



LIVET

HÖGMOD



INFÖR RIKSMÖTETS ÖPPNANDE, som inleder arbetsåret i Sveriges riksdag varje år i september, firas en gudstjänst i Storkyrkan i Stockholm. Det är något med att inleda en tid av stort ansvar med en gudstjänst. Den högtidliga ceremonin ger en air av allvar och glans till stunden. Men ceremonin gör också något annat. Den placerar oss människor ett pinnhål längre ner på kontrollens och maktens steg. All makt utgår från folket – heter det i vår grundlag. Jag skulle vilja drista mig att komplettera denna utsaga: All makt utgår från Gud som ger den till folket som fördelar den emellan sig.

Gudstjänsten som inleder riksmötets öppnande påminner om det dubbla förtroendeuppdrag de folkvalda fått, dels från väljarna, dels från Gud. Det finns en stor teologisk och psykologisk poäng för oss människor att blanda in Gud (som visserligen redan är inblandad i allt, oberoende av oss) när det kommer till stort ansvar. Medvetenheten om att Gud är större, att Gud är mer, före, efter och i allt är den bästa motkraften mot högmod.

Jag skulle önska att Gud fick spela en större roll även när vi ingår äktenskap,

”Akta er för högmodet att tro att ni kan själva. Det är bara 3-åringar som envist håller fast vid ’kan fälv’!”

även det en tid av stort ansvar. För det finns inget så maktpåliggande, ansvarsfullt och frestande som att gifta sig. I hela processen att gå in i en parrelation lurar högmodet; ”Ingen kan älska som vi, inga har någonsin varit så lyckliga/snygga/bra/perfekta som vi, det är vi mot världen, vår kärlek står emot allt, all makt över oss utgår från oss...”. Vigselgudstjänsten är en fest men också en förmaning – ni är fantastiska men ... ni grejar det inte själva. Ingen grejar något själv. Akta er för högmodet att tro att ni kan själva. Det är bara 3-åringar som envist håller fast vid ”Kan fälv!!!”.

Vuxenblivandet innefattar en ständig påminnelse om att vi inte kan något själva, att vi är helt beroende, att all makt vi tror vi äger ges oss utifrån – som gåva och förtroende. Och när vi blivit så vuxna vi ska bli – och ska lämna det här jordelivet – då inser vi att vi egentligen inte har någon makt. Allt vilar i Guds händer. Döden är den sista kapitulationen. Inför döden kan ingen vara högmodig. Och just det kan vara vår räddning.

Kristin Molander, kyrkoherde

Släpp taget – för att världen ska räddas

Joachim Berner, tidigare bland annat redaktionschef på Göteborgs Posten, VD på Dagens Nyheter och chefredaktör på Expressen, samtalar med kyrkoherde Kristin Molander om lusten och drivet att vilja lyckas, omvärldens projektioner, rädslan att tappa kontrollen och skammen över misslyckandet. Hur kapitulation blir en överlevnadsstrategi och om en kristen Gud som gjorde just det.

Samtalet varvas med sång av Gospelkören under ledning av Sabina Lilja. Efteråt är det bokmingel och servering av bubbel och snacks. Dorothea Hygrell från Djursholms bokhandel är på plats med Joachim Berners böcker: ”Den förlorade sonen”

och ”Alla dessa dagar som kom och gick: tankar om livet i den tredje åldern”.

Tid: söndag
24 september
16.00–18.00.

Plats: Danderyds kyrka.

Läs också
också intervjun
med Joachim
Berner på
sidan 13.



FOTO: HÅKAN ELOFSSON

Träna själen!

FOTO: ISTOCK

Existentiell salong

Vetenskap, samhälle och existens. Höstens salonger kretsar kring vår mentala inställning till samhällets utmaningar och möjligheter samt nödvändigheten av omställning. Samtalen leds av prästerna Henrik Mattsson och Randi Guldstrand i samarbete med Carl "Charlie" Wahren.

27 september

En lägesbestämning

Vilka är de stora utmaningarna just nu? Miljön, ekonomin, AI, utbildning, andlig utarmning. Vilka är våra möjligheter? Hur ska våra prioriteringar se ut? Vem ska göra vad?

25 oktober

Att leva tillsammans i en värld av prövningar.

Vi diskuterar begrepp som solidaritet, mod, måttfullhet, skuld och bot.

22 november

Teknikens under – vår frälsning eller undergång?

Hur ska vi förhålla oss till den extremt snabba utvecklingen inom artificiell intelligens? Frågorna är stora och svåra men kan inte undvikas.

Tid: 19.15–20.45

Plats: Församlingens Hus

Kontakt: henrik.h.mattsson@svenskakyrkan.se

Bibeln och livet

Vad kan Bibeln lära oss om livet idag? Hur kan Bibeln hjälpa oss att leva? Bibeln har tillkommit under nästan tusen år och är full av mänsklig visdom och erfarenhet men ställer oss också inför en del svåra frågor. Den här gruppen är för dig som vill närma dig eller fördjupa din relation till Bibelns berättelser. Prästen Ola Whistler Sahlén leder samtalen, men det är ett öppet forum med plats för både tro och tvivel. Inga förkunskaper krävs, bara nyfikenhet och en vilja att ta in nya perspektiv.

Tid: 19.15–20.45 varannan onsdag, start 6 september.

Plats: Församlingens Hus

Kontakt:
ola.sahlen@svenskakyrkan.se

Söndagsskola för vuxna

Vid kyrkkaffet efter högmässan på söndagar träffas vi för ett samtal om tro och liv. Sammanhanget riktar sig till dig som vill reflektera tillsammans med andra över dagens predikan – vad menade prästen egentligen med det där hen sa? Vad betyder dagens bibeltexter för mig? Här kan man dela tankar och synpunkter och prata om sådant som berör. Samtalet leds av en präst, diakon eller församlingspedagog.

Tid: Söndagar 12.30–13.30, start 10 september.

Plats: Församlingens Hus

Kontakt: pontus.degrens@svenskakyrkan.se

Scanna med mobilkameran och kom direkt till hemsidan!

Läs mer om alla verksamheter (gudstjänster, pilgrimsvandringar och mycket mer) på hemsidan:
svenskakyrkan.se/danderyd





ATT VILJA VARA GUD

Högmod rör vid människans mest grundläggande problem – att vilja vara Gud, men inte vara det. Det menar författaren och professorn i kyrkohistoria Joel Halldorf som här intervjuas av Ola Whistler Sahlén, präst i Danderyds församling.

HÖGMOD HAR betraktats som den värsta av synder, rent av ursynen, men vad är det som är så farligt med högmod?

