

Kyrkobladet.

Svenska kyrkan i Kungälv och Ytterby

2/2019

Resa

Konfirmandresa till Assisi • Lokförare med Gud på spåret
Fyra sätt att resa • Retreat – en inre resa • Sommarkyrkan

Allas lika värde

Alla människors lika värde. Det är fina ord. Inte minst när man lever efter dem. Orden är hämtade ur FN:s deklaration om mänskliga rättigheter. "Alla människor är födda fria och lika i värde och rättigheter" (artikel 1). En människa – du som läser! – har ett värde bara genom att vara människa. Det värdet förändras inte p.g.a. vad du gör (eller inte gör) eller vilken ålder du har.

Att FN:s deklaration talar om alla människors lika värde är ingen slump. Den antogs 10 dec 1948. Tre år efter andra världskrigets slut. Internationellt fanns en stark önskan att skapa en överenskommelse om mänskliga rättigheter, för att undvika liknande övergrepp som skedde under andra världskriget.

Tanken på människors lika värde är naturligtvis äldre. FN-deklarationen är inspirerad av tankar från filosofen Locke (1632-1704). Därifrån går en linje till Första Mosebok och Bibelns inledning. Där omtalas att Gud skapar människan till sin avbild. För kyrkan är det alltid grunden för människovärdet. Just därför att vi människor har ett gemensamt ursprung i Gud, har också varje människa ett värde i sig själv.

Tillsammans med Segerstedtinstitutet inbjöd kyrkan 1 maj till en samling för alla lika värde. Vi blev många! För den som inte hade möjlighet, finns föredragen på Youtube. Länk finns på svenskakyrkan.se/kungalv. De är värda att lyssna på!

Mikael Isacson

MIKAEL ISACSON, KYRKOHERDE



Innehåll

- 3 Konfirmandresa till Assisi – En resa för livet
- 4 Sommarkyrkan
- 5 Med Gud på spåret
- 6 Fyra sätt att resa
- 7 Socionom med fokus på samtal
- 8 #kyrkanochjag: Retreat – en inre resa

Att vara på retreat är lite som att befinna sig i stormens öga. Även om en orkan pågår runt omkring är det stilla i mitten.

ELISABETH OCH CHRISTER HELLSTRÖM, S. 8

Bilden på framsidan:

Resan till Assisi och bergsvandringen blev en upplevelse för både konfirmander och ledare.

FOTO: GABRIEL BENGSSON

90 SVENSK INSAMLINGS KONTROLL

VI LEVER ALLA UNDER SAMMA HIMMEL

Vi har samma rättigheter
Var med i kampen för allas rätt till ett värdigt liv.

Bli MÅNADSGIVARE!
Sms:a ACT till 72905 och ge 100 kr/mån
svenskakyrkan.se/act

act Svenska kyrkan

Foto: Jesper Wahlström / Kon

Visste du att...?

... Kungälv-Ytterby församling finns på sociala medier? Följ oss på [facebook.com/kungalv.ytterby](https://www.facebook.com/kungalv.ytterby) och på Instagram: [svenskakyrkan_kungalv](https://www.instagram.com/svenskakyrkan_kungalv).

... du kan följa med i kyrkogårdsförvaltningens vardag bland växter och blommor på Instagram: [kungalv_ytterby_kyrkogardsf](https://www.instagram.com/kungalv_ytterby_kyrkogardsf)

... du hittar sommarens alla gudstjänster, föredrag och musikhändelser i appen **Kyrkguiden** – finns där appar finns.



En resa för livet

TEXT OCH FOTO: KAROLINA BRAUN

Att dela gemenskap och tankar har varit det bästa med konfirmationen. Och så resan till Assisi som gett många starka minnen: särskilt bergsvandringen i tystnad.

Det närmar sig konfirmation för Ytterbys konfirmandgrupp. En mulen onsdag står de uppradade i vita kåpor vid kyrkan för fotografering. Snart kommer den vita skaran vällande ner för backen till församlingshemmet där fikaten står klart. Molly Granäng och Benjamin Strid är två av konfirmanderna.

