

# KYRK fönstret

**DANIEL BOYACIOGLU:**  
*”Om man börjar på  
minus vill man gärna  
ge tillbaka”*



**Välkommen till  
DRÖMKYRKAN**

4

**TIPS FÖR  
DIG SOM  
VILL BLI  
FÖRFATTARE**

**DIAKON ANNIKA  
BERGLUND OM  
MARIAKYRKAN  
SOM FYLLER 30:**

*”Jag tror  
att vi lyckas  
skapa en  
värme här  
och vi gör det  
tillsammans”*

**TEMA**

# DRÖMMAR

*Hitta din inre ledstjärna*



Anna



# Var med och dröm i detta nummer

**H**ar du någon gång funderat på hur samma ord kan ha olika betydelse? Eller att man kan associera ett ord till många olika saker?

Ordet drömmar är ett ord som kan få mina tankar att spinna. Det kan vara en sorts kakor som min mamma bakade till jul, de som var så goda och möra så de smulade sönder sig bara av att man tittade på dem. Det kan också vara de bilder som passerar genom hjärnan medan jag sover, ibland är det vackra bilder och ibland är de otäcka. Det kan också vara det jag hoppas på och vill ska hända i mitt liv, det som ibland slår in och det som andra gånger gör att mitt liv tar andra vägar än jag tänkt mig.

Ett ord med samma stavning – men med flera betydelser.

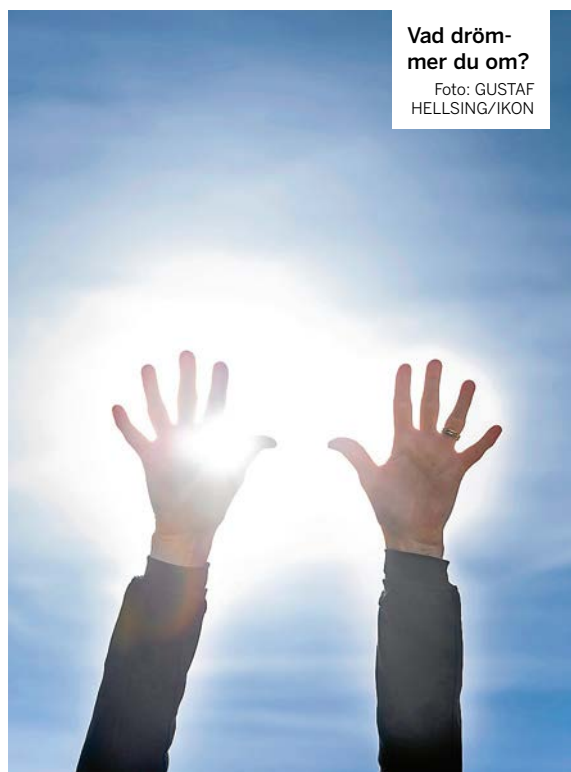
**JAG ÄR INTE** särskilt duktig på att baka så jag har aldrig vågat mig på att baka drömmar för jag är lite rädd att de inte ska bli lika goda som de min mamma gjorde.

**” Jag bär på en hel del livsdrömmar, men också att ingen ska behöva vara rädd, hungrig eller behöva fly.**

Och jag kommer nästan aldrig ihåg vad jag drömmer på natten, ibland kan jag vakna med en aning om att min hjärna jobbat hårt men jag kan inte återskapa bilderna. Däremot bär jag på en hel del livsdrömmar, både sådant som rör mitt eget liv – att få må bra, ha ett meningsfullt arbete och en kärleksfull familj – men framför allt har jag en dröm om en bra framtid för de människor som finns runt omkring mig. Att ingen ska behöva vara rädd, hungrig eller behöva fly och att vi alla får bli varandras medmänniskor.

Vad drömmer du om?

**DET HÄR NUMRET** av *Kyrkfönstret* har just temat drömmar och det är så spännande att få läsa om människor som följt sin dröm – precis som sångerskan Elisabeth



Vad drömmar du om?

Foto: GUSTAF HELLSING/IKON

Melander gjort. Och det är häftigt att människor i olika åldrar kan uttrycka liknande drömmar när det handlar om att ”bygga” en drömkyrka.

När Mariakyrkan planerades och sedan byggdes för 30 år sedan fanns det också en dröm om ”kyrkan mitt i byn”... blev det som man tänkt sig? Eller blev det kanske till och med ännu bättre?

Även du får vara med och drömma i detta nummer – var med och tävla genom att fundera på hur din drömkyrka ser ut.

Jag önskar dig en skön sommar och ser fram emot att mötas igen i nästa nummer av *Kyrkfönstret*.

**Anna Karlsson**

Redaktör 0921-775 31

[anna.karlsson@svenskakyrkan.se](mailto:anna.karlsson@svenskakyrkan.se)



# INNEHÅLL

## Din församling

- 4 Mariakyrkan i Sävast fyller 30 år
- 6 Så ser vår drömkyrka ut
- 28 **Lokalporträttet** Elisabeth Melander, sångpedagog
- 30 Kalendarium

## Tema drömmar

- 10 Hitta din inre ledstjärna

## Porträtt

- 16 Daniel Boyacioglu, poet

## Reportage

- 20 **Spaning** Så gör du verklighet av författardrömmen
- 25 **Artikelserie om livsfrågor** Livsmod

## Övrigt

- 9 Nyfiken på vägkyrkor
- 24 Boktipset
- 31 Korsord



Baksidan av stolan pryds av solen, en viktig symbol i samisk kultur.



## Samiska stolor till våra församlingar

»Prästen Erik Ziewersson iklädd en samisk stola som Gunnarsbyn, Överluleå och Sävast församlingar tagit emot. Stolorna är tillverkade av konstnären Annica Waara. Ede-

fors församling har en sedan tidigare. Du kan läsa mer om Svenska kyrkans arbete med samisk kultur och de samiska språken på [svenskakyrkan.se/samiska](http://svenskakyrkan.se/samiska)



"I ljuset av den begränsade tiden blir de stora frågorna viktiga", säger biskop Fredrik Modéus.



Trycksak 3041 0934



## Snart byter vi kostym

»I april kom Svenska kyrkans nya grafiska profil. Det betyder att logotypen, vilka teckensnitt och färger vi använder och hur våra trycksaker ser ut kommer att förändras en del.

Även vår hemsida kommer att få en uppfräschning och förhoppningsvis upplevas som ännu enklare och smidigare att använda.

## VÄLKOMMEN PÅ KALAS!

»Mariakyrkan fyller 30 år i år, något som givetvis

firas med pompa och ståt under jubileumshelgen 27–29 september. Det blir bland annat tårta, konserter, motionera med Jesus och jubileumsgudstjänst.



### Läs mer på

[www.svenskakyrkan.se/boden/savasts-forsamling](http://www.svenskakyrkan.se/boden/savasts-forsamling)



## REDAKTION

**Redaktör:** Anna Karlsson  
**Adress:** Kyrkfönstret, Strandplan 25, 961 34 Boden  
**Mejladress till redaktören:** [anna.karlsson@svenskakyrkan.se](mailto:anna.karlsson@svenskakyrkan.se)  
**Telefon:** 0921-775 31  
**Upplaga:** 14 300 exemplar

**Omslagsfoto:** Joakim Nordlund  
**Webbplats:** [svenskakyrkan.se/boden](http://svenskakyrkan.se/boden)  
**Produktion:** Verbum AB  
**Ansvarig utgivare:** Martina Croner [martina.croner@verbum.se](mailto:martina.croner@verbum.se)  
**Tryck:** Printagon, Helsingborg, 2024.  
**Distribution:** Postnord

EN DEL AV **amos**

**Svenska kyrkan**   
BODEN

VAD?

**Bodens yngsta kyrka har vuxit upp – nu firar den trivsamma Mariakyrkan i Sävast 30 år.**

# Kyrkan där det är högt i tak

Text och foto: **Joakim Nordlund**

» När Mariakyrkan byggdes i början av 1990-talet fanns en dröm om att kyrkan skulle bli den naturliga samlingspunkten i ett växande Sävast. Nu i sommar är det 30 år sedan den invigdes och den är full av liv och aktiviteter. Och så har det varit sedan starten.

– Jag bor i Sävast. Jag har dessutom vuxit upp här så detta är verkligen min hemkyrka, säger kyrkomusikern Niklas Thornéus.

Han håller bland annat i kören Sävast Singers och Mariakyrkans barnkör men förknippas också med dragspel. När han 2018 anställdes som musiker i Svenska kyrkan i Boden hade han också en dröm.

– Drömmen var ju att få arbeta här i Mariakyrkan. Och nu är jag här, säger han och ser sig om i kyrkan med ett leende på läpparna.

**HAN OCH MARIAKYRKAN** har följts åt under de 30 år som kyrkan har funnits. Han började redan som

16-åring att arbeta som vaktmästare på deltid. Det höll han på med i hela 20 år.

– Jag kände en dragning hit och jag kom ju inte från ett kristet hem där de övriga gick i kyrkan. Så jag brukade söka mig hit själv, säger han.

**NIKLAS TYCKER ATT** det är viktigt att även musiken får spegla den känsla som Mariakyrkan vill förmedla till sina besökare, att alla är välkomna precis som de är.

När man stannar upp vid den tanken och ser kyrkorummet får man också känslan av att ta steget in i ett stort, inbjudande och ombonat vardagsrum. På väg in i den stora salen finns bland annat färgglada vimplar som barnen i verksamheten har skapat. Det här skulle redan från starten också vara platsen där unga som gamla skulle kunna trilla in när de hade vägarna förbi. Eller komma dit utan att det skulle behöva vara



någon stor kyrklig högtid. I den andan arbetar också arbetslaget.

**UNDER EN VECKA** då alla grupperna är i gång är det ungefär 150 barn som besöker Mariakyrkan. Det säger också något om Mariakyrkans betydelse som samlingspunkt.

– Jag tror att vi lyckas skapa en värme här. Och vi gör det tillsammans. Trösklarna är låga mellan de olika yrkena och vi hjälper hela tiden varandra. Det tror jag också känns och märks. Det blir på ett sätt mer familjärt här. Och så vill



**HITTA HIT!**

» Mariakyrkan hittar man på Trånga gatan 29 i Sävast.

**” Det här är en kyrka där alla hjälps åt för att skapa trivsel.**

*Niklas Thornéus, kyrkomusiker*



Mariakyrkan i Sävest.



Diakon Annika Berglund.

## DET HÄR ÄR MESSY CHURCH

**Diakonen Annika Berglund förklarar vad Messy church är:**

» – Det är en kyrklig modell som är hämtad från Storbritannien. Fritt översatt är det "stökig kyrka". Det är ett lite annat koncept som vi började med för nio år sedan.

– Man tänker sig en större helhet. Att gudstjänsten är en matdel där vi äter tillsammans. Att man sedan har en skapandedel utifrån berättelser. Och sedan en samling där vi knyter ihop allting. Och man ser inte bara samlingsen som en gudstjänst utan gudstjänsten är alltihop tillsammans".

– Det har blivit tradition att träffas på Messy Church på fredag mellan fem och sju och äta tacos tillsammans. Vi har det en fredag varje månad och vi skulle kunna ha det oftare men vi mår inte mer.

vi också ha det, säger diakonen Annika Berglund.

Jeanette Wågren, som tidigare arbetade som pedagog i Mariakyrkan, minns när Mariakyrkan skapades och invigdes:

– Sävest var det området i Boden som var först med att ha ett eget fast arbetslag. Det har också varit många familjer som har arbetat mycket på frivillig basis för att det tyckte att det var viktigt. Mariakyrkans motto har alltid varit att det ska vara lätt att komma in. Att det också ska vara högt i tak så att man vågar prata och även ifråga-

Det finns stor chans att man stöter på Annika Berglund, Emma-Maria Creutz eller Niklas Thorneus i Mariakyrkan. Jeanette Wågren var tidigare pedagog i Mariakyrkan och även pedagogen Mikael Dapefrid och Evelina Jouensuu ingår i dag i arbetslaget.

sätta. Man ska få komma precis som man är. Utan förväntningar att man måste vara på ett visst sätt, säger hon.

