

# BOTKYRKA

FÖRSAMLINGSBLAD

NR 5 2022

## ÖN I ÖSTERSJÖN

Följ med till  
Gotska Sandön

## GE SORGEN TID

Men ge sorgen  
en gräns

## NIO TIPS

Första hjälpen  
vid sorg

## I DIN TELEFON

Lyssna på författare  
från årets bokmässan

REFLEKTIONER  KRING

# NÅD

*Lilla Dalen*

**LJUSGÅNG  
FRÅN HÅGELBY-  
LEDEN**

*Du är inte ensam i din sorg*

# ALLHELGONA



## En plats för liv och död

Vad gör en kyrkogård med dig? Är det en plats som du helst undviker, en plats som du förknippar med spöken, död och hemskheter? Eller kan det vara en plats där döden och livet liksom möts. Dit vi människor söker oss för att få balans i våra liv. Här i närheten av alla de som levt före oss, kan perspektiven förändras.

Jag, som lever nu, blir så tydligt en länk i en kedja av människor långt bak i tiden, där de flesta levt ett helt annorlunda liv, men ändå upplevt allt det som förenar oss som människor. Kärlek, död, lycka och misslyckanden. Botkyrka kyrkogårds alla barngravar från 1940-talet gör mig oändligt tacksam för penicillinet och vaccinationsprogrammen för barn och påminner mig om att det inte var bättre förr.

På kyrkogården möts vi också över alla sociala och ekonomiska gränser. Sorgen och saknaden efter en vän eller nära anhörig har vi gemensamt oavsett var vi kommer ifrån eller hur vi har lyckats i livet.

Som kyrkogårdschef har jag varit så stolt och imponerad av all personal som arbetar på kyrkogårdsförvaltningen. Jag har sett deras omsorg och medkänsla i kontakten med sörjande och vet med vilken omtanke man långt i förväg planerar för att just allhelgonahelgen ska bli så fin och välkomnande som möjligt. Du kan läsa mer om detta längre in i tidningen.

*Nåd* är ett ord som är svårt att få grepp om, men visst är det nåd det handlar om i reportaget om ungdomarna i Ängskyrkan. Att få finnas till och att få finnas tillsammans med varandra och med Gud.

Läs även Johannes Svaneruds reflektion kring själva ordet *Nåd* där han citerar Psaltaren 139:

*Om jag säger: Mörker må täcka mig,  
ljuset omkring mig bli natt,  
så är inte mörkret mörkt för dig,  
natten är ljus som dagen,  
själva mörkret är ljus.*

Ann-Christine Blixth, nybliven pensionär

## INNEHÅLL

### 04 | SAND MELLAN TÅRNA

Varje sommar fylls Gotska Sandön med ungdomar från Botkyrka

### 08 | REDO FÖR ALLHELGONA

Inför allhelgona är det hektiska dagar på begravningsplatserna

### 12 | BILDEN

Du är värd för att du finns till

### 14 | NÅD

Reflektioner kring nåd

### 16 | GE SORGEN TID

Göran Larsson guidar genom den svåra resan i sorgens landskap

### 18 | FÖRSTA HJÄLPEN VID SORG

Nio tips som gör det lättare att finnas där för någon som sörjer

### 20 | ALLHEGONA

Öppen kyrka, ljusständning och musik

### 22 | HÄR OCH DÄR

Ombyggnation, fågelholkar och biskopar

### BOTKYRKA FÖRSAMLINGSBLAD #5. 2022

REDAKTÖR: Andréas Lindström

REDAKTION I DETTA NUMMER: Ann-Christine Blixth, Arne Hyckenberg, Inga-Britt Rova, Beatrice Lönnqvist, Daniel Claesson, Andréas Lindström

FOTO FRAMSIDA: Arne Hyckenberg, Unsplash

FORM: Andréas Lindström, september, andreas@september.se

ANSVARIG UTGIVARE: Beatrice Lönnqvist, beatrice.lonnqvist@svenskakyrkan.se

DISTRIBUTION: Postnord UPPLAGA: 33 900 ex TRYCK: Bold Printing Mitt AB

Utges av Svenska kyrkan Botkyrka, Box 240, 147 01 Tumba, 08-530 222 00

Besöksadress: Grödingevägen 4, botkyrka.forsamling@svenskakyrkan.se,

www.svenskakyrkan.se/botkyrka



3041 0879  
TRYCKSAK

Svenska kyrkan   
BOTKYRKA FÖRSAMLING



Foto: Arne Hyckenberg

»Det var inte som jag trodde när jag kom dit. Det var mycket bättre och jag blev överraskad«

SIDAN 4-7

»Jag tycker att det är väldigt roligt att få möta alla besökarna«

SIDAN 8-11



Foto: Arne Hyckenberg

MEDARBETARE I DETTA NUMMER



**ANN-CHRISTINE** BLIXTH

Nybliven pensionär som ser fram emot att när som helst kunna ta en sväng till någon av våra kyrkogårdar och bara vara, för att *Känna livet i sig* som Astrid Lindgren lät farbror Nilsson säga i boken om Madicken.



**DANIEL** CLAESSION

Kommunikatör i Botkyrka församling. Har sällan funderat över ordet nåd så mycket som nu. Svårt, men viktigt och fint. Ser också fram emot att besöka en kyrkogård under allhelgonhelgen och vandra runt bland alla ljus som lyser upp höstmörkret.



**BEATRICE** LÖNNQVIST

kyrkoherde som tycker mycket om allhelgonhelgen. Hon kommer att besöka församlingens alla kyrkogårdar under helgen och tända ljus.



**ARNE** HYCKENBERG

Bor i Tullinge och arbetar som fotograf. Inför det här numret var det extra intressant att besöka Lilla Dalen och få veta mer om de förberedelser som krävs för att möta alla besökare under Allhelgonhelgen.



**INGA-BRITT** ROVA

Aktiv i verksamhetsrådet i Tumba kyrka, där så mycket händer nu. Korrekturläser församlingsbladet. Eftersom mina nära och kära ligger begravda 120 mil bort finns ingen möjlighet att besöka gravarna, men jag tänder gärna ljus och skapar en egen minnesstund.



**EMELIE** SIMMONS

Frilansjournalist med en bakgrund som kommunikatör i Svenska kyrkan. Inför allhelgona bjuder hon in föräldrar som förlorat ett litet barn att binda en krans till barngravarna. Det blir samtal, ljusständning och tårar. Men det är gemenskapen som ger känslan av hopp att orka leva vidare.



**ANDRÉAS** LINDSTRÖM

Arbetar med kommunikation. Vid allhelgona går han med sin familj till kyrkogården för att tända ljus när dagsljuset övergår i skymning och höstmörkret sakta sänker sig över alla flämtande ljuslågor.

# VARM

*sand mellan tårna*

TEXT: Emelie Simmons FOTO: Arne Hyckenberg, Elias Bladh, David Lindström, Lisa Adelly, Tilde Hammarvall



En vecka varje sommar fylls Gotska Sandön med ungdomar från Ängskyrkan i Tumba. Här finns ingen el, inget rinnande vatten istället hänger stora korsspindlar vid utedasset och täckningen på mobilen är urusel. Ändå så är lägret det bästa många ungdomar varit med om.