– Man kan säga att högmod får oss att tolka hela livet som ett uttryck för vår egen förträfflighet. Högmod skruvar oss in i oss själva och gör oss därför blinda för det mest grundläggande i vår mänskliga natur: att vi är beroende av varandra, säger Joel Halldorf, författare och professor i kyrkohistoria.

Han förklarar att människan är det mest beroende djuret. När vi föds tar det många år innan vi kan klara oss själva och när vi blir äldre eller sjuka behöver vi också andra. Inte ens i vår krafts dagar klarar vi oss särskilt bra på egen hand – utan kärleksfulla relationer går vi under på insidan. Högmod handlar om att inte acceptera de här förutsättningarna. Djupast sett handlar högmod om att inte acceptera livets begränsningar. Det är just det som kommer till uttryck i urmyterna om Adam och Eva, där människan äter av den förbjudna frukten, eller i Babels torn, där människan försöker bygga ett torn upp till himlen.

– Högmod rör vid människans mest grundläggande problem: att vilja vara Gud, men inte vara det.

JOEL HALLDORF MENAR att man behöver ha ett stort mått av urskiljning när man pratar om högmod. All strävan att ifrågasätta ordningen får inte ses som högmod.

– Genom historien kan man till exempel se, inte minst i vårt eget land, att högmod som begrepp har använts för att hålla människor nere – för att avhålla människor från att sticka ut, göra uppror, att ifrågasätta ordningen. Där hade man behövt större urskiljning. Likaså behöver man vara försiktig när man talar om den här kampen mot döden som pågår i vår tid, i långlevnadsforskningen eller fenomenet att frysa

ner sin kropp efter dödsögonblicket.

– Döden utgör det stora traumat för oss människor, det behöver man ha respekt för. Samtidigt är döden alltjämt ofrånkomlig och naturlig. Man kan inte kontrollera allt.

Kontroll?

– Ja, det är ett viktigt ord här. Jag tycker man kan se det idag i hur vi försöker presentera våra liv med ett stort mått av kontroll. Kontroll och perfektion. Som för att skydda oss; för att ingenting ska kunna nå oss, ingen sjukdom, ingen död. Man skulle kunna tala om en motbjudande högmodets estetik, säger Joel Halldorf.

HAN GER ETT annat samtida exempel på högmod i uppfattningen om att ”du kan bli vad du vill”, bara du följer ditt hjärta, bara du drömmer hårt.

– Det låter snällt men är förödande. Framför allt är det inte sant. Alla kan inte bli allt. Alla kan inte vara i toppen av pyramiden. På samhällsnivå kan sådana föreställningar få konsekvensen att vi slutar ta itu med orättvisor och på det individuella planet kan det leda till olycka.

Joel Halldorf förklarar att upplevelsen



Joel Halldorf, professor i kyrkohistoria och författare.

”Vi uppmuntras, hela tiden att framhäva vår styrka, att ta för oss. Det är så töntigt”

av att vara nöjd och trivas med sitt liv till stor del handlar om förväntningar. Om man förväntar sig att bli miljardär eller framgångsrik entreprenör och sedan inte blir det, finns risk att bli olycklig och gå runt med en känsla av att livet är misslyckat, trots ganska goda livsomständigheter egentligen.

– Detta tänker jag särskilt på i relation till mina barn. Jag försöker i stället uppmuntra dem att styra sina liv mot vad vi kan kalla en värdig sysselsättning – lärare, sjuksköterska, förskolepersonal – arbeten där man får betyda något för andra. Till skillnad från, låt säga, att vara en daytrader, säger Joel Halldorf.

MOTSATSEN TILL HÖGMOD skulle kunna vara ödmjukhet, något som kristendomen återkommande lyfter fram som en dygd. Och ödmjukhet har traditionellt i Sverige ansetts vara en dygd, men gäller det fortfarande?

– Det skulle jag nog inte säga. Det är snarare så att vi uppmuntras, hela tiden, att framhäva vår styrka, att ta för oss, att aldrig gömma oss. Det är så töntigt. Men i botten finns en rädsla av att vi ska – ifall vi tonar ner oss själva – gå miste om det som tillkommer oss, erkännande och berömmelse. Att vi ska gå miste om framgången. Men jag tror man gillar ödmjukhet när man ser den.

Hos andra?

– Ja. ♦

Ta ödmjukt ansvar

Att hjälpa andra utan att tänka på sig själv – det är ödmjukhet. Men allt fler sätter jaget i centrum och har tappat solidariteten med andra, menar diakonerna Estelle Wiesel och Maria Watolla.

– **VI MÖTER MYCKET** ensamhet och människor som har svåra livssituationer vilket vi diakoner behöver ha ett ödmjukt förhållningsätt till, säger Estelle Wiesel.

Hon och Maria Watolla är båda diakoner i Danderyds församling. De möter församlingsbor i enskilda samtal, på aktiviteter, utflykter, äldreboenden eller på församlingens mötesplatser. Estelle Wiesel har arbetat i församlingen i många år medan Maria Watolla började förra hösten.

Vad betyder högmod för er?

– När man tappar förankringen i att jag är en pusselbit i det stora hela, i Guds skapelseplan, och tror att allt handlar om mig och fattar beslut som bara gagnar mig, då är man inne på högmodets väg, säger Maria Watolla.

Trots att själva ordet är gammeldags så är dess betydelse minst lika aktuell idag, menar de.

– Det har blivit ett allt hårdare klimat i Sverige där Sverige som land har blivit högmodigt. Vi tror att vi är mycket bättre än alla andra och vi som är här tror att vi har större rätt än andra som försöker ta sig hit. Vi har tappat solidariteten att hjälpa andra, säger Estelle Wiesel.

Vad betyder ödmjukhet?

– Den barmhärtige samariern, säger Estelle Wiesel.

Hon tänker på bibelberättelsen om den

barmhärtige samariern där Jesus berättar om en man som överförs av rövare och sedan lämnades halvdöd. Både en präst och en levit – båda med hög status – gick bara förbi och struntade i mannen. Men en samariern, som var illa ansedd på den tiden, tog hand om mannen. Berättelsen handlar om att man ska älska sin nästa.

– Ödmjukhet handlar om en förståelse för den andras situation och en vilja att vara hjälpsam utan egen vinning. Att vara ödmjuk är att inte sätta sig själv först. Men idag står jaget i centrum och mycket handlar om hur man själv ska tjäna på en situation för att vilja engagera sig i den, säger Maria Watolla.

– Kärlek, barmhärtighet och handling hör ihop med ödmjukhet där handlingen utförs utan baktankar eller önskan om beröm, säger Estelle Wiesel.

Behöver du någon att prata med?

Danderyds församlings diakoner har tid för enskilda samtal när livets svårigheter gör sig påminda som sorg och förluster, såriga relationer, ekonomiska bekymmer, livskriser med mera. Diakoner har tystnadsplikt.

