

# **Pilgrimsled**

## **Roma kloster-Dalhem**



**Välkommen till  
pilgrimsvandring  
med Frälsarkransen.**

**Frälsarkrans finns att köpa i infocenter. Vandringsstav kan du låna vid starten, "Tillåtelsens kapell" vid Roma kungsgård.**

**I Dalhem kan du ev. ta tåget tillbaka. Café finns både på Roma kungsgård och vid stationen i Dalhem.**

**Tågen går under tiden 29 juni- 20 augusti  
(Söndagar 5 juni-28 augusti)  
onsdag, torsdag, lördag och söndag från Dalhem  
klockan 10.50, 12.40, 14.10, 15.40.**

**Vandringen beräknas ta knappt tre timmar.**

**Du kan också fortsätta fram  
till Dalhems  
fantastiska  
kyrka.**



**Stort tack till PilgrimscentrumTyresö för texter och inspiration. Bilden på ledmarkeringen och framsidan är skapad av Gunnel Moheim**

# FRÄLSARKRANSEN

Denna enkla skrift vill vara en vän under din pilgrimsvandring. Använd den om och hur du vill! Vid var och en av de elva meditationsplatserna längs vandringen kan du läsa texten för just den pärla du stannat vid. Använd kartan om du känner dig osäker på hur du ska gå och var platserna finns. Meditationen innehåller pärlans bön, en bibeltext, en kort reflektion och en fråga att meditera över för den som vill. Stanna vid varje pärla och ge dig själv en stund av eftertanke. Vila dig lite. Kanske sätter du dig ned ett tag i gräset. Kanske behöver du lite matsäck. Ta det lugnt. När du känner dig redo att fortsätta, ta ett djupt andetag och be alla pilgrimers bön, formulerad av den heliga Birgitta:

*Herre, visa mig din väg och gör mig villig att vandra den.*

Bryt upp från din rastplats och fortsätt din vandring i förtröstan.  
Du går inte ensam.

*Må Gud välsigna dig på din vandring.  
Pax et bonum! (Frid och allt gott!)*



# GUDSPÄRLAN

Gud, du är gränslös. Du är nära. Du är ljus och jag är din.

*Gud sade: "Jag är den jag är. Säg dem att han som heter "Jag är" har sänt dig till dem." 2 Mos 3:14*

När Moses ber om att få veta Guds namn får han endast till svar: "Jag är den jag är". Det är det enda Gud avslöjar om sig själv. Gud är. Mer än så kan vi inte greppa. Gud är alltid större. Det finns många bilder av Gud, mängder av ord som beskriver den Obeskrivbare. Gudspärlans bön använder orden: **Gränslös**. Gud är inte bunden av tid eller rum. **Nära**. Gud finns att söka i varje människas hjärta. **Ljus**. Trots att tillvaron ser ut som den gör kan vi känna tillit till att Gud vill oss väl och att livet är värt att leva. Dessa ord får vara bilder som hjälper oss att nalkas den som Är, som vi inte kan begripa men gripas av.

*Hur ser min bild av Gud ut?*

# TYSTNADSPÄRLAN

I Guds tystnad får jag vara, ordlös, stilla, utan krav.

*Lugn! Besinna att jag är Gud... ps 46:11*

Inför livets djupa mysterium; existensen, döden, kärleken och Gud, tar vårt språk slut och våra ord upphör. Tystnadspärlan återfinns på sex platser i frälsarkransen. De talar om att tystnaden, som många upplever är en bristvara i vår tid, är en gåva jag kan ge mig själv. Jag får stanna upp ett tag, låta andningen flöda lugnt genom min kropp. I tystnaden kan jag lättare höra mina egna tankar och i mitt hjärta kanske ana en hemlig gäst, Gud själv.

*Vid tystnadspärlan ställs ingen fråga, här får vi istället bara lyssna inåt.*

# JAGPÄRLAN

Gud, hjälp mig se på mig själv med dina ögon. Bevara mig som din ögonsten.

