

Sid 2 | **LEDAREN:** Allemansrätten har också en existentiell dimension. Det som skogen ger är allas. Den generositeten kan tillämpas också i större perspektiv.

TORSDAG 11 AUGUSTI, NR 32/2016



Och så snurrar hjulet igen
Sidan 8

Lojo tror på båda språken
Sidan 16

Svensk blåser liv i Ad Lucem
Sidan 2



Bär är bäst
Sidan 5



Att vara kristen handlar om att tänka annorlunda

De är unga och tror på Gud. Vilma Wasström och Patrick Koski möter ofta fördomar på grund av sin tro. Ändå ser många upp till dem för att de vågar vara kristna.

Sidan 10

Dubbelt upp med konfirmander i Vasa
Sidan 4

Svag och misslyckad?
Det var Petrus också
Sidan 6

Kära Ted och Kaj,
jo, vi behöver hjälp
Sidan 6

LEDARE MAY WIKSTRÖM

När en god myt blev en rättighet

KP ALLEMANSRÄTTEN har en grundmurad ställning bland finländarna. Särskilt i bär- och svamptider kan den närmast rangordnas in bland de grundläggande mänskliga rättigheterna. Indignationen över dem som försökt neka någon att plocka bär eller svamp i deras skogar är ofta stor och väcker rubriker i kvällstidningarna.

Självklar, urminnes. Obestriddig. Rätt – men ändå fel.

Rätten att röra sig på andras marker, plocka bär och svamp, tälta, meta och röra sig över vattendrag utan att be om lov – men med den obligatoriska skyldigheten att inte vålla markägaren eller naturen skada – är långt ifrån självklar.

Den finns i så gott som samma tappning i Norge, Sverige och Finland. Men redan i Danmark existerar den inte. Och i en stor grupp länder, till exempel i Belgien, England, Spanien och Grekland, kan markägaren förbjuda andra att beträda ens ägor, och gör det också gärna med stängsel runt.

I GRUND och botten handlar allemansrätten om fri rörlighet. Var man och kvinna ska ha frihet att ta sig fram från ett ställe till ett annat i skogar och marker utan rädsla för sanktioner. Vattendrag är farvagnar. Vandringsleder och stigar likaså.

Att den sedan utsträcktes till att också ge vem som helst rätten att plocka blåbär och kantareller kom inte heller det självklart. Skrapar man på den "urminnes"-sedvänjan upptäcker man till exempel att de svenska landskapslagarna från 1700-talet ger markägare rätt att kräva böter av dem som beträtt deras marker utan lov. Brottet hade också ett eget namn: smutsgata. Också de som olovligt plockat bär fick böta för det.

I 1800-talets Finland fanns det en generös inställning både till att beträda och utnyttja skogsmark som kunde betraktas som "ingens". Ändå kunde markägare kräva in en del av bärskörden som betalning av plockare. Men när bärplockningen blev en kommersiell faktor och barn och kvinnor började plocka storskaligt för att sälja skörden till Ryssland väckte diskussionen bland markägarna. Skulle vem som helst få göra det? Det var en het fråga bland annat i riksdagen 1888.

ATT DET blev som det blev är salig blandning av pragmatiskt tänkande – det var synd att låta så mycket mat gå till spillo i skogarna – och en något kreativ historieförfalskning som talar om ett tillåtande nordiskt ideal från hedenhös, som kanske trots allt inte fanns.

SLUTRESULTATET blev i alla fall en unik rättighet, som finändarna har all orsak att förvalta som guld. Det ligger, trots allt, något djupt existentiellt i tanken att det som skogen ger är allas. Att skörd som ingen har sätt är för helig för att bli obärgad. Att den som gör det är värd fängsten.

Men lika viktig, kanske ännu viktigare, är rätten att få röra sig framåt, också där vägarna tar slut och förbyts i stiglöshet. Generositeten i allemansrättens tänkande, rätten att få bana sig fram till trygghet, utkomst, slutdestination borde väcka genklang också i makroperspektiv.

"Det ligger något djupt existentiellt i tanken att det som skogen ger är allas."

PROFILEN: PETER BJÖRKMAN

"Även om Jesus agerade i en bestämd tid och plats känns hans ord på ett märkvärdigt sätt som om de utsägs oberoende av tid och rum."

Tror på religionsdialog

Peter Björkman är poesiälskare, bibliotekarie och redaktör som tror på det skrivna ordets förmåga att stävja polarisering och bygga broar mellan religioner och livsåskådningar. Och det behovet finns både i Finland och Sverige i dag, upplever han.

TEXT: EMELIE MELIN

– Jag vill inte ha ett religionskrig, säger Peter Björkman.

Björkman är ny chefredaktör för den finlandssvenska livsåskådnings- och kulturtidskriften *Ad Lucem*, som återuppstått efter en fyraårig paus. Det var efter någon tvekan han tackade ja till att satsa på redaktörskapet när han fick frågan av Christian Lång, verksamhetsledare för Tidskriftscentralen.

Men efter att ha låtit sig övertalas är han nu övertygad om att en sådan tidskrift behövs, både i Finland och Sverige. I ett samhällsklimat där religioner och i synnerhet islam ofta polemiserar behövs dialog mellan religioner och åskådningar, tror Björkman.

Peter Björkman är utbildad bibliotekarie och gymnasielärare i svenska och samhällskunskap. Han jobbar som bibliotekarie i Strängnäs, ungefär en timmes väg från Stockholm. I uppslagsverket Wikipedia beskrivs han som kulturjournalist och poet. Poesi är ett stort intresse – i hans bokhylla finns uppskattningsvis 3 000 diktböcker – men han ser sig mer som redaktör än journalist, trots att journalistiska jobb ofta ingått i redaktörsuppdragen.

– Jag har hållit på med tidskrifter i hela mitt liv, på olika sätt.

De senaste femton åren har han varit redaktör för den finlandssvenska kulturtidskriften *Horisont*; han är medgrundare till *Populär Poesi* och har tidigare va-

rit med i redaktionen för just *Ad Lucem*. Dessutom har han redigerat böcker.

Vad är din koppling till Svenskfinland?

– Min pappa var krigsbarn. Min farfar är från Vasa och jag hälsade på ganska ofta så länge han levde.

En av de första kontakterna med tidskriftsvärlden fick han också i Svenskfinland. Det började med att Björkman genom en vän fick sommarjobb på *Ny Tid*, medan han studerade till lärare i Uppsala. Där skrev han en artikelserie om kopplingar mellan Sverige och Finland. På den vägen blev han tillfrågad om att bli svensk redaktör för *Horisont*.