Vill du komma i kontakt med Estelle Wiesel och Maria Watolla? Se sid 19 för kontaktuppgifter.

– Vi behöver även ta ansvar och vara ödmjuka inför vår roll i skapelsen. Vi människor kan inte tro att vi är förmer, att vi kontrollerar allt och kan göra som vi vill. Det slår tillbaka när vi varken tar vårt ansvar för eller är ödmjuka mot naturen, säger Maria Watolla.

DIAKONI BESKRIVS OFTA som omsorg om andra, men Estelle Wiesel vill understryka att diakonin är ömsesidig. Att vi behöver varandra.

– Vi är alla starka och svaga, säger hon.

Alla är välkomna till kyrkan och här möts människor med olika erfarenheter och bakgrund.

– Det finns få sammanhang där man kan ventilerar djupa ämnen och stora händelser som sker i vår värld, men det kan man här, säger Estelle Wiesel.

– Ja, här kan man prata om sin oro, sin rädsla och om ämnen som kan vara svåra att ta upp i andra sammanhang, säger Maria Watolla.

Oftast är det berikande möten men ibland kan det uppstå krockar mellan människor.

– Vi diakoner blir då som ett kitt som balanserar och gjuder olja på vågorna för att få högmodet som kan uppstå mellan människor på fall. För vi är alla ett under Gud och vi människor ska försöka vara Jesus företrädare, säger Maria Watolla. ♦



”Vi människor kan inte tro att vi är förmer och kan göra som vi vill.”

Estelle Wiesel
och Maria
Watolla, diakoner
i Danderyds
församling.

Du är varmt
välkommen till
församlingens mötesplatser,
aktiviteter och utflykter.

Läs mer på
[svenskakyrkan.se/
danderyd](https://svenskakyrkan.se/danderyd).



Ingen klarar
alt själv

Uttrycket "Högmod går före fall" är bekant, men annars använder de unga vuxna i Danderyds kyrkoråd aldrig ordet högmod.

– Men det handlar om att framhäva sig själv som förmer, säger Lukas Johannesson.

NÄR ALEXANDRA HOLMBERG, 25, valdes in i kyrkofullmäktige förra mandatperioden var hon bara 19 år och den yngsta som ställde upp till val i församlingen. Denna mandatperiod har hon även blivit utsedd att sitta i kyrkorådet.

– Jag engagerade mig som ungdomsledare efter konfirmationen och efter några år som ledare ställde jag upp till val, säger Alexandra Holmberg, som precis firat tio somrar som konfirmandledare.

Den här mandatperioden är de totalt fem unga vuxna som är invalda i kyrkorådet.

– Jag vill föra fram de ungas röst i kyrkorådet. Jag tänker att kyrkan har ett viktigt uppdrag i samhället i stort eftersom det är en plats där man får reflektera, säger Torsten Greber, 24.

– Jag har alltid trivts i kyrkan och jag vill ge tillbaka till församlingen. Jag brinner för musiken. Jag tycker att det är viktigt att kyrkan har konserter. Sedan att kyrkan är en naturlig mötesplats dit alla är välkomna är också viktigt, säger Lukas Johannesson, 25, som spelar fiol och har spelat på både konserter och gudstjänster i kyrkan.

NU HAR DE samlats i Församlingens Hus för att prata med tidningen Livet om högmod och ödmjukhet.

– Ordet högmod är svårt och inte så vardagligt, men det handlar om att medvetet eller omedvetet övervärdera sin egen roll och framhäva sig själv som förmer, säger Lukas.

– Ja, förutom i ordspråket "Högmod går före fall" vet jag inte riktigt hur man använder ordet. Men det handlar om att se sig som duktigare och smartare än andra.

Man har tappat verklighetsförankringen, säger Torsten.

– Det handlar om att man tror att man själv är bättre. I vår tid kanske man kan säga hybris istället, säger Alexandra.

Vad tänker ni kring högmod på sociala medier?

– Sociala medier handlar mer om perfektionism, men det kan forma ens högmod, säger Torsten.

– Ja, det är en idealiserad bild som visas på sociala medier som gör att man känner att man borde vara bäst, inte att man är det. Det blir en stress att uppnå den standarden där alla andra verkar ligga, säger Lucas.

– Vi har tränats i att framhäva och bara visa de bra sidorna på sociala medier. Man behöver aktivt välja vad man vill följa och mata sig själv med och försöka hitta en bredd som visar hela livet, säger Alexandra.

Vad är ödmjukhet?

– Om högmod handlar om att sitta på sina höga hästar, så handlar ödmjukhet om att kliva av hästen och gå tillsammans med andra i en gemenskap istället, säger Torsten Greber.

– En ödmjuk person kan vara väldigt duktig, men är prestigelös. En person med högmod har mycket prestige, säger Lukas Johannesson.

– Tanken med ödmjukhet, liksom tanken i kyrkan, är att jag inte klarar allting på egen hand utan vi behöver varandra för att lyckas. I den åldern vi träffar ungdomarna som ska konfirmera sig, när de är 14–15 år, så jobbar vi mycket med att pausa jaget lite och fokusera på gruppen, att vi behöver varandra, och göra saker tillsammans, säger Alexandra. ♦



Lukas Johannesson, ordinarie i kyrkorådet för Centern.



Alexandra Holmberg, ordinarie i kyrkorådet för POSK.



Torsten Greber, ersättare i kyrkorådet för POSK och ordförande i kyrkogårdsutskottet.

Erkänn skuggsidan

Ödmjukhet handlar om att sänka garden och våga vara människa – med alla sina fel och brister. Det menar samtalscoachen Kristina Aspemo Renman.

I ETT MOTTAGNINGSRUM i ett gammalt mörkrosa putsat hus nära Stocksunds torg tar Kristina Aspemo Renman emot par eller enskilda personer för samtal.

– De som kommer hit är ofta i någon form av förändring eller kris i livet och gemensamt för dem är att de vill någonting annat, säger Kristina Aspemo Renman.

Hon är civilekonom i botten, men har vidareutbildat sig och arbetar sedan 2010 som coach, rekreationsterapeut, yogalärare,

massageterapeut och hon är även handledare i sorgebearbetning.

Kristina Aspemo Renman tänker att vi människor, med vår fria vilja, kan välja att antingen förändra eller inte förändra oss.

– Ofta är det högmodet som håller emot när vi inte vill förändra oss, säger hon.

Vad betyder högmod för dig?

– Högmod handlar om alltför stor självhävdelse och är motsatsen till ödmjukhet. Högmod rymmer i grunden en rädsla för att vara människa med de tillkortakommanden, tvivel och brist på kontroll det innebär. Det kan handla om en rädsla för att misslyckas, visa känslor eller inte uppfattas som god nog. Om man kopplar det till ett psykologiskt perspektiv så handlar det om människans skuggsida.

