

LIVET PÅGÅR HÄR

— en vandring för liv i hav och vid kust



Välkommen!

DENNA TEXT ÄR EN REVIDERAD VERSION AV materialet från Pilgrim's Walk for Future (PWFF)-vandringen 2025. Vi har skapat den för att den ska fortsätta inspirera till vandringar och samlingar utifrån 2025 års tema "Livet pågår här," och med alla slags vatten som huvudperson.

Förutom upplägg för morgon- och kvällsböner finner du reflektioner för söndag till måndag. Varje veckodag har sitt eget tema, inspirerat av sin turordning i veckan. Till exempel är söndagen vilodag, och lördagen marknadsdag. De följer också på varandra utifrån en metodisk tanke som rör sig från samling, avfärd, fördjupning och rotlöshet, till förberedelse för hemkomst. Denna metodiska underström innebär att om ni avser använda materialet i sin helhet och alltså ha sju samlingar/vandringar, blir det bäst om ni följer samma ordning. Men jag tror och hoppas att varje dag också kan vara meningsbärande var för sig utifrån det givna temat, och utifrån vad ni är intresserade av att utforska.

Du finner också ett förslag på ordning för ekumenisk gudstjänst samt upplägg för interreligiös bön. När materialet användes under 2025 hölls sådana gudstjänster och böner inne i det vackra, livs-synsöppna rum som Håpets katedral är.

Sist men inte minst finner ni de krav som Fridays for Future ställer till vår samtid, och de krav som vandringen går med till folkvalda, ledare i samfund och företag, och till oss själva. Nu är tiden, och vi vill bli ihågkomna som några som tog vår tids existentiella kris på allvar och bidrog med vad vi kunde till en spirande omställning.

Fred och allt gott!

Livet pågår här – vandring för liv i hav och vid kust

Nu var det dags igen; att ge sig ut i Guds fria natur för att pröva modet, viljan, glädjen, nyfikenheten – och kroppen.

Vandringen 2025 med PWFF gick över berg och genom skog, kustnära längs med Västkusten och vinkade emellanåt till Håpets katedral när hon pilgrimsseglade söderut på havets våg. Vandrare, katedral och lokala ortsbor möttes i fem olika hamnar under perioden 27 juli–13 september, med ett längre stop i Göteborg.

Den som följer materialet lär känna begrepp som cirkularitet och regeneration, att bli till helare av livsväven och att vara metaboliska varelser. Hen får lära sig om havsdjur och havsdjur, om näringar vid kusten och lokal omställning. Vi övar på att lämna bakom oss och på att gå mot nya segrar, och fira det som går att fira längs med vägen.

Om Pilgrims Walk for Future

Stockholms biskop Andreas Holmberg menar att vi lever av en världsordning som "präglas av djupa orättvisor, bygger på skövling av vår medskapelse och undergräver förutsättningarna för framtida generationer". En PWFF är därför både en motståndshandling och en övning i hållbart liv. Dagarnas rytm, rörelse, böner och samtal erbjuder både tillfälle för en inre reflektion och omvändelse till ett hållbart liv, och en yttre manifestation med krav och förväntningar på systematisk, samhällelig reflektion och omvändelse.

PWFF vandrar med samma krav som *Fridays for Future* ställer på beslutsfattarna: att hålla den globala temperaturökningen under 1,5°C, följa Parisavtalet, säkerställa klimaträttvisa och lyssna på den bästa förenade vetenskapen som för närvarande finns. Vi går i solidaritet med de som drabbas hårdast av klimatförändringarna, och sida vid sida med Act Svenska kyrkan som fortsätter att verka för global klimaträttvisa.¹

¹ för mer info om bakgrunden till PWFF och för inspiration, se walkforfuture.se

Håpets katedrals pilgrimsseglats 2025 – ett skepp kommer lastat med hopp!

Livet pågår här löpte parallellt med en seglats på havet, när Håpets katedral tog sig ner till Göteborg från hemmahamnen i Fredrikstad. Pilgrimsseglatsen längs Bohuskusten var en arena för samskapande av en hållbar framtid. Vandringen och seglatsen delade samma mål, nämligen: 1, att nå ut brett – utanför kyrkans rum och de redan övertygades värld; 2, att synliggöra samverkan mellan alla goda krafter, och 3, att mobilisera lokalsamhället, och låta sig inspireras av redan mobiliserade lokala initiativ. Vi tror att hopp uppkommer när vi ser rörelser från ont, svårt, låst till gott, kreativt, flödande. Och vi tror att hopp är något vi skapar och upprätthåller tillsammans, med hjälp av kollektiva värderings- och beteendeförändringar.²

BUDSKAPET som vandringen *Livet pågår här* – en vandring för liv i hav och vid kust, gick med

Den yttre manifestation handlar om att PWFF går med ett budskap med tre mottagare: till Sveriges regering, till ledare i kyrkor, samfund och olika samhällsfunktioner, och till var och en av oss. Utgångspunkten är att alla självklart önskar ett drägligt liv för kommande generationer. Det finns också gott om stöd i flera nyligen publicerade rapporter för att hävda att Sveriges medborgare vill ha en mer kraftfull klimatpolitik. Genom våra krav säger vi: svik oss inte, ni förtroendevalda. Vi vill vara del av omställningen till hållbara liv; ja vi är redan på vägen.

Våra krav 2025 utgick från det som kallas *30 by 30*. I december 2022 samlades världens länder i Montreal till COP15, ett toppmöte för biologisk mångfald. Där enades man om att skydda 30% av alla naturområden – på land, i sjöar och i hav – till år 2030. Det kallas 30 by 30 under GBF (the Kunming-Montreal Global Biodiversity Framework), eller i korthet "30 by 30". Sverige skyddar i dagsläget ungefär 15 procent av sin natur. För mer information om budskapet 2025, se i slutet av dokumentet.

Tips och råd inför vandring och bön

En pilgrimsvandring är en övning i att välkomna det okända och att låta Guds rike komma och Guds vilja ske. Men man kan ändå ha en intention med sin vandring, och därför be om hjälp att:

- * Att lyssna mer än att tala – på människor, djur, natur, Gud
- * Att låta oss bildas mer än att bilda – av människor, djur, natur, Gud
- * Att stärka och stärkas av lokala initiativ och människor pilgrimen möter längs vägen
- * Att öva på att se vår roll i skapelsen som helare, och inte som söndrare
- * Att öva på att satsa på att vinna små och stora segrar, och att hitta sätt att tacka för och fira dessa segrar

Hur ser en vandringsdag ut?

En vanlig dag kan ha en rytm som denna (2025 innefattade en vanlig morgon även en live video-sändning till FB-kontot för PWFF):

Väckning kl 7

Morgonbön kl 7.30

Frukost kl 8, sedan städ och pack

Samling kl 9 med textläsning

Lunch kl 12

² för mer info om Håpets katedral och om Pilgrimsseglatsen 2025, se: *Håpets katedral – ger hopp för en hållbar framtid* – Göteborgs stift och Håpets Katedral, svenskakyrkan.se/goteborgsstift/pilgrimsseglats och hapetskatedral.no

Framme vid målet ca kl 16

Middag kl 18

Kvällsbön med delande från dagen kl 21

Sedan sova gott

Ett tema löper som en vattenfåra genom varje dag.

Temat presenteras vid samlingen innan vandrarna går iväg på morgonen. Inspirationstexten läses, och frågorna presenteras.

En lämplig rytm vid längre vandringar är 45 min gående, 15 min vilande.

Varje gång ni bryter upp från en paus, kan ni läsa: *Gud, visa oss vägen – och gör oss villiga att vandra den.* Någon eller några av dessa pass kan vändras i tystnad och lyssnande.

Någon eller några av dessa pass kan vändras i samtal med en medvandrare utifrån frågorna för dagen.

Inspiration för metod, från vattendrag i närheten, samt bibeltexter och dikter kan användas som man vill under dagen. Som samtalsunderlag, att reflektera över i tystnad, eller på annat sätt.

Metoderna är avsedda att användas som stöd under vandringen, men också när ni återvänder hem. Kan ni använda dem för att vrida och skruva lite på en tillvaro som ibland ter sig kompakt och ovillig att omformas, har vi uppnått vårt syfte med att inkludera dem. En verktygslåda till stöd för fortsatt omställning hemma.

Bibeltexterna kan läsas i sin helhet eller i delar vid dagens olika stopp och böner.

Vid läsning av texterna kan ni gärna låta flera röster läsa. En mening i taget, eller dela upp gruppen i två och läs varannan vers av psaltarpsalmerna, till exempel.

Att ta hand om möten på vandringen

Ovan ser ni dagsrytmen med tider och planer för en dag. Men, under dagarna kommer ni så att säga störas av andra människor och händelser längs vägen. Utifrån intentionen att lyssna mer än att tala, att låta sig bildas mer än att bilda, och att stärka och stärkas av lokala initiativ och människor vi möter längs vägen, vill vi uppmuntra er till att låta dessa händelser få ta tid och bli del av det inplanerade om möjligt. Framförallt vill vi uppmuntra er att prata med människor ni möter längs vägen. Kanske dela den fråga ni går med för dagen med dem. Kanske ställa någon av frågorna från boken *Livet som pågår här* till dem (se nedan). Och lägg dessa möten på minnet. När ni så småningom återgår till ert vardagliga sammanhang, finns det något ni kan förmedla från dessa möten som kan bidra till bilden av oss själva som helare av livsväven, som är ett givande exempel på lokal omställning, eller som är en seger i litet eller stort format att glädjas över?

Frågor för vandring:

Vem eller vad förde dig hit? Vad är det du redan vet om ditt liv och din väg? Vad är det som är döende? Vad är det att vara människa? Vad behöver du för att känna dig mänsklig? Vad längtar du till och efter? Hur vet du att du är hemma? Vågar du vara glad? Tillåter du dig att satsa, vinna, festa? Vilken väg går du härifrån?

Några av frågorna från boken är:

Har du i din vardag märkt av att klimatet förändrats? Tror du din ort kommer påverkas av åtgärder för att minska klimatförändringarna? Vad skulle behöva göras för att vi ska minska vår påverkan på klimatet? Vem har störst ansvar för att vi ska minska vår påverkan på klimatet?

Bön under vandring

Ansvariga kan förbereda en plats genom att ha något i centrum av en cirkel som är vackert och givande att titta på. Alla behöver ha med sig sin bok vid morgon- och kvällsbön. Tillåt en stund för alla att landa på platsen där ni är och med varandra. Några andetag, en tystnad.

Ni kan ta hjälp av Martin Lönnebos enkla övning i medveten andning. Andas ut din oro – andas in det du behöver: närhet, trygghet, vänlighet, omtanke, frid ...

Alla böner kan bes fritt från hjärtat, av ledare eller av flera i gruppen. Det går också att välja någon av följande.

Förslag för morgonböner

Godmorgon Gud, du vår skapare,
befriare och livgiverska
Tack för nattens mörker och vila
Tack för gryning och morgonvind
Var med oss på vandringen denna dag,
stärk vår tro och öka vårt hopp.

/ Lisa Westberg

Må Guds välsignelse omsluta oss
Må änglar och vänner dela vår resa
Må vi bli visa och starka och kreativa
Må vi få fira livet och hoppfullheten
Må bilderna av Gud växa i oss
Må skrattet och modet göra oss hela
Må livets glädjebud göra oss uthålliga
Alla dagar på resan hemåt.³

Du som vill att jag ska finnas,
du som vet att jag är jag –
du förstår mitt hjärtas längtan
och är hos mig natt och dag.

Din är jag och all din kärlek,
får jag varje andetag.

/ Margareta Melin

Varje stund föds ett barn någonstans. Ge det kärlek.
Varje stund släcks ett liv någonstans. Ge det frid.
Varje stund är just nu. Varje stund bär oss du.

/ Per Harling

Jag tackar dig Gud för i natt
Du har omslutit mig
och låtit mig sova lugnt.
Nu ber jag dig, min hjälpare:
skydda mig idag för allt ont.
Bevara mig så att jag inte tar skada.
Bevara mig för att skada andra.
Vad som än händer litar jag på dig.
Du är mitt skydd och min styrka.

/ Margareta -Melin⁴

³ Ordnära. Röstresurser för gudstjänsten från WRGR och Iona Community. Nahnfeldt, m.fl. reds. Verbum Malmö 2004, s 257.

⁴ Bönboken. Tradition och liv. Dalman, m.fl. reds. Verbum 2003, s 19, 20, 546. Tryckta med tillstånd av Per Harling och Margareta Melin.

Förslag på bordsböner

Otaliga varelser har bidragit till
att ge oss denna mat
Låt oss leva i tacksamhet
Vi är alla beroende av varandra för att leva
Låt oss alltid minnas de som
inte har nog för att leva
Må vi verka för en värld där alla har
vad de behöver.

/ Lisa Westberg

Välsignad vare Gud
som låter mat växa på jorden.
Maten ger du oss för att vi ska leva.
Välsigna oss och maten
och låt oss själva bli till välsignelse.

/ Margareta Melin

Förslag på kvällsböner

Gud, du som råder över tid och rum,
Tack för ännu en dag i livet här
i den vackraste av världar
Skänk oss ro och vila under mörka timmar
Må vi vakna pigga och redo för en ny dag,
dig till ära och hela skapelsen
och alla varelser till tjänst.

/ Lisa Westberg

Min Gud,
var hos mig i mörkret
och omslut mig med din nåd.
Du är min viloplats,
min fasta punkt,
mitt hem i världen.
Hos dig blir jag åter barn
och bärs genom tiden.
Tankarna tystnar hos dig
och hjärtat finner sin ro.