– Det här har vi behållit. För det är lite så det funkar, inflikar Annika.

Även Niklas har påmint om hur det var när han själv var ung.

– Någoting hände när jag konfirmerades. Jag började känna en längtan till tron och kyrkan. Jag kom hit och sedan drog jag så fort det var färdigt. De undrade vem jag var som försvann innan de ens hade hunnit säga hej. Men sakta blev jag tryggare både i mig själv och med miljön, säger han.

**MARIAKYRKANS 30-årsjubileum** kommer att markeras under helgen 27–29 september och den inleds med en speciell Messy church-gudstjänst.

– Den är för alla men tanken är att man tar med sig hela familjen. Dit kan man ta med sig mormor och morfar, farmor och farfar och andra släktingar. Det blir som en jubileumsgrej.

Under lördagen kommer det att vara öppet hus klockan 11.00–15.00 med en rad olika aktiviteter följt av en kväll fylld med musik, mingel – och bubbel. Det hela knyts sedan ihop under söndagen med två olika gudstjänster.

– En jubileumsgudstjänst på vanlig tid. Och sedan en lugnare bönegudstjänst på kvällen. Vi tror att det här ska bli fint. Alla som vill

kommer att känna sig välkomna, säger Annika Berglund.

**ATT HITTA TILL** Mariakyrkan är dock inte helt lätt. Det är många rondeller och mycket sparsamt skyltat.



Utanför kyrksalen finner man detta vackra träd.

Och man ser den heller inte på håll som man ofta gör med en mer traditionell kyrka.

– Vi har kämpat för bättre skyltning. Och vi har inte slutat att hoppas och drömma om det. Men det ligger hos kommunen. Vi har verkligen försökt. Vi vill ju att människor ska hitta hit, säger Jeanette Wågren.

# Välkommen till DRÖMKYRKAN

Om du hade en obegränsad budget och alldeles fria händer – och fick uppdraget att bygga en kyrka – hur hade den sett ut då?

Vi ställde frågan till tre människor i olika åldrar som tillsammans byggde en kyrka utan tak, full av människor och med sushi till kyrkkaffet.

Text och foto: **Linnéa Kero**

» Samtalet börjar i vilken som är vår favoritkyrka, och alla tre berättar om kyrkor de har starka minnen från.

– Det var i Luleå domkyrka jag vigdes till präst, så den finns alltid nära hjärtat, berättar Luisa.

Hos Vincent, som har rötter i Kiruna, finns den röda träkyrkan som ett kärt minne.

– Den ska flyttas nu, när hela staden flyttas, berättar han, och den som besökt Kiruna i närtid har säkert lagt märke till de ombyggnationer som redan pågår inför att den 40 meter breda och 600 ton tunga kyrkan ska flyttas i ett enda stycke.

Helge, som trivs bra i Sävest, väljer Mariakyrkan som sin favorit.

– Man upptäcker alltid något nytt när man är där, säger han, och nämner fåglarna framme vid orgeln, renarna vid predikstolen och den speciella utformningen där naturen är en del av själva altartavlan.

– Och så har barnen en så central plats där, säger Helge och lyfter fram det som en viktig del i vad som är en bra kyrka. ”Låt barnen komma till mig” som det sägs.

Vincent tänker att det ibland kan vara svårt att lyssna och koncentrera sig på det som händer i kyrkan om många barn låter högt.

– Man kanske kan ha leksaker utspridda i kyrkan, så att de riktigt små barnen också har det roligt, säger han, och berättar om barnens altare i Luleå domkyrka, där barn kan testa prästklädsel eller leka dop och begravning. Det finns planer på att bygga upp ett liknande i Boden.

**VI KÖR VIDARE** längst minnenas motorväg och Vincent minns en kyrka där naturen var än mer en del av kyrkorummet.

– I Visby finns en ruin av en gammal kyrka med många gångar och helt utan tak, berättar han. De 92 medeltida kyrkorna som finns utspridda över hela ön har tjänat till så mycket mer än just kyrka.

– Det var där man träffades, utbyte information och till och med bodde ibland, berättar Luisa, och väcker frågan om vad som är kyrkans egentliga uppgift i ett samhälle. Att sprida evangeliet och att vara en mötesplats mellan människor och Gud, men borde kyrkan också erbjuda boende för den som behöver det? Eller utbildning?

Några direkta svar landar vi inte i, men när vi fyller på kaffet glider vi in på kyrkfikat. En klar och enig bild av kyrkan som en social mötesplats målas upp.



”Min drömkyrka är full av musik och barnen har en självklar plats”

**Helge Stålnacke, 71,**  
pensionär, präst  
och politiker

## VISSTE DU ATT

»... i församlingsinstruktioner berättar såväl anställda i kyrkan som kyrkans politiker hur deras drömkyrka ser ut och hur de ska bygga den. Varje gång en ny kyrkoherde tillträder får de möjlighet att skapa en ny, och Luisas har rubriken *En bärande gemenskap genom hela livet.*

– Ibland är det skönt med de stora sammanhangen, där man är en del i en stor grupp och får vara lite anonym. Men andra gånger är det viktigt att känna att ”i min kyrka känner vi varandra”, tycker Luisa.

– Och så är vi ju olika, säger Helge. Ibland vill man kanske bara sätta sig i bänken och ta emot, utan krav på att vara social, säger han, och drar sig till minnes när han någon gång själv sett till att komma precis vid gudstjänstens start, för att energin till småpratet innan inte fanns där just den dagen.

– Och det måste ju också vara okej.

**MUSIKEN ÄR OCKSÅ** en viktig del av en bra kyrka, och den behöver inte alltid vara den traditionsenligt kyrkliga.



*"Min drömkyrka är vacker och full av konst och musik"*

Vincent Esberg, 12, studerande



*"Min drömkyrka är varm, välkomnande och levande"*

Luisa Landewall, 43, kyrkoherde



– När jag till exempel haft barnsamlingar och så sjunger vi *Imse vimse*... då berättar vi ju om skapelsen, berättar Helge, och blickar tillbaka över sina många år som präst.

Men kan man spela vilken musik som helst i kyrkan? Får till exempel Hoojas *Banan, melon, kiwi och citron* till exempel plats i kyrkorummet? Vincents blick blir tveksam, men Luisa ler lite.

– Allt handlar om hur och varför man gör det, tänker Luisa. Om Hooja till exempel vill anordna en välgörenhetskonsert där vi samlar in pengar som vi kan använda för att hjälpa de som behöver det... då kanske det hade varit helt okej?, undrar hon och får medhåll.

Det fiktiva bygget av vår drömkyrka fortsätter med de mer

praktiska detaljerna. Det är viktigt att alla hör och ser bra i kyrkan. Ur Vincent bubblar idén om att utforma kyrkan lite som en biograf, för "där ser man bra, även om man sitter långt borta", och kyrkoherden nappar direkt.

– Finns det inte en risk för att man somnar då?, tänker under-teknad, men alla tre menar att det inte är så farligt att somna i kyrkan.

– Det gör till och med präster ibland, vittnar prästerna i sällskapet om.

– Men det kanske ändå vore

bra med en liten energistation i kyrkan?, tänker Luisa. Lite frukt eller fika som man kan ta av under gudstjänsten.

**VINCENT BYGGER VIDARE** på idén med en kaffemaskin och Helge tycker att det låter trevligt med lite mer liv och rörelse under gudstjänsterna, att folk går omkring när de behöver ett blodsockerlyft. Frågan lyfts om vad Gud hade tyckt om en fikastation mitt i kyrkan, men efter lite diskussion landar de i att han nog ändå hade röstat "ja" till förslaget. I Bibeln finns det gott om exempel på hur de samlades kring måltider när de till exempel skulle lyssna på Jesus predikningar, och för att kunna delta i gudstjänsten behöver både kroppen och knoppen må bra. »

**”** *Det kanske vore bra med en liten energistation i kyrkan?*

## VAR MED OCH TÄVLA

**Hur skulle din drömkyrka se ut – och vad skulle finnas i den?**

» Rita, dikta eller måla ditt förslag och skicka in det senast 15 juli, så är du med och tävlar om en fin sommarpresent!

**E-post:** bodens.pastorat@svenskakyrkan.se

**Brev:** Svenska kyrkan Boden, Strandplan 25, 961 34 Boden. Märk ditt bidrag med "Drömkyrka" och kom ihåg att lämna dina kontaktuppgifter så att vi kan nå dig om du vinner!

Kyrkor som tillverkats av konfirmander.

Foto: ANNA KARLSSON



## Tänk om man till exempel med teknikens hjälp kunde direktöversätta predikningar?

Samtalet glider in på teknik och dess möjligheter och utmaningar. Vincent berättar om sin hemkyrka där de projicerar sångtexterna mot en vägg längst fram i kyrkan.

– Då är det enkelt att sjunga med även om man har lite dålig syn.

Luisa drömmer om att använda tekniska lösningar ännu mer.

– Tänk om man till exempel med teknikens hjälp kunde direktöversätta predikningar, så

att alla kunde sitta på samma gudstjänst och få höra evangeliet på sitt hjärtespråk, drömmer kyrkoherden.

Med viss skepsis funderar trion kring artificiell intelligens, och virtuella kyrkor som man kan besöka i sin telefon eller dator.

– Inte är det ju samma känsla som i en fysisk kyrka, det kommer det aldrig vara. Men det kanske kan vara ett bra alternativ för den som till exempel inte har möjlighet att besöka kyrkan på grund av sjukdom eller så.

Möjligheten att följa med i

bibeltexter i sin mobiltelefon är fantastisk, men det är viktigt att komma ihåg att stänga av ljudet, så man inte stör.

– I skolan har vi en låda där läraren samlar in telefoner så att de inte stör under lektionerna, det kanske vore något för kyrkans entré?, tänker Vincent, och får medhåll om att möjligheten i alla fall borde finnas.

**EN NÅGOT OVÄNTAD** detalj som alla tre tycker är viktig i bygget av denna drömkyrka är kyrkklockan.

– Den kallar alla alldeles oavsett vem du är, vad du pysslar med och vad du tror. Det har den gjort innan jag föddes, och det kommer det fortsätta göra efter jag dött, säger Luisa, och lutar sig tryggt tillbaka i soffan.

På vissa ställen finns det klockspel, där man kan framföra musikstycken med själva klockorna.

– Då, om man spelar riktigt fint på klockorna, kanske man kan bjuda in även de som inte brukar vara i kyrkan, säger Vincent.

Både Luisa och Helge har en bakgrund i det militära, och har många gånger firat gudstjänst i kyrkor utan vare sig väggar eller tak.

– Det är ju något speciellt att sjunga och be tillsammans ute i naturen, berättar Helge. Ibland blir man så stel när man kliver in i en kyrka, det händer ju inte på samma sätt vid friluftsgudstjänster.

**VI BÖRJAR NÄRMA** oss kärnan. Vem är jag i en kyrka? Tillsammans landar vi i att man ska gå ut från kyrkan och tycka om såväl sig själv som andra.

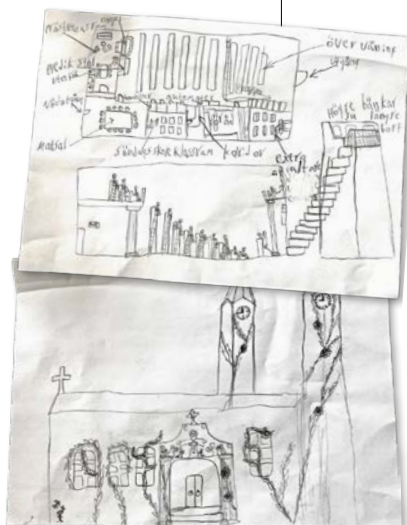
– Med vilken känsla man lämnar kyrkan säger något om hurdan den är, tänker Luisa, men funderar på hur den känslan ska byggas i så många olika människor.

Kanske händer det av sig själv. Kanske kan vi påminnas om det med en text på insidan av dörren, som man läser när man går ut.

”Kom ihåg att Jesus älskar dig” tänker Vincent att det kan stå.