Att bo i Sverige och jobba för en finlandssvensk publik känns märkligt ibland.

– Ingen människa i Sverige känner till vad jag håller på med. Det blir lite bakvänt, men det är rätt kul också.

Det mest slående med tidskriftsvärlden i Svenskfinland är hur de gamla rötterna har bevarats. Många tidningar med hundraåriga traditioner lever kvar. Det verkar också finnas mer utrymme att behandla ämnen ingående, tycker Björkman.

– Långa redogörelser för ny litteratur och ingående recensioner är något vi inte är bortskämda med i Sverige, att våra böcker tas på sådant allvar, säger han.

Enskildnad mellanländernastidskriftskulturer finns även i tonen och attityden.

PETER BJÖRKMAN har perspektiv på tidskriftsvärlden i både Sverige och Finland. Han tror att det i båda länderna kan behövas en röst som försöker överbrygga klyftorna mellan olika livsåskådningar. FOTO: MARIA BJÖRKMAN.

KYRKPRESSEN REDAKTIONEN

Ansvarig chefredaktör
May Wikström
tfn 040 153 0313
may.wikstrom@kyrkpressen.fi

Redaktionen i Helsingfors
Sandvikskajen 13
00180 Helsingfors
tfn (09) 612 615 49/
040 831 6545
redaktionen@kyrkpressen.fi

Redaktionen i Österbotten
Norrmalmsgatan 21 A,

68600 Jakobstad
tfn 040 831 3599

Redaktörer e-post:
fornamn.efternamn@kyrkpressen.fi

Liisa Mendelin
tfn 040 831 6322
Christa Mickelsson
tfn 040 831 6788
Johan Sandberg
(Österbotten)
tfn 040 831 3599
Sofia Torvalds
tfn 040 831 6748

Nina Österholm
tfn 040 831 6836
Webbredaktör:
webred@kyrkpressen.fi
Layout: Nico Öfverström
tfn 040 831 6902

Utgivare: Fontana Media Ab
Bank: Danske Bank
IBAN: FI34 80001301 158540
BIC: DABAFIHH

Paradbild: Sarah Lönnqvist

Tryck: Botnia Print, Karleby

ADRESSÄNDRING

Kyrkpressen är en gåva till dig från din församling!

I regel uppdateras din adress också i Kyrkpressens adressregister när du gör en flyttanmälan. I annat fall, vänligen kontakta **din församling**. Om du beställer Kyrkpressen privat kontaktar du oss: prenumeration@kyrkpressen.fi.

KYRKPRESSEN ANNONS

Annonsredaktör:
Erika Rönngård
tfn 040 831 6614,
annons@kyrkpressen.fi

Annonspriser:
Färg 2,05 €/spmm
Svart-vit 1,65 €/spmm
+ **Moms 24%**

Radannonser:
4,50 €/rad inkl. moms.
Familjeannonser:
1 €/spmm inkl. moms.

Lämna in din annons på kyrkpressen.fi helt utan extra kostnad.
För familje- och radannonser per telefon, mejl eller post tillkommer 5 euro i serviceavgift.

Annonsdeadline torsdagar klockan 12 veckan före utgivning.

Annonsförsäljning:
fornamn.efternamn@kyrkpressen.fi

Robin Norrbäck,
tfn 044 027 0293,

Jonny Åstrand,
tfn (06) 347 0608,
eller 0500 924 528,
fax (06) 347 1018

Prenumerationspriser:
Finland & Norden 65 €
Utlandet 84 €



PETER BJÖRKMAN

BOR I STRÄNGNÄS OCH ARBETAR SOM BIBLIOTEKARIE I ÅKERS STYCKEBRUK I SVERIGE.

HAR EN FRU SOM HETER MARIA OCH ARBETAR SOM FORSKARE I MEDICIN-HISTORIA, TVÅ BARN SOM ÄR 16 OCH 12 ÅR GAMLA, SAMT EN KATT.

VARIT REDAKTÖR FÖR FLERA KULTURTIDSKRIFTER, NU AKTUELL SOM CHEFREDAKTÖR FÖR AD LUCEM.

LÄSER HELST POESI.

– Det är mera allvar och mindre jakt på sensationer. Det är inte heller så polemiskt som i Sverige. Det kanske är en ankdamm och man vill inte göra sig till ovän med sina kompisar, men jag tycker i alla fall det är trevligt att man inte i onödan slänger skit på varandra, säger Björkman.

En röst för religionsdialog

Det finns inte längre så många tidskrifter kvar som satsar på att främja dialog mellan åskådningar på det sätt som den återuppväckta *Ad Lucem* vill göra, tycker Björkman.

– Den fyller ett tomrum på riktigt och det känns meningsfullt att vara en röst för dialog. Jag vet inte hur mycket man kan nå ut i debatten i dag, men jag tror det finns en nisch och att en del kan vara intresserade.

Björkman upplever att sannfinländare och sverigedemokrater försöker vinna röster genom att ge sig in på det religiösa området och skapa en konflikt mellan kristendom och islam. *Ad Lucem* vill försöka överbrygga polariseringen och fördomarna som finns; bjuda på ett andlig perspektiv som inte grundar sig på någon specifik bekännelse. Tidskriften kommer även fortsätta traditionen att stå för kreativitet och andlighet, på ett liberalt och frispråkigt sätt.

”Jesus är en oförutsägbar person”

Även om det kan kännas bakvänt att börja ge ut en tidskrift på papper i en tid när tidningsbranschen krymper på-

minner Björkman om att tidskrifter om religionsdialog och tro aldrig haft någon riktigt stor publik, ens under tidskrifternas glansdagar på 60- och 70-talen.

– Jag tror att *Ad Lucem*s ämnen fortfarande gör sig väl i pappersformatet. Det blir ju inte ett påkostat fyrfärgsmagasin på ett tag ännu, men jag har en förhoppning att vi ändå ska kunna delta i religionsdebatten både i Finland och Sverige.

Ad Lucem ges ut av en kristen förening, Finlands Kristliga Studentförbund. Vad är din inställning till religion och andlighet?

– Jag kallar mig kristen. Jag har en tro i hjärtat och i ryggmärgen, trots att jag inte regelbundet besöker någon församlingsmöten, gudstjänster eller sammankomster.