**D**et är onsdag i Ängskyrkan och snart dags för ungdomskväll. Några har kommit lite tidigare för att prata om konfirmand- och ungdomslägret på Gotska Sandön, som ligger norr om Fårö, Gotland. I somras reste 37 ungdomar från Ängskyrkan med en liten båt från Nynäshamn, därefter till fots i fem kilometer innan de nådde stugbyn. Stugorna är enkla och maten lagar ungdomarna själva.

På bordet i församlingssalen står en skål med smågodis på ett av borden. Lisen Österberg tar en karamell från skålen. Hon konfirmerades i somras och är numera med i ungdomsgruppen som ses på onsdagkvällar.

– Det var många i min klass som pratade om att de skulle konfirmera sig, så snacket gick. Jag tyckte det lät spännande och anmälde mig, säger Lisen.

Dante Hammarlund sitter bredvid och har varit på Gotska Sandön ett flertal gånger. Han är ledare i kyrkan och går sista året på gymnasiet.



»Jag tyckte det  
lät spännande och  
anmälde mig«

# LISEN



Att jag skulle konfirmera mig var ett ganska impulsivt val, jag hade inte tänkt igenom det så mycket, och jag visade inte vad vi skulle prata om utan jag tänkte att det kunde vara en rolig grej att göra. Jag visste att vi skulle prata om Gud och Jesus, men jag hade ingen aning om hur många fina människor jag skulle träffa.

För mig var nog den högsta punkten varit konfirmeringsläger, efter konfirmeringen nu då i under veckan lärde jag känna alla mycket bättre, både från min egen konfirmeringsgrupp, men också ungdomsgruppen och ledarna.

Något av det viktigaste jag lärt mig under min konfirmeringstid är hur man behandlar sin omgivning. När jag började tänka på det så märkte jag att det fanns massvis med sätt att vara snällare mot sina nära och kära som jag inte hade tänkt på. Gemenskapen här i kyrkan gör att man känner sig bekväm och att man inte behöver oroa sig för att sticka ut.

– Jag konfirmerades för fyra år sedan och sedan dess har jag varit ledare på flera läger, säger Dante.

För att preppa inför lägret lärde ungdomsgruppen och konfirmanderna känna varandra under några helger på våren. Lekar blandades med undervisning om kyrkans tro och lära för att alla skulle vara trygga att åka tillsammans på läger.

– Vi lekte namnlekar i början, berättar Samuel, även kallad Sumo, som numera är anställd ledare i kyrkan.

### SAND, TALL OCH EN LITEN SKOG

Ungdomarna får information om hur förhållandena ser ut på ön. Det finns inget rinnande vatten, ingen el och dålig täckning på mobilen. På Gotska sandön finns två stugområden och det får vistas max 90 personer på hela ön samtidigt.

– Det var inte som jag trodde när jag kom dit. Det var mycket bättre och jag blev överraskad, säger Dante.

– Ön är inte speciellt stor heller. Den består av sand, tall och en liten skog. En dag gick jag till andra

Det var mycket skratt när Lisen, Dante och Samuel pratade om hur det var på lägret på Gotska Sandön

Vid konfirmeringsgudstjänsten efter lägret berättade ungdomarna om sina upplevelser. Lisen tog bland annat upp gemenskapen med alla som hon träffat under konfirmeringstiden.



»Det är skönt  
att komma hit och få en  
paus från allt«

**DANTE**

»Det var maneter  
överallt. Men vilken  
upplevelse«

**SUMO**

sidan ön för att titta på sälarna. Det var en upplevelse att se tjocka sälar ligga på klipporna, säger Sumo.

– Jag gillade att det var gammaldags, det var mysigt, säger Lisen.

– Korsspindlarna på dasset var inte jättekul, flikar Sumo in.

### TARZAN EN KLASSIKER

Dagarna på ön började alltid med en morgonandakt. I tystnad fick ungdomarna gå till kapellet som ligger cirka 15 minuters promenadväg från stugområdet. Prästen Anna-Lena Eriksson hade ett knep för att alla skulle klara av att gå i tystnad.

– När vi fick klubban i munnen av Anna-Lena så var det en signal att bli tysta, och sen gick vi så till kapellet. Det var väldigt rogivande att göra det. Det var alldeles tyst, bara skogen och havet, säger Lisen.

Dagarna trappades upp med lekar och undervisning, oftast med rollspel.

– En klassiker är Tarzan, som handlar om man ska skicka vidare olika gester i ringen. Kanske en gest är elefanten, en annan cowboy. Många som

gick förbi undrar säkert vad vi håller på med i våra lekar, men vi bygger gemenskap genom att leka.

Vi skrattar oss igenom lekarna tillsammans, säger Sumo.

### ÄNGLAR OCH MANETER

För att alla konfirmander ska få lite extra omsorg på lägret utses en ängel till varje konfirmand. Ängeln är någon ur ungdomsgruppen som ska värna lite extra om konfirmanden. Men inget som ska uttalas eller berättas om.

– Jag visste inte ens om att jag hade en ängel förrän på konfirmationsgudstjänsten då prästen, pedagogerna och "ängeln" skulle lägga sina händer på mig och be, berättar Lisen.

Andakten är ett fint minne för alla tre.

– Speciellt den som var på stranden vid solnedgången. Det var så mycket som var rätt den kvällen. Solen, stranden, vädret, säger Lisen.

Andakterna hade samma ram och varje morgon och kväll skapade ungdomsgruppen egna andakter som de fyllde med sina tankar.

– Det kunde vara en pjäs, en egenskriven bön, dikter, dans, sång eller lyssna på något, säger Dante.

En dag hände det något oväntat vid morgondoppet.

– Under natten hade det kommit in maneter till viken. Det gick nästan inte att bada, det var maneter överallt. Men vilken upplevelse, säger Sumo.

– Det är verkligen speciellt att vara så många tillsammans på en öde ö, lite oväntat, säger Dante.

### PAUS FRÅN ALLT

Gemenskapen och sammanhållningen från lägret har gjort att Lisen fortsatt att gå till kyrkans ungdomskvällar. I kyrkans miljö känner hon sig avslappnad.

– Jag blir inte utpekad på något sätt som i skolan, det finns inga läxor här, det är behagligt på något sätt. Alla dagar i skolan är så stressiga med läxor, prov, att minnas och att visa vad jag kan. Just därför är det skönt att komma till ungdomsgruppen i kyrkan, säger Lisen.

– Det är skönt att komma hit och få en paus från allt, säger Dante.

– Det är fin gemenskap här, säger Sumo.

Visste du att lika många som ser på Melodifestivalen besöker en kyrkogård vid Allhelgona. Vid högtiden förvandlas begravningsplatsen Lilla Dalen till ett hav av ljus där människor möts och delar berättelser. Vi möter några av kyrkogårdsarbetarna som sköter om kyrkogården och gravarna.

TEXT: **Emelie Simmons**

FOTO: **Arne Hyckenberg, Gustaf Hellsing**

**I**nför allhelgona är det hektiska dagar på begravningsplatserna runt om i Sverige och i Botkyrka. Enligt en undersökning besöker lika många en kyrkogård som vi svenskar tittar på Mello. Lilla Dalens begravningsplats är den mest besökta i Botkyrkaområdet. Här jobbar arbetsledarna på Botkyrka kyrkogårdsförvaltning, Yoseph Girma och Hanna Ovebring, med skötsel och planering som hör till kyrkogården.