/ Margareta Melin⁵

Tack, gode Gud, för att du har hjälpt oss idag.
Du är hos oss ikväll. Du är alltid med oss.
Nu skall vi snart sova. Skydda oss här,
och skydda alla människor och djur.

I frid vill vi lägga oss ned, och i frid skall vi somna in;
ty du, Gud, låter oss bo i trygghet under dina vingars skugga.⁶

Låt nu elden få dö och låt städet stå tyst.
Låt Guds fred sjunka in i denna natt,
att vara här, skydda och förnya oss,
Välsigna oss nu och alltid.⁷

Herre, tack för denna dag,

⁵ *Bönboken*, s 552, 563. Tryckta med tillstånd av författaren.

⁶ Svensk Psalmbok s 1642, Britt G Hallqvist bearb, och s 1643, Britt G Hallqvist, publicerad med tillstånd från ALIS

⁷ *Ordnära*, s 263

För solen som skimrar genom björken,
För vinden, värmen, molnen.
Tack för allt som porlar och blänker.
Herre, bevara mig från ett liv som står stilla,
Låt mig ständigt få förändras,
utvecklas och växa
Och skördas i mognadens tid.
Herre, hjälp mig att skydda
det som växer och andas –
Även om det innebär uppoffringar.
Öppna mina sinnen så att jag förstår när jord,
hav, blommor, berg och träd kvider och väntar
på mitt beskydd.
Herre, jag vill ta min del av ansvaret
för din skapelse, som jag själv är en del av.⁸

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

Välsignelsen (går även att läsa i plural)
Herren välsignar dig, och beskyddar dig.
Herren låter sitt ansikte lysa mot dig
och visar dig nåd.
Herren vänder sitt ansikte till dig
och ger dig sin fred.
I Faderns, och Sonens, och den helige Andes namn. Amen

Daglig böneryt

Morgonbön (innan frukost)

Stillhet, lyssnande, andetag

Sång

Text

Stillhet, lyssnande, andetag, delande

Bön

Vår fader

Välsignelse

Sång

Innan vandring

Textläsning – dagens reflektion och tema

Den heliga Birgittas bön: Gud, visa oss vägen – och gör oss villiga att vandra den.

Middagsbön (inför lunch)

Stillhet, lyssnande, andetag

(Sång)

Bordsbön

Middagsbön (inför middag)

Stillhet, lyssnande, andetag

(Sång)

Bordsbön

⁸ Caroline Crook, ur "Broder sol, moder jord, och allt däremellan." Publikationer från Växsjö stift nr 7, Växsjö 2002 Meakin, m.fl. reds s 105. Tryckt med tillstånd av författaren.

Kvällsbön

Stillhet, lyssnande, andetag

Inledningsord:

L: Jag är inte stormen

Alla: Jag är inte stormen

L: Jag är ingen jordbävning

Alla: Jag är ingen jordbävning

L: Jag är inte elden

Alla: Jag är inte elden

L: Jag är den stilla susningen

Alla: Jag är den stilla susningen

Sång

Text

Stillhet, lyssnande, andetag, delande

Bön

Vår fader

Välsignelse

Sång

Extra resurser för bön

Se även i slutet av häftet, vid ekumenisk gudstjänst och interreligiös bön.

Överlåtelsebönen av Margareta Melin

Du som ville mitt liv

och har skapat mig efter din vilja,

allt i mig känner du och omsluter med ömhet,

det svaga likaväl som det starka

det sjuka likaväl som det friska.

Därför överlämnar jag mig åt dig

utan fruktan och förbehåll.

Som ett lerkärl

lämnar jag mig i dina händer.

Fyll mig med ditt goda

så att jag blir till välsignelse.

Jag prisar din vishet du som tar till dig

det svaga och skadade

och lägger din skatt

i bräckliga lerkärl.

Ett kärlekens sinne – att jag må tjäna dig⁹¹⁰

Kyrie för klimatet av Maggi Nordström och Michael Bjerkhagen

Ur djupen ropar vi till Dig.

Nu börjar det bli tydligt hur klimatet förändras.

På en del platser faller regnen som på Noas tid,

på andra gör torkan jorden ofruktbar.

Art efter art försvinner i en takt som aldrig förr.

Haven töms på liv, öknarna brer ut sig.

Och de fattigaste drabbas värst.

Gud, låt det som sker bli en kallelse

att vända om till Dig.

¹⁰ Svensk Psalmbok s 1700, Dag Hammarskjöld

Vi behöver Dig. Du som är större,
Du som är visare, Du som ser helheten.
Visa oss hur vi kan leva hållbart,
i insikt om hur allt i skapelsen
är ömsesidigt beroende av varann.
Du är vårt hopp, Gud, i mötet med Dig
är ingenting omöjligt.
Herre, förbarma dig över oss.
I Jesu namn. Amen.¹¹

Bön vid kompost av Martin Lönnebo

Gud, du som skapat allt
och som är livets ursprung och mål.
Vi tackar dig för nedbrytarna,
de blinda arbetarna under jord,
bakterierna, maskarna, svamparna och insekterna,
mullens flitiga beredare, dem som vi bara trampar på.
Livets ande, du som kan deras tysta språk,
framför vårt tack.
Hälsa från människan,
hon som en kort tid lever ovan jord.
Säg att vi är beroende av deras arbete,
och att vi också är släkt med er.
Hälsa och säg att vi varje dag,
gläder oss åt frukten av deras arbete.
Utan deras flitiga verksamhet skulle vi män-ni-skor drunkna i löv, grenar och gräs.
Må Gud välsigna er,
små systrar och bröder i komposten,
medlemmar i den underjordiska församlingen.
Må hälsa och matlust alltid vara med er. Amen.¹²

Fredags-manifestation

2025 mötte vandrarna upp katedralen och ortsbör i fem olika hamnar för en Fridays for Future manifestation kl 16 på fredagarna. Kanske det kan inspirera er, att liksom flera av oss, gå utanför en bekvämlighetszon och manifesteras för vad ni tror på och vandrar för.

Förbered manifestationen redan under vandringen genom att samla vackra, förunderliga saker som ni har funnit på vägen fram till hamnen den dagen. Väl framme, skapa ett altare, en plats där det allra mest heliga får komma till ro.

Samla alla i en ring.

Läs samlingsbönen och vänd er åt de fyra väderstrecken och sedan himmel och jord medan ni gör det.
(*Se nedan.*)

Läs upp budskapet och förklara hur vi samlat in namn under vandringen.

Berätta något om vad ni har hört under vandringen när det gäller vår existentiella kris och om lokala omställningar.

Sång.

Gör en rituell vandring – långsam, under sång eller bön, dans, eller vad som faller er in – till närmaste gula postlåda och lägg på brevet till klimatminister Romina Pourmokhtari.

Gå och ät, gläds, festa.

¹¹ Tryckt med tillstånd från Maggi Nordström.

¹² Tryckt med tillåtelse av Mattias Lönnebo.

Samlingsord:

Vänd mot öster

L: Från öster, det håll där solen går upp, tar vi emot fred och ljus och vishet och kunskap.

F: *Vi tackar dig för dessa gåvor, o Gud.*

Vänd mot söder

L: Från söder kommer värmen, vägledningen, -början och slutet av livet.

F: *Vi tackar dig för dessa gåvor, o Gud.*

Vänd mot väster

L: Från väster kommer regnet, det renande vattnet, för att upprätthålla allt levande.

F: *Vi tackar dig för dessa gåvor, o Gud.*

Vänd mot norr

L: Från norr kommer kölden, de starka vindarna och den vita snön som ger oss styrka och förmågan att uthärda.

F: *Vi tackar dig för dessa gåvor, o Gud.*

Vänd framåt med ansiktet uppåt

L: Från himlen tar vi emot mörker och ljus och din egen andedräkt.

F: *Vi tackar dig för dessa gåvor, o Gud.*

Med ansiktet nedåt

L: Från jord har vi kommit och till jord skall vi vända åter.

F: *Vi tackar dig för denna gåva, o Gud*

L: Hjälp oss att vandra den goda vägen att leva på denna jord så som bröder och systrar bör, att glädjas över varandras välsignelser, att dela varandras sorger, och, tillsammans med dig i Jesu namn och med Andens väckande vind, förnya jordens ansikte.

F: *Amen*¹³

Uppenbarelsboken 22:2: Mitt på den stora gatan, med floden på ömse sidor, stod livets träd, som bär frukt tolv gånger om året och ger sin skörd varje månad, och trädets blad är läkemedel för folken.

Vandringens texter och ordning

SÖNDAG: En dag om samling, måltid och vila, tystnad och tal

FRÅGA: Vem eller vad förde dig hit?

Vad är det du redan vet om ditt liv och din väg?

Inspiration

Vi är samlade på den dag då Gud vilade. Skapandet var klart för denna gång, allt var gott, och nu var dags att luta sig tillbaka och glädjas åt sitt verk. På samma sätt uppmanar Gud oss att göra: vila en dag i veckan, och varför inte tillsammans med andra på just söndagen. En dag för att samla sig, söka sällskap av natur och kultur – och Gud, välja tystnad och lyssnande till hela skapelsen. Vila öppnar våra ögon för den större bilden och ger oss en återskapad känslighet för andras rättigheter, menar Påve Franciscus, och fortsätter: "Lagen om en vilodag förbjöd arbete på den sjunde dagen, så att din oxe och din åsna får vila, och att sonen till din tjänsteflicka, och främlingen skall få vila ut."¹⁴

På senare år hörs igen begreppet *den åttonde dagen*. Med rötter i judisk-kristen begreppsvärld, är den åttonde dagen en bild av den dag vi längtar efter – och behöver. En dag, liksom bortom rum och tid, som

¹³ bön från material för andakt under skapelsetid, *Andakter för Skapelsetid*

¹⁴ Laudato si' Encyclical letter of the Holy Father Frances, on Care for Our Common Home 2015, s 172

vi ändå kan förhålla oss till och berätta om, där balansen är återupprättad mellan människan och resten av skapelsen, mellan rika och fattiga, kultur och natur. Söndagen, liksom den judiska sabbaten, är menad att vara en dag som helar vår relation till Gud, till oss själva, till andra och till världen.¹⁵ Genom att bejaka något av den ursprungliga tanken bakom en vilodag, kan vi öva oss i att redan nu leva på det sätt som kan rymmas inom en framtid med plats för allt och alla.

Tanken på en åttonde dag bryter oss också ur föreställning om att vara fast i ett system som bara rullar på. Veckans sju dagar är vi helt tillvänjda, och vana att fylla med saker som vi tror är livsviktiga och normala. Men om vi knör in en åttonde dag – vad fyller vi den med? Lekfullt kan vi skapa oss en livsrytm där våra liv steg för steg befrias från konsumtion, förflyttningar och stress, och handlar mer om sådant som bygger upp och helar våra liv. Vi övar och leker, och det kommer ta tid.

Men vi börjar nu. Vi är redan på väg.

Inspiration ur havet – DJUPET

Haven täcker över 70% av jordens yta. Trots detta har endast cirka 5% av världshaven utforskats. Världshaven är också mycket djupa. Det genomsnittliga djupet är 3,8 kilometer, vilket gör dem väldigt svåråtkomliga, och de flesta av de djupa och avlägsna delarna av haven är okända för oss.

I havens djup finns många arter som vi ännu inte känner till. Enligt den internationella databasen *World Register of Marine Species* (WORMS) upptäcktes över 1400 nya marina arter under ett enda år. Databasen innehåller över 228 000 registrerade arter, men forskare uppskattar att det kan finnas mellan 500 000 och 2 miljoner marina arter som ännu inte har upptäckts.¹⁶

På samma sätt kan det som döljer sig i djupet: i vattnet nära dig, det som ännu är okänt i oss själva, hos våra medmänniskor och i vår värld, vara något fantastiskt och oerhört. Som ett mysterium som väntar på att få berika ditt liv.

Metodinspiration

Delande är en inarbetad metodinspiration på vandringar. Tankar, känslor, tystnad – vad som delas kan vara olika och beror såklart på dagsform och tillit till gruppen. Och, menar vi, på vår öppenhet att *lyssna aktivt*. Att lyssna aktivt är dagens metodinspiration. Lyssna, utan att samtidigt fundera på vad du ska svara. Lyssna, utan att döma eller tycka något om den andra. Lyssna, nyfiket och sabbatslikt, lite tillbakalutat. Lyssna till orden, till tystnaden som din medmänniska uttrycker; till djur och natur; till Guds röst inom dig.

Bibelinspiration

Detta är berättelsen om Noaks ark. Välkänd för många, och kanske du som leder dagens reflektion klarar att återberätta den. Med denna text kan vi påminnas om att människor har tagit sig igenom genomgripande och livshotande kriser förut. Under PWFF 2025 seglade Håpets katedral som en påminnelse om att livet vill fram, och skönhet vill ta plats i världen.

1a mosebok kap 6:9–13

⁹Detta är berättelsen om Noa och hans släkt. Noa, som levde i denna tid, var en oförvitlig och rättfärdig man; han levde i gemenskap med Gud. ¹⁰Noa fick tre söner, Sem, Ham och Jafet. ¹¹Men inför Guds ögon blev jorden alltmer fördärvad och full av våld. ¹²Gud såg att jorden var fördärvad, eftersom allt vad människorna gjorde på jorden var fördärligt. ¹³Han sade till Noa: "Jag har bestämt att jag skall göra slut på alla människor, ty de har fyllt jorden med våld. Jag skall förgöra både dem och jorden.

