en oerhört rik period där jag finner hela tiden. Det är så spännande att arbeta med andlig vägledning. Tänk om vi alla kunde stanna upp och lägga lite tid på vårt eget växande, på att vårda vårt inre.



Livet blir inte lyckligare med en tro

ULFURICA ASPENBERG

var 47 år när hon blev präst 1991. De senaste

14 åren har hon arbetat i Danderyd.

Varför blev du präst?

– För att jag ville det. Jag hade funderat ganska länge. Tidigare arbetade jag på bibliotek. Det är en fördel att jag har haft ett annat yrke innan. Man har en bredare erfarenhet, tillgång till olika miljöer och människor med olika bakgrund.

Hur blev du troende?

– Jag har alltid haft nära till den andliga och religiösa sidan av mitt liv. Alla människor har en andlig sida, men en del människor har längre till den. I min familj gick vi bara i kyrkan av tradition till påsk och jul. Jag började gå oftare i kyrkan och hittade tron genom att lyssna till god förkunnelse som tilltalade mig.

Har du tvivlat?

– Nej. Jag har aldrig tvivlat. Det är konstigt egentligen. Tomas i Nya Testamentet tvivlade och för många är tvivlet en stötesten. Men jag har aldrig uppfattat det som att livet skulle bli lättare eller lyckligare för att jag har en tro. Livet består av glädje- och sorgeämnen. Gud finns med i alla olika skiftningar som livet bär på.



Man måste jobba på relationen till Gud

KJELL CASSERFELT

var 49 år när han blev präst 1993. De senaste

nio åren har han arbetat som sjukhuspräst på Danderyds sjukhus.

Varför blev du präst?

– Jag jobbade på Operakällaren och började läsa teologi parallellt för att det var intressant. Jag var nog lite skeptisk till att bli präst. Men det var en successiv process. Jag blev mer och mer triggad att vara med och arbeta som präst.

Hur blev du troende?

– Jag har varit troende hela tiden. Min

familj var inte speciellt kristen, men jag hade en granne som var det. Och jag var med i frälsningsarméns barnverksamhet för att vi råkade bo bredvid. Jag var länge allmänreligiös. I 20–30-årsåldern lutade jag mer åt New Age-hållet.

Har du tvivlat?

– Jag visst. På allt. Både på Gud och på mig själv. Det är inte någon stor fråga för mig, att tvivla. Tvivel är nog snarare en frånvaro av det som man allmänt kallar Gud. Tro kräver arbete. Det är ingenting man bara får och kan ta för givet. Man måste jobba för det, precis som i en relation.



Utan tvivel finns bara likgiltighet

STEFAN BENDTZ blev präst 1980 då han var 25 år gammal. De senaste 15 åren har han varit

sjukhuspräst på Danderyds sjukhus.

Varför blev du präst?

– Det var en lång process. Det var många lärare under gymnasie- och universitetstiden som påverkade mig. Först tänkte jag själv bli lärare. När jag sedan gjorde militärtjänsten så brukade jag låna en cykel och ta mig till Visby domkyrka. De andra tyckte att jag var astöntig som svek kompisarna på luckan för att gå i kyrkan istället. Där i kyrkan träffade jag en giktbruten dam i 90-års åldern som jag försökte hjälpa, men det var nog snarare hon som hjälpte mig.

Hur blev du troende?

– Jag kommer från en halvsektariserad familj. Men min faster var diakonissa och jag färgades av hennes fritänkande. Jag var busig som barn och hon understödde det.

Har du tvivlat?

– Jag tänker inte så. Tro och tvivel hör ihop för mig. Motsatsen är i stället likgiltighet. Finns inte tvivel ska man rannsaka tron.



Det gudomliga överraskar

PER MELLQVIST blev präst 1992 då han var 36 år. I elva år har han arbetat i Danderyd.

Varför blev du präst?

– Jag jobbade mycket som scoutlägerledare på Wässarö. Där fanns också konfirmandläger och jag började arbeta som ledare även på dem. Jag träffade många präster och kände att det här är kul. Och de peppade och uppmuntrade mig att bli präst.

Hur blev du troende?

– Det var en lång väg som började genom scoutrörelsen. Tron kom nog när jag var 18, 19 år och jobbade som konfirmationsledare. Min egen konfirmation gick mig spårlöst förbi. En period jobbade jag för frälsningsarmén, i en religiös miljö, och det påverkade mig också.

Har du tvivlat?

– Tvivel tror jag måste ingå i en sund tro. Man måste kunna ifrågasätta det man tror på. Man kan likna det vid att det är svårt att skratta om man inte kan gråta. Men det är få stunder som man hittar kärnan och får uppleva det gudomliga. Ofta blir jag överraskad – om jag går in för att be och vara andlig är det sällan det lyckas. Snarare kan det ske i ett möte med en annan människa eller när jag jagar och sitter på pass i naturen. Då finns det utrymme för själen och den där minuten kan komma då man är ett med någonting.



Jag blir förbannad på Gud

MAGNUS LUDVIGSON

blev präst 2003 då han var 26 år gammal.

I tre år har han arbetat

i Danderyds församling.

Varför blev du präst?

