

Herre, visa mig din väg



och gör mig villig att vandra den.

Heliga Birgitta – helgon, människa och förebild

Ett helgon har varit en vanlig människa som du och jag. En människa som vågat stå upp för det hon eller han tror på. Med sina liv kan helgonen inspirera oss till att bli mer oss själva, att vara ljus för världen. De kan hjälpa oss att våga lyssna efter det som är din och min kallelse i livet.

Heliga Birgitta är speciell för Fresta församling eftersom hon föddes här omkring 1303. Dessutom är hon Sveriges och Europas skyddshelgon.

Stora Birgittavandringen i Fresta

Denna skrift är tänkt som ett stöd under din pilgrimsvandring. Längst bak i häftet finns en karta med markeringar för de tolv stationer som finns utmed Birgittavandringen. Vid stationerna kommer du att finna skyltar med ett ord och en fråga som är inspirerade av den heliga Birgittas liv. Varje angiven plats har en egen sida i häftet. Där läser du Birgittas böneord, ett bibelord, en reflektion och en psalmvers. Stanna gärna till vid varje station och läs någon text eller alltsammans. Ta med ett ord som fångar dig och fundera på det till nästa station. Har du en medvandrare så kan ni dela tankar och funderingar längs vägen. Prova gärna att gå någon sträcka i tystnad för att ge rum åt inre reflektion. När det är dags att bryta upp från en station, så kan du be alla pilgrimers bön formulerad av den heliga Birgitta: Herre, visa mig din väg och gör mig villig att vandra den.

Må Gud välsigna dig på din vandring.

Pax et bonum!(Frid och allt gott!)

Fresta församling

Du hittar också häftets texter och kartan på www.birgittavandringen.se

1. Birgittalunden
Kallelse *Vart är du på väg?*



O Herre, kom snart och lys upp natten.

Bibelord Ps 121:1b-2

Jag ser upp emot bergen: varifrån skall jag få hjälp?
Hjälpen kommer från Herren som har gjort himmel och jord.

Reflektion

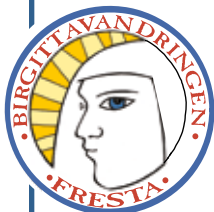
Du är kallad av Gud att vara den du djupast sett är. Inte någon annan. Du behövs här på vår jord med just dina gåvor. Tänk om du lät dina förmågor bestämma vad du skulle göra. Vilken riktning skulle ditt liv ta då?

Psalm 795:1

Jag är alltid på väg mot en avlägsen destination, bortom det man kallar tid och rum. Detta mål ger mig mod, ger mig kraft, ger mig inspiration till att möta åren som jag nu har framför mig. Så vad jag än gör, vad jag än tar mig för, ska jag aldrig släppa taget om denna osynliga hand som Herren sträckt mig. Nej, vad jag än gör, vad jag än tar mig för, ska jag aldrig släppa taget om detta osynliga land som kallas himlen.

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

2. Frestabäcken

Klarsyn *Vad är sanning?**Såsom döende längtar, så längtar jag efter dig.**Bibelord Ps 121:5*

Herren bevarar dig, i hans skugga får du vandra, han går vid din sida.

Reflektion

Livet är som en vandring utan karta. Du kan inte göra annat än att gå framåt. Vad som döljer sig bakom nästa krök får framtiden utvisa. Det enda som är säkert är att du inte vandrar ensam. Vid din sida går Gud troget. Om du lyssnar noga så visar Gud dig vägen hem.

Psalm 795:2

I mitt innersta bär jag en bit av ett avlägset land, löftet om att jag hör hemma där. I mitt innersta bär jag ett hopp om en avlägsen strand, att få möta Herren ansikte mot ansikte. Så vad jag än gör, vad jag än tar mig för, ska jag aldrig släppa taget om denna osynliga hand som Herren sträckt mig. Nej, vad jag än gör, vad jag än tar mig för, ska jag aldrig släppa taget om detta osynliga land som kallas himlen.

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

3. Sandakärret Inspiration

Vad ger skaparkraft?



*Säg min själ att inget händer, utan att du tillåter det,
och att inget som du tillåter är tröstlöst.*

Bibelord Ps 121:8

Herren skall bevara dig i livets alla skiften, nu och för evigt.