Under studietiden i Uppsala fördjupade sig Björkman i kristen tro, bland annat genom en studiecirkel i studentföreningen Credos regi där gruppen bibelvers för bibelvers varje vecka i två års tid noggrant gick igenom Matteusevangeliet.

– Jesus är en väldigt oförutsägbar person som han beskrivs i evangelierna. Man kan till exempel inte säga om han är höger eller vänster. Å ena sidan skall man inte gräva ner sin talent utan förvalta och förmera den, å andra sidan skall månglarna slängas ur templet. Det känns som om Jesus är en högst verklig person som är oerhört temperamentsfull och engagerad. Men även om Jesus agerade i en bestämd tid och plats känns hans ord på ett märkvärdigt sätt som om de utsägs oberoende av tid och rum.

Slefs missionsfest jubilerade

JEPPÖ. Svenska lutherska evangeliföreningens missionsfest återvände 60-årsjubileet till ära till sina rötter i Jeppo. Temat för årets missionsfest var det samma som för den allra första festen som firades där år 1956: ”Vi vill se Jesus.” Festen lockade deltagare från hela stiftet och även från Sverige. På lördagens jubileumskväll nåd-

de besökarantalet 700, berättar Slefs missionsledare **Brita Jern**.

– Vi är nöjda. Missionsfesten är väldigt viktig för Slef. Jag tror den har haft stor betydelse för att upprätthålla intresset för missionen och föra vidare information om missionsarbete till dem som understöder det, säger Jern. Sex hemmavarande mis-



ROSEMARY MUKOKO förde med sig hälsningar från Kenya. Foto: Ove Lillas.

sionärer berättade om det arbete som görs på fältet – från Kenya till Turkiet – deltagarna fick ta emot hälsningar från Kenyas lutherska kyrka och **Ingrid Jern** och **Rut Åbacka** välsignades inför nya missionsuppdrag.

Med anledning av 60-årsjubileet bjöds det också på historiska tillbakablickar och deltagarna kunde glädjas över det arbete som gjorts

under åren. Brita Jern berättar att diskussionerna under missionsfesten i tiden spelat en konkret roll för missionsarbetets utveckling, till exempel när föreningen på 60-talet inledde arbetet på ett nytt missionsfält i Kenya. Sedan 1960-talet har föreningen sänt ut 57 missionsnärer, alltså mer än en per år. I dag har Slef femton aktiva missionsnärer.

EMELIE MELIN



DE SENASTE knappa tjugo åren har ungdomarna i Vasa svenska församling fått vänta ett år längre på konfirmationen än sina jämnåriga i andra församlingar. Äldre konfirmander har gett konfirmandarbetet en annan dynamik, men på bekostnad av kontinuiteten i ungdomsarbetet. FOTO: JOHANNA BACKHOLM

Nu konfirmeras också åttorna

VASA. Det blir dubbelt upp i skriftskolläger detta läsår när Vasa sänker konfirmandåldern. Det är viktigt för att få kontinuitet i ungdomsarbetet, men projektet har krävt mycket planering, säger projektledare Heidi Mäkelä.

TEXT: EMELIE MELIN

Nästa vår och sommar konfirmeras två årskullar i Vasa svenska församling. I höst är det alltså dags för både åttor och nior att anmäla sig till skriftskolan.

Konfirmationsåldern sänks från sexton till femton för att konfirmanderna ska vara på jämlik fot med sina jämnåriga i den finska församlingen och andra församlingar i landet, berättar Heidi Mäkelä som är projektledare i Vasa svenska församling.

En annan viktig orsak är att församlingen vill ha bättre kontinuitet i ungdomsarbetet. I dagsläget blir det ett glapp mellan barnläger och verksamhet som riktar sig till sexor och sjuor, och skriftskolan på nian.

”Vi har också läger på annat håll än vår egen lägergård, vilket innebär högre kostnader. Och så behöver vi vara noga med att koordinera konfirmandarbetet under året.”
Heidi Mäkelä

– Och genom att hjälpledarna utbildas i nian i stället för ettan i gymnasiet får vi också behålla våra hjälpledare lite längre, säger Mäkelä.

Sedan slutet av 1980-talet har ungdomar i Vasa svenska församling blivit konfirmerade det år de fyller sexton, till skillnad från allmän praxis i de lutherska församlingarna där konfirmandåldern är femton.

– Församlingen ville pröva på det och tänkte kanske att de som går i nian är mer mogna, säger Heidi Mäkelä.

Hon tror själv att diskussionerna på ett skriftskolläger kan bli olika beroende på konfirmandernas ålder. Men det är svårt att säga om det verkligen är så; i nuläget når församlingen inte egentligen fjorton-femtonåringar i sin verksamhet. Nackdelen med att ha nior på skriftskolläger har varit att många har sommarjobb och därför haft svårare att passa in ett läger i sin tidtabell.

Många grupper, stort pussel

Att projektet genomförs just nu beror på att församlingens lägergård Alskat blivit renoverad och på att det just i år råkar vara en lite mindre årskull ungdomar i skriftskolåldern.

Det handlar ändå om mellan 260 och 280 konfirmander, mot det normala på ungefär 150, vilket för med sig en del utmaningar.

– Hur utrymmen används behöver planeras väl på förhand. Vi har också läger på annat håll än vår egen lägergård, vilket innebär högre kostnader. Och så behöver vi vara noga med att koordinera konfirmandarbetet under året.

Pusslet med att få in alla i den grupp de önskar blir också betydligt mer krävande än vanligt. Att hitta hjälpledare till lägren tror Mäkelä inte kommer bli något problem. De hjälpledare som vill får möjligheten att jobba på mer än ett läger. Vasa svenska församling brukar också få förfrågningar av hjälpledare från andra församlingar och har nu möjlighet att erbjuda även dem jobb.

Sammanlagt blir det tretton skriftskolgrupper, både dagskriftskolor under vintern och läger på sommaren. De flesta riktar sig till antingen åttor eller nior. Också där det blir blandgrupper kommer undervisningen åtminstone till en början ske i skilda grupper.

– Vi gör så för att det ska kännas tryggt. Det är inte alla som trivs till-

sammans och det kan vara ganska stor skillnad mellan åldersgrupperna.

Hittills har Mäkelä upplevt att reaktionerna på förändringen varit positiva. Många är glada över att konfirmeras i samma takt som jämnåriga kusiner eller kompisar i andra församlingar. De frågor hon fått har mest handlat om praktiska saker, som anmälningstiden för lägren.