Hon förklarar att det var psykiatrikern Carl Jung som myntade begreppet om människans skuggsida och att han med det menade att alla människor bär på egenskaper som vi inte vill kännas vid, som vi förtränger och varken vill visa för andra eller för oss själva. Men trots att vi gömmer och stänger in de här egenskaperna kan det pysa ut i form av projektioner mot andra.

– I uttryck som "Vilken idiot" eller "Väx upp" ryms det ofta en rädsla att blotta sin egen okunskap eller omognad.

Självklart handlar inte allt vi ogillar och ifrågasätter om vår egen skuggsida, understryker hon, men om det vi tänker och säger kommer i affekt och från en dömande plats är det skuggsidan som talar.

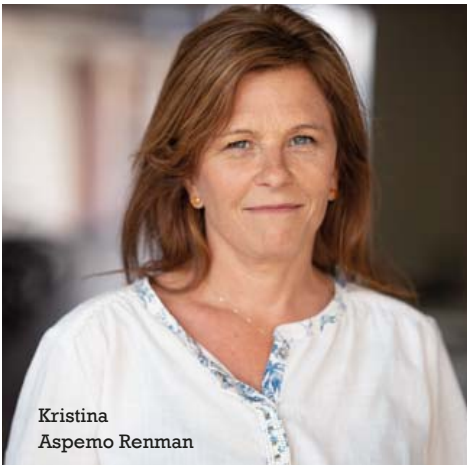
– Alla gör det här och alla utsätts för det, mer eller mindre. Vi blir alla avundsjuka och missunnsamma ibland, men när du känner så, pröva att blotta dig lite i stället: "Förlåt, jag märker att jag är lite avundsjuk på dig nu". Det kommer öka kärleken, generositeten och ödmjukheten mellan er, säger hon. Och om det inte passar att säga det till den andra, så bli uppmärksam på det för egen del, kanske säg det tyst till dig själv.

HON KAN MÄRKA i samtal att det händer något med paret eller personen när de kommer åt sitt eget högmod – sin skuggsida.

– När vi erkänner att vi är missunnsamma, avundsjuka, tycker oss bättre eller finare än andra, då blir vi friare, mänskligare och kan ha sundare relationer till andra. Då kan vi möta också andra med mer överseende, empati och medmänsklighet.

Att vi så noga skyddar vår skuggsida handlar om att vi har blivit sårade tidigare när vi har visat vår utsatthet och blivit avvisade, förklarar hon.

– Skuld, skam och rädsla är det som



Kristina
Aspemo Renman

När det värsta händer

Kristina Aspemo har skrivit boken "När det värsta händer" om när hennes sambo Gösta plötsligt gick bort i en hjärnblödning. Hon hoppas boken kan skänka tröst och hopp till andra i samma situation och att den kan göra att vi blir bättre på att prata om döden.

vaktar vår skuggsida.

Den genuina ödmjukheten däremot bottenar i att våga vara människa inför sig själv och inför andra, förklarar hon. Att våga sänka garden och sluta vakta sin position.

– Tillåter vi oss själva – och andra – att snubbla ibland och göra fel och bemöter varandra med nyfikenhet och vänlighet så händer det något fint. Först då kan vi i djupet mötas och förstå oss själva och andra.

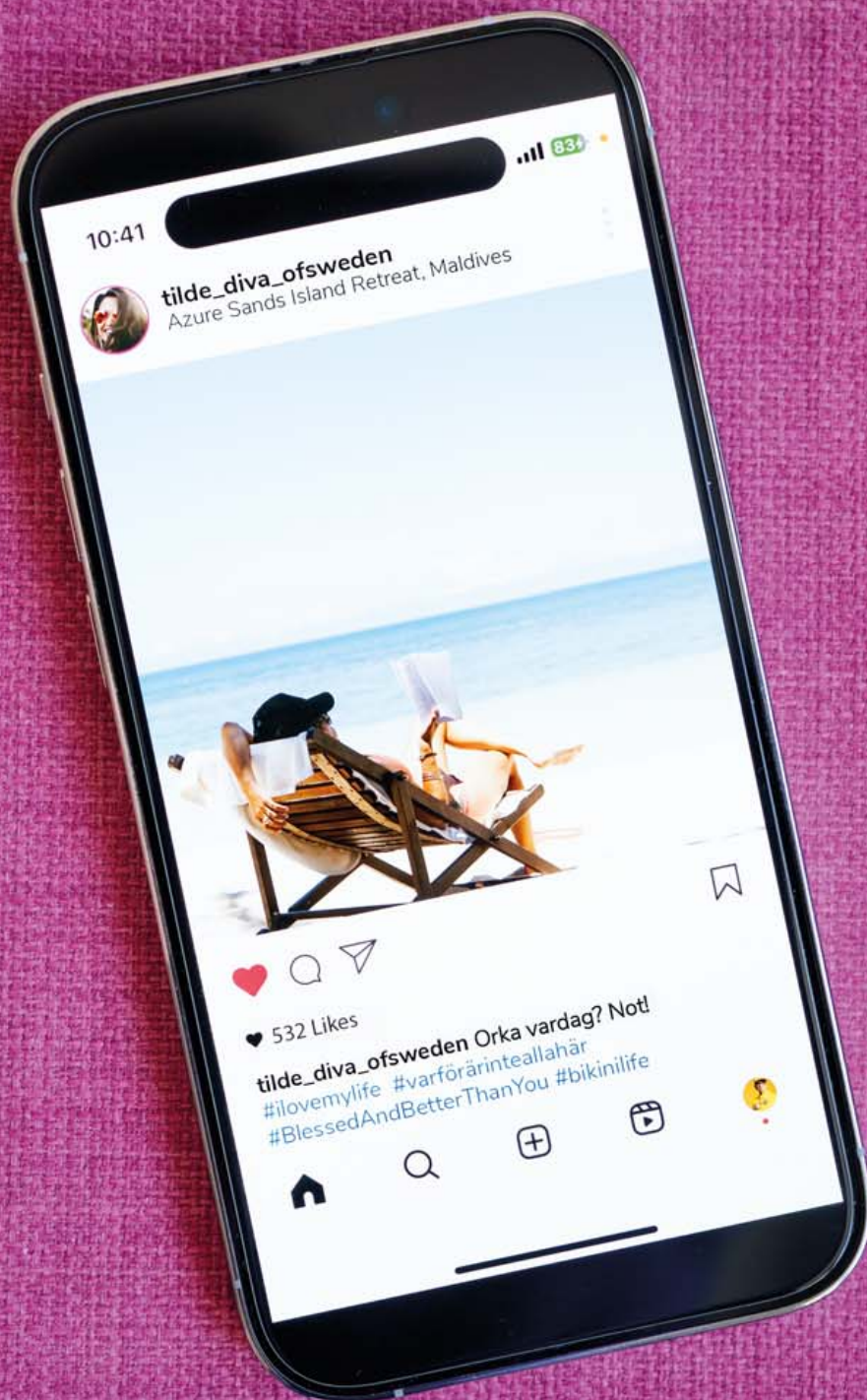
MÅNGA AV DE par hon möter har fastnat i anklagelser och försvar. Ibland gör hon en övning där båda två först får reflektera enskilt över "När jag betar mig så här är jag extra svår att älska". Sedan får de berätta för varandra vilka situationer det gäller.

