

# KYRK fönstret

Mentorsmammor  
i Sydafrika  
*Sprider kunskap*

**CARINA  
WESTBRANDT:**  
*Vi människor  
behöver varandra*



**ARASH GILAN**  
SÖKER EFTER DE  
SANNA ORDEN

# tala

Varför når  
vissa ord in?



Svenska  
kyrkan



*Sara Näslund*

# Vad talar vi om?

**V**i människor har en inneboende längtan efter kontakt. Författaren Hjalmar Söderberg skriver i sin roman Doktor Glas: "Själens ryser för tomrummet och vill kontakt till vad pris som helst". Vi människor är skapta för relationer och vi behöver relationer och de både initieras och fördjupas vanligtvis i samtal oss emellan.

I mars och april pratar vi gärna med varandra om hur mycket solen värmer nu jämfört med för några veckor sedan, att vi har perfekt söderläge på vår altan eller balkong och hur vi gärna sitter där med en kopp kaffe och lyssnar på fåglarna som kvittrar om vår och en kommande sommar.

När det väl blir sommar sedan, delar vi erfarenheter av sommarens första dopp, om myggen är tidiga i år eller inte och klagar på att grannen klipper gräset för tidigt på helgen. För att vara lite fyndig; det är som om orden töat fram under våren. Kanske är vi lättare till sinnet och orden kommer lättare.

I en del av de relationer vi har, är vi endast bekanta och väderprat brukar då vara det man hänger upp

***Jag vill också lyfta att även vi som kyrka erbjuder samtal med präst eller diakon som har tystnadsplikt.***

samtalet på. Vi människor påverkas mycket av vädret och det avgör ibland vad vi ska och kan göra en viss dag, så det är helt rimligt att vi vill prata kring det. Men fördjupas en relation i tillit och förtroende, brukar väderpratet avta och ge plats för annat.

**JAG TYCKER PERSONLIGEN** att "annat" skulle kunna vara de mer osnygga samtalen; om det som är sårbart, svårt och därmed högst mänskligt. Det tror jag skulle hjälpa oss alla i längden, speciellt nu när nedstämdhet ökar i samhället av olika skäl. Vi behöver logga



Något händer när man delar svårigheter.

Foto: KRISTIN LIDEL/KON

in på den mänskliga pratfrekvens där vi vågar visa varandra det som inte är perfekt.

För kanske är vi många som tror att ingen har sådana känslor som jag har. Kanske intalar vi oss att alla klarar av allt bättre än jag gör och att jag skulle skämma ut mig om jag berättade vad som är jobbigt. Ja, det får man gå till sig själv och till sin egen situation för att få svar på men jag gissar att sådana tankar och känslor inte är helt ovanliga.

Att tala om det som är svårt kommer inte få det jobbiga att plötsligt försvinna, men det händer något när man delar svårigheter med varandra. Man är inte längre ensam med det svåra och det brukar göra en betydande skillnad i ens inre. Men ibland kan det vara så att det vi tänker och känner är svårt att prata om med en nära vän till exempel, det kan kännas mer bekvämt med en utomstående.

Du vet säkert att det finns terapeuter inom vården att kontakta, men jag vill också lyfta att även vi som kyrka erbjuder samtal med präst eller diakon som har tystnadsplikt. Vi erbjuder ett samtal där det högst mänskliga är mer än välkommet. Gud har varit människa och vet hur själen kan skälva i tomrummet. Så var ska man vara mänsklig om inte i kyrkan?

**Sara Näslund**

0921-77575

sara.naslund@svenskakyrkan.se



# Innehåll

## Din församling

- 4 Matteuskyrkan fyller 30 år
- 8 Lär dig prata kyrkiska

## Tema Tala

- 9 När orden blir viktigare än allt annat

## Mötet

- 14 Arash Gilan, författare, filosof och talare

## Reportage

- 26 Mentorsmammor räddar livet på barn

## Övrigt

- 30 Allt om din konfirmation

EN DEL AV

# amos



## Svenska kyrkan



Trycksak  
3041 0934



PEFC-certifierad

Den här produkten kommer från hållbart skogsbruk och kontrollerade källor  
www.pefc.se

# Detta händer i kyrkan!

## Morgonmessa

Varje onsdag kl. 08.00  
i Överluleå kyrka

En bra start på dagen med nattvard, musik och bön för både det lilla och det stora.

## Byagudstjänst

Söndag 7 juni kl. 14.00  
i Lakaträsk byastuga

## Festmessa

Söndag 14 juni kl. 12.00  
i Matteuskyrkan

Matteuskyrkans 30 år firas med pompa och ståt! Mässan leds av Anna Grenholm och Hans Stiglund. Lena Stenlund, Ludvig Grenholm och barnkören bjuder på ljuva toner och efter mässan serveras smörgåstårter.

## Våffelcafé

Onsdag 17 juni kl. 12.00–15.00  
i Edefors församlingshem  
Torsdag 18 juni kl. 12.00–15.00  
i Edefors församlingshem

Söta och salta våfflor.

## Musik i sommarkväll

Söndag 21 juni kl. 18.00  
i Edefors kyrka

## Pilgrimsvandring

Tisdag 23 juni kl. 16.00  
från Matteuskyrkan  
Tisdag 7 juli kl. 16.00  
från Matteuskyrkan

Längtar du efter utsikt som ger insikt? Följ med på en kvällsvandring där vi tänker tillsammans och samtalar – men också låter tystnaden tala! Ta med dig eget fika och något att sitta på.

## Grillkväll

Söndag 19 juli kl. 17.00 i Mariakyrkan  
Vi grillar hamburgare och umgås en stund i kvällssolen!

## Sommarmusik – Svensk afton

Torsdag 23 juli kl. 19.00  
i Överluleå kyrka

Musikaliska pärlor av Alfvén, Atterberg och Crusell. Teodor Stenlund, valthorn. Erik Staffin, flygel.

## Vandringsgudstjänst

Söndag 26 juli kl. 18.00  
från Edefors kyrka

Följ med på en lagom lång vandring i både kropp och själ! Vi avslutar på vackra utsiktsskivan.

## Sommarmusik – När violen blommar

Torsdag 30 juli

Jenny Väitalo, violin.  
Maria Ruottinkoski, sång och piano.

## Veteranbilsgudstjänst

Söndag 2 augusti kl. 12.00  
i Forsudden

Vi samlas kl. 11.00 vid Edefors kyrka och kör / samåker till Forsudden. Grilleldar finns.



Foto: MAGNUS ARONSSON / IKON

## REDAKTION

**Redaktör:** Linnea Kero slutar som redaktör. Ny redaktör till nästa nummer blir Elvira Hemström  
**Adress:** Kyrkfönstret  
Strandplan 25  
961 34 Boden

**Upplaga:** 14 300 exemplar  
**Webbplats:** [svenskakyrkan.se/boden](http://svenskakyrkan.se/boden)  
**Produktion:** Verbum AB  
**Ansvarig utgivare:** Martina Croner  
[martina.croner@verbum.se](mailto:martina.croner@verbum.se)  
**Tryck:** Printagon, Helsingborg, 2026  
**Distribution:** Postnord

# Matteuskyrkan 30 år: En mötesplats med stort M

TEXT: *Anna Almqvist, Studio text* FOTO: *Linnéa Kero*

Matteuskyrkan är ett välkomnande vardagsrum för gemenskap och närhet människor emellan. Nu firar stadsdelskyrkan i Svartbyn 30 år.

Förmiddagens kvinnofrukost är precis avslutad. Församlingspedagog Carina Westbrandt och hennes kollegor har vinkat av de sista deltagarna och börjar förbereda eftermiddagens aktivitet. En grupp glada mellanstadiebarn från intilliggande Torpgårdsskolan intar snart lokalerna för att pyssla, fika och umgås efter skoltid.

Carina visar runt på sin arbetsplats. Dörrar står på vid gavel och solen strömmar in genom höga fönster i kyrkorum och kombi-

rad samlingshall. Alla utrymmen i kyrkan vittnar om kreativitet och mänsklig närvaro.

– Vi människor behöver varandra på så många plan, säger hon. Hit till kyrkan är alla välkomna, här blir du sedd och kan känna dig som hemma.

**MATTEUSKYRKAN ÄR DEL** av en byggnad som ursprungligen var aktivitetshus där olika föreningar och organisationer hyrde in sig. Svenska kyrkan i Boden var en av dem. I mitten av nittiotalet togs beslut att dela av byggnaden och öppna stadsdelskyrka i ena halvan av huset.

Första september 1996 invigdes Matteuskyrkan. Jubileet kommer att uppmärksammas på olika sätt under året. Just nu läggs sista handen vid planeringen av den festliga jubileumsgudstjänsten i juni. Då ska även kyrkans nya utomhusyta och pergola invigas.

Carina Westbrandt har arbetat i



Detalj från altaret i Matteuskyrkan.

Matteuskyrkan ända från starten för trettio år sedan.

– Tiden har formligen rusat förbi, säger hon. Här har jag haft förmånen att följa församlingsbor hela vägen från dop och barn- timmar till konfirmation, bröllop och vidare framåt. Vår kyrka har funnits där, genom livets skeenden och högtider.

En vanlig vecka i Matteuskyrkan är fylld av aktiviteter för alla åldrar. Här samlas människor för andakt och för att dela livet med varandra under trivsamma former.

Till barnkören kommer fyra-

*Jag har fått följa församlingsbor hela vägen från dop och barntimmar till konfirmation, bröllop och vidare framåt.*



Carina Westbrand är församlingspedagog.

## *Det ska vara låg tröskel in och som kyrka vill vi vara där människor är.*

Carina Westbrand

till tolvåringar för att sjunga, leka och pyssla tillsammans. I eftermiddagsaktiviteten för föräldralediga samlas mammor, pappor och deras små barn. För den som gillar handarbete eller hållbar trädgårdsodling finns särskilda tillfällen att ses i kyrkans regi varje vecka. På söndagarna firas gudstjänst.

Hela verksamheten i Matteuskyrkan präglas av sång och musik. Alla träffar innehåller möjlighet till social samvaro runt fikabordet.

– Det ska vara låg tröskel in och som kyrka vill vi vara där människor är, säger Carina. I vinterns ordnade vi exempelvis en kväll med ljusständning och stämmingsfull musik i Skogskapellet här intill. Det var mycket uppskattat och något vi gärna gör fler gånger.

