

KYRKNYTT

Tidningen om

LIVSFRÅGOR OCH KRISTEN TRO

från Svenska kyrkan i Karlstad och Hammarö

Vad gör

**LIVET VÄRT
ATT LEVA?**

14-17 mars ställer
vi frågan igen

Tillit

FEM ÅR I TERRORNS VÅLD
Så kan Johan ändå känna tillit

2018

BERÄTTA. LYSSNA. FÖRSTÅ. AGERA.
Efter #metoo i kyrkan



*Kanske är det lättare
att lyfta
om vi är fast rotade?*

Bild: Hans Kvarnström
Följ Dagdroppar på instagram eller bloggen <http://universitetskyrkankarlstad.blogspot.se> om du vill se fler.
Den 14-17 mars kan du även se ett urval droppar på bibliotekshuset i Karlstad.



För fem år sedan var vår familj på semester på Mallorca. Vi strosade i folkvimlet utefter en träspång. Plötsligt var vår då sexåriga dotter borta. Hon var ingenstans; och vi kunde inte hitta henne. Minuterna gick och vi kunde inte hitta Sara.

Panikartat sprang jag ner till hamnen, tittade i vattnet. Flera andra började hjälpa oss leta. De värsta tankar slog mig, och vi sprang ner och tittade i båtarna i hamnen – hade någon tagit henne?

Det visade sig att Sara gått och tittat på några hästar, och en försäljare på gatan lade märke till henne och tog henne till oss. Det som gör händelsen intressant var hur snabbt jag kom in på tanken att någon kidnappat min dotter.

Tillit är den hårdvaluta med vilken vi bygger ett bärkraftigt land. I detta nummer av Kyrknytt möter du därför artiklar som belyser olika typer av tillit i vårt samhälle.

Förresten: det bibliska ordet för ”tro” kan lika gärna översättas med tillit. När Jesus säger ”Gå, din tro har hjälpt dig” kan vi lika gärna översätta ”Gå, din tillit har hjälpt dig”.

Vad har du tillit till? ●



SÖREN DALEVI
biskop i Karlstads stift

Fortsatt satsning på tidningar

Vi är mycket glada över att Karlstads stift fortsätter att dela ut Kyrknytt till alla sina hushåll. Produktionen sker i samverkan med oss i Karlstads pastorat och varje nummer trycks i drygt 190 000 ex.

Nu fortsätter stiftet sin satsning och samverkan kring tryckta tidningar. Från och med i år får alla de drygt 2000 anställda, förtroendevalda och ideella medarbetarna även tidningen Korsväg hem i brevlådan.

En intressant och innehållsrik tidskrift, som produceras av Göteborgs stift och som liksom Kyrknytt har ett brett och öppet perspektiv.

Om du har tankar kring vad du vill läsa i de båda tidningarna mejla cecilia.hardestam@svenskakyrkan.se (Kyrknytt) eller Torgny Lindén på goteborg.korsvag@svenskakyrkan.se (Korsväg)



CECILIA HARDESTAM
*ansvarig utgivare och
redaktör för Kyrknytt*

Läs Kyrknytt på nätet
www.svenskakyrkan.se/karlstadsstift/kyrknytt

www.svenskakyrkan.se/karlstadspastorat/kyrknytt

KYRKNYTT
Karlstads pastorat
Västra Kyrkogatan 5, 652 24 Karlstad

ansvarig utgivare och redaktör
Cecilia Hardestam 054-14 15 32
cecilia.hardestam@svenskakyrkan.se

redaktionsråd
Charlotte Hartwig Lund, Louise Hedberg,
Marie Lundström, Greta Sjöbom, Helena
Söderqvist och Peter Pasalic Östborg

grafisk form
Maria K-Back, Whiter Shade

tryck
LÖWEX Trycksaker AB, Växjö
ISSN 2001-6212

Svenska kyrkan



Livet värt att leva

Den 14-17 mars är det åter dags för Karlstads stifts populära Livet värt att leva dagar. Nedan ser du en av punkterna i programmet. Fler hittar du på sidorna 11-13.

GÅR MÅNGKULTUR OCH TILLIT IHOP?

SVERIGE ÄR ETT SAMHÄLLE med hög social tillit och starkt förtroende för gemensamma institutioner. Här finns också en kultur vars värderingar och lagar skiljer sig från andra länder vad gäller synen på till exempel jämställdhet och barns rättigheter.

Hur påverkas den sociala sammanhållningen när många människor som bär med sig andra traditioner och värderingar kommer till Sverige? Kan kulturell mångfald samexistera med den svenska tilliten?

- Föreläsning med historieprofessor Lars Trägårdh (se sidorna 4-6).
- Panelsamtal kring hur samverkan mellan trossamfund och offentliga organisationer kan bidra till ett demokratiskt och jämställt samhälle.
- Örjan Wallin vid myndigheten för stöd till trossamfund om hur man kan stärka tilliten.

När: **Fredag 16 mars 18.00**

Var: **Arenan, bibliotekshuset, Karlstad**

Andakt med mindfulness

”Bästa kuren för kroppen är ett stilla sinne”. Vi stillar oss genom övningar i medveten närvaro. Kvällsfika efteråt. ●

Frågor? marie.tornqvist@svenskakyrkan.se eller 054-14 14 82

När: **Fredag 13 april 18.00**

Var: **Herrhagskyrkan**



Fira Earth Hour i kyrkan!

EARTH HOUR är världens största miljömanifestation med hundratal miljoner människor som uppmanar makt-havarna att ta krafttag för klimatet. Kom och var med då vi uppmärksammar den! ●

När: **Lördag 24 mars 20.30**

Var: **Västerstrandskyrkan**

BARNMÄSSAN

23-25 mars medverkar Svenska kyrkan på barnmässan i Karlstad

BÄRSELAR, BARNVAGNAR, dregglisar, nappflaskor, leksaker, kläder, barnmat, mammaträning, och ansiktsmålning, men också drop in-dop för både stora och små.

Dessutom högläsning ur Barnens bibel i kyrkans egen monter samt möjlighet att prova på barnrytmik med kyrkans pedagoger i scenprogrammet. ●

Se mer på www.barnmassan.se



14-17 mars

Utställning på Naturum i Mariebergsskogen med verk kring Tillit skapade av barn från Fredricelundskolan



FOTO LOUISE HEDBERG



Var femte britt ber när de tränar

Över hälften av alla vuxna i Storbritannien ber, det visar en ny undersökning.

AV DRYGT 2000 TILLFRÅGADE svarade 51 procent att de ber till Gud. En femtedel av dem som bad kallade sig dock inte religiösa, berättar Kyrkans tidning.

Undersökningen, som gjordes av ComRes på uppdrag av den kristna organisationen Tearfund, visar att 55 procent bland dem som ber gör det vid kriser medan 42 procent ber för att tacka. 71 procent ber för sina familjer, 40 procent för läkande och lika många ber för vänner.

Många av de tillfrågade, 39 procent, menar att bön kan förändra världen och 24 procent ber för att den globala fattigdomen ska försvinna. Det är också vanligt att be i samband med en aktivitet: 20 procent ber när de tränar, 12 procent då de lagar mat. ●

Vem tar emot om jag faller?

”Jag har ett kontrakt med Gud. Så jag gör som jag vill.”
Så sjunger Jocke Berg i rockgruppen Kent. Det är inte riktigt svenskt. Svensken har ett kontrakt med staten som garanterar rätten att leva sitt liv som man vill.
Och att samhället är att lita på.

----- text BÖRGE NILSSON/TEXTRA bild PER HARDESTAM -----

Han arbetar och betalar skatt som alla andra. Men den dag det blir riktig kris så vet frisören Benjamin Bezatto, 32, i Karlstad vart han ska vända sig.

– Det är familjen. Den kan jag alltid lita på. Den har jag alltid kvar.

Familjen är stor. I Karlstad driver han en frisersalong i köpcentret Mitt i City tillsammans med en brorson. De andra bor i och kring Södertälje där Benjamin föddes och växte upp.

De är åtta syskon. Benjamin och en bror är födda i Sverige. De äldre föddes i sydöstra Turkiet nära gränsen till Syrien, innan familjen emigrerade till Sverige i arbetskraftsinvandringens tidevarv när sjuttioal blev åttiotal.

– Det var Scania som rekryterade. Föräldrarna var bönder och vi bodde upp i bergen. Här lever vi ett helt annat liv, säger Benjamin.

Om inte familjen skulle kunna hjälpa, kan Benjamin lätt utvidga sin närmaste krets. Det blir släkten, församlingen, kyrkan, etniciteten.

På salongen tar många kunder för givet att han har kurdiskt eller arabiskt ursprung.

– Då brukar jag lyfta fram det här, säger han och drar upp halskedjan där det sitter ett stort, tungt kors dolt bakom tröjans halslinning.

Den syrisk-ortodoxa kyrkan i Södertälje var en centralpunkt för familjen när Benjamin växte upp och är det fortfarande för dem som är kvar.

– Jag var till och med diakon och hjälpte till under ceremonierna.

Hans identitet är assyrier/syrian, vilket reflekterar såväl folkgrupp som religion och språk. Är han hemma hos föräldrarna i Södertälje en söndag försöker han gå i kyrkan, men i Karlstad finns ingen syrisk-ortodox kyrka.

– Senast var jag inne i en vanlig kyrka här i Karlstad och tände ljus för min bror som har gått bort.

Under julhelgen älskade svenska politiker att prata om integration och svenskhet i jultal och andra utspel. Och på en punkt skiljer sig den så välintegrerade frisören från Karlstad från det som betraktas som svenskt.

Medan han litar till familjen litar svenskar traditionellt på sig själva, på individen. Och på staten.





I boken *Är svensken människa? Gemenskap och oberoende i det moderna Sverige* (Norstedts 2015), tecknar historikerna Henrik Berggren och Lars Trägårdh bilden av en internationellt sett unik skandinavisk tilltro till individen och staten.

Sverige har haft fria bönder som fattat gemensamma beslut om näring, som haft ett eget stånd i riksdagen och som hjälpt kungen att marginalisera den jordägande adeln.

PÅ KONTINENTEN styrde feodalherrar över livegna bönder. I Sverige fanns torpare och stutare med dåliga villkor på tidsbegränsade avtal men aldrig livegenskap.

I många länder sa sig härskaren vara utsedd av Gud. I Sverige valdes Gustav Vasa till kung med stöd av riksmötets bönder. Tilltron till en rättvis lagstiftning som gäller alla medborgare är stor. Kontraktet mellan tämligen fria individer och en stark stat har definierats av tänkare som Erik Gustaf Geijer och Jonas Love Almquist och förfinats av folkrörelser för frikyrklighet, nykterhet och arbetarrätt.

Socialdemokraterna axlade rol-

len som statsbärare och lät den svenska arbetaren ta den fria bondens plats i berättelsen om svenskhet. I sitt berömda folkhemstal skapade Per Albin Hansson på 1930-talet den inkluderande nationalism som politiker från höger till vänster än i dag säger sig stå bakom.

Alva och Gunnar Myrdal förfina systemet. Barnbidrag till alla. Individuell beskattning så att både kvinnor och män har ekonomiska skäl att förvärvsarbeta. Föräldraförsäkring och en kraftigt utbyggd barnomsorg.

Följden blev ett land där individerna har världens högsta tillit till staten. Historikerna kallar det en "sval" tillit, en tillit som gäller alla medborgare och de institutioner vi har gemensamt. Vi älskar inte staten, men vi känner oss trygga med att den kommer att ge oss det vi har rätt till när vi behöver det.

Den "heta" tilliten, den som Benjamin Bezatto känner till sin familj, sitt folk och sin kyrka och som är viktigast i de flesta länder i världen, är rätt låg i Sverige.

Familjen är inte absolut nödvän-

dig för vår överlevnad. Den är bra, men mer som ett frivilligt förbund mellan självständiga och likställda individer.

– Vi tycker om att kalla oss toleranta, konstaterar Lars Trägårdh.