– Det brukar vara förlösande där båda får uppleva att de är okej, trots sina skuggsidor. Det blir en befrielse för både en själv och för ens partner när man tar ansvar för sina mindre bra sidor och erkänner att "jag ser det här mindre smickrande draget hos mig själv", säger Kristina Aspemo Renman.

Att se varandras perspektiv och lyssna på vad den andra faktiskt säger betyder inte att man måste ge upp sin egen ståndpunkt, understryker hon.

– Men i mötet med andra, där båda känner sig sedda och hörda, kan vi kommunicera mera öppet och ärligt och det börjar hända saker. Där växer kärleken. ♦

"När vi erkänner att vi är avundsjuka eller tycker oss bättre än andra, då blir vi mänskligare och kan ha sundare relationer till andra."



A portrait of a middle-aged man with short, light-colored hair, wearing a white button-down shirt. He is looking directly at the camera with a slight smile. The background is a blurred indoor setting with wooden paneling.

Joachim Berner

"För tjugo år
sedan hade
jag vetat allt"

Joachim Berner var guldgossen som föll hårt från tidningstronen. Idag skriver han böcker om självupptagenhetens pris. Högmodet är den farligaste dödssynden, säger han.

DET LÖPER EN tidslinje längs kontorsgolvet. Den utgör mönstret på en matta och skildrar det 125-åriga familjeföretagets milstolpar. Joachim Berners egen bana är inte utritad, men rör sig från den dag han kliver in i historieskrivningen i en vid båge. Från familjens förväntningar på en karriär i företagets tjänst, via en riksuppmärksammas berg- och dalbana som mediechef, till dagens återkomst till rötterna.

Joachim Berner är styrelseordförande för bolaget. Han har just flyttat huvudkontoret från Göteborg till Stockholm. Allt är renoverat. Allt är nytt.

Det förflutna då, kan man springa ifrån det?

Vid sidan av de professionella ledarskapsuppgifterna har Joachim Berner en parallell sysselsättning som författare och föreläsare, där han skriver och talar om sin personliga förändring och den psykologiska bakgrund han burit med sig och fått göra upp med.

Det är i hög grad en berättelse om högmod.

– Högmod handlar om egot, om att man låter det ta för stor plats. Det har jag gjort

många gånger. De kraftfulla förändringar som jag gjort i mitt liv har ofta kommit av högmod.

JOACHIM BERNERS SJÄLVKÄNSLA

boostades från start, av uppväxtens borgerliga miljö och av positionen som enda pojken i en syskonskara på fem barn. Han kände sig upphöjd och utvald.

Samtidigt bröt han tidigt med förväntningarna genom att söka sig till en annan sfär än den teknikbransch han kom ifrån.

– Jag tyckte att jag kunde något annat. Och jag ville något annat. Det var inte en särskilt ödmjuk hållning.

När Joachim Berner i början av 90-talet gjorde entré i mediasfären var det som en bortskämd, extrovert och narcissistisk person. Beskrivningen är hans egen.

– Jag var ung och på tapeten. Sådant gör ju något med ens ego.

Han blev snabbt ett av branschens heta namn. Joachim Berner fick jobb som redaktionschef på Göteborgs-Posten, han blev chefredaktör och vd på Dagens Nyheter och chefredaktör för Expressen. Han säger att han kom till den stora kvällstidningen som en frälsare med ambitionen att visa världen att han kunde göra det som ingen annan kan.

– Utöver det blev jag väldigt uppburen som man. Det är oerhört förrädiskt och jättesvårt att hantera.

Karriären började gnissla. Joachim

Berner anklagades för att ha varit flirtig, tidningen fälldes för en löpsedel och gick affärsmässigt utför. En utnämning till jobbet som vd för Sveriges Radio drogs in. Kritiken mot honom var massiv.

Joachim Berner lämnade offentligheten. I två år levde han i självvald isolering.

– Jag befann mig i en bottenlös rädsla och sorg. Jag gick i terapi i två år för att stå ut. Idag är jag tacksam över den tiden och över terapeuterna jag mötte då. De hjälpte mig att korrigera mitt liv. Kanske blev jag lite mindre högfärdig.

Vad var det som kom ut på andra sidan?

– En ny livshållning. Jag kände att jag ville jobba i en friare roll än vad jag gjort tidigare och att jag inte ville tillhöra en sfär.

SÅ HAR DET BLIVIT. Som styrelseordförande befinner sig Joachim Berner samtidigt fortfarande i den typ av korridorer han kommer ifrån. Det handlar om näringslivskretsar och företagsledning. Han säger att det är en miljö där högmodet lätt kopplar sitt grepp. Den narcissism som han själv bar på ser han också hos många andra. De två samverkar, menar han. Gör man bra ifrån sig i den verksamhet man är satt att sköta, blir man bekräftad i det.

– Det är lätt att blanda ihop på något sätt.

Av alla de sju klassiska dödssynderna anses högmodet vara den värsta. Joachim Berner förstår varför. Han säger att det är den farligaste. Den grövsta.

Joachim Berner kom förra året ut med boken "Alla dessa dagar som kom och gick – tankar om livet i den tredje åldern".

”Det är inte jag som har de mest intressanta idéerna längre. Det är inte jag som ska stå på scenen.”

➡ – Högmodet är så allomfattande och får sådana konsekvenser för individen.

Samtidigt finns det en aspekt av begreppet som är värt att utforska, menar han och syftar på relationen mellan högmod och mod. Gränsen kan vara hårfin. Sedan han återvänt till familjeföretaget har han moderniserat verksamheten för att få företaget att överleva.

– Jag har då många gånger blivit beskyldd för att vara högmodig. För mig har det mer handlat om mod. Man måste ha koll på när det är det ena och när det är det andra. Där har man stor hjälp av att omge sig med personer som bjuder motstånd på ett friskt och sunt sätt.