– Jag har varit konfirmationsledare sedan min egen konfirmation. Jag har också jobbat mycket inom kyrkan, med information, som vaktmästare och som församlingsassistent. Ett tag hade jag vissa planer på att bli organist. Istället började jag tänka att präst kanske vore något att satsa på, men jag var inte säker på att det var min grej. Man brukar tala om en yttre och inre kallelse. Jag är lite trög av mig, så det tog ett tag att förstå att Gud knackade på min axel. När jag började plugga teologi så märkte jag



"Jag är närmare Gud när jag åker offpist i alperna än när jag sitter på möte med kyrkorådet. Att vara i naturen, mitt i skapelsen, är nästan en helig upplevelse jämfört med ett sammanträde där man tuggar med detaljer – även om det behövs det också."

"Ofta blir jag överraskad – om jag går in för att be och vara andlig är det sällan det lyckas. Snarare kan det ske i ett möte med en annan människa eller när jag jagar och sitter i naturen på pass. Då finns det utrymme för själen och den där minuten kan komma då man är ett med någonting."



"Jag var länge allmänreligiös. I 20-30 årsåldern lutade jag mer åt New Age-hållet."

att det bar. Och nu har jag världens roligaste jobb.

Hur blev du troende?

– Jag kommer inte från något jättereligiöst hem. Vi gick väl i kyrkan till jul och påsk. Men det var så himla kul att vara på konfirmationsläger. Jag blev ledare för att jag ville åka i väg igen. Vi hade en stark gemenskap med bra ledare och en bra präst. Tron växte fram.

Har du tvivlat?

– Det är klart. Tvivel är trons andra dimension, de två hör ihop. Främst tvivlar jag när jag möter andra människor som blivit orättvist drabbade. När små barn dör eller människor far illa så undrar jag "hörru Gud, vad är meningen?". Jag kan bli förbannad på Gud och Gud tål det. Gud har lovat att vara med oss alla dagar. Man får lita på det och försöka vila i det.

Hörde Guds röst hos frissan

GEORGINA FORNHAMMAR var 45 år då hon prästvigdes för drygt 20 år sedan. Efter ett och ett halvt år kom hon till

Danderyd och har arbetat här sedan dess. Nu är hon egentligen pensionär, men jobbar fortfarande då och då.

Varför blev du präst?

– Jag satt hos frisören under en sådan där torkhuv och läste i en tidning om en kvinna som blivit präst. Då hörde jag en röst som sa "Hur länge ska jag vänta?". Jag gick hem till min man och berättade att jag skulle bli präst. Under tio års tid läste jag på distans samtidigt som jag tog hand om våra fyra barn. Det var så underbart att bli präst. De första åren gick jag inte på marken för att jag var så lycklig.

Hur blev du troende?

– Jag har alltid varit troende. Jag växte upp med tron och den var en självklarhet. Mormors familj är irländska katoliker och



morfar är metodist från Wales. Pappas familj hörde till den reformerta kyrkan i Skottland och själv kom jag i kontakt med baptister när jag var 13 år. Vilken beteckning tron har spelar

för mig ingen roll – vi är alla Guds barn.

– Som ung bestämde jag mig för att jag skulle bli missionär för leprasjuka. Men så träffade jag några nyss hemkomna missionärer som jag tyckte var så gamla och tråkiga så då blev jag lärare istället. Jag flyttade till Sverige för att undervisa, gifte mig och fick barn. Svenska kyrkan kom jag i kontakt med genom kyrkans förskola.

Har du tvivlat?

– Jag har tvivlat på min egen tro, men jag har aldrig tvivlat på Gud och Jesus. Jag har tvivlat på mig själv och min förmåga. Vad säger man till någon som förlorat sitt barn? Hur ger man tröst? Vad kan jag egentligen göra? Men Gud ger mig orden. Gud ger det vi behöver när vi behöver det. Och Gud är med mig, men han tar inte bort mina ledsna stunder.

Vill diskutera Gud

LISA AXELSSON-RUNEBORG har bara varit präst i några månader. Hon blev prästvigd i januari i år. Under 2007 är hon pastorsadjunkt i Danderyds församling.



"Jag har tvivlat på min egen tro, men jag har aldrig tvivlat på Gud och Jesus. Jag har tvivlat på mig själv och min förmåga. Vad säger man till någon som förlorat sitt barn? Hur ger man tröst? "



Varför blev du präst?

– Jag kommer från en frikyrklig bakgrund där man pratade mycket om att "känna" Gud. Det passade inte mig. Jag ville diskutera, argumentera och tänka intellektuellt kring Gud. I gymnasiet tänkte jag att det måste finnas något annat sätt att vara kristen på. Jag började läsa teologi i Lund 1995 och under mina år där kände jag att Gud knackade mig på axeln och menade att jag skulle bli präst. Men det tog lång tid för mig att lämna mitt gamla sammanhang och gå in i Svenska kyrkan.

Hur blev du troende?

– Gud har alltid funnits i mitt liv. Men jag har inte alltid brytt mig om tron så mycket. Ett tag hade jag ett behov av att inte definiera mig som kristen. Under min frireligiösa uppväxt skulle man inte diskutera Gud, då kunde Gud skadas. Men Gud är större än så och för mig var diskuterandet det enda sättet. Det hör till vårt uppdrag som kristna.

Har du tvivlat?