MEN TOLERANSEN är starkt villkorad.

– Den bygger på att alla ställer upp på våra gemensamma värderingar som att vi arbetar och betalar skatt. När det gäller frågor som barns rättigheter, homosexuella rättigheter och jämställdhet så är vi inte toleranta mot dem som bryter mot det sociala kontraktet.

Vi är alltså inte toleranta mot intolerans. I det sociala kontraktet ingår att också andra har rätt att utforma sina liv så som de själva vill.

Vi är inte toleranta mot intolerans.

Men svenskar bryr sig inte särskilt mycket om varifrån folk härstammar. Det märks i forskningsprojektet *Social tillit i Sverige*, som Lars Trägårdh arbetar med som professor på Ersta Sköndal Bräcke högskola med hjälp av Statistiska centralbyrån.

I somras gjordes nya intervjuer för projektets tillitsbarometer som ska presenteras under våren. Svaren visar att tilliten fortfarande är hög, men att den är lite lägre bland unga än bland äldre och betydligt högre i små orter i glesbygd än i storstädernas förorter.

– När vi ställde frågor om svenskhet var det nästan ingen som tyckte det var viktigt vilken etnisk grupp vi tillhörde eller var våra föräldrar var födda. Men nästan alla tyckte att respekten för svenska lagar och regler var central. Det ger stort utrymme för att inkludera människor som kommer hit.

– Men samtidigt ett starkt krav på att de som kommer hit också accepterar vissa gemensamma regler.

Vi kan tåla en huvudduk eller en utebliven handhälsning, men inte att kvinnor förbjuds arbeta utanför hemmet.

LARS TRÄGÅRDH uppfattar inte Sverige som särskilt hysteriskt.

– Men vissa saker är fundamentala i det svenska samhällskontraktet. Och det mest fundamentala är arbetet. Allt bygger på att alla arbetar och betalar skatt.

Hans slutsatser har kommit att älskas av de stora politiska partierna i Sverige. Integration och svenska värderingar ser ut att bli ett huvudnummer i årets valrörelse.

Det tycker Lars Trägårdh är bra.

– Jag tycker inte vi ska vara speciellt ängsliga men lite mer ärliga och mindre flummiga. När Sverige är som bäst är det ett mycket inkluderande samhälle som också är attraktivt för individerna, säger Lars Trägårdh.

BENJAMIN BEZATTO uppskattar både Sverige och sin familjs historiska ursprung.

Är du svensk?

– Det är en bra fråga. Jag är född och uppvuxen i det svenska samhället. Visst känner jag mig svensk, men man vill inte glömma bort sina traditioner och var man kommer ifrån.

Han är inte gift och har inte barn. Traditionen bjuder att han gifter sig inom gruppen kristna syrisk-ortodoxa för att föra tradition och tänkesätt vidare till nästa generation.

*Allt bygger
på att alla
arbetar och
betalar skatt.*

Han känner själv starkt för den tanken. Och hans kyrka kräver att kvinnan är döpt. Annars kan den inte viga dem.

– Men det är jättesvårt det där. Helst ska det ju inte vara en muslim, enligt religionen, men man vet aldrig. Kärleken är blind.

Hans egen mamma har aldrig arbetat utanför hemmet, men för Benjamin är det en självklarhet att kvinnor i hans generation gör det.

– Annars klarar man sig inte i Sverige. Och det är bra att inte kvinnan är beroende av mannen för sin försörjning.

Själv har han aldrig besökt familjens hemby i Turkiet. Men innan familjen utvandrade bodde där bara kristna.

– Det fanns någon enstaka kurd, det var allt.

Många kyrkor men långt till närmsta moské. Nu kan hans hemstad Karlstad få en egen moské, efter en tidvis hätsk debatt.

– Jag har inte reflekterat alls över det. Jag har väldigt nära vänner som är muslimer och det är inget problem att umgås med dem, säger Benjamin Bezatto.

LINDA NILSSON i Karlstad känner inte heller att Karlstadsbor i allmänhet har några svårigheter att umgås med muslimer.

I alla fall inte med henne. Som projektassistent på Selmastudien, ett forskningsprojekt vid Karlstads universitet, träffar folkhälsovetaren Linda Nilsson folk i massor. Ännu fler möter hon som lärarvikarie på lågstadiet i Karlstads trakten. Nästan aldrig får hon konstiga blickar eller kommentarer.

– Jag känner inte att jag får det. Kanske är det för att jag inte bryr mig, men jag blir bra bemött och ändå träffar jag jättemycket personal, föräldrar och barn. Jag blir bemött som Linda, säger hon.

Det händer ändå att hon får nyfikna frågor om tro eller ursprung.

– Jag tycker bara det är trevligt när någon ställer frågor. Bättre att fråga än att gå hem och sätta ihop en massa egna konstruerade svar.

Det är inte så att det inte syns. Hon bär sjal, ber fem gånger om



FOTO SOPHA RUNNISDOTTER

Sverige är ett samhälle med hög social tillit och förtroende för gemensamma institutioner. Våra värderingar och lagar skiljer sig därför från andra länder vad gäller till exempel jämställdhet och barns rättigheter, konstaterar historieprofessorn Lars Trägårdh.

16 mars kl 18.00 berättar han mer om tillit i ett mångkulturellt samhälle på Arenan i Karlstad.

dagen och har kläder som döljer hennes kroppsformer. Uppväxt i ett icke-troende hem på Skoghall blev hon katolik i gymnasiet och konverterade till islam för åtta år sedan.

Som troende litar hon på Gud.

– Det är klart. Allt som händer mig, både bra och dåligt, händer av en anledning och sker för mitt bästa, även om jag kanske inte förstår det just då.

Hon litar på att samhället ställer upp när hon och familjen behöver det och hon litar på andra människor.

– Jag kan gå till affären strax innan den stänger och har aldrig känt mig rädd.

NÅGOT TRYCK från omgivningen att bära sjal, fasta eller be har hon aldrig känt. Tvärtom, trots att hennes man är muslim och härstammar från iranska Kurdistan.

– Både min mans familj och min egen var kraftiga motståndare till sjalen till en början. Men det handlade mer om en rädsla för att jag skulle bli utsatt av samhället om jag bar sjal.

Fast när den muslimska församling där hon driver barnverksamhet på söndagarna vill ha en

moské, skapar det stor brist på tillit hos många i Karlstad.

– Det blir lite löjligt. Vi har ju en församling, den finns redan. Det är själva byggnaden det handlar om.

NU BEHÖVS KUNSKAP och dialog.

Linda Nilsson har bidragit som deltagare i en grupp för religionsdialog som kristna och muslimska kvinnor startade i Karlstad långt innan planerna på en moské blev ett debattämne.

Sedan dess har också Karlstads kommun arrangerat dialogmöten där företrädare för olika religioner mötts och diskuterat värderingar, demokrati och mänskliga rättigheter med varandra och med representanter för kommunen, landstinget och polisen.

Dialogprocessen sker i samarbete med Myndigheten för stöd till trossamfund.

Bakgrunden till det kommunala projektet är den tidvis hätska debatten om en moské på Rud i Karlstad.

Debatten har rört sig över hela skalan med namninsamlingar för en folkomröstning och hotfulla demonstrationer av högerextrema organisationer vid kommunfullmäktiges sammanträde. Främlingsfientliga röster har hatat både invandrare och islam.

Andra röster har oroats över säkerheten kring moskén eller att konservativa riktningar ska få inflytande och att det ska bryta ned vad de uppfattar som det unikt svenska, vårt inkluderande och jämställda samhällskontrakt.

Att oron frodas är ett tecken att tolka i sig, menar historikern Lars Trägårdh.

– Försvenskningen av islam har inte nått dithän att man uppfattar en moské som en naturlig del i samhällsbygget.

Därför krävs det mer kunskap. Forskare behöver forska, journalister behöver granska budskap och finansiering.

– Då kan ett moskébygge vara ett sätt att konkretisera det hela så att vi kan få en mer mogen diskussion, säger Lars Trägårdh. ●

KÄRLEK TILL FRÄMLINGEN

Filoxeni [grek. kärlek till främlingen]

”GÄSTFRIHET ÄR EGENTLIGEN en av de ädlaste egenskaper ett folk kan ha. Det lovprisas i Koranen lika mycket som i den kristna och hebreiska Bibeln. Nya Testamentet använder det gamla grekiska ordet filoxenia, kärlek till främlingen, för att kalla det precis som i Homeros klassiska verk. Filoxenia är den allra heligaste plikten och den mest ärofyllda, någonting att vara stolt över.

Men gästfriheten för också stränga krav med sig. Den som inte tar emot främlingen tar inte emot Gud och den som missbrukar gästfriheten syndar på ett oförläpigt och ödesdigert sätt.

Trojas undergång var följden av ett sådant missbruk. Ödet för Priamos stad beseglades i samma stund som Paris tog med sig den sköna Helena från Sparta.” ●

Mauricio Rojas, riksdagsledamot (L). Gästkrönika i GP 16 april 2017

*Om jag kunde
skulle jag ge
en jordglob
till varje barn
och allra helst,
en lysande sådan,
i förhoppning om
att den skall öppna
varje barns ögon
och hos dem väcka
intresse för och kärlek till
alla folk,
alla raser,
alla språk
och alla religioner!*



*Dom Helder Camara,
romersk-katolsk präst*

Rädsla för det okända

Xenofobi är belagt i skrift sedan början av 1900-talet, och dess bruk har tilltagit de senaste årtiondena. Det betyder ”sjuklig fruktan för det främmande, främlingskräck, främlingsfientlighet”. Första ledet är det grekiska ordet xēnos som betyder ”främling, utlänning” och ”gäst; värd”.

BEGREPPET XENOFABI BETYDER ungefär ”rädsla för främlingar” och grundar sig i överdriven ångest och rädsla för okända och främmande personer utan att man har några logiska argument varför. Xenofobi gäller alltså inte personer som man redan känner eller som man vet kan vara aggressiva eller obehagliga.

Det gäller främmande personer som man aldrig har träffat, aldrig har pratat med, och som inte har gjort – så vitt man själv vet – någon annan människa något ont. ●

Språktidningen 11/2014

Cosmopolitanism

Mycket klokt yttras i Erik Gandinis kortfilm ”Cosmopolitanism”, som handlar om att leva och verka tillsammans med främlingar i en gemensam värld.

Så här säger exempelvis filosofen Kwame Anthony Appiah: ”Vi kan inte ge oss ut i världen med utgångspunkten att vi inte kan ha fel. Och en insikt om detta skapar en drivkraft att vilja tala med andra människor. För vi kan ha fel om vissa saker. Och andra kanske inte har fel. Då kan vi lära oss av dem.”

www.svtplay.se/video/8492758/cosmopolitanism/cosmopolitanism-svt

Var är hem?

Då Region Värmland lärde ny-anlända ungdomar att göra film skapade Asad Nazari flera filmer. Hans ”Where is home?” vann både Sveriges kortfilmfestival och Stockholm filmfestival junior.

www.regionvarmland.se/kultur/film/var-ar-hem

DET NYA LANDET



Tröttsamt att leva tillsammans

”DET STÄMMER INTE ATT LYCKA är detsamma som ett bekymmersfritt liv. Ett lyckligt liv innebär att man övervinner bekymmer och löser svårigheter./.../

Den glädje man känner när man har bemästrat svårigheter eller kämpat med problem, trotsat dem och löst dem, den glädjen går förlorad när välfärden ökar./.../Människor som har tränats i självständighet förlorar förmågan att leva tillsammans med andra människor. Att umgås är tröttsamt, det tar energi, du ska förhandla, diskutera, komma överens. Åstadkomma något. Självständigheten berövar oss förmågan att göra det.” ●

Zygmunt Bauman, polsk sociolog, om det individanpassade sambället

Hur tar vi till oss erfarenheterna från människor som kommer hit från andra delar av världen? Vad är det som gör att vi känner tillit till och samhörighet med varandra?