1a mosebok kap 7:1–5

¹Herren sade till Noa: "Gå in i arken, du och hela din familj. Ty jag har funnit att du ensam är rättfärdig inför mig i denna tid. ²Av alla rena fyrfotadjur skall du ta med dig sju par av varje art, hanar och honor, och av alla djur som inte är rena

¹⁵ Laudato si' s 172

¹⁶ Hur mycket av haven är upptäckt? – Hållbara hav 1/10/2024 hallbarahav.nu

skall du ta ett par, hane och hona – ³också av himlens fåglar sju par av varje art, hanar och honor – så att de kan överleva på jorden. ⁴Om sju dagar skall jag låta det regna på jorden i fyrtio dagar och fyrtio nätter, och jag skall utplåna från jordens yta allt som finns till, allt som jag har gjort.” ⁵Noa gjorde i allt så som Herren hade befallt honom.

1a mosebok kap 7:17–8:19

¹⁷Då kom floden över jorden. Den varade i fyrtio dagar, och det kom så mycket vatten att arken lyftes och flöt över jorden. ¹⁸Vattnet steg högt över jorden, och arken drev på vattnet. ¹⁹Allt högre steg vattnet över jorden, tills det täckte även de högsta bergen under himlen. ²⁰Vattnet steg mer än sju meter över bergen. ²¹Hela myllret av varelser på jorden gick under: fåglar, boskap och vilda djur, allt liv som jorden vimlade av, och alla människor. ²²Allt som levde och andades dog, alla varelser som levde på land. ²³Herren utplånade allt som fanns till på jorden, männi-skor och fyrfotadjur, kräldjur och himlens fåglar: allt utplånades från jorden. Kvar blev bara Noa och de som var med honom i arken. ²⁴Vattnet fortsatte att stiga över jorden i 150 dagar.

¹Då tänkte Gud på Noa och alla de vilda och tama djur som var med honom i arken. Han lät en vind blåsa över jorden och vattnet började sjunka undan. ²Djupets källor och himlens dammluckor stängdes till, regnet hejdades ³och vattnet drog sig efter hand bort från jorden. Efter de 150 dagarna började vattnet minska. ⁴På sjuttonde dagen i sjunde månaden blev arken stående på Araratbergen. ⁵Vattnet fortsatte hela tiden att minska, och när den tionde månaden kom, på första dagen i månaden, blev bergens toppar synliga.

⁶Efter fyrtio dagar öppnade Noa ett fönster som han hade gjort på arken ⁷och släppte ut en korp. Den flög fram och åter till dess vattnet torkat upp på jorden. ⁸Sedan släppte han ut en duva för att se om vattnet hade sjunkit undan från marken. ⁹Men duvan fann ingen plats där den kunde vila utan återvände till honom i arken, eftersom det stod vatten över hela jorden. Då sträckte Noa ut handen och tog in duvan till sig i arken. ¹⁰Han väntade sju dagar till, sedan släppte han ut duvan ur arken ännu en gång. ¹¹Om kvällen kom den tillbaka till honom, och då hade den ett friskt blad från ett olivträd i näbben. Då förstod Noa att vattnet hade sjunkit undan från jorden. ¹²Han väntade sju dagar till, sedan släppte han ut duvan igen, och nu kom den inte mer tillbaka till honom.

¹³I Noas sexhundraförsta år, på första dagen i första månaden, hade vattnet torkat bort på jorden, och när Noa lyfte undan taket på arken fick han se att marken hade torkat upp. ¹⁴På tjugosjunde dagen i andra månaden var jorden torr. ¹⁵Då sade Gud till Noa: ¹⁶”Gå ut ur arken tillsammans med din hustru, dina söner och sonhustrur. ¹⁷Alla de djur av alla slag som du har hos dig, fåglar, fyrfotadjur och alla kräldjur som finns på jorden, skall du ta med dig ut, och det skall bli ett myller av dem på jorden; de skall vara fruktsamma och föröka sig.” ¹⁸Och Noa gick ut ur arken tillsammans med sina söner och sin hustru och sina sonhustrur. ¹⁹Alla fyrfotadjur och kräldjur och fåglar, allt som myllrar på jorden, gick ut ur arken, den ena arten efter den andra.

1a mosebok kap 9:12–17

¹²Gud sade: ”Detta är tecknet för det förbund jag instiftar mellan mig och er och alla levande varelser ni har med er, för alla kommande släktled: ¹³min båge ställer jag bland molnen. Den skall vara tecknet för förbundet mellan mig och jorden. ¹⁴När jag hopar moln över jorden och bågen blir synlig bland molnen, ¹⁵då skall jag tänka på mitt förbund, förbundet mellan mig och er och alla levande varelser av alla slag, och aldrig mer skall vattnet bli till en flod som utplånar alla varelser. ¹⁶När bågen står bland molnen skall jag se den och tänka på det eviga förbundet mellan Gud och alla levande varelser av alla slag på jorden.” ¹⁷Och Gud sade till Noa: ”Detta är tecknet för det förbund som jag upprättar mellan mig och alla varelser på jorden.”

Psalm 104

¹Lova Herren, min själ!
Mäktig är du, Herre, min Gud,
i höghet och härlighet är du klädd,
²du sveper dig i ljus som i en mantel.
Himlen har du spänt ut som ett tält,
³ovan skyn har du timrat din sal.
Du gör molnen till din vagn
och far på vindens vingar.
⁴Du gör vindar till dina sändebud
och eldslågor till dina tjänare.
⁵Jorden har du ställt på stadig grund,
den kan aldrig i evighet rubbas.
⁶Urhavet täckte den som en klädnad,
vattnet stod högt över bergen.
⁷Det flydde för ditt rytande,

när du dundrade tog det till flykten,
8uppför bergen, ner i dalarna,
och stannade där du bestämt.
9Du satte en gräns för vattnet:
aldrig mer skall det täcka jorden.
10Du låter källor rinna upp och bli till strömmar
som forsar fram mellan bergen.
11De ger vatten åt alla markens djur,
vildåsnor släcker där sin törst.
12Vid dem häckar himlens fåglar
och sjunger bland täta löv.
13Du vattnar bergen från din sal,
jorden mättas av allt vad du ger.
14Du låter gräs växa för boskapen
och örter till människans tjänst.
Så frambringas föda ur jorden
15och vin, som gör människan glad,
olja, som ger hennes ansikte glans,
och bröd, som ger henne styrka.
16Libanons cedrar släcker sin törst,
Herrens träd, som han planterat.
17Där har fåglar sina reden,
i deras kronor har hägern sitt bo.
18De höga bergen är stengetens hem,
klyftorna ger klippgrävlingen skydd.
19Du gjorde månen, som visar årets tider,
och solen, som vet när den skall gå ner.
20Du sänder mörker, och det blir natt.
Då myllrar alla djur i skogen fram,
21de unga lejonen ryter efter rov
och begär sin föda av Gud.
22Solen går upp, och de drar sig undan
och lägger sig ner i sina hålor.
23Människan går ut till sina sysslor
och arbetar tills kvällen kommer.
24Otaliga är dina verk, o Herre!
Med vishet har du gjort dem alla,
jorden är full av vad du skapat.
25Där är havet, det väldiga, vida,
med en myllrande skara utan tal
av djur både stora och små.
26Där stävar skeppen fram, där är Leviatan,
som du skapat till att tumla om i djupe.
27Alla sätter sitt hopp till dig,
du skall ge dem föda i rätt tid.
28Du ger dem, och de tar emot,
du öppnar din hand, och de äter sig mätta.
29Du döljer ditt ansikte, och de blir förskräckta,
du tar ifrån dem deras ande, och de dör
och blir åter till mull.
30Du sänder din ande, då skapas liv.
Du gör jorden ny.
31Må Herrens ära bestå för evigt,
må Herren glädja sig över sina verk.
32När han ser på jorden skälver den,
rör han vid bergen börjar de ryka.
33Jag vill sjunga till Herrens ära så länge jag lever,

lovsjunga min Gud så länge jag är till.

³⁴Må min bön behaga Herren,

må jag få glädjas över honom.

³⁵Må syndarna försvinna från jorden,

de onda inte längre finnas till.

Lova Herren, min själ! Halleluja!

Det är den drömmen av Olav H Hauge

Olav levde mellan 1908–1994 i Norge, och tillbringade sina dagar med att odla äpplen, och att skriva och läsa poesi.

Det är den drömmen vi bär på
Att något vidunderligt ska ske,
Att det måste ske – Att tiden ska öppna sig
Att hjärtat ska öppna sig
Att dörrar ska öppna sig
Att berget ska öppna sig
Att källor ska springa –
Att drömmen ska öppna sig,
Att vi en morgonstund skall glida in
I en vik vi inte känt till.¹⁷

MÅNDAG: En dag om uppbrott, rastlöshet, äventyr, och vägsål.

FRÅGA : Vad är det som är döende?

Inspiration

Så ger vi oss ut i det okända, mot okända rastplatser, okända landskap, ännu inte kända vänner. Ett äventyr och ett avbrott ur det vardagliga. Vi går på led efter många som gått före oss, kristna och ur andra andliga traditioner, som söker *leva i världen, men inte av den*.

Ordet pilgrim, eller *peregrinus*, kommer ur två ord: per = genom, och ager = land. Pilgrimen är en främling i landskapet. Och hon är på genomresa, sökande efter något bestående, något sant, heligt och okränkbart. Pilgrimslivet i en kristen kontext har inneburit ett liv i en slags exil ur det jordiska livet, på väg mot en hemort i det himmelska landet, eller: ett hem i evigheten. Vandrandet innebär en möjlighet att som människa leva på jorden i Kristi efterföljd – i enkelhet, med lätt avtryck, i tacksamhet, och samtidigt veta att hennes djupaste identitet härstammar från ett urhem, det himmelska. *Att leva i världen, men inte av den*.¹⁸

Vi går ut i en enorm frihet. Att kunna ge sig iväg för att söka sin djupaste identitet. Men denna frihet och denna tillhörighet, som vi tar med oss på vår första vandringsdag, innebär också uppbrott och drivs av en viss rastlöshet. Visste vi att det heliga var förlagt också inom oss, att vårt djupaste vara är en okränkbar del av Gud, skulle vi kanske kunnat stanna hemma?

Eller kan det vara så att vi har blivit främlingar i vår egen kultur? En kultur som i mycket hämtar sin näring ur en slags döds-kult. För fossilt bränsle är döda djur och oljeberoendet skjuter iväg oss ut i rymden och lämnar kemiska spår som också dödar: människor, djur och annat liv på vår vackra jord. Det finns ingen väg undan det faktum att vi som lever våra liv i väst har del av denna mångfaldens död till följd av vår enfald, och vi måste sörja och söka göra botgöring för detta. Kanske är det skulden som driver oss ut, att vår vandring är en del av botgöringen.

¹⁷ *Det är den drömmen*, i "Vi är ombord" urval Kjell Bengtsson, Gerd Nattsén Cordia 1999 s 29

¹⁸ *Pilgrimsliv – handbok för vandrare*. Hans-Erik Lindström, Verbum 2022, s 21–24

Men finns det också en död som går att bejaka? Vissa saker i vår kultur måste få komma till ro och låtas dö, lämna, för att världen ska leva. Drömmarna om att fara runt, runt bara för skojs skull: runt jorden, ut i rymden, ner till havsbotten. Drömmarna om den nyaste elbilsmodellen, ännu billigare kläder, större biffar på tallriken. De drömmarna kan gott få falla till botten och bli till sediment, fossileras, och vem vet, kanske bli till energi för framtida släkten.

Med oss på vandringen har vi inledningsorden till barnens gudstjänst i Masthuggskyrkan.

En röst: Jag är inte stormen

Alla: Jag är inte stormen

En röst: Jag är ingen jordbävning

Alla: Jag är ingen jordbävning

En röst: Jag är inte elden

Alla: Jag är inte elden

En röst: Jag är den stilla susningen

Alla: Jag är den stilla susningen

Inspirationen till dessa inledningsord kommer från profeten Elias liv, som i djup ånger över hur han skadat sina medmänniskor inte ville leva mer. Han förväntade sig Guds vrede, men möttes av en susning. (1a kung 19)

Tillsammans får vi öva oss på att stämma örat till en inre och yttre rörelse, en stilla vind och varsam längtan. Att lyssna, inte till de som skramlar mest och skapar mest kaos, utan till den stilla susningens kraft som tar sig runt alla hårda hörn, kantiga argument, isiga hjärtan. Medvetna om att Gud alltid är större än våra bilder av Gud, unnar vi oss att gå med den Gud som säger: "Kom till mig, alla ni som är tyngda av bördor; jag skall skänka er vila. Ta på er mitt ok och lär av mig, som har ett milt och ödmjukt hjärta, så skall ni finna vila för er själva. Mitt ok är skonsamt och min börda är lätt." *Matt 11:28–30*

Inspiration ur havet – HAVSBOTTEN

Det internationella djuphavet tillhör hela mänskligheten tillsammans, och täcker nästan halva jordens yta. De mineraltöta havsbottenarna är väldigt stora och utlovar fyndigheter som, enligt Havs- och vattenmyndigheten, behövs till den gröna omställning som världen påbörjat. Ett av dessa områden är Centrala Indiska Oceanen, där fyndigheter som industrin vill använda ligger på minst 3 000 meters djup.¹⁹

Även den norska regeringen annonserade i juni 2023 planer för utvinning av djuphavsmineraler i ett enormt område mellan Grönland och Norge. Området som de föreslår att öppna för gruvdrift är över sex gånger större än Danmark, och hemvist för valar, sjöfåglar, fiskstim och ett stort antal djuphavslevande varelser och djur.²⁰

Bottenarna i djuphavsgravarna är lika innefattade i kretsloppet som en grav på kyrkogården. Ty av den jord som Gud formade oss en gång, till den jord skall våra kroppar, ja all materia, återgå. (1 Mos 2:7) Allting ingår i den cirkulära rörelsen från uppbyggelsen till nedbrytning till uppbyggelse igen.