– Det är en stor uppgift att vara präst och jag har tvivlat på att jag ska räcka till. Att jag ska vara Guds händer i världen. Men jag tvivlar inte på Gud. Man kan vara kristen och tro på Gud även om det inte känns i magen varje dag. Jag har fått livet och förmågan att ha en relation till Gud. Det beror inte på mig eller på att jag är bra på att tro utan det beror på Gud.



Kan tvivla på kyrkans roll

FREDRIK

HESELGREN var 28 år när han blev präst. Han fick sin första tjänst

i Danderyd för två år sedan.

Varför blev du präst?

– Det kändes som om det var meningen. Det blev ganska tydligt när jag började fundera över vad jag skulle göra med mitt liv. Jag kände själv en längtan, men det tog lång tid innan jag bejakade den. Först tänkte jag bli jurist och läste juridik. En fråga om inte jag skulle bli präst satte

ingång massor av tankar. Från första dagen på min prästutbildning kände jag att det var rätt.

Hur blev du troende?

– Jag är inte uppvuxen i ett kristet hem. Vi har aldrig talat om andliga ting hemma. Men i och med konfirmationen började jag växa in i tron. Jag började som ungdomsledare och kände en fascination över tron, gudstjänsten och liturgin. Men det var ett stort steg att säga "jag är kristen". Egentligen fattar jag inte att jag åkte på konfirmläggret, jag visste inte ens vad det var. En kompis mamma anmälde sin son och ville ha mig med som sällskap.

Har du tvivlat?

– Jag har tvivlat mycket och ofta. I takt med att min tro har vuxit har tvivlet förändrats. Jag tvivlar inte på Guds existens, men jag kan tvivla på det vi gör inom kyrkan, hur vi förmedlar det gudomliga. En tro utan tvivel är vetande och om någon säger att det här vet vi så är det illa. Jag säger som förre ärkebiskopen KG Hammar: "Jag har inte sanningen, jag söker den".



Närmare Gud i skidbacken

STAFFAN HELLGREN

är kyrkoherde i Danderyds församling sedan två år tillbaka. Han blev

präst 1977 när han var 27 år. De senaste trettio åren har han varit sjömanspräst i Egypten, kyrkoherde i Saltsjö-Boo, direktor på Ersta och på Stockholms Stadsmission. Bland annat.

Varför blev du präst?

– För att jag var på ett bra konfirmationsläger när jag var 14 år. Där mötte jag en präst som fick mig att förstå att tro och existentiella frågor hör ihop med det verkliga livet. Han var glad, positiv och livsbejakande samtidigt som han hade ett andligt djup.

– Tidigare hade jag bara mött en konstig kyrka. På lägret såddes ett frö och jag kom tillbaka och var ledare. Efter studenten utbildade jag mig först till dataprogrammerare. Sedan tänkte jag bli lärare i religion och började läsa teologi i Lund. Präst kändes för stort.

Hur blev du troende?

– Tron har vuxit till sig genom livet. Det är, och fortsätter vara, en resa.

Har du tvivlat?

– Inte i grunden på Gud. Men tro och tvivel går hand i hand. Även Jesus hade sina tvivel. Jag kan ibland tvivla inför kyrkans organisation och form. Det är lite steltbent, försiktigt och trögt.

– Jag är närmare Gud när jag åker offpist i alperna än när jag sitter på möte med kyrkorådet. Att vara i naturen, mitt i skapelsen, är nästan en helig upplevelse jämfört med ett sammanträde där man tuggar med detaljer – även om de också behövs. Jag undrar ibland om jag passar in, men samtidigt vill jag inte lämna kyrkan, utan försöka förändra i stället.

VAD TROR SVENSKARNA PÅ?

7 % har hört Gud

7 % har sett en ängel

30 % har haft andliga upplevelser

25 % tror att Jesus dog för att sona våra synder

25 % tror att Gud hör bön

82 % tror att tillvaron rymmer mer än vad vetenskapen förklarar

52 % tror på en högre makt

44 % tror att döda kan tala till oss

29 % tror att ödet är förutbestämt

55 % har någon gång känt fullständigt inre lugn

40 % har fått en plötslig insikt

7 % går i gudstjänsten för att få vägledning

Ur: Centrum för samtidsanalys undersökning Ett lyckligt folk, 2006, där 1000 personer svarade på ca 40 frågor.

ATT TRO PÅ

	15-25 år	65+ år
Gud	56 %	75 %
Jesus	60 %	65 %
Liv efter döden	82 %	50 %
Helvetet	33 %	16 %
Djävulen	28 %	12 %
Himlen	50 %	47 %
Reinkarnation	59 %	38 %

Ur: Centrum för samtidsanalys undersökning Tro och värderingar, 2002, där 1 812 personer svarade på 1 500 frågor.

Livets pärlor för den som söker

– Idag talas det mycket om mindfulness, eller medveten närvaro. Men för många är det svårt att vara i nuet. Boken *Livets pärlor* kan fungera som en påminnelse och en hjälp så att man stannar i nuet.