– Jag trodde att konfirmationen skulle innehålla mer undervisning, men det har varit lekar och mycket annat också, säger Molly, som hämtat sig en macka.

Benjamin håller med.

– Jag trodde det skulle vara som i skolan, med prov och så, men så har varit det inte alls varit. Gemenskapen har varit det bästa, att komma hit och vara med kompisar, menar han.

Molly har särskilt uppskattat "hiss och diss", en inledning på varje träff där man får berätta om vad som varit bra och mindre bra under dagen.

– För mig är det lätt resan till Italien! menar Benjamin, när jag frågar honom vad som varit roligast.

Tillsammans med de andra grupperna i Kungälv reste de till Assisi i Italien

under fyra dagar i februari-mars. Här fick de bo på Birgittasystrarnas nunnekloster, gå på guidad tur i katedralen och lära sig mer om Franciskus, helgonet som levde och verkade i Assisi på 1200-talet. De fick träffa franciskanermunkar, några svenska, som berättade om hur Franciskus umgicks med spejtälska och utstötta på sin tid och om hur de lever idag. Och så fick de göra en speciell vandring.

– Vi gick upp för ett berg i tystnad. Efter några hundra meter fick vi ett bibelord som vi skulle tänka på till nästa stopp. Där fick vi berätta om vad vi tänkt på, minns Benjamin.

Han är vanligtvis en ganska pratsam person, men tyckte inte det var svårt att vara tyst under vandringen. Molly tyckte också att det var skönt.

– Efter vandringen firade vi gudstjänst högt upp på berget, berättar hon och ögonen tindrar lite extra vid just det minnet.

Resan till Assisi gick i år för tredje året i rad. Idén om att göra en resa fick församlingspedagog Mattias Wodlén för några år sedan efter ett samtal med en konfirmand.

– Hon satt och snapchattade på mobilen och jag frågade henne hur många bilder hon skickar och tar emot under en dag. Hon svarade "Kanske 800-1000 bilder". Då tänkte jag att jag ville erbjuda

konfirmanderna en möjlighet att dra i handbromsen och reflektera mer över hur de har det här och nu. Resan till Assisi ger möjlighet till det. Vi kan också visa att vi kristna tillhör en större familj och att kyrkan har hållit genom alla år, även idag, säger Mattias.

Just Franciskus ser Mattias också som en person som tilltalar oss än idag.

– Som tonåring levde hand ett festliv: han var partykungen i stan. Men så blev han gripen av Gud och det fick konsekvenser för hans liv.

Bergsvandringen är ett minne konfirmanderna ofta lyfter fram och så är det också för Mattias.

– Det har varit många starka ögonblick, där jag också har lärt mig mycket av konfirmanderna. De ser saker i bibelorden som jag själv inte tänkt på, menar han.

Även nästa års konfirmander som väljer veckoläsning får åka på en resa – men resmålet är ännu inte klart. Konfirmanderna behöver inte själva betala för resan så resmålet styrs också av församlingens budget.

– Jag skulle rekommendera konfirmation alla dagar i veckan. Om man tycker det är tråkigt kan man alltid hoppa av, men det är värt att testa! avslutar Benjamin, innan det är dags för repetition av drama i Ytterby kyrka. ●

Sommarkyrkan

VÄGKYRKA

KUNGÄLVSKYRKA

SÖN-FRE KL 11-16 I JULI

I kyrkan finns enkelt kaffe, ljusbärare och möjlighet till guidning. Andakt måndag-fredag kl 12.00 (På lördagar är kyrkan öppen för dop och vigslar)

SOMMARKVÄLL

KUNGÄLV/YTTERBY ÖNS KL 19

Se kalendern.

SOMMARMUSIK

KUNGÄLV/YTTERBY SÖN KL 19

Se kalendern.

ÖPPEN MÖTESPLATS

YTTERBY FÖRSAMLINGSHEM

TORSDAGAR I JULI KL 10-13

Kaffe och gemenskap från kl 10. Middagsbön kl 11.45, därefter lunch.