Metodinspiration

På vandringens första dag får vi reflektera över icke-görandet. Att välja sina strider är nödvändigt för att leva ett någorlunda balanserat liv. Att ibland träda tillbaka, och därmed lämna en plats öppen, kan göra att någon annan kan träda fram. Att göra saker långsamt i en tid som gärna premierar effektivisering och acceleration, blir till en form av motstånd. Att träda tillbaka, andas lugnare, skänker dig en klarare blick, ett större lugn, och en bättre urskilningsförmåga. Vad bör jag göra? Vilka kamper är mina att utföra?

Laila Spik skriver utifrån den samiska traditionen och vad hon lärt sig av sin far, Jovva Spik, om en god livshållning: "Stanna upp för ett ögonblick i alla dina göromål och tänk efter, vad är det du sätter

¹⁹ Tar fram miljöplan för gruvdrift på havsbotten – Aktuellt – Havs- och vattenmyndigheten 4/5/2023 havochvatten.se

²⁰ Norge vill öppna upp för gruvdrift på havsbotten i Arktis – Därför är det en dålig idé – Greenpeace Sweden 12/10/2023 greenpeace.org

främst? Är det arbete? Är det att leva? Är det dina önskningar, dina begär? Du behöver ge saker och ting dess rätta rang, för att kunna handla klokt.”²¹

Bibelinspiration – Jesaja 24:4–13

4Jorden sörjer och vissnar,
hela världen förtorkar och vissnar,
jordens höjder förtorkar.
5Jorden har vanhelgats av dem som bor där:
de har överträtt lagarna,
kränkt rätten,
brutit det eviga förbundet.

6Därför fräter förbannelse jorden
och de som bor där får bära sitt straff.
Därför blir jordens invånare färre,
bara en liten rest blir kvar.

7Vinet sörjer,
vinstocken vissnar,
de förr så glada suckar.

8Borta är tamburinernas muntra ljud,
det är slut med fest och glam,
borta är lyrans muntra toner.

9Ingen sjunger vid dryckeslag,
vinet har en bitter smak.

10Staden ligger skövlad och öde,
alla hus har bommats till.

11Där ute hörs klagoskrin, vinet är slut.
Glädjen har slocknat,
all fröjd har flytt ur landet.

12Bara förödelsen är kvar i staden,
porten är slagen i spillror.

13Ty det skall bli på jorden, bland folken,
som när oliverna skördats
och de sista druvorna plockats.

Psalm 143:6–10

6Jag sträcker mina händer mot dig,
öppnar mig som törstig jord.

7Herre, skynda att svara mig,
jag orkar inte mer.

Dölj inte ditt ansikte för mig,
då blir jag lik dem som lagts i graven.

8Låt mig var morgon möta din trofasthet,
ty jag förtröstar på dig.

Visa mig den väg jag skall gå,
jag sätter mitt hopp till dig.

9Herre, rädda mig från mina fiender,
jag flyr till dig.

10Lär mig att göra din vilja,
ty du är min Gud.

Må din goda ande leda mig
på jämn mark.

²¹ Den samiska vandringsrösten. Jag är kunskapen Anna Borenstein, Laila Spik. Svenska förlaget 2002, s 205

Det finns nätter som är så stilla av RS Thomas

RS Thomas levde 1913–2000, och verkade som poet och anglikansk präst framförallt i Wales. Dikten är hämtad ur diktsamlingen *Echoes Return Slow* från 1988.

Det finns nätter som är så stilla
att jag kan höra Minervauggla ropa
långt borta och en räv skälla
i fjärran. Det är under dessa öde
timmar jag ligger vaken och lyssnar
till dyningen som fötts ute på Atlanten,
som stiger och sjunker, stiger och sjunker
våg efter våg mot den långa stranden
vid byn som ligger försänkt i mörker
och enslighet. Då kommer tanken
på denne andre som också är vaken
och låter våra böner svalla mot honom,
inte som här under några timmar,
utan i dagar, i år, i evighet.²²

TISDAG: En dag om sorg, saknad, och rötter

FRÅGA : Vad är det att vara människa?

Vad behöver du för att känna dig mänsklig?

Inspiration

Vad vill vi med våra liv? Med all vår strävan, all vår ambition? Och vad vill jorden av oss?

I sin uppmärksammade skrift om skapelse, ekologi och klimatkris från 2015, *Laudate Si* uppmuntrar Påve Franciscus oss att fundera över dessa frågor. Att vara människa, menar han, förklaras i skapelse-berättelsen med att vi lever i en ofrånkomlig och livgivande relation till Gud, våra medmänniskor och till jorden själv. Så är livet betingat: medberoende, interrelaterat, i ett givande och tagande.

Påven tog sitt namn från den helige Franciskus, helgon för alla djur och all natur, verksam i 1100-talets Italien. Franciskus såg naturen som en fantastisk bok genom vilken Gud talar till oss och som erbjuder glimtar av Guds oändliga skönhet och godhet. Påve Franciscus återkommer till att allt skapat är del av en helhet, och att "vi människor är förenade som bröder och systrar på en underbar pilgrimsresa, ihopvävda genom den kärlek som Gud har för alla sina skapelser och som också förenar oss i öm omsorg om broder sol, syster måne, broder flod, och moder jord."²³ Samma ord återkommer i Svensk psalm 23, *Tack Gode Gud för allt som finns*, eller Franciskus solsång.

Med hjälp av sin kollega i den ortodoxa kyrkan, biskop Bartholomew, sätter Franciscus människan på plats. I ortodox teologi är alltid fred, rättvisa och skapelsens bevarande beroende på varandra. Vi behöver därför komma ihåg våra medmänniskor, och alltid bry oss om de fattigaste.²⁴ Påven är skarp mot den som slåss mot trafficking av skyddade arter, men samtidigt är likgiltig inför trafficking av människor, och obekymrad om de fattiga. Biskop Bartholomew menar att de etiska och andliga rötterna till dagens miljöproblem måste lyftas, annars tittar vi bara på symptomen. En känsla av djup gemenskap med resten av naturen är inte verklig om våra hjärtan saknar ömhet, medkänsla och omsorg om våra medmänniskor. Bartholomew ber att vi ersätter konsumtion med självupppoffring, slösaktighet med en

²² *Minnen av eld* RS Thomas, i urval och tolkning av Ingemar och Mikaela Leckius, Artos 1997 s 111. Tryckt med tillstånd av förlaget.

²³ *Laudato si'* s 70

²⁴ *Laudato si'* s 69

anda av delande, och lär om en asketism som innebär att *ge*, och inte bara *ge upp*. Det är ett sätt att älska, av att röra sig bort från vad *jag* vill, till vad Guds värld *behöver*.²⁵

Inom den befrielseologiska rörelsen i Latinamerika, som påve Franciscus var väl förtrogen med, utvecklades en metod för rätt och rättfärdigt handlande som avser att ge behoven hos de allra mest utsatta och fattiga tolkningsföreträde. Det är också en metod som enkelt går att applicera på våra liv och val var dag.

Metoden bygger på tre steg: **se – bedöm – handla**.

Se världen som den är – inte som du skulle vilja att den var. Se sanningen i vitögat. Vik inte undan.

Bedöm – utifrån fakta och kontemplation, vad kan göras?

Handla – på ett sätt som ger hopp, för världens utsatta och vår skapelse.²⁶

I den minsta detalj i den sömlösa väv som är Guds skapelse, och i den sista lilla biten damm från vår planet möts det gudomliga och det mänskliga. Kunde vi omfamna en sådan bild av vår tillhörighet till skapelsen kunde världen få vara ett lekfullt mysterium att kontempera över med glädje och tacksamhet, snarare än ett problem att lösa.

Inspiration ur havet – STORMEN

Den snabbaste vindhastighet som någonsin registrerats kommer ur en orkanby från den tropiska cyklonen Olivia. När det passerade utanför Barrow Island, Australien den 10 april 1996 uppmätte den en hastighet av 408 km/h.

Oro över att det blåste så mycket – det var mitt första tecken på att något som förut alltid erbjudit en retreatplats: naturen, också kunde upplevas hotfullt. Men för fiskare längs kusterna var och är det en självklarhet. Havet inger respekt och kräver liv. Psalmer som Oändlig nåd (psalm 231, också känd som *Amazing grace*) och votivskeppen som hänger i kyrkorna i Bohuslän är tecken på tacksamhet och ödmjukhet inför de stormens krafter som män-ni-skan inte kan styra – även om global uppvärmning idag påverkar dess raseri.

Metodinspiration – En plats i min barndom

Föreställ dig en plats från din barndom som betydde mycket för dig. Vad var det som gjorde den platsen så speciell? Använd gärna alla sinnen för att återuppleva platsen. Hur såg den ut? Vilka ljud hördes? Vilka dofter fanns det? Hur kändes det att vara där?

Solastalgi är ett nyord som kan hjälpa oss att tala om det lidande och den längtan som vi kan känna när våra omgivningar förändras på ett sätt som vi uppfattar som förstörelse: en hemlängtan man känner trots att man fortfarande befinner sig hemma.

Bibelinspiration – Job 28:5–28

⁵Djupt under jorden som frambringar föda
förvandlas allt som av eld.

⁶Där nere är stenen safir
och gruset är guld.

⁷Stigen dit är okänd för örnen,
falkens öga har inte sett den,

⁸den trampas inte av stolta rovdjur,
lejonet går inte där.

⁹Människan ger sig på den hårda stenen
och vänder bergen ut och in.

¹⁰Hon hugger gångar in i klippan,
och alla slags dyrbarheter blottas för ögat.

¹¹Vattenådror täpper hon till,

²⁵ Laudato si' s 16

²⁶ *Pilgrims Walk for Future. En resa mot klimaträttvisa och mot hjärtats grund*. Annika Spalde, Scandbook 2021, s 9–19.

och det som var dolt förs upp i ljuset.

¹²Men visheten, var finns den?

Var är den plats där insikten bor?

¹³Människan vet inte vägen till den,
man finner den inte i de levandes land.

¹⁴"Den är inte hos mig", säger Djupet,
och Havet säger: "Här finns den inte."

¹⁵Den kan inte köpas för guld,
inte betalas med silver,

¹⁶den förvärvas inte med guld från Ofir,
med dyrbar onyx och safir.

¹⁷Varken guld eller glas kan mäta sig med den,
den byter man inte mot gyllene klenoder,

¹⁸än mindre då mot kristall och koraller.

Att äga visheten är mer än att äga pärlor.

¹⁹Nubisk topas kan inte mäta sig med den,
den kan inte köpas med renaste guld.

²⁰Visheten, varifrån kommer den?

Var är den plats där insikten bor?

²¹Den är dold för alla levande varelser,
inte ens himlens fåglar kan se den.

²²Avgrunden och Döden säger:

"Vi har bara hört talas om den."

²³Men Gud känner vägen till den,
han vet var visheten bor.

²⁴Hans blick når till jordens ände,
allt under himlen ser han.

²⁵När han bestämde vindens vikt
och vattnets mängd och mått,

²⁶när han stadgade en lag för regnet
och fastställde åskvädrens bana,

²⁷då såg han visheten och granskade den,
lärde känna den och utforskade den.

²⁸Till människan sade han:

"Att frukta Herren, det är vishet,
att sky det onda är insikt."

Psalm 139:1–18

¹För körledaren. Av David, en psalm.

Herre, du rannsakar mig och känner mig.

²Om jag står eller sitter vet du det,
fast du är långt borta vet du vad jag tänker.

³Om jag går eller ligger ser du det,
du är förtrogen med allt jag gör.

⁴Innan ordet är på min tunga
vet du, Herre, allt jag vill säga.

⁵Du omger mig på alla sidor,
jag är helt i din hand.

⁶Den kunskapen är för djup för mig,
den övergår mitt förstånd.

⁷Var skulle jag komma undan din närhet?
Vart skulle jag fly för din blick?

⁸Stiger jag upp till himlen, finns du där,
lägger jag mig i dödsriket, är du också där.

⁹Tog jag morgonrodnadens vingar,
gick jag till vila ytterst i havet,

¹⁰skulle du nå mig även där
och gripa mig med din hand.
¹¹Om jag säger: Mörker må täcka mig,
ljuset omkring mig bli natt,
¹²så är inte mörkret mörkt för dig,
natten är ljus som dagen,
själva mörkret är ljus.
¹³Du skapade mina inälvor,
du vävde mig i moderlivet.
¹⁴Jag tackar dig för dina mäktiga under,
förunderligt är allt du gör.
Du kände mig alltigenom,
¹⁵min kropp var inte förborgad för dig,
när jag formades i det fördolda,
när jag flätades samman i jordens djup.
¹⁶Du såg mig innan jag föddes,
i din bok var de redan skrivna,
de dagar som hade formats
innan någon av dem hade grytt.
¹⁷Dina tankar, o Gud, är för höga för mig,
väldig är deras mångfald.
¹⁸Vill jag räkna dem är de flera än sandkornen,
när jag till slutet är jag ännu hos dig.

Namnet Människa av Stig Dagerman

Stig Dagerman levde en kort tid, 1923–1954, men skrev som författare, journalist och poet många oförglömliga dikter.

Så är det natt och folk går över en å,
fast det är egentligen förbjudet.
Och det är en konstig å,
ty den skiljer en värld från en annan.
På ena stranden: bakom järnridån.
På andra stranden: framför.
Ack vore det ändå en ridå som på teatern.
Men detta är inte teater. Det är verklighet.
Och i verkligheten skrämmer människor
andra människor på flykt.
Och de skrämda kommer hit, över åar,
över berg, genom regn, genom natt.
De skrämda flyr från skräck till vanmakt.