– Inför allhelgona är det många beställningar av ljus och blommor vi måste ta hand om. I dagarna har vi har fått den stora ljusleveransen, säger Yoseph och fortsätter:

– Det är en väldigt stor högtid, det är då det är mest folk här under hela året. Då kommer man hit för att hedra och påminnas om sina nära och kära, tända ljus, på gravarna eller i minneslundan.

Innan storhelgen finns ett schema med vad som ska fixas för att det ska se fint och inbjudande ut när besökarna kommer. Minneslundan ska vara krattad, löven ska blåsas, kanske en gräsklippning om det inte regnar veckan innan.







# LJUSGÅNG FRÅN HÅGELBYLEDEN



Yoseph Girma och Hanna Ovebring arbetar på kyrkogårdsförvaltningen.



Hanna och Yoseph har fått en leverans av ljus som de ska ställa ut på gravar till dem som beställt det.

– Många tänder ljus i minneslundan och vi vill att den ska vara vacker, säger Yoseph.

– Vi tar också hand om alla gravplatser som har gravskötsel och ser till att de är fina inför allhelgona, säger Hanna som arbetat på kyrkogården sedan 2015.

Hanna berättar att hennes syskon börjat med en ny tradition som innebär att man besöka familjens olika gravar.

– Vi minns, det är vackert med alla ljus, det är en slags ”allhelgonaturné”, där vi tillsammans besöker familjens gravar, det har blivit en väldigt fin tradition, säger Hanna.

### SAMTAL VID PEPPARKAKORNA

I år jobbar Hanna på Lilla Dalen och kommer stå vid kapellet och servera kaffe och svara på frågor.

– Många frågar efter gravplatser och vi står redo med en Ipad för att hjälpa besökarna med deras frågor, fortsätter hon.

I kapellet kan besökarna tända ljus, och det finns möjlighet till enskilda samtal med en präst. Men de flesta samtalen sker utomhus i tältet vid kaffet och pepparkakorna.

– Jag tycker att det är väldigt roligt att få möta alla besökarna. Det är väldigt fint att få höra berättelser om de anhöriga som gått bort, säger Hanna.

– Allhelgona är odramatiskt på något sätt, man kommer till kyrkogården tänder ett ljus, kommer in till kapellet och värmer sig, dricker en kopp kaffe och småpratar lite, fortsätter Hanna.

David Holm är ny kyrkogårdschef och ser fram emot att få uppleva kyrkogårdarna framöver.



David Holm är ny kyrkogårdschef sedan september.

– Det är en viktig helg då många besöker vår ceremonibyggnad och våra kyrkor/kapell, vi har andakter och minnesstunder som många stannar på. Vi som anställda måste då se till att det inte är för många i byggnaden då det är många ljus tända och att bilarna parkeras enligt anvisningarna. Allt ska flyta på trots många besökare, säger David.

– Vi jobbar med att ordna parkering för alla bilar. Vi kommer ha värdar som hjälper till i år. Helst vill vi att man lämnar bilen hemma men det går inte alltid, det är vi medvetna om, fortsätter David.

Under covid-tiden var det viktigt att jämna ut strömmen av besökarna för att undvika trängsel. Kaffeserveringen som var tidigare varit inne i ceremonibyggnaden flyttades ut i ett tält utanför.

– Det har vi fortsatt med eftersom det bidrog till att minska trycket inne i lokalen, säger Hanna.

### 350 LJUS OCH 320 KRANSAR

På fredagen i samband med högtiden tänder kyrkogårdspersonalen ljus på alla de gravar som det har beställts skötsel till, sedan fortsätter de att tända marschaller från Lilla Dalen ända ner till Hågelbyleden.

– Vi tänder kanske runt 350 ljus sammanlagt på Lilla Dalen, Tullinge och Botkyrka kyrkogårdar, säger Yoseph.



Inför allhelgona krattar kyrkogårdsanställda gräsmattorna så de ska se snygga och prydliga ut.

Minnesstunderna och andakterna är omtyckta vid allhelgona.

– Vi brukar sätta igång efter fiket på fredagen och sen är det klart innan vi går hem för dagen, det tar några timmar, säger Hanna.

Utöver att tända ljus ska 320 kransar läggas ut på de gravar som har beställt det.

– Det finns många som inte har möjlighet att komma hit och många tackar faktiskt för den service de fått och det blir ofta ett trevligt samtal. Högtiden gör att vi kan prata om minnen och döden på ett naturligt sätt, säger Yoseph.

– Jag minns när jag var ny här. Jag blev väldigt tagen. Det var verkligen vackert, det är stort, det är fint att en högtid kan lyfta döden, man tänker på ett annat sätt då, det blir på riktigt. Även för oss som jobbar här, säger Hanna.

– Det finns också en förväntan inför en sådan här stor högtid. Många känner en samhörighet, och vi delar hoppet tillsammans, säger David.

## TRÖST OCH ÅTERHÄMTNING

För David är en kyrkogård eller begravningsplats mycket mer än bara en kyrkogård.

– Att just ha ambitionen, eller visionen, att vare en plats dit människor söker sig till för att söka tröst men också återhämtning och kontemplation väcker

något i mig och därför sökte jag tjänsten som kyrkogårdschef och är väldigt tacksam att få vara här, säger David.

Vidare menar David att kyrkogården ska vara en plats där anhöriga kan komma för att besöka sina nära och kära som inte finns kvar i livet.



Från Hågelbyleden fram till Lilla Dalen tänds en ljusgång med marschaller.

– En plats för sorg och saknad, minnen av någon och där reflektion över livets små och stora frågor får utrymme och tid. Där vila finns för dem som redan gått före men även för oss som är kvar i livet. Att få var med och tillsammans med alla medarbetare, utveckla, skapa och förvalta en sådan inbjudande miljö är fantastiskt, säger han.

David promenerar från arbetsbaracken till gravkvarteren för att bli fotograferad. Han pekar mot ången på andra sidan häcken, där projekt "Hagen" håller på att ta form.

– Vi är i slutet av projekteringen av att utvidga vår begravningsplats på Lilla Dalen. Vi är i stort behov av nya kistgravar för att möta det behov av gravplatser som Botkyrkas kommuninvånare kommer behöva framöver, säger David.

Inom de närmsta åren behöver Lilla Dalen växa och investeringar för framtiden är nödvändiga.

– Det vi nu ser i projektet "Hagen" är precis det som vi vill vara. En vacker begravningsplats dit människor kan söka sig till för att få tröst men också återhämtning och kontemplation. En begravningsplats som vi ha och som Botkyrkaborna kan vara stolta över, avslutar David.





# NÅD

Nåden, hur provokativ är inte den?  
Att du är värd, inte för att du gör något  
utan för att du finns till. *Bob Hansson*

FOTO: ARNE HYCKENBERG

## REFLEKTIONER KRING

## Nåd

TEXT: Johannes Svanerud, komminister FOTO: Arne Hyckenberg

**A**ltartavlan i Ångskyrkan har temat *Vi söker en äng och en källa*, som i sin tur bygger på psalm 617. Alla vandringar har sina rastplatser, alla landskap sina perspektiv. Med utgångspunkt i Ångskyrkans altartavla vill jag försöka samla några reflektioner kring *Nåd*.

**NÅDEN I ATT FÅ KÄNNA SIG BUREN**

I dopgudstjänstens ordning finns en mening som varje gång jag uttalar den får mig att vilja gråta. Den är en del av förbönen, del av en uppmaning nästan, en uppmaning till livet. *Nåden att få känna sig buren*.