TEXT MIA SJÖSTRÖM

DET SÄGER DJURSHOLMSBON CAROLINA WELIN

som skrivit boken *Livets pärlor*. Boken är hennes tolkning av frälsarkransen, dvs det radband som utvecklades för drygt tio år sedan av biskop emeritus Martin Lönnebo. Kransen består av 18 pärlor som var och en har en egen betydelse och mening att fundera över. De olika pärlorna representerar bland annat Gud, tystnaden, jaget, dopet, livets öken, bekymmerslöshet, kärleken som vi får och ger, hemligheter, mörkret och uppståndelsen. *Livets pärlor* kan hjälpa en att sakta ner och koncentrera sig. Enligt Carolina Welin fyller varje användare sin krans med eget innehåll och mening

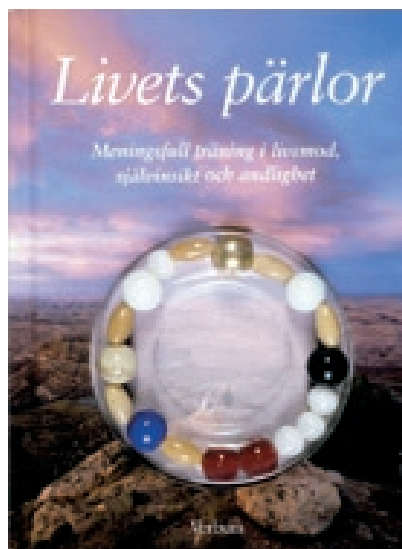
– Det är det som är så fantastiskt och befriande. Det finns inget rätt och fel.

*Varför skrev du boken *Livets pärlor*?*

– Första gången jag kom i kontakt med frälsarkransen kände jag direkt att det här var något speciellt. Men när jag läste de texter som fanns om den tyckte jag att de kunde förenklas och fick en idé som ledde till boken. På ett plan kan man kanske tycka att *Livets pärlor* är en ganska banal bok, men jag ser det enkla som en öppning för människor att söka vidare, säger Carolina Welin.

Kanske föll hon för kransen eftersom hon alltid har varit intresserad av hur vi mår och hur vi fungerar. Hon arbetar vanligtvis med utveckling inom hälso- och friskvårdsbranschen och skriver även böcker om hälsa i sin vidaste bemärkelse.

– Det är viktigt att betona att *Livets pärlor* är min tolkning av frälsarkransen. I samband med att jag skrev boken hade jag fått besked om att jag hade en allvarlig sjukdom. När man inte vet vart livet tar vägen går man igenom mycket, och jag har verkligen genomlevt den djupare dimensionen av varenda pärla i kransen. För drygt ett år sedan upptäckte jag att jag-pärLAN i min egen frälsarkrans hade gått sönder lite. Jag-pärLAN hade blivit skadad, precis som jag själv genom min sjukdom, även om jag är helt frisk nu. Det blev en symbolisk hälsning, att det här verkligen är mina livspärlor, laddade med innehåll från mitt liv.



Livets pärlor – Meningsfull träning i livsmod, självinsikt och andlighet (Verbums förlag) är en bok om frälsarkransen av Carolina Welin och Carolina Johansson. Boken gavs ut 2005 och har idag tryckts om fyra gånger i Sverige och sålts i drygt 20 000 exemplar. Den är dessutom översatt till fyra språk och utgiven i fem länder. Läs mer på www.fralsarkransen.se.



Patricia

Psykokoterapeuten och författaren Patricia Tudor Sandahl förmedlar en praktisk och jordnära andlighet. Först och främst handlar den om livet, om att lära sig leva utan att förminska sig själv eller andra.

TEXT ERIKA HEDENSTRÖM

FOTO ESTER SORRI

NÄR LIVET KOMMER för att intervjua Patricia Tudor Sandahl står dimman som en vägg utanför hennes stora fönster mot Riddarfjärden. Men hon har inte märkt det. Hela morgonen har hon varit fokuserad på arbetet med att lägga sista handen vid sin nya bok. Hon är psykoterapeuten som i sina böcker och i Sveriges radios *Tankar för dagen* förmedlar en praktisk och jordnära andlighet. Först och främst handlar den om livet, om att lära sig leva utan att förminska sig själv eller andra.

I det kapitel Patricia Tudor Sandahl arbetar med just den här morgonen skriver hon bland annat om hur våra bilder av Gud påverkar våra liv. Alla människor, oavsett om de är troende eller inte, har någon sorts föreställning om Gud. Och en gudsbild som är obegriplig därför att den tvingats på oss av någon annan eller en känsla av att Gud nog är dömande eller likgiltig, kan få återverkan på hur vi ser på verkligheten, på tro och på oss själva.

Hur var den gudsbild som du själv fick förmedlad till dig?

– Jag växte upp i England i ett hem som var mycket spänningsfyllt. Min mamma var katolik och min pappa protestant. Pappa var nog egentligen en mycket likgiltig protestant, men bägge mina föräldrar använde sin tro som slagträn för att komma åt varandra. Pappa rackade ner på allt som hade med mammas katolska tro att göra, och när han, till exempel, var ute och drack så bad mamma tillsammans med oss syskon för att han inte skulle vara otrogen. Så det personliga och privata blandades med det religiösa, och mitt förhållande till Gud laddades med ångest.