De har inga namn. Vi kallar dem flyktingar.
De har inget yrke. De är flyktingar.
De har inget hem. De har läger.
De saknar allt – utom tid.
De är inte ovälkomna – men heller inte välkomna.
De är inte gäster – men heller inte främlingar.
De är flyktingar. Så heter deras folk, deras ras,
deras yrke.

Förstod vi deras språk skulle vi höra de säga:
Ge oss en fast punkt på jorden –
och vi ska få den att blomma.
En flod har sin bädd, ett träd sin skog
och en myra sin stack.
Men vårt folk som kallas flyktingar

har inte en handfull jord
om vilken vi kan säga: Den är vår.

Så ge oss en handfull jord och ge oss en fast punkt
och ge oss ett annat namn.

Namnet: Människa.²⁷

ONSDAG: En dag om skönhet, förundran, och tjänande

FRÅGA : Vad längtar du till och efter?

Inspiration

Så länge kyrkorna i Sverige haft en medvetenhet om klimatkris har Stefan Edman varit där och inspirerat. Bilen – biffen – bostaden: dessa tre B utgjorde tryggheten under stora delen av 1900-talet. Stefan manade oss tidigt att se över våra utsläpp och vår energiförbrukning för de tre, och se vad du kan göra åt dem. Levde vi med samma resursförbrukning som i Sverige på 50-talet, då skulle det kunna gå bra. Stefan fortsätter inspirera. Och har nu skiftat fokus lite. Prata inte mer om någon "klimatkris," säger han. Det vi genomlever är en existentiell kris. Vi måste göra oss fria från vårt fossilberoende och gå över till hållbara och livgivande former av relationer, och, om vi kan föreställa oss det, erkänna oss till de beroenden som är förutsättning för våra liv. Vi skulle kunna börja berätta för varandra om det samhälle vi längtar efter och börja skapa gemenskaper som kan ge liv.

För Edman är en viktig praktik att ha förmåga att *förundras*. Eller, som påve Franciscus säger, förmågan att *se och uppskatta skönhet*. Lär vi inte barnen att förundras, ska vi inte vara förvånade om de senare behandlar allt och alla som ett objekt att dra fördel av och missbruka.

Stefan förundras över *lövsångaren*. Sveriges vanligaste sommarfågel, 7 gram lätt, vars nattliga färd tar den de 800 milen från Tanzania till Ljungkile med ledning av inbyggd stjärnkarta och magnetkompass. Känner du igen dess sång?

Stefan uppmuntrar oss att kontempera *klorofyll*. Det ämne som gör våren så ljust grön, som djupnar in mot sommaren, och färgas röd och torkar om hösten. Utan klorofyll skulle du inte andas. Denna gröna pigmentmolekyl samlar nämligen den solenergi som behövs för att fotosyntesen skall fungera, det vill säga växternas omvandling av koldioxid, vatten och ljusenergi till kolhydrater och syrgas.

Tänk bara, säger Stefan: det krävs 50 000 arter för att du, människa, över huvud taget skall kunna stå upprätt.

"Vad skall man göra för att vinna evigt liv?" Det frågade en lärd person Jesus. Jesus bad honom upprepa vad lagen säger. Mannen svarade: "Du skall älska Herren, din Gud, av hela ditt hjärta och med hela din själ och med hela din kraft och med hela ditt förstånd, och din nästa som dig själv. Och Jesus svarade: det är rätt. Gör det, så får du leva."

(Luk 10:25–28)

Stefan ber oss fråga oss själva: Allt vad du vill att haven. Allt vad du vill att skogen. Allt vad du vill att jorden. Allt vad du vill att fisken. Ska göra för dig. Det skall du också göra för dem. Vad gör du för dem?

Inspiration ur havet – KUSTEN

När det stormar, är kusten det som skänker hopp. Klippan som inte rubbas om än vågorna slår in och regnet piskar. Ett tänt ljus i ett fönster långt bort, och ändå nära. Här finns någon som kan rädda mig, ge mig torra kläder; hålla om, hålla i, hålla ut tills stormen bedarrat. Människa behöver människa. Och människan behöver känna sig behövd, ha en uppgift i livet, få älska. Var inte rädd att be om hjälp i denna tid.

²⁷ Namnet Människa, Stig Dagerman. Tryckt med tillstånd av Lo Dagerman.

Metodinspiration

Öva dig i tillit och tillhörighet. I *Laudate Si* skriver påve Franciscus: "som det ofta händer under perioder av djupa kriser då det krävs modiga beslut, är vi frestade att tänka att det som händer inte är helt tydligt."²⁸ Saker är otydliga, och inte vet man heller tillräckligt för att med säkerhet kunna säga något. Men det finns de som vet. Som har ägnat all sin intellektuella kapacitet, hela sina liv, till att utröna naturvetenskapens lagar. Kanske du är en av dem. Då vill vi lita på dig.

Eller så har du ägnat ditt liv åt att ge omsorg, åt konsten, åt produktion, åt att kompostera andra människors avfall. Då vill vi lita på dig också. Att säga att allt är otydligt är ett sätt att styra och hämma engagemang. Att säga att du minsann inte har alla svar är ett sätt att styra och hämma engagemang. Att ställa sig bakom forskningen – det är bra. Att lita på annan typ av erfarenhet – det är bra. Att ge röst åt de som är experter på att vara fattiga – det är nödvändigt.

Alla kan inte veta allt, men alla kan något, och alla behövs.

Metodinspiration 2: *Inquiry* med frågan "vad längtar du efter?"

Inquiry är en samtalsmetod som hjälper dig att leta dig ner på djupet i dig själv, finna dina egna svar och lita på dem, tillsammans med andra. *Inquiry* betyder "lärande genom utforskande" och det är precis vad vi gör här. Vi lär oss och bygger tillit – till oss själva. *Inquiry* bygger på att man ställer samma fråga flera gånger och att svaren fördjupas eller förändras. Likt som man skalar bort de yttersta skalorna på en lök. Under samtalets gång kan nya insikter komma och man kommer ofta närmare sig själv. Dela två och två. Låt varje person svara på frågan i fem minuter var.

Bibelinspiration – Ordspråksboken 8:1–14, 22–34

Hör, visheten ropar,
insikten låter höra sin röst.
2Hon står uppe på höjderna,
vid alla vägar och vägskäl.
3I portarna ljuder hennes rop,
vid ingången till staden:
4Människor, jag ropar till er,
jag vänder mig till alla och envar.
5Ni oerfarna, förvärva klokhet!
Ni dåraktiga, förvärva förstånd!
6Lyssna, ty det jag säger är rätt,
sanna ord kommer över mina läppar.
7Min mun säger sanningen,
mina läppar skyr det onda.
8Alla mina ord är rättfärdiga,
i dem finns inget falskt eller förvänt.
9De övertygar den insiktsfulle,
den som nått kunskap vet att de är riktiga.
10Ta emot min fostran hellre än silver,
kunskap hellre än rent guld,
11ty visheten är mer värd än pärlor,
inga skatter går upp emot henne.
12Jag, visheten, är granne med klokheten,
hos mig finns kunskap och omdöme.
13Att frukta Herren är att hata det onda.
Jag hatar högfärd och övermod,
onda handlingar och falska ord.
14Jag ger råd och skänker framgång,
hos mig finns insikt, hos mig finns kraft.

²²Herren skapade mig som det första,
som begynnelsen av sitt verk, för länge sedan.

²³I urtiden formades jag,
i begynnelsen, innan jorden fanns.

²⁴Innan djupen blev till föddes jag,
när det ännu inte fanns källor med vatten,

²⁵innan bergen fått sin grund,
innan höjderna fanns föddes jag,

²⁶när han ännu inte gjort land och fält
eller mullen som täcker jorden.

²⁷När han spände upp himlen var jag där,
när han välvde dess kupa över djupet,

²⁸när han fyllde molnen däruppe med kraft
och lät djupets källor bryta fram,

²⁹när han satte en gräns för havet
och vattnet stannade där han befallt,

när han lade jordens grundvalar,

³⁰då var jag som ett barn hos honom.

Jag var hans glädje dag efter dag
och lekte ständigt inför honom,

³¹jag lekte i hela hans värld
och gladde mig med människorna.

³²Hör nu på mig, mina barn.

Lyckliga de som följer min väg.

³³Lyssna till mina förmaningar och bli visa,
förkasta dem inte.

³⁴Lycklig den människa som hör på mig,

som vakar vid min dörr dag efter dag
och väntar vid min tröskel.

Psalm 23

¹En psalm av David.

Herren är min herde,
ingenting skall fattas mig.

²Han för mig i vall på gröna ängar,
han låter mig vila vid lugna vatten.

³Han ger mig ny kraft
och leder mig på rätta vägar,
sitt namn till ära.

⁴Inte ens i den mörkaste dal
fruktar jag något ont,
ty du är med mig,
din käpp och din stav gör mig trygg.

⁵Du dukar ett bord för mig
i mina fienders åsyn,
du smörjer mitt huvud med olja
och fyller min bägere till brädden.

⁶Din godhet och nåd skall följa mig
varje dag i mitt liv,
och Herrens hus skall vara mitt hem
så länge jag lever.

Det är vackrast när det skymmer av Pär Lagerkvist

Pär Lagerkvist föddes 1891 i Växjö, och blev en högt uppskattad poet under sitt liv. Denna dikt är från diktsamlingen *Kaos* som kom ut 1919.

Det är vackrast när det skymmer
All den kärlek himlen rymmer
ligger samlad i ett dunkelt ljus
över jorden,
över markens hus.

Allt är ömhet, allt är smekt av händer.
Herren själv utplånar fjärran stränder.
Allt är nära, allt är långt ifrån.
Allt är givet människan som lån.

Allt är mitt, och allt skall tagas från mig,
inom kort skall allting tagas från mig.
Träden, molnen, marken där jag går.
Jag skall vandra –
ensam, utan spår.²⁹

TORSDAG: En dag om hemkomst, cirkularitet och tillhörighet

FRÅGA: Hur vet du att du är hemma?

Inspiration

Vi börjar närma oss platsen där vår vandring avslutas. Tankar om vad som väntar oss där hemma och hur det kommer kännas att komma hem kanske börjar ta plats i vårt inre. Vardagen, om den finns, gör sig påmind. Hemmet, om det finns, tar oss i anspråk.

Idag får vi gå med inspiration från *Faith Voices for Ecocide law*, trobaserade röster för lagen om ekocid. De menar, precis som Stefan Edman, att den ekologiska krisen är en existentiell kris; en kris i vår förståelse av vår plats på jorden.

Som en bred grupp troende människor skriver de:

- * vi är allvarligt oroad över den pågående förstörelsen av vårt hem, jorden
- * vi kräver ett globalt svar för att förhindra massförstörelse och förstörelsen av ekosystemen, dvs ekocid
- * vi stödjer skapandet av lagliga skydd av jordens liv genom att inkludera ekocid som ett av brotten mot fred under Romstadgan vid den Internationella domstolen i Haag (ICC).

Vi har ett val nu, fortsätter de, att bli till helare, omsorgsgivare, och medskapare i en levande helhet. Att skifta relation mellan mänskligheten och naturen från skadlig till harmonisk ... Under tusentals år har trobaserade traditioner förmedlat berättelser till mänskligheten för att vi ska förstå vilka vi är. Som troende människor omfamnar vi en världsbild som innefattar de som kom före oss och de som kommer komma efter oss. Moder Jord, Skapelsen, har alltid gett oss allt vi behöver: luft att andas, vatten att dricka och mat att äta. Vi behöver respektera och skydda jorden för att hon, vårt hem, skall fortsätta vara gästvänlig, överflödande och vacker även i framtiden.³⁰

²⁹ Tillstånd för publicering ansökt hos Lagerkvist estate.

³⁰ *Faith Voices for Ecocide Law*. Pella Thiel, ed. TMG Stockholm 2022 s 13; övers. Lisa Westberg

Bland denna trosgemenskap finns flera representanter från ursprungsbefolkningar. Människor som vet något om att vara från en plats, beroende av en plats, och som ofta erfarit den ekonomiska tillväxtens och välfärdssamhällets brutala baksida.

Här är en dikt från en Hopi-äldste, från the Oraibi nation Arizona.

Du har sagt till folk att nu är den 11e timmen. Nu måste du gå tillbaka till dem och säga att detta är timmen. Och det finns saker att tänka på.

Var lever du? Vad gör du? Vilka är dina relationer? Är du i rätt relationer? Var finns ditt vatten? Lär om din trädgård. Det är dags att tala din sanning. Skapa din församling.
Var bra för varandra. Och leta inte utanför er själva för en ledare.

Sen slog hon ihop sina händer och sa: Det här kunde vara en bra tid! Det finns en flod som forsar fram väldigt fort. Den är så stor och snabb att det kommer finnas de som är rädda. De kommer försöka hålla fast vid strandkanten.

De kommer känna att de dras isär och de kommer lida mycket.

Vet då att floden har sitt mål. De äldre säger att vi måste släppa strandkanten, vi måste skjuta oss mot mitten av floden, hålla våra ögon öppna, och våra huvuden ovanför vattenytan. Och jag säger er, se vem som är där med dig och gläds.

Vid denna tidpunkt i historien, ska vi inte ta något personligt. Minst av allt oss själva. För den stunden vi gör det, stannar vår andliga växt och vår resa upp. Den ensamma vargens tid är över. Samla er! Överge ordet kamp från ditt liv och ditt språkbruk.

Allt vi gör nu måste vi göra heligt, och som en ritual.

Vi är de vi har väntat på.

Hopi elder, Oraibi Nation, Arizona.³¹

Inspiration ur havet – TONFISKEN

I vattnet utanför Ljungskile har man fått fint besök av den blåfenade tonfisker igen. De har inte setts till i våra vatten på över 70 år. Efter att man under många år fram till 1952 kunde ta upp 300–400 tonfiskar per år, var de plötsligt borta. Maxvikten på denna jättefisk är över ett halvt ton och när den jagar kommer den upp i hastigheter kring 70 km/h. Från Mexikanska bukten och östra medelhavet, söker den sig nu åter tillbaka till vårt nordliga hem för lek och för att söka föda.