När man får tänka alldeles fritt och utan begränsningar spretar drömkyrkorna åt lite olika håll. I Luisas kompletteras till exempel kyrkkaffet med favoriträtten sushi, i Vincents skjuter man salut ibland för att göra det extra högtidligt. Tillsammans landar de i att deras drömkyrka kanske liknar den där ruinen på Gotland, utan tak. Dit alla är välkomna, dit dörren står öppen och där kyrkklockorna bjuder in, år efter år efter år.

– Men med en reservkyrka i närheten man kan gå till om det regnar, avslutar Luisa. ●



Vincents bild av drömkyrkan.



Vägkyrkan i Håltå i Kungälvskommun har varit sommaröppen i 15 år. Vägkyrkor finns både i Sverige och utomlands, så håll utkik på vägarna.

Foto: MARCUS GUSTAFSSON



NYFIKEN PÅ

# VÄGKYROR

## En himmelsk paus vid vägen

Visste du att många kyrkor håller extra öppet under sommaren? En sådan kyrka kallas sommarkyrka – eller vägkyrka om den ligger vid en väg.

»I vårt avlånga land finns det nästan tusen sommaröppna kyrkor, varav ungefär 140 är vägkyrkor som ligger lättillgängliga för bilister och andra vägförare.

Här erbjuds en skön paus med

lugn och ro, lite svalka, och kanske även ett äventyr längs vägen.

Många har daglig andakt, en del ordnar också musikkvällar och aktiviteter för olika åldrar. Ibland finns enklare servering.

**SÅ NÄSTA GÅNG** du är ute på tur och ser en vacker kyrka, varför inte stanna till en stund. Kom ihåg att även ett tomt kyrkorum har en historia att berätta, alla symboler och

målningar bär på vårt kulturarv.

Att ligga på rygg i en kyrkbänk och ta in rummet från ett nytt perspektiv kan vara inspirerande. Att låta barn ställa frågor och fantisera fritt kan vara spännande.

*Sophie Ekman*

**Hitta en vägkyrka nära dig!**

»Här finns en karta över alla sommarkyrkor och vägkyrkor i Sverige: [www.svenskakyrkan.se/sommarkyrkan](http://www.svenskakyrkan.se/sommarkyrkan)



**VISSTE DU ATT...**

»...många kyrkor erbjuder informationsmaterial och guidade rundturer. Vissa har även digitala guider och personal på plats. Utforska gärna landets kyrkor med appen Kyrkguiden! Där kan du också se aktuella gudstjänster och evenemang.



## UPPTÄCK EN KYRKA PÅ EGEN HAND

**Att befinna sig ensam i en kyrka kan vara speciellt, och ge dig en chans att utforska kyrkorummet helt utifrån dig själv. Ta hjälp av frågorna och gör din egna kyrkvandring:**

**1** Ta ett varv runt kyrkan. Vad ser du? Vilken sida av kyrkan tycker du bäst om? Hur gammal kan kyrkan vara? Vad tror du den varit med om?

**2** Innan du kliver in i kyrkan, ta med dig ett löv. Lägg det i din öppna handflata. Försök vandra så sakta genom kyrkorummet att lövet ligger kvar.

**3** Använd alla dina sinnen inne i kyrkan. Är det kallt eller varmt? Luktas det något? Hör du något? Vilken känsla möts du av?

**4** Titta framåt och bakåt, uppåt och nedåt. Ser du något oväntat? Något du blir nyfiken på? Något du aldrig sett tidigare?

**5** Finns det någon plats du tycker extra mycket om? Slå dig ner där du trivs. Varför tror du att du drogs till denna plats? Vad upplever du inom dig?



**KLIPP UT OCH SPARA I PLANBOKEN!**



*Att  
tillåta sig att  
drömma är viktigt.  
Det ger oss mening, säger  
både psykolog Katarina  
Blom och biskop Fredrik  
Modéus. Men hur förverkligar  
vi drömmarna? Och vad är  
det för skillnad mellan  
dröm och längtan?*

Text: *Linda Newnham*  
Illustration: *Sophie Ekman*

TEMA

# DRÖM



Hitta din inre  
ledstjärna

MMAR

öreställ dig att du sitter på den där stora segelbåten i en hamn i varma Medelhavet, omringad av glada vänner. Eller att du flyttar in i det vackra vita trähuset du såg på väg till skolan som barn, med en trädgård full av rosor och spatserande höns.

Fast vänta. Hur skulle du ha råd med det? Hur skulle det funka med barnen och jobbet? Nej, det får bli senare i livet. Sen.

Ja, det är lätt att släcka en dröm redan innan fantasin fått riktig fart. Det behöver inte ens handla om en särskilt stor dröm. Kanske drömmer du om att börja spela fotboll igen, i korplaget. Eller att våga fråga grannen om att bli dagmatte till hennes ljuvliga, svansviftande labrador.

Att tillåta sig att drömma kostar inget, men kan ha stor betydelse för dig. Enligt psykologen Katarina Blom, författare till *Tillsammans-efekten* och vägledare i SVT-programmet *Den svenska konsten att dösta*, ger drömmar livet riktning och syfte.

”*Det du tänker på blir verkligt för hjärnan, som om det händer här och nu.*

Katarina Blom, psykolog

– Det är också spännande att våra hjärnor inte uppfattar tid kronologiskt. Det du tänker på blir verkligt för hjärnan, som om det händer här och nu. Så om du sitter hemma och blir nervös inför något nästa vecka, kan du få fysiska stresspåslag. Det här kan du också vända till din fördel genom att sjunka in i en härlig livsdröm. Då känns det i kroppen som att du redan lever drömmen, vilket kan bidra till din livsgnista, du känner mer hopp, ork och kraft, säger Katarina.

Drömmarna är också ett sätt att lära känna sig själv, vad du längtar efter och har för behov.

– De säger något om vad du värdesätter i livet. Är det ett torp på landet du vill ha, sex barn, eller att få resa till världens alla länder? Precis som en organisation har en vision för att vägleda medarbetarna i hur de ska prioritera, kan en dröm vara en kompass som vägleder dig i livet. Hur ska du prioritera ekonomiskt för att närma dig målet? Är en vältränad kropp viktig, så att du kan bestiga det där berget?

Katarina vill dock flagga för att det inte är okomplicerat att hitta sin dröm. Bli inte förvånad om känslor som skam, skuld eller sorg dyker upp. För om du som barn sällan kände att man trodde och satsade på dig, kan drömmen trigga känslor av skam: Jag är inte värd det här, att ha det så bra.

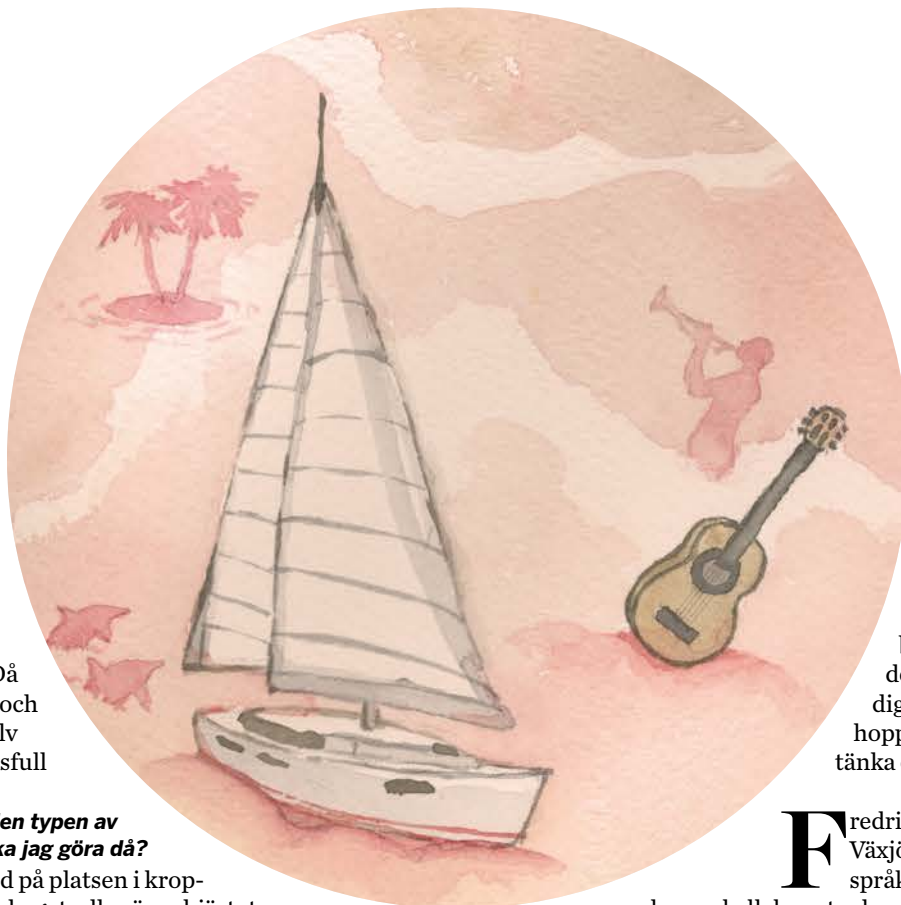
– Du kan också känna skuld när du tänker på din

dröm, att du har svikit dig själv, för livet blev inte alls som du hoppats på. Eller säg att du drömmer om att hitta en fantastisk pappa till dina barn. Då kan du känna en sorg och saknad över att du själv inte hade en så kärleksfull och lekfull pappa.

**Om drömmen väcker den typen av obehagskänslor, vad ska jag göra då?**

– Lägg en varm hand på platsen i kroppen där du känner obehaget, eller över hjärtat om du är osäker. Du kan säga till dig själv att ”det är naturligt att många olika känslor kommer fram”. Dröj kvar vid obehaget och ge värme med en mjuk inre röst, som om du tröstar ett oroligt barn. Därefter kan du varsamt utmana obehaget i fem eller femton minuter, kanske sätta en timer. Försök då stanna kvar i drömmen och brodera ut den. Om du vågar göra det kommer du märka att obehaget klingar av, säger Katarina Blom.

På frågan om det finns bättre eller sämre livsdrömmar svarar Katarina att det viktiga är att fundera över vilken funktion drömmen har i ditt liv. Om du drömmer om att bli bäst i världen på något, är drömmen varken bra eller dålig i sig.



– Om den sporrar dig, ger dig kraft och energi att fatta beslut som du är stolt över, är den uppenbart positiv. Men om den gör att du känner dig misslyckad och hopplös, så kanske du ska tänka om.

**F**redrik Modéus är biskop i Växjö stift. Han nämner att språket i kyrkan ofta hand-

lar om kallelsen, tanken på att Gud vill något med ditt liv, att du ska växa till den du är menad att bli.

– Och allt det här tänker jag är väldigt besläktat med att drömma. Det finns en kraft i längtan att ta tillvara på. Och det finns ett inre välmående i att leva i enlighet med sin kallelse och längtan, säger han och berättar att han dagen innan hade öppet hus på biskopsgården:

– Unga människor fick komma och prata om sin dröm om att jobba inom kyrkan. Det var fullt hus, 88 personer kom! Ja, just nu upplever jag att det på flera håll i samhället finns en längtan efter att få jobba med något som är meningsfullt, för en själv och andra. När livet är tufft kan det vara extra viktigt att hitta sina livsdrömmar, menar Fredrik.

”Vi överskattar ofta hur lyckliga vi blir av prylar eller engångshändelser som är lite extrema”, säger psykologen Katarina Blom.

»

”Det finns en kraft i längtan att ta tillvara på, säger biskop Fredrik Modéus.



” *I ljuset av den begränsade tiden blir de stora frågorna viktiga, och vad det är vi egentligen värderar blir tydligare.*

Fredrik Modéus, biskop

» – Då behöver vi verkligen våra visioner om en bättre värld, ett annat liv och sätt att förhålla sig till tillvaron.

**M**en han säger att det också är bra att försöka bena ut vad som är ”Nalle Puh-idéer”, alltså saker som kanske ska stanna på drömstadiet, och vilka du kan realisera. För alla drömmar ska inte realiseras.

– Drömmen kan också vara en flykt från en nödvändig utveckling. I en relation exempelvis kan det vara lättare att öppna bakhjulet och smita ut än att stå kvar och möta det man behöver möta och ta tag i.