Längs den där bildliga livslinjen, Joachim Berners bågformade bana, finns en särskild fas. Den inträffade för ett tiotal år sedan och började med dotterns konfirmation. Joachim Berner, som alltid varit en sökare med barnatro i botten, följde med och blev fångslad av det kyrkliga rummet och vad som mötte honom där.

Det krävdes visserligen ett antal besök innan han kom över den sekulära fördomströskeln, den som säger att personer som tror på Gud är lite knäppa i huvudet. Men sedan det väl skett blev tron och gemenskapen i kyrkan en del av hans vardag.

Liksom av hans offentliga jag.

– Genom min självbiografi ”Den förlorade sonen” (boken kom ut 2019, reds anm.) skrev jag mig ut ur garderoben. Jag berättade där att jag har en tro. Hade jag inte gjort det hade boken inte varit ärlig.

Han säger att det var hisnande att komma ut. Reaktionerna har varit omfat-

tande och liknar ofta varandra. Som senast i morse, då han åt frukost med en kamrat. När de vanliga karriärs- och familjenyheterna var avbetade kom frågorna som ett brev på posten: ”Hur ser din gudsbild ut?”, ”Hur är det i kyrkan?”, ”Kan man få följa med?”.

– Sedan händer det att jag får helt andra reaktioner också, från människor som har svårt att förlåta och som tycker att jag är skenhelig.

Kanske är det mest hans eget hjärnspeke, säger han. Kanske är det Joachim Berner som har svårt att förlåta sig själv för det han gjort.

FÖRRA HÖSTEN KOM han ut med ännu en bok, ”Alla dessa dagar som kom och gick – tankar om livet i den tredje åldern”. Boken är skriven tillsammans med musikern och skribenten Johan Norberg och handlar om manligt åldrande. De båda lärde känna varandra i samband med att Johan Norberg var redaktör för Joachim Berners självbiografi. Ur vänskapen, och ett stort antal pandemipromenader, växte samtalen fram om hur det är att vara man när den familjebildande livsfasen är över och karriären har peakat.

Den konventionella mansrollen är en riskfaktor när det gäller högmod. Joachim Berner säger att han ser det nu när han blir äldre.

– Med ökad ålder minskar testosteronet. Jag inser att det inte är jag som har de mest intressanta idéerna längre. Det är inte jag som ska stå på scenen. Min roll är istället att vara stöttande och supportande. Det är en mer ödmjuk roll.

Trots att han redan hade skrivit sin

JOACHIM BERNER.

Ålder: 60 år.

Bor: I Stockholm.

Familj: Ja.

Gör: Styrelseordförande för Christian Berner Tech Trade (publ.), ett företag inom hållbar teknik. Styrelseuppdrag för ett antal företag och organisationer.

Aktuell med: ”Alla dessa dagar som kom och gick – tankar om livet i den tredje åldern” (Mondial) tillsammans med Johan Norberg. Kom 2019 ut med självbiografien ”Den förlorade sonen”.

Gjorde i somras: Var i Skåne och åkte några veckor till Medelhavet.



Tron och gemenskapen i kyrkan har blivit en del av Joachim Berners vardag.

självbiografi var det arbetet med den senaste boken, "Alla dessa dagar ..." som krävde mest. En stor del av innehållet i den första boken var sådant som Joachim Berner redan berättat i tidningar och radio. Boken tillsammans med Johan Norberg innebar en helt annan djupdykning, säger han.

– Den var oerhört smärtsam att skriva. Jag var tvungen att gå rakt in i mig själv på ett sätt som var ovant och tungt. Det fanns stunder under skrivprocessen då jag låg på golvet i fosterställning.

Vad var det som kom fram som var så smärtsamt?

– Det var just de här sakerna som vi pratat om nu. Om min självupptagenhet, mitt högmod, min oförmåga att ha

fungerande kärleksrelationer. Att formulera mig om det var att vara ute på okänt vatten. Det är som nu, när vi pratar här och jag tillåter mig själv att inte ha alla svaren.

Är det nytt?

– Absolut. Hade du intervjuat mig för tjugo år sedan hade jag vetat allt.

Att skriva utifrån genuin rannsakan har samtidigt gjort texten stark, menar Joachim Berner. Det är en effekt som håller i sig. Han har påbörjat ett nytt skrivprojekt, denna gången autofiktivt. Han har också planer på att skriva mer politiskt utifrån sina egna erfarenheter och upptäckter.

– Det är som att ha hittat en åder, säger Joachim Berner om sitt nya, djupdykande skrivande.

Släpp taget – för att världen ska räddas

Söndag den 24 september
samtalar kyrkoherde
Kristin Molander med
Joachim Berner
i Danderyds kyrka.
kl 16.00.
Varmt välkommen!

I vintras skrev han en krönika i Kyrkans Tidning om hur synen på tro och andlighet håller på att förändras och om hur förutsättningen för nåd är att släppa taget om egot. Texten fick stor uppmärksamhet.

– Jag kan vara häpen över vilken kraft det blir när man bottnar i sin känsla och vågar visa sin smärta i text. ♦



Genom att dela sin sorg kan den bli lite mer uthärdlig.

Du är inte ensam i sorgen

SORG HAR I vårt samhälle ofta blivit en privatsak, något vi bär inom oss men inte pratar så mycket om, särskilt inte efter att den första chocken och smärtan har lagt sig. Men under allhelgonahelgen visar vi vår sorg på utsidan. Vi får samlas och tacka för dem vi har haft hos oss, minnas och trösta varandra.

Det finns många fina och stämningsfulla sätt att hedra våra avlidnas minne. Kanske vill du delta i en minnesgudstjänst eller besöka kyrkogården och tända ljus på en väns eller släktings grav. Eller promenera bland gravarna och förundras över allt det vackra. Du kan också välja att minnas nära och kära genom att tända ljus hemma, kontakta närstående, tända ett digitalt ljus på bönewebben (svenskakyrkan.se/danderyd) eller delta i en digital minnesgudstjänst.

HISTORISKT HAR MAN skilt mellan att minnas helgonens liv, på alla helgons dag,

och att minnas våra närståendes liv, på alla själers dag. Alla helgons dag är den lördag som infaller mellan 31 oktober och 6 november och alla själers dag firas dagen efter alla helgons dag, på söndagen. ♦

Vill du prata med någon om din sorg?

Svenska kyrkan har lång erfarenhet av att möta och stötta människor i sorg. Sorg kan inte botas, men genom att dela den kan sorgen göras mer uthärdlig.

Vill du samtala med någon om din sorg i enskilda samtal? Eller vill du dela tankar och känslor kring sorg tillsammans med andra som är i en liknande situation i en sorgegrupp?