SÅ HÄR GÅR DET TILL

- **Nästa år** konfirmeras alla ungdomar födda 2001 och 2002 i Vasa svenska församling.
- **Anmälningstiden** för skriftskolan är 29.8–16.9.2016; konfirmationerna ordnas på våren och sommaren 2017.
- **Åttor och nior** kommer för det mesta att ha undervisning och läger tillsammans med sin egen årskurs.
- **Ett informationsmöte** om sänkningen av konfirmandåldern hölls i våras och för dem som missade det ordnas ett nytt den 23.8; dessutom skickas informationsbrev till hemmen.

KAMPANJ SKOLSTART

Nu välsignas skolbarnen

Inför skolstarten startar kyrkans ettåriga kampanj ”Trygg i din famn”. Kampanjen inleds med välsignelse av skol- och förskolebarn. På webbsidan tryggidinfamn.fi finns information om vilka för-

samlingar i Borgå stift som ordnar välsignelser inför skolstarten.

I Jakobstad välsignas förskolebarn.

– Vi har resonerat om så att det numera är ett större steg att börja i förskola än i skola, berättar **Bernice Haglund-Wikström** i Jakobstads svens-

ka församling.

I Matteus församling välsignas ettorna.

– Barnen har fått en personlig inbjudan och de får gärna komma tillsammans med föräldrar, syskon, mor- och farföräldrar och faddrar, berättar **Catarina Bärlund-Palm** i Matteus församling.

KATOLSKA KYRKAN ÄMBETE

Vatikanen utreder kvinnans roll

Påven Franciskus har utsett en kommission som ska granska möjligheterna för kvinnor att bli diakoner inom den katolska kyrkan.

Kommissionen består av sex män och sex kvinnor från akademiska institutioner i olika delar av världen. Deras huvudsakliga uppgift är att undersöka vilken roll de kvinnliga diakonerna hade i urkyrkan.

Frågan lyftes först fram i maj, när påven träffa-

de systrar från olika katolska ordnar som samlats i Rom till ett internationellt möte.

I dagens katolska kyrka har diakonerna rätt att undervisa, döpa och förrätta jordfästningar. Varlen präst- eller diakonämbetet är i dag öppet för kvinnor.



CHEESECAKE MED bär och choklad är en riktig sommarfavorit – kanske något att bjuda kollegerna på när de återvänder till jobbet efter semestern?

Ta vara på de färskna bären

ÄTA TILLSAMMANS.

Bär är fantastiska eftersom man kan göra så mycket med dem. Sommaren till ära hamnar de i en bärig cheesecake med mörk choklad.

TEXT: **BIANCA HOLMBERG**
FOTO: **ERIKA LINDSTRÖM**

Om någon ber mig nämna det viktigaste och bästa med sommaren och jag bara får välja en sak blir det varken sol, värme eller strandliv. Nej, det blir bär. I år plockade jag de första blåbärens och smult-ronen i slutet av juni och i augusti tillbringar jag helst hela dagarna i blåbärsskogen på farmorsholme. Det här resulterar i att jag under goda år har så mycket bär att de inte bara räcker till den obligatoriska morgongröten utan även till diverse bakverk, bland annat dagens cheesecake.

I boken där jag skriver

upp egna och andras recept finns en sida där grönkåls-soppan har en stor choklad-fläck på sig och både recepten på ananas-chokladmuffins och blåbärscheesecake är garnerade med intorkade, vita fläckar bestående av en blandning av grädde och färskost. Mitt på sidan finns ett ganska rörigt skrivet recept med överskriften "Saras och min gudomliga ostkaka". Sidans utseende avslöjar att jag har bakat den ett antal gånger, men chokladig som den är kan den med fördel lättas upp så här i sommartider. Därför använde jag det receptet som grund när jag uppfann en variant där blåbären och hallonen står för fräschheten och den mörka chokladen för lenheten. Avgör själv, men jag tycker det är en vinnande kombination. Och varför inte testa med att använda jordgubbar, vinbär eller krusbär i cheesecaken? Det har jag aldrig gjort, så de av er läsare som vågar pröva det får gärna meddela mig hur det blev!

CHEESECAKE MED BÄR OCH CHOKLAD

- 200 g blåbär
- 200 g hallon
- 200 g mörk choklad
- 3-4 gelatinblad
- ett par msk vatten
- 3 dl vispgrädde
- 750 g färskost (en del kan bytas ut mot kvarg)
- 2 tsk vaniljsocker
- 2 msk socker

• Blötlägg gelatinbladen i kallt vatten i ca 5 minuter. Vispa färskosten fluffig. Tillsätt grädden och vispa tills smeten är slät och krämig. Smält gelatinet i en kast-rull med ett par matskedar vatten och håll ner det i smeten i en tunn stråle medan du vispar ordentligt.

• Tina eventuella frusna bär och mosa dem, blåbär för sig och hallon för sig. Ta en tredjedel av smeten och blanda med blåbären. Tillsätt en tesked vaniljsocker och en matsked strösocker (eller mer, om du föredrar sötare bakverk). Bred

ut smeten i botten på en form med löstagbar kant, ca 22 cm i diameter. Ställ i frysen i 15 minuter.

• Smält chokladen och blanda med den andra tredjedelen av smeten. Bred ut smeten ovanpå blåbärlagret i formen och ställ i frysen i 15 minuter. Blanda de mosade hallonen med de sista tredjedelen av smeten. Tillsätt en tesked vaniljsocker och en matsked strösocker (eller mer, om du föredrar sötare bakverk). Bred ut ovanpå chokladlagret och låt stå i frysen i 15 minuter. Låt sedan kakan stå i kylen i minst fyra timmar men helst över natten före servering.



KROG HANGÖ

Pastorskansliet blir kafébar

Pub Grönan i Hangö har köpt ut församlingarna ur det gemensamma huset och ska nu introducera en drinkbar i det utrymme som förr var pastorskansli, rapporterar Västra Nyland.

Pastorskansliet har varit till salu sedan år 2013, då Hangö kyrkliga samfällighet lade ut utrymmena till försäljning på grund av det dåliga ekonomiska läget.

– Ett alternativ är att byggnaden blir en kafébar med eget kök, med kafémat och betoning på drinkar, säger krogaren **Peter Stenström** till VN.