För en tid sedan, som jag minns det var det vinter. Jag hade suttit på mitt stamcafé och skrivit. Dagen hade gått och det var redan mörkt när jag skulle promenera hem. När man suttit länge obekvämt påminns man om kroppens begränsningar. Jag var stel och trött. Det var också en svår tid i mitt liv, det var mycket oro och osäkerhet, sorg efter tunga förluster. Så länge jag satt och skrev var jag distraherad. Ja, skrivandet har hela mitt liv igenom varit en livlina. Men när jag reste mig för att pulsa hem genom snön kände jag orkeslösheten påtagligt. På vägen ut passerade jag kassan och eftersom jag känner alla som jobbar på

det här fiket lyfte jag handen och sa *"hejdå, tack för idag."* "Hejdå" fick jag till svar. Sedan hände något.

I samma ögonblick som jag la handen på det iskalla dörrhandtaget, som är format som en croissant, ropade tjejen i kassan på mig. *"Du, Johannes. Jag ser på dig att du mår dåligt. Hoppas det snart känns lite bättre."*

Jag minns inte vad jag svarade, eller om jag sa något över huvud taget. Jag vet att jag påmint henne flera gånger om detta, och att hon inte kommer ihåg att hon sagt det. Jag vet också att jag ofta återvänder till den här händelsen i min reflektion. Inte var hon tvungen att se mig. Inte var hon tvungen att även om hon sett, tänkt och funderat, säga något till mig. Även fast vi är bekanta. Inte var hon på minsta vis tvungen att säga mitt namn, bekräfta mig och dessutom skicka med mig glimten av ett hopp. Hon behövde inte, men hon gjorde det ändå.

Låt oss särskilja den meningen och låta den framträda i sin egen rätt. *Hon behövde inte, men hon gjorde det ändå*. Vad betyder det, att ge av sig själv, sin tid, sin ork och ge till någon annan vilken man inte har bundit sig till att finnas för, som i ett äktenskap eller annan djup relation?

Att ge av egen fri vilja utan behov av att få tillbaka. Som om akten att ge har ett egenvärde, precis som akten att skapa. Att få vara buren av osjälviskhet i en fundamentalt självisk värld. Är det den nåden som avses i dopgudstjänstens förbön?

**NÅDEN I ATT VARA ÄLSKAD**

Gud är kärlek heter det i den postmoderna teologin, eller den postmoderna teologiska reflektionen som den bättre brukar betecknas. Här tänker man sig att narrativet har en allegorisk karaktär, även om det samtidigt kan bindas till konkreta historiska händelser. Allegorin får då funktionen av exempel på hur Gud på olika sätt manifesterar sig. Det narrativet visar är Guds utflöde via transcendens. Det låter oerhört abstrakt, och den postmoderna teologin har

också mycket riktigt ibland förväxlat med filosofi.

Det abstrakta momentet övergår dock i konkretion när vi ser hela bilden. För hur tar sig då Gud uttryck, hur manifesterar Gud sig här i världen, här och nu? *Det är häret och nuet som blir nyckeln till förståelse*.

Om Gud är bortom, men når oss genom nåd, blir det ju vi, i vår brutala konkretion, som är Guds ansikte, Guds händer. I detta vilar ett enormt ansvar.

För vi har ju vår frihet, vi kan ju faktiskt välja att göra varandra oerhört illa. Faktum är ju att det är precis det som händer, om och om igen. Då förvrids Guds ansikte, och Guds händer steltnar till klor. Men som hos allt annat liv finns även i Gud en dynamik.

För varje kärleksgärning harmoniseras ansiktet på nytt, för varje givande åtbörd mjuknar fingrarna och handen återuppstår, varm och omsorgsfull. I detta ligger en kamp. Och det är en kamp som behöver förstå att nåden är allt.

Nåden är vad som gör kärleksgärningen livskraftig, bärande ett hopp om att godhetens vågskål slutligen ska väga tyngst. Det vackraste med den postmoderna teologin är att den äger rum i spänningsfältet mellan abstraktion och konkretion, och att den är i ordets egentliga mening relativ, det vill säga relativ i förhållande till kärlekens simultana upphov hos Gud och realisering med våra händers omsorg och beröring.

**NÅDEN I ATT FINNAS**

Min pappa sa inte så mycket. Men under hela min uppväxt var han min bästa, och under många år, enda vän. Han var inte heller särskilt närvarande i vardagen; han gick till jobbet och på kvällen höll han på nere i källaren med vad det nu var han gjorde.

Jag satt ofta där med honom om vintrarna, eller var med honom ute i vedboden. Om somrarna var vi ute med båten. Men allra oftast åkte vi bil. Småvägarorna runt om i Roslagen sitter som muskelminne i min kropp. Alla vägar slutar i en vändplats vid vattnet, förr eller senare.

»Du, Johannes.  
Jag ser på dig att du  
mår dåligt. Hoppas  
det snart känns lite  
bättre«

Senare i livet återkom detta i ett helt annat sammanhang. När jag under tonåren hamnade i våld och utanförskap, som mot slutet av den perioden var nära att bli min död, var det pappas sätt att finnas som blev min räddning. Han körde taxi på den tiden och ibland dök han bara upp nära där jag höll till. Jag kunde se hans vita Citroën på gathörnet. Han gick aldrig ur eller ringde, han bara var där. Jag satte mig i bilen och utan ett ord körde han i väg.

Vi stannade på berget ovanför Fredhällstunneln och bestämde tillsammans om vi skulle fortsätta norrut eller söderut. Och sedan bara körde vi. Han lät mig sova ut, men sedan turades vi om. Mil efter mil, oftast hundratals mil på de dagar vi var borta.

»Vi längtade till platserna som var slutet på världen som vi kände den. Vi tänkte aldrig på detta som nåd. Men jag vet att detta var nåden i att finnas.«

Vi lyssnade på musik, men satt annars mest tysta. Han hade inte ord för den sorg han kände inför min situation, men han gjorde det han kunde, vilket var att finnas där. Oändliga resor runtom i Skandinavien och ner genom Europa. Vi sov ibland på motell längs vägen, men oftast bara i bilen på någon rastplats.

Vi ville aldrig stanna, vi ville alltid bara vidare. Vi befann oss i en existentiell flykt. Han bort från ett äktenskap som bara var ett juridiskt dokument helt utan känslor, och jag från våld och missbruk. Vi var två sargade själar som färdades genom ett landskap, till platser som blev vår trygghet. Vi längtade till platserna som var slutet på världen som vi kände den.

Vi tänkte aldrig på detta som nåd. Men jag vet att detta var nåden i att finnas. Att finnas för någon. I en skapelse stor nog att låta oss försvinna en stund.

## NÅDEN ATT ORKA

Resurserna speglar aldrig behoven. Människors utsatthet är enorm. Det sprider sig som en utbrändhet i samhället och över världen. Och i den utbrändes värld handlar allt om kortsiktiga lösningar och egoism. Det finns inte ork till mer än så. En kollektiv orkeslöshet ger plats till mörker, och mörkret sprider sig snabbt eftersom det hämtar näring från bristen på kärlek och solidaritet.

Det ena leder till det andra i en fruktansvärd dödsdans. Det är som det sluttande planet, där till slut all tyngd glidit över till ena änden och kollapsen därmed är ett faktum. De tunna trådar med vilka kärleken upprätthålls brister och empatin slutar vara ett aktivt val baserat på intuition och reduceras till en monter på ett museum över mänsklighetens samlade misslyckanden.