Hur hittar den hem, och varför kommer den hit? Ja, det är frågor som tillhör djupet. Människan vet inte. Men tonfisker vet. Att det har varit gott för dem att vara vid Bohusläns kust, och att det kan bli det igen.

Metodinspiration

Fundera över vilka sammanhang du finns i.

*Hur ser dina sociala nätverk ut. Familj, närstående djur, vänner, jobb, föreningar, engagemang.

*Var är din plats i den hierarki av ekonomiska resurser som påven uppmuntrar oss att tänka på. Har du vad du behöver? Är du nöjd med de resurser du har?

*Var är din plats i den ekologiska väven? Var tar du ditt vatten ifrån? Var kommer din mat ifrån, vem odlar den och skördar den och eventuellt avlivar den? Vart tar ditt avlopp vägen, din skit?

*Vems tro är du bärare av? Vem har lärt dig det du tror på, hur bär du vidare till nästa generation?

*Fundera också på: en gång kommer du vara någon som levde för länge sedan. Vilka avtryck vill du lämna till de som ska vandra i dina fotspår?

Bibelinspiration – Job 38:4–13

⁴Var var du när jag lade jordens grund?

Låt höra, om du vet och kan!

⁵Vem bestämde dess mått? Det vet du nog!

Vem spände mätsnöret över den?

³¹ Källa okänd. Översättning Lisa Westberg

⁶Var fick dess grundvalar fäste,
vem lade dess hörnsten,
⁷medan alla morgonens stjärnor sjöng
och gudasöner jublade?
⁸Vem satte portar som spärr för havet?
När det bröt fram ur moderlivet
⁹och jag gav det molnen till kläder
och dimman till lindor,
¹⁰satte jag för det en gräns
och stängde med portar och bommar.
¹¹Jag sade: "Hit men inte längre,
här skall dina stolta vågor hejdas."
¹²Har du någonsin kallat fram morgonen,
har du visat gryningen dess plats,
¹³när den skall gripa om jordens hörn
och skaka bort de onda?

Psalm 68:10–14, 20–21

Ett ymnigt regn lät du falla, o Gud,
ditt kraftlösa land gav du styrka.
¹¹Där fick din skara bo,
du sörjde för de arma i din godhet, o Gud.
¹²Herren har sagt sitt ord,
en här av kvinnor sprider segerbudet.
¹³Kungar och härar flyr, de flyr,
husfrun fördelar bytet.
¹⁴Skall ni då ligga stilla i fållorna?
Duvans vingar är täckta av silver
och fjädrarna av rödaste guld ...
²⁰Lovad vare Herren dag efter dag!
Han bär vår börda, Gud är vår räddning.
²¹Vår Gud är en räddande gud,
Herren, vår härskare, för oss bort från döden.

When I Was the Forest av *Mäster Eckhart*

Denna poet är också en av medeltidens mest uppskattade mystiker. Eckhart von Hochheim, tysk dominikanermunk, som levde 1260–1327.

When I was the stream, when I was the forest, when I was still the field, when I was every hoof, foot, fin and wing, when I was the sky itself.

Noone ever asked me did I have a purpose, noone ever wondered was there anything I might need, for there was nothing I could not love.

It was when I left all we once were that the agony began, the fear and questions came, and I wept, I wept. And tears I had never known before.

So I returned to the river, I returned to the mountains. I asked for their hand in marriage again, I begged – I begged to wed every object and creature.

And when they accepted, God was ever present in my arms. And God did not say, where have you been? For then I knew my soul – every soul – has always held God.³²

³² Källa okänd.

FREDAG: En dag av protest, seger, fest

FRÅGA: Vågar du vara glad?

Tillåter du dig att satsa, vinna, festa?

Inspiration

Livet pågår här. Hela tiden. Kretsloppets rörelser, naturens cykler, kroppens förfall och uppbyggelse. Att lära sig allt fler praktiker som stärker en cirkulär förståelse av vår plats på jorden har stort värde. Att källsortera, kompostera sitt avfall, att återskapa relationer som bär frukt och söka förändra de som förstör. Att ta större delen av sin energi från förnybara källor, och från regenerativa jordbruk.

Inspirationen till temat på PWFF 2025 hämtades från intervjustudien *Livet som pågår här – samtal om klimatet och omställningen*. Författarna Lisa Pelling och Marika Palmér Rivera har samtalat med sammanlagt 202 personer i Sollefteå, Ljusdal, Hultsfred och Fagersta som valt att stanna kvar i orten trots att tågen inte längre stannar på stationen och sjukhusen lagts ner. En får tro att de har så mycket att förlora att de inte vill ge sig av, bryta upp. Att de trivs och värnar om sin plats.

"De gjorde i ordning rälsen för ett par år sen, och då tänkte jag: Fan vad kul, nu ska tåget stanna här! Men nej, de gjorde i ordning för att tåget skulle kunna gå snabbare genom Målilla." 35-årig man i Målilla, Hultsfred.³³

Genom intervjuerna påminns läsaren om att alla människor verkligen vill sina barn det bästa. Vi påminns också om att svenska folket – även de i landsort och avfolkningsbygd – vill se tydligare politik och mer styrning för att *alla* ska kunna leva hållbara liv. Och att den klimaträttvisa som *Fridays for Future* kräver, även kan appliceras på vårt eget land. Vid Centrum för studier av kollektivt handlande (CeCAR) vid Göteborgs universitet har man vid ett stort antal studier kommit fram till att de viktigaste variablerna för människors inställning till klimatpolitik är rättvisa och upplevd effektivitet. Med rättvisa menas här till exempel i vilken mån människor upplever att klimatpolitiken behandlar människor jämlikt och likvärdigt i förhållande till deras behov, eller att beslutsprocesser genomförs på ett rättvist sätt där de som berörs av besluten får vara delaktiga.

Pelling och Rivera menar att behovet av rättvisa och jämlikhet inte får tillräckligt utrymme i debatten. Fokus ligger på livsstilsfrågor, vilket flyttar klimatdebatten från produktion till konsumtion, från gemensamt till individuellt ansvar, och bort från politiken.³⁴ Men det finns en elefant i klimatomställningsrummet, menar de: Ojämligheten. Ökad ojämlikhet gör det svårare att genomföra en rättvis klimatpolitik.³⁵

Bor man länge på en och samma plats märker man tydligare hur förändringar i temperatur och nederbörd påverkar naturen. Bor man länge på en och samma plats märker man även hur politiska beslut ofta gynnar tätbefolkade storstadsområden och långsamt utarmar möjligheten att bo i landsort. Men det är svårt för människor att prata om omställning, menar Pelling och Rivera. Det finns en brist på språk. Författarnas slutsats är: samtalet måste fortsätta, och de avslutar sin bok med: *Vill du ha mer kaffe?*³⁶

Inspiration ur havet – HAVSYTAN

Livet bland människor kan ibland te sig ytligt. Vi känner oss som främlingar bland andra och i kulturen, och ingen känner riktigt ditt riktiga jag. Samtidigt bör man värna det som ibland kallas civilisationens fernissa. Den norm av respekt, av gemensamt hållna medmänskliga värderingar, av den möjlighet till trygghet och förutsägbart som kommer med normer och lagar.

³³ Livet som pågår här. Samtal om klimatet och omställningen. Marika Palmer Rivera, Lisa Pelling Atlas 2024 s 83

³⁴ Livet som pågår här, s 161–162

³⁵ Livet som pågår här, s 110

³⁶ Livet som pågår här, s 187

Att havsnivåerna stiger till följd av nedsmältning av isar och till följd av uppvärmningen kräver såklart vår uppmärksamhet. Kan det få oss att närma oss ett samtal om människans grundläggande behov som mat, rent vatten, bostad, vänskap, sysselsättning, frihet? Samtala om trygghet, och att det är något grundläggande och mänskligt, och hur trygghet kan se ut om 100 år.

Den yttersta blicken av ytan, den vid horisonten, skänker också en bild av vad det är att vara människa. Biskop emeritus i Linköping, Martin Lönnebo, lär ha sagt: *en människa skall vara som en horisont där man inte ser var jorden slutar och himlen börjar.*

Metodinspiration

Protest! Rörelsen *Den 8e dagen*, som vi inledde vandringen med, lägger till veckans rytm en dag för protest. Tillsammans med *Fridays for Future* som valde fredagen för sina strejker, väljer 8e dagen och Pilgrim's Walk for Future denna dag.

Att protestera och demonstrera ingår som en medborglig rättighet i en sund demokrati. Vi hjälps åt att hitta former för protest och motstånd mot det som bryter ner. Syftet är att vända opinionen, påverka politiken och stärka tron på att förändring är möjlig.

Ett recept för att påbörja en förändring är ett bra samtal där vi lär oss något nytt, blir berörda och får förslag på något vi kan göra. Tänk: Huvud, hjärta, händer. Oavsett om du pilgrimsvandrar med Pilgrims Walk For Future eller inte så är din vandring en rörelse för hållbarhet.

Bibelinspiration – Ordspråksboken 30:4–15, 24–28

Vem har stigit upp till himlen och kommit ner igen?

Vem har fångat vinden i sina kupade händer?

Vem har knutit in vattnet i sin mantel?

Vem har märkt ut jordens gränser?

Vad heter han, vad heter hans son – vet du det?

⁵Alla Guds ord är utan slagg,
han är en sköld för dem som flyr till honom.

⁶Lägg ingenting till hans ord,
så att han inte kan anklaga dig för lögn.

⁷Två saker ber jag dig om,
neka mig dem aldrig till min död:

⁸Håll falskhet och lögn ifrån mig,
och gör mig varken fattig eller rik.

Ge mig bara mitt beskärda bröd,
⁹gör mig varken så mätt att jag förnekar dig
och säger: "Vem är Herren?"
eller så utblottad att jag stjäl
och kränker min Guds namn.

¹⁰Förtala inte slaven hos hans herre,
då förbannar han dig och du får ditt straff.

¹¹Det finns de som förbannar sin far
och inte välsignar sin mor.

¹²Det finns de som tror sig vara rena
men inte har tvättat av sig sin smuts.

¹³Det finns de som har stolta ögon
och kastar högmodiga blickar.

¹⁴Det finns de som har svärd till tänder
och knivar till käftar, de vill äta de svaga ur landet,
de fattiga från deras jord.

¹⁵Blodigeln har två döttrar: Mer! och Mer! ...

²⁴Fyra är det som är små på jorden
och ändå visast bland de visa: ²⁵myran är utan styrka
men samlar sin föda om sommaren,

²⁶klippgrävlingen är utan kraft
men bygger sitt bo i klyftorna,

²⁷gräshoppan har ingen kung

men rycker fram i slutna led,
28Ödlan kan fångas med händerna,
ändå finns den i kungens palats.

Psalm 103:1–18

1Av David.

Lova Herren, min själ,
hela mitt jag vill prisa hans heliga namn!

2Lova Herren, min själ,
minns allt det goda han gör:

3han förlåter alla mina synder
och botar alla mina sjukdomar,

4han räddar mig från graven
och kröner mig med nåd och barmhärtighet,

5han fyller mitt liv med allt gott,
och jag blir ung på nytt som en örn.

6Herren handlar rättfärdigt
och ger de förtryckta deras rätt.

7Mose fick lära känna hans gärningar,
Israels folk hans verk.

8Barmhärtig och nådig är Herren,
sen till vrede och rik på kärlek.

9Han går inte ständigt till rätta med oss,
hans vrede varar inte för evigt.

10Han handlar inte mot oss som vi förtjänat,
han ger oss inte våra synders lön.

11Ty så hög som himlen välver sig över jorden,
så väldig är hans nåd över dem som fruktar honom.

12Så långt som öster är från väster,
så långt från oss förvisar han vår synd.

13Som en far visar ömhet mot barnen,
så visar Herren ömhet mot dem som fruktar honom.

14Ty han vet hur vi är skapade,
han minns att vi är mull.

15Människans dagar är som gräset:
hon spirar som blomman på marken,

16Så sveper vinden fram, och den är borta,
platsen där den stod är tom.

17Men evigt varar Herrens nåd
mot dem som fruktar honom.

Hans trofasthet når till kommande släkten,

18när man håller hans förbund
och minns vad han befallt och lyder.

Efter en lång torka av Thomas Tranströmer

”Sanningsbarriären” heter diktsamlingen som denna dikt kommer från. Den publicerades 1978.
Och Thomas, han levde 1931–2015, och har hjälpt många i Sverige till förtröstan.

Sommaren är grå just nu underliga kväll.
Regnet smyger ner från himlen
och tar mark stilla
som om det gällde att övermanna en sovande.

Vattenringarna myllrar mot fjärdens yta
och det är den enda yta som finns –
det andra är höjd och djup
stiga och sjunka.

Två tallstammar

skjuter upp och fortsätter i långa ihåliga signaltrummor.

Borta är städerna och solen.

Åskan finns i det höga gräset.

Det går att ringa upp hägringens ö.

Det går att höra den gråa rösten.

Järnmalm är honung för åskan.

Det går att leva med sin kod.³⁷

LÖRDAG: Marknad, produktion och konsumtion, lek

FRÅGA: Vad är det du redan vet om ditt liv?

Vilken väg går du härifrån?