Reflektion

Ordet inspiration kommer av latinet och betyder ungefär väcka liv eller att inblåsa. Gud formade människan av jord och blåste in liv genom hennes näsborrar. En berättelse om Adam och Eva kanske säger något om dig; att det är Gud som gör dig levande.

Psalm 795:3

Om nu Gud är en lögn har jag svårt se min väg meningsfull, livet är då ren fåfänglighet. Men jag tror på den man som blev korsfäst för kärlekens skull. Du vet, graven som blev lämnad, som blev funnen tom. Så vad jag än gör, vad jag än tar mig för, ska jag aldrig släppa taget om denna osynliga hand som Herren sträckt mig. Nej, vad jag än gör, vad jag än tar mig för, ska jag aldrig släppa taget om detta osynliga land som kallas himlen.

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

4. Sanda källa **Rättvisa** *Vad är orättvisa?*



O Jesus, Guds Son, du som stod tyst inför dem som dömde dig, håll tillbaka min tunga, till dess jag fått besinna vad och hur jag skall tala.

Bibelord Luk 2:34b-35

”Detta barn skall bli till fall eller upprättelse för många i Israel och till ett tecken som väcker strid – ja, också genom din egen själ skall det gå ett svärd – för att mångas innersta tankar skall komma i dagen.”

Reflektion

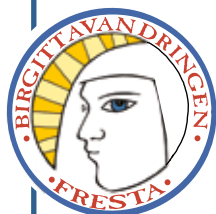
Livet är orättvist. Ja, allt är orättvist, och Gud är den enda som är rättvis. För Guds rättvisa är inte människornas rättvisa. När Gud dömer så förlåter Gud av kärlek till oss. Hur dömer du?

Psalm 788:1

För livets skull ska sanningen bli synlig.
För livets skull ska längtans frön slå rot.
För livets skull ska fredens väg bli tydlig
för dem som vågar gå – för livets skull.

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

5. Röda broarna **Mod** *Vågar du?*



Visa mig vägen och gör mig villig att vandra den.

Bibelord Luk 1:48-50

Han har vänt sin blick till sin ringa tjänarinna.
Från denna stund skall alla släkten prisa mig salig:
stora ting låter den Mäktige ske med mig,
hans namn är heligt,
och hans förbarmande med dem som fruktar honom
varar från släkte till släkte.

Reflektion

Ibland behöver man vara sin egen superhjälte, och kanske även andras. Vi behöver alla räddas från något någon gång i livet. Då krävs det mod av hjälten. Superman är jättemodig. Men superman finns inte på riktigt. Hur är man modig på mänskligt vis? När vågade du?

Psalm 788:3

För livets skull vänds vanmakten till vrede.
För livets skull ska rätten flöda fram.
För livets skull ska källor utav glädje
ge modet hopp och kraft – för livets skull.

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

6. Klippkyrkan Tro Vad tror du på?



Vådligt är att dröja och farligt att gå vidare. Bibelord

Bibelord Luk 2:15b-17

”Låt oss gå in till Bethlehem och se det som har hänt och som Herren har låtit oss veta.” De skyndade i väg och fann Maria och Josef och det nyfödda barnet som låg i krubban. När de hade sett det berättade de vad som hade sagts till dem om detta barn.

Reflektion

Oavsett om du tycker det är lätt eller svårt att tro så gör tron något med dig. Att tro kan vara som att kasta sig ut i det okända eller som att komma in i ett tryggt hem. Oavsett hur din tro ser ut så tror Gud alltid på dig.

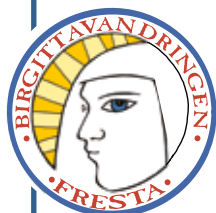
Psalm 788:4

För livets skull blev Gud ett barn, vår like.
För livets skull gav han sitt liv för oss.
För livets skull ska rättens rätta rike
bli synligt genom oss – för livets skull.

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

7. Utsiktsplatsen • Perspektiv

Hur långt vågar du se?



Så uppfyll då min längtan och visa mig vägen.

Bibelord Ps 23:3

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

Reflektion

Ibland måste du bege dig långt från dig själv för att komma tillbaka till den du djupast sett är och ibland behöver du bara stanna upp. Den längsta resan du gör är den du vandrar inåt dig själv. Din själ är oändlig och du har många oupptäckta platser inom dig.