Hon fortsätter:

– I oroliga tider har kyrkan en särskilt viktig uppgift. Vi står stadigt i våra värderingar och är en tryggplats att komma till, för stillhet, eftertanke och omsorg om varandra. Här finns också de välkända ritualerna som tröstar och stöttar när marken skakar under fötterna.

**PÅ SENARE ÅR** har många familjer från andra länder flyttat till Boden. Sedan en tid tillbaka bjuder Matteuskyrkan därför in till engelskspråkig gudstjänst, en gång i månaden. Det är något som ligger församlingspedagog Carina Westbrandt extra varmt om hjärtat. »



» – Att lämna sitt hemland och försöka komma in i helt nya sammanhang är tufft, säger hon. Då kan kyrkan få fungera som ett andra hem och erbjuda kravlös samvaro för alla, oavsett bakgrund.

Carina har ett starkt engagemang för människor som av olika anledningar sökt sig till nya platser och behöver tillhörighet och stöd. Därför är hon sedan många år ombud för Svenska kyrkan i utlandet SKUT och nu även ordförande i SKUT-rådet i Luleå stift.

Precis som Matteuskyrkan firar Svenska kyrkan i utlandet ett stort jubileum just i år.

– Den första svenska utlandsförsamlingen grundades i Paris för 400 år sedan, berättar Carina. Församlingen där är i allra högsta grad levande än idag. Kyrkan är en viktig plats för både utlands-

Carina Westbrand är sedan många år ombud för Svenska kyrkan i utlandet SKUT.



svenskar, turister och ungdomar som lämnat tryggheten för arbete eller studier utomlands.

**SVENSKA KYRKAN I utlandet** startades ursprungligen som sjömanskyrkor i hamnstäder. Nu finns församlingar i ett trettiotal länder världen över. Carina har själv tjänstgjort i Svenska kyrkan i London.

– Jag vet vad en nybakt kanelbulle och varm omtanke av någon från det egna landet kan betyda,

när man känner sig ensam och litet vilse i pannkakan, säger hon. Kyrkan i utlandet hjälper också ofta svenskar som hamnat i knipa och behöver praktisk hjälp.

SKUT:s 400-årsjubileum kommer att firas i hela landet och runt om i världen. Jubileet ska även uppmärksammas i Matteuskyrkan. Ännu är programmet inte helt bestämt men idén är ett internationellt musikkafé med i sånger från olika länder och naturligtvis hembakt fika som avslutning.

– Jag tycker det finns många likheter mellan utlandskyrkan och vår mötesplats här i Boden, säger Carina Westbrandt. Vi erbjuder trygga platser att komma till, för både nykomlingar och redan etablerade. Hit kan man söka sig i glädje, oro och sorg. Eller bara för en stunds vanlig vardaglig gemenskap, människor emellan.



Diakon Stig Sörlin är en av initiativtagarna till familjelägret.

## De skapar möjligheter till möten

► I vår lanserades en satsning som riktar sig till människor som i vanliga fall har begränsade möjligheter att ta sig till församlingshemmet eller butiken.

Foto: MAGNUS ARONSSON/IKON



En gång i månaden ordnas kostnadsfria bussresor med Gunnarsbyns församlingshem som första stopp. Efter en stunds fika och goda samtal promenerar deltagarna så över till lanthandeln och handlar det som behövs hem.

Premiären i mars blev en succé. Att få komma ut, träffa andra och samtidigt få vardagssysslorna gjorda var uppskattat av deltagarna.

Handla & Hälsa är ett samarbete mellan RÅEK, Gunnarsbyns församling och Gunnarsby lanthandel. Nästa tillfälle är den 10 juni och anmälan sker via RÅEK.

## Stenarna talar

► I Mariakyrkan finns tre stenar ingjutna i golvet under altaret. Var och en är skänkta som gåvor från andra kyrkor och är tänkta att betona samhörighet och enhet i den kristna kyrkan.

Den rödaktiga är från Nederluleå kyrka, och den mörkgrå från Överluleå kyrka. Den ljusgrå stenen kommer hela vägen från Peterskyrkan i Vatikanstaten, katolicismens huvudkyrka. Kyrkan har fått sitt namn efter aposteln Petrus som tros ha blivit begravd där kyrkan nu står.



Foto: ANNIKA BERGLUND

## Diakonalt familjeläger

► 14–16 augusti ordnas ett läger för barn och deras viktiga vuxna på Strömsundshemmet utanför Råneå.

– Vi vill göra det möjligt för alla, oavsett ekonomisk situation, att komma iväg på semester tillsammans, berättar diakon Stig Sörlin, en av initiativtagarna.

Lägret arrangeras av flera församlingar i Norrbotten tillsammans och kommer rymma gott om tid för bad, lek och sommarhyss.

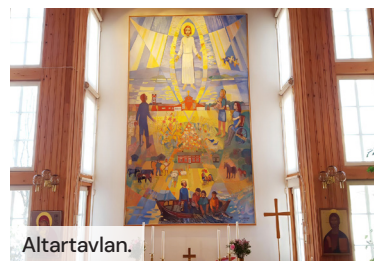
Varje morgon och kväll firas en andakt och där emellan ordnas olika aktiviteter för både vuxna och barn.

– Vi möter många människor som befinner sig i ekonomiskt tuffa situationer, och då är det just guldkanterna som först ryker. Så det känns fantastiskt att kunna erbjuda avkoppling, tid tillsammans och lite äventyr till de som annars inte hade haft möjlighet, berättar Stig.

## Bilder som berättar

► Mariakyrkans altartavla är målad av Bertil Linné och berättar om människor i Sävast och bygdens historia, tätt sammanflätade med bibliska händelser. Längst ner på tavlan syns till exempel några fiskare i en båt, och de rika fiskevattnen runt Sävast har varit viktiga för bygdens bönder. En av fiskarna har två nycklar fästa i bältet, vilket för tankarna till lärjungen Petrus som ju fått nycklarna till himmelriket.

Strax ovanför älven – eller Gennesarets sjö – hittar vi en klassiskt röd Norrbottensgård som omges av betande djur, en blomsteräng och ett par bönder och även här finns bibelberättelser ingömda.



Altartavlan.

Foto: ANNIKA BERGLUND

I Matteusevangeliet berättar Jesus om en man som gick ut för att så. En del av fröna hamnade på vägen och åts upp av fåglarna, en del kvävdes av tistlarna, men de som hamnade i god jord bar frukt.

Högst upp avbildas Jesus, omsluten av en mandorla och vilandes på sin kyrka.

► I appen Kyrkguiden kan du hitta kyrkor nära dig och se vad som är på gång!

► Där hittar du även kontaktuppgifter och öppettider till kyrkor i hela Sverige – och utomlands.

Ladda ner Kyrkguiden gratis från App store eller Play butik.



# LÄR DIG PRATA

## kyrkiska

I Svenska kyrkan används en del ord och begrepp som ofta har en lång tradition. Men deras betydelse är inte självklar utanför kyrkan. Vet du till exempel vad biskopens mössa heter? Eller vad ordet konfirmation betyder?

**ALBA.** Ett liturgiskt plagg i form av en hellång vit skjorta, som bärs av präst eller diakon. Kan även bäras av den som ska döpas. Ursprungligen en dopdräkt som symboliserar renhet.

**AMEN.** Används som avslutning på en bön eller predikan. Ordet kommer från hebreiskan och betyder "Sannerligen" eller "Må så ske".

**ANDAKT.** Från tyskans andenken, som betyder att tänka på något. En kort gudstjänst.

**DIAKONI.** Svenska kyrkans sociala arbete, som betyder att kyrkan har omsorg om människor i utsatta situationer.

**EMERITUS, EMERITA.** Pensionerad präst eller biskop.

**EVANGELIUM.** Glatt budskap, med fokus på berättelserna om Jesus i de fyra evangelierna. I luthersk teologi delas Guds tilltal upp i evangelium – Guds erbjudande – och lag – Guds krav.

**FÖRSAMLING.** Svenska kyrkans primära enhet på det lokala planet. Församlingens grundläggande uppgifter är att fira gudstjänst, bedriva undervisning, samt att utöva diakoni och mission.

**GRIFTEFRID.** Ett lagfäst skydd av kvarlevorna efter avlidna, men också gravar, kyrkogårdar och begravningsplatser. Dessa får inte vanöras eller skadas.

**GUDESTJÄNST.** En plats där församlingen möter Gud och varandra genom psalmsång, läsning ur Bibeln, predikan och bön. Ofta firas också nattvard. Gudstjänsten kan också ha ett särskilt tema, till exempel musik eller poesi.

**HÖGMÄSSA.** Den fullständiga formen för gudstjänst i Svenska kyrkans församlingar. I högmässan ingår nattvarden.

**KANTOR.** Kantor är det grundläggande steget i den kyrkomusikaliska utbildningstrappan. En kantor har ansvar för musiklivet i församlingen.

**KONFIRMATION.** Ordet betyder bekräftelse. I konfirmationen bekräftar konfirmanden sitt dop.



**KORUM.** Kort gudstjänst, främst i militära sammanhang.

**KYRKOHERDE.** Den högsta prästtjänsten i en församling eller ett pastorat. Kyrkoherden är arbetsledare för församlingens eller pastoratets medarbetare.

**MITRA.** Biskopens särskilda mössa. Den fick sin form under 1100-talet.

**MÄSSA.** En gudstjänst med nattvard, men med färre moment än högmässan.

**NATTVARD** – Vard är ett gammalt ord för måltid. Nattvarden är en gudstjänst där man delar bröd och vin, instiftad av Jesus kvällen innan han korsfästes. I Svenska kyrkan är nattvarden ett sakrament, där den som tar emot bröd och vin tar emot Jesus själv.

**ORGANIST.** Liksom kantorn har organisten ansvar för musiklivet i församlingen. För att bli organist krävs högskoleutbildning.

**PASTORAT.** Två eller flera församlingar som samverkar om ekonomi, personal och fastigheter bildar ett pastorat. Tidigare användes begreppet samfällighet som benämning på sådan samverkan.

**RÖKLIN.** Liturgiskt plagg som prästen bär vid gudstjänster utan nattvard, eller av assisterande präster vid nattvardsfirande.