SOMMARCAFÉ

MUNKEGÄRDEKYRKAN

MÅND & TORSD I JULI KL 10-13

Öppet för gemenskap och fika med hembakt. Middagsbön kl 12. Även 1/8.

FÖR UNGDOMAR

Ungdomsgruppen Kefas 13-20 år

KASTALAKYRKAN FRED KL 19

Chill, lek, spel, bön, fika, lovsång och undervisning. Hela sommarlovet (utom 12 och 19 juli).

Bibelstudium 14-20 år

KASTALAKYRKAN TISD KL 17

En möjlighet att läsa och bättre förstå Bibeln tillsammans med andra. Hela sommarlovet (utom 9 och 16 juli).

SÖNDAGSGUDSTJÄNST

KASTALAKYRKAN KL 9.30

YTTERBY KYRKA KL 10

KUNGÄLVSKYRKA KL 11

MUNKEGÄRDEKYRKAN KL 17

3x Pilgrim

Läst pilgrimsmässa med kvällsvandring. Onsdag 19/6 kl 18, Kungälvskyrka. Därefter vandring längs Kärleksstigen i Fontin.

Birgittavandring Sankt Halvardsleden Lördag 6/7 kl 11-17 Start Bohus Fästning. Tema: Den heliga Birgitta. Vandring 12 km. Mässa i Sankt Halvards kyrkoruin. Medtag matsäck för två fikastopp.

Läst pilgrimsmässa med kvällsvandring. Onsdag 21/8 kl 18, Kungälvskyrka.



14 JULI



21 JULI



3 JULI



VÄGKYRKA I JULI



7 JULI



22 AUGUSTI

Kalender

Tagga din upplevelse med #sommarkyrka

ONSDAG 19 JUNI 18.00

Kungälvskyrka

Läst pilgrimsmässa därefter kort pilgrimsvandring längs Kärleksstigen på Fontinberget.

MIDSOMMARDAGEN 22 JUNI 18.00

Hembygdsgården i Guddehjälm

Friluftsgudstjänst Präst Mikael Nordblom.

ONSDAG 26 JUNI 19.00

Kungälv församlingshem

Sånger på insidan Om sångens kraft bland frihetsberövade kvinnor. Körpedagog, musiker och sångare Carin Åkesson berättar om sitt körprojekt bland intagna på Sagsjöns kvinnoanstalt i Lindome. Kaffeservering.

SÖNDAG 30 JUNI 19.00

Ytterby kyrka

Orgel i sommarkväll Organist Torvald Petersson spelar musik av bl.a. Bach och Buxtehude samt improvisation.

ONSDAG 3 JULI 19.00

Ytterby församlingshem

Frälst från skammen att inte vara perfekt Präst Fredrik Brosché talar. Kaffeservering.

LÖRDAG 6 JULI 11.00

Start Kyrkoruinen, Bohus Fästning

Birgittavandring Den heliga Birgitta är temat för denna vandring längs Sankthalvardsleden. Vi vandrar ca 12 km till Ytterby kyrka. Mässa firas i Sankt Halvards kyrkoruin. Medtag matsäck för två fikastopp och kläder efter väder.

SÖNDAG 7 JULI 19.00

Kungälvskyrka

Variations Orgelkonsert med Samuel Eriksson, till vardags organist i Kristus konungens kyrka och som också turnerat i England och bl.a. konserterat i St Paul's Cathedral.

ONSDAG 10 JULI 19.00

Kungälv församlingshem

Med Gud på spåret (Jes 52:12) Peter Frykman berättar om sin väg från präst till lokförare, om vardagen längs järnvägen och delar tankar om klimat och miljö. Kaffeservering.

SÖNDAG 14 JULI 19.00

Kungälvskyrka

Det mitt hjärta rymmer Sommar-musik med Jeanette Åkerlund, Len-nart Åkerlund, Paul Biktor Börjesson, Kajsa Davidsson och Christian Axelsson.