Psalm 762:1

Bli stilla låt tystnaden föra dig nära. Närvaron finns där. En kraft som vill bära, ja öppna det rum som står låst djupt in om dig. Barnet som bor där och stumt skriker hör mig. Du är en bön, Gud är din bön.

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

8. Myren Tillit

Förtröstar du?



*Jag kommer till dig, såsom den sårade
kommer till läkaren.*

Bibelord Ps 23:4

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

Reflektion

Uttrycket var inte rädd återkommer i lite olika former över 400 gånger i Bibeln. Du kan alltså finna ett sådant budskap varje dag under året och lite till. Kanske står det där så många gånger därför att det är det viktigaste som Gud vill att du ska veta. Var inte rädd.

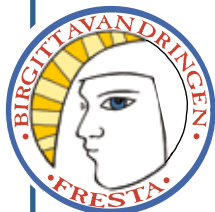
Psalm 762:2

Låt oron få sjunka som stenar mot botten. Hela ditt liv är ett samtal med honom som bär universum och bor vid ditt hjärta. Han delar ditt liv både glädjen och smärtan. Du är en bön, Gud är din bön.

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

9. Gamla landsvägen Vägskäl - Vägsjäl

Vem vägleder dig?



Giv, o Herre, mitt hjärta ro.

Bibelord Ps 23:6

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

Reflektion

Vem låter du styra dina steg? Är det slumpen som avgör, eller du själv, dina närmaste eller Gud? Visst kan det vara så att när du ser tillbaka på ditt liv ser du mönster i skeenden som då verkade slumpartade. Är det Gud som redan vet var du ska gå?

Psalm 762:3

Bli stilla, låt tystnaden föra dig nära. Närvaron finns där. En kraft som vill bära, ja, våga den tillit som bor djupt inom dig. Lyssna till rösten som kallar dig: "Följ mig! Du är en bön, Jag är din bön."

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

10. Harby

Tålmod *Är det mod att tåla?*



*Herre Gud, för vilken ingenting är omöjligt;
Ge mig kraft att göra det goda och att vara uthållig.*

Bibelord 1Kor 13:4,7

Kärleken är tålmodig och god. Kärleken är inte stridslysten, inte skrytsam och inte uppblåst. Allt bär den, allt tror den, allt hoppas den, allt uthärdar den.

Reflektion

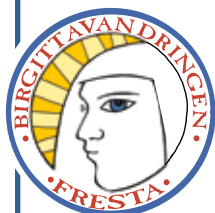
Nu har du vandrat en bit, på din livsvandring och på denna pilgrimsfärd. Hur har vägen varit så här långt? Har du ont någonstans? Man kan få skavsår på fötterna och på själen. Själens plåster är Guds kärlek och den kan ge dig mod att tåla lite till så att du kommer ända hem.

Psalm 717:1

Så kom du då till slut, du var en främling,
en mytgestalt som jag hört talas om.
Så många hade målat dina bilder
men det var bortom bilderna du kom
Vi trodde du var användbar, till salu,
vi skrev ditt namn på våra stridsbanér,
vi byggde katedraler högt mot himlen
men du gick hela tiden längre ner.

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

11. Främjartorpet

Frihet*Vad är sann frihet?*

*Gör mitt hjärta brinnande av din kärleks eld,
så att allt däri som är dig emot
må sopas bort som aska i blåsande storm.*

Bibelord 1 Kor 13:12

Ännu ser vi en gåtfull spegelbild; då skall vi se ansikte mot ansikte. Ännu är min kunskap begränsad; då skall den bli fullkomlig som Guds kunskap om mig.

Reflektion

Att vara fri men ändå fången är människans paradox. Fullt fria var möjligen Adam och Eva i paradiset, naiva och okunniga. Men så åt de av den förbjudna kunskapens frukt och blev iväggörda av Gud som straff. Människan släpptes ut av Gud med en fri vilja men hon är fången av sin trasiga längtan efter oskuldens tid. När är du fri?

Psalm 717:2

Du är ett barn som ligger på ett jordgolv
du fryser om vi inte griper in.
Du rör vid kroppar, hatar orättvisor,
du bjuder älskande på moget vin.
Du stiger ut ur alla tomma gravar
du är en vind som säger: det blir vår!
Du kommer som en flykting över bergen
du följer oss dit ingen annan når.