Vi är väldigt fria i våra val i dag, men drömmen om att det är grönare på andra sidan är ibland falsk. Så modet att dröja sig kvar och lyssna djupare kan vara vägen framåt ibland, oavsett om det handlar om att stanna på sin arbetsplats eller i relationen.

**F**redrik menar att i en värld full av intryck är det lätt att gå bort sig i drömmar också.

– Min fru är läkare och jobbar med vård i livets slutskede. Hon möter många som säger att ”tack och lov för att jag gick i pension så tidigt”, eller omvänt ”varför gjorde jag inte det jag drömde om?”. I ljuset av den begränsade tiden blir de stora frågorna viktiga, och vad det är vi egentligen värderar blir tydligare.

Katarina är inne på samma linje. Det är lätt att hamna i konsumtionsdrömmar, som att man vill resa till Mauritius eller rusta det redan utmärkta köket.

– Vi överskattar ofta hur lyckliga vi blir av prylar eller engångshändelser som är lite extrema. Enligt forskning är det i stället vardagliga saker man ska sat-

## 6 TIPS – FÖRVERKLIGA DIN DRÖM

### 1 Hitta din dröm och dina värderingar

Fundera på hur du vill minnas ditt liv när du ligger på dödsbädden. Hur tillbringade du dina dagar, och vad prioriterade du? Vad säger dina nära och kära om dig i sina tal? Vad stod du för i deras liv? Här får du ledtrådar till vad som är viktigt på riktigt för dig. Tillåt dig att brodera ut drömmen.

### 2 Vidga dina vyer med mirakelfrågan

Det är lätt att släcka drömmar innan de ens börjat glöda. Ett sätt att undvika detta är att ställa dig mirakelfrågan: Om alla, inklusive dig själv, älskade och accepterade dig villkorslöst, och du var helt fri och hade alla resurser du behövde – vad skulle du då göra i livet?



Katarina Blom, psykolog.

## PSYKOLOGEN KATARINA BLOM GUIDAR DIG

### 3 Utmana obehaget

Stoppa inte drömmen även om den väcker obehagskänslor eller problemtankarna kommer rusande. Utmana obehaget genom att stanna kvar i drömmen. Ge dig själv tillåtelse att drömma orealistiskt under 15 minuter. Skriv ner din dröm.

### 4 Observera hur det känns i kroppen

När du lever dig in i drömmen och föreställer dig att den blir sann, hur känns det i kroppen? Notera känslorna, de kan ge dig kraft att prioritera att väva in drömmen i din vardag.



sa på, som att jobba med något som känns meningsfullt, stressa mindre för att vara mer närvarande i livet, och pengar för att kunna sätta lite guldkant på tillvaron. Vill du bli lycklig på lång sikt är detta mer värt än en månad på Mauritius, säger hon.

Oavsett om drömmarna är stora eller små, är det bra att ibland realisera dem.

– Det ger en känsla av agens, att du är kapabel, förmögen att ta hand om dig själv. Det är ett sätt att bygga både självkänsla och självförtroende som du kan ha användning av i livet i stort.

**S**å vad ska du då göra för att komma igång? Katarina tipsar om att skriva en lista med saker du behöver göra för att komma närmare din dröm. Fråga dig sedan vad som är ett prioriterat steg.

– Det måste inte vara något krångligt och komplicerat. Det svåraste är ofta att börja överhuvudtaget, så starta med något som är viktigt men enkelt, som du vet att du kan slutföra. På så sätt får du medvind och börjar känna lite momentum. ●

### **5 Skapa en lista för att närma dig drömmen**

Vilka steg behöver du ta för att komma närmare din dröm? Skriv en lista. Gör en fyrfältare och sortera in punkterna under två axlar: svårt/lätt och viktigt/ej viktigt. Nu kan du se vilka uppgifter som är mer krävande för dig och hur viktiga de är. Börja med en uppgift som är lätt och viktig. Vi blir mest motiverade av framsteg, så ge dig själv snabba framsteg i starten.

### **6 Varningsfinger!**

Reflektera över hur dina drömmar påverkar ditt beteende. Fungerar de som ett sätt att undvika vardagens problem, eller inspirerar de dig att agera på sätt som tar dig närmare din dröm? Om drömmen mest är en flykt, se om du i stället kan möta problemen i vardagen och lösa dem konstruktivt.

## 3

tankar på vägen

**... med biskop Fredrik Modéus:**

**1** Ta dina drömmar på allvar.

**2** Utforska dem modigt. Fundera på vad de står för. Drömmer du om en resa till Bali, så kanske det egentligen är äventyr du vill ha mer av.

**3** Dela dina tankar med en klok medmänniska. En sparringpartner, som en självvårdare eller psykolog, att bolla med.



**Daniel Boyacioglu, poet och drömfångare:**

# Med orden tillhands är du alltid herre över ditt känsloliv

**KORT OM...**

**Daniel Boyacioglu**

**Ålder:** 43 år.  
**Familj:** Singel, stor familj.  
**Bor:** Stockholm.  
**Gör:** Poet, dramatiker och musiker.  
**Aktuell med:** Daniels bok

Daniel Boyacioglu är förortskillen som blivit en folkkär poet och uppnått en dröm som verkade omöjlig.

– Gud har skapat oss alla, så om någon annan kan, så kan du också, säger han.

Text: *Linda Newnham* Foto: *Theresia Köhlin*

» När vi besöker poeten Daniel Boyacioglu i Björkhamnen, Stockholm, står han i hallen och stryker skjortan. Daniel ligger lite efter, för hans springtur gick så bra så den blev längre än tänkt. Men njutbar. Han flyttade ändå hit just för att ha en riktig skog att springa i.

– Jag mår bra när jag är i skogen. Jag tror att skogen, inte savannen, är vår tryggaste miljö, så jag är aldrig rädd där. Inte ens om jag springer mitt i natten, utan pannlampa och kommer vilse. Det enda jag känner då är att jag för en liten stund har huvudrollen i actionfilmen om mig själv.

Medan Daniel fixar espressokaffe och bullar berättar han att han befinner sig på en bra plats.

– Allt och precis inget är förändrat på samma gång. Jag vaknar som vanligt upp och tycker det kämpiga är kämpigt, men livet har samtidigt plats för mer välmående. Jag tar lite lättare på saker, kanske för att jag har omförhandlat min egen självbild. Om du har identifierat dig som underdog i hela ditt liv, och behövt kämpa och slå underifrån, är det svårt att förlika sig med att man är senior, etablerad och uppskattad.

**DET ÄR 20** år sedan Daniel Boyacioglu debuterade. Sedan dess har hans meritlista blivit nästan oöver-skådlig. Han anses vara den som tog spoken word-poesin till Sverige. Redan som 19-åring vann han SM i Poetry slam första gången, har gett ut sju diktsamlingar, spelat på Dramaten, gjort uppsättningar för radioteatern, sommarpratad och skrivit musik. Författaren Johannes Anyuru har kallat Daniel för

” Om du har identifierat dig som underdog i hela ditt liv är det svårt att förlika sig med att man är etablerad och uppskattad.

»





"Det är lätt att börja deppa efter att i flera dagar ha gått runt här i kalsonger och vänt på dygnet, men så på tredje dagen kommer dikten och allt är för-låtet", säger Daniel Boyacioglu.

» portalgestalt inom svensk poesi. ”Det är bara det att han inte är en portalgestalt för den poesi som medelklassen kan ta till sig”, sa han i tidningen Vi.

Och Daniel själv konstaterar att han från början var en udda fågel i de finkulturella rummen.

Född i Sverige av syrianska föräldrar, uppvuxen i stockholmsförorten Norsborg, drogs han tidigt till hiphopen. Man kan undra vad som får en sådan liten förortskille att ens börja drömma om att bli poet.

– Mamma, svarar han utan tvekan.

Han berättar om mamma som varje dag efter skolan mötte sitt barn med en sång.

– Så vem är bättre rustad än jag att bli poet?

– Det är lätt att glömma att många invandrare har gjort en klassresa neråt. De är arbetarklass här, men båda mina föräldrar har akademisk bakgrund. Mamma gav mig och mina syskon ett självförtroende i att vi var berättigade till våra drömmar. Hon kommer från pengar. Här i Sverige hade vi inga pengar, men genom att handla på rea åt vi ofta bättre mat och hade snyggare kläder än de flesta. Det är sådan kunskap som gör att en liten kille långtifrån kulturvärlden känner sig berättigad att bli poet.

**SJÄLV FICK HAN** vittring på poesin redan som nioåring, när poeten Siw Widerberg kom till skolan och läste dikter. Barnen fick också skriva varsin dikt – där Daniels kom att publiceras i lokaltidningen. Ett urklipp med hans *Höstdikt* hänger fortfarande på kylan.

– Alla, släkt och vänner, var så stolta. Vart jag än kom, i den för mig kända världen, satt min dikt på deras kylskåp. Det tänkte en gnista i mig att fortsätta.

När han berättar om sin väg in i poesin inser man att Daniel har något som många saknar – förmågan att övervinna mentala hinder. När vi påtalar det berättar han om när han på högstadiet spelade basket med några killar som var svinduktiga.

## ”Som barn såg jag det som min uppgift att försvara min mamma och mina systrar mot pappas våld.

– Jag sa till dem att jag var säker på att de skulle komma att spela i NBA, men de bara skrattade. De vågade inte ens drömma så stort. Varken då eller nu fattar jag den inställningen. Gud har skapat oss alla, så om någon annan kan, så kan du också. Men du måste lägga ner timmarna på att bli bra.

Det är vad han ofta gör om dagarna: lägger ner timme efter timme, dag efter dag på att till slut lyckas få till ännu en dikt.

– Det är lätt att börja deppa efter att i flera dagar ha gått runt här i kalsonger och vänt på dygnet, men så på tredje dagen kommer dikten och allt är förlåtet.

För även om vägen till poesin ibland låter självklar när han berättar, så har han kämpat hårt för sin dröm.

– 2003, när jag jobbade på Dramaten, hade jag även en massa andra engagemang, jag uppträdde på jazzfestivaler och sånt. Flera skådespelare undrade varför



Som nioåring skrev Daniel dikten *Höstlöv*, som kom med i lokaltidningen. Den sitter fortfarande på kylskåpsdörren.

### DANIEL OM

#### ... sin tro

» – För oss syriener är vår kyrka vår nation. Vi har inget land. Den enda bestående arena där vi får vara syriener är i vår kyrka.

#### ... sin nya bok

» Idén kom till en söndag i kyrkan. Prästen talade om profeten Daniel.

– Predikan var fin, och där föddes idén till *Daniels bok*. Att den har samma namn som boken i Gamla testamentet är alltså ingen slump.

jag flängde runt så mycket nu när jag hade min månadslön. De fattade inte, jag skulle ju betala även mammas hyra! För dem räckte det med att leva sin dröm.

#### För dig var det inte bara en dröm?

– Nej, i många år handlade det även om en upprättelse för hela min familj, mitt folk, min kyrka ... Det funkar inte i längden att leva så, men om man börjar livet på minus, så vill man gärna ge tillbaka till alla som inte fick chansen att lyckas.

Nu försöker han i stället, bland annat genom att föreläsa i skolor, hjälpa unga att också hitta till poesin, inte nödvändigtvis för att bli poeter, men för att hitta sitt språk.

– Ett rikt språk ger dig mod. Med orden tillhands är du alltid herre över ditt känsloliv. Alla har mycket inom sig, men alla har inte ord att förstå och förklara detta. Språket är ditt redskap att förstå ditt känsloliv. Det ger dig förmågan att berätta om tankar och känslor. Det hjälper dig också att ta till dig andras berättelser, och du förstår dig själv genom andras liv.

**KANSKE ÄR DET** för att han nu, efter 20 år av framgångar, börjar känna ett visst lugn i sin roll som poet som han omvärderar saker i livet.

– Jag har satsat mycket på att bli bra på mitt jobb, på min karriär, men jag vill bli bättre på mitt liv.