Geir Hansteen Jörgensens ”Det nya landet” från år 2000 är en hoppfull ögonöppnare, omöjlig att inte beröras av.

Serien ligger på Öppet arkiv och handlar om 40-årige iranske Massoud och 15-årige somaliern Ali som delar rum på en flyktförläggning. När de en dag blir vittnen till en brutal utvisning bestämmer de sig för att ta sina öden i egna händer och ger sig ut på en vild bilresa. På vägen möter de Louise, en före detta Fröken Sverige som delar deras längtan efter ett annat liv.

www.oppetarkiv.se/video/2230612/det-nya-landet

FOTNOT: De flesta av citaten ovan har Kyrknytt i sin tur funnit i Göteborgs stifts tidning Korsväg.

– Jag har haft en enorm tur! Det kunde ha slutat långt tidigare och långt värre.

Trots att Johan Gustafsson, "Malisvensken", var terroristernas fånge i drygt fem och ett halvt år känner han en grundläggande tillit till andra människor.

◊----- text EVA KIHLESTRÖM bild SIMON STANFORD/GIANT MEDIA & EVA KIHLESTRÖM -----◊

2040 dagar

som terroristernas fånge



Efter hemkomsten från Mali har Johan Gustafsson varit sparsam med intervjuer. För Kyrknytt gör han ett undantag inför Livet värt att leva, hans första offentliga framträdande.

”Jag har träffat vänner som lever i frihet och överflöd här hemma men som inte känner någon mening med sina liv. Att kämpa för livet har visat hur mycket det är värt att leva.”

Som personer Johan Gustavsson ett lugnt, lågmält och ödmjukt intryck:

– Vi går ofta runt och oroar oss över hemska saker som kan hända. Men det finns en fara i att vara rädd, min erfarenhet är att de allra flesta vill väl. Under min första tid som turist i Mali mötte jag många vänliga och hjälpsamma människor.

Vad ska du prata om när du kommer till Karlstad?

– Jag vill ge en mer nyanserad bild av situationen i Mali, hur det är att leva i öknen och också försöka förklara vad som driver mina fångvaktare.

Johan rekommenderar den som vill lyssna till honom att först se dokumentären *Orphans of the Sahara* (se bakgrundsfakta sidan 11), för att förstå mer om folkslaget Tuaregerna i Sahara samt bakgrunden till religiös sektarism och gerillarörelse.

I programmet uppges norra Mali vara en av världens största gisslanregioner. Minst 50 västerlänningar har kidnappats där och för var och en har miljontals dollar begärts i lössumma, vilket många regeringar uppges ha gått med på.

Betalades något penningbelopp för dig?

– Jag hoppas inte det, men jag vet inte.

Hur kändes det att komma hem till Sverige igen?

– Jag har mötts av en stor om-

tänksamhet och förståelse. Ibland blir jag överraskad av den oerhört positiva sida folk visar. Jag ”ställde ju till det” genom att bli kidnappad, åstadkom en massa problem som tog tid, pengar och resurser i anspråk från myndigheter och andra.

Att sambon Wen fanns kvar var förstås underbart:

– Vi hade varit ihop i sex år när jag reste iväg. Wen hade ju kunnat träffa någon ny, men det gjorde hon inte.

Hur klarar man mentalt fem år och sju månader i fångenskap?

– Det gällde att ta en dag i taget. Jag försökte bygga rutiner, det är väldigt viktigt. Varje dag drevs jag av att komma framåt, att träna, lära något nytt och bli starkare. Jag ville göra det bästa av situationen, inte hamna i svackor.

– Första tiden var tuffast. Under många månader levde jag i konstant skräck. Jag fruktade att de skulle skjuta oss, de dödade en man som vägrade följa med. Det var en plåga att vakna varje dag, jag mådde dåligt, hade ont i magen.

När det efter ett par månader visade sig vara omöjligt att fly, valde Johan att konvertera till islam i ett desperat försök att rädda sitt liv.

Är du kristen?

– Nej, jag har ingen kristen tro. Just då visste jag inte om det skulle hjälpa mig att konvertera, men i efterhand tror jag att det kan ha räddat mitt liv.

Johan hade råkat höra att en troende muslim inte får döda någon av sina egna och trodde att hans fångvaktare skulle leva efter den devisen; han hade lagt märke till att männen var principfasta.

– Efter att jag hade bekänt mig som muslim behövde jag inte längre be för mitt liv i filmerna som kidnapparna spelade in på oss – bara om min frihet. Även om mina fångvaktare kanske inte trodde mig var det deras plikt att ta hand om mig, lära mig mer om den muslimska tron, ha bönestunder och äta mat tillsammans med mig. Det var en överklig känsla att sitta med sina fångvaktare, kalla dem broder och be ihop, men det var en charad som fungerade.

Hans två medfångar hade däremot inte samma uppfattning.

– Vi var dessutom ganska olika personligheter som blev tvingade att leva tillsammans. Det var tungt med konflikterna oss emellan.

EFTER ETT ÅR i fångenskap kände Johan en viss trygghet, han fick mer frihet och kunde röra sig relativt fritt på dagarna.

– Jag skulle gärna ha suttit still på samma ställe, men kidnapparna flyttade oss ofta för att undvika upptäckt.

– Inför somrarna kände jag alltid en viss bävan. Då kunde det bli 50 grader varmt och vid stormar var den heta vinden extremt uttorkande. Jag lärde mig bygga hydor av pinnar till skydd och om jag hade tur fick jag ta med mig materialet när vi flyttade till nästa plats.

Har du fått några fysiska men?

– Nej, jag tror inte det. Men under fångenskapen hade jag ont i kroppen på flera ställen och fick nog en del bristsjukdomar.

Vad saknade du mest, förutom dina nära och kära?

– Böcker! Jag hade gärna läst precis vad som helst. Man hade mycket tid att fundera. Ofta låg jag och tänkte igenom mina pluggböcker från studietiden på Chalmers, jag hade gärna velat läsa om dom och se om jag förstått vissa saker bättre.

Hur kommunicerade du med dina väktare?

– Det var svårt. Någon av dem kunde lite engelska men de flesta talade bara Hassaniyya, en lokal arabisk dialekt. Det kändes hotfullt att inte förstå eller själv kunna göra sig förstådd, men jag lärde mig lite grann av deras lokala språk.

Hur höll du reda på dagarna?

– Våra fängvaktare hade ju klockor. De hade även GPS och laptop. Man lärde sig när det var månadsskifte. Jag fick tag på penna och lite papper och skrev dagbok. Men det var nervöst, jag var hela tiden rädd att bli anklagad för att spionera så jag höll mitt skrivande så hemligt jag kunde.

Hur hanterade du tankarna på nära och kära där hemma?

– Deras oro var nästan det värsta. Att jag ofrivilligt väckt deras rädsla, påverkat deras liv och vardag under så lång tid.

Kände du skuld känslor?

– Man måste skjuta ifrån sig skulden för att överleva. Men jag vill försöka göra något gott av mina erfarenheter. Får jag chansen att hjälpa någon gör jag det till exempel andra familjer i samma situation, eller myndigheter. Just nu sitter sex västerlänningar kidnappade i Mali – äldre människor som givit sina liv för att hjälpa människor i regionen: nunnor, missionärer och läkare.

Har det varit svårt att återanpassa sig till svenskt vardagsliv?

– Nej, det tycker jag inte. Jag har levt utomlands tidigare och vet hur det är att återvända. Det svåraste var att anpassa sig där i Mali, det tog flera år. Det är väldigt frustrerande och påfrestande att vara frihetsberövad. Att dag ut och dag in leva med snäva ramar, med bara medfångar och fängvaktare och dessutom i ett mycket tufft klimat.

Har livet förändrats mycket sedan du kom hem?

– Jag tycker inte det. Allt ändras ju på sex år. Många gamla vänner har fått barn, bytt jobb, flyttat eller genomfört andra förändringar i sina liv. Om jag själv har förändrats får du fråga andra om, det är inget jag själv tänker på. Jag är nöjd med mitt liv både nu och innan jag reste iväg till Mali.

Du verkar vara en vanlig människa med ett ovanligt öde. Vad har du lärt dig om dig själv genom dina upplevelser?

– Svår fråga. Men kanske att mina erfarenheter har stärkt min lust att leva så enormt. Jag har träffat vänner som lever i frihet och överflöd här hemma men som inte känner någon mening med sina liv. Att kämpa för livet har visat mig hur mycket det är värt att leva.

Ångrar du att du åkte till Mali?

– Nej, jag hade extrem otur. Situationen var trygg i södra Mali när jag åkte dit, sen ändrade det sig mycket snabbt. Hade jag vetat att det var farligt hade jag aldrig åkt.

Vad är det bästa som hänt dig sedan du kommit hem?

– Förutom att Wen fanns kvar och att alla i min familj är välbehållna är det nog att jag blivit välkomnad hem på ett så fint sätt, till och med blivit Årets Smälänning 2017. Med tanke på hur mycket jag flyttat runt i min uppväxt, var det väldigt generöst att utnämna mig till den titeln. Så det visar sig att smålänningar som sägs vara snåla kan vara väldigt generösa med omtanke! ●

”Han var terroristernas fånge”



Lyssna till Johans föredrag
torsdag 15 mars 19.20
Wermland Opera, Karlstad



NAMN: Johan Gustafsson

ÅLDER: 42 år

FÖDD I: Karlstad

AKTUELL: Föreläser under rubriken: ”Han var terroristernas fånge” under Livet vårt att leva

YRKE: Utbildad ingenjör, eventuellt blivande författare – skriver på en bok om tiden i fångenskap

BOR I: Stockholm

FAMILJ: Sambon Wen Zhang som konstaterar: ”När jag fick krama honom kändes det som is smälte i hela kroppen, is som varit frusen i fem och ett halvt år.”

LÄSER: Just nu ”438 dagar” av Johan Persson och Martin Schibbye

LÄNGTAR EFTER: Åka längdskidor, skridskor på blankis

Bakgrundsfakta

JOHAN GUSTAFSSON kidnappades hösten 2011 av beväpnade män från al-Qaidas nordafrikanska gren Aqim när han reste med motorcykel genom Afrika.

Johan, sydafrikanske Stephen McGown och nederländaren Sjaak Rijke togs till fånga i Timbuktu i Mali. En tysk man som vägrade följa med döddes av terroristerna.

SE MER: www.aljazeera.com/programmes/Orphans-of-the-Sahara eller sök på titeln.

I del två, efter 23,5 minuter, är Johan och hans medfångar med i en kort sekvens.

Livet
vårt att
Leva.
14-17 mars 2018

Under Livet värt att leva 14-17 mars bjuder Svenska kyrkan på massor av spännande evenemang som alla har fri entré.

Vilka vill du besöka?

Tillitsfullt ledarskap

HUR BYGGER MAN TILLIT I EN ORGANISATION? Är tillitsbaserat ledarskap möjligt? Panelsamtal med Sören Dalevi, biskop, Kathrine Löfberg, styrelseordförande i Löfbergs, Mia Nilson, generalsekreterare på Hela Människan Sverige och Claes Wallenius, universitetslektor på Försvarshögskolan. Moderator är Johan Quist, forskare vid Centrum för tjänsteforskning, Karlstads universitet. ●

När: Fredag 16 mars 14.00

Var: Arenan bibliotekshuset, Karlstad



Shoppa klokt

JOHANNA HEDQVIST, Naturskyddsföreningen, om hur vi som konsumenter kan göra bättre val. Vilka miljömärkningar finns och kan vi lita på dem? Därefter berättar Signe Josefsson om sin resa till Brasilien, där hon bland annat undersökt villkoren för landets matindustri. ●

När: Lördag 17 mars 13.00

Var: Arenan, bibliotekshuset, Karlstad

Pilgrim – mini eller maxi?

10.00-13.00 Öppna upp för tilliten bortom ord och tankar
Prova på meditation med sjukgymnast Maria Eklund.