Inspiration

Mer fest än protest! Det är en av omställningsrörelsens viktigaste deviser.³⁸ Vad vi vet har vi ju bara ett liv och det livet måste vara gott att leva. Ja, kanske ska vi till och med tänka lite mer på vad som faktiskt är njutbart och lustfyllt för oss. För det är ju inte säkert att det kommer handla om sådant som är skadligt, som girighet, våld, maktmissbruk, slöseri. Det *kan* ju komma att handla om förundran, vänskap, nakenbad, ekologisk mat, varma vindar.

Kristen andlighet förkroppsligar värdet av vila och fest. Vila öppnar våra ögon för en större bild och ger oss en förnyad känslighet för andras rättigheter. Den delade måltiden, i all enkelhet, tillsammans med andra, föder in i hela arbetsveckan och motiverar oss för en större omsorg om naturen och de fattiga. Hur som, vi lever redan våra liv. Livet pågår här, hela tiden.

Nu behövs sammanhang där medborgare och politiker och makthavare kan dela insikten om krisens allvar, de förknippade målkonflikterna och de känslor det väcker, menar Pelling och Rivera. Vi behöver börja tala om medborgare och inte bara om individer eller konsumenter. Och samtalet behöver fortgå.³⁹ Vi hoppas att du skall känna att du redan vet tillräckligt om vad du längtar till och behöver efter denna vandring. Vi hoppas också att du skall känna dig stärkt av en gemenskap av människor som är redo för och vill förändring. Att du har fått erfara vilken skillnad det gör när vi säger till varandra hur vi vill, och behöver, att världen ska vara.

Inspiration ur havet – HAMNEN

Hamnen är bilden för människans aktivitet och kreativitet. Här sker handel, här förbereds för produktionen, här förhandlas priser, här beskådar vi varandra.

Varken pengar eller marknaden är ett bekymmer i sig. Människan har alltid haft utbyte mellan varandra och inspirerats av varandra. För den fattiga är pengar i centrum när det inte finns några. Därför är det nödvändigt att fundera på hur mycket makt och tilltro vi som individer, och ännu viktigare, som samhälle ger till pengar och marknaden i våra liv. Naturens resurser har sina gränser. Människans villighet till slaveri och förljugenhet likaså. Att leva i lögn tär på envar. Och just nu lever vi i en kultur som fortfarande hävdar att ekonomisk tillväxt är vägen till hållbara samhällen enligt den kapitalistiska modellen.

Metodinspiration

Utöva de fria valen.

Utöva din konsumentmakt. Köp lokalt, nära, hållbart. Stötta lokala näringar. Det som kostar mer nu kan kosta mindre sedan.

³⁷ Tranströmer, Thomas "Efter en lång torka," ur diktsamling Sanningsbarriären 1978. Publicerad med tillstånd från ALIS

³⁸ För mer info, se *Omställningsnätverket / Vi ställer om på riktigt* omställning.net

³⁹ *Livet som pågår* här s 133

Sluta var enskild och gå ihop med andra för att tillsammans sträva efter en livsstil som tillåter hav och natur att återhämta sig. Gör medvetna val, inte bara som konsument utan också som producent, medmänniska, relationsvarelse. Organisera dig med andra för att förändra politiken!

Påminn dig om att du är en fri människa. Och även om du beläggs med kedjor, är din ande fri.

Öva på att vinna och segra. Inte bara kämpa och sträva. Enligt en modell för *community organizing*, Bergsmodellen, måste vi tänka strategiskt och i steg för att orka. Sätt upp ett högt mål, dit vi ska. Svenska kyrkan ska till exempel vara helt fri från fossila utsläpp i alla sina verksamheter till 2030. Och så sätter du upp delmål. Flera stycken, på vägen mot det stora målet. Och varje gång ett delmål har uppnåtts, ska det festas och firas.

Bibelinspiration – Predikaren 5:9–19

Den som älskar pengar blir aldrig mätt på pengar, och den som älskar rikedom får aldrig nog. Även detta är tomhet. ¹⁰Ju större förmögenhet, desto fler som tär på den. Vilken glädje ger den ägaren annat än ögats glädje? ¹¹God är arbetarens sömn, han må äta litet eller mycket, men den rikes överflöd ger honom ingen ro att sova.

¹²Jag har sett något ont och plågsamt under solen: hopsparad rikedom blir sin ägares olycka. ¹³Trots hans tunga arbete går rikedomens förlorad, och får han då en son har han inget att ge honom. ¹⁴Lika naken som han kom till världen går han åter bort: så som han kom, så skall han gå. Ingenting får han ta med sig på färden av allt vad han med möda har förvärvat. ¹⁵Ja, detta är något ont och plågsamt: sådan han kom får han gå härifrån. Vad har han för glädje av sin strävan efter vind? ¹⁶Alla hans dagar är mörker och sorg, djupaste missmod, sjukdom och förbittring.

¹⁷Jag har också sett något annat: det är gott och skönt för människan att äta och dricka och finna glädje mitt i all sin möda under solen, de dagar som Gud har gett henne att leva. Det är hennes beskärda del. ¹⁸När Gud ger en människa gods och guld och förmåga att njuta av det, ta ut sin del och vara glad under sin möda, då är det en gåva från Gud.

¹⁹Hon tänker knappt på hur livsdagen förrinner, ty hon har fullt upp med den glädje Gud ger.

Psaltarpsalm 65

¹För körledaren. En psalm av David, en sång.

²Lovsång tillkommer dig,

o Gud, på Sion.

Vi infriar våra löften till dig,

³du som hör bön.

Till dig kommer alla människor

⁴för att bekänna sina synder.

När vår skuld blir oss för tung

förlåter du oss.

⁵Lycklig den utvalde

som får komma dig nära

och vara på dina förgårdar.

Vi mättas av det goda i ditt hus,

av det heliga i ditt tempel.

⁶Förunderligt svarar du oss och ger seger,

Gud, du som räddar oss,

du tillflykt för hela jorden

och de fjärran haven,

⁷du som reste bergen med din styrka,

rustad med kraft,

⁸du som stillade havets brus,

vågornas brus och folkens larm!

⁹De som bor vid jordens ändar står häpna

inför dina mäktiga gärningar,

öster och väster fyller du med jubel.

¹⁰Du tar dig an jorden och ger den regn,

du gör den bördig och rik.

Guds flod är full av vatten.

Du får säden att växa,

du sörjer för jorden.

11Du vattnar åkerns fåror
och jämnar ut dess tiltor.
Med regnskurar gör du jorden mjuk,
du välsignar det som växer.
12Du kröner året med goda gåvor,
där du går fram gror feta skördar.
13Ödemarkens beten frodas,
höjderna klär sig i jubel.
14Ängarna smyckas av fårhjordar
och dalarna höljer sig i säd.
Allt är jubel och sång.

Små familjer av Ylva Eggehorn

Ylva Eggehorn har inspirerat så många till tro genom dikter, sammankomster och inte minst sina texter som blivit psalmer i Svenska kyrkans psalmbok. Här får vi ta del av en dikt från samlingen "Till en ny jord" från 1977. Ylva har skrivit sedan tonåren, och föddes i Älvsjö 1950.

Du skall öppna dörren
och finna ett hem

där det finns tid
där det finns ögon
som ser vem du verkligen är
det är inte storfamiljer
det är mycket små familjer

men den glädje som bor där är stor
och bordet dukas för den nya jordens skull

det finns ett hem i Betania
där Lilian säger:
"kärlek är att äta resterna från igår med tända ljus"
den vita jeepen har inga bromsar:
Jerusalem, här kommer vi!
och Birgitta:
"lidandet lär Guds barn att sjunga
i djup tonart."
medan barnen springer med slängande
skolväskor och skrik nerför gatan
det finns ett hem i Oslo
där de som har hungrat länge
sakta får vänja sig vid Livets Bröd
och Vera säger:
"Jesus kom
för att bli de smås fest"
det finns ett hem i Frankrike
där ansikte mot ansikte ...
de skapas
de uppstår
i byar och städer
i lägenheter och hus
för den nya jordens skull⁴⁰

⁴⁰ *Små familjer*, ur *Till en ny jord*. Ylva Eggehorn, Albert Bonniers förlag 1977, s 43 fråga ställd till författare

Tillsammans bygger vi hopp – interreligiös bön

Instruktioner: Hela eller delar av ordningen för interreligiös bön i Håpets katedral 2025 kan användas av representanter för olika trossamfund i interreligiösa nätverk. Bönen är formad så att man sida vid sida läser och ber från sin respektive tradition och respekterar läsningar och böner från de andras traditioner. Bara de texter och böner som finns representerade med närvarande personer i sammanhanget framförs.

Musik

Inledning

Fjällens och det öppna landskapets Gud,
skogarnas och den rika mångfaldens Gud,
sjöarnas, havens och det pulserande livets Gud,
du som är med oss där vi lever och bor,
i din närhet vill vi vara,
i ditt namn vill vi be.
(Kristen tradition, se nedan samma bön på sydsamiska)

*Vaeriej jìh guevteli Jupmele,
ràhtoej jìh gellielaaketjevoeten Jupmele,
jaevriej, mearoen jìh jielijen Jupmele,
datne mijjen lihke gusnie mijjeh årroeminie,
dov lihke jielebe,
dov nommesne rohkelibie.*

Vi är välkomna till bön och samling för våra hav, vår jord och allt som lever. Livet i havet driver globala system som gör det möjligt för människor att leva på jorden. Håpets katedral är en öppen och inkluderande mötesplats för samskapande av en hållbar framtid. I våra olika religiösa traditioner och praktiker finns resurser för att möta de utmaningar vi står mitt i. Tillsammans bygger vi hopp.

Utmaningar och möjligheter: läsning ur religioners urkunder; Judiska och kristna texter

1 Mos 1:1–4

I begynnelsen skapade Gud himmel och jord.

Jorden var öde och tom, djupet täcktes av mörker och en gudsvind svepte fram över vattnet. Gud sade: "Ljus, bli till!" Och ljuset blev till. Gud såg att ljuset var gott, och han skilde ljuset från mörkret.

Ps 65:6–14

Gud, du som räddar oss,
du tillflykt för hela jorden och de fjärran haven,
du som reste bergen med din styrka,
rustad med kraft,
du som stillade havets brus,
vågornas brus och folkens larm!
De som bor vid jordens ändar står häpna
inför dina mäktiga gärningar,
öster och väster fyller du med jubel.
Du tar dig an jorden och ger den regn,
du gör den bördig och rik.
Guds flod är full av vatten.
Du får säden att växa,
du sörjer för jorden.

Du vattnar åkerns fåror
och jämnar ut dess tiltor.
Med regnskurar gör du jorden mjuk,
du välsignar det som växer.
Du kröner året med goda gåvor,
där du går fram gror feta skördar.
Ödemarkens beten frodas,
höjderna klär sig i jubel.
Ängarna smyckas av fårhjordar
och dalarna höljer sig i säd.
Allt är jubel och sång.

Jes 24:4–5

Jorden sörjer och vissnar, hela världen förtorkar och vissnar, jordens höjder förtorkar. Jorden har vanhelgats av dem som bor där, de har överträtt lagarna, kränkt rätten, brutit det eviga förbundet.

Hos 2:18

För mitt folk skall jag den dagen sluta ett förbund med de vilda djuren, med himlens fåglar och markens kräldjur, och båge och svärd och krig skall jag utplåna i landet, så att de får bo i trygghet.

Kristna texter

Matt 6:21

Där din skatt är, där kommer ditt hjärta också att vara.

Matt 15:12

Mitt bud är detta: att ni skall älska varandra så som jag har älskat er.

Luk 6:20–21

Saliga ni som är fattiga,
er tillhör Guds rike.
Saliga ni som hungrar nu,
ni skall få äta er mätta.
Saliga ni som gråter nu,
ni skall få skratta.

Hinduisk text

I begynnelsen skapade Skaparen människorna tillsammans med offren och sade: ”Genom detta (offer) ska ni föröka er; låt detta vara er önskekälla.”

Genom att nära naturens krafter (devas) med offer, kommer dessa krafter att nära er. Genom att nära varandra, kommer ni att uppnå det högsta goda.

De naturkrafter som är nöjda med offren kommer att ge er önskade njutningar. Men den som njuter av deras gåvor utan att ge något tillbaka är en tjuv.

De rättfärdiga som äter resterna av offret blir fria från alla synder. Men de syndiga som lagar mat för sin egen skull äter synd.

Alla levande varelser uppehåller sig genom föda, som produceras av regn. Regn kommer från offer, och offer är fött ur handling.

ur Bhagavad Gita 3:10–14 – Miljöetisk tolkning (översättning Harikiran Prasad)

Buddhistisk text

Ecosattvalöften

Från min kärlek till världen och insikt i det djupa, ömsesidiga tillblivandet av alla varelser och fenomen, så åtar jag mig:

Att leva på Moder jord med mindre påverkan och mindre våldsamt genom den mat, produkter och energi jag använder.

Att förbinda mig att dagligen bidra till ett helande av världen och för alla varelsers välfärd; att se, genomskåda och förändra mänskliga system av förtryck.

Att bjuda in personligt obehag i livet som en möjlighet att ta del av utmaningen av vår kollektiva befrielse.

Att hämta inspiration, styrka och guidning från den levande planeten, föregångare och framtida generationer, samt från systrar och bröder av alla arter.

Att hjälpa andra i deras arbete för världen och be om hjälp när jag behöver.

Att upprätthålla en daglig andlig praktik som ger mitt sinne klarhet, mitt hjärta styrka och hjälper mig att leva med dessa åtaganden.

Reflektion av företrädare från religiös tradition (formas fritt av en eller flera)

Bön från olika religiösa traditioner

Rabbi Nachmans bön för fred (judisk)

Må det vara Din vilja, vår Gud och våra fäders Gud, att vi får bevittna en dag då krig och blodspillan upphör, då fred omfamnar hela världen.