*Säljs inte två sparvar för en kopparslant? Men ingen av dem faller till marken utan att er fader vet om det. Och på er är till och med hårstråna räknade. Var alltså inte rädda: ni är mer värda än aldrig så många sparvar. matt 10:29-31*

Ibland är det svårt att tro att man faktiskt duger som man är. I texten berättar Jesus att vi inte behöver vara rädda, att vi är oändligt värdefulla och att Gud är med oss. Jesus säger att inte ens en sparv faller till marken utan att Gud vet om det. På grekiska, som texten är skriven på från början, kan orden också betyda: "ingen av dem faller till marken utan att er fader faller med". En fyraårig flicka visar stolt upp sin senaste teckning och säger: "Det man har skapat bryr man sig om!". Tänk om vi vågar tro att Gud är lika god! Att också Gud bryr sig om sin skapelse. Tänk om jag vågar tro att jag är skapad av en kärlek så stark att jag aldrig kan hamna utanför den, varken i liv eller död. Våga tro att jag är skapad helt unik, som en Guds avbild och medarbetare, oändligt älskad och värdefull. Ingenting kan ta det ifrån mig. Jag får hålla mitt huvud högt. Och om jag faller, faller Gud med mig. För Gud bryr sig om det Gud skapar. Så också mig.

*Vad är jag mest stolt över med mig själv?*

# DOPPÄRLAN

Herre, visa mig din väg och gör mig villig att vandra den.

*Vid den tiden kom Jesus från Nasaret i Galileen och döptes i Jordan av Johannes. När han steg upp ur vattnet såg han himlen dela sig och Anden komma ner över honom som en duva. Och en röst hördes från himlen: "Du är min älskade son, du är min utvalde." mark 1:9-11*

Doppärlan vill påminna mig om Guds villkorlösa kärlek, om att också jag är Guds älskade barn. Från evighet har Gud önskat mig. Dopet är ett tecken på att Gud förlåter, befriar och upprättar. Ett tecken på vår uppgift att förlåta, befria och upprätta andra. Att välja kärlek framför rädsla och söka försoning. Ibland är det inte möjligt. Men Gud är nya möjligheters Gud.

*Vad vill Gud med mitt liv?*

# ÖKENPÄRLAN

Gud, drag mig till dig så får mitt hjärta ro.

*Sedan fördes Jesus av Anden ut i öknen för att sättas på prov av djävulen. När han hade fastat i fyrtio dagar och fyrtio nätter blev han till slut hungrig. Då kom frestaren och sade till honom: "Om du är Guds son, så befall att de här stenarna blir bröd." Jesus svarade: "Det står skrivet: Människan skall inte leva bara av bröd, utan av varje ord som utgår ur Guds mun." Sedan tog djävulen honom med sig till den heliga staden och ställde honom högst uppe på tempelmuren och sade: "Om du är Guds son, så kasta dig ner. Det står ju skrivet: Han skall befalla sina änglar och de skall bära dig på sina händer så att du inte stöter foten mot någon sten." Jesus sade till honom: "Det står också skrivet: Du skall inte sätta Herren, din Gud, på prov." Nu tog djävulen honom med sig upp på ett mycket högt berg och visade honom alla riken i världen och deras härlighet och sade: "Allt detta skall jag ge dig om du faller ner och tillber mig." Då sade Jesus till honom: "Gå din väg, Satan. Det står ju skrivet: Herren, din Gud, skall du tillbe, och endast honom skall du dyrka." Då lät djävulen honom vara, och änglar kom fram och betjänade honom. matt 4:1-11*

Bibeln är full av berättelser som utspelar sig i öknen. Solen bränner, vi finner ingen källa som kan stilla vår törst, sandstormar kan förblinda så vi inte ser vår väg. Tänk att tiden kan gå så långsamt! Ändå finns det i öknen ingen annan väg är rakt igenom. Tiden måste gå sin gilla gång. Direkt efter dopet brottas Jesus med sitt livsval. Han frestas att lämna den väg han vet är den rätta. Han kan istället satsa på snabba lösningar, kortsiktiga kickar, materiell rikedom och världslig ära. Men han vägrar kompromissa med det som är viktigt för honom. Han härdar ut. Livet innehåller ibland perioder av torka, tristess och törst. Vi frestas att ge upp, att sluta längta och överge vårt hjärtas väg. Men ökenpärlan säger: härd ut! Varje öken har en gräns.

*När du ser tillbaka på perioder av torka, tristess och törst under din livsvandring. Vad har hjälpt dig vidare?*

# BEKYMMERSLÖSHETSPÄRLAN

Gud, tack för stunder då jag får släppa alla krav och bara vara.