ONSDAG 17 JULI 19.00

Ytterby församlingshem

Vetenskap eller kristen tro?

Behöver vi verkligen välja? Gustav Bohlin, civilingenjör i teknisk fysik och lärare. Kaffeservering.

SÖNDAG 21 JULI 19.00

Kungälvskyrka

Här och nu Sånger, dikter och funderingar om att förundras, gå nya vägar och ta vara på livet. Susanna Moberg, sång och Gittan Glans, instrument.

ONSDAG 24 JULI 19.00

Kungälv församlingshem

Behövs kristna skolor? Fredrik Sindenvall, präst och rektor för LM Engströms gymnasium i Göteborg och Johan Movingers gymnasium i Stockholm. Kaffeservering.

SÖNDAG 28 JULI 18.00

Sankt Halvards kyrkoruin

Friluftsgudstjänst Präst Göte Siverbo. Kyrkkaffe.

SÖNDAG 28 JULI 19.00

Kungälvskyrka

Lyriska toner Bo Haraldsson m.fl. spelar klassiska sommarklanger.

SÖNDAG 4 AUGUSTI 19.00

Kungälvskyrka

I den ljuva sommarvinden Sånger som doftar av sommar, skönhet och förtröstan. Lovisa Westbacke, sång, och Helena Viklund, piano.

SÖNDAG 11 AUGUSTI 19.00

Ytterby kyrka

Läk mitt öga Sommarmusik med familjen Eriksson/Bengtsson.

ONSDAG 21 AUGUSTI 18.00

Kungälvskyrka

Läst pilgrimsmässa därefter kort kvällsvandring.

TORSDAG 22 AUGUSTI 18.00

Bohus fästning

Friluftsgudstjänst

Lokförare med Gud på spåret

Peter Frykman, tidigare präst i Kungälv som nu sadlat om till lokförare, talar på sommarkvällen 10 juli. Vad kommer du att tala om?

– Det kommer att handla om min väg från präst till lokförare; hur det är att vara lokförare och arbeta på järnvägen idag, och det tredje kommer handla om klimat och miljöpåverkan. Många klagar också på att tåget är sent, men tittar man på statistiken är flyget faktiskt mer försenat än tåget. Men jag kommer berätta lite om vad som kan göra att tåget blir sent ibland.

Som lokförare befinner du dig ständigt i resa – vilka tankar väcks där i lokförarhytten?

– Det första jag tänker på är hur otroligt många det är som reser i vårt land, varje dag. Nästan alla snabbtåg är fullsatta och helt nödvändiga för vår infrastruktur. Människor är på väg till arbeten, släktingar, löptävlingar, festivaler... Det är häftigt att vara en del i att hjälpa människor till möten och få känna att Guds närvaro finns i allt vi gör. En annan skattefri förmån vi lokförare har är att uppleva hur otroligt vackert land vi har. Jag får följa naturens gång från kallt till grönska och kan spana efter rådjur och ekorrar. Att vara lokförare är för mig ett sätt att vårda skapelsen.

När du inte reser i jobbet, vart reser du helst då?

– Kanske till någon plats i medelhavsområdet, jag uppskattar både Rom och grekiska och spanska övärlden. Vi har också en plats på Öland dit vi har återkommit under många år. ●

4 Retreaten

I församlingen inbjuder vi en gång om året till retreat. Att åka på retreat är ofta att lämna sin hemtrakt för att resa till en plats där man kan få vara i avskildhet. I retreatens tystnad, bibelmeditationer, böner, vandringar och mässa får vi hjälp att höra Guds röst och tilltal. Och jag får uttrycka det som ligger på mitt hjärta. Ett personligt samtal tar vid. Detta innebär en inre resa. En resa där Gud pekar på saker och ting i mitt liv jag behöver fundera igenom, komma till klarhet med, uppmuntras av... Också en resa där Gud möter mig både till kropp och själ. En blandning av måltider, promenader, att få sova ut, vila, uppleva tystnaden, höra fågelsången, gemenskapen med andra, bönen, bibelordet... Vägfarande för hela människan!