I dikter, bland annat i senaste boken *Daniels bok*, har han skrivit om hur trassligt det varit att få till kärleken. I dikten *Skapelsen* skriver han:

*Jag tvekade inför kärleken,  
den stod framför mig men jag var inte färdig.*

*Sen blev jag klar med det jag ville  
och hade kärlekssorgen kvar.*

– Jag har haft fel glasögon, önsketänkt och trott att jag framförallt vill ha trygghet och ett stabilt hem. Men jag har insett att jag också måste ha kul! Och när jag har hamnat rätt, så har jag varit rädd för det och backat ur.

#### Har du varit rädd för kärleken?

– Inte kärleken, men för att det ska bli fel. Att jag ska hamna i ett svenneområde, vakna upp en dag och ha tappat bort delar av mig själv. Men nu är jag redo. Jag ska bara träffa rätt, så kör vi!

Det finns en bakgrundsstory här, ett mörker, som satt djupare spår än han tidigare förstätt – bland annat vad gäller relationer. Daniel växte upp med en våldsam pappa, i alla fall tills han var runt tio år då föräldrarna skiljde sig. I dikten *Mamma* skriver han att:

*... hans temperament var fel  
och handen tung,  
det var skrik och slag och skräck, det var nära mord.  
Fast du blev av med honom finns han kvar i mitt blod.*



"Barn är så mycket roligare än vuxna människor. Det skulle kännas fint att lägga massor av tid på ett barn snarare än en till diktsamling", säger Daniel Boyacioglu som längtar efter att bli pappa.



På frågan om hur det har präglat honom säger han att det har präglat precis allt.

– Jag håller fortfarande på att skala av lager efter lager i jakten på att förstå detta. Jag fick jättebra självförtroende och starkt mod i mitt jobb, men i andra delar av livet har jag inte samma mod, som i sociala relationer, eller när jag ska ragga på tjejer.

– I sluttampen när jag jobbade med *Daniels bok* insåg jag en ny sak. Som barn såg jag det som min uppgift att försvara min mamma och mina systrar mot pappas våld, men jag lyckades inte med det. Rationellt förstår jag att jag bara var ett barn, jag kunde inte försvara dem mot en vuxen man, men känslomässigt har jag nog inte förstått det än.

I dag har han ingen kontakt med pappan – men han jobbar fortfarande på att frigöra sig från faderns mörka skugga, och han tror att sista steget

för att verkligen lyckas är att själv bli pappa.

– Att få barn är kanske enda lösningen. Att bli en annan, bättre far. Jag är redan en bättre son än han, en bättre bror och människa. Men jag måste också bli en bättre pappa för att riktigt lösgöra mig från det här spöket.

**SÅ DRÖMMEN JUST** nu handlar mycket om att hitta kärleken, få leva i välmående och bli pappa.

– Fast mest vill jag skaffa barn för barnets och min skull. Vi ska ha jättekul! Barn är så mycket roligare än vuxna människor. Det skulle kännas fint att lägga massor av tid på ett barn snarare än en till diktsamling, skrattar han.

Innan vi går erkänner han att han har en dejt på gång. Kanske passar de ihop. Kanske inte. Men han tar i alla fall steg i rätt riktning – för att nå ännu en dröm. ●

## DANIELS TIPS

**... för att uppfylla din dröm**

### **Dröm stort och gör litet**

»Många tror att man ska drömma litet. Drömmer man stort, måste man göra stort. Men att realisera drömmar handlar om att, oavsett drömmarnas storlek, ta små steg i rätt riktning (i mitt fall som poet, om att älska att flytta kommatecken), och samtidigt se att det har med drömmen att göra.

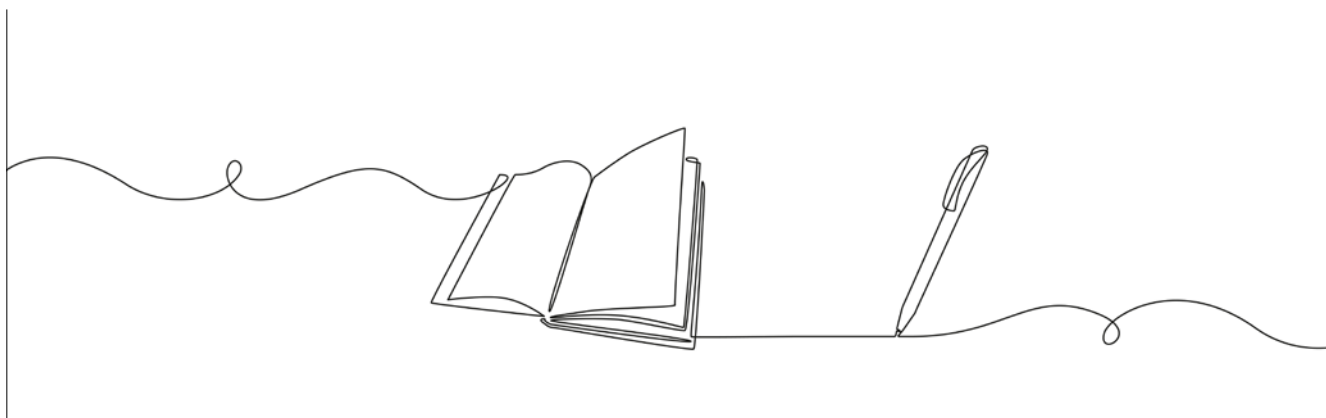
### **Gör jobbet**

»För den som vill börja realisera drömmar: Lagg timmarna. Mod kommer inte från att bara fantisera. Mod och styrka får du genom att göra, testa och försöka. Det är också det enda som tar dig närmare drömmen.



**Daniels bok**

**Daniel Boyacioglu**  
Wahlström & Widstrand



# FÖRFATTARDRÖMMEN

## Så blir den verklighet

Drömmer du om att skriva en bok? Bra! Inger Lundin, redaktör och skrivcoach, delar med sig av sina bästa tips. Och berättar varför du inte ska skriva något som passar alla.

Text: **Maria Widar**

Inger Lundin



» Inger Lundin möter ofta människor som bär på den där drömmen – att skriva en bok. Hon möter dem under sina skrivarkurser och när

hon får manuskript för bedömning eller bearbetning. För trollningen kring den där egna boken har flera förklaringar, menar hon.

– Någon kan ha sagt till dig att du borde skriva en bok. Kanske för att du har bra fantasi, är bra på att berätta eller upplevt något speciellt. Eller så har du gått igenom något tufft och vill hjälpa andra i samma situation. Eller så vill du helt enkelt lämna efter dig något.

Att skriva en bok ses många gånger som en prestation utöver det vanliga, menar hon. Lite som att genomföra Vasaloppet.

**SJÄLV DRÖMMER HON** inte om det, att skriva en egen bok alltså. Hon är medförfattare till flera böcker och har i många år arbetat med att spökskriva, förädla och förbättra texter, men ...

– ... det finns ingen bok med Inger Lundin i stora bokstäver på framsidan, skrattar hon.

Om man däremot har en dröm om den egna boken i handen, hur och var börjar man?

– Författaren Tomas Sjödin har

sagt att man inte kommer till sista raden förrän man börjar med den första, så sätt i gång. Men hitta en struktur för boken så snart du kan – annars blir det lätt rörigt. Jag har sett alltför många manus som inte är uttänkta, berättar Inger.

Vilken tur för oss då, att hon bjussar på 5 smarta tips:

### **I Vad och för vem?**

– Vad är det viktigaste du vill säga med din bok? Vill du förmedla hopp genom att berätta om en kris du gått igenom, eller ta med läsaren på ett relationsdrama i södra Frankrike? Vad vill du att läsaren ska känna efter att ha läst

### KORT OM

#### **Inger Lundin**

**Ålder:** 62 år.  
**Familj:** 2 barn och 5 barnbarn.  
**Bor:** i Örebro.  
**Gör:** Arbetar som redaktör och skrivcoach, var innan dess förläggare på bokförlaget Libris i mer än 20 år.

**Motto i livet:** "Jag kan ta Stephen Kings motto: Att skriva är mänskligt, att redigera är gudomligt".

### INGERS INSPIRATIONSTIPS

» Att skriva är ett hantverk, precis som snickeri. Och ska du snickra ett stabilt bord

behöver du lära dig hantverket. Samma sak gäller skrivandet. Lyssna, läs och lär!

» *Skrivarpodden*, podcast med Kerstin Önnebo.  
» *Tre enkla regler finns inte – en*

*romanskola*, bok av Elisabet Norin  
» Författaren Fredrik Backmans *Sommar*

i P1 från 2017.  
» *Mian och Saras skivrarlyra*, podcast med Sara Lövestam och

Mian Lodalen.  
» *Så gör jag – konsten att skriva*, bok av Bodil Malmsten.



din bok? Och, inte minst, vem ska vilja läsa din bok? Det är viktigt att kunna svara på. Och du får inte säga att alla ska vilja läsa, förklarar Inger.

**Om jag gör det, vad svarar du i så fall?**

– Att det tror jag inte på (skratt)! Det är bättre att tänka på en person som ska läsa, eller en mindre grupp. Är det barnbarnen? Tänk på dem när du skriver. Du behöver träffa rätt, både när det gäller läsare och genre. Är det en feelgoodroman, en pusseldeckare eller en fackbok? Återigen, tänk på läsarna.

## **2** Hitta ditt mönster

– Vi människor gillar struktur. Mönster gör oss trygga. Ta Netflix serie *One day*, till exempel. Den tar i varje avsnitt med oss till den 15 juli, samma datum under olika år. Och i tv-programmet *På spåret* är den återkommande frå-

gan ”vart är vi på väg” vilket också är ett slags mönster. Samma sak gäller böcker, det handlar om att hitta strukturen, säger Inger och fortsätter:

– Ett mönster kan vara att fokusera på händelser när berättelsen vänder. Kritiska ögonblick som när någon blir sjuk, gör slut eller ett stort beslut fattas. Hitta dina vändpunkter. Andra exempel kan vara att utgå från problem och lösning, använda sig av uppräknings (Bodil Jönssons *10 tankar om tid* är ett bra exempel) eller att utgå från fotografier för att ta med läsaren på barndomsresan. Hitta ditt system som hjälper och engagerar läsaren.

## **3** Välj berättarperspektiv

– Vem är det som berättar? Testa olika perspektiv innan du bestämmer dig. Ta hjälp av olika övningar, som att låta din mobiltelefon berätta om dig. Det brukar

locka fram fantasin och hjälpa dig att landa rätt. Och varför inte testa ett allvetande perspektiv i en roman. Då är du berättelsens gud, den som sitter på fakta och vet allt om karaktärerna och platserna.

**Som Astrids Emil i Lönneberga?**

– Ja precis.

## **4** Gestalta (beskriv inte)

– Det kan vara en lätt väg att gå, att berätta för en läsare att en vägg är vit och att ett slott är grått. Men att rapa adjektiv blir trist. Sätt i gång människors inre skärm genom att använda sinnesintryck. Hur luktar det? Vad hör vi? Hur känns det mot huden? Plocka fram detaljer. Skriv om den sura disktraskan, de gamla pizzakartongerna, ostkanten som ligger kvar och ölburkarna som skräpar i vasken.

– Att gestalta innebär att måla och ge läsaren bilder. I stället för att skriva att du var nervös, skriv att du blev torr i munnen, varm i

”Hitta en struktur för boken så snart du kan”, råder Inger Lundin. ”Annars blir det lätt rörigt.”

Foto: PIXDELUXE/  
GETTY IMAGES

»

» ansiktet och behövde springa på toaletten hela tiden.

**5 Håll ut** – Bearbeta. Och bearbeta igen! Texten är sällan klar när du tror att den är det. När jag får ett manus som redaktör, är det ofta den tionde versionen från förlaget. Och då har jag inte ens börjat arbeta med det, berättar Inger och fortsätter:

– Håll ut och stå ut med synpunkter. De som arbetar med din text vill dig och manuskriptet väl. Det handlar inte om att någon ska skriva om din text, den ska vara din. Och du har all rätt att försvara din bebis. Men om någon säger att bebisen behöver en spruta är det för bebisens bästa. Om någon däremot börjar hugga av armar, spring därifrån.