– När jag blev större gick jag också i katolsk klosterschola, och även om det gav mig en stadga som jag tror var bra för mig, så växte ett motstånd mot religionens stränghet och formalism, och så fort jag blev stor nog bestämde jag mig för att lämna bakom mig allt vad religion hette en gång för alla.

Trots att hon i tonåren tog avstånd från all religiositet med "buller och bång", som hon säger, så innebar en svår sjukdom mitt

i livet att Patricia Tudor Sandahl fick ett nytt förhållande till tron. Hon beskriver det som ett uppvaknande.

– När man är pressad mot den där yttersta gränsen i tider av förtvivlan så tvingas man att släppa taget om alla sina krav på hur livet ska vara, och jag tror att det är ganska vanligt att människor då upplever Guds närvaro. Under min sjukdom upplevde jag så starkt att livet inte vilade på mig och ur den känslan väcktes en sorts tillit.

– När jag först började göra *Tankar för dagen* formulerade jag en enkel bön som uttrycker hur jag kände: Gud finn mig där jag är i dag, ge mig vad jag behöver och stanna hos mig tills natten kommer. Bara så. Det var inte längre möjligt att be om att det skulle bli som jag ville, som jag önskade. Allt jag kunde göra var att säga "Jag är här".

Hur var den nya gudsbild som växte fram?

– Egentligen tycker jag att det enda sättet att förmedla Gud är genom tystnad. Ingen kan säga hurdan Gud är. Det enda vi vet är att Gud är ofattbar, och det är som

&Gud



**"Egentligen
tycker jag att
det enda sättet
att förmedla
Gud är genom
tystnad."**

det ska vara. Men om jag ändå ska försöka att sätta ord på min gudsupplevelse så väljer jag nog ord som *livets källa*. För mig är Gud den kraft som bär allt och som ger allt liv. Och jag uppfattar denna kraft som kärleksfull. Gud är en kraft som vill människans växt, som vill att vi ska sträcka oss ut mot våra gränser och bli mer människa.

– En andlighet som inte får återverkningar på vardagen, på hur vi människor är mot

varandra har inget som helst intresse för mig. Och för att kunna göra den här kopplingen mellan Gud som egentligen är ofattbar och min egen påtagliga vardag så behöver jag en förebild, och på senare år har Jesus blivit allt viktigare för mig just som förebild för hur Guds kärlek kan levas bland andra människor, en uppenbarelse av det goda som jag kan försöka att leva efter.

– Men alla dogmer kring Kristus, att han skulle vara Guds enfödde son och att han

dog för våra synder och sådant, bryr jag mig inte om.

– Jag går ofta i kyrkan. Att be och att fira gudstjänst tillsammans med andra är viktigt för mig. Som gammal katolik kan jag tycka om att göra korstecknet och att falla på knä. Jag känner att jag har riterna i kroppen och de gånger som de förmedlar något av trons levande verklighet kan de vara mycket meningsfulla, men ska jag vara helt uppriktig så bryr jag mig egentligen inte om religionen som sådan. Om religionernas former inte gör det lättare för människor att vara med Gud så har de inget som helst värde. Allt som öppnar för Gud är gott, och allting som stänger för Gud är ointressant. Det som kväver livet, bort med det!

Hur märks din tro i ditt liv?

– Det handlar om det mest basala. Det där enkla som kan vara så svårt; att försöka göra mot andra som jag skulle vilja att de gjorde mot mig. Jag vill försöka se något gott och livskraftigt i varje människa jag möter.

– En god vän gav mig ett ord för en tid sedan som jag ofta tänker på. Det är ordet *förmera*, till skillnad mot att förminska. Jag tror att vår uppgift här i livet är att förmera varandra, men väldigt mycket av vår energi går åt till att förminska andra. Jag har märkt hur jag själv kan göra det på så många vardagliga och subtila sätt, genom ett höjt ögonbryn kanske när någon säger något jag ogillar. Jag har minsann inte sagt något kritiskt, men jag vet att min tysta reaktion ändå rubbar grunden hos

"En andlighet som inte får återverkningar på vardagen, på hur vi människor är mot varandra har inget som helst intresse för mig."

den här människan. Jag gör fortfarande sådant mot andra, men min tro har gjort mig mer observant på det.

Gör tron det lättare för dig att vara Patricia?

– Ja, det gör den. För mig måste tro handla om att vara närvarande i sitt liv. Och när jag sätter närvaro i centrum så blir jag också mer autentisk, mer mig själv. Men det är paradoxalt, för när man når fram till sitt verkliga själv, sitt autentiska jag, så blir man också i stånd att lämna det, att höja sig en smula över sin jagiskhet. Åtminstone ibland.

– Som psykoterapeut har jag arbetat ett helt yrkesliv med att försöka hjälpa människor med att hitta fram till sina autentiska jag, och jag tycker fortfarande att det är oerhört viktigt och något som varje människa förtjänar. Men i dag ser jag inte det som ett mål i sig, utan verkligen som början på en process.

Vad vinner man på att förlora sig själv?

– Man blir tillgänglig för livet på ett annat sätt. Man blir tillgänglig för Gud. Man börjar se andra. Det tar så mycket energi att vara inkrökt i sig själv. Det är den kristna mystikens paradox; att för att finna sig själv så måste man lämna sig själv. Och när man lämnar sig själv, så finner man sig själv.