Inga förkunskaper krävs, men begränsat antal platser. Anmäl dig senast 14/3 till cecilia.hardestam@svenskakyrkan.se

14.00-14.45 En väg till livsmod och tillit

Kortare pilgrimsvandring med frälsarkransen ledd av diakon Charlotta Hedström. Vandringen börjar och slutar vid kapellet.

15.00-16.00 Pilgrim under sju veckor och 900 km på El Camino
Sverker Lindberg som nyligen vandrade El Camino i Spanien berättar hur det var att starta vandringen ensam för att efter några dagar ingå i "Camino Family".

När: Lördag 17 mars

Var: Acksjöns kapell, Mariebergsskogen



Den längsta resan är inåt

STEVE SJÖQUIST VAR BARA DAGAR från att dö, när han som en av de allra första patienterna fick tillgång till de nya bromsmedicinerna. Det räddade hans liv.

I år är det exakt 30 år sedan Steve Sjöquist fick sin hiv-diagnos och beslutade att vara helt öppen med sin sjukdom. ●

Filmvisning och samtal tillsammans med Steve.

När: Onsdag 14 mars 14.00

Var: Sjukhuskyrkan CSK, ingång Klarälvsentrén, Karlstad

Lillskogenvandring

FÖLJ MED PÅ EN GUIDAD TUR till alla djuren i hagar och stallar. Lär dig mer om hur viktigt det är med förtroende i arbete med djur samt hur tillit i samband med skötsel, hantering och umgänge med djuren bidrar till både djur och människors trivsel.

Du får komma några av våra djur lite närmare och kanske mata dem.

Samling vid klockstapeln utanför Smådjurshuset, där du möter museibonden Pia Karlsson. ●

När: Lördag 17 mars 15.00

Var: Lillskogen, Mariebergsskogen



The Square

– med eftersnack

När: Fredag 16 mars 18.00

Var: Folkets hus, Skoghäll

MED SIN FLERFALDIGT prisbelönade film *The Square* fångar Ruben Östlund ett Sverige i förändring. Ett land där den starka tilltron till stat och samhällsbygge håller på att luckras upp och där vi alla blir allt mer individualistiska. Filmen påminner oss om det viktiga med tilliten människor emellan, vår roll som medmänniskor och vår egen moraliska kompass.

Efter filmen samttalar Sören Dalevi, biskop och Jenny Jansdotter, filmvetare vid Karlstads universitet. ●





FOTO: ROBERT HANSEN

Förstå Förlåta Lita på

Jag växte upp bland fattiga människor. Bland människor som tvingats fly och börja om på nytt bortom sin egen jord och bli och förbli främlingar.

Jag växte upp bland obildade människor som tvingades kämpa hårt för sitt levebröd. Människor som levde i rädsla för morgondagen.

Men mitt i misären fanns ändå ett mått av tillit till den egna kampen och kraften och orken och överlevnadsinstinkten. Och den tilliten sträckte sig också utöver den innersta kretsen. Vi var tvungna att lita och tro på varandra.

Även om ingen trodde på oss.

När vi flyttade till Sverige och Rinkeby hamnade vi mitt i världen bland människor som kommit från all världens krigs-, kris- och konfliktzoner. Det enda vi hade gemensamt var att vi var så annorlunda att många såg snett eller såg ner på oss. Vi var helt enkelt inte lika vackra, viktiga, värdiga. Vi var snarare fem fel. Det var fel på vår brytning, vår hår- och hudfärg, vår kultur, vår bostadsort, vårt ursprung, vårt kön, våra kläder.

Att växa upp bland marginaliserade människor blev min största lärdom. Det lärde mig att jag helt enkelt ingenting vet om andra innan jag gett dem chansen att visa vad de går för.

Det gjorde mig till en godtrogen människa. Jag tror människor om gott tills de bevisar motsatsen. Det är en människosyn som gör livet lättare och roligare men som i dag allt oftare kallas "naivt".

Men hellre godtrogen än ondtrögen.

EN DAG FICK JAG ETT MAIL från Martin som skrev att han varit nazist och hotat och hatat mig i ett decennium. I brevet bad han om förlåtelse. När jag förtjust berättade för mina kompisar sa de: "Du är så naiv. Något borde du ha lärt dig efter alla år av förföljelser och trakasserier. Hur kan du lita på en nazist?"

Några veckor senare stod jag i Värnamo för att träffa en av dem som gjort livet surt, svårt och

smärtsamt. Hjärtat dunkade och andningen gick upp i panikläge. Men jag ville försöka förstå. Och förlåta. För min egen skull. Att förlåta är att frigöra sig från bördan, från rädslan, från ilskan.

ATT FÖRLÅTA ÄR ATT GÅ VIDARE och fortsätta hoppas och tro på människans inneboende kraft att be om och att få förlåtelse.

Vem är jag att döma en annan människa? Även om denna människa skrämte upp mig, min familj och till och med mina arbetsgivare som emellanåt backade. Inte backade upp mig som var måltavla utan backade av rädsla. För att hatet inte skulle skada dem.

Under sina år som nazist vägrade Martin tala med invandrare. Men man behöver inte vara övertygad nazist för att leva avskärmad bland sina spegelbilder. Vi lever i ett så segregerat och splittrat samhälle att de osynliga murar som skiljer rik från fattig och svensk från invandrare blivit så höga att vi inte ens springer på varandra. Dessa murar, som inte skapades av Gud, utan av människor med makt hindrar oss från att mötas och förstå varandra. Och där, i vallgravarna, växer misstron och misstänklighöret.

I detta vakuum frodas fruktan och fientlighet som står fullkomligt oemotsagd. Det är många destruktiva krafter som sprider skräck för att trasa sönder tilliten – den som gör oss till människor och binder oss samman. ●



Alexandra Pascalidou, hatet och förlåtelsen

FÖRE DETTA NAZISTEN Martin Karlsson hotade och hatade Alexandra i flera år.

Onsdag den 14 mars kl 18.00 möts de båda i ett samtal under ledning av biskop Sören Dalevi.

Var: Sundstaaulan, Karlstad

Vad händer med barn som upplevt våld?

MY LIFE MY LESSON OCH SAY SOMETHING är två kristallenbelönade dokumentärfilmer om våld i nära relationer sett ur barnens perspektiv. De ingår i projektet *Se Barnen* som arbetar för alla barns rätt till ett hem utan våld, där Karlstads pastorat är en av flera partnerorganisationer.

Efter Filmvisningen följer ett panelsamtal om vad som händer med tilliten till föräldrar och vuxna hos barn som upplevt våld. ●

När: Onsdag 14 mars 14.30

Var: Arenan, bibliotekshuset, Karlstad



program

I KARLSTAD & HAMMARÖ
LIVET VÅRT ATT LEVA-DAGARNA
14-17 MARS

FÖR UPPDATERAT PROGRAM I HELA STIFTET, OCH FÖR ATT INTE MISSA NÅGRA NYHETER, FÖLJ LIVET VÅRT ATT LEVA PÅ FACEBOOK, OCH HÅLL KOLL PÅ WEBBSIDAN
WWW.LIVETVARTATTLEVA.SE



FOTO TOMMY ANDERSSON

Onsdag 14 mars

Den längsta resan är inåt – Filmen om Steve

Filmvisning och samtal med Steve Sjöquist som för 30 år sedan fick sin hiv-diagnos.

14.00 Sjukhuskyrkan, CSK, ingång Klarälvströmen, Karlstad

Efter våldet – vad händer med tilliten hos barn som upplevt våld?

Visning av delar ur de prisade filmerna My life my lesson och Say Something samt panelsamtal med representanter från bland annat Alla kvinnors hus, Brottsofferjouren, Karlstads universitet och Krismottagningen för män.

14.30 Arenan, bibliotekshuset, Karlstad



Det tillitsfulla samtalet

Möt S:t Lukas legitimerade psykoterapeuter samt familjerådgivare från Kyrkans familjerådgivning. Du kan ställa frågor kring psykoterapi, bildterapi, handledning, familjerådgivning och andra former av tillitsfulla samtal.

16.00–17.30 S:t Lukas mottagning, Sandbäcksgatan 5, Karlstad

Alexandra Pascalidou, hatet och förlåtelsen

Alexandra Pascalidou får utstå mycket hat och hot, och har fått göra det under lång tid. En av de som hatat och hotat är Martin Karlsson. Nu möts de två i ett samtal under ledning av biskop Sören Dalevi.

18.00 Sundstaaulan, Karlstad

Torsdag 15 mars

Brister tilliten till demokratin?

Hot, hat och våld mot förtroendevalda ökar i samhället och misstron mot det demokratiska samhällssystemet växer. Hur står det till med tilliten till demokratin när förtroendevalda utsätts för hot, hat och våld?

15.00 Elite Stadshotellet, Franska salen, Karlstad

After work med quiz

Mat och dryck kan köpas i operakaféet. Musikquiz börjar klockan 18. Frågorna illustreras med levande musik från brassensembel.

17.00 Wermland Opera

Han var terroristernas fånge

I nästan sex år var Johan Gustafsson kidnappad av al-Qaida. Trots allt han utsattes för har den tiden inte rubbat hans syn och tro på människor. "Nästan alla människor vill andra väl", säger han i dag. Hör Johan berätta sin historia.

19.20 Wermland opera, Karlstad

Fredag 16 mars

Ungdomsbussen – en mobil plats för tillit

Ungdomsbussen finns på plats på torget i Karlstad. Kom förbi på en fika!

12.00–02.00 Stora torget, Karlstad

Tillitsfullt ledarskap

Hur bygger man tillit i en organisation? Är tillitsbaserat ledarskap möjligt? Panelsamtal med Sören Dalevi, biskop, Kathrine Löfberg, styrelseordförande i Löfbergs, Mia Nilson, generalsekretärare på Hela Människan Sverige och Claes Wallenius, universitetslektor på Försvarshögskolan.

14.00–17.30 Arenan, bibliotekshuset, Karlstad

Hur behåller vi tilliten i ett mångkulturellt samhälle?

Föreläsningar med Lars Trägårdh, professor i historia och Örjan Wallin, Myndigheten för stöd till trossamfund. Dessutom panelsamtal om hur trossamfund och offentliga organisationer kan bidra till ett öppet, demokratiskt och jämställt samhälle.

18.00 Arenan, bibliotekshuset, Karlstad

The Square - filmvisning och samtal

Den prisbelönta filmen The Square visas. Efter filmen samtalar Sören Dalevi, biskop och Jenny Jansdotter, filmvetare vid Karlstads universitet om filmen och om tillit.

18.00 Folkets hus, Skoghall

Lördag 17 mars

Öppna upp för tilliten bortom ord och tankar

Prova på meditation med sjukgymnast Maria Eklund och diakon Cecilia Hardestam. Inga förkunskaper krävs. Begränsat antal platser. Anm senast 14/3 till cecilia.hardestam@svenskakyrkan.se

10.00–13.00 Acksjöns kapell, Mariebergsskogen, Karlstad

Låna en präst eller diakon

Vill du diskutera existentiella frågor? Har du frågor om Svenska kyrkan eller kristen tro? Låna en präst eller diakon för ett kortare samtal.

11.00–15.00 Bibliotekshuset, Karlstad

Hästarnas känslor och språk

Hästar lever i flock och är kommunikativa djur. Att umgås med hästar ger en god inblick i att all kommunikation är mer än bara ord, och hur viktigt det är att vi kommunicerar om vi vill förstå varandra.

Vänder sig till barn och ungdomar från 9 år och uppåt. Begränsat antal platser.

11.00 och 13.00 Samling i Smådjurs- huset, Mariebergsskogen. Karlstad

Shoppa klokt

Johanna Hedqvist, Naturskyddsföreningen, om hur vi som konsument kan göra bättre val? Vilka miljömärkningar finns och vad innebär de? Kan vi lita på märkningarna? Och behöver vi verkligen köpa så mycket kläder? Därefter berättar Signe Josefsson om sin resa till Brasilien, där hon bland annat undersökt villkoren för landets matindustri.