**SAKRAMENT.** Heliga handlingar. I Svenska kyrkan är dopet och nattvarden sakrament.

**SAKRISTIA.** Ett rum, ofta vid sidan av altaret, där prästen byter om och bland annat de liturgiska plaggen förvaras. Ordet betyder ungefär "de heliga tingens plats".

**STIFT.** Svenska kyrkan delar in Sverige i 13 stift – geografiska områden som leds av en biskop. Bodens pastorat ingår i Luleå stift som sträcker sig över hela Norr- och Västerbotten.

**STOLA.** Ett långt band som symboliserar Kristi ok. Diakoner, präster och biskopar bär stola på olika sätt.

**SYND.** Att missa målet. Det som leder oss bort från Gud och varandra.

**VAPENHUS.** Kyrkans hall, där kyrkibesökaren i historien ställde ifrån sig sina vapen innan hen gick in i kyrkan.

**ÄRKEBISKOP.** Biskop med säte i Uppsala som har till uppgift att företräda hela Svenska kyrkan. Vår nuvarande biskop heter Martin Modéus.



tema

# tala

Varför når  
vissa ord in?

TEXT OCH ILLUSTRATION: *Sophie Ekman*



Vi lever i en tid där orden aldrig tycks ta slut.  
Men vissa ord berör mer än andra,  
och stannar kvar.

**V**i möter tusentals ord varje dag. Det talas till oss i sociala medier, nyhetsflöden, poddar, tal och kampanjer, och i våra egna samtal. De flesta passerar snabbt. De flimrar förbi och försvinner nästan lika fort som de kom. Men ibland händer något. En mening stannar kvar. Någon säger något som verkligen träffar. En formulering kan fortsätta att arbeta i oss långt efter att samtalet tagit slut. Vad är det egentligen som gör skillnaden?

**F**ör Susanne Dahl, präst i Svenska kyrkan vid Umeå universitet, handlar det mycket om vad som händer i mötet mellan människor.

– Att det uppstår någon form av kontakt i kommunikationen. När något verkligen berör säger det ofta något sant om livet, det finns en särskild angelägenhet i det.

Det handlar också om att den som talar själv är berörd, menar Susanne.

– Det finns en ärlighet i orden då, och det märks. Ofta är det berättelser som berör mest.

– Och det behöver inte vara något dramatiskt, utan det kan vara små vardagliga berättelser. Det enkla som gestaltar något skav i livet, eller en erfarenhet av godhet.

**N**är hon själv predikar eller talar återkommer hon ofta till en grundläggande fråga: vad betyder orden egentligen?

– Vi använder ofta väldigt stora ord. Ta till exempel ordet nåd. Hur landar det? Min tanke är att vi alla har erfarenheter av nåd, även om vi inte alltid använder just det ordet. Eller ”Gud är kärlek”. Det är jättefint, men det kan också bli en helt tom utsaga. Det berör mig inte om jag inte vet vad jag menar. Vad är Gud? Och vad betyder egentligen kärlek?

I sitt arbete försöker hon ofta översätta kyrkans språk till något mer vardagligt.

– Ibland behöver man nästan göra sig främmande inför sitt eget språk. Kan jag gå ner lager efter lager tills jag landar i något som ligger nära livet? Något enkelt, som en konkret erfarenhet av att ta emot kärlek. Det kan vara omsorg från en främling, eller kärleken

*”När något berör säger det ofta något sant om livet.”*

Susanne Dahl, präst



jag fått ta emot av mina barn.

Som studentpräst möter hon dagligen unga vuxna som befinner sig mitt i livets stora frågor.

– Många lever med en ganska hög grad av press, att man ska ha en plan för sitt liv och veta vart man är på väg. Men livet är ju ingen rak linje. När något inte blir som man har tänkt kan känslan av att det är jag som är dålig bli stark.

**S**usanne tror att vi människor ofta bär på mycket ensamhet.

– Men när någon säger något som speglar det vi själva känner kan man upptäcka att man inte är ensam. Det är något av det mest läkande, som får våra axlar att sjunka.

För det är när orden får kontakt med livet som något kan hända mellan människor, menar Susanne.

– Kanske handlar det egentligen om att bryta ensamhet.

Till sist lyfter hon också att orden lever sitt eget liv när de väl är sagda. Hur de tas emot beror på den som lyssnar.

– Jag kan inte påverka hur de landar. Och där är

samtalet fantastiskt, för där får man en känsla för hur orden tas emot. I en predikan eller i en text, får man släppa dem. Det är både spännande och lite läskigt.

Retorik handlar inte bara om att formulera sig, utan om att förstå hur språk fungerar.

**F**ör Lena Lid Falkman, retorikforskare och universitetslärare i ledarskap och kommunikation, handlar det om att förstå vad som händer i språket, både när vi talar och när vi påverkas av det.

Hon minns hur hennes egen syn på tal förändrades när hon som ung åkte till USA för att studera.

– Det hade inte funnits i min världsbild att ”att prata” kunde vara ett eget ämne.

På college var muntlig framställning en självklar del av undervisningen. Studenterna förväntades stå inför andra, presentera och argumentera.

– När jag tänker tillbaka på min egen skoltid i Sverige så höll jag kanske tre presentationer totalt, från förskola till magisterexamen. »

*”Vad vill den här personen att jag ska veta, känna och göra?”*

Lena Lid Falkman, retorikforskare

kort  
om

**Susanne Dahl**

**Ålder:** 51 år.  
**Familj:** Stor.  
**Bor:** Umeå.  
**Gör:** Student-  
präst vid Umeå  
universitet. Poet  
och skribent.  
Har sommar-  
prat i P1 och  
medverkar  
återkommande i  
Sveriges Radios  
andakter och  
Helgmålsbön.  
**Motto i livet:**  
Återvänder ofta  
till Sinnesro-  
bönen.



Susanne Dahl,  
studentpräst  
och poet.

Foto: HELENA ANDERSSON HOLMQVIST



Lena Lid  
Falkman,  
lektor och  
forskare.

Foto: PRIVAT

**”Jag har tänkt på det talet i över 20 år.  
Det var inte retoriskt avancerat.  
Det var bara så starkt.”**

Lena Lid Falkman

kort  
om

**Lena Lid  
Falkman**

**Ålder:** 55 år.  
**Familj:** Maken  
Tomas, barnen  
Winston och El-  
linor. Dessutom  
alldeles för  
många katter.  
**Bor:** På gård i  
Ölme utanför  
Karlstad.  
**Gör:** Forskare  
i ledarskap,  
retorik och  
kommunikation.  
Lektor vid Karl-  
stad Universitet  
samt forskare  
vid Handels-  
högskolan i  
Stockholm.  
**Motto i livet:**  
”Den längsta  
resan, är resan  
inåt.” (Dag Ham-  
marskjöld).

» Skillnaden märks fortfarande, menar hon. I USA tränas förmågan att tala inför andra tidigt.  
– Jag var volontär i en klass där barnen varje dag hade något som kallades ”show and tell”. Ett barn fick berätta om något de tyckte om. Och läraren sa bara: ”Great, great!”

Samtidigt ser hon också en baksida.  
– Ibland kan det låta väldigt bra, men innehållet är lite tunnare. Man litlar på att det låter övertygande.

Sverige har retoriken vuxit som ämne, både i skolan och på universiteten, berättar Lena. Men många saknar fortfarande verktyg.

– Man får uppgiften att presentera, men inte så mycket stöd i hur man faktiskt gör. Det blir mer ”gå upp och prata”, utan att riktigt få hjälp i hur man bygger upp ett framförande.

För Lena handlar retorik inte bara om att formulera sig, utan om att förstå hur språk fungerar.

– Vad försöker den här personen få mig att göra? Vad är det de egentligen vill säga?

Men det handlar också om varför vissa ord når in och stannar kvar, och det är något som ligger nära det Susanne Dahl beskriver.

– Jag tror att det ofta handlar om igenkänning. Att någon sätter ord på något jag själv upplever eller känner. Och det kan bli väldigt starkt när någon formulerar något som jag själv inte riktigt kunnat sätta ord på.

Hon minns särskilt ett tal hon hört för många år sedan. En kvinna fick ett talarpris efter att hennes man, som var polis, hade blivit mördad. Under rättegången berättade hon om allt det liv de inte skulle få tillsammans. Barn de aldrig skulle få, livet som inte blev.

– Jag har tänkt på det talet i över 20 år. Det var inte retoriskt avancerat. Det var bara så starkt. Och kanske just därför fastnade det.

För att vi ska bli berörda är det en kombination av flera faktorer som spelar in, menar Lena. Vad som sägs, hur det sägs, i vilket sammanhang och vem som talar. Men när det gäller om vi litlar på den

✚ Så lyssnar du mer medvetet

**Vi påverkas mer än vi tror, både av vad som sägs och hur det sägs. Att**

**lyssna medvetet handlar om att både ta in och samtidigt tänka kritiskt.**

►Fråga dig: Vad vill den här personen att jag ska veta, känna och göra?

►Fundera över avsikten bakom budskapet. Vad är det som egentligen sägs?

►Var uppmärksam på hur något uttrycks, inte bara innehållet.  
►Var vaksam på

starka känslor, de kan påverka mer än vi märker.  
►Försök att förstå, inte bara få rätt.



som talar blir andra saker avgörande.

– Den kanske viktigaste faktorn är kompetens.

Att man upplever att personen vet vad den talar om. Det är därför vi ofta litar på till exempel läkare eller präster, de har en tydlig expertis.

Det handlar också om hur personen uttrycker sig.

– Om man upplever att någon verkligen försöker förklara något på ett begripligt sätt, kan man känna tillit även om man inte håller med. Och autenticitet spelar stor roll. Om en person är genuin och står för det den säger, då respekterar vi det.

Samtidigt ser hon en utveckling som oroar.

– Fake news, AI och det politiska läget gör att vi får problem med trovärdighet. Det handlar inte bara om att vi ibland blir lurade, utan också om att vi inte riktigt vågar tro på någonting längre. Vi börjar tvivla på fakta och berättelser. Trovärdigheten i det offentliga samtalet riskerar att urholkas.

I en tid av valrörelser, snabba budskap och starka känslor blir det särskilt tydligt. Och tonläget har förändrats enligt Lena.