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

12.

Bronsåldergravarna

Hopp*Finns det ljus i mörkret?*

*Sänd din helige Ande för att upplysa mitt hjärta
och styrka mig på min väg, så att jag kan fortsätta
det goda.*

Bibelord 1Kor 13:4,7

Bibelord 1Kor 13:13

Men nu består tro, hopp och kärlek, dessa tre, och störst av dem är kärleken.

Reflektion

För Gud är det aldrig försent. Vägen kan vara svår att se, för livet har ingen karta. Hur krokig, backig eller tung att vandra vägen än är så kommer Gud att leda dig och göra vägen möjlig att gå. För Gud väntar på dig där hemma.

Psalm 717:3

Du är den sång om livet som jag glömde
den sanning jag förrådde dag för dag.
Jag svek mig själv; den spegel som jag gömde
bär dina bråddjup, dina anletsdrag.
Kom närmare. Bli kvar hos mig. Det mörknar
och kanske ljusnar det på nytt igen.
Ditt liv ska bära mig; jag hör en koltrast
som sjunger timman innan gryningen.

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

Heliga Birgitta från Fresta

Birgitta Birgersdotter föddes i Fresta socken omkring år 1303 och vi har därför goda skäl att tro att hon besökte vår kyrka som barn. Kanske betraktade hon 1200-talskrucifixet med stora ögon och lyssnade till berättelserna om Jesus, Maria och helgonen.

Medeltida brev och intyg berättar om ett jordabyte mellan Birgittas far, herr Birger Persson, och herr Rörrik Matsson år 1296. Birger lämnar då Finsta i utbyte mot Skällnora gård. Utbytet sker ungefär sju år före Birgittas födelse.










Breven visar att det dröjer ända till 1317 innan Birger åter köper gods i Finsta. Då är Birgitta sedan ett år tillbaka gift med Ulf Gudmarsson och har flyttat till Ulvåsa i Östergötland.

I de påvliga kanoniseringsakterna nämns Birgittas födelseort på flera ställen som ”in regno Swecie de civitate Frastad”, med undantag för en av de bevarade handskrifterna, Codex Harleian 612 i British Museum, som har namnformen ”Fristad”.

Vi kan alltså tillåta oss den svindlande tanken att Heliga Birgitta både har döpts och firat gudstjänst här i Fresta kyrka. Sveriges och Europas skyddshelgon kommer på det sättet ännu närmare oss idag, som medvandrare, förebild och inspirationskälla.