13.00 Arenan, bibliotekshuset, Karlstad

En väg till livsmod och tillit

Kortare pilgrimsvandring ledd av diakon Charlotta Hedström.

14.00 Acksjöns kapell, Mariebergsskogen, Karlstad

Tillit en förutsättning för gott arbete?

Föreläsning och diskussion med Ann Bergman, professor i arbetsvetenskap vid Karlstads universitet.

14.30 Mariagården, Skattkärr

Pilgrim under sju veckor och 900 km på El Camino

Sverker Lindberg som vandrade El Camino i Spanien under hösten berättar hur det var att starta vandringen ensam för att efter några dagar ingå i "Camino Family".

15.00 Acksjöns kapell, Mariebergsskogen, Karlstad



Lillskogenvandring

Följ med på en guidad tur till alla djuren i hagar och stallar. Lär dig mer om hur viktigt det är med förtroende i arbete med djur samt hur tillit i samband med skötsel, hantering och umgänge med djuren bidrar till både djur och människors trivsel. Du får komma några av djuren lite närmare och kanske mata dem.

15.00 Samling vid klockstapeln utanför Smådjurshuset, Mariebergsskogen, Karlstad

Frivillighet ger utrymme för tillit

Frivilliga behövs för att vårt samhälle ska fungera, det har inte minst blivit tydligt de senaste åren. Du behövs! Hur kan vi ta tillvara på det engagemang som finns? Och hur får vi ännu fler att engagera sig? Med bland andra Sören Dalevi, biskop och Tor&David.

15.00 Arenan, bibliotekshuset, Karlstad

Utställningar som varar alla dagarna

Tillit

En utställning med verk av elever i årskurs 4 på Fredricelundsskolan i Karlstad. Naturum Värmland, Mariebergsskogen, Karlstad

Bild&text kring ett förhållningsätt till liv&verklighet

Utställning med Hans Kvarnströms dagdroppar.

Bibliotekshuset, våning 2, Karlstad

Tillit utvecklas i ömsesidighet och när den brister är det ett ömsesidigt arbete att reparera den.

----- text ELIN EKLÖF -----



Tillit byggs av
ord, handling och tid.
Lång tid.

I samtalen hos familjerådgivarna Elisabet Flyman och Åse Bernling på Svenska kyrkans familjerådgivning i Karlstad spelar tillit en central roll. Efter ett svek krävs nämligen både tid och arbete från båda parter för att kunna läka och gå vidare. Att tillsammans med dem som söker hjälp samtala och utforska vägar till förändring och förbättring är både utmanande och spännande, konstaterar Elisabet:

– Och även om vi talar om svåra saker kan också skratet vara närvarande. Det är viktigt att ha högt i tak och en tillåtande atmosfär.

Hon och hennes kollega Åse bidrar med fasta ramar och struktur, vilket skapar ett tryggt samtalsklimat. De vanligaste besökarna är två parter i en kärleksrelation, men samtalen kan också gälla förhållandet till andra närstående som syskon och föräldrar. Att komma tillsammans till rådgivningen är en fördel, men det fungerar också att komma ensam.

VI HAR TRÄFFATS för att tala om tillit och begreppets innebörd och betydelse. Åse och Elisabet menar att just förmågan att känna tillit är en grundsten i oss alla som individer – och i alla våra relationer. Därför är det också logiskt att tillit är en central komponent i de samtal som förs på familjerådgivningen.

– Stor tillit visar sig i närhet, kärleksfullhet, att jag kan vara som jag är. Tilliten är grundläggande för goda förhållanden, säger Åse.

Vilken förmåga vi människor har att lita på och knyta an till andra hänger i mångt och mycket ihop med våra tidigaste relationer, men också de erfarenheter vi gjort senare under livet. Ju tryggare vi är, desto mer generösa, ödmjuka och kärleksfulla kan vi vara gentemot varandra.

När förtroendet brustit kan förhållandet ha skadats. Det är svårt att ha ett nära och välfungerande förhållande utan att kunna lita fullt ut på varandra.

– Hos oss på familjerådgivningen pratar vi om att ”vi:et” har försvagats: när den styrka och innerlighet som funnits är svår att återskapa, när vardagskonflikterna avlöser varandra eller tystnaden breder ut sig, då söker man hjälp.

Men det kan också vara en kris som gör att förhållandet är i gungning, till exempel påfrestningar som arbetslöshet och sjukdom.

OTROHET ÄR ETT SVEK som kan skada tilliten, och vi ska strax dröja oss kvar vid det. Först vill Åse och Elisabet bara betona att det finns andra svek där tilliten kan hotas:

– Överenskommelser som brister, att man inte håller avtal eller gör sådant som skapar tvivel och misstro hos den andre.

Finns det hopp om läkning vid ett allvarligt svek?

– Ja. Absolut. Men det är viktigt att komma ihåg att förlåtelse inte är någonting som sägs en gång och sedan är det bra. Förlåtelse är en process, och det går inte att veta på förhand om den som blivit sviken kommer att kunna förlåta.

Vid otrohet – vad krävs för att ett sådant svek ska kunna repareras?

– Det utforskar vi här, tillsammans. Parternas vilja och motivation, lyhördhet och engagemang för varandra och relationen har störst betydelse i förändringsprocessen.

Det är nödvändigt att båda är beredda att lägga ner ett stort arbete; den som är sviken behöver få möta den andres ånger och vilja till förändring.

– Den viljan måste synas tydligt, betonar både Åse och Elisabet.

Åse lägger till att hon tycker det är så tydligt att tillit inte är någonting som bara byggs upp verbalt. Ord och handling måste samspela, det är hela grunden. I praktiska handlingar visar vi att vi menar allvar med det vi säger.

HUR LÄNGE DET DRÖJER för den som blivit sviken att återfå tilliten är naturligtvis svårt att säga. Tiden i sig är en viktig komponent. Att bli medveten om att det tar tid, ofta lång tid, är en del i läkningsprocessen. För den som blivit sviken är det viktigt att få prata om det som har skett. Att få ställa alla de frågor som finns är ett arbete som görs för att på alla plan förstå.

– Det som hänt behöver få sjunka in och bli en accepterad del i livshistorien. Först då kan förutsättning finnas för att återuppbygga tilliten.

Den som har varit otrogen eller på annat sätt svikit behöver vara beredd både på att frågorna måste få ställas och att svara på de frågor som finns, det är Elisabets och Åses erfarenhet.

Fast att återkommande få prata om det som har hänt har också sin begränsade tid, någonstans går en gräns där den svikne behöver släppa det som skett.

– Här ser vi att träffarna med oss fyller en viktig funktion. Att vi ger en struktur för samtalen så att det på sikt blir en hjälp att gå vidare.

Förlåtelseprocessen kräver alltså att båda parter gör sin del. Den ene tar ansvar för det som skett, den andre har ansvar att se sin partners vilja till förändring. Här kan tilliten börja växa.

På frågan hur de själva behåller sin tillit och tro på att en positiv förändring är möjlig, hänvisar de till den erfarenhet de har i möten med människor.

– I samtalen som förs här ser vi att människor har mod att utmana sig själva, varandra och sina relationer. Det ger oss tro och är bevis på att förändring är möjlig. ●

Svenska kyrkans familjerådgivning

Rådgivningen ligger i Karlstad och hit kan alla som bor i Karlstads stift, det vill säga Värmland och Dalsland, söka sig. Den finns till för familjer, par och enskilda med samlevnadsproblem, kriser och konflikter.

De båda familjerådgivarna har grundutbildning som diakon respektive socionom samt vidareutbildning inom individual- och familjeterapi. De arbetar under sträng sekretess och för inga journaler. Ett besök kostar 120 kronor och de som kommer får vara anonyma.

Kyrkans familjerådgivare har även utbildning och beredskap att samtala om livsåskådningsfrågor.

Vill du veta mer?

Möt Svenska Kyrkans familjerådgivare, onsdag 14 mars 16.00–17.30 på S:t Lukas mottagning, Sandbäcksgatan 5 i Karlstad. Här är det fritt fram att ställa frågor!



– Vi behöver prata mycket mer, och djupare, om hur vi beter oss.

Vid ett av många runda bord i församlingshemmet i Åmål träffas Amilia Uttersäv, Isabell Arvidsson och Theo Svensson. De är alla födda i början på 2000-talet och har valt att efter konfirmationen stanna kvar som unga ledare i kyrkan. För dem är vägen framåt om inte enkel, så ändå självklar.

– Om vi tidigt lärde oss att på riktigt respektera och lyssna på människor skulle så mycket vara annorlunda.

Theo tycker att tiden som ung ledare har gjort att han möter andra på ett nytt sätt.

– Jag kanske inte håller med, men jag försöker förstå. Och då dömer man inte lika lätt.

För att möten ska bli trygga och trakasserier ta slut behövs respekt.

– Det går inte bara att utgå från det man själv tycker, säger Isabell. Man måste lyssna på fler.

Var behövs samtalen?

– Överallt!

De svarar i mun på varandra.

– Hemma, i skolan, i medierna, i idrottsföreningar, i kyrkan – ja, verkligen överallt. Respekt för andra får liksom inte missas i något sammanhang.

– Fast det är ju det som sker hela tiden, påminner Theo.

00-TALISTERNA HAR VÄXT UPP med ordet värdegrund, från dagis till gymnasiet. Vuxenvärldens styrdokument är fyllda av rutiner för hur kränkningar ska förebyggas och hanteras.

– Men det betyder inte att det funkar. Det har väl hela den här hösten visat.

När Isabell, Theo och Amilia säger eller tänker metoo är det inte främst sexuella övergrepp de hänvisar till – utan till mobbning. Normerna är snäva. För både killar och tjejer. Alla tre har sett eller själva varit utsatta för olika grader av utfrysning och sårande behandling.

– Det är extremt vanligt, inte så mycket fysiskt som psykiskt. Men vuxna märker sällan, åtminstone inte i tid.

Om metoo-rörelsen

När Hollywoodproducenten Harvey Weinstein pekades ut som sexförbrytare och skådespelaren Alyssa Milano uppmanade sina följare på Twitter att dela med sig av sina egna erfarenheter under hashtagen #metoo tog uppropet fart på allvar. Det var den 15 oktober förra året.

Kampanjen mot sexuella övergrepp och trakasserier spreds över hela världen men har blivit särskilt stor i Sverige med över 40 olika branschupprop.

Fram till årsskiftet hade cirka 63 000 kvinnor undertecknat de olika uppropen, som vittnar om utsatthet i alla delar av samhället. I början av året hölls metoo-fackeltåg över hela landet, på Guldbaggegalan förenades kvinnorna i en aktion för rörelsen och i Karlstad anordnade Centrum för genusforskning offentligt samtal kring vad upproret innebär.

Mobbning måste tas i tu med direkt. Och att flytta den som är utsatt är ju bara konstigt, tycker ledarna. Som om problemet då skulle vara löst.

Makt är ett annat ämne som borde diskuteras tidigt, menar de. Innan saker har hänt. Barn möter och hanterar hierarkier hela tiden.

– Men det är något vi aldrig har pratat om i skolan. Härskartekniker och sätt att missbruka makt är ju jätteviktigt att ta upp, tycker Amilia.

RESPEKT HANDLAR OCKSÅ OM att vuxna ska lyssna på barns berättelser. De unga ledarna tycker att det lyssnas för lite överallt, att det är ett genomgående problem i vår tid.

– I skolan lär vi oss att argumentera. Jag tror att det vore bättre om vi diskuterade mer och lärde oss lyssna istället för att övertyga andra om vår egen åsikt, säger Amilia.

Hon menar att det är för mycket fokus på rätt och fel. Och att det hela tiden förstärks i sociala medier.

– Argumenterandet blir ett sätt att trycka ner andra, vi är så vana att vi inte tänker på det, tror Isabell.