*"Gör er därför inga bekymmer för morgondagen. Den får själv bära sina bekymmer. Var dag har nog av sin egen plåga."* matt 6:34

Vi oroar oss så mycket i onödan! Både över det som varit och det som kommer. Kanske kan vi istället försöka leva mer i nuet? Ett gammalt ordspråk säger: Gårdagen är förbi, morgondagen känner ingen, idag hjälper Herren. Här och nu. Se dig omkring. Är det inte vackert? Bekymmerslöshetspärlan står för allt det goda i mitt liv, stunder då jag bara får vara. I hängmattan, vid stranden, inför en älskads blick. Det goda i livet kommer till oss som en gåva. Förtroende, respekt, förlåtelse och kärlek har det gemensamt att det inte är saker vi kan ta, bara ta emot. I den djupa visheten får vi öva oss i att leva öppet inför livets under. I tacksamhet och ödmjukhet.

*Vad är jag tacksam för i mitt liv?*

# FÖRSTA KÄRLEKSPÄRLAN

Gud, din kärlek är villkorlös. Den bär mig genom tid och rum.

*Jesus sade: En man hade två söner. Den yngste sade till fadern: "Far, ge mig den del av förmögenheten som skall bli min." Då skiftade fadern sin egendom mellan dem. Några dagar senare hade den yngste sonen sålt allt han ägde, och gav sig iväg till ett främmande land, och där slösade han bort sin förmögenhet på ett liv i utsvävningar. När han hade gjort av med allt blev det svår hungersnöd i landet, och han började lida nöd. Han gick och tog tjänst hos en välbärgad man i det landet, och denne skickade ut honom på sina ägor för att vakta svin. Han hade gärna velat äta sig mätt på fröskidorna som svinen åt, men ingen lät honom få något. Då kom han till besinning och tänkte: "Hur många daglönare hos min far har inte mat i överflöd, och här svälter jag ihjäl. Jag ger mig av hem till min far och säger till honom: Far, jag har syndat mot himlen och mot dig. Jag är inte längre värd att kallas din son. Låt mig få gå som en av dina daglönare." Och han gav sig av hem till sin far. Redan på långt håll fick fadern syn på honom. Han fylldes av medlidande och sprang emot honom och omfamnade och kysste honom. Sonen sade: "Far, jag har syndat mot himlen och mot dig, jag är inte längre värd att kallas din son". Men fadern sade till sina tjänare: "Skynda er att ta fram min finaste dräkt och klä honom i den, och sätt en ring på hans hand och skor på hans fötter. Och hämta gödkalven och slakta den, så skall vi äta och hålla fest. Min son var död*

Jesus målar bilden av en Gud som älskar helt utan gräns, villkor eller förbehåll. Likt en kärleksfull förälder kommer Gud oss springandes till mötes och omfamnar oss, oavsett allt. Genom historien har religioner använt Gud som maktmedel med krav på lydnad och hot om straff. Men tänk om Gud inte är som oss människor? Tänk om Gud inte dömer och fördömer, kräver och straffar? Tänk om Gud lyckas med det vi så ofta misslyckas med; att älska utan krav på motprestation. Jesus målar en bild av en Gud som ger sig själv helt och fullt och som möter oss vilka vi än är, vad vi än har gjort och vad vi än måste gå igenom. För ingenting kan hindra Gud från att älska oss.

*Hur kan jag öva mig i att känna tillit till Gud?*



# ANDRA KÄRLEKSPÄRLAN

Gud, låt mitt liv bli ett svar på din kärlek.

*För att visa att han var rättfärdig sade mannen till Jesus: "Och vem är min nästa" På den frågan svarade Jesus: "En man var på väg från Jerusalem till Jeriko och blev överfallen av rövare. De slet av honom kläderna och misshandlade honom, och sedan försvann de och lät honom ligga där halvdöd. En präst råkade komma samma väg, och när han såg mannen vek han åt sidan och gick förbi. På samma sätt med en levit som kom till platsen; när han såg honom vek han åt sidan och gick förbi. Men en samarier som var på resa kom och fick se honom ligga där, och han fylldes av medlidande. Han gick fram och hällde olja och vin på såren och förband dem. Sedan lyfte han upp honom på sin åsna, förde honom till ett värdshus och skötte om honom. Nästa dag tog han fram två denarer och gav åt värden och sade: "Sköt om honom. Och kostar det mer skall jag betala dig på återvägen". Vilken av dessa tre tycker du var den överfallne mannens nästa?" Han svarade: "Den som visade honom barmhärtighet". Då sade Jesus: "Gå du och gör som han." luk 10:29-37*

Andra kärlekspärlan står för kärleken vi får ge vidare. Vi kanske inte kan känna kärlek till alla människor, men vi kan försöka välja att i handling vara det finaste vi kan vara; en medmänniska. Vi kan välja kärlekens väg istället för rädslans. Av rädsla går vi förbi den nedslagne, av kärlek stannar vi till och frågar hur det är. För om jag är Guds älskade barn innebär det med nödvändighet att också alla andra människor är det. Pärlan viskar om vår djupaste identitet: att vara Guds avbild. Och Gud går aldrig förbi.