– Min förra bok *Given väg*, har vuxit fram ur en allt starkare övertygelse om att meningen är att vi människor ska vara disponibla för varandra. Att livet handlar om något som är större än min egen tillfredsställelse. Att man har en uppgift här i livet att betyda något för andra.

– Så har jag inte tänkt förut. Tvärtom har jag verkligen själv gått på allt prat om individualitet. Och jag tycker verkligen att det är oerhört viktigt att vi alla får utvecklas som individer, men vi måste också fråga oss vad vår utveckling syftar till. Målet kan aldrig vara att utvecklas bara för min egen skull. Det måste vara att röra mig mot andra.

– För vi är ju alla vävda i ett stycke. Vi människor påverkar varandra i allt vi gör. Just nu möts våra liv. Det jag gör mot dig blir din verklighet. Det du gör för mig blir min. Med det följer ett ansvar. Vi är varandras möjlighet, som den danske filosofen Knud Løgstrup formulerade det *Vad har tvivlet för plats?*

– Jag kan inte se att det skulle kunna gå till på något annat sätt.

Medan vi pratat har dimman lättat utanför fönstret. Staden där utanför med allt sitt vatten gnistrar och glimmar i det skarpa vårljuset. Vi vet det inte än, men det kommer att bli årets varmaste dag. Alla människor kommer att lägga av sig sina tunga vinterjackor. Träden kommer att slå ut framför våra ögon. Det är ljuset som alltid återvänder.

– I den senaste översättningen av Fader vår ber vi ju Gud att "bevara oss från prövningar". Jag tycker att det är en mycket olycklig formulering, för om vi inte mötte prövningar i livet, vilka skulle vi vara då? Jag tror att det är Gunnel Vallqvist som påpekat att en riktigare översättning skulle vara, "Vår Fader – bevara oss från pröv-

ningar som övergår vår förmåga att möta dem". Och det är något helt annat; för prövningar som är så svåra att vi inte orkar möta dem kan få oss att gå in i hopplöshet och leda och likgiltighet, att mista våra liv, medan de svårigheter vi lever igenom hjälper oss att lära känna oss själva och att utveckla medkänsla med andra. Därför vill jag be – ge mig styrka att möta de svårigheter som kommer i min väg, men för *Guds* skull ta inte bort dem!

Namn: Patricia Ann Tudor Sandahl.

Ålder: Fyller 67 i juli.

Familj: Maken Christer. Dottern Hedda gift med Benny – barnbarnen Ottilia, Jakob och Johannes. Dottern Rebecka och hennes partner Kärstin.

Läser: Mycket och brett. Just nu Mahatma Gandhis självbiografi "Experiments with truth".

Lyssnar på: Mycket och brett! - gärna cellostycken.

Odla: Maskrosor! Om det är något som jag INTE har SÅ är det "gröna fingrar".

Reser till: Havet – min passion.

Hobbies: Heminredning, fast det är väl mycket sagt, jag har egentligen inga hobbies, arbete och fritid går i ett.

Okänd talang: Dansar flamenco.

Konserter

Sommarkvällskonserter i Petruskyrkan onsdagar kl 19.00

Malla Silfverstolpes Musikaliska Salong – 30 maj

Ingegerd Nilsson, sopran,
Maria Sanner, alt, Stefan
Nymark, piano.
Vi tar dig med till en av Malla
Silferstolpes musikalska
salonger i 1800-talets Uppsala
där ni får uppleva musik av
hennes vänner och samtida AF
Lindblad, E G Geijer, Clara och
Robert Schumann med flera.
Mallas liv har till och med
resulterat i en C-uppsats vid
Uppsala universitet.

CJ3 – 6 juni

Gruppen CJ 3 består av Chris-
tian Jormin, piano och slagverk,
Nina de Heney, kontrabas och
Magnus Boqvist, slagverk.
Musikalisk utgångspunkt är
ofta Christian Jormins original-
kompositioner. Klanglig lyrik
och rytmiskulpturer som silas
genom ett nätverk av trådar,
vävda i spontant samspel. Trion
har även rönt stor uppmärksam-
het för sitt sätt att gripa sig an
svenska psalmer och folkmelo-
dier, att utifrån ett improvisa-
tivist förhållningssätt klä
musiken i ny dräkt.

Åsa & Christiane – 13 juni

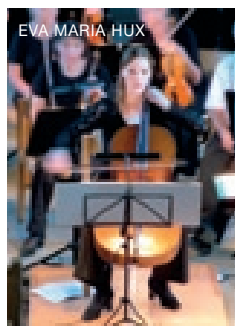
Åsa Wirdefeldt, violin och
Christiane Højlund, piano/orgel
framför nordisk musik av
Stenhammar, Grieg och
Sjögren.

Orfeus och Eurydike – 20 juni

Eva Maria Hux, cello och
Margareta Nilsson Breman,
harpa presenterar programmet
Orfeus och Eurydike med
effektfull, färgrik och omväx-
lande musik från Medelhavet,
Irland och Sydamerika.
En blandning av somriga,
energifulla kompositioner
med inslag av folkmusik,
impressionism och mera
allvarliga toner, framförs både
kammarmusikaliskt och solo.