I utbildningen till unga ledare har de fått träna på att flytta fokus till att lyssna. De är överens om att det har varit utvecklande.

Annci Carlsson är församlingspedagog i Åmål och har mött hundratals konfirmander och unga ledare i sitt arbete. Hon är hoppfull:

– Attityder och värderingar förändras, det går i rätt riktning men vi måste jobba aktivt.

I kyrkans verksamheter får det inte förekomma mobbning. Ingen ska hamna utanför på grund av kön, uppväxtförhållanden, hudfärg eller sexuell läggning. Riktlinjerna är tydliga. Det är alla ledares ansvar, och gäller såväl i församlingens grupper som bland de anställda och förtroendevalda.

METOO VISAR ATT det trots allt är en bra bit kvar till målet. Problem förekommer på alla arbetsplatser, kyrkan är inget undantag.

– Den insikten måste finnas och tas på allvar. Vi behöver reagera och förändra, säger Annci.

Mari Åhrström tar vid från ett annat runt bord och en annan horisont. Hon är präst i

Barnens katedral i Karlstad och en av initiativtagarna till kyrkans nationella upprop #varde-ljus, som i november undertecknades av 1 382 anställda och förtroendevalda.

”Det är nog nu”, förklarade kyrkans kvinnor med gemensam röst.

– Jag har alltid känt att nån gång kommer vi att få berätta. I höst var det dags.

FÖRST FANNES EN ORO bland kyrkans kvinnor: ”Vad händer med medlemmarna om vi berättar om sexövergrepp och bristande respekt inifrån en organisation som predikar alla människors lika värde. Borde inte kyrkan om någon arbetsplats vara fri från härskartekniker och sexuella maktspel?”

– Vi brottades med lojaliteten, förklarar Mari. En rädsla för att sanningen skulle driva bort medlemmar.

Men rädslan var obefogad. Tvärtom blev kyrkans upprop ytterligare ett bevis för att trakasserier och övergrepp finns överallt, att det inte på något diffust sätt är kopplat till yrke, kultur, religion eller klass.

– Att göra problemet synligt. Och generellt. Och sant. Det var höstens stora gemensamma vinst.

Men det får inte stanna där. Förändring måste ske.

Vad önskar du ska hända?

– Att vi pratar med varandra, eller att männen gör det. Det borde startas mansgrupper. Jag skulle gärna se ett kollektivt ansvar från männen. Och att arbetsgivare signalerar att erfarenheterna från metoo-kampanjen har högsta prioritet.

Hon tycker att de unga i Åmål har rätt när de pratar om respekt genom att lyssna.

– Vi kvinnor har berättat, men vilka har lyssnat?

MARI VÄNTAR på att männen ska svara. De behöver säga ifrån som grupp, tycker hon. Och erkänna de strukturer som möjliggör att män kränker kvinnor. Inte alla män, så klart, men tillräckligt många för att det ska vara ett strukturellt problem.

– Nu respekterar vi varandra. Punkt. Så enkelt borde det vara. Men jag tror att vi måste börja med att göra problemet synligt för båda parter.

Mari menar att kyrkan borde vara väl förberedd. Där finns beslut på hur trakasserier och sexuella övergrepp ska hanteras. Utbildningar och information om trygga möten har tagits fram för länge sedan. Men det som står i dokumenten måste förverkligas.

– Och det kan vi bara göra tillsammans. Det går inte utan männen. ●

#Metoo-kampanjen. Först reaktion. Sen förändring. Höstens kvinnoupprop från i stort sett alla branscher är på väg in i en nya fas.

Problemet med trakasserier och övergrepp blev synligt. Och sant. Det är den insikt som förändringen måste bygga på. Men hur ska det gå till? Att respektera varandra.

----- text HELENA SÖDERQVIST bild ØYVIND LUND -----



• THEO SVENSSON



• AMILIA UTERSÄV



• ANNCI CARLSSON



• ISABELL ARVIDSSON

Berätta.
Lyssna.
Förstå.
Agera.

Om du hamnade på en öde ö, vad skulle du läsa då? Chansen är stor att du skulle läsa Bibeln. Men varför vänta på att hamna på ett öde ö? Följ med biskop Sören på en upptäcktsfärd i böckernas bok!

Genvägen genom Bibeln

----- text SÖREN DALEVI bild ISABELLE SÄLLSTRÖM -----



Att känna till Bibeln och dess bärande berättelser är avgörande för att kunna förstå västerländsk tro, musik, konst, litteratur och historia. Det är med andra ord nödvändigt att känna till Bibeln inte bara av religiösa skäl, utan också för att kunna bottna i kulturen.

Men hur ska man läsa? Bibeln består trots allt av 77 böcker, där de äldsta delarna i nedskrivna form är från 1200-talet före Kristus, medan de yngsta är från 100-talet efter Kristus. Här samsas historiska texter med lagsamlingar, brev, visdomsord, apokalypter och evangelier, allt i en salig blandning som gör det svårt, rentav mycket svårt, för den ovane att sätta sig in i det bibliotek som Bibeln trots allt är.

Fler än en kan vittna om att de i gott mod haft intentionen att läsa Bibeln från pärm till pärm. De har startat i Första Moseboken, för att sedan stranda i allmän trötthet och tristess någonstans i Tredje Moseboken, med 74 böcker kvar att läsa...

Detta är uppenbarligen ingen god väg framåt! Här kommer därför en genväg genom Bibeln, där du istället för 77 böcker läser sju böcker, samt plockar godbitar ur några andra utvalda bibliska böcker.

LÅT 2018 BLI ETT ÅR då du läser Bibeln i urval, och på så sätt förstår mer av den kultur och de berättelser som skapat vårt samhälle. ●

Sörens lästips

Gamla testamentet ▶

FÖRSTA MOSEBOKEN. Här finns de klassiska berättelserna om skapelsen, Kain och Abel, Noa, Babels torn och patriarkerna. Ett måste, med andra ord.

ANDRA MOSEBOKEN. I kapitel 1-20 samt kapitel 32-34 ryms de klassiska berättelserna om Mose, de tio plågorna samt tio Guds bud. Och guldkalven!

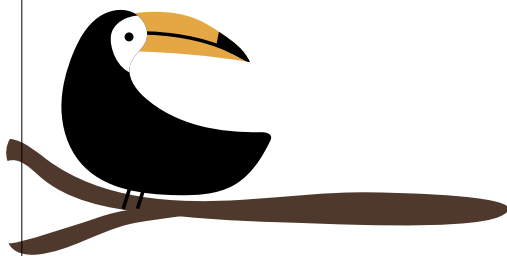
TREDJE MOSEBOKEN. Gamla testamentets tråkigaste bok rymmer trots allt en del guldorn. Läs till exempel kapitel 19: "Du skall älska din nästa som dig själv" (3 Mos 19:18).

FJÄRDE MOSEBOKEN. Innehåller till exempel den välkända välsignelsen, i kapitel 6 vers 24ff.

ANDRA SAMUELSBOKEN KAPITEL 11 – FÖRSTA KUNGABOKEN KAPITEL 2. Såväl Samuelsboken som Konungaböckerna rymmer flera av Bibelns mest kända berättelser, till exempel den om David och Goljat.

Här finner du också historien om David och Bat-Seba, en berättelse som många anser vara en av Gamla testamentets litterära höjdpunkter. TIPS: Läs Torgny Lindgrens bok Bat-Seba samtidigt.

JOB. En bok om oskyldigt lidande. Jag skulle rekommendera kapitel 1-7 samt kapitel 27-42, men hela boken är läsvärd.



LÄS MER av biskopen på: www.svenskakyrkan.se/karlstadsstift/biskopen-svarar

PSALTAREN – Templets sångbok. Här är mina favoriter: Psaltaren 1, 2, 8, 22, 23, 51, 119 och 139.

ORDSPRÅKSBOKEN. Består av ett stort antal ordspråk, med en inledande introduktion (kapitel 1-9). Bläddra i boken, läs några ordspråk på måfå – men inte för många i taget.

JESAJA. Jesaja är ett måste. Läs kapitel 1-11 och 40-55, där finns flera av de klassiska texterna.

Nya testamentet ▶

LUKASEVANGELIET. Det finns fyra evangelier – vart och ett bra på sitt eget sätt. Men i Lukas, och bara hos Lukas, finner du flera av de mest kända berättelserna. Bland annat Den förlorade sonen (kapitel 15:11ff) och Den barmhärtige Samariern (kapitel 10:32ff), men framförallt: historien om Jesus, hans budskap, hans död och hans uppståndelse. Emmausvandringen (kapitel 24:13ff) är en liten personlig favorit.

JOHANNSEVANGELIET. Här får du en annorlunda vinkling på samma historia. Missa inte den välkända berättelsen om Äktenskapsbryterskan (Johannes 7:53ff).

GALATERBREVET. Paulus skrev flera brev, detta är ett kort brev där huvuddelen av hans poänger presenteras. Men det är ingen enkel bok – Paulus är svår.

FÖRSTA KORINTHIERBREVET. I kapitel 13 finner du Kärlekens lov (se ett utdrag på sidan 22).

UPPENBARELSEBOKEN. Kapitel 12-22 rymmer flera kända bibeltexter som odjurets tal (666) och de sju plågorna, men även den om kunskapens och livets träd från Första Moseboken.

Vanliga frågor vad gäller Bibeln

Vad menas med "Gamla" och "Nya" testamentet?

De kristna delar in Bibeln i Gamla och Nya testamentet. Testamente betyder i detta fall förbund, och står för de olika pakter som Gud sluter med olika människor under berättelsens gång.

Judarna går i sin tro tillbaka på det förbund som Gud sluter med Abraham redan i Första Moseboken kapitel 17. Men profeten Jeremia skriver i kapitel 31:31-34 om ett nytt förbund som ska komma. De kristna menar att detta förbund, detta testamente, kommit i och med Jesus.

Benämningarna "Gamla" och "Nya" testamentet är alltså kristna benämningar, där de 39 böcker som ingår i Gamla testamentet är gemensamma för judar och kristna, medan de 27 böcker som ingår i Nya testamentet enbart ingår i den kristna Bibeln.

Hur förstår jag indelningen i kapitel och verser?

Sedan antiken har Bibeln delats in i olika böcker. Indelningen i kapitel och verser är däremot sen och blev en realitet först i och med boktryckarkonsten på 1500-talet.

Första Moseboken 1:2 betyder sedan dess Första Moseboken, kapitel 1, vers 2 och förkortas 1 Mos 1:2.

Kapitel- och versindelningen är dock inte bra gjord och överensstämmer därför inte alltid med textens innehåll. Det blir tydligt redan i Första Mosebokens början, där den första skapelseberättelsen slutar mitt i andra kapitlets fjärde vers, medan den andra skapelseberättelsen (ja, det finns två skapelseberättelser) börjar mitt i den andra delen av versen.

Man säger sålunda att den första skapelseberättelsen återfinns i 1 Mos 1:1-2:4a medan den andra återfinns i 1 Mos 2:4b-3:24.

Vad är apokryferna för något?

Apokryf är ett grekiskt ord som syftar på de elva böcker som finns mellan Gamla och Nya testamentet. Detta är böcker som skrivits efter att Gamla testamentet blivit klart, men innan Nya testamentet skrevs.

Gamla testamentet är skrivet på hebreiska, och i den hebreiska bibeln finns inte dessa elva böcker med. Gamla testamentet översattes dock redan på 200-talet före Kristus till grekiska, den tidens engelska, och i den översättningen finns apokryferna med. Eftersom de första kristna i normalfallet läste den grekiska översättningen, ingick därför apokryferna i deras bibel, och de har därför ofta varit med i kristna biblar.

När Martin Luther på 1500-talet översatte Bibeln till tyska utgick han ifrån de hebreiska texterna, och kunde då notera att apokryferna saknades. Han ansåg dock att apokryferna var "god och nyttig läsning". Det stämmer; flera av dem är läsvärda. Jesus Syraks Vishet och Salomos Vishet är två vishetsböcker som rekommenderas.