PRESIDENTVAL USA

Evangelikala stöder Trump

I valet mellan **Hillary Clinton** och **Donald Trump** har evangelikala kristna i USA till största delen ställt sig bakom Trump, skriver Christian Post. Av vita evangelikala ställer sig 76 procent bakom honom, medan siffrorna ser helt annorlunda ut när det gäller afroamerikanska kristna – av dem stöder 89 procent Clinton.

Majoriteten av de evangelikala pastorerna stöder Trump. Orsaken till Clintons impopularitet bland evangelikala kristna är främst att hon är mer liberal än Trump när det gäller kvinnors rätt till abort.

Med omtanke och värdighet ombesörjer vi allt i samband med begravnings-
ENEBERGS
BEGRAVNINGSBYRÅ
Strandgatan 2, Mariehamn
Tel 19 028 Jour 24 h
www.enebergs.ax
Sedan 1957
Medlem av Finlands begravningsbyråers förbund

BERNYS
CAFÉ & RESTAURANT
Rescarrangörer, föreningar och företag
Kvarkens världsnaturarv är värt ett besök!
Vi står till tjänst med kryssningar för grupper upp till 50 personer inom världsarvsområdet. Kaffe, lunch eller middag i vår restaurang vid Replotbron. Välkomna!
Närmare information och bokningar:
info@berny.fi Tel. 06 352 1200

CoachCompanion
We Change the World
Vill Du bli
**en internationellt certifierad coach,
en coachande ledare eller
intresserar personligutveckling?**
CoachCompanion arrangerar coachutbildningar både för privatpersoner och organisationer i hela Svenskfinland. I vårt utbud finns allt från 2 dagars grundkurs till diplomerings- och certifieringsutbildningar. Våra utbildningar är kvalitetssäkrade av International Coach Federation (ICF).
Vill Du utveckla din organisation eller dig själv?
Vill du ha ett coachande förhållningssätt mot medarbetare, kunder, elever, adepter, dig själv?
Vill du få redskap att lösa och förebygga konflikter?
Läs mera på coachcompanion.fi eller positivelife.fi
Vi svarar jättegärna på eventuella frågor
epost: christine.suvanto@coachcompanion.fi
eller tel 045 847 0443

Spasemester 2 dygn
139€ / pers./2 dygn
• inkvartering i dubbelrum
• 2 x frukost
• 2 x lunch eller middag från buffébordet
• fri tillgång till spabadet och gymmet
• inträde till restaurangdansen
• ledd fritidsprogram må-fre
Gäller varje dag 15.8-31.10.2016.
HÄRMÄ SPA
Vaasantie 22, Ylihärnä
Tfn (06) 483 1600
www.harmaspa.fi

Böcker i nätet allkristet.fi
Och i vänstäderna Karleby & Jakobstad

ELLIPS

Till Ted & Kaj

Den som lyssnar på podden *Ted & Kaj*, utgiven av Svenska Yle, vet att Kyrkpressen var med på ett hörn häromveckan. I poddavsnittet förundrar sig **Kaj Korkeaho** över att nischade tidningar, som Kyrkpressen, hittar något nytt att skriva om varje vecka. Han och **Ted Forsström** spekulerar kring hur ett redaktionsmöte går till här på vår redaktion.



När jag ser mig omkring på en ganska sommartom redaktion – där ingen ännu berättat en enda rolig anekdot från söndagens gudstjänst – kan jag förstå hur de tänker. Ted, vi tycker också att det skulle vara ganska skönt om Gud kunde sända oss lite fräscha idéer varje vecka, helst helt nya uppslag vi aldrig själva skulle ha kommit på.

I själva verket byggs förstås Kyrkpressens produktion på samma premisser som all annan journalistik. Redaktionen utnyttjar sina professionella och personliga kontaktnät; får idéer från sådant vi läser, hör och ser; inspireras av fenomen vi stöter på i vardagen, av människor vi möter.

Ska vi vara självkritiska är det alltså inte så konstigt att Ted och Kaj undrar hur tidningen fylls med material varje vecka. Någon gång borde ju idéerna rimligtvis ta slut. Och att bland en handfull redaktörer hitta det som berör och känns angeläget för läsare i olika livssituationer inom hela Borgå stift känns ännu mer osannolikt.

Så Kaj, eller du som bläddrar i tidningen men inte riktigt hittar något som känns angeläget för just dig, just nu: finns det någon sak, händelse eller människa du skulle vilja läsa om? Då får du gärna kontakta Kyrkpressen, till exempel genom att mejla oss på redaktionen@kyrkpressen.fi.

EMELIE MELIN

Gud har inget B-lag

PSYKOLOGI. Känner du dig otillräcklig och tvivlar på att din kristna tro gör någon skillnad? Gud har varken B-lag eller avbytarbänk och använder oss, inte trots våra misslyckanden utan *på grund av dem*, säger psykologen och föreläsaren Alf B Svensson.

TEXT OCH FOTO: SÖREN VIKTORSSON

Vårt första möte sker i cyberrymden, via en krönika i kristna dagstidningen *Dagen*. På ett roande och samtidigt trösterikt sätt går **Alf B Svensson** igenom hur många av Bibelns centrala gestalter som var behäftade med grava karaktärsstörningar.

”Kanske har du också känt att du passar bäst på avbytarbänken i Guds B-lag när du jämfört dig med kristna som har starkare tro, läser Bibeln och ber mer än du och ser Guds ledning när du tror det är slumpen”, skriver han.

Krönikan träffar mitt i solarplexus och därför möts vi nu en duggregnig lördagsmorgon i Alf B Svenssons hemstad Nässjö.

Det är en skara rätt suspekta personer du skriver om, Alf ...

– Ja, verkligen. Petrus var en riktig fe-gis, skrytsam och ynklig. Elia led av depressioner och ville inte leva. Mose var ingen kommunikatör och hade ett häftigt humör. Han hade aldrig blivit ärkebiskop ...

Ändå blev de centralfigurer i Bibeln?

– Ja, och till stor välsignelse. Kvinnan vid Sykars brunn hade haft fem män och ingen av dem var hennes egen. Efter mötet med Jesus förde hon många till tro. Sackeus var en ekonomisk brottsling som senare blev filantrop och gav bort en stor del av sin förmögenhet.

Alf B Svensson är pensionerad skolpsykolog, författare och flitigt anlitad föreläsare inte minst i familje- och relationsfrågor.

– Jag har varit i Finland några gånger och föreläst i Österbotten. Man får inte samma spontana respons där som i Sverige, men å andra sidan kändes det

verkligen som att det jag sa gick hem.