– Jag tycker att samtalet har blivit mer social media-ifierade. Allt blir kortare och snabbare, och mycket formas till så kallade soundbites, alltså meningar som kan stå för sig själva och klippas ut.

Hon saknar ibland mer självdistans och humor.

– I dag är samtalet ofta antingen väldigt allvarligt eller ganska hätskt. Jag kan sakna att politiker visar att de blir berörda, inte bara arga, utan faktiskt berörda av människors situation. Jag tror att också politiker ibland skulle vinna på att våga säga: ”Där hade jag fel.”

Att lyssna på tal lite mer medvetet är ett råd från Lena.

– Vad vill den här personen som talar att jag ska veta, känna och göra? Vad är egentligen avsikten bakom budskapet? Om man försöker få syn på det tror jag att man kommer ganska långt.

## 5 tips – så talar du så att orden når in

### 1 Börja i det som känns igen

Ord når fram när de får kontakt med människors egna erfarenheter. Det kan handla om att sätta ord på något som skaver eller något vi alla bär, men inte alltid säger högt.

### 2 Gör det konkret

Berättelser och exempel från vardagen gör orden levande och lätta att ta till sig.

### 3 Stanna upp vid orden

Fundera över vad du egentligen menar. Stora ord behöver fyllas med innehåll för att beröra.

### 4 Var tydlig och begriplig

Sträva efter att bli förstådd, inte bara att låta övertygande.

### 5 Visa att du menar det

När du själv är berörd och står för det du säger, märks det. Det finns en ärlighet i orden – och den går att känna igen.

## + Varför litar vi på folk?

► Inom retoriken brukar man tala om tre saker:

1 **Ethos:** vem som talar. Vi

lyssnar mer när vi upplever att någon är trovärdig och vet vad den talar om.

2 **Pathos:** vad vi känner. Ord som berör kan väcka igenkänning, hopp eller oro.

3 **Logos:** vad som sägs. Att det finns en tanke och ett innehåll som går att förstå.

► Tillsammans påverkar de hur vi tar emot det som sägs.

## ARASH GILAN FÖRFATTARE, FILOSOF OCH TALARE

”Ord har aldrig varit så billiga som i dag.”



### kort om

#### Arash Gilan

**Ålder:** 40 år.

**Familj:** Gift och har tre barn.

**Bor:** Uppsala.

**Gör:** Författare, filosof, talare. Grundare och VD för Viva Media. Programledare för VD-podden.

**Aktuell:** Med boken 404: *Människan saknas* (Volante, 2026).

**Motto i livet:** Jag söker det som inte kan mätas.

Arash Gilan arbetar med ord. Han skriver, talar och föreläser om AI och framtidens ledarskap. Ändå är det inte de mest välformulerade orden som har format honom. Snarare de mest sanna.

TEXT: *Sophie Ekman* FOTO: *Mikael M Johansson*

Arash Gilan sitter i sin poddstudio. Ljuset är varmt och ombonat. Bakom honom lyser en diskret neonskylt.

Det är något med hans närvaro som stannar kvar. Han ler ofta, och med hela ansiktet. Värmen märks innan han ens har sagt något.

I sitt arbete rör han sig dagligen i en värld där språket produceras i ett allt snabbare tempo. Han leder samtal om AI och framtidens arbetsliv, skriver böcker och möter ledare som vill förstå vad tekniken gör med oss. Men när jag frågar vad som händer med språket i vår tid svarar han direkt:

– Ord har aldrig varit så billiga som i dag. Aldrig så tillgängliga. Men det säger inget om närvaro.

Skillnaden, menar han, är avgörande. Att nå ut är en sak. Att nå in är en annan.

– De flesta talar för att övertyga. Men den som verkligen berör talar för att den inte kan låta bli.

Han säger att vi har tränat bort vår intuitiva förmåga att känna igen det äkta.

– Det är som en själslig muskel. Det som berör har kostat något. Man hör det i rösten, i pauserna, i det som nästan inte sägs.

Han citerar filosofen Simone Weil, som skrev att uppmärksamhet är den renaste formen av generositet.

– Ett tal som berör är inte ett framträdande. Det är ett möte.

**ARASH RÖR SIG** obehindrat mellan egna erfarenheter och andras tankar. Böckerna blev tidigt ett sätt för honom att utveckla språket och förstå världen. Att tänka tillsammans med andra röster, och så småningom skriva sina egna.

Under det senaste året har han arbetat med en ny bok. När han nästan var färdig upptäckte han dock att något saknades.

– Jag hade skrivit något som var korrekt och polerat. Men jag kände ingenting när jag läste det. Jag hade skrivit om människan, men jag var inte människan.

Till slut raderade han nästan allt och började om. »

”De flesta talar för att övertyga.  
Men den som verkligen berör talar  
för att den inte kan låta bli.”

V-Dodden



"Alla bär på en osynlig skylt. Och på den står det: Se mig. Älska mig." Arash menar att ord handlar ytterst om att möta människors behov av att bli sedda.

» – Jag insåg att jag kunde skriva teoretiskt om kärlek och lidande. Men vad betyder det för mig? Hur har jag upplevt det? Det blev tillslut en mer personlig och blottande bok. Och jag är faktiskt lite rädd nu när den kommer ut. Men den känns sann.

Kanske är det, menar Arash, det enda vi egentligen kan begära av livet. Att det är sant.

För honom är det inte en abstrakt tanke, utan något som vuxit fram ur erfarenhet, och den började tidigt.

Han föddes 1985 i den kurdiska delen av Iran. När han var åtta år kom han till Sverige tillsammans med sin ensamstående mamma. De hamnade i Hedemora i Dalarna.

– Det var en tuff tid.

Men han minns människor som såg honom. En lärare. Och så prästen Gunnar i Hedemora och hans fru Elisabeth som öppnade sitt hem.

– De mest avgörande orden i mitt liv har sällan varit de mest välformulerade. Det är de som varit sanna.

Han berättar att han växte upp utan sin pappa.

– På många sätt har hans frånvaro och tystnad format mig mer än tusentals ord.

Förra året åkte han tillbaka och hälsade på Gunnar.

– Vi satt tillsammans och behövde inte säga så mycket. Vi grät mest. Jag sa till honom att om jag bara får betyda för en människa vad du har betytt för mig, då har livet haft mening.

**NÅGRA ÅR TIDIGARE** hade hans eget förhållande till orden förändrats rejält. Efter en lång utredning fick Arash diagnosen myastenia gravis, en neurologisk sjukdom som påverkar musklerna. För en person vars liv kretsar kring kommunikation blev det mer än en medicinsk diagnos. Det blev en existentiell kris.

– Min gåva i livet har alltid varit orden. Och plötsligt bar de inte. Jag hade svårt att tala, och jag tappade något av min identitet.

Under en längre period låg han på sjukhus.

– När man ligger där finns inga retoriska finesser. Jag minns att jag låg sjuk och bad till en Gud jag inte ens visste om han fanns. Det var inga teologiska formuleringar. Det var desperation. Men det var äkta.

Efteråt förstod han att sjukdomen också förändrade hur han såg på livet.

**”Min gåva i livet har alltid varit orden. Och plötsligt bar de inte.”**

– Jag insåg att vi ofta betraktar kroppen som en maskin, något som bara ska fungera. Men kroppen är inte en maskin. Den är ett levande system. Och när den stannar upp tvingas man också stanna upp och fråga sig vad livet egentligen är.

Sjukdomen är en del av hans liv i dag. Men den har förändrat hans sätt att se på ord. Och tro.

– Tron betyder mycket för mig, men jag har inga färdiga svar. Jag är en sökare. Jag brukar beskriva mig som en tvivlande troende.

# 3

## sätt

**som får ord  
att nå in,  
enligt Arash:**

### 1 Kroppen.

Närvaro märks. I rösten, i blicken, i hur du står eller sitter. Vi lyssnar inte bara med öronen, vi känner med hela kroppen.

### 2 Sårbarhet.

Det som berör är inte perfekt. Det finns en spricka, något som är på riktigt och inte polerat.

### 3 Tystnad.

Allt be-  
höver inte  
fyllas med  
ord. I pausen  
får det som  
sagts sjunka  
in. Det är där  
samtalet blir  
ett möte.

Arash önskar att han gick till kyrkan oftare än han gör. Och han tror att Svenska kyrkan har en viktig roll i den tid vi går in i.

– Vi står inför en existentiell förändring. När mycket arbete tas över av autonoma system kommer frågor om mening och identitet att bli ännu viktigare. Vad är en människa? Vad är vårt värde när vi inte längre definieras av vår produktivitet?

Det är frågor han själv lever med dagligen, i en värld där artificiell intelligens utvecklas i snabb takt. AI kan i dag formulera nästan vad som helst. Perfekta tal. Perfekta formuleringar.

**FRÅGAN ÄR OM** vi känner skillnaden?

– AI kan skriva en bön, men den kan inte be den. Den har inte legat vaken klockan tre på natten och undrat om livet har mening. Orden har ingen kropp. De har inte kostat något.

Han berättar om ett begrepp från den sydafrikanska filosofin Ubuntu.

– Det betyder ungefär: ”Jag är för att du är.” Människan blir till i relation. Det är därför mötet aldrig kan ersättas av en maskin.

Det som bekymrar honom är inte kvaliteten på det AI skriver.

– Faran är att den skriver tillräckligt bra för att vi ska sluta anstränga oss. För skrivande är inte bara kommunikation. Det är tänkande. När vi slutar brottas med orden slutar vi brottas med oss själva.

Samtidigt finns en paradox.

– Ju mer AI kan formulera åt oss, desto mer värdefullt blir det genuint mänskliga. Sprickan i rösten. Tvekan. Den ofärdiga meningen.

Han beskriver vår tid som en resonanskris.

– Vi har aldrig haft så mycket information, men aldrig varit så rädlösa. Volymen har ökat, men vikten per ord har nästan kollapsat.

Ibland beskriver han människan genom tre tillstånd: det sovande, det kalkylerande och det vakna.

Det sovande följer strömmen utan att reflektera. Det kalkylerande optimerar. Den vakna försöker se vad som verkligen betyder något.

– Jag bär alla tre tillstånden i mig, men jag försöker vara vakna. Att vara vakna är inte att vara perfekt. Det är bara att börja se klarare vad som verkligen har värde.