3 Pilgrimsresan

Genom århundraden har många gjort pilgrimsvandringar och pilgrimsresor. På senare tid har intresset för detta ökat. Ordet pilgrim kommer från latinets *peregrinus* som betyder främling. Som pilgrim ger du dig av från det hemvanda mot ett mål som oftast är en kyrka, en helig plats. Du får ta emot nya erfarenheter, möten och insikter – ensam eller tillsammans med andra. En pilgrim har både ett inre och ett yttre mål med sin vandring. Medan det yttre målet är den fysiska plats där vandringen slutar, kan det inre målet vara att få ökad självkänedom, få känna frid eller uppleva Guds närvaro. Men pilgrimsvandringen fullbordas inte förrän i återvändandet, eftersom den inte är en resa bort utan en hjälp att komma hem. Hem till Gud, hem till mig själv. Jag är inte densamme när jag återvänder. Med Guds hjälp har jag blivit mer mig själv, mognat något, lärt känna Gud bättre. En resa som rustar mig för ett liv i vardagen med Gud.

4 sätt att resa

Det närmar sig semestertider. För många innebär det resor till nya mål eller mål man tidigare besökt. Sommartiden kan också ge tid till både yttre och inre resor. Präst Per-Olof Holm funderar kring fyra olika sätt att resa.

TEXT: PER-OLOF HOLM

1 Semesterresan

På semesterresan kan möten med platser och människor berika och ge nya insikter. Både när det gäller dig själv, omvärlden, andra människor, men också med Gud. Något händer under resans gång. Be gärna Gud om ledning att se det du behöver se. Också av det som samtidigt händer i ditt inre. Resan och vägen är också några av de äldsta bilderna för det andliga livet. Redan mycket tidigt kallades de kristna för dem som "hör till vägen" (Läs mer i Apostlagärningarna 9:2). Livet som kristen är inte statiskt. Vi är på vandring.

2 Kyrkan

Under sommaren håller många kyrkor extra öppet för besökande. Har du tänkt på att många kyrkor är byggda med en "väg" som går från ytterdörren fram emot altaret – en symbol för livets väg? På medeltiden stod dopfunten ofta alldeles vid ingången till kyrkan. Man tänkte sig att man döptes in i kyrkans liv, in i det kristna livet, för att sedan vandra mot den uppståndne Kristus som möter oss i ordet och nattvarden. I stort sett varje kyrka i Sverige är också vända mot öster, där vi har den uppgående solen som är en symbol för den uppståndne Jesus. Det kristna livet är en vandring – en resa. Samtidigt som vi vandrar mot Gud vill han också vandra tillsammans med oss. Det är något att fundera på hästa gång du går in genom en kyrkport.

Socionom med fokus på samtal

Petra Lax är ny socionom på Sjukhuskyrkan på 50 procent. Vilka är dina arbetsuppgifter?

– Det är väldigt mycket fokus på samtal både med patienter och anhöriga. Vi har bra upparbetade kontakter på sjukhuset och får också en del samtal via vårdcentralerna. Men en del hittar oss också själva. Vi har också en del grupper med personal på sjukhuset och även sorgegrupper för anhöriga.

Vad har du jobbat med tidigare?

– Närmast har jag jobbat i ett eget företag som arbetar med familjehemsplaceringar gentemot socialförvaltningar. Det företaget fortsätter jag ha kvar på halvtid. Tidigare har jag också jobbat på arresten inom polisen. Jag är med i en församling, men att jobba i kyrkan är nytt för mig.

Vilka är dina intryck hittills?

– Det är bara positivt. **Det finns ett enormt behov av samtal bland människor idag och det är väldigt fint att vi som kyrka kan fylla det behovet, gratis dessutom. Det är inte alltid att människor just vill prata om andliga frågor eller om tro, men de som kommer vet att vi grundar i det.** Sedan är det också väldigt fin gemenskap och bra stämning i personallaget, man vill varandra väl, och det upplever jag är en skillnad gentemot tidigare arbetsplatser.