Teologiskt placerar han sig någons mitt emellan trosrörelsen och liberalteologin.

– Jag är ganska tydlig med att Bibelns värderingar är sunda och vettiga, exempelvis vad gäller att få ett förhållande att fungera.

I sin senaste bok *Våga ge av dig själv* (2015) vänder sig Alf B Svensson såväl till församlingar som enskilda kristna. Dåligt självförtroende och svag självkänsla är vanliga orsaker till att vi inte använder de gåvor Gud har gett oss, skriver han och refererar till sitt eget liv.

– Jag var runt fyrtio när jag skrev min första bok. Den var en kraftfull reaktion på en amerikansk bok som på 70-talet kommit ut i Sverige och hette *Den kristna familjen* och bland annat förespråkade barnaga.

– Första förlaget sågade min text fullständigt. Det andra tyckte innehållet var intressant men att manuset måste skrivas om rejält. Nu har den kommit ut i fjorton upplagor.

Alf B Svensson gör i sin senaste bok boskillnad mellan naturliga gåvor och andliga nådegåvor. De sistnämnda ger Gud till dem som tror. Inte på grund av förtjänst utan, som namnet säger, av nåd.

– Vad jag vill säga är att vi alla har fått gåvor att utveckla och att vi inte behöver känna oss ovärdiga. Det är befriande att se hur Gud så ofta använder just personer som tvivlar, har svag karaktär och misslyckats på olika områden i livet.

Vad kan då en ”kristen självhjälpsbok” ge som en profan saknar? Det problematiska med de sistnämnda är, menar Alf B Svensson, att de spänner vagnen framför hästen.



– De försöker få oss att tro att vi blir lyckliga genom att stå framför spegeln och intala oss hur fantastiska vi är. Men på det viset ska vi inte sträva efter lyckan. Den kommer i stället när vi, med de gåvor vi har, försöker göra vår värld litet bättre.

– Lyckan är alltid en biprodukt. Det bibelord som betytt mest för mig är: ”Den som vill finna sitt liv han ska mista det. Men den som mister sitt liv för min skull han ska finna det.”

Hos oss i Finland har exempelvis **Tommy Hellsten** fått stor publik genom att förena teologi och psykologi.

– Det är rätt märkligt: som kristen kan man i Sverige bli till exempel läkare, sjuksköterska och socialarbetare. Men vi är få kristna psykologer, även om det nu kommer fler i en yngre generation, berättar Alf B Svensson.

– Kanske ansågs det förr att det fanns en risk att som psykolog analysera sönder sin kristna tro. I dag ser vi annorlunda på det.

– Till föräldrar som oroar sig för att deras barn ska mista tron brukar jag säga att det är större chans att få ha dem

”Personligheten är en sorts filter och att vi påverkas på olika sätt. Den som har en känslig personlighet löper större risk att fara illa i en osund kristen miljö, än de som kan slå ifrån sig.”

Grundligt om Bibeln

BOK

Jesusberättelsen – fiktion eller verklighet

Författare: Boris Salo
Förlag: ViBoSa & Semnos förlag 2016

Jesusberättelsen – fiktion eller verklighet är en kompletterad och reviderad version av **Boris Salos** bok från

år 2010. Nu har Salo samarbetat med det svenska förlaget Semnos, ett kristet förlag som ger ut omkring 25 boks titlar årligen. På det här viset har Jakobstadskaplanen Salos bok en chans att nå en större lässkara också i Sverige.

”En av de bästa apologetiska böcker jag läst när man för dagens människor ska försöka förklara om

Jesus verkligen har hänt”, skriver teologen och författaren **Carl-Erik Sahlberg** på bokens bakpärm. Det är så jag föreställer mig bokens presumtiva läsare: den vetgiriga.

Jesusberättelsen är inte en andaktsbok, den är helt poetisk och ibland på gränsen till tråkig i sin omständliga jämförelse och redogörelse för olika Jesus-citat. Däremot är den väldigt informativ. Alla som kallar sig kristna kunde gärna läsa

den helt enkelt för att det finns stunder då man kan behöva förståndiga argument för varför man tror på något som står i Bibeln.

Boris Salo lyckas verkligen belysa det märkliga i att vi – och otaliga andra människor från många andra länder som gått i söndagsskola eller läst bibelberättelser – är så väl förtrogena med livet och vardagen, seder och bruk, i en liten udda kultur som existerade för 2 000 år sedan. Här,

bland dessa människor som trodde på en enda Gud, uppstod en religion som helt skilde sig från alla andra religioner och som trots kompakt motstånd spred sig så effektivt att folk sitter och läser om bröndret i alla jordens hörn än i dag.

Ja, kristendomens uppkomst är helt enkelt en mycket märkligt historia. Välbelagd, men märklig. Framför allt tror jag att Boris Salos bok kan hjälpa dem som är trötta på allt käbbel

om Bibeln, dess historicitet och dess tolkning att faktiskt öppna boken och läsa den. Kanske förmår man inte tro på allt som står där, men visst är det intressant att bara läsa dessa brev och evangelier som är nedtecknade så kort tid efter att riktiga människor (som du och jag) upplevt något som fick deras liv att ta en helt ny vändning. Det är sådant som kan förändra ens eget liv också.

SOFIA TORVALDS



Störst av allt

BOK

När allting faller på plats

Författare: Tommy Hellsten
Förlag: Fontana Media 2016



en präst för att berätta hur illa han mår. Efter fem minuter ursäktar sig prästen och går. Men Hellsten skulle inte vara

Tommy Hellsten, terapeut och författare till moderna självhjälpsklassiker som *Flodhästen i vardagsrummet* och *Ju mindre du gör desto mer får du gjort* har skrivit en bok som han själv kallar den viktigaste i karriären. Det är en sårbar man som möter oss på dessa sidor. En som är villig att berätta om både motgångar och svagheter och den livslånga följeslagaren, rädslan.

Och det är en förunderlig bok. Hellsten vidrör synen, skammen, kärleken och nåden och – framför allt – Gud på ett sätt han inte gjort tidigare. Det här handlar om mötet med Kärleken själv, där livet ska levas. Och att det bara kan levas här och nu, för sådant är kärlekens (Guds) väsen.

Hur kan vi leva i nuet? Och hur ta steget från räds-la in i Guds kärlek? Oavsett vilken sorts brusthet vi individuellt bär på går det att känna igen sig i Hellstens frågeställningar. Att han själv lämnar ut sig så totalt ger dessutom budskapet avsevärd tyngd.