**ARASH BERÄTTAR OM** en äldre kirurg som efter fyrtio år i yrket beskrev sitt arbete som ”kvalificerade gissningar”. Det handlade inte om slump, utan om erfarenhet. En intuition som satt i kroppen och som inte alltid gick att förklara, men som ändå var pålitlig. För Arash är det en bild av vad som håller på att gå förlorat.

– Vi har ersatt vår intuitiva förmåga med data. Kommunikation har blivit produktion. Alla producerar innehåll. Men innehåll fyller ett flöde. Mening fyller en människa.

Han talar om tekniken utan dramatik. Det är inte maskinerna i sig som oroar honom, utan vad som händer med oss.



I en tid av polerade AI-svar hörs det mänskliga fortfarande i tvekan, rytmen och det ofullständiga – något Arash Gilan vill lyfta fram i både podd och text.

Foto: MIKAEL M JOHANSSON



*”Vi fruktar att maskinen ska få en själ. Men det vi egentligen borde frukta är att vi själva har tappat kontakten med vår.”*

– Vi fruktar att maskinen ska få en själ. Men det vi egentligen borde frukta är att vi själva har tappat kontakten med vår. Mitt råd är att lägga all energi på det som är mänskligt och medmänskligt. Och låta maskinen ta hand om resten.

För honom ligger problemet inte i tekniken, utan i hur vi använder den.

– Många ledare använder ord som ett verktyg för kontroll. Men verkligt ledarskap handlar om att våga öppna sig. Att kunna säga ”jag vet inte”. Det är inte en svaghet. Det är där tilliten börjar.

**ARASH PRATAR VARMT** om sina tre barn. Han gläds åt att de blivit inbitna bokläsare, som han själv. Dottern har konfirmerats, något som betyder mycket

för honom. Han tror att unga människor behöver sammanhang där de får reflektera över livet, över tro och mening.

Framtiden för de egna barnen skrämmer honom inte.

– Nej, faktiskt inte. Jag känner mig trygg i vad som bär och inte bär. Jag har också lärt mig att jag inte kan forma mina barn fullt ut. De är det de är. Jag kan bara vara där.

För inte heller i föräldraskapet är orden självklara.


– Hur hittar man orden i kärlek? Det är frågor vi alla delar.

Det handlar, menar han, inte om att alltid få det rätt. Det känns inte alltid bättre. Men det känns sant.

– Ibland saknar vi orden för det som verkligen betyder något. Men det finns saker som hjälper oss att hitta dem igen. Musik. Poesi. Naturen. Samtal med en vän. Och ibland måste vi acceptera att vi är ordlösa.

Det är till orden han till sist återvänder.

– Jag har lärt mig att ord får sina egna vingar. När jag har släppt dem är de inte längre mina. De får betyda det de behöver för den som läser.



*”Predika alltid.  
Och om det är  
nödvändigt,  
använd ord.”*

Johan Garde,  
präst

# Vad vill kyrkan säga om *vår tid?*

Kyrkan har ord som burit människor i århundraden. Men vem talar när vi säger "kyrkan"? Och kan vi lita på att orden fortfarande betyder något? Prästen Johan Garde reflekterar över röst, ansvar och mod.

TEXT: *Sophie Ekman* FOTO: *Zandra Erikshed*

## **Hur upplever du kyrkans röst i dag?**

– Jag undrar om det inte håller på att ske, eller kanske redan har skett, ett skifte. Min upplevelse är att de stora orden, som nåd och förlåtelse, nästan har blivit lättare att prata om. Vi lever i ett väldigt prestationsbaserat samhälle. Mycket handlar om vad vi kan visa upp och mäta. I en sådan värld blir ord som nåd och förlåtelse viktigare.

– Samtidigt märker jag att fler, särskilt unga, söker sig till gudstjänster. Klimatkris, krig och oro gör framtiden osäker. Många känner mindre hopp än tidigare generationer. I en tid då allt verkade gå framåt kunde talet om brustenhet kännas irrelevant. I dag känns det snarare nödvändigt.

– När människor bär på oro behövs också ett språk för skuld, men inte bara på individens axlar. Det handlar inte bara om mig. Det finns också ett gemensamt ansvar som vi måste våga tala om.

## **För att utmana frågan lite, vem menar vi egentligen när vi säger "Svenska kyrkan"?**

– Om vi tar på allvar att varje döpt människa är en del av kyrkan, då är kyrkan inte bara präster och anställda. Att vara döpt är inte bara en identitet, utan också ett uppdrag. Vi är vana vid att det är prästen som talar. Men när en kristen människa uttrycker sig i sitt vardagsliv, på jobbet, i ett samtal eller i en diskussion, då är det också kyrkan som kommer till uttryck. Jag blir inte bara åhörare, utan också en möjlig röst.

## **Hur talar man om Gud med någon som är skeptisk mot religiösa ord?**

– Det finns nog två delar i det. Den första brukar tillskrivas Franciskus: "Predika alltid, och om det

är nödvändigt, använd ord." Det bästa sättet att tala om kristen tro är kanske inte genom argument, utan genom hur vi lever. Att hjälpa. Att bära någon annans börda. Där talar vi, även utan ord.

– Den andra delen handlar om språket. Det avgörande är kanske inte att använda de frommaste orden, utan att tala så att det man vill säga når fram. Ibland kan det vara svårt att säga: "Hur ser Gud på oss?" Men om jag i stället säger: "Jag är övertygad om att du är älskad. Att du är värdefull", då är det ord som människor kan förstå.

*I en tid då allt verkade gå framåt kunde talet om brustenhet kännas irrelevant. I dag känns det snarare nödvändigt.*

## **Om du bara fick välja ett av kyrkans viktigaste budskap just nu?**

– När Jesus i Nasaret talar om att frambära ett glädjebud till de fattiga, förkunna befrielse för de fångna och ge de förtryckta frihet, då är det där allt börjar. Det handlar inte bara om yttre orättvisor, utan också om våra inre fångelser, om den skuld vi bär och det som binder oss. Vågar vi säga det, och leva det, kanske vi inte behöver så mycket mer.

## **Finns det ord du själv brottas med, men ändå inte vill släppa?**

– Nåd. Kärlek. Förlåtelse. Hopp. Jag brottas nog med dem alla. Det är inte färdiga ord. Det är ord vi får leva med, och leva i. Kanske är det just det som gör dem så viktiga.

## VAD GÖR EN PREDIKAN LEVANDE?

Predikan har i århundraden varit en självklar del av gudstjänsten. I dag har den andra former och möter människor på nya sätt. Vad händer med orden – och vad måste finnas kvar för att de ska bära?

TEXT: *Sophie Ekman* FOTO: *Mikael M Johansson*

**Sandra Signarsdotter, kyrkoherde:**

”Predikan måste tala rummets språk”

▀ Som kyrkoherde i Gustaf Vasa församling rör sig Sandra Signarsdotter inte bara i kyrkorummet. Hon har också predikat i barer, på konserter och festivaler, bland annat på Way Out West.

### **När är det fortfarande en predikan?**

– För mig behöver tre saker finnas med: Jesus, hopp och bön. Finns de tre med, då är det en predikan. Jag ska peka på Kristus, bära hoppet och uppmuntra människor att våga be.

### **Vad händer med predikan när den flyttar till ett annat rum?**

– Platsen förändrar språket. Jag brukar tänka på det som dialekter. ”Kyrkiska” fungerar i kyrkan, men i andra sammanhang finns inte tid att förklara begrepp. Då behöver man formulera sig så att människor förstår direkt.

– Man kan anpassa mycket: form, språk och längd. Men inte riktningen. Kärnan sitter inte i formen, utan i vad man faktiskt vill ge vidare. Och det blir inte mindre heligt för att predikan är kort.

### **Är det svårare eller lättare att tala om Gud utanför kyrkorummet?**

– För mig är det ofta lättare. Jag tycker om att tala avskalat och folkligt. Vi är en luthersk folkkyrka. Språket ska inte lägga sig över människor, utan bära dem. Samtidigt finns det en särskild tyngd i kyrkorummet. Den samlade närvaron gör något med en.

### **Om du jämför predikan förr och nu, vad har förändrats?**

– Förr var predikan en av de viktigaste platserna där människor hörde om världen och livet. I dag finns många fler röster. Det gör att predikan inte längre är självklar, men kanske behöver vara mer närvarande och äkta.

### **Vad hoppas du att människor tar med sig?**

– Det beror på sammanhanget. På festivalscenen ville jag förmedla ett vi. Att sänka tröskeln. Om någon tänker ”kan det vara så här att gå till kyrkan, då vill jag prova”, då är mycket vunnet.

### **Din nästa drömpredikan, var sker den?**

– Det skulle kanske vara under en Taylor Swift-konsert, säger Sandra och skrattar.

– Men egentligen handlar det inte om scenen, utan om att få vara där människor redan är.



För Sandra Signarsdotter  
handlar predikan om att möta  
människor där de samlats,  
i kyrkan och utanför.

Enligt Eskil är det inte för-  
muleringarna man minns,  
utan känslan. Att någon  
vågade vänta. Att det  
fanns utrymme för tystnad  
och att det var på riktigt.

Foto: KENT ENG



**Eskil Selander**, församlingspräst:

# ”Utan kontakt spelar inga ord någon roll”

► Eskil Selander är församlingspräst i Uddevalla, prästson och stand up-komiker. För honom har predikan och stand up en avgörande sak gemensamt: publiken.

### **När märker du att människor verkligen lyssnar?**

– Det känns i kroppen. När rummet är med en. När man märker att människor inte sitter och väntar på att det ska ta slut, utan faktiskt är där.

### **Vad är det som gör skillnaden?**

– Närvaron. Att börja i situationen, inte i sitt budskap. ”Nu är vi här. Och där är du.” Finns det barn som låter, är folk trötta, är det oro i rummet? Allt det måste få finnas med. Om man ignorerar det och bara kör på sitt manus, då märks det direkt.

### **Hur snabbt märker man att kontakten är bruten, och går den att återupprätta?**

– Omedelbart. I stand up är det brutalt – ingen skrattar. I kyrkan är det mer subtilt, men det känns direkt.