Sakta vi går genom stan... – 27 juni

Emily McEwan, med rötter i
Danderyd, avslutar sommarens
konserter med musik ur Monica
Zetterlunds repertoar. Kan man
tänka sig något mer somrigt.
Emily är etablerad jazzsänger-
ska och har gett konserter på
både jazzklubbar och i kyrkor.
I februari 2006 kom hon ut
med sin första skiva "Highland
Fling".



Sommarens verksamhet

Gudstjänster

Danderyds kyrka

Söndagar 11.00 Högmässa/
högmässogudstjänst.

Djursholms kapell

Söndagar 17.00
Lekmannaledge andakter.

Enebykyrkan

Söndagar 11.00 gudstjänst.
Sommaruppehåll under tiden
1 juli-12 augusti.

Sätraängskyrkan

Torsdagar 19.30 Veckomässa.

Skapelsemässa

Midsommardagen 26 juni
16.00 i Sätraängskyrkan med
Georgina Fornhammar.

Konfirmationsmässor i Danderyds kyrka

Under sommaren arrangerar
församlingen fyra konfirma-
tionsläger. Dessa avslutas
med konfirmationsmässor
i Danderyds kyrka.

Lördag 7 juli 11.00

Stegeborg/hemmaläger
Fredrik Hesselgren.

Söndag 8 juli

11.00 Solbacka grupp 1
Magnus Ludvigson/
Lisa Axelsson Runeborg.

15.00 Solbacka grupp 2

Magnus Ludvigson/
Lisa Axelsson Runeborg.

Söndag 19 augusti 11.00

Ramundberget

Staffan Hellgren/Jennie Wall.

Trädgårdsträffar i det gröna

Danderyds församlings vackra
innegård med generös gräs-
matta, lummiga träd och en
porlande fontän är en plats där
både vuxna och barn kan trivas.
Välkomna till sommarens
Trädgårdsträffar med program
och kaffe med smörgås. Ingen
föranmälan behövs till de
nedanstående aktiviteterna.
Om du bara vill lyssna till
programmet eller ta med dig
en egen picknickkorg går det
naturligtvis bra.

Tid: Onsdagar 13.00.

Folkmusik

från Dalarna – 4 juli

med Christina Carle. Lions
loppmarknad: köp eller lämna
in (böcker, textilier, husgeråd)
Korvgrillning.

"Psalmer som bär" – 11 juli

med kyrkomusiker Anders
Ölund. Lions loppmarknad.

Sommarmelodier – 18 juli

med Monika Vallstedt och Hans
Svedberg.

"Sånger från hjärtat" – 25 juli

Visprogram till gitarr med
Björn Wehlén.

Från Bellman till Elvis

– 1 augusti med Roland Bolin.

Dikter och sånger av

Nils Ferlin – 8 augusti

presenterade av Daniel Lindberg.

Dagsutflykter med buss

Runö – onsdag 15 augusti

kursgård och konstutställning.
Pris: 250 kr.

Österbybruk och

Films kyrka

– onsdag 22 augusti

Pris: 250 kr.

Sigtuna Stiftelsen

– onsdag 29 augusti

Pris: 300 kr.

I priset ingår: resan, lunch,
guidad visning och fika.

För mer information och
anmälan ring församlingens
växel: 08-568 957 00.

Ansvarig: diakon Inessa Rejer
08-568 957 21.

GUDSTJÄNSTER

annonseras i Stockholms
Stifts gudstjänstannons
i DN och SvD

PÅ FREDAGAR

[www.svenska.kyrkan.se/
danderyd](http://www.svenska.kyrkan.se/danderyd)

Kyrkrösten 08-568 957 34





Längtar du efter att komma vidare?

Vill du ge din tro en chans att utvecklas? Vill du pröva allt det som sägs om Gud och Jesus för att se om det finns någon verklighet bakom det som berättas? Danderyds kyrka erbjuder dig i höst möjligheten att gå i andlig vägledning.

IBLAND VERKAR VÅR TRO mera handla om att längta än att finna. Vi längtar efter "Gud", "Mening", "Vägledning", "Svar" – men möter kanske samma gamla stumma tystnad och förvirring. Vår tro blir längtan och saknad och så småningom resignation; Det blir inte bättre. Det blir bara det här.

Det behöver inte kännas så. Det finns vägar som leder från "att längta" till "att finna". Det vi längtar efter är möjligt att finna. Gud kan, från att vara avlägsen som en stjärna på himlen bli en värmande, levande närhet i våra liv. En ömhet att vila hos, någon som står helt på din sida och som du kan lösa problemen tillsammans med.

En sådan möjlig väg, är andlig vägledning. Ignatius av Loyola, Jesuiterordens grundare, utarbetade på 1500-talet en samling andliga övningar. Dessa övningar, som nu har bearbetats till en något modernare variant, leder den som följer dem till en fördjupad relation med Gud och med sig själv.

Ignatius av Loyola var långt före sin tid. Utan att ha tillgång till modern hjärnforskning och psykologi, så förstod han vikten av att jobba med både den högra och vänstra hjärnhalvan, både med huvudet och med hjärtat. Han insåg att det hjälper inte att bara tänka på Gud – vi måste också få uppleva Gud. De andliga övningarna handlar därför både om att vi får kontakt med det vi känner med "magen" och att vi

med hjälp av vår hjärna kan analysera det vi varit med om och funderar över vad Gud vill säga oss med det vi upplevt.