Kyrkan och religiositeten får sig emellanåt en släng, inte minst i en av de mest berörande anekdoterna ur Hellstens eget liv: hur han som femtonårigt barn till en alkoholist äntligen tar mod till sig och uppsöker

Hellsten om han inte också här fann en öppning mot nåden, början på den resa som åtminstone delvis kulminerar i denna bok. Resan mot inre hälsa, mot Gud själv.

Det här är en bok att läsa i stilla koncentration. Texten är bitvis djupt filosofisk på det äkta sättet, det vill säga i form av stora sanningar serverade i skenbart enkel form. Ibland läser jag om en mening flera gånger för att den ska få sjunka in. Det löper trots allt en röd tråd genom Hellstens teser om hur det egentligen är ställt med oss människor.

Att det kräver mod att skriva en sådan bok är klart, och Hellsten verkar ha ett visst behov att förklara sig, i synnerhet inför sina icke-kristna läsare – så tydligt kommer han ur skåpet i egenskap av troende. Men också de kristna får sig en tankeställare, då Hellsten konstant vägrar sätta etiketter på sin tro.

Riktigt alla formuleringar skriver jag själv inte under, men det är inte heller poängen. Hellsten skalar förtjänstfullt bort de yttre detaljer som ofta distraherar och visar i stället på kärnan i den kristna tron som gör den till ”mer” än en religion: Kärleken, Sanningen. Det här är upplyftande läsning för vem som helst.

■ JOANNA NYLUND

plågsammare är minnen från småländska bibelbältet på 70-talet, där många av oss unga blev utsatta för evangelisation i form av påtryckningar inför ”Jesus snara återkomst”.

Hur ser en kristen psykolog år 2016 på sådant?

– Det fanns en väldigt stark auktoritetstro på den tiden, det pastorn sa köpte man till hundra procent. En del hade inte särskilt hög utbildning och var så fastlåsta i sin tro.

– Jag har träffat människor som berättat att deras föräldrar var mer upptagna av att frälsa alkoholister än av att bry sig om sina egna barn. Sådant kan leda till att man som vuxen lämnar kyrkan.

– Jag tror också man ska vara medveten om att personligheten är en sorts filter och att vi påverkas på olika sätt. Den som har en känslig personlighet löper större risk att fara illa i en osund kristen miljö än de som kan slå ifrån sig. Bibeln har ju en sådan otrolig spännvidd – från de ouppnåeliga målen i bergspredikan till löftet i Johannes 3:16 om frälsning åt var och en som tror.



ALF B SVENSSON är en svensk psykolog som blivit känd genom sina böcker *Håll kärleken levande* och *Våga vara förälder*, som har getts ut i flera utgåvor.

kvar i kyrkan om de tillåts komma med sina tvivel.

Tron blir aldrig färdig

Duggregnet har upphört och vi lämnar stadens enda hotell för en prome-

nad till centralt belägna Ingsbergssjön. När vi går förbi ABF-huset (Arbetarnas bildningsförbund red. anm.) minns jag 60-talet och klasskamraten vars frikyrkliga föräldrar förbjöd henne vara med när vi övriga såg på barnteater. Än

PÅ TVÄREN SOFIA TORVALDS

Hurra, det är ett mysterium!

Under sommarlägret i Pieksämäki gick jag på bönekurs med syster Veronica, en dominikanernunna. Ack friden i att dag efter dag få sitta i ett stilla klassrum och lyssna



till hur hon, med fransk accent och djup, lugn röst, talar om Gud.

Sista dagen läser hon en bön till Gud, Treenigheten, som skrivits av Elisabeth av Treenigheten, en fransk karmelitnunna som enligt planen ska helgonförklaras av påven Franciskus i år.

O mina "Tre", mitt allt, min salighet, oändliga Ensamhet, Omätlighet där jag förlorar mig själv, såsom ett byte överlämnar jag mig åt dig, läser syster Veronica.

Lite senare frågar en kursdeltagare varför Elisabeth ber "oändliga Ensamhet" – är inte treenighetens

Gud kanske gemenskapens Gud? Så varför ensamhet? Syster ser förvånad ut.

– Det är ett mysterium! säger hon och knycker uttrycksfullt på axlarna.

– Vi behöver inte förstå! Jag märker att något faller från mina axlar, något tungt som jag inte visste att jag

släpade på.

Det är ett mysterium! Jag behöver inte förstå!

Många av oss har suttit och antecknat under hennes föreläsningar, så som flitiga elever brukar. Också det förbryllar henne lite.

– Den helige Ande är ert minne, säger hon. Anden

påminner er om ni behöver minnas något av vad jag säger.

En börda till faller av. Kanske det faktiskt inte handlar om det jag begriper, det jag minns, det jag kan. Kanske det bara handlar om att speja mot någon som är mer än jag kan fatta.

JOBÅNGEST. Semestern är över och det är ett år till nästa långledighet. Hur ska du orka? Psykoterapeuten Maria Sundgren-Lillqvist funderar tillsammans med Kyrkpressens redaktör på hur du ska hitta kraft och motivation för en vardag som ibland tar mer än den ger.

Hjälp! Hösten är här

TEXT: SOFIA TORVALDS

GOOGLA UTTRYCKET ”tillbaka från semestern” och jag försäkrar dig om att majoriteten av träffarna innehåller ordet ”ångest”. Läser du artiklarna om hur man ska undvika ångest då man återvänder till jobbet kan jag också försäkra dig om att du förr eller senare stöter på en länk till en artikel om hur man ska klara av att inte ha ångest över sin semester.

Är det så att alla avbrott i våra rutiner, alla förändringar, tenderar att skapa stress hos oss?

– Jo, det är svårt med avbrott i vardagsrutinerna, säger Maria Sundgren-Lillqvist, som är kognitiv psykoterapeut.

– Det kan också vara svårt med ledighet för att man inte känner sig behövd. Ändå tror jag att semestern är otroligt viktig för oss alla – att få koppla bort jobbet, kunna slappna av och få mer energi och bli utvilad. I dag kan vi koppla upp oss på nätet och kolla e-posten hela tiden, vi kanske använder samma telefon både privat och på jobbet, och det kan bli ett problem. Då

måste vi vara väldigt strikta med att inte svara i telefon eller kolla mejl under semestern. Och ändå finns det undantag – en del blir kanske mer stressade om de inte läser sin mejl på sommaren.

Samtidigt påminner hon om att det mesta vi gör kansköts av någon annan.