**SÅ HUR VAR** det då. Har hon ändå inte en bok hon skulle vilja skriva? Jo, visst har hon det.

– Okej då. Det finns en enda bok jag vill skriva och det finns faktiskt ett halvfärdigt manus. Blir den klar ska jag ha mitt namn i jättestora bokstäver på framsidan. Titeln ska knappt få plats! skrattar Inger. ●

## INGERS 10 BUDORD FÖR FÖRFATTARE

**1** Du skall skriva om det som du verkligen bryr dig om.

**2** Du skall tro att just du har något att säga.

**3** Du skall älska dina läsare såsom dig själv.

**4** Du skall göra en färdplan för ditt skrivande – så att du vet vart du är på väg.

**5** Du skall lära känna dem som du skriver om – dina huvudperson/dina karaktärer.

**6** Du skall välja ditt berättarperspektiv.

**7** Du skall gestalta mycket mer än du beskriver.

**8** Du skall vara uppmärksam på detaljer.

**9** Du skall låta någon annan läsa och ge dig feedback.

**10** Du skall skriva och skriva om tills du är nöjd.

## KORT OM

**Sofia Sivertsdotter**

**Ålder:** 48 år.

**Familj:** Man och son.

**Bor:** I Kalmar.

**Gör:** Är författare och ägare av förlaget Goodliness.

**Motto i livet:** Att vara så levande så att inget motto hinner fastna.

## HALLÅ DÄR!

... **Sofia Sivertsdotter**, författare, som i alla sina böcker dras till människans innersta landskap.

## ”Att skriva kan vara som att djupandas”

**Hur började du skriva?**

– Jag har alltid haft nära till och dragits till bokstäver, ord och texter. Skrivandet har känts som

hemma. Kanske fick jag ådran av min morfar som var journalist, kanske kom jag till jorden sådan, säger Sofia Sivertsdotter.

Sofia debuterade som författare 2009 och har gett ut 12 böcker sedan dess. Hon föredrar

att inte beskriva sitt författarskap, hon vill hellre låta andra avgöra vad texterna betyder för dem. Men om hon ändå ska beskriva det så ...

– ... dras jag alltid till människans innersta landskap. Jag tycker bäst om att måla med orden och sätta ord på alla nyanser av att vara människa.

**Vad handlar din nya bok – Ordens sång. En bok om skrivandets kraft – om?**

– Det är en bok där jag lyfter fram mina tankar om skrivandets kraft och hur den kan förändra våra liv till det bättre.

**På vilket sätt?**

– Att reflektera på papper är som att rada upp livet som noter framför sig, eller som att hålla upp en spegel som visar hur vi

egentligen mår. Vi får syn på oss själva. Att skriva kan vara som att djupandas, att tömma insidan från osynligt men skrymmande bagage och få kontakt med sig själv.

**Vad vill du att boken ska ge läsaren?**

– En livgivande och personlig skrivrutin där man får plats att vara den man innerst inne är utan att bli dömd, tillrättvisad eller påskyndad. En plats där den inre rösten kan få tala till punkt.

**Varför skriver du?**

– För att det är vad jag älskar att göra och för att jag får utrymme för reflektion och gott om tid att formulera mig. Genom orden och i bokskrivandet kan jag gå på djupet och utforska områden som jag tycker är viktiga. Jag skriver även alltid indirekt till min son, så att en del av mig ska bestå när jag inte längre finns på jorden.

**Tips till den som vill upptäcka skrivandets kraft?**

– Att komma ihåg att det inte finns något rätt eller fel i skrivandet. Laborera med olika typer av skrivande. Skriv ner känslor och tankar från dagen, skriv om ett beslut du står inför eller skriv brev till dig själv. Och köp det vackraste block och den finaste penna du kan hitta. Skrivandet är viktigt och får liv med penna mot papper.

**Maria Widar**

Foto: KATJIA P ISAKSSON



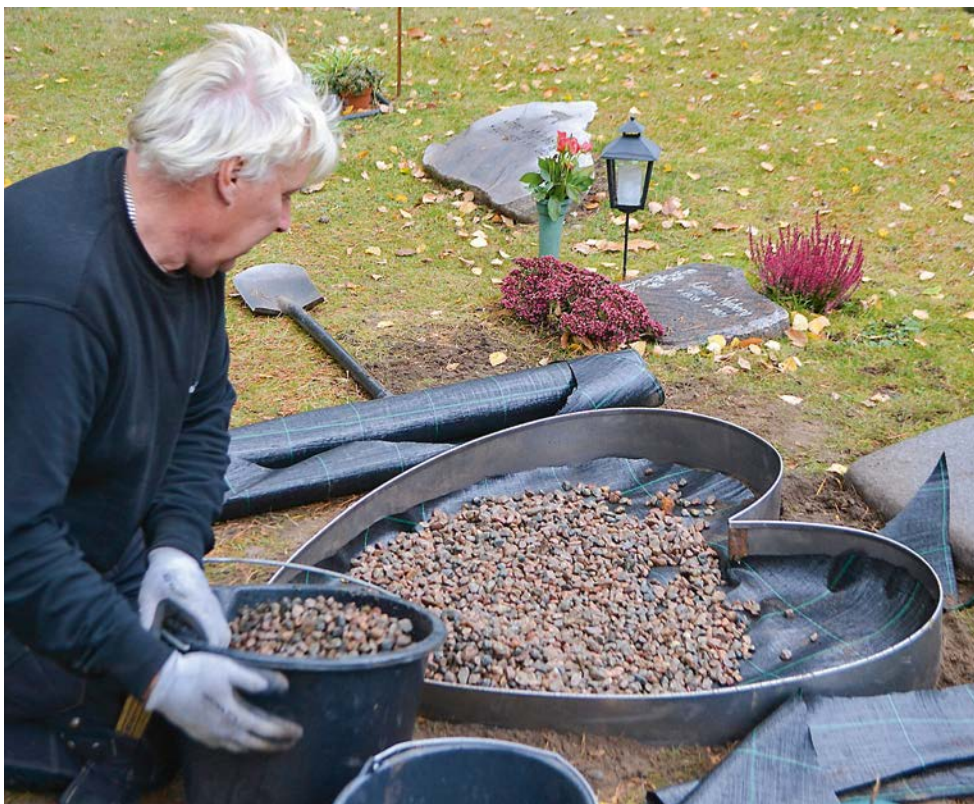
## LÄS MER!

»Läs om Sofia Sivertsdotters bok *Innan jag dör vill jag förstå varför jag ödslade så mycket tid*.

Sidan 24



Foto: KATJIA P ISAKSSON



Anlägg en färdig sedummatta (lilla bilden) som är lättskött och vacker året om. Här utför Bodils kollega Mikael Johansson viktigt förarbete med markduksväv och fuktfilm samt kantjärn för avskiljning.

Foto: BODIL LANDÉN

## Så fixar du en vacker viloplats med

# PERENNER

**Plantera perenner och gör gravplatsen både fin och hållbar, tipsar trädgårdsmästare Bodil Landén.**



Bodil Landén är trädgårdsmästare

i företaget BM idé och trädgård, som även designar hållbara gravplatser.

### TÄNK PÅ

»... att fråga personalen om vilka regler som gäller för din kyrkogård.

» Under sin tid som vaktmästare på kyrkogårdar reagerade Bodil Landén på växtåtgången.

– Jag tyckte det var galet att slänga växter tre gånger per år. Det finns så många fina perenner, vårlökar och vintergrönt som gör platsen vacker och lättskött året runt, säger Bodil som hoppas fler vill satsa på hållbar plantering.

**Vilka växter ska man välja?**

– Växtvalet styrs av platsens förutsättningar. Är det sol, skugga, stora träd, vilken jordtyp? Välj tåliga sorter som framhäver varandra och ger kontrast i form

och färg, som är snygga även utan blommor. Låga i framkant, högre bak och i grupper med samma sort. Finns det gravsten, anpassa växternas höjd efter den – du vill inte skymma texten. Inkludera vårlökar, men plantera så att de döljs av perenner när de vissnar.

**Hur slipper man ogräs?**

– Perenner med stora blad eller täta bladrosetter släpper igenom färre ogräsfrön och skuggar jorden vilket bevarar fukt. Även marktäckare har samma fördel, men blanda inte en starkt spridande sort med en svagare. Använd kantjärn för att slippa ogräs från sidorna.

**Hur anpassar man gravplatsen till högtider?**

– Använd naturmaterial från trädgård eller skog. Att skapa ena kransar och gravsmycken ger personligare känsla än massproducerade plastdekorationer. Undvik icke komposterbara material, som oasis.

**Hur gör man gravplatsen personlig?**

– Låta växtvalet spegla den anhörigas livsstil och intressen. Skogstema för skogsälskaren, strandkänsla för den som levt nära havet. Kanske vilda och otuktade ängsväxter passar en viss personlighet.

**Sophie Ekman**

**Alunrot är tålig vid torka.**

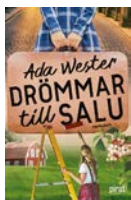
Foto: LISA KARLSSON/MOSTPHOTOS



# 5 BÖCKER OM DRÖMMAR

Böcker som rör sig i drömmarnas värld, stora som små, andliga eller nattliga. Kanske träder de lättare fram genom vackra ord eller tystnads närvaro.

Text: *Sophie Ekman*



**Drömmar till salu**  
**Ada Wester**  
Piratförlaget

»En charmig feelgood om sörmländska loppisdrömmar. Men också en berättelse om två unga kvinnor i olika tider, som båda söker sin väg i livet och hamnar på samma speciella plats.

Anni ärver sin farmor Esters gamla hus i sörmländska byn Stjärnhov. Hon planerar att renovera huset över sommaren för att sedan sälja och köpa en lägenhet i stan. Med massor av femtiotalsmöbler i huset och en mängd loppisar i området startar Anni Instagramkontot *Drömmar till salu*, för att sälja retromöbler och visa upp sitt underbara liv på landet. Men är det så underbart?

Historien vävs samman med farmor Esters liv sextiofem år tidigare, när hon flyttar till samma hus som sjuuttonåring och gravid. Vad hände mellan hennes uppväxt på gården utanför Stjärnhov och lärarinne-studierna i Stockholm? Vem är far till barnet och varför håller Ester det hemligt?



**Innan jag dör vill jag förstå varför jag ödslade så mycket tid**  
**Sofia Sivertsdotter**  
Goodliness AB

»Sofia Sivertsdotters tolfte bok innehåller – som alla Sofias böcker – poetiska och mjuka ord som träffar så rätt och ger välbehövlig eftertanke. Här utforskar hon livets dans mellan mörker och ljus, yta och djup, inre och yttre landskap. Hon skriver om att skala bort livslögner, ömsa skinn och stå naken i ärlighetens ljus.

## TIPS!

### Skriv drömdagbok!

»I sömnen pendlar vi mellan ett medvetet och ett omedvetet tillstånd, och vi minns inte allt när vi vaknar. Men det vi minns kan vi använda för att lära oss om oss själva. Genom att skriva ner drömmarna kan vi bli medvetna om vilka tankar och känslor vi erfår under natten.

**Gör så här:** Ha en bok nära till hands och skriv ner din dröm så fort du vaknar. Beskriv händelseförloppet så detaljrikt du kan. Vem förekom i drömmen? Hur såg platser och miljöer ut? Återkommer känslorna i vardagen? Ingen tolkning är rätt eller fel, det handlar om att förstå sig själv bättre.

Skriv direkt när du vaknar, annars flyger drömmen sin kos!

Foto: TATYANA GONCHARUK/GETTY



**Tystnad. Värdet av att minska bruset**  
**Ulrica Norberg**  
Bazar

»Vi är allt fler som söker oss till tystnad för att komma i kontakt på vårt inre. Vi får lättare syn på våra drömmar, behov, idéer när distraktion skingras. Faktum är att vi mår bättre av att lyssna på tystnad, visar forskning. Det ökar celltillväxt, stärker hjärnan, ökar emotionell intelligens samt minskar stress, spänningar och hjärtsjukdomar. Ulrika Norberg är journalist men också andningscoach samt yoga- och meditationslärare. I hennes nya bok delar hon med sig om erfarenheter av tystnad. Hon berättar om reflektionsträning som kan ge ökad mental skärpa, fysisk och själslig balans.