Vi är tillbaka på caféet. Det är tidig morgon, precis vid öppning. Det doftar kaffe och nybakat bröd. Så länge jag är enda gästen är det ganska tyst. Jag hör en radio som spelar inne i köket, lite avlägset slammer.

Jag fryser, har varit ute gått i flera timmar. De korta fraserna jag utbyter med personalen, samma fraser varje dag, inger mig en känsla av trygghet. Jag sätter



Altartavlan i Ängskyrkan är utformad av Anna-Lisa Odelqvist-Kruse och vävd av Ulla Parkdahl. Temat för altartavlan är psalm 67 där första versen lyder. "Vi är ett folk på vandring. När vägen blir tröttsam och lång, vi söker en äng och en källa, en rastplats för bön och sång."

mig på min plats, kaffet ryker på det gamla bordet framför mig. Skinnsoffan är nersutten. Jag tar fram en bok och lägger på bordet. Det är en bok med tankar och reflektioner. Dessa i sig talar inte så djupt till mig, men att jag ändå har boken med mig beror på att jag fått den av en nära vän. Jag läser hennes vackra dedikation, redan några år gammal. Boken har rest med mig från ett tryggt hem, via ett otrött och ner i en källare för förvaring och vidare till pappas hus, sedan efter hans död till ett nytt tryggt hem. Jag läser orden hon skrivit för säkert tusende gången.

Jag får min smörgås. Den är varm. Leverpastej och inlagd gurka, smör. Inget annat. Kocken går tillbaka till sitt. Jag tar den första tuggan och dricker av kaffet. Jag känner hur min frusna kropp sakta men säkert slappnar av. Med värmen kommer gråten. Med värmen kommer tacksamheten. Jag orkade ta mig hit, även denna dag. Och när jag kom hit fick jag detta. Jag fick att äta och jag fick trygghet och jag fick påminnas om att jag precis som alla andra har ett värde. Det enda jag läser i boken är dedikationen. Jag söker ett ord utan att finna det. Men sedan finner jag det ändå, fast mellan raderna.

Det ordet är nåd.

## SAMMANFATTNING

I Psaltaren 139:9-12 står det så här:

*Tog jag morgonrodnadens vingar,  
gick jag till vila ytterst i havet,  
skulle du nå mig även där  
och gripa mig med din hand.  
Om jag säger: Mörker må täcka mig,  
ljuset omkring mig bli natt,  
så är inte mörkret mörkt för dig,  
natten är ljus som dagen,  
själva mörkret är ljus.*

Gud, jag ber dig, du som ser och känner allas vårt innersta. Ta våra händer och släpp dem aldrig. Hjälp oss att vara dina händer i världen. Kom till oss med nåden att få känna oss burna. Kom till oss med nåden i att få bli älskade och att få älska.

Kom till oss med nåden i att få finnas och att få finnas där för andra. Kom till oss med nåden att orka och att få ge orken vidare.

Detta är en äng och en källa.

Med varsam och kunnig hand lotsar författaren Göran Larsson läsaren genom den svåra resan i sorgens landskap och det nödvändiga sorgearbetet. – Sorg går över. Det går att så småningom komma ut på andra sidan sorgen, säger han.

# GE SORGEN TID

## - men ge den en gräns

TEXT: Verbum FOTO: Magnus Aronsson

Ingen slipper undan mötet med döden och sorgen. Förr eller senare förlorar vi nära och kära och då ställer sorgen oss inför livets viktigaste frågor: vem är jag, vem vill jag vara och vad ger jag vidare till mina anhöriga?

Göran Larsson är präst och psykoterapeut och har många års erfarenhet av att möta människor i sorg. Men när han själv efter en tid av kriser och förluster behövde en god bok att hålla i handen, så fick han leta länge för att hitta det han sökte.

Han sökte efter något att läsa bland böcker med kristet förtecken. Men la snabbt undan dem. För honom fanns det ingen tröst att hämta i dem.

– Men det kanske det gjorde för någon annan, så jag kan inte säga att det var dåliga böcker. Men de gav inte mig någonting, säger han.

### TRÖSTEBÖCKER

Något hände när han sedan fick tre olika böcker i sin hand. Den första *When bad things happen to good people*, är en bok skriven av en judisk rabbin.

Den andra, *When things fall apart*, är skriven av en buddhistisk nunna och beskriver vad som händer när man faller sönder, vad som ändå gör att en människa någonstans kan hålla ihop om hon törs falla rakt igenom.

Den tredje hjälpen fanns hos new-age-gurun Deepak Chopra som efter 9/11 skrev en tröstebok till det amerikanska folket, *The deeper wound*, om hur det är att vara sårad på djupet.

– Dessa har varit mina trösteböcker. Jag fick ett behov av att knyta ihop mina erfarenheter av förluster med min förståelse av Gud och andlighet. Det tog mig så på djupet att delar av mig blev stumma. Under processen med att få ihop erfarenheterna av sorg med min egen andlighet kunde jag inte predika.

– Jag hade inga problem med tron som sådan. Men jag kunde inte predika eftersom jag inte visste vilken Gud jag skulle predika om.

Men han kunde skriva. Och ur den egna smärtan av att falla i delar och få ett djupt sår i själen, skrev han boken *Skamfilad* som blev hans smocka mot döden: döden skulle inte få sista ordet.

### VACKER BOK OM SORG

Så när han sedan fick frågan om han kunde tänka sig att skriva en bok om sorg tackade han ja. Förbehållet var att få skriva en vacker bok om sorg, en bok som är vacker i texterna på insidan och på utsidan i dess formgivning. Resultatet blev *Lilla sorgboken – om att förlora och börja om på nytt*.

– Om vi är sårade långt nere på djupet så måste det såret bli rengjort på djupet. Annars läker det aldrig. Sår som är infekterade där nere i botten av oss läker aldrig. Det ställer till det.

– Sår kan läka på ytan men är inflammerade, infekterade och oläkta. När sedan någonting händer som snuddar vid såret så är vi i det igen.

– Det betyder att det som inte läker kan vi inte lämna. Det betyder att vi bär sorgerna och smärtorna med oss genom livet i stället för att få dem bakom oss. För mig är inte det enbart teori. Det har varit min process också. Och själva sorgprocessen går ut på att läka och lämna.

– Det är därför sorgprocessen behövs. Den går inte att hoppa över.

»När livet faller samman behöver man hjälp för att bli hel igen, hjälp att bli ihopbakad och få någon sorts stadga«

Förmågan att läka och lämna gör vi inte ensam, säger Göran Larsson. Det lär vi oss tillsammans med en medmänniska, med den som orkar famna vår förtvivlan och som lär oss ta hand om både de döda och oss själva.

– Medmänniskan lär oss möta döden för att vi ska kunna möta och ta emot livet.

Det medmänniskan visar är medkänsla, menar Göran Larsson. Samtidigt är hans erfarenhet som psykoterapeut och självvårdare att många saknar tillräckligt med medkänsla med sig själva för att kunna tillåta sig att sörja. Man måste bli sin egen bästa vän.

För honom själv har hundarna betytt och betyder mycket.

– Men när sorgen var som svårast hade jag en nalle som jag satt med i famnen i timmar. Jag omfamnade mitt trasiga jag.