– Bara när vi är mitt uppe i arbetet kan det kännas som att vi är oersättliga.

KANSKE PROBLEMET också handlar om våra förväntningar. Vi förväntar oss att bli utvilade under vår semester och återvända till jobbet a) glada b) energiska c) bruna och vackra och sprängfyllda med underhållande berättelser om det vi gjort. I diskussioner med vänner märker jag att oron och ångesten mest verkar kretsa kring temat: Tänk om min semester varit så stressig att jag inte är utvilad när jag ska börja jobba igen? (Här sammansmälter oron över semesterstress och tillbaka-till-jobbet-stress till en enda stor, hemsk stress.)

Och ibland kan det onekligen kännas så. Jag har under många semestrar varit så stressad över till exempel semesterseglingen (Tänk om det åskar! Tänk om båten läcker efter grundstötning-

en! Tänk om det blåser hemskt hårt!) att jag känt mig fullkomligt utpumpad. Samtidigt känns inte seglingsoron eller oron för ormbett eller åska likadan som arbetsstressen.

Blir vi lika utmattade av alla sorters stress och oro? Är det kanske ändå inte lika farligt att vara jäktad över disk eller över att sommarstugan ska målas som att vara jäktad på jobbet?

– Att diska eller måla huset eller segla kan ändå vara en sorts vila, oftast är det ändå inte lika ansvarsfullt som vårt avlönade arbete. Men just när det gäller hushållssysslor kan vi försöka fördela dem mer rättvist också på stugan eller i båten, se till att andra kan hjälpa till, eller försöka låta bli att göra det så invecklat, säger Sundgren-Lillqvist.

– Många säger också att när de har semester har de extra mycket tid att äta ute eller fundera på vad de kunde köpa. Det innebär att semestern också kan leda till en ekonomisk stress.

Mår vi då bäst av vardagens rutiner?

– Jo, speciellt om vi har psykiska utmaningar. Helger tycker många är

SPRINGA i hjulet i ett år till, fram till följande semester? Många fylls av fasa av bara tanken. FOTO: ISTOCKPHOTO.

jobbiga, speciellt jul och nyår. Under helger kan man verkligen känna sig ensam. Julen till exempel är så familjecentrerad att det är smärtsamt om man inte har någon att fira med. En del tycker att sommarsemestern är jobbige för då förväntas du vara glad och lycklig och gå lättklädd och visa dig ute. Då kan det kännas väldigt skönt att det blir höst – då är det okej att ligga på soffan och läsa böcker och gå i stora bylsiga kläder. Man behöver inte blotta sig, säger Maria Sundgren-Lillqvist.

SJÄLV TYCKER jag oftast att det är okej att återvända till jobbet efter semestern. Det är någonting väldigt upplivande med hösten, nånting som luktar ny garderob, vassa blyertspennor och nya ansatser. De flesta av oss förknippar hösten med en ny skolväska och en känsla av att någonting annorlunda kommer att hända. Man vet ju aldrig! Kanske någon ny börjar i klassen, kanske man har lämnat sin dåliga hy efter sig under sommaren, kanske man vuxit och blivit en bättre människa?

Borde vi aktivt försöka inleda något nytt





på hösten om vi känner oss nedslagna och oroliga? Språkkurs till exempel? Börja sjunga i kör?

– Jo, det kan nog vara en god idé. Om du i många år tänkt att du vill sjunga i kör är det kanske nu du ska börja, den här hösten. Hösten är en tid då du vill pröva på någonting annorlunda och nytt.

KÄMPAR DU med motviljan att återvända till ett arbetsliv med alltför mycket tjo och stäm kan du ha nytta av att läsa **Susan Cains** bestseller *Quiet*, som handlar om att vara introvert i en extrovert värld. Cain skriver att många introverta personer är så vana med att må lite dåligt hela tiden – de har ju ofta kämpat sig igenom både grundskola och gymnasium och senare studier med stor vända över de sociala kraven – att de av bara farten fortsätter med att göra saker de inte mår bra av.

Sedan sitter de där efter många år, frustrerade och trötta, och undrar: varför mår jag så dåligt? Varför valde jag inte att göra något annat med mitt liv? Jag påminns om min mamma, som för många år sedan hade ett

”Finns det någon rutin jag kan slippa? Kan jag prata med min chef eller förman om en förändring, finns det kanske något annat jag kunde göra?”

Maria Sundgren-Lillqvist

jobb hon vantrivdes med så mycket med att hon varje morgon efter att ha parkerat utanför jobbet satt i sin bil i en halv timme och försökte övertala sig själv att kliva ur den. Så ska ingen av oss behöva ha det!

Frågan som infinner sig är: Hur ska jag då veta vad jag ska göra med mitt liv?

Susan Cains svar är: fundera på vem du är avundsjuk på. Kanske du vill göra samma sak som den personen?

Om någon verkligen känner starkt obehag inför att återvända till jobbet, hur ska hon då veta när det definitivt är dags att gå vidare? Och till vad i så fall?

– Håller det i sig länge, då måste man göra en förändring. Samtidigt är det ju ett faktum att de flesta av oss ibland känner så inför vårt jobb: nu orkar jag inte med det här längre, nu skulle jag vilja vara postiljon i ett halvt år. Den känslan går kanske över. Men är den ihållande, om man inte kan påverka sin arbetsituation och vantrivs både med arbetsuppgifter och kolleger, då ska man nog fundera på en nystart också på det planet. Man kan kanske börja pejla läget: finns det något annat jag

kunde göra, finns det dörrar som kunde öppnas för mig? säger Maria Sundgren-Lillqvist.

Hur kan man då veta om det verkligen är så att jobbet är vidrigt och inte går att stå ut med – eller om det handlar om att det är jag som mår dåligt?

– Det kan du testa med att byta jobb en gång. Fortsätter samma känsla på en annan arbetsplats handlar det kanske om dig själv. Och om det handlar om dig själv är det viktigt att jobba med dig själv och fråga vad det är som gör att du mår så dåligt på jobbet.

Hur länge ska man då vänta ut en känsla av kraftigt obehag inför sitt arbete?

– Kanske ett halvt år. En månad är en ganska kort period, tre månader är lite längre, men ett halvt år är en bra period. Väntar man i ett år har man kanske redan hunnit gå i väggen. Då är det klokare att kliva av innan man kör in i den. En vän till mig sa att man kan tänka på sitt jobb så här: Kan jag tänka mig att jobba så här i