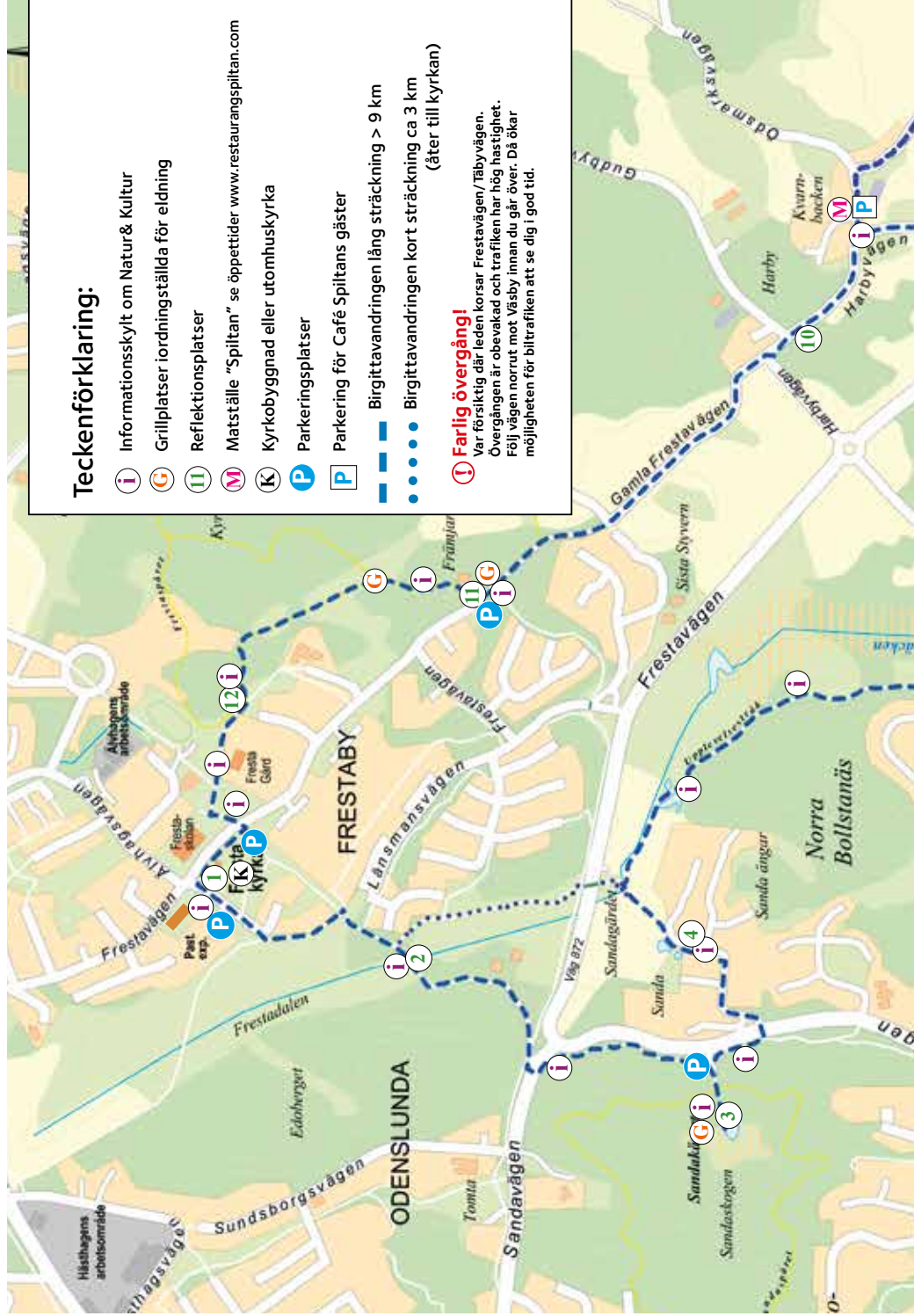


Teckenförklaring:

-  Informationsskylt om Natur & Kultur
-  Grillplatser iordningställda för eldning
-  Reflektionsplatser
-  Matställe "Spiltan" se öppettider www.restaurangspiltan.com
-  Kyrkobyggnad eller utomhuskyrka
-  Parkeringsplatser
-  Parkering för Café Spiltans gäster
-  Birgittavandringen lång sträckning > 9 km
-  Birgittavandringen kort sträckning ca 3 km (åter till kyrkan)

Farlig övergång!

Var försiktig där leden korsar Frestavägen/Täbyvägen. Övergången är obevakad och trafiken har hög hastighet. Följ vägen norrut mot Väsky innan du går över. Då ökar möjligheten för biltrafiken att se dig i god tid.





Birgittavandringen

är en vandringsled i den Heliga Birgittas namn i syfte att väcka intresse för hennes barndomskoppling till Fresta socken och skapa en möjlighet för människor att reflektera över sig själva samt ta del av sin lokala natur och miljö med koppling till det kulturhistoriska arvet vi alla förvaltar.

Du kan välja att gå hela vandringen som är knappt 9 km lång. Du kan också gå den i delar. En kortare runda på ca 3 km finns också. Du kan vandra den själv eller i sällskap. Start kan ske på flera ställen och den kan vandra i båda riktningarna. En tänkt start sker vid Fresta kyrka där också pilgrimspass och annat finns. På sträckan passerar många vackra platser du annars inte skulle komma till samtidigt som vandringen ger oss möjligheter att reflektera över oss själva och vår tid.

Vandringen har möjliggjorts genom ett samarbete mellan Upplands Väsby kommun och Fresta församling.

Mer information finns på www.birgittavandringen.se

Har du upptäckt skador på reflektionsskyltarna utmed leden? Vänligen meddela fresta.forsamling@svenskkyrkan.se. För informationsskyltar, mark- och övriga anläggningsfrågor kontakta Upplands Väsby kommun.



WWW.BIRGITTAVANDRINGEN.SE
WWW.FRESTAFORSAMLING.SE

Svenska kyrkan 
FRESTA FÖRSAMLING

jan 2017