**Barn som förändrat världen**  
**Jenny Strömstedt, Beata Boucht**  
Max Ström

»I den här boken får vi träffa unga människor som drömt om att förändra världen – och även lyckats göra det. Vissa av dem levde för länge sedan, andra lever i dag och genomför sina drömmar just nu. Det är inspirerande för både stor och liten att läsa om till exempel Louis Braille som uppfann blindskriften, Liam Hannon som bredde smörgåsar åt hemlösa och Muzoon Almellehan som gick från tält till tält i flyktingläger för att övertala föräldrar att låta sina döttrar gå i skolan i stället för att gifta sig. Och så finns här förstas Greta Thunberg som brinner för att rädda vår planet och skakat om den politiska dagordningen över hela världen. Läs gärna ihop med barn 9 till 12 år och samtala om frågor som väcks. Journalisten Jenny Strömstedt har skrivit och illustrationerna av Beata Boucht förgyller läsoplevelsen ännu mer.



**En fast punkt i livet**  
**Niclas Blåder**  
Vermum

»Drömmer du om att få in mer andlighet i ditt liv? Kanske känner du en längtan efter att prata mer om existentiella frågor. I den nya boken *En fast punkt i livet* skriver prästen och författaren Niclas Blåder översiktligt om grunderna i kristen tro. Det här är en bok för alla som är nyfikna på att veta mer om hur det är att vara kristen som modern människa och vad det kan tillföra. Som han själv skriver: "...ge en förståelse för hur tron kan vara en fast punkt i livet, där mycket annat kan kännas osäkert."





# LIVSMOD

## **DEL 6** En artikelserie om livsfrågor

Text: **Thomas Jarvid** Präst

Det finns inga enkla svar på livets svåra frågor, men denna artikelserie kommer åtminstone att försöka sig på att ge dig några ledtrådar.

Vi behöver inte bara mat och husrum för att leva. Vi behöver också livsmod – eller mod att leva. När livsmodet brister kan vi lita på att Gud inte överger oss.

Livsmod är  
mod att leva.

Foto: AMRIPHOTO/  
GETTY IMAGES



”Må ni alltid vara fyllda av livsmod.” Så står det i Psaltaren 22:27 i Gamla testamentet.

I församlingen där jag arbetar brukar vi skriva den versen som en hälsning på försättsbladet till konfirmandernas biblar. Det känns som det rätta att önska ungdomar på väg ut i livet.

Men det är en önskan också för alla oss människor. Vi behöver inte bara mat och husrum för att leva, vi behöver också något att leva för och vi behöver kraft att möta livet. I vårt rika samhälle är det tydligt att ekonomiskt välstånd inte alltid hänger ihop med att må bra på insidan.

För många är livsmod det naturliga. Livet går att ta sig an med en känsla av nyfikenhet och en förväntan om att det kommer hända goda saker. Men det kan också finnas korta eller längre perioder då det är lätt att känna sig modlös. Den som upplevt en depression vet hur det är när livet förlorar färg och lyster.

I kyrkan brukar vi av tradition snarare tala om hopp än om livsmod. För mig hänger de båda orden tätt samman, men jag tror att livsmod är ett mer begripligt ord för de flesta. Vi hör vad det är fråga om: mod att leva.

**ORDET HOPP KAN** användas på så många sätt. Här menar jag inte en allmänt positiv inställning eller en tro på att en svår situation ska lösa sig.

Hopp handlar snarare om att lita på att Gud är med och inte överger sin skapelse. Bibeln återkommer hela tiden till att Gud är trofast och är den som i slutänden har makten.

I Bibelns sista bok, Uppenbarelseboken, slutar det med att Gud besegrar det onda så att det goda sker överallt. Tron på att Guds godhet ska råda till slut är en källa till kraft och hopp redan nu.

” *Hoppets symbol är ett ankare. Ett ankare har sitt fäste nere i de osynliga djupen och ger oss något att hålla fast vid bortom det som direkt går att se och ta på.*

Hoppets symbol är ett ankare. Ett ankare har sitt fäste nere i de osynliga djupen och ger oss något att hålla fast vid bortom det som direkt går att se och ta på.

Inget av detta betyder att man måste vara tapper och inte får känna som man känner. Tvärtom är Bibeln full av människors klagan till Gud när de lider. Det är gott för oss att få uttrycka precis hur vi har det och det får vi göra till Gud i bön.

**DET ÄR OCKSÅ** bra om det går att tala med en medmänniska, kanske en präst eller diakon, om hur vi har det. Det är i sig en källa till nytt livsmod att få hjälp att bära sina bördor en stund.

Vid ett tillfälle bar några människor en lam man till Jesus. De fick hissa ner honom genom taket

Att tala med en medmänniska om hur vi har det är i sig en källa till nytt livsmod att få hjälp att bära sina bördor en stund.

Foto: KRISTIN LIDELL/IKON



eftersom det var en sådan trängsel utanför. Ibland har jag tänkt att den mannen kanske var förlamad också på insidan. Han saknade kanske livsmod efter all sin tid i sjuksängen.

Det första Jesus säger till mannen är att hans synd är förlåtna. Utan att gå in mer på vad det betyder, så kan vi säga att det betyder att inget finns i vägen mellan honom och Gud. Vad det än är som plågar och tynger mannen, ser Jesus det och säger att inget av det förändrar att han är Guds barn. Sedan tar mannen sin säng och går därifrån med ny kraft i benen.

Jesus säger samma sak till alla som lider på insidan: Du kanske mår dåligt, men det betyder inte att du inte är älskad.

En annan sida av livsmod har med mening att göra. I den kristna tron menar vi att Gud vill ha oss som sina medarbetare i det godas tjänst. Gud vill ta oss i





bruk. I kyrkan talar vi om kallelse och sändning. Gud kallar oss till sig. Sedan får det leda till att vi lever som Guds älskade och vi kan ge hans kärlek vidare, det vi kallar sändning.

**ATT LEVA FÖR** något större än sig själv är uttryck både för meningsfullhet och livsmod. Ibland kan det låta som att det är få förunnat att ha en kallelse, men Gud vill ha med oss alla i sitt rike. Vårt uppdrag är inte

**”Egentligen är det också ett under varje gång en människa får livsgnistan tillbaka och ljuset tänds i vårt inre på nytt.**

längre bort än att vi kan börja precis där vi är.

Varje år när vi firar jul får vi höra om Jesus födelse i världen och vi får sjunga om ljuset som tänds i mörkret. Det är ju ett under som sker. Och egentligen är det också ett under varje gång en människa får livsgnistan tillbaka och ljuset tänds i vårt inre på nytt.

För dig som har brist på livsmod känns det kanske som en omöjlighet. I så fall är det min bön att du en dag ska få vara med om det undret, och kunna känna igen dig i Paulus ord i Andra Korinthierbrevet 4:6:

*”Ty Gud, som sade: ”Ljus skall lysa ur mörkret”, har lyst upp mitt hjärta, för att kunskapen om Guds härlighet som strålar från Kristi ansikte skall sprida sitt ljus.”*

Må du alltid vara fylld av livsmod! ●

VEM?

**Elisabeth Melander, sångpedagogen från Boden som ännu en sommar kommer till Övertuleå kyrka:**

# Jag är en stadig norrländsk fura

Text: **Johan E Skoglund**

»Musik och sång har alltid varit en naturlig del av Elisabeth Melanders liv. Hennes mamma Marianne spelade mycket jazzskivor när hon växte upp. Både hennes farfar och morfar musicerade. Morfadern sjöng och spelade munspel och det dansades mycket i släkten.

– Sången, musiken och dansen har alltid varit så naturligt för mig och har bringat så mycket glädje, berättar Elisabeth när vi hörs på telefon från Skåne.

Elisabeth började som så många andra i musikskolan. Där blev det blockflöjt, fiol och gitarr.

– Legendaren och eldsjelen Patrik Sundqvist såg mig och betydde oerhört mycket för min utveckling säger hon.

Som 13-åring började hon ta sånglektioner på Framnäs i Piteå för Anna-Lotta Larssons mamma Margit och fiollektioner för pappa Folke.



När hon var tonåring deltog hon flitigt och med stor framgång i olika talangjakter.

– Det var nog så att mitt kall och längtan gav mig viljan att ta mig vidare ut i ”världen” på sångens

vingar, som Elisabeth själv uttrycker det.

Hon har alltid känt ett stort stöd från familjen.

– Men sången och musiken har varit ”min egen”, den fick de inte lägga sig i utan lov, säger hon med eftertryck.

Efter att ha deltagit i tävlingen Nya ansikten fick hon som 14-åring sjunga Marions sång i den svenska versionen av Robin Hood. Ån i dag är det den som hörs i filmen, mer än 50 år senare.

– Man kan höra att jag börjat ta sånglektioner för jag artikulerar väl, säger Elisabeth lite nostalgiskt, med ett skrat.

**TÄVLINGEN STJÄRNA –73** vann hon som 15-åring på Gröna Lund i Stockholm. I vinsten ingick ett kontrakt på skivbolaget EMI, fem lp-skivor och tio singlar.

– Men livet som solist på folkparksturnéer, att bli omgjord, inte tycka om låtmaterialet, var inte riktigt min grej, fortsätter Elisabeth att berätta.

– Jag har aldrig närt en dröm om att bli känd och kändis, däremot att bli erkänd för det jag gör och det jag kan, och jag arbetar så pass hårt att jag förtjänar det. Jag har alltid varit noga med att lyssna inåt på



vad som har känts rätt för mig, det är viktigt, säger hon uppriktigt.

Så hon avslutade EMI-kontraktet i förtid. Även om hon också deltagit som solist i Melodifestivalen och körat bakom andra artister i melodi- och eurovisionsfestivaler är Elisabeth Melander i grund och botten ingen tävlingsmänniska.

– Nej, nej, det krävs bättre självförtroende för det.

**MEN ÅTER TILL Framnäs.** Där blev det tre års utbildning på musiklinjen följt av musikhögskolan i Göteborg och där emellan flytt till Stockholm under ett och ett halvt år som medlem i sånggruppen Family Four Singers.

Elisabeth tog pedagogexamen i sång, sångmetodik och ensemble med påföljande musikerutbildning i improvisation och komposition. Där blev det hårdträning i pianospel och fiolspelet i orkestern fick stå tillbaka.

– Efter det blev min fiol, (byggd i Luleå) oturligt nog stulen och där

**” Jag har aldrig närt en dröm om att bli känd och kändis, däremot att bli erkänd för det jag gör.**



slutade jag tyvärr spela fiol, säger Elisabeth.

I början av 1984 anställdes hon som sångerska och skådespelerska på Dramaten i Stockholm. Hon sjöng och agerade i gycklarkören i Ingmar Bergmans uppsättning av Shakespeares *Kung Lear*. En pjäs hon även fick turnera med runt om i Europa.

På Dramaten blev jag kvar i ett och ett halvt år, berättar hon. Sedan blev jag headhuntad av Sixten Nordström, rektor på Malmö Musikhögskola, berättar Elisabeth. Han hade hört talas om mig, min genrebredd och att jag hade utforskat en sångmetod inom jazz-, pop- och rockgenrerna. Han ville att jag skulle bygga upp Sveriges första högre utbildning i andra genrer än den enda som då fanns, den klassiska.

Andra högskolor, universitet och folkhögskolor ville haka på och under tio års tid reste Elisabeth land och rike runt och hjälpte andra lärosäten att starta upp

liknande utbildningar. I dag är hon befordrad lektor och kan nästa år fira 40 år vid utbildningen i Malmö. Hon tycker fortfarande det är lika lustfyllt och spännande att vidareutveckla sig som pedagog och att undervisa sina sångstudenter och hon planerar att fortsätta i minst tre år till.

Hon har även hjälpt till att bygga upp jazzutbildningar i Vietnam och Kina. Där har hon också gett flera konserter på jazzklubbar och i större konsertlokaler.