Då skall folk inte lyfta svärd mot folk och aldrig mer ska det övas för krig. Jes 2:4

Då skall alla som lever på denna jord inse att vi inte har kommit till världen för bråk och konflikt, ej heller för hat, avund eller blodspillan.

Endast finns vi i denna värld för att prisa, tjäna och älska Dig för alltid.

Barmhärtige Gud, välsigna världens ledare med nådens makt. Må Du uppfylla löftet som det står skrivet:

Jag skall låta fred råda i landet, så att ni kan gå till vila utan att något skrämmer er. Jag skall göra slut på alla rovdjur i landet, och inga svärd skall härja i ert land. 3 Mos 26:6

Låt lag och rättvisa rinna fram som en mäktig flod.

Låt fred fylla jorden som vattnen fyller haven.

Och låt oss säga: Amen.

Bön för klimatet, kristen tradition

Evige Gud, hela jorden är full av din härlighet.

Till dig bär vi fram skapelsens vändor
i klimatkrisens tid.

Vi ber om nåden att få göra gott,
som dina skapade medskapare.

Jesus Kristus, du har gått på vår jord
och lever mitt ibland oss.

Gör oss känsliga för människors
och hela skapelsens lidande.

Stärk oss i arbetet för ett värdigt liv,
i rättvisa och solidaritet med dem som lever
och kommer att leva.

Heliga Ande, modets och självbesinningens kraft,
du talar till våra samveten.

Trösta oss när vi lider och plågas av ångest.

Ge oss oro när vi domnar i bekvämlighetens ro.

Skapa om oss till att bli vad vi är:

en enda mänsklighet under samma himmel.

(från Ett biskopsbrev om klimatet 2019)

Bön från muslimsk tradition

O Allah,
Du som har gjort oss till "efterträdare på jorden" (35:39),
hjälp oss att bära detta ansvar
med rättvisa och omsorg.

Skydda oss från att vara bland dem som orsakar
"fördärv på land och hav genom sina handlingar" (30:41).

Låt oss istället vara av dem som reflekterar,
ångrar sig och vänder tillbaka till Dig.

Och när världen tycks falla samman,
påminn oss om Din Profets ord:
"Om domedagen kommer medan
du håller ett trädskott i handen
– plantera det."

O Allah,
gör oss till sådana som planterar hopp
– i jorden, i hjärtan, i samhället.

Hymn till Moder Jord från hinduisk källa:

Bhūmi Sūkta (Atharvaveda 12.1, översättning -Harikiran Prasad)

Jorden är väldig; himlen strålar
genom hennes glans.
På denna Jord bor alla levande varelser.

Hon i vilken floder, hav och oceaner vilar –
Må Jorden, vår Moder, vara nådig mot oss.

Denna vida Jord, tålig oh stark,
Som bär himlens valv och luftens rymd,
Förenad med den kosmiska sanningen
och solens ljus –
Må hon välsigna oss

Jorden är min moder, och jag är hennes son.

Parjanya (regnets ande) är min far.
Må han skydda oss.
O Moder Jord,
må vi inte kränka eller förtrycka dig.

Vad jag än gräver ur dig, o Jord,
Må det snabbt växa upp igen.
O renare, må vi aldrig skada ditt innersta
eller ditt hjärta.

Vad jag än lägger på dig, o Jord –
i fjärran land eller mitt hem –
Må du skänka det trygghet och frid.

O Gudomliga Jord,
jag offrar till dig såsom till helig eld.
Må du ge oss trygghet och välgång.

Må Jorden göra gott mot mig;
Må himlen välsigna mig;
Må naturens visdom ge oss välgång;
Må vattnen vara oss gynnsamma.

Välsignelse och sändning

Sändningsord i vår tid

Vi hade tro, vi hade hopp och vi hade kärlek.
Kanske tron är borta,
men då har vi hopp och kärlek kvar.
Låt oss börja där i så fall.
Kanske är hoppet också borta i en värld som vår.
Kanske är då kärlek allt vi har kvar,
om så bara en gnutta.
Så låt oss då börja där. Låt oss gå
med en gnutta kärlek till världen.
– kanske möter vi tro och hopp hos någon
på väg åt samma håll som vi.
Amen (Equmeniakyrkan klimatteologi böner och texter)

Mettaversen *(buddistisk tradition)*

Må alla varelser på jorden, i havet
och i okända världar uppleva lycka.
Må alla varelser på jorden, i havet
och i okända världar känna sig trygga.
Må alla varelser på jorden, i havet
och i okända världar erfara frid.

Musik

Ekumenisk gudstjänst

*Fram till och med förbönen är ordningen hämtad från En mäsas med hela skapelsen, Västerås stift, 2021.
Därefter från För livets skull: Sång- och liturgi-bok, Kyrkornas U-forum, 1992.*

Klockringning

Psalm

Inledningsord

L: I Guds namn, som skapar, befriar och ger liv.

Alla: Amen.

L: Gud, du älskar allt som finns till
och avskyr ingenting av det du skapat.
Du skapade allt och såg att det var gott.
Du skapade himmel och jord
och en gudsvind svepte över vattnet.
Du skapade ljuset som lyser i det djupaste -mörker.
Du skapade skogar och öknar, sjöar och hav.
Du lät dem vimla av levande varelser
och fåglar flyga under himlavalvet.
Du skapade oss människor till din avbild.
Du satte oss att vårda relationen med dig,
varandra och hela din skapelse.
I dig är det som vi lever och rör oss och är till,
men vi bröt vårt förbund med dig.
Vi skövlar mark och skog,
förorenar hav och sjöar,
utrotar vilda djur och insekter.
Vi skadar den skapelse du har satt oss att vårda.
Men du blev människa i Jesus Kristus
och offrade dig själv
för att ge oss och världen en framtid.
När vi kallar saker för dess rätta namn
öppnar vi oss för den framtiden.
Låt oss därför be och bekänna:

Bön om förlåtelse

Gud, vi har trott oss göra gott,
men det vi har gjort har skadat skapelsen.
Den tomma bikupan, glaciären som smälter,
skogar som står i brand,
det är vår underlåtelse, det är vår synd.
Gud, foga samman det vi har brutit,
och förvandla vår ånger till kraft att handla.
Förlåt oss för Jesu Kristi skull.

Förlåtelseord

P: På uppdrag från Jesus Kristus säger jag:
Gud förlåter dig dina synder
och upprättar dig till ansvar:
ansvar för dig själv, dina medmänniskor

och för hela skapelsen.
I Guds namn, som skapar, befriar och ger liv.
Alla: Amen.

Tackbön

*Alla: Tack Gud för upprättelse.
Tack Gud för befrielse att handla,
och för kraften att ta ansvar.
Tack Gud för att du finns med
i varje del av Skapelsen:
myggan, grässtrået och i våra själs innersta rum.
Amen.*

Kristusrop/Kyrie

(För noter, sök "En mässa med hela skapelsen")

Över brinnande skogar, över binas surr som ebbar ut.
Över krympande korallrev och arter som mött sitt slut.
Över polarisar som smälter, över hav som reser sig,
över skördar som bränns sönder,
Herre, förbarma dig.

Kyrie eleison, Herre förbarma dig.
Christe eleison, Kristus förbarma dig.

Över förgiftade oceaner med öar av skräp och plast.
Över vingar som tyngs av olja från skepp
som har lossat sin last.
Över land som svämmas över,
över öknar som brer ut sig.
Över den värld som vi har skadat,
Herre, förbarma dig.

Kyrie eleison, Herre förbarma dig.
Christe eleison, Kristus förbarma dig.

O Gud, upprätta vårt band till din Skapelse
och ditt förbund.
Ge oss kraft till ansvar,
du som får gräset att gro i var lund.
Rusta oss att bli dina händer,
ge det som är dött nytt liv i dig.
Du som befriar oss till handling,
Kristus, förbarma dig.

Kyrie eleison, Herre förbarma dig.
Christe eleison, Kristus förbarma dig.

Klockringning

Psalm

GT-läsning

Epistelläsning

Psalm

Evangelium

Predikan

Trosbekännelse

Psalm

Lovpsalm

Förbön

L: Gode Gud, du livets mysterium,
större än vi anar.
Vi tackar dig för allt flödande liv på vår jord,
detta smycke i världsalltets rymd.
Hör våra böner.

Alla: Gud, vi vill tacka!

L: Vi ber om varsamhet och ödmjukhet inför allt levande,
om återställd balans i vår jords sköra ekosystem,
om läkedom för floder och hav,
om helande för glaciärer och korallrev,
om livskraft för insekter och djur.
Hör våra böner.

Alla: Gud, gör oss milda!

L: Vi ber för forskare och företagare,
regeringar och ledare,
om kärlek och vishet,
om framtidstro och optimism,
om kreativitet och goda idéer
Hör våra böner.

Alla: Gud, ge oss hopp!

L: Vi ber för oss själva,
om mod att hitta nya livsmönster,
om kärlek att avstå överflöd,
om glädje att dela det vi har,
om tillit till din omsorg,
att ingen får för mycket, att alla får tillräckligt.
Hör våra böner.

Alla: Gud, gör oss djärva!

Amen.

Symbolhandling

(Skålar med vatten bärs ut till några olika ställen i rummet.)

Vi har burit fram dessa skålar med vatten som en bön, en meditation. Men meningen är inte bara att vi ska få njuta av vattnets skönhet. Vi ska också få ta kontakt med vattnet.

Därför är alla nu välkomna att komma fram till skållarna. I er egen takt och på ert eget vis inbjuds ni att känna på vattnet eller med vattnet teckna korsets tecken i pannan. Detta får vi göra som en egen bön, en påminnelse om Urhemmet havet.

Om fostervattnet vi vilat i.

Om vår förbindelse genom vattnet med allt som lever.

Som ett rop om friskt vatten.

Som en påminnelse om att Gud i dop använder vattnet, det vanliga och livsnödvändiga, för att uttrycka sin kärlek, för att dra oss in i sin gemenskap.

(Efter detta kan skållarna bäras fram längst fram, och värmeljus tändas och placeras i dem.)

Bön: Gud, du skapar genom vatten och Ande ett folk som är förenat med dig i Kristus. Vi tackar dig för att du gör vattnet till en nådens källa, att du ger oss som döpts del i din sons segerrika död och uppståndelse. Genom dopet kallar du oss att följa Kristus – världens ljus. Ge oss det mod och den kraft vi behöver i din tjänst. Hjälp oss att vara salt och ljus i världen, levande i tillit till att inför dig är inte mörkret längre bara mörker. Efter påsknattens under kan natten lysa såsom dagen. Amen.

Lovpsalm

Välsignelse och vattenbestänkning

P: Må Gud den helige i nåd välsigna er
och ge er törst efter hans vishet.
Må Gud alltid ge er näring genom sitt heliga ord
och göra er uthålliga i arbetet för denna värld.
Må Gud styra era steg
och visa vägen till frid och fred
och låta er komma fram till målet.
Välsigne er Gud allsmäktig,
Fadern och Sonen och den helige Ande.

(Vattenbestänkning med ruskuskvistar, i tystnad.)

Mer information om budskapet 2055 och hur vi jobbade med den yttre manifestation

2025 samlade vandrarna upp namnunderskrifter från människor de mötte längs leden utifrån nedan krav. Dessa postades sedan med varm hand till miljö-minister Romina Pourmokhtari. I skrivandes stund har vi inte fått någon återkoppling på detta initiativ.

TILL SVERIGES REGERING:

Visa gott ledarskap genom att skapa lagar och styrning för hur Sverige ska genomföra sin del av det globala ramverket 30 by 30.

Avsätt tillräckliga ekonomiska resurser för att genomföra åtgärder som förverkligar åtagandet om 30% skyddade områden, framförallt i haven längs våra kuster. Fiskebestånden och bottenarna ges då tillfälle att återhämta sig, nedskräpning och ljudförstörelse minskar, och det lokala djurlivet får lugnare miljöer för lek, fångst och liv.

Ta till er information från Naturvårdsverkets rapport från 2024 att en majoritet av Sveriges befolkning är positiva till statliga styrmedel som verktyg för att begränsa klimatpåverkan. Det går inte att skylla svaga klimatpolitiska åtgärder på era väljare och de svenska medborgarna.

Till ledare i Sveriges kyrkor, religiösa samfund och andra samhällsaktörer:

Var förebilder och ta ansvar för att skyddade områden skapas i de närmiljöer som ni har rådighet över, t ex skogar, lantbruk, kyrkogårdar, parker, med mera.

Kustnära kyrkor, samfund och samhällen bör ta ett särskilt ansvar att investera i lokala hållbara näringar vid kusten och i havet.

Utöva er konsumentmakt. Köp lokalt, nära, hållbart. Det som kostar mer nu kan kosta mindre sedan.

Ta till er och sprid kunskap om de globala kriserna för miljö och klimat.

Använd er av de religiösa berättelsernas möjlighet att stärka församlingar och andra gemenskaper att göra beteendeförändringar och bli till helare av livsväven.

Till oss alla:

Utöva din konsumentmakt. Köp lokalt, nära, hållbart. Stötta lokala näringar. Det som kostar mer nu kan kosta mindre sedan.

Sluta vara enskild och gå ihop med andra för att tillsammans sträva efter en livsstil som tillåter hav och natur att återhämta sig. Gör medvetna val, inte bara som konsument utan också som producent, medmänniska, relationsvarelse. Organisera dig med andra för att förändra politiken!

Pröva ditt liv i relation till begrepp som vi reflekterar över under vandringen:

Cirkularitet och metabolism; rastlöshet och hemkomst; förundran och helighet; protest – och fest.

Redaktör och författare: Lisa Westberg tillsammans med Henrik Frykberg (*Interreligiös bön*) och Annika Spalde (*Ekumenisk Gudstjänst*).