Det är aldrig kört



Påsk – för många kanske en lugn familjehelg utan krav som man kan fira lite som man vill och kanhända välkomna våren. Men på samma gång en kraftfull påminnelse om livets seger över döden!

----- text CECILIA HARDESTAM bild MARIA K-BACK -----

PÅSK SOM I ÅR INFALLER I SLUTET AV MARS är kyrkans absolut viktigaste högtid och en mustig berättelse om att det faktiskt aldrig är kört. När någonting dör kommer något annat istället.

Egentligen är det samma mönster som upprepas i hela vår tillvaro: Det kommer nya krokusar där de gamla vissnade och dog, solen går upp igen – trots att den kvällen före lämnade oss för att ge plats åt mörkret. Vi vet också att den som blivit lämnad kan hitta ny kärlek och att nya trender uppstår efter såna som försvunnit.

Det är för övrigt ett budskap som genomsyrar de allra flesta religioner och berättelser, så här uttrycks det i ett citat från filmen *Hotell Marigold*: ”Det kommer att sluta bra, och är det inte bra så är det inte slut än!”

Det speciella med kristendomen är att den betonar att Jesus Kristus faktiskt bröt sig ut ur graven tre dagar efter sin begravning och därmed visade att han var starkare än döden. Kristna menar också att en läkningsprocess för världen blev följden av hans uppståndelse: Allt som behöver förlåtelse är förlåtet, förvandling sker där det behövs – och vi har alla evigt liv.

MED ANDRA ORD FINNS DET LINDRING och läkedom för all splittring och förstörelse, för allt som gått sönder i världen: för alla vi svikit, för alla föresatser som gått om intet, för alla övertygelser vi tvingats begrava, för all kärlek vi inte fått och inte gett.

Allt som är dött och livlöst är samtidigt början på något nytt. Det är den kristna påskens stora budskap. ●

Påskens i korthet

Veckan före påsk kallas för stilla veckan eller passionsveckan. Det är den sista veckan i fastan och dagarna innan Jesus korsfästes. Stilla veckan börjar på palmsöndagen och fortsätter fram till påskafton.

PALMSÖNDAG

Jesus rider in i Jerusalem på en åsna, på denna tid ett kungadjur. Människorna tar också emot honom som en kung, viftar av glädje med palmblad och sjunger Hosanna.

SKÄRTORSDAG

Denna kväll äter Jesus för sista gången tillsammans med sina lärjungar och instiftar nattvarden genom att säga att brödet som de delar är hans kropp och vinet är hans blod.

LÅNGFREDAG

Jesus har på natten gripits av romerska soldater och förs till förhör hos Pontius Pilatus. Pilatus fattar beslutet att Jesus ska dömas till döden för att ha gjort anspråk på att kallas judarnas kung. Jesus korsfästes och dör.

PÅSKAFTON

Jesus är begravd och lärjungarna kastas mellan hopp och förtvivlan. Är det sant som Jesus sa? Kommer han att återuppstå på den tredje dagen?

PÅSKDAGEN

Några kvinnor kommer till Jesus grav och upptäcker att den är tom. Stenen är bortrullad och Jesus är inte där.

ANNANDAG PÅSK

Jesus visar sig för lärjungarna på olika sätt. Två av lärjungarna är på väg bort från Jerusalem till byn Emmaus. De går och pratar om det som hänt och plötsligt slår någon följe med dem...

Under stilla veckan hålls ofta andakter eller gudstjänster som berättar om vad som hände under de sista dagarna i Jesus liv – ett drama som brukar kallas passionsdramat. Gudstjänsterna kallas därför passionsgudstjänster.

KÄLLA: www.svenskakyrkan.se

PÅ GÅNG I PÅSK



DETTA ÄR ETT URVAL av allt som händer i våra kyrkor. Du ser hela programmet på kyrkornas hemsidor:

www.svenskakyrkan/grava, www.svenskakyrkan/hammaro samt www.svenskakyrkan/karlstadspastorat.

Du kan även prenumerera på månadsbladet för Hammarö respektive Karlstad – digitalt eller via vanlig post. Gå in på hemsidorna eller ring Hammarö 054-51 24 00, Karlstad 054-14 14 00.

Grava församling annonserar i lokalpressens predikoturer och i sitt församlingsblad. Ringer du växeln 054-53 62 20, knappval 5, presenteras veckans gudstjänster.

PALMSÖNDAGEN 25/3

10.00 Gudstjänst, Västerstrandskyrkan.

11.00 Högmässa, enkelt kyrkkaffe, Domkyrkan.

11.00 Gudstjänst för små och stora, Lejonkören, Grava kyrka.

11.00 Gudstjänst, Kronoparkskyrkan.

11.00 Mässa, Hoppets gäng, kyrkkaffe, Norrstrandskyrkan.

11.00 Gudstjänst, Solsångarn, Nyeds kyrka.

11.00 Mässa, Vikenkyrkan.

11.00 Gudstjänst för stora och små, församlingens barnkörer, Väse.

16.00 Mässa, Rudskyrkan.

19.00 Dansmässa "Din ljusa skugga", Norrstrandskyrkan.

KONSERT

18.00 Händels Messias del 2, Domkyrkokören, Vox Maria, orkester samt solister under ledning av domkyrkokantor Eneken Berglund, Domkyrkan.

MÅNDAG 26/3

PASSIONSANDAKT

18.00 Domkyrkan.

18.00 Västerstrandskyrkan.

19.00 Kören Da Capo, Norrstrandskyrkan.

19.00 Väse kyrka.

TISDAG 27/3

PASSIONSANDAKT

18.00 Domkyrkan.

18.00 Västerstrandskyrkan.

19.00 Korsandakt, Grava församlingshem.

19.00 Norrstrands kyrkokör, Norrstrandskyrkan.

19.00 Väse kyrka.

ONSDAG 28/3

12.00 Mässa, Domkyrkan.

PASSIONSANDAKT

18.00 Domkyrkan.

18.00 Västerstrandskyrkan.

19.00 Korsandakt, Grava församlingshem.

19.00 Herrhagskyrkans kör, Norrstrandskyrkan.

19.00 Väse kyrka.

SKÄRTORSDAG 29/3

11.00 Skärtorsdagsmässa, Åsbacka äldreboende, Molkom.

15.00 Mässa, Granberga vårdboende, Väse.

16.00 Skärtorsdagsmässa, Rudskyrkan.

17.00 Mässa, Tove Fjällborg cello, Nyeds kyrka.

17.30 Skärtorsdagsmässa, Skoghalls kyrka.

18.00 Gudstjänst med Små & Stora, Barnens katedral.

18.00 Skärtorsdagsmässa, Domkyrkan.

18.00 Kom till ro-mässa med soppa. Anm för mat: anders.holz@svenskakyrkan.se, Herrhagskyrkan.

18.00 Skärtorsdagsmässa för stora & små, Kronoparkskyrkan.

18.00 Skärtorsdagsmässa, Vikenkyrkan.

19.00 Mässa, Tove Fjällborg cello, Alsters kyrka.

19.00 Skärtorsdagsmässa, Vox Nova, Grava kyrka.

19.00 Mässa, Hammarö kyrka.

19.00 Skärtorsdagsmässa, Norrstrandskyrkan.

19.00 Skärtorsdagsmässa, Västerstrandskyrkan.

19.00 Skärtorsdagsmässa, Östra Fågelviks kyrka.

LÅNGFREDAG 30/3

LÅNGFREDAGSGUDSTJÄNST

10.00 Gudstjänst med Små & Stora, Barnens katedral.

10.00 Kyrkokören, Västerstrandskyrkan.

11.00 Domkyrkan.

11.00 Rose-Marie Bäckstrand sång, stråkensemble, Hammarö kyrka.

11.00 Norrstrands kyrkokör, Norrstrandskyrkan.

15.00 Vikenkyrkan.

15.00 Med stora & små, Kronoparkskyrkan.

16.00 Rudskyrkan.

LÅNGFREDAGSMUSIK

11.00 Pergolesis "Stabat Mater", Maria Rydberg, Annika Bohlin och Eva Enders sång och orgel, Nyeds kyrka.

15.00 Pergolesis "Stabat Mater", Maria Rydberg, Annika Bohlin och Eva Enders sång och orgel, Alsters kyrka.

15.00 Musikgudstjänst, Grafva kyrkokör, Cecilie Clausen flöjt och Martina Lassbo violin, Grava kyrka.

15.00 Musikgudstjänst, Väse kyrkokör, Väse kyrka.

18.00 Pergolesi "Stabat Mater", kören Vox Maria, Rebecca Fjällsby sopran, Sabina Bisholt alt, Karlstad barock, Domkyrkan.

18.00 Musikgudstjänst "Vid graven", Vanja Reese violin, och Gunilla Steinert harpa, Skoghalls kyrka.

PÅSKAFTON LÖRDAG 31/3

23.30 Påsknattsmässa, kyrkokören och musiker, Nyeds kyrka.

23.30 Påsknattsmässa, Ungdomskören, Västerstrandskyrkan.

PÅSKDAGEN SÖNDAG 1/4

10.00 Gudstjänst med Små & Stora, Barnens katedral.

10.00 Påskdagsgudstjänst, kyrkokören, Västerstrandskyrkan.

11.00 Gudstjänst, Alsters kyrkokör och Magnus Lindholm trombon, Alsters kyrka.

11.00 Högmässa, Domkyrkokören och Vox Maria, Domkyrkan.

11.00 Högmässa, Grafva kyrkokör, Fredrik Höglund trumpet, Grava kyrka.

11.00 Påskdagsmässa, Rose-Marie Bäckstrand sång, Skoghalls kyrkokör, Hammarö kyrka.

11.00 Gudstjänst med påskbuffé. Anm mat: anders.holz@svenskakyrkan.se, Herrhagskyrkan.

11.00 Nattvardsgudstjänst, Kronokören, musiker, Kronoparkskyrkan.

11.00 Högmässa, Norrstrands kyrkokör, Norrstrandskyrkan.

11.00 Påskdagsmässa, kyrkkaffe i kyrkan efter gudstjänsten, Väse kyrka.

15.00 Påskdagsgudstjänst, kyrkkaffe i församlingshemmet efter gudstjänsten, Östra Fågelviks kyrka.

16.00 Mässa, Rudskyrkan.

18.00 Ekumenisk aftonbön i kompletoriets form, stilla stund från 17.45, Domkyrkan.

ANNANDAG PÅSK MÅNDAG 2/4

10.00 Gudstjänst, Västerstrandskyrkan.

11.00 Högmässa, Domkyrkan.

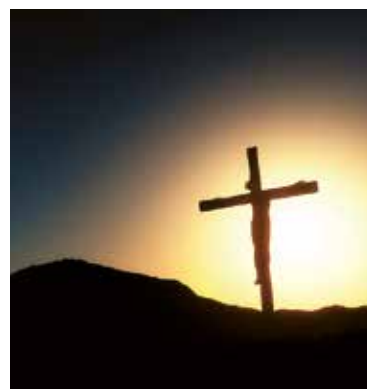
11.00 Gudstjänst, Norrstrandskyrkan.

11.00 Emmausmässa, påskmåltid och gemenskap efter gudstjänst, Skoghalls kyrka.

15.00 Gudstjänst, kyrkkaffe, Flatviksgården, Snaversrud 333.

MUSIK

Sön 22/4 18.00 N.Å. Nielsen "Missa nova Sofiae", Domkyrkokören, Vox Maria, musiker, Domkyrkan.



Retreat på hemmaplan

Måste man verkligen åka långt bort för att delta i en retreat? Är det inte en poäng att retreaten vävs samman med livet på hemmaplan och låter deltagarna ana Gud i sitt vanliga liv?

JO, DET MENAR ANN-CHARLOTTE UGGLA som är präst i Vålberg, Nor-Segerstads församling. I påsktid ordnar hon därför en nio dagar lång "Retreat i vardagen – Nära dig" med tema Kärlekens väg.