**DEN EGNA RÖSTEN**, en lyrisk mezzosopran, håller hon i gång med att öva varje dag.

– Det är viktigt att hålla igång rösterna, speciellt när man blir äldre. Jag har jobbat väldigt hårt, tålmodigt och målmedvetet igenom hela mitt yrkesliv och det är jag stolt över, Du får ingenting gratis, konstaterar Elisabeth.

I sina olika musikerkonstellationer är det viktigt för henne att inte bara vara solisten längst fram

**”Jag har verkligen fått leva mina drömmar och arbeta med det jag älskar mest av allt, musiken”, säger Elisabeth Melander.**

Foto: LEON HAMNEDE



i bandet utan hon vill snarare se sig själv som en i gänget. Hon är noga med musiken och texterna hon framför och med vilka musiker hon arbetar med.

– Mitt hjärta är jazzen och soul-musiken, där gospel och visan är lika viktig, säger hon.

Elisabeth komponerar både text och musik, vilket gett mycket till hennes musikaliska utveckling. Hon har de senaste två åren konserterat en hel del i Frankrike, på festivaler och på jazzklubbar med franska musiker. I sommar och nästa höst reser hon ner igen för att medverka på jazzfestivalen i Nîmes. Hon kan också skryta lite med att hon på Spotifys listor har sju miljoner lyssningar på sin utgivna musik.

**TITELN PÅ PROGRAMMET** som Elisabeth bjuder på i Överluleå kyrka den 25 juli lyder: *I en norrländsk sommarbris*. Svenska texter och toner hand i hand i sommartid med tre av Norrbottens mest kända och väletablerade musiker; förutom Elisabeth själv även basisten Tommy Scotte och gitarristen Håkan Wyöni. Det blir ett finstämt och sommarljuvt program på svenska, där visan och jazzen sammanflätas.

– Jag är så glad över att få ha med mig dessa två Norrbottensmusiker på den kyrkoturné vi genomför i länet under ett par veckor i juli, säger Elisabeth.

Hon återvänder minst två gånger per år till Boden, till mamma och några gamla vänner som finns kvar där uppe, bland annat Åke Sundberg om han är i stan. – Åke introducerade ju mig att vara gästsolist till Bodens Storband några gånger i uppstarten av den långa tradition som sedan blev och det var väldigt roligt.

– Ja, jag har verkligen fått leva mina drömmar och arbeta med det jag älskar mest av allt, musiken, säger Elisabeth Melander.

Men en dröm har hon kvar, att få göra en konsert med en stråkkvartett och jazztrio i vackra Björksalen. Efter alla år söderut känner hon sig fortfarande som norrbottning i själ och hjärta.

– Jag är en stadig norrländsk fura, säger hon med stolthet.

# Njut av sommar i kyrkan



Kom och njut av samvaro och fika i Matteuskyrkan!

## Kom på fika i Matteuskyrkan

» Mellan den 17 juni och den 12 juli med undantag för midsommarafton, har Matteuskyrkan i Södra Svartbyn sommarkafé.

Det serveras hembakat fikabröd, smörgås, glass, kaffe/te och saft.

Kaféet vill vara en mötesplats för alla som är sommarlediga, fikasugna, som vill träffa andra och sitta ner i vår fina trädgård. Vid dåligt väder serveras fikat inomhus. Det finns uteleksaker, lite tidningar att läsa, försäljningsskåp, lek/rithörna och varje dag klockan 12.00 har vi en lunchandakt som du är välkommen att vara med på.

### Sommarkafé

**Datum:** Måndag till fredag från 17 juni till 12 juli (ej midsommarafton).  
**Tid:** 11.00–15.00. **Plats:** Matteuskyrkan i Södra Svartbyn.



## VISSTE DU ATT

»... under tre veckor kommer tio ferieungdomar att arbeta i Sommarkyrkan. De kommer att hålla i andakter på äldreboenden, finnas med i gudstjänster, sjunga, ha aktiviteter för barn och ungdomar och ibland finnas på stan och bjuda på kaffe.



Under tre torsdagar i juli och augusti blir det musik i Överluleå kyrka.

### SOMMARMUSIK

#### Onsdag 5 juni

##### Bredåkers kyrka

18.00 Musik i sommarkvällen  
Blandad musik framförd av Sofia Mikko, violin och sång, och Andreas Printz, piano och orgel. Bredåkers husmodersförening serverar fika.

#### Söndag 23 juni

##### Edefors kyrka

18.00 Musik i sommarkvällen  
Johannes Bergqvist, orgel, piano och sång. Andakt.

#### Onsdag 10 juli

##### Mikaelskyrkan

18.00 Musik i sommarkvällen – Med livlig värma  
Elli Lindgren, sång, Andreas Degerman, sång och piano, Jonas Wasserman, sång och piano. Servering.

#### Torsdag 11 juli

##### Överluleå kyrka

19.00 Sommmusik – What a wonderful world  
Luisa Landewall och Jonas Öberg bjuder på en härlig sommarblandning av kända örhängen.

#### Söndag 14 juli

##### Edefors kyrka

18.00 Med livlig värma – musik i sommarkvällen  
Elli Lindgren, sång, Andreas Degerman, sång och piano, Jonas Wasserman, sång och piano. Servering.

#### Torsdag 18 juli

##### Överluleå kyrka

19.00 Sommmusik  
Musikaliska sommarblomster på saxofon och gitarr. Medver-

kande: Duo Haak/Wester (Niklas Haak, saxofon och Stefan Wester, gitarr). Fikaservering från 18.30.

#### Torsdag 25 juli

##### Överluleå kyrka

19.00 Sommmusik – I en norrländsk sommarbris  
Ett finstämt, härligt och sommarljust program på svenska där visan och jazzen sammanflätas. Medverkande: Elisabeth Melander, sång. Håkan Wyöni, gitarr. Tommy Scotte, kontrabas. Fikaservering från 18.30.

#### Onsdag 31 juli

##### Bredåkers kyrka

18.00 Musik i sommarkvällen  
Andreas Printz spelar och berättar kring musik som framförs på flöjtpositiv, orgel och piano. Andakt. Bredåkers husmodersförening serverar fika.

#### Torsdag 1 augusti

##### Överluleå kyrka

19.00 Sommmusik  
Ett blandat program med klassiskt, visa och filmmusik. Medverkande: Tove Wikström, violin och Teodor Stenlund, valthorn. Pianoackompanjemang: Lena Stenlund. Fikaservering från 18.30.

#### Söndag 4 augusti

##### Edefors kyrka

18.00 Musik i sommarkvällen  
Andreas Printz spelar och berättar kring musik som framförs på flöjtpositiv, orgel och piano. Andakt och servering.



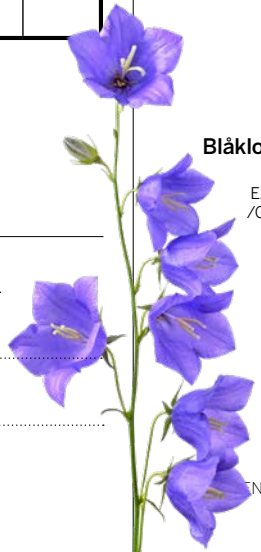
I samverkan med **sensus**



								KUBMATERIAL	SÅG JAKOB I DRÖMSYN	BÄRANDE KONSTRUKTION	SIMFÅGEL
											NICKE NYFIKEN
								TÅNDA EN BRASA			
										ANTA- GANDE	
								VILL VINNARSKALLEBLI			
									TV-PRIS		OM-SORGSFULLT
									OOLONG		
										ONTARIO SMIDER MÅLMEDVETEN	
RISKERA	FLYTA I LUFTEN ERBIUM	BÄDDANER	SES MED HALM OCH HÅR	BELÄGGNING SJO-JUNGFRU	FÖR DE BÄSTA I LANDET			SES MED BONO			
					IAKTAGBÅR			GENRE			
				EKOLOGISK AR MUNTERGÖK OFTA				OLGA ANDERSSON		FICK ADAM OCH EVA LÄMNA	
HÖJER TILL SKYARNA											
		PROCESSION			SKREV LENNON VINDSTÖT						MÄRKE
STÅR BESLUTSAM				GRÄSKAPARE							
					LEVA FRILUFTSLIV			BO FÖRBJUDET GIFT			
ROCKÄRMKORT	KORN I KAR	VARAR INTE LÄNGE	UTAN UNDANTAG KOMMER FÖRST						DRÖMSÖMN		
			FÖRSÄKRAN HIMLAFENOMEN		KATT-VAPEN	SAKNAR CIRKELN				VÅNINGSPLAN	
										KÄND NÄLLE	
KAN INTE VANTA				HÖRS I ETERN		MELODI NÄSPLÅGA			RINNER GENOM TURIN		MELLAN DO OCH MI
FANTASIBYGGNAD								BEHÖVER INTE TUGGAS			
KONFESION			HETER KANSKE KALVENS MAMMA					SORGLÖS PERSON			



**GRATTIS!**  
 Vi gratulerar vinnarna i det senaste korsordet:  
 » Marita Enberg  
 » Kjell Andersson  
 » Henrik Larsson



**Blåklocka.**  
 Foto: EALISA /GETTY

GÖR SÅ HÄR

Sänd in lösningen till:  
 Församlingsexpeditionen  
 Strandplan 25  
 961 34 Boden  
 Vi vill ha ditt svar senast  
 den 31 juli.

» De tre först öppnade rätta lösningarna vinner en presentcheck till en kyrklunch.  
 » Vinnarna får besked per post, och sina namn publicerade i nästa nummer av *Kyrkfönstret*.

Namn: .....  
 Adress: .....  
 Postadress: .....

- » Har du något som du funderat över men inte hittat svaret på?
- » I *Kyrkfönstret* kommer en präst

- att svara på dina och andras frågor.
- » Se information i rutan här bredvid om hur du skickar in just din fråga.

# 4 FRÅGOR

## TILL MAGNUS SORÄNG, PRÄST I MIKAELSKYRKAN

**1** Har du någon gång haft en dröm som haft en djupare betydelse eller ett budskap för dig personligen?

– Ja, ett flertal gånger. I de flesta fall har drömmarna varit tydliga och visat mig vad jag ska avsluta eller lämna i mitt liv.

**2** Finns det några exempel från bibeln där drömmar spelar en viktig roll?

– Det finns många. Ett exempel är när Faraos drömmar tolkas av Josef som en varning om en kommande hungerkatastrof, vilket leder till att många folk både i och utanför Egypten fick lindring i sin nöd.

– Ett annat exempel är när de ”tre vise männen”, alltså alla tre, i en dröm blev tillsagda av Gud att inte avslöja var Jesusbarnet fanns för kung Herodes, eftersom Herodes ville finna och döda detta barn som sades skulle bli den nya kungen.

**3** Tror du att människor i dagens samhälle kan få vägledning eller uppenbarelser genom drömmar på samma sätt som personer i bibeln gjorde, och hur kan vi i så fall vara öppna för sådana upplevelser?

– Jag tror absolut att människor i dag kan få vägledning och / eller uppenbarelser från Gud, liksom de som blivit nedtecknade i bibeln. De drömmar som vägleder och uppenbarar något för människan idag kan ju ha stor betydelse för framtiden, liksom de i bibeln hade.

– Sen måste drömmar prövas genom egen bön och gemensam bön med andra. Självklart är våra



Foto: LINNEÅ KERÖ

” Dröm inte bara sött, dröm trygg i Guds hand för att möta en ny dag.

drömmar subjektiva, men inte obetydliga.

**4** Har du några goda råd till någon som drömmer mardrömmar?

Det är väldigt individuellt vad gäller både bakgrund och upplevelse av mardrömmar. Men jag skulle nog börja med att försöka få riktigt goda sömnvanor, med

regelbundna tider och att försöka lyssna på vad kroppen och knoppen behöver.

– Sen kan varje människa köra en klassiker: Aftonbön. På egen hand eller tillsammans med någon. Be för att Gud skyddar dig och leder dig på mer hoppfyllda vägar där du får ro från dessa mariga drömmar.



### SKICKA IN EN FRÅGA!

Har du en egen fråga till prästen? till våra präster?

» Gå in på svenskakyrkan.se/boden/kyrkfonstret

» Där kan du skicka in din fråga, så är det kanske du som får svar i nästa nummer!