### UTAN MINNEN KAN VI INTE SÖRJA

Sorgen rymmer också många starka känslor: skuld och saknad, maktlöshet och förtvivlan, kanske skam men också vrede. Och det krävs mod att våga möta dessa känslor, tillsammans med den medmänniska som orkar stå pall.

En annan viktig sak är minnena. Utan minnen kan vi inte sörja och ibland får vi hjälpa människor att skapa minnen. Små fot- eller handavtryck eller andra saker.

Medmänniskan, medkänslan, modet och minnena. Dessa fyra ”m” hjälper den sörjande fram till de tårar som lindrar och läker, de heliga tårarna som Göran Larsson kallar dem, de tårar som rengör själsliga sår och låter dem läka.

Lika säkert som amen i kyrkan kommer alla tankar på alla ”borden” upp till ytan, tankar som också hör till sorgprocessen.

– De kan fungera som ett försvar. Men om jag är väldigt upptagen med alla ”borden” och skuldkänslor, och om det fortsätter, blir det ett skydd mot



det djupa såret och att inte sjunka ner i det. Det är mycket enklare att ”krångla” här uppe.

**Varför tror du att det är så?**

– Vi vågar inte. Vi litar inte på att det kan finnas en botten i den här sorgen. Vi tror inte att det kommer att finnas någon som tar emot och finns där för oss, Gud eller människa. Det är bottenlöst. Jag tror att det är så.

**SKAM VÄNDER SIG INÅT**

Ett annat gissel är skam, som han kallar känslornas gökunge, och att man skäms för att inte ha uppfyllt alla borden.

– Skam och ”borden” hör ihop. Det är ett trask att vara i.

Han säger att det finns en sund skam som vi ska kunna känna. Alternativet till att inte kunna känna det är att vara skamlös.

– Skam reglerar våra sociala känslor och våra kontakter med andra människor. Det finns saker man inte säger och inte gör i vissa sammanhang. När man gör bort sig på den punkten, ja då skäms vi. Och vi ska kunna skämmas så att vi pejar in och kollar läget.

Ett annat ord för känsla är emotion. Känslan vill ut och bli mött. Så är det med alla känslor utom skam.

– Skam vänder sig inåt. Skammens första budskap är att vi inte är tillräckliga – och här kommer alla ”borden” in. Du har inte gjort tillräckligt, du har inte sört tillräckligt. Du har inte älskat tillräckligt.

– Och sedan ältar vi dessa ”borden”. Jag borde ha tänkt på, jag borde ha, jag skulle inte ha.

– Om vi stannar upp, släpper alla dessa ”borden”, då sjunker vi ner i skamkänslan av att vi inte är tillräckliga. Det är då vi behöver en annan människa.

– Vi som jobbar professionellt med det här behöver ha gjort upp med vårt eget. Annars kommer vi med gotteköpslösningarna som aldrig hjälper.

**GE SORGEN SKÖNHET**

I sorgprocessen kommer också efter ett tag känslan av lättnad, men den kan vara svår att erkänna för sig själv.

– När jag har mött föräldrar som har förlorat sina barn och de sedan var på väg att gå vidare i livet kom tanken hos dem: ”jag kanske inte älskade mitt barn tillräckligt”, eller ”vad är jag för sorts mamma när jag sitter här och skrattar och min flicka är död”.

Det är inte heller ovanligt att det finns ett inre motstånd hos de efterlevande att de ska fortsätta leva sina liv. Då kan både skam-och skuld-känslorna komma farande, en sorts ”överlevarskuld”.

– Men man behöver den här lättnaden. För sedan kommer en annan sorgenvåg. Den behöver man inte be om för den kommer av sig själv.

Sorgen tar sig också kroppsliga uttryck. Den är fysisk. Därför är det bra att använda kroppen, menar han. Promenera. Gå bort sorgen. Ta massage eller akupunktur. Vila.

– När livet faller samman behöver man hjälp för att bli hel igen, hjälp att bli ihopbakad och få någon sorts stadga.

– Jag är gammal idrottare och har tränat, ägnat mig åt meditation och en egen form av yoga. Så jag är ganska kroppslig på det sättet. Men jag är lite allergisk mot självhjälpsböcker. Gör jobbet, men gör det ihop med någon. Det är halva läkningen.

– Hur många mil vi har gått, min fru Solveig och jag, vet jag inte. Vi gick och gick. Vissa dagar var det det enda som gick att göra.

Det är också viktigt att ge sorgen ett rum. Och en ritual. Ge sorgen skönhet.

– Ge sorgen tid. Men ge sorgen en gräns, säger Göran Larsson.



*”Den här boken är en resa genom sorgens landskap, så som jag mött det i mitt eget liv och andras. Den ger inga enkla tips om hur man kan klara svåra upplevelser. Men den har ett budskap: Att vägen ut är vägen igenom. Och att den vägen finns. Att man blir människa igen, även om det inte alls känns så och även om man inte ser hur det ens skulle vara möjligt.”*

Prästen och psykoterapeuten Göran Larsson skriver i Lilla sorgboken om vikten av ta sig igenom sorgen istället för förbi. Boken passar som en samtalsbok och på alla nattygsbord som tillhör någon som någon gång drabbats av förlust.

# FÖRSTA *hjälp* VID SORRG

**NIO TIPS SOM GÖR DET LÄTTARE ATT  
FINNAS DÄR FÖR NÅGON SOM SÖRJER.**

**Tipsen är baserade på Svenska kyrkans långa erfarenhet av att  
möta och stötta sörjande och tänkta som en första hjälp.**

**All sorg är unik och det finns inga absoluta sanningar eller in-  
struktioner att applicera, men de här tipsen kan bidra till att fler  
kan känna sig lite tryggare och bättre förberedda, så att ingen  
lämnas ensam i sin sorg.**

ILLUSTRATION: Stina Löfgren



PÅ SVENSKAKYRKAN.SE/SORRG/FORSTA-HJALPEN-VID-SORRG FINNS TIPSEN FÖR NEDLADDNING.  
DÄR FINNS ÄVEN TIPSEN PÅ FLERA ANDRA OLIKA SPRÅK (TILL EXEMPEL ENGELSKA, FINSKA, ARBAISKA OCH TECKENSPRÅK)



## Ta ansvar för kontakten

Viktigast av allt är kanske att vi inte lägger ansvaret för kontakten på den sörjande. Vi kan undvika att säga "Ring mig om det är något, jag finns här" eftersom risken är stor att den sörjande inte orkar vara den som hör av sig.

Då är det bättre om vi säger "Jag ringer dig på tisdag igen, svara om du orkar". Ibland får vi inget svar och det är helt okej, den sörjande orkar inte alltid svara, men då kan vi ringa tillbaka, igen och igen.



## Ta initiativ

Det är bra om vi som stöttar kan vara de som föreslår en helt vardaglig aktivitet. Bjud på fika, kolla på en film eller ta en promenad i all sin enkelhet. Många som sörjer längtar efter en paus i sorgen och lite vanligt liv.

Tänk på att den vi bjuder in kanske tackar nej och att det är helt okej, det viktiga är att vi frågar – och att vi vågar fråga igen.



## Visa närvaro

Många av oss är rädda för att tränga sig på och det slutar ofta med att vi inte hör av oss alls. Kanske tänker vi att den sörjande behöver vara ifred eller att man ska vänta lite med att höra av sig tills "det värsta gått över".

Det är viktigt att vi tydligt visar att vi finns där så att den sörjande inte känner sig isolerad, utanför eller ignorerad.