– Jag vill bidra till att folk ska känna sig hemma i kyrkan och upptäcka att här är en plats där var och en får vara i stillhet och tystnad utan krav. Vår kyrka är till för alla och alla ska känna sig välkomna! Jag vill också erbjuda en plats där man delar påskens dramatiska händelser med varandra.

Under Retreat i vardagen, hålls kyrkan öppen och erbjuder några timmars andakt och stillhet varje eftermiddag.

– Och även om vi vill att man anmäler sig till retreaten i stort, och dyker upp första och sista mötet, är det inget krav att vara med varje gång, utan man kommer då det är möjligt helt enkelt.

RETREATEN INLEDS PÅ PALMSÖNDAGEN med gudstjänst följt av lunch och introduktion i meditation.

– I dag då många är stressade är meditation ett fint sätt att stilla sig och i tillit vila i andetaget.

Därefter följer en övning där var och en får fråga sig själv: Hur ska jag under dessa dagar låta lite mer av min vardagsenergi vara avsatt till min andlighet?

– Allt vi gör under retreaten syftar till att vi ska få näring, känna att Gud är nära och att livet egentligen inte är så krångligt, mitt i all sin krånglighet!

Här är det en god hjälp att engagera hela kroppen och så många sinnen som möjligt. Därför bjuder veckan på bland annat bildterapi, heliga danser och skapande bibelberättelse.

Deltagarna får också med sig bibeltexter, tankar och böner för varje morgon, middag och kväll. Texterna följer stilla veckans tema och bibeltexter. ●



Tro och liv är tätt sammanvävt. Med retreat i vardagen hoppas prästen Ann-Charlotte Ugglan sänka trösklarna in till kyrkan och visa att den är en plats för alla.

FOTO: CECILIA HARDESTAM

Här är ett utdrag ur Första Korintherbrevet, en bibeltext som retreatdeltagarna får bära med sig hela veckan.

Kärlekens lov

1. Om jag talar både människors och änglars språk, men saknar kärlek, är jag bara ekande brons, en skrällande cymbal.
2. Och om jag har profetisk gåva och känner alla hemligheterna och har hela kunskapen, och om jag har all tro så att jag kan flytta berg, men saknar kärlek, är jag ingenting.
3. Och om jag delar ut allt jag äger och om jag låter bränna mig på bål, men saknar kärlek, har jag ingenting vunnit.
4. Kärleken är tålmodig och god. Kärleken är inte stridslysten, inte skrytsam och inte uppblåst.
5. Den är inte utmanande, inte självisk, den brusar inte upp, den vill ingen något ont.
6. Den finner inte glädje i orätten men gläds med sanningen.
7. Allt bär den, allt tror den, allt hoppas den, allt uthärdar den./.../
13. Men nu består tro, hopp och kärlek, dessa tre, och störst av dem är kärleken.

Retreat i vardagen i stilla veckan och påsk

Två dagar eller sju?



FOTO: MAGNUS ARONSSON/ICOM

SOM DELTAGARE är du med de dagar du kan. Fast du behöver vara med första och sista gången för att dela helheten.

Obs!

Sista dag för anmälan är den 15 mars.

Vill du delta eller veta mer?

Kontakt: ann-charlotte.uggla@svenskakyrkan.se eller 054-224 40 30

Var: Nors kyrka samt sockenstugan

PROGRAM

25 MARS PALMSÖNDAGEN

- 11.00 Gudstjänst
- 12.00 Lätt lunch samt information
- 13.00 Introduktion i meditation
- 15.00–16.00 Min plan för veckan

26–28 MARS BLÅ MÅNDAGEN, VITA TISDAGEN, DYMMELONSDAGEN

- 15.30 Sitta sig till stillhet
- 16.00 Samtal
- 17.00 Bibelberättelse, Helig dans, Bildterapi
- 18.15 Mat – egen matlåda
- 19.00–19.30 Passionsandakt kring berättelsen om Jesu lidande och död

29 MARS SKÄRTORSDAGEN

- 15.30 Sitta sig till stillhet
- 16.00 Samtal
- 17.15 Mat – egen matlåda
- 18.00–20.00 Skärtorsdagsmessa, efter messan tyst meditation

30 MARS LÅNGFREDAGEN

- 11.00 Långfredagsgudstjänst
- 12.00–13.00 Meditation inför korset

31 MARS PÅSKAFTON

Inget gemensamt program

1 APRIL PÅSKDAGEN

- 11.00 Påskdagsgudstjänst med kyrkkaffe

2 APRIL ANNANDAGEN

- 16.00 Emmausmessa
- 17.00 Samtal: Hur ser din Gudsrelation ut efter veckan? Kände du igen honom?



Påskpyssel

27 och 28 mars
13.30-16.00

Öppna förskolan
Lilla lekhallen,
Norrstrandskyrkan



MAT, PYSSEL OCH TACOS! Avslutning i kyrkan.
Välkommen alla åldrar!

Ingen föranmälan, bara att dyka upp!
Mer information: Eva-Lott Isaksson 054-14 19 01 eller
Anette Sundelin 054-14 19 15

När: **Tisdag 13/3 och onsdag 11/4 17.00-19.00**

Var: **Norrstrandskyrkan**

Restaurang Sången

Barnens katedral
onsdag 14 mars 13.00



Välkomna till Restaurang Sången

Alla gäster får välja från vår innehållsrika
musikmeny.

Servitriser och servitörer bland andra
Kerstin Andeby, Göran Hultgren, Börje
Axelsson och Janne Johansson.



FOTO LOUISE HEDBERG

Ungdomsbussen

Du är alltid välkommen!

**VARJE FREDAG 22.00-02.00
STORA TORGET**

UNGDOMSBUSSEN parkerar på
Stora torget i Karlstad varje fredag.
Där kan du få fika och en
pratstund i en skön varm buss.

**Fredag 16 mars finns vi på plats redan
klockan 12.00**

LUNCHMUSIK

Tisdagar 12.00, Norrstrandskyrkan

Onsdagar jämna veckor 12.00
Barnens katedral/Kroppkärrskyrkan

Torsdagar 12.00 Domkyrkan
klockspel från 11.45



Retreat

MÖJLIGHET att meditera, måla, skriva eller bara vara. Avbrott för kortare pilgrimspromenad och avslappningsstund. Vi äter en vegetarisk måltid tillsammans kl 18.00. Frivillig avgift för middagen.

Dagen avslutas med en dansmessa kl 19.00 där alla kan vara med.

Info & anm (senast 22/3): Eva-Lott Isaksson 054-14 19 01,
eva-lott.isaksson@svenskakyrkan.se

När: **Söndag 25 mars 14.00-20.00**

Var: **Mariasalen/Marthasalen, Norrstrandskyrkan**



FOTO: ØVIND LUND

Agabi – mångkulturell mötesplats

GEMENSKAP FÖR KVINNOR OCH MÄN. Svenskundervisning med teman.

När: **Tisdagar och torsdagar 10.00-12.15**

Var: **Kronoparkskyrkan**

Samtal pågår

KVINNOR FRÅN OLIKA KULTURER och länder möts och pratar svenska. Ibland gör vi en liten utflykt till någon plats i Karlstad.

Kontakt: maria.carlsson2@svenskakyrkan.se eller 076-766 19 45

När: **Fredagar 10.30-12.00**

Var: **Rudskyrkan**

SOPPLUNCH

- | | |
|-----------------|---|
| Tisdagar 12.00 | <ul style="list-style-type: none">• Alsters församlingshem, udda veckor• Norrstrandskyrkan• Missionskyrkan Molkom, jämna veckor• Vikenkyrkan |
| Onsdagar 12.00 | <ul style="list-style-type: none">• Barnens katedral• Kronoparkskyrkan |
| Torsdagar 12.00 | <ul style="list-style-type: none">• Västerstrandskyrkan• Skoghalls församlingshem |
| Fredagar 12.00 | <ul style="list-style-type: none">• Rudskyrkan, udda veckor |



Appropå tillit...

Kan man lita på folk?

– Ja, det tycker jag. Jag väljer ofta att hellre tro folk om gott än motsatsen. Det är ett skönare sätt att vara på, det ger en mer positiv syn på världen. Under min uppväxt i Värmland har jag fått lära mig att allt är möjligt. Det blir som en självuppfyllande profetia, tror man andra om gott, så blir det ofta så.

Vem litar du på?

– Jag är i överkant naiv många gånger. Jag litar nog på de flesta men försöker vara lite kritisk till sociala medier där man behöver ta reda på vad som är sant och falskt.

Kan folk lita på dig?

– Ja, det vill jag gärna tro. Jag försöker vara ärlig och rak så mycket jag bara kan.

Kan man lita på folk?

– Inte oreflekterat, inte. Maktavare måste man syna i sömmarna när de försämrar a-kassan och sjukersättningen eller försöker skaffa sig själva förmåner. Jag följer med i debatten och har skrivit säkert hundra insändare i Värmlands Folkblad och Arvika Nyheter.

Vem litar du på?

– På mina barn förstås. De är snälla och vill mig väl. Och sjukvården. Jag är ofta på sjukhuset i Arvika med mina besvär nuförtiden. De tar mig på allvar och försöker aldrig bli av med mig.

Kan folk lita på dig?

– Ja, jag tror det. Jag försöker vara ärlig.

Namn: Marit Paulsson

Ålder: Fyller 92 i april

Gör: Pensionär. Har varit barnskötare, vårdanställd och fritidspolitiker

Bor: Långlanda, Charlottenberg

Drivkraft som arg insändarskribent: Ilska och saknad över ett Folkkrörelse-sverige som gått i graven



Namn: Mona Brorsson

Ålder: 28 i mars

Gör: Elitidrottare i skidskytte. Tagit en paus i studierna i statsvetenskap och internationella relationer

Bor: Östersund. Uppväxt i föräldrahemmet i Koppom

Tävlar: För värmländska Finnskoga IF. Uttagen till vinter-OS i sydkoreanska Pyeongchang



FOTO PER DANIELSSON



Namn: Björn A. Ling

Ålder: 43

Gör: Underhållare

Bor: Stockfallet, Karlstad

Filmroller i urval: Pölsa i Smala Sussie, Robin i Bröllopsfotografen, Pontus i teveserien Ack Värmland i TV4

Kan man lita på folk?

– Ja, jag gör det som regel. Jag kanske är naiv men man måste utgå ifrån att folk är ärliga. Jag tror att det folk säger är sant. Hur skulle man ens kunna åka och handla annars, om man inte trodde att kassörskan skulle göra rätt?

Vem litar du på?

– Robert Lind i Kramfors! Nej, jag har några bästa vänner, min fru förstås och mamma. Men jag har ju redan sagt att jag litar på alla.

Kan folk lita på dig?

– Ja, det kan de. Jag är ganska slarvig och kan glömma bort saker. Därför försöker jag se till att det inte är jag som ska ringa ett visst klockslag, det är bättre att andra gör det. Men jag ljuger inte. Och luras bara när jag är ironisk mot mina barn.

Kan man lita på folk?

– Det beror på. I Sverige finns tio miljoner människor. Du kan inte lita på alla. Självt litar jag inte på Migrationsverket som gör åldersbedömningar som inte är säkra och inte på lagen och inte på politikerna. Jag studerar på gymnasiet och de har sagt att det ska ge uppehållstillstånd, men det har jag inte sett.

Vem litar du på?

– Jag blir förvånad när jag tänker på det, men det är jättesvårt att lita på någon.

Kan folk lita på dig?

– Det beror på vad du har för uppfattning om mig. Först får du lära känna mig, men jag tycker absolut att du kan lita på mig!



Namn: Maisam Akbari

Ålder: 18

Gör: Går vård- och omsorgsprogrammet på Tingvallagymnasiet i Karlstad. Har demonstrerat mot utvisningar till Afghanistan tillsammans med andra ensamkommande. Aktiv i nätverk på sociala medier under hashtag #ungisverige och #vistårinteut