Vad ser du för utvecklingsmöjligheter i tjänsten?

– En utmaning för hela sjukhuset är att arbeta mer med barn som är anhöriga. Hur kan vi uppmärksamma barnen tidigt och ge dem hjälp till stöd som de har rätt till? Där hoppas jag kunna vara med och hitta rutiner för att bättre se barnen i vården.

Hur ser livet ut annars?

– Jag bor i Partille med min man Joel, vår tvååriga son Aston och vår trebenta hund Stanley. Mycket av min tid ägnar jag åt familj och vänner. Jag tycker också mycket om att träna, till exempel löpträning.

Temat för kyrkobladet är "resa". Har du någon drömresa?

– Jag älskar verkligen att resa! Tanken på klimatet gör att jag brottas en del med att flyga och vill hellre stanna på marken. Men något som vi planerat att göra är en tagluff i Europa med familjen – det är verkligen en drömresa! ●

Gemenskap på kolonilotten

Församlingen har nu en egen kolonilott i området Iskälän, nere vid älven. Kolonilotten är tänkt som en mötesplats öppen dygnet runt där man kan få vara med och odla och umgås med människor i närområdet. För mer information, kontakta diakon Ingela Lönn, tel 0303-37 70 33. ●



Utökade öppettider på kyrkogårdsexpeditionen

Kyrkogårdsexpeditionen har nu utökade telefontider: Du ringer 0303-37 70 50 och kopplas då till församlingens expedition. I sommar har vi öppet mån-fre kl 10-12 och från och med i höst även öppet mån-tors kl 13-15. Hit kan du vända dig med frågor om gravskötsel, gravbrev eller andra administrativa frågor. Vill du boka tid för att se ut en grav eller hämta en urna kan du ringa direkt till kyrkogårdsföreståndare Mikael Osberg, telefon 0303-37 70 51. ●

Kontakt

VÄXEL/EXPEDITION 0303-37 70 00
Kyrkoherde Mikael Isacson 37 70 01
Kyrkogårdsförvaltningen 37 70 50
Sjukhuskyrkan 37 70 46
Kontakten, Torggatan 5 21 13 50

Kungälv's kyrka/församlingshem

Präst Evelina Bohlin 37 70 11
Organist Helena Viklund 37 70 12
Diakoniass. Maria Larsson 37 70 13
Familjediakon Christina Carlsson 37 70 14
Vik. vaktmästare Birgitta Hallén 37 70 15
Barnledare Ruth Hassling 37 70 17
Kantor Klara Laurell 37 70 18
Kontaktenföreståndare
Lennart Åkerlund 37 70 27

Kastalakyrkan

Präst Magnus Haglund 37 70 31
Kantor Maria Andersson 37 70 32
Diakon Ingela Lönn 37 70 33
Pedagog David Hermansson 37 70 34
Vaktmästare Linus Åsemyr 37 70 35
Familjediakon Christina Carlsson 37 70 14
Barnledare Ruth Hassling 37 70 17

Munkegärdekyrkan

Vik. präst Mikael Nordblom 0722-20 59 90
Präst Filip Lindstrand 37 70 41
Kantor Maria Andersson 37 70 32
Vaktmästare Linus Åsemyr 37 70 35
Barnledare Catarina Andersson 37 70 43

Ytterby kyrka/församlingshem

Präst Gabriel Bengtsson 37 70 61
Organist Torvald Petersson 37 70 62
Diakon Sven-Börje Andersson 37 70 63
Familjediakon Elisabet Eriksen 37 70 64
Vaktmästare Carina Magnusson 37 70 65
Vaktmästare Tobias Eriksson 37 70 66
Pedagog Mattias Wodlén 37 70 67
Präst Per-Olof Holm 37 70 47
Kantor Åsa Gunnervik 37 70 71
Barnledare Catarina Andersson 37 70 43

Kyrkobladet delas ut till alla hushåll i Kungälv och Ytterby fyra gånger om året. Utgivningsplan 2019, årgång 12: april (nr 1), juni (nr 2), september (nr 3) och december (nr 4).