## Bryt tystnaden

Många känner att det är svårt att höra av sig till en medmänniska som sörjer. Vad ska jag säga? Tänk om det bara blir tyst eller om personen börjar gråta?

Men det viktiga är inte vad vi säger utan att vi bryter tystnaden. Och ibland är ett sms en bättre lösning än ett telefonsamtal eftersom det kan vara lättare att både skicka och svara på.



## Kom ihåg sorgen

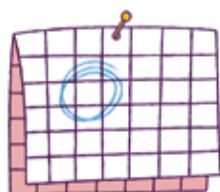
Vi kan skriva upp i almanackan när det gått tre, sex eller tolv månader sedan personen dog för att sedan höra av oss då. När omvärlden går vidare är det lätt att tro att sorgen gått över, men många upplever det snarare tvärtom, att sorgen bara blir värre. Speciellt när ingen annan verkar minnas eller bry sig längre. Sorg kan inte botas, men genom att dela den kan den göras mer uthärdlig.



## Ha tålamod

Varje sörjande har sin egen sorgprocess, vilket vi som närstående behöver ha förståelse för och tålamod med. Det kan finnas en risk att vi försöker trösta bort sorgen eller visar frustration över att den håller i sig.

Sorg har inget bäst-före-datum och det finns ingen normalt eller onormalt lång tid som det tar att sörja. Vissa saker behöver helt enkelt berättas om och om igen, så låt din medmänniska älta det som har hänt, det kan vara en viktig del i att förstå och bearbeta sorgen.



## Uppmärksamma årsdagen

Årsdagar är alltid jobbiga, även efter 29 år. Som medmänniskor kan vi göra skillnad för den sörjande genom att visa hur vi delar sorgen och fortfarande kommer ihåg den som dött.

Det kan vara dödsdagen, födelsedagen eller någon annan speciell tidpunkt som ni uppmärksammar. Och själva uppmärksammandet kan vara storslaget eller pyttelitet, det viktiga är att den sörjande inte lämnas ensam i sin sorg.



## Fortsätt att minnas

Var inte rädd för att prata om personen som dött, titta på fotografier och dela minnen med varandra. Det kan vara extra viktigt att tänka på när det kommer till barn som förlorat någon, eftersom vi som vuxna ofta blir ännu mer försiktiga och vill undvika att röra upp jobbiga känslor. Men om vi inte pratar om personen vi förlorat kan det upplevas som om personen dör två gånger – först på riktigt och sedan en gång till eftersom den döde aldrig är en del av det som händer eller nämns.



## Hjälp till i vardagen

Det finns många praktiska saker vi kan göra för den sörjande och som ibland betyder mer än ord. Ibland kan omtanke vara att erbjuda barnvakt, laga en lasagne, klippa en gräsmatta eller fråga om vi får hjälpa till genom att stötta ekonomiskt. Vi kan helt enkelt omvandla vår medkänsla till konkreta handlingar.

Under allhelgonahelgen besöker varannan svensk en begravningsplats. Med respekt och vördnad närmar vi oss det heliga. Oavsett tro eller inte. Religionssociologen Jonas Bromander menar att ljuständning på allhelgona är lika populärt som melodifestivalen.

Vi tar oss tiden att åka till kyrkogården för att tända ljus, tillsammans eller ensamma. Jonas Bromander menar att människor vill knyta ihop då, nu och framtid, ett sätt att placera in oss i historien. Vi minns våra förfäder och funderar över vår situation i världen.

På begravningsplatser samlas många olika traditioner vid allhelgonahelgen. Här möts människor oavsett tro och religion. Marschaller och ljus vägleder och lyser upp vägen för besökaren.

Musik och minnesord fyller kyrkor och kapell. Vid en grav, en minneslund eller askgravlund tänds ett ljus, kvar dröjer sig minnen, en bön eller tanke formuleras. Sorg, hopp, tacksamhet blandas med gemenskap.

I höstskymningen fladdrar ljusen vackert mot himlen. Vi går in i det heliga om det så är bara för en dag eller några timmar och släpper vardagens puls och de yttre intrycken.

# ALLHELGONA

*Du är inte ensam i din sorg*

FOTO: ARNE HYCKENBERG

## BOTKYRKA KYRKA

FREDAG 4 NOVEMBER

09.00–16.00 Öppen kyrka

LÖRDAG 5 NOVEMBER

10.00–18.00 Öppen kyrka

12.00–18.00 Kaffe i Klockargården

16.00 Musik- och minnesgudstjänst

SÖNDAG 6 NOVEMBER

11.00 Mässa

## LILLA DALENS KAPELL

FREDAG 4 NOVEMBER

15.00–19.00 Öppet för ljusständning

LÖRDAG 5 NOVEMBER

10.00–19.00 Öppet för ljusständning

13.00, 15.00, 17.00 Minnesandakt

## LJUSETS KYRKA

LÖRDAG 5 NOVEMBER

14.00 Finskspråkig minnesgudstjänst

15.00–18.00 Öppen kyrka

## TULLINGE KYRKA

FREDAG 4 NOVEMBER

14.00–18.00 Öppen kyrka

LÖRDAG 5 NOVEMBER

12.00–16.00 Öppen kyrka

12.00, 13.00, 14.00, 15.00 Stilla musik

13.30, 14.30 Samtal *Första hjälpen vid sorg*

16.00 Musik- och minnesgudstjänst

SÖNDAG 6 NOVEMBER

10.00 Mässa

11.15 Samtal *Första hjälpen vid sorg*

12.00–16.00 Öppen kyrka

16.00 Konsert *Sångens kraft*

## ÄNGSKYRKAN

SÖNDAG 6 NOVEMBER

11.00 Mässa med ljusständning

SÖNDAG 13 NOVEMBER

17.00 Konsert: *Faurés Requiem*



*Med reservation för ev. fel eller ändringar.*

### ■ Hädanefter i Botkyrka

Beatrice Lönnqvist, Botkyrka församlings kyrkoherde, vill att alla ska kunna ta del av hennes vardag och se hur det är att vara kyrkoherde. På instagram-kontot *@hadanefteribotkyrka*, delar hon bilder och tankar från livet i Botkyrka.

■ Följ Beatrice Lönnqvist på instagram:  
*@hadanefteribotkyrka*



### ■ Om denna tidning

Botkyrka församlingsblad delas ut 4-5 gånger om året till alla hushåll i församlingen. I början på varje termin i form av en mindre tidning eller kort. En större och mer omfattande tidning som du nu håller i din hand med reportage och intervjuer kommer ut under terminerna.

■ Du hittar alla tidningar (även äldre nummer) digitalt på [svenskakyrkan.se/botkyrka](https://svenskakyrkan.se/botkyrka)

# Ombyggnation i Tumba kyrka

**För att möjliggöra en fortsatt satsning på Tumba kyrka som en levande kyrka med gudstjänst, kultur och diakoni i fokus, håller Tumba kyrka på att byggas om.**

Ombyggnationen som startade i september innebär att kyrkan och församlingslokaler kommer vara helt stängda. Preliminärt datum för återinvigning av lokalerna är satt till påsken 2023.

Efter ombyggnationen kommer församlingen att flytta nuvarande expedition till Tumba kyrka. Där samlas också administration, kommunikation och ledning. På så vis kommer församlingen få en verksamhetsnära administration och expedition med god tillgänglighet för alla församlingsbor.