– Det går att hitta tillbaka. Ofta handlar det då

om att släppa prestationen och våga vara ärlig. Människor vill att det ska bli bra.

### **Hur mycket betyder personen och tonen jämfört med innehållet?**

– Mer än man tror. Människor lyssnar på hur du är, inte bara på vad du säger. Humor kan öppna ett rum, men får aldrig bli ett skydd. En predikan får gärna skava där livet skaver.

### **Vad har förändrats vad gäller predikan förr och nu?**

– Förr var predikan ett av de få tillfällen där människor hörde någon tala om livet och världen. I dag är vi omgivna av ord. Det gör att predikan inte längre är självklar. Men kanske är det just därför den kan bli viktig, om den vågar vara något annat än brus.

– I dag är predikstolen ett möte. Eller ingenting alls. Om det inte finns kontakt spelar det ingen roll hur sant eller klokt det som sägs är.

### **Vad vill du att människor ska ta med sig?**

– Känslan av att det var på riktigt. Att tvivlet får finnas och att hoppet finns om att Gud alltid bär och är där.



När vi lär känna en plats över tid väcks också viljan att skydda den, menar Lovisa Mienna Sjöberg.

Foto: PRIVAT

## ”Fråga djuren, de har något att lära oss”

**hallå där** ... Lovisa Mienna Sjöberg, docent med lång erfarenhet av samisk berättartradition och teologi.

**Du talar om att djur och natur bär kunskap. Vad menar du med det?**

– För mig handlar det om relation. Vi lever inte vid sidan av naturen utan i den. I Bibeln uppmanas vi att fråga djuren och lyssna till fåglarna och fiskarna. Det perspektivet har inte alltid fått så stort utrymme. I samisk tradition är det däremot självklart att världen talar, om vi är närvarande nog att uppfatta det.

**Hur talar naturen?**

– Genom förändring. Genom det som brukar vara och det som plötsligt inte är det längre. Om flyttfågeln kommer sent, om vattnet är ovanligt lågt, om en växt inte längre växer där den brukar. För att uppfatta det behöver man vistas där över tid. Det handlar inte om något mystiskt, utan om uppmärksamhet.

**Så det är en kunskap man övar upp?**

– Ja. Människor som arbetar nära naturen, som fiskare eller renskötare, utvecklar den kunskapen. När man är ute i alla slags väder lär man sig att se skillnader. Man märker när något förändras.

I samisk berättartradition har den här kunskapen förts vidare muntligt. Berättelserna har varit ett sätt att tala om relationen mellan människa, djur och landskap. Det är inte bara något man tänker, utan något man gör.

**Vad innebär det i praktiken?**

– Att inte ta mer än man behöver. Att använda allt man tar. Att dela. Och att visa tacksamhet. I en praxis som kallas signelse, en form av välsignelse, ber man om lov innan man tar något från naturen. Man tackar och lägger det man tar i Guds förvar. Det skapar respekt.

– I vår tid blir det extra viktigt. Vi människor har mest makt och kan påverka hela livsmiljöer. Därför har vi också störst ansvar. Det handlar om hela det nät av relationer som håller livet samman. När vi ser oss som en del av den helheten förändras hur vi lever. Det börjar i närvaro.

**Vad ger dig hopp?**

– Att fler börjar bry sig. Förändringarna är tydliga och väcker oro. Men i den oron finns också en möjlighet. När människor börjar lyssna på allvar kan något förändras.

*Sophie Ekman*

# 5 tips

... från Lovisa – så kan du börja där du är:

**1** Lär känna en plats i din omgivning under alla årstider, och återvänd dit över flera år.

**2** Lägg märke till vad som förändras över tid.

**3** Ta av hörlurarna. Sitt still en stund. Träna dina ögon och öron.

**4** Fråga dig: Vad är normalt här? Vad är annorlunda i dag?

**5** Visa tacksamhet för det du tar emot.

# 3 böcker om samtal som förändrar

## TANTER PÅ TÅG

Jessika Devert, Printz Publishing

▶ I *Tanter på tåg* uppstår ett samtal som ingen av de inblandade hade planerat. När den stressade rektorn Cina missar snabbtåget och hamnar bredvid Sollan, en kvinna med ett tungt besked i väskan, börjar resan i irritation och tystnad. Men långsamt, mellan räkmackor och ljummet kaffe i restaurangvagnen, växer orden fram. Det som först är trevande småprat blir till samtal om livet, om det som varit och om det som ännu är ovisst. Och i mötet förändras något.

En varm, rolig och livsklok roman om hur oväntade möten kan öppna nya perspektiv, och om hur det är i det tillfälliga och oplanerade som något viktigt får ta form.

## MOMO – EN BILDERBOK

Michael Ende, Berghs förlag

▶ I den tidlösa berättelsen om Momo står inte den som pratar högst i centrum, utan den som lyssnar bäst. Den föräldralösa flickan Momo bor i ruinerna av en gammal amfiteater och har en ovanlig gåva: hon lyssnar på ett sätt som får andra att våga berätta. Hos henne hittar människor tillbaka till tid, fantasi och vänskap.

När "de grå herrarna" börjar stjäla människors tid hotas både samtalen och närvaron. Det som tidigare fick ta plats trängs undan av stress, effektivitet och tomt prat. Momo visar att tid inte kan sparas, bara delas, och att verklig närvaro börjar med att någon lyssnar.

Denna omarbetade bilderboks-version av Michael Endes älskade klassiker från 1973 ger berättelsen nytt liv i ett rikt bildspråk, anpassat för nya och yngre läsare.

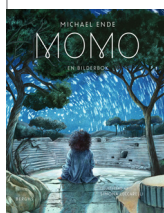


Foto: P2222222222

"Pensionen innebär frihet, men också frågor om mening och riktning", säger Åsa Kruse.

## "Stanna upp och gör en inventering av livet"



### DET NYA LIVET SOM PENSIONÄR

Åsa Kruse  
Natur & Kultur

▶ När man går i pension förändras mycket. I *Det nya livet som pensionär* sätter Åsa Kruse ord på den omställning som många upplever, om frihet men också om oro, relationer och mening, och om vikten av att våga tala om det som händer.

### Varför ville du skriva den här boken?

– När jag själv gick i pension startade jag en kurs för pensionärer på Senioruniversitetet. I mitt arbete som psykolog hade jag under många år mött frågor och oro hos blivande pensionärer. Kursen blev snabbt fullbokad, och då blev det tydligt för mig att behovet var stort. Där växte tanken fram att skriva den här boken.

### Vad är det många underskattar när arbetslivet tar slut?

– Att omställningen kan bli mer genomgripande än man tror. Särskilt för den som har levt mycket genom sitt arbete och kanske låtit andra delar av livet, som relationer och fritid, stå tillbaka.

### Du betonar vikten av att sätta ord på det som sker. Varför är det så viktigt?

– När vi sätter ord på tankar och känslor blir de mer begripliga. Genom samtal, både med oss själva och med andra, kan vi förstå var vi befinner oss och vad vi behöver framåt.

### Många upplever att relationer förändras när man går i pension. Vad behöver man våga prata mer om?

– Hur man vill leva nu. Vad som är viktigt framåt, både var för sig och tillsammans. Ofta finns det i den här fasen ett större lugn som gör det lättare att vara ärlig och att ta emot varandras uppriktighet.

### Om du fick ge ett råd till den som går i pension, vilket skulle det vara?

– Att stanna upp och göra en enkel inventering av livet. Hur ser min vardag ut, vilka relationer vill jag värna och vilka intressen vill jag fortsätta med eller prova på? För den som vill kan det också handla om att få vara till nytta i något sammanhang, till exempel ideellt eller i nära relationer.



# Mentormammor minskar barnadödlighet



Swisha

► Swisha en gåva till 9001223 för att stödja Act Svenska kyrkan i kampen mot fattigdom, förtryck och orättvisor världen över.



**Männen ligger mest på sängen och väntar på att bli serverade.**

TEXT: *Susanna Olivin, Act Svenska kyrkan* FOTO: *Josefin Casteryd, Ikon*

► Utan el, rent vatten och tillgång till vård är vardagen tuff för många familjer på Sydafrikas landsbygd. Genom hembesök och livsviktig kunskap om hygien, amning och barnhälsa minskar mentormammorna barnadödlighet.

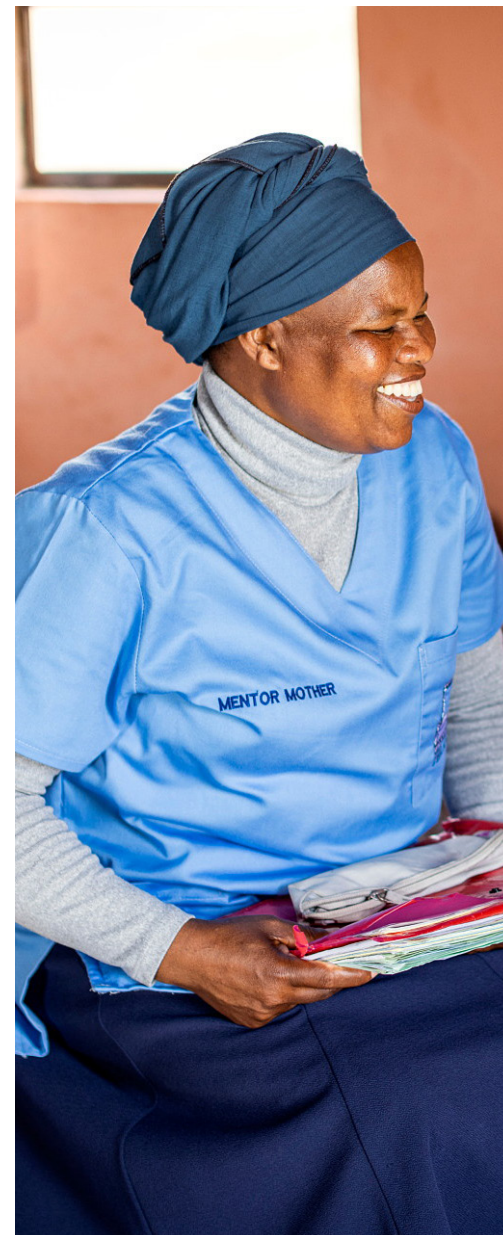
Thuletu Wengu bor på landsbygden i Sydafrika. Hon väntar sitt fjärde barn och i dag är hennes mentormamma Phumla Wengu på besök för att väga henne och kontrollera hennes blodtryck. I hushållet bor även Thuletus svägerska Ntombisiwe med sin dotter och sin sex månader gamla son. Barnen är nyfikna och vill gärna prova vägen, som de alla är vana vid. Mentormamman Phumla har regelbundet vägt och mätt dem genom åren och ser till att alla är friska och följer sin

viktkurva – ett effektivt sätt att förebygga barnadödlighet.