Tillsammans med Gud går vi igenom olika delar av våra liv. Det som är trasigt får vi en möjlighet att hela och det som hindrar oss från att växa får vi hjälp att bearbeta.

VÄLKOMMEN till Danderyds kyrka varannan tisdag 19.00–20.30 med början tisdagen den 18 september.

För anmälan och mer information kontakta Monika Regnfors Sjören tel 070-740 65 66 eller mejla monika.regnfors.sjoren@svenskakyrkan.se.

Pilgrimsvandring

Hela livet är en resa, en vandring. Pilgrimsvandringen kan hjälpa oss att få ett nytt perspektiv på hela vår stora livsresa.

Söndagen den 17 juni inbjuder vi till pilgrimsvandring från Djursholms torg till Sätträängskyrkan. Vandringen börjar 9.30 och avslutas vid 14-tiden med pilgrimsmässa i Sätträängskyrkan. Tema är pilgrimsvandringens sju nyckelord för att förändra sitt liv: långsamhet, frihet, enkelhet, tystnad, bekymmerslöshet, delande och andlighet.

Medtag bra matsäck och sköna skor.

Tredagarsvandring i Vadstena

16-19 augusti Vandring med Vadstena som utgångspunkt. Vi bor i Vadstena, firar pilgrimsmässa i kyrkan och gör därefter dagsvandringar om ca 15 km per dag, bitvis i tystnad. Antalet platser är begränsat till 12.

Kostnad: Tåg t.o.r. ca 900 kr + logi 3 nätter på Vadstena Vandrarhem i enkel och dubbelrum ca 850 kr, mat tillkommer. Ta med sköna skor.

För mer information ring komminister Monika Regnfors Sjören på tel 568 957 19, epost monika.regnfors.sjoren@svenskakyrkan.se.



KONTAKTA OSS

Svenska kyrkan i Danderyd

Växel: 08-568 957 00

måndag – fredag 9.00-12.00

Adress: Box 2021,

182 02 Danderyd

Fax: 08-568 957 28

www.svenskakyrkan.se/danderyd

Danderyds församlingsgård

Expedition, Klockargårdsv. 2

Gudstjänstinformation

08-568 957 34.

Kyrkogårdsförvaltning

Chef Per Laving,

08-568 957 40, 08-568 957 92.

Informatör

Christina Högberg, 08-568 957 08.

Församlingspedagog

Rut Niska Säfström,

08-568 957 36.

Förskolechef

Elisabeth Klang Matsson,

08-568 957 16.

VÅRA KYRKOR

Altorps kapell, Ymervägen 55,

Djursholm, 08-755 44 86,

Danderyds kyrka, Angantyrsv.

Danderyd, 08-568 957 64.

Djurholms församlingsgård,

Bragev. 32 A, Djursholm

08-568 957 57.

Djurholms kapell, Danav. 9,

Djursholm 08-755 37 83.

Enebykyrkan, (samarbetskyrka)

Enebytorp, 08-758 66 52.

Petruskyrkan, Kyrkv. 27,

Stocksund, 08-568 957 54.

Sjukhuskyrkan, Danderyds

sjukhus. Växel: 08-655 50 00

Exp: 08-655 67 79.

Sätträängskyrkan, Sjöbergsv.

Danderyd 08-92 71 20.

Kyrkoherde

Staffan Hellgren, 08-568 957 01,

070-625 13 15.

Präster

Ulrica Aspenberg, 08-568 957 20

070-497 32 14, 08-753 11 99.

Fredrik Hesselgren,

08-568 957 15, 073-201 94 91.

Magnus Ludvigson, 08-568 957

23, 070-778 77 45.

Per Mellqvist, 08-568 957 15

070-749 22 00.

Lisa Axelsson Runeborg,

08-568 957 41.

Monika Regnfors Sjören

070-740 65 66

Jennie Wall

08-568 957 00

Stefan Bendtz 08-655 51 94,

0740-36 04 23, 08-91 50 75.

Kjell Casserfelt, 08-655 67 46,

070-249 50 77.

Diakoner

Gunnel Nyquist, 08-655 61 52

070-333 22 28.

Catharina Björnstedt, (tjl)

Kerstin Wahlström

08-755 15 30, 070-225 02 42,

Inessa Rejer 08-568 957 21,

070-545 06 42.

Siw Lystedt, (vik) 08-568 957 29

Bokning

Dop, vigsel och begravning:

Åsa Ekdahl 08-568 957 10

Samlingssalar Husmor Elisabeth

Wiklund (Danderyds förs.gård)

08-568 957 35, 070-221 11 10,

Husmor Lisbeth Spångberg.

(Djurholms förs. gård)

070-565 63 66.

Ingrid von Heijne (Djurholms

kapell) 070-676 37 83.

” En ängel utan ansikte
omfamnade mig och
viskade genom hela
kroppen:
Skäms inte för att du är
människa! Var stolt!
Inne i dig öppnar sig valv
efter valv oändligt.
**Du blir aldrig färdig,
och det är som det
skall. ”**

AV TOMAS TRANSTRÖMER
UR DIKTEN ROMERSKA BÅGAR