I redaktionen: Mikael Isacson (ansvarig utgivare, Karolina Braun (redaktör), Sonja Dahlberg och Eva Eliasson.

Saknar du eller någon du känner Kyrkobladet i brevlådan? Är det något du skulle vilja läsa mer om? Hör av dig till redaktören på 0303-37 70 04, eller karolina.braun@svenskakyrkan.se

Fler kontaktuppgifter på baksidan.

Retreat: En inre resa

Vi har haft förmånen att vara med på Kungälv-Ytterby församlings retreat några gånger. Det var en längtan efter att få avsätta tid med Gud som gjorde att vi ville pröva detta, och det är fantastiskt att den möjligheten finns.

Retreaten brukar vara på någon fin plats med vacker natur. Gruppen träffas där på eftermiddagen första dagen. Det blir en stund att få träffa de andra i gruppen och äta middag tillsammans innan vi går in i tystnaden på kvällen. Morgonen därpå börjar vi med *laudes* – morgonbön. Därefter väntar en härlig frukost och så brukar ledarna dela några tankar ifall man själv vill utgå från dem under dagen, men det är frivilligt. Det finns böcker att låna för den som vill, natur att promenera i och möjlighet att tala med ledarna om det dyker upp tankar man behöver dela med någon. På retreaten är man ensam med sig själv, och vi som är gifta sover i enskilda rum. Samtidigt är det också gemenskap att vara där tillsammans med andra.

Att gå in i tystnad kan nog vara ganska dramatiskt för en del människor. Många idag lever ett hektiskt liv med mycket runtomkring sig. I tystnaden kan man inte gömma sig bakom aktiviteter eller ord. Men samtidigt är det nog många som längtar efter stillhet. Rent allmänt skulle nog fler må ofant-

ligt mycket bättre av att vara i tystnad ibland.

När vi åkte på retreat första gången arbetade vi och längtade just efter det lugnet. **Och att vara på retreat är lite som att befinna sig i stormens öga. Även om en orkan pågår runtomkring är det stilla i mitten. Man får slänga av sig måstena, behöver inte prestera, utan bara vara.** På så sätt är retreaten en andlig resa, till skillnad från en charterresa som ju ofta är fylld av aktiviteter eller en sparesa som framför allt fokuserar på det kroppsliga.

Retreaten innehåller fasta bönetider men retreaten är också ett sätt att faktiskt vara i bön. Om bönen blir ännu en sak att göra på sin lista är det skönt att tänka att bön är något man kan få vara i, hela tiden. Man kan jämföra det med att vara gifta. I äktenskapet handlar det inte bara om att prata med varandra utan att också vara med varandra. Närhet och gemenskap med Gud är en annan typ av bön som är bortom alla ord.

Vi som åker på retreat kommer alla från olika sammanhang med olika förutsättningar. Därför kan man ha olika anledningar till att åka på retreat och ändå få ut något av det. För oss har retreaten framför allt inneburit en möjlighet att just bli stilla och möta Gud. Be-



rättelsen om Marta och Maria i Bibeln berättar om hur Marta hade fullt upp med alla vardagsbestyr, medan Maria tog sig tid och lyssnade. **Vi behöver förstås göra de där bestyren, men ofta sätter vi det där andra åt sidan. Istället borde vi oftare först ta oss tid att stanna upp och lyssna innan vi går vidare med bestyren. Den kraft som finns i tystnaden och retreaten kan vi sedan ta med oss in i vardagen.** ●

ELISABETH OCH CHRISTER HELLSTRÖM
BERÄTTAT FÖR KAROLINA BRAUN

#kyrkanochjag

Dela gärna din berättelse på sociala medier under hashtagen #kyrkanochjag



Dags att anmäla till konfirmation svenskakyrkan.se/kungalv/konfirmation