Kontakta diakon Estelle Wisel så får du veta mer: estelle.wiesel@svenskakyrkan.se

Konkreta tips hittar du också på:
svenskakyrkan.se/forstahjalpenvidsorg



Allhelgona i gemenskap

Välkommen till Danderyds kyrkogårdar och kyrkor för att tända ljus, be, samtala och dela gemenskap i gudstjänster, minnesstunder, fikastunder och mycket mer.

Vi har öppet hus i Församlingens Hus med servering, en liten allhelgonagåva till alla barn, samt försäljning av kransar, lyktor och ljus.

Mer information finns på hemsida och i månadsbladet i början av oktober.

Barn och unga



Konfirmation – ett minne för livet!

Anmälan för konfirmation 2024 öppnar torsdag 7 september 2023 kl 19.00 på: svenskakyrkan.se/danderyd
Vid frågor kontakta pedagog louise.almen@svenskakyrkan.se

Onsdagar tillsammans start 13 september

After school i Församlingens Hus
Tid: 16.00.
Kvällsmässa i Danderyds kyrka.
En kort och stämningsfull mässa.
Tid: 18.30.
Ungdomskväll i Församlingens Hus
fika, häng och program.
Tid: 19.00–21.30.

Babycafé med sångstund start 12 september

Vi samtalar om livet, sjunger, leker och fikar tillsammans. Ta med din bebis och kom. Ingen anmälan eller avgift.
Tid: Tisdagar 10.00–12.00.
Plats: Församlingens Hus.
Kontakt: Maria Gibbs Persson, 070-600 55 56.

Miniorer start 5 september

Hur är en bra kompis? Vilka var David och Goliat? Varför firar vi allhelgona? Hur många lärjungar hade Jesus? På Miniorerna kan barnen på ett roligt sätt upptäcka Bibelns berättelser genom sång, lek, pyssel och annat skoj. Och så fika förstås!
Ålder: årskurs 1–3. Ingen avgift.
Tid: tisdagar 15.00–16.30, start 5 september.
Plats: Församlingens Hus.
Anmälan: amanda.nyberg2@svenskakyrkan.se

Tac-o-Lov

Fredagsmys i kyrkan för alla åldrar. Kom som du är direkt från jobbet, fritids eller skolan till en kväll med tacomiddag, gudstjänst och pyssel. Gudstjänsten är anpassad för barn med spring i benen. Ingen anmälan eller avgift.
Tid: fredagar 15 sep, 20 okt, 10 nov, 8 dec 17.00–19.00.
Plats: Församlingens Hus.
Kontakt: elisabet.munro@svenskakyrkan.se

Söndagsklubben start 10 september

Under högmässan får alla barn som tycker det blir långt att sitta i kyrkbänken följa med Söndagsklubben istället. Vi pysslar utifrån dagens tema. Småbarn i förälders sällskap.
Tid: söndagar 11.00.
Plats: Danderyds kyrka.
Kontakt: amanda.nyberg2@svenskakyrkan.se

Sjung i kör!

Danderyds församling har fler än 200 körsångare i nio körer för olika åldrar. Körerna är mycket uppskattade och sjunger i gudstjänster och vid tillfälliga evenemang. Till flera av barnkörerna är det kö – vid intresse kontakta: kerstin.even@svenskakyrkan.se



Gospelkören

En kör för dig som gillar musik som svänger och vill hitta sångkraft i hela kroppen. Under hösten repeterar kören i Enebykyrkan. Ingen notvana krävs.
Tid: 13.15–15.15, söndagar 3/9, 1/10, 29/10, 12/11
Anmäl till: sabina.lilja@svenskakyrkan.se

VocAlice

Kören har främst klassisk sakral inriktning, men sjunger även jazz, gospel och folkmusik. Två-, tre- och fyrstämmigt för sopraner och altar.
Tid: tisdagar, 19.00–21.00
Plats: Petruskyrkan.
Anmäl till: kerstin.even@svenskakyrkan.se

Danderyds kyrkokör

En kör med fortsatta ambitioner som har roligt tillsammans såväl musikaliskt som socialt.
Tid: onsdagar 14.00–16.00
Plats: Petruskyrkan.
Anmäl till: maria.resare@svenskakyrkan.se

All info finns på hemsidan:
svenskakyrkan.se/danderyd

Följ oss även på sociala medier:

 **Danderyds församling**

 **Svenska_kyrkan_i_danderyd**



Scanna med
mobilkameran
och kom direkt
till hemsidan!

Nya lokaler byggs på Djursholms begravningsplats

OMSORGEN GÄLLER BÅDE levande och döda. I höst börjar byggnationen av ny bisättningslokal och kontor på Djursholms begravningsplats. Redan sommaren 2024 ska allt vara klart.

Djursholms begravningsplats, som invigdes 1897, är fantastisk att besöka inte bara för dem som har sina nära och kära begravda på kyrkogården, utan för alla som uppskattar en anrik kulturmiljö och vacker natur. Altorps kapell, från 1938 med en fresk av Bo Beskow, är öppet på vardagar och används regelbundet för både kyrkliga och borgerliga begravningar.

De senaste åren har behovet av ny bisättningslokal, kontorsutrymmen, och garage och blivit akut, berättar Per Henrik Hinder som är chef för begravningsverksamheten i Danderyds församling.



Gunilla Wästlund,
arkitekt.

Samtidigt måste en om- och nybyggnation ske varsamt.

Vad är en bisättning?

– I väntan på begravning och gravsättning förvaras kistan eller urnan i bisättningslokalen. Den nuvarande finns under Altorps kapell, säger han.

Kommer bygget att påverka begravningsplatsen?

– Ett bygge märks naturligtvis på olika sätt och i perioder kan det både låta och förekomma transporter på området. Vi hoppas på överseende under det kommande året. Man får gärna höra av sig till mig om det är något man funderar över.

Djursholmsarkitekten Gunilla Wästlund har ritat den nya byggnaden som kommer ha en inglasad entré som släpper in ljuset och den omgivande naturen. Det finns mycket att ta hänsyn till, alltifrån träd och växter till hur landskapet är format.

– För mig är det viktigt att de nya byggnaderna blir vackra och funktionella – både för besökare och de som arbetar här. Husen ska anpassa sig efter naturen och den speciella miljö som området har, säger hon. ♦

Följ bygget!

På www.svenskakyrkan.se/danderyd och i sociala medier kommer du att kunna följa byggnationen.

Preliminär tidsplan

September 2023: rivning av befintliga lokaler påbörjas.

Oktober 2023: dags att börja bygga!

Sommaren 2024: bisättning, kontor och garage beräknas vara på plats.

Kontakt:

Per Henrik Hinder, perhenrik.hinder@svenskakyrkan.se, 08-568 957 46



FOTO: MAGNUS ARONSSON

Musik i Danderyds kyrka

Lunchmusik med soppa

Musik i ca 30 minuter i Danderyds kyrka (fri entré). Därefter serveras soppa (60kr) i Församlingens Hus.