Följ ombyggnationen via  
[svenskakyrkan.se/botkyrka/ombyggnation-i-tumba-kyrka](https://svenskakyrkan.se/botkyrka/ombyggnation-i-tumba-kyrka)



Foto: Arne Hyckenberg

## Öppen diakonimottagning på församlingsexpeditionen

Du kan komma till våra öppna diakonimottagningar för samtal, rådgivning och andra korta ärenden med diakon utan att först boka tid. Vi har två diakonimottagningar, en för norra och en för södra Botkyrka. Under tiden som Tumba kyrka nu är stängd för ombyggnation flyttar södra sidans öppna diakonimottagning till församlingsexpeditionen.

### Diakonimottagning Norra

För dig som bor i Alby, Fittja, Hallunda, Norsborg  
Plats: Ljusets kyrka, Tomtbergavägen 16, Norsborg  
Tid: Måndagar 10.00-11.30, torsdagar 13.30-15.00, med undantag för 7/11, 14/11 och 5/12.

### Diakonimottagning Södra sidan

För dig som bor i Tumba och Tullinge  
Plats: Församlingsexpeditionen, Grödingevägen 4, Tumba (OBS! Ny plats)  
Tid: Torsdagar 09.00-11.00.

## Antje, Martin och Beatrice



Foto: Kristina Strand Larsson

Antje Jackelén

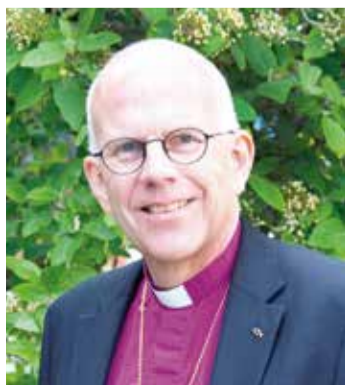


Foto: Katarina Sandström Blyme

Martin Modéus



Foto: Arne Hyckenberg

Beatrice Lönnqvist

Vid en högmässa i Uppsala domkyrka den 30 oktober la ärkebiskop Antje Jackelén ned staven. Högmässan direktsändes i SVT och SR.

Den 4 december kommer Martin Modéus mottagas som ny ärkebiskop vid en gudstjänst i Uppsala domkyrka. Martin Modéus som är biskop i Linköpings stift har tidigare bland annat arbetat som präst i Tumba kyrka och Ångskyrkan.

Under hösten håller man på att utse en ny biskop i Linköpings stift. Det sker genom ett sk biskopsval som sker i flera steg. En av biskopskandidaterna är Botkyrka församlings kyrkoherde Beatrice Lönnqvist. Vem som blir ny biskop är klart i slutet av oktober alternativt i början av november.

Läs mer här: [svenskakyrkan.se/linkopings-stift/biskopsval-2022](https://svenskakyrkan.se/linkopings-stift/biskopsval-2022)

»...nyligen gick jag med i Svenska kyrkan för att jag vill stötta det som de gör för människor som har det svårt«

■ Skådespelaren Kim, Sulocki, Dagens Nyheter

#### ■ Nyhetsbrev

Vill du ha information om aktuell verksamhet i Botkyrka församling? Fyll i formuläret på [www.svenskakyrkan.se/botkyrka/nyhetsbrev](http://www.svenskakyrkan.se/botkyrka/nyhetsbrev) för att börja prenumerera på vårt nyhetsbrev, helt kostnadsfritt. Du får ett brev ungefär en gång i månaden.



**Tips:** Ladda ner appen Kyrkguiden i din telefon för information om andakter/gudstjänster/mässor.



Foto: Märten Gudmundhs

Madeleine Friberg Ahlm (Högalid), Alexandra Holmberg (Danderyd), Julian Khalaf (Botkyrka), Moa Lindwall, (Skärholmen) fick ta emot ungdomsledarstipendium av biskop Andreas Holmberg.

# Julian Khalaf -ungdomsstipendiat

I början av oktober delades årets ungdomsstipendier från Stockholms stift ut.

– En av årets höjdpunkter. Wow och grattis, kommenterar biskop Andreas Holmberg vid utdelningen av årets fyra ungdomsstipendier, som skedde i samband med en samling på Fryshuset.

Stipendiet är på 8000 kronor per person och delas ut för extraordinära insatser inom ungdomsarbetet i Stockholms stift.

Julian Khalaf, ideell medarbetare, i Botkyrka församling tilldelades stipendiet med följande motivering:

*Julian är en förebild i Botkyrka församling som ungdomsledare med sin ödmjukhet, vänlighet och inkluderande förhållningsätt till människor han möter i kyrkan och samhället. Genom sitt engagemang i det förebyggande arbetet mot gatuväld och skjutningar bidrar han till att spegla den verklighet många ungdomar lever i.*



## Författarsamtal i telefonen

För 25:e året i rad medverkade Svenska kyrkan på Bokmässan i Göteborg med programmet **Se människan**.

Ett varierande program som bjöd på samtal med aktuella författare om tro, livsfrågor och vad det innebär att vara människa. I år medverkade bland andra Eva Dahlgren, Klas Östergren, Anna-Lena Laurén och Lars Lerin.

Alla författarsamtal kan du nu ta del av på din telefon eller platta via [svenskakyrkan.se/bokmassan](http://svenskakyrkan.se/bokmassan).

**...5 december utökar Hela Människans secondhandbutik sina öppettider och inför bland annat måndagsöppet!**



Foto: Daniel Claesson

## Handmålade fågelholkar

Under hösten har fina fågelholkar satts upp i träden på Botkyrka kyrkogård och Tullinge parkkyrkogård. Holkarna har dekorerats av barn och ungdomar i församlingen.

Fågelholkarna är målade i alla möjliga färger och har fått fina mönster. Här kan vi verkligen prata om skaparglädje. Även Lilla Dalens begravningsplats kommer snart ha handmålade fågelholkar uppsatta i träden, så till våren hoppas vi kunna se många fåglar som bosätter sig i holkarna där och på kyrkogårdarna.

Fågelholkar bidrar till boplatser för olika fågelarter och främjar den biologiska mångfalden. Projektet är en liten del av Botkyrka församlings pågående miljö- och klimatarbete.

På vår hemsida [svenskakyrkan.se/botkyrka](http://svenskakyrkan.se/botkyrka) och i sociala medier kan du se en film från uppsättningen av fågelholkarna på Botkyrka kyrkogård.

## Kyrkogårdsförvaltningen har flyttat till Lilla Dalen

I början av hösten gick flyttlasset till Lilla Dalens väg 30. Genom att flytta kyrkogårdsförvaltningen till vår stora begravningsplats ökar vi tillgängligheten och servicen för många gravrelaterade ärenden.

Botkyrka kyrkogårdsförvaltning har besökstid vardagar 9.30-12.00.

# Oändlig nåd.

“Nåden, hur provokativ är inte den?  
Att du är värd, inte för att du gör något  
utan för att du finns till.”

*Twitterinlägg av poeten Bob Hansson.*

Den är gratis och du får den helt utan motprestation.  
Du behöver inte förtjäna den, den strömmar ständigt  
och är som villkorlös kärlek, Guds kärlek.  
I kyrkan kallar vi det för nåd.



[svenskakyrkan.se/botkyrka](https://svenskakyrkan.se/botkyrka)

Svenska kyrkan   
BOTKYRKA FÖRSAMLING