Thuletu har gått många år i skolan och talar mycket bra engelska, till skillnad från de flesta andra i hennes bostadsområde. Men att själv kunna arbeta ser hon som en omöjlighet. Hon menar att livet ute på landsbygden inte ger utrymme för kvinnor att göra annat än att jobba heltid med hushållets alla sysslor. Thuletus man arbetar i en stad många timmar bort och kommer endast hem under längre lov ett par gånger om året. Snart väntar juledigheten. Vid frågan om han kan hjälpa henne i hushållet skrattar hon hjärtligt.

– Männen ligger mest på sängen och väntar på att bli serverade, säger hon med glimten i ögat och hennes svägerska håller skrattande med.

**THULETU OCH NTOMBISIWE** bor långt bort från all form av infrastruktur så som vägnät, elnät, affärer och sjukhus. För



att komma in till närmaste stad behöver de betala för skjuts av någon i området som försörjer sig genom att köra bil, som en lokal taxi. Kostnaden är motsvarande drygt 100 svenska kronor, vilket är mycket i förhållande till den summa deras män kan skicka hem till dem. Därför blir det inte ofta som de förflyttar sig med bil. Oftast går de till fots, ibland med en skottkärra för att frakta hem gas, vatten eller annat som är tungt att bära.

Att inte ha el är en stor utmaning, men gasspisen gör det möjligt att laga mat och koka vatten.

## Mentorprojektet

► I Kapstadens kåkstäder och på landsbygden i Östra Kap-provinsen dör många barn på grund av undernäring och sjukdomar.

► Act Svenska kyrkan stödjer mentormammor som söker upp barnfamiljer för att utbilda i frågor om hygien, nutrition och vaccination. De ger även preventiv-medelsrådgivning och pratar om rätten till sin egen kropp.

► Arbetet syftar till att minska barnadödlighet, förebygga undernäring och stärka kvinnors självkänsla.

► I dag finns 275 mentormammor i Sydafrika som tillsammans utför över 20 000 hembesök per månad.

► Metoden med mentormammor används också i utsatta områden kring storstäder i Eswatini, Etiopien och Egypten samt även i Sverige.



Thuletu och Ntombisiwe bor med en vacker utsikt men utan el, toalett eller rinnande vatten.



Att alltid koka vattnet är viktigt för att döda bakterier.

– Ibland blir vi sjuka eftersom vi hämtar vatten i floden och där dricker även djuren, berättar Thuletu.

Hon berättar också att de inte har någon toalett.

– Vi använder buskarna, säger hon.

**INNAN MENTORMAMMORNA KOM** till området fanns inte tillräcklig kunskap om hygien, nutrition och bakterier som sprids via förorenat vatten. Särskilt små barn dog i kolera, diarré eller andra sjukdomar

Mentormamma Phumla Wengu talar med Ntombisiwe om amning.

– några av de vanligaste orsakerna till barnadödlighet.

I områden där rent vatten saknas, är exklusiv amning den mest effektiva metoden för att spädbarn inte ska bli sjuka och undernärda. Därför utbildar mentormammorna om amning både inför förlossning och återkommande under barnets första halvår.

– Många tror att bebisar måste äta mat för att växa, men vi informerar om att amning räcker. Vi stärker kvinnorna att våga stå upp för att deras egen mjölk är bra näring för barnet, berättar mentormamman Phumla.

Ntombisiwe bekräftar att kunskapen de fått av sin mentormamma hjälpt dem mycket. Hon tycker om att amma sin halvårige son och har väntat med att ge honom annan mat fram tills nu, när han är stor nog att börja med smakportioner.

Mentormammornas förmåga att nå fram med information till alla hushåll och följa upp hälsan för varje gravid kvinna och litet barn, har varit avgörande här i Östra Kapprovinsen.

– Innan mentormammorna kom hit dog våra barn! Mentormammorna har lärt oss vad barnen behöver, konstaterar Thuletu.

**MAJLIS SEPPÄNEN** hittade Gud och leder nu både förbön och andakter.

# En gammal ateist talar om Gud

TEXT: *Sara Näslund*

► Hon sitter i min besöksfåtölj i församlingshemmet, Majlis Seppänen, och äntligen ska jag få samtala med henne en längre stund om hennes väg till tro mot bakgrund att hon varit ateist. Det har jag sett fram emot länge.

Mitt arbetsrum fylls av hennes varma personlighet och jag glömer att det både är fredag den trettonde idag och mulet utanför fönstret. Om ett par timmar ska hon på hockey och hon har med sig middag som hon ska kaka när vi är klara.

I Bodens pastorat är vi vana att stöta på Majlis engagemang både här och där, oftast i Mariakyrkan eller på Hela människan. Majlis sjunger i kör, leder förbön och andakter och allt möjligt annat.

– Nu är jag en sådan där kristen som jag själv brukade håna, påpekar hon och ler stort. Och mycket förändrades inom mig när jag blev kristen, säger Majlis, men inte min uthållighet för den hade jag tidigare. Och att bry mig om andra, det har jag alltid gjort. Det är en gåva från Herren, även om jag inte alltid sett det så.

**Vad är drivkraften i ditt engagemang?**

– Det är viktigt att jag får dela med mig av det Herren gjort i

mitt liv och vad han fortfarande gör varje dag. Jag vill ge en positiv bild av vad en äkta kristen är, jag vill vara ett ljus i det mörker som många människor upplever. Jag försöker ta mig tid att lyssna på människor, helt enkelt vara en medmänniska. Ungefär så, slår hon fast. Det var ju genom tron jag själv fick kraft att ta mig ur en mycket svår livssituation, fortsätter hon. För mig blev det ett nytt liv, Gud är mitt liv. Det är han som ser till att jag kommer upp på morgonen, att jag inte deppar ihop.

**Men visst hade du en barnatro?**

– Ja men den avtog när jag blev vuxen av olika anledningar. Jag blev jag övertygad av andra om att det inte fanns någon Gud och jag fick höra om och om igen att jag skulle bli så besviken om jag fortsatte tro och till slut accepterade jag det som en sanning. Jag blev en inbiten ateist och hade till slut mina egna teorier om det mesta. Och kristna tyckte jag var riktiga knäppgökar, jag hade många fördomar.

**Vilka fördomar hade du?**

– Ja alltså de kristna jag pratade med på den tiden, hävdade ju att det gick bra för dem för att Gud hjälpte dem, men jag tänkte att de hjälpte ju varandra bara. Det kändes som hyckleri faktiskt. Jag tänkte att de var svaga, att Gud var en krycka för dem att hålla sig i, och att det var mycket fasad. Att det fanns annat bakom fasaden. Och så synden, och förlåtelsen. Bara nonsens och dumheter.



**Hur tänker du nu om det?**

– Ja, fasader är jag inte mycket för, jag kan fortfarande uppleva det som hyckleri, att man visar upp något som inte är sant. Och vad gäller styrka, ja vi har ju en styrka i oss genom Herren men i övrigt, inte är jag någon stark människa. Och det är jag glad för. Varför ska jag vara stark hela tiden?

Majlis gör en frågande min innan hon tillägger:

– Synd trodde jag bara det pratades om i kyrkan för att få människor att leva efter regler, för att förhindra dem att leva sina liv som de ville. Jag förstod inte vad synd var. Kanske man borde prata mer om det i kyrkan egentligen, förklara vad man menar. Synd kan ju vara att man är hårdhärtad, inte hjälper den som behöver eller att man exploaterar naturen.

Majlis kommer på att hon

**Synd kan ju vara att man är hårdhärtad, inte hjälper den som behöver.**



Foto: PRIVAT

## Psaltaren 23

*Herren är min herde, och därför har jag allt vad jag behöver. Han låter mig vila på gröna ängar och leder mig till källor med friskt vatten. Han ger mig ständigt ny styrka till kropp och själ. Han leder mig på rätta vägar och hjälper mig leva efter sin vilja.*

*Även om jag vandrar genom dödens mörka dal, behöver jag inte vara rädd, för du finns bredvid mig, och din käpp och stav hjälper mig på vägen. Du ger mig god mat mitt framför ögonen på mina fiender, ja, jag får vara din hedersgäst.*

*Du fyller min bägare till brädden, och dina välsignelser flödar över! Din godhet, vänskap och kärlek följer mig i hela mitt liv, och jag ska alltid få bo i ditt hus.*

skrivit ner lite tankar i mobilen, så hon tar fram den ur väskan och letar reda på sina reflektioner.

– Jo, börjar hon, när jag blev kristen fick jag nya tankar och ett nytt förhållningsätt till tex mig själv och mina medmänniskor och en ny syn på omvärlden. Jag fick trygghet och ett hopp; framtidshopp, nutidshopp och evighetshopp och det är hans verk. Gud är en kärlek som bara vill väl, som vill alla väl, en kärlek han gav livet för. Och det är där nåden finns, i kärleken och förlåtelsen. Utan Gud, inget liv. När jag fann Gud så var jag i en situation som såg omöjlig ut och jag var inte alls så handlingskraftig som jag trodde jag skulle vara. Men där fanns ett halmstrå.

Majlis berättar att hon vid ett tillfälle under denna period, mötte en kvinna i kyrkan helt oplanerat och att hon troligtvis hasplade ur

Majlis Seppänen känner att Gud talar till henne genom det som händer i naturen under våren och sommaren.

sig att hon hade en jobbig situation hemma och kvinnan erbjöd sig att samtala med henne och det tackade Majlis ja till.

– Jag mädde inte alls bra och vi började prata. Men jag sa till henne att om jag börjar tro på Gud nu då blir ju Han bara ett halmstrå för mig, men då svarade hon: Ja men det är ju det Han vill, Han vill vara ditt halmstrå nu. Och då bestämde jag mig, okej jag griper tag i det där halmstrået.