*Hur kan jag leva mer kärleksfullt mot andra och mig själv?*

# HEMLIGHETSPÄRLORNA

*Gud. Du vet. Innan ordet är på min tunga vet du, Herre, allt jag vill säga. Du omger mig på alla sidor, jag är helt i din hand. ps 139:4-5*

Varje människa är ett mysterium. Hon bär i sitt innersta ett rum dit ingen annan får eller kan komma. De tre hemlighetspärlorna symboliserar tankar och känslor som ligger närmast mitt hjärta. Det kan vara drömmar, skam, förhoppningar, skuld. Glädje som ingen annan kan ana, smärta som ingen annan kan förstå. Jag är mer än jag tror. Min nästa är mer än jag tror. Gud känner och omsluter allt.

*Vilken är min innersta längtan?*

**När du kommer fram till en gårdsplanen fortsätter du rakt över gårdsplanen**

## NATTPÄRLAN

**Gud, jag andas ut min ensamhet, jag andas in att jag är din.**

*Var skulle jag komma undan din närhet? Vart skulle jag fly för din blick? Stiger jag upp till himlen, finns du där, lägger jag mig i dödsriket, är du också där. Tog jag morgonrodnadens vingar, gick jag till vila ytterst i havet, skulle du nå mig även där och gripa mig med din hand. Om jag säger: Mörker må täcka mig, ljuset omkring mig bli natt, så är inte mörkret mörkt för dig, natten är ljus som dagen, själva mörkret är ljus. ps 139:7-12*

”Min Gud, min Gud, varför har du övergivit mig?” Så har människor ropat i alla tider, så ropade också Jesus på korset. Ibland möter vi Natten. Inför död, sorg, det meningslösa lidandet, finns ingen lindring. Kanske kan vi åtminstone hoppas att vi inte är övergivna, även om det kan kännas så. Hoppas att inget djup är så djupt att det inte är i Gud vi landar. Nattens pärla vill vara en medvandrare och påminna oss om att inget mörker är så mörkt att inte Guds ljus kan bryta in.

*När svårigheter drabbar, hur kan jag hålla fast vid mitt hopp och inte fångas i bitterhet?*

# UPPSTÅNDELSEPÄRLAN

Gud, hos dig finns inga avstånd – bara närhet.  
Hos dig finns ingen tid – bara evighet.

*Medan de ännu talade stod Jesus plötsligt mitt ibland dem och hälsade dem:  
"Frid över er!" luk 24:36*

Gryning! Kristus är uppstånden från de döda. Påskdagsmorgonens berättelse låter oss ana att det omöjliga är möjligt. Lärjungarna håller sig gömda bakom reglade dörrar efter långfredagens katastrof. Allt är över. Deras mästare är död och själva är de förföljda. Så plötsligt står han där mitt ibland dem och önskar dem frid. Kärleken övervinner allt! Så också idag. Över hela världen vittnar människor om att uppståndelse är möjligt. Kvinnan som efter år till sist lämnar mannen som slår, den svikne som trots allt vågar öppna sig för en människa igen, hela rörelsen av anonyma alkoholister är ett bevis för uppståndelse. Vi kan lämna det som är död i våra liv och finna livet på nytt. Också i vår mörka grav, i våra hjärtans låsta rum, bryter Kristus in och hälsar "Frid över dig!" Uppståndelsepärlan andas tillit. Att Gud är gränslös, nära och ljus. Att Gud bär oss på vår korta jordiska vandring och in i evigheten.  
*Vid uppståndelsepärlan ställs ingen fråga, ta istället emot  
Guds önskan om frid och välsignelse:*

*Herren välsigne dig och bevara dig  
Herren låte sitt ansikte lysa över dig och vare dig nådig  
Herren vände sitt ansikte till dig och give dig frid.*

Ge gärna feedback på vår Facebook sida  
"Pilgrim Romakloster"

Pärlorna utmed leden är tillverkade av keramikern  
Anette Baggieri. Vill du veta mer om henne besök  
hennes Facebook sida "Tallås hantverk"

# LEDEN

Startar vid "Tillåtelsens kapell" vid Roma kungsgård och följer i stora drag järnvägen till Hesselby station, Dalhem. Den rödstreckade linjen på kartan.