Tisdag 26 september 12.00

Margareta Nilsson på harpa.

Tisdag 17 oktober 12.00

Lina Söderholtz Florén, violin och Anders Ölund, orgel och piano.

Ingår i Kulturbienalen i Danderyds kommun.

Dona nobis pacem

Söndag 8 oktober 16.00

Musikgudstjänst på tacksägelsedagen med Mariakören och Ceciliakören som sjunger sånger om tacksamhet över skapelsen. Kerstin Evén är dirigent.

Kulturbienalens avslutningskonsert

Söndag 22 oktober 16.00

Danderyds kyrkokör och Danderyds sångensemble framför Missa brevis St Joannis de Deo och annan musik under ledning av Maria Resare och Lena König. Elin Skorup är solist. Konserten avslutar Kulturbienalen i Danderyds kommun som pågår 13/10–22/10.

Gospelmässa

Söndag 26 november 16.00

Danderyds Gospelkör sjunger under ledning av Sabina Lilja.



TIDNINGEN LIVET

**Utgiven av Svenska kyrkan,
Danderyds församling.**

Redaktion

Kristin Molander, kyrkoherde
kristin.molander@svenskakyrkan.se

Ola Whistler Sahlén
ola.sahlen@svenskakyrkan.se

Ansvarig utgivare

Kristin Molander, kyrkoherde

Redaktör

Brita Sylvén
brita.sylvén@svenskakyrkan.se

Design&produktion

Jonna Olsson & John Losciale

Skribenter

Mia Sjöström, Kristina Lindh,
Brita Sylvén, Ola Whistler Sahlén,
Christina Högberg

Omslag

Lotta Kühlhorn

Fotografer

Elliot Elliot, Håkan Elofsson

Tryckeri

Stockholms Lito Grafiska,
Danderyd

ÖPPETTIDER

Danderyds kyrka

Mån-sön 08.30–16.30

Församlingens Hus

Mån-fre 09.00–16.00

Växel

tel 08-568 957 00

Mån-fre 09.00–12.00 och 13.00–17.00

Bokning av dop, vigsel, begravning:

Mån, tid, tors 10.00–12.00 och 13.00–14.00

Fre 10.00–12.00. Tel 08-568 957 10

Bokning av församlingslokaler:

Mån, tid, tors 10.00–12.00 och 13.00–14.00

Fre 10.00–12.00. Tel 08-568 957 35

Begravningsverksamheten

Mån, tid, tors 10.00–12.00 och 13.00–15.00

Fre 10.00–12.00. Tel 08-568 957 39

SVENSKA KYRKAN I DANDERYD

Församlingens Hus

Angantyrvägen 39,
182 54 Djursholm.

Växel: 08-568 957 00,

mån-fred 9.00–12.00
och 13.00–17.00.

Postadress: Angantyrv. 39,
182 54 Djursholm.

svenskakyrkan.se/danderyd

Kanslichef

Martin Sandström,
08-568 957 09.

Kommunikatörer

Christina Högberg,
08-568 957 08.

Brita Sylvén,

08-568 957 23.

Begravningsverksamheten

Per Henrik Hinder, chef

08-568 957 46.

Kyrkor och lokaler

Altorps kapell,

Ymervägen 55, Djursholm.

Andrum, Mörby Centrum.

Danderyds kyrka,

Angantyrvägen 41, Danderyd.

Djursholms församlingsgård,

Valevägen 26, Djursholm.

Djursholms kapell, (stiftelse)

Danavägen 9, Djursholm.

Enebykyrkan,

(samarbetskyrka)

Enebytorp,

Lars Åberg 070-497 71 65.

Petruskyrkan med

församlingsgård,

Kyrkv 27, Stocksund.

Sätraängskyrkan

och Vagnslidret,

Sjöbergsv. 32 Danderyd.

Sjukhuskyrkan,

Danderyds sjukhus,

08-123 550 00 (växel).

Kyrkoherde

Kristin Molander,

08-568 957 01, 070-334 16 18.

Präster

Ninna Birkoff,

08-568 957 15.

Randi Guldstrand,

08-568 957 20.

Henrik Mattsson,

08-568 957 05.

Elisabet Munro (till 30/9),

08-568 957 16.

Ola Whistler Sahlén,

08-568 957 41.

Katja Stroeven,

08-568 957 18.

Sjukhuspräster

Christine Koskull, 08-568 957 00.

Jenny Karlsson, 08-568 957 17.

Diakoner

Maria Watolla, 08-568 957 59.

Estelle Wiesel, 08-568 957 29.

Samordnare ideella

Beata Moberg, tjänstledig.

Musiker

Kerstin Evén, 08-568 957 49.

Stefan Fred, 08-568 957 00.

Sabina Lilja, 08-568 957 06.

Maria Resare, 08-568 957 07.

Anders Ölund, 08-568 957 04.

Församlingspedagoger

Louise Almén, 08-568 957 00.

Henrik Brosché, 08-568 957 24.

Maria Gibbs Persson,

08-568 957 25.

Amanda Nyberg, 08-568 957 21.

Pontus Degreus, 08-568 957 00.

Kyrkans förskola

Förskolorna Enen,

Kyrkbacken och Änglagaraget.

Anneli Geilert, rektor,

08-568 957 02.

1. Vad betyder högmod för dig?

2. Vad får dig att känna ödmjukhet?



Gabriella Sköldenberg, 49, Danderyd

1. Något jag som individ får passa mig för. Det kan vara bra att påminna sig om att man kan ha fel, hur tvärsäker man än känner sig.

2. Att jag föddes i Sverige och får ta del av vår gemensamma välfärd, till exempel sjukvård.



Nils Hagelin, 18, Stocksund

1. Det är något man måste passa sig för, eftersom det blir rätt tråkigt i längden om man över-skattar vad man kan, till exempel inför ett viktigt prov.

2. Jag kan känna ödmjukhet när jag verkligen lyssnar på andra människor. Att ta in andras perspektiv kan hjälpa mig att inse att jag inte vet allt.



Lena Sköldeberg, 72, Danderyd

1. Högmod är uppblåsthet, en översittare, en person som är svår att ha att göra med, trots att man ser att personen är liten och osäker inuti.

2. Jag blir ödmjuk när jag möter en liten baby och ser in i de outgrundliga ögonen. Det ger hopp!



Anders Bergstrand, 77, Enebyberg

1. Min mamma sa så här: "Högmod går före fall, kom alltid ihåg det och minns *Noblesse oblige* – var en gentleman".

2. Ödmjukhet är att våga både se sina brister och att erkänna dem och att behandla medmänniskor som jämlikar.