**Blev du förvånad över dig själv då?**

– Nej jag tror på något sätt att jag redan hade börjat tänka att det måste finnas något som är större än jag och starkare än jag. Och så fick jag en spark i baken i och med att jag träffade kvinnan. Och det är jag så tacksam för. Och jag började läsa bibeln lite trevande. Eller nej, kanske inte så trevande egentligen,

rättar sig Majlis och skrattar. Jag började läsa Bibeln ganska direkt.

**Vilket är ditt favoritbibelord?**

– Det är psaltaren 23, Herren är min herde. Det var det första bibelordet jag lärde mig utantill och den bönen ber jag vända dag. **Hur talar Gud till dig?**

– Han säger mycket genom det som händer i naturen under våren och sommaren. När livet kommer igång igen, det visar på att livet fortsätter, att det inte tar slut.

Naturen har sovit under vintern, den har inte varit död. Det vi trodde var slut har en fortsättning. Det påminner om evighetshoppet.

Slutligen upprepar Majlis något hon sa inledningsvis i vårt samtal, men med ett tillägg:

– Tänk att nu är jag en sådan där kristen som jag själv brukade håna och när jag blev det skrattade jag. Och jublade!

# Vägen till konfirmation ser olika ut – målet är detsamma



► Läs mer på [svenskakyrkan.se/boden/konfirmation](https://svenskakyrkan.se/boden/konfirmation)

► Den populära äventyrsgruppen blir kvar, så även möjligheten att delta i en ridlägerkonfirmation. Men bland alternativen årets konfirmandkull har att välja mellan finns ett helt nytt alternativ.

– I craftingkonfan kommer ungdomarna få testa saker som graffiti och snöskulptering, men också digitalt skapande genom till exempel Minecraftbyggen eller fotografering, berättar Helena Mörk, församlingspedagog.

**ÄVEN SOMMARKONFAN HAR** fått några nya inslag, bland annat planeras för ett läger ute i skärgården.

– Det känns bra att ge konfirmanderna möjlighet att möta sig själv, Gud och varandra ute i den natur vi har runt knuten, säger Helena.

Under konfirmationstiden finns det möjlighet att prata om livets små och stora frågor tillsammans. Det finns också tid för gudstjänster, undervisning och att lära känna både de andra konfirmanderna och kyrkan. Den som inte blivit döpt som barn har möjlighet att låta sig döpas under konfirmationstiden.

I Boden är alla konfirmations-



Helena Mörk ser mycket fram emot att möta nästa kull konfirmander.

alternativ helt kostnadsfria. För den som vill konfirmeras i en liten grupp finns det möjlighet till det, så även att konfirmeras som vuxen.

Vi människor är olika, därför har vi också olika vägar till konfirmationen. Hör av dig så hjälps vi åt att hitta en bra, trygg och rolig väg till konfirmation för just dig!

**Linnéa Kero**

[linnea.kero@svenskakyrkan.se](mailto:linnea.kero@svenskakyrkan.se)

## KONFIRMATIONSALTERNATIV

### ► Äventyrskonfa:

Fjällvandring, paddling, fiske och linbana

### ► Sommarkonfa:

– Långläger, badstränder och sommarkvällar runt elden

### ► Ridkonfa:

Varma mular, stallmys och samtal i ridspåret

### ► Craftingkonfa:

– Skapande, minecraft, graffiti och fotografering

## Antalet konfirmander ökar

► Förra året valde 29 195 att konfirmera sig, vilket motsvarar 22,5% av alla 15-åringar.

– Vi ser att andelen 15-åringar som redan är medlemmar i kyrkan väljer att konfirmera sig i högre grad än på flera år, och det är en grupp som också drar med sig kompisar som inte är medlemmar sedan tidigare, berättar Jonas Bromander, utredare vid

enheten för forskning och analys på kyrkokansliet i Uppsala.

Dopen i samband med konfirmation bidrar också till att det totala antalet dop ökar och nu ligger på en tydligt högre siffra än före pandemin.

Ärkebiskop Martin Modéus gläds åt 2025 års statistik.

– Särskilt glädjande att många unga väljer konfirmation och att

allt fler föräldrar låter döpa sina barn. Över tid går siffrorna upp och ned i Svenska kyrkan. För närvarande går mycket uppåt. Oavsett hur siffrorna rör sig kommer Svenska kyrkan fortsätta vara kyrka.

– Tack till alla gudstjänstfirare, församlingar, medarbetare och ideella som varje dag gör kyrkan levande.



Om du vill boka ett samtal kan du höra av direkt till en präst eller diakon.

Foto: MAGNUS ARONSSON/KON

# Någon att prata med

När livet är svårt kan du prata med en präst eller en diakon. Du behöver inte vara kristen eller medlem i Svenska kyrkan, och det kostar ingenting. Vi finns här för dig oavsett ålder och livssituation.

TEXT: *Linnéa Kero*

## MED EN PRÄST ELLER DIAKON KAN DU PRATA OM ALLT

▶ Samtal med en präst eller en diakon i Svenska kyrkan kallar vi ofta för själavårdssamtal. För präster och diakoner är tron på Gud självklar, men du behöver inte tillhöra Svenska kyrkan eller vara troende. Du får – men behöver inte – prata om Gud, läsa Bibeln eller be när du talar med en präst eller diakon.

Om du vill boka ett samtal kan du höra av direkt till en präst eller diakon. Du hittar alla kontaktuppgifter på [svenskakyrkan.se/boden/hjalp](http://svenskakyrkan.se/boden/hjalp). Du kan också kontakta expeditionen och säga att du vill prata med någon.

## PRÄSTER OCH DIAKONER HAR TYSTNADSPLIKT

▶ Vid bikt och enskild själavård har prästen absolut tystnadsplikt. Det finns inga undantag från tystnadsplikten. Även om du som samtalat med prästen vill att prästen ska

föra uppgifter vidare går det inte. En präst får inte heller kallas att vittna i en rättegång om sådant som prästen fått veta under bikt eller enskild själavård.

Diakonen har också tystnadsplikt under enskild själavård, men till skillnad från en präst kan en diakon bryta tystnadsplikten, till exempel när

- ▶ Du som har samtalat med diakonen vill att uppgifter ska föras vidare
- ▶ Det under den enskilda själavården har kommit fram information eller uppgifter som det enligt lag är anmälningsplikt på
- ▶ Diakonen blir kallad att vittna i en rättegång.

## ANMÄLNINGSPLIKT

▶ Förutom tystnadsplikt finns även anmälningsplikt. Vuxna som jobbar med barn och unga och misstänker att ett barn far illa är enligt lag skyldiga att tala om detta

för socialtjänsten. Anmälningsplikten står även inskriven i kyrkans egna regler. Det handlar om att den som är ung ska få den hjälp hen har rätt till.

- ▶ En präst som under bikt eller enskild själavård får höra att ett barn far illa får inte föra den informationen vidare. Men en präst som fått samma information vid en annan situation än bikt eller enskild själavård har anmälningsplikt.
- ▶ En diakon som under enskild själavård får höra att ett barn far illa är skyldig att anmäla detta.

## JOURHAVANDE PRÄST

▶ Jourhavande präst erbjuder akut samtals- och krisstöd. Du kan tala om vad du vill – sorg, ensamhet, självmordstankar, ångest eller något annat som du brottas med. Prästen har absolut tystnadsplikt och du är anonym. Du behöver inte vara troende eller tillhöra Svenska kyrkan för att kontakta en jourhavande präst.

▶ På Sunderby sjukhus finns präster och diakoner dygnet runt, året om till för patienter, närstående och personal. De håller även Stillhetens rum öppet och kan hjälpa till att förmedla kontakt med företrädare för andra religioner.

▶ Sjukhuskyrkan finns i trapphus K, plan 6 och nås på 0920-282250.

ring  
122

▶ Ring 112 och fråga efter jourhavande präst, eller mejla och chatta på: [svenskakyrkan.se/jourhavande-prast](http://svenskakyrkan.se/jourhavande-prast).

# ”Alla människor har sin egen tolkning av bibeln”

I mötet med människor och liv ryms både det vardagliga och det djupa. Ivar Sundström, präst och kyrkoherde, berättar om kallelse, tro och livet med krage.

**Hur kom det sig att du blev präst?**

– Jag jobbade inom försvaret i 32 år. Men när jag var 22 så dog min mormor och i den begravningen så hörde jag en kallelse till att jag skulle vilja vara präst. Jag blev bekant med prästen som hade den begravningen och han sa att han tyckte att jag skulle åka till Uppsala och bli präst. Men sen vart det familj, barn och allt möjligt, så det blev först när jag var 49 jag satte mig vid skolbänken.

**Får man svära i kyrkan?**

– Såklart så får man svära en ed men helst inga svordomar. Det är ett sätt att visa vördnad och respekt.

**Hur fungerar tystnadsplikten?**

– Det finns olika slags tystnadsplikter och präster har den strängaste av de alla. Under ett själavårdsamtal så har prästen total tystnadsplikt och den gäller även om någon till exempel erkänner ett allvarligt brott. Dock så gäller det bara under själavårdsamtal eller bikt.

**Måste man vara troende för att bli präst?**

– Det blir betydligt lättare för en själv att predika om något man själv tror på. Annars ljuger man bara för sig själv varje dag. Så svaret är ja, man måste ha en tro. Men sen så är det olika vad man tror på, och tro kan se olika ut för olika präster.

**Hur ska man tänka om bibeln?**

**Ska man tro på det som står, rakt upp och ned, eller behöver det tolkas?**

– Alla människor har sin egen tolkning av bibeln. Det står ju till exempel att präster inte får ha fel på ögonen och jag har ju glasögon.



**”Såklart så får man svära en ed men helst inga svordomar. Det är ett sätt att visa vördnad och respekt.”**

Ivar Sundström prästvigdes den 18 januari 2008.

Foto: STIG SÖRLIN

Så det är något som vi själva får fundera på och själva välja hur vi inspireras av Jesus. Bibeln är knepig. Men också helt fantastisk. **Vad är det bästa med att vara präst?**

– Jag personligen tycker att det bästa är att få möta olika människor, att få vara med om den största glädjen och att få stå i kyrkan och berätta om vad jag brinner för.

**Mia-li Lindström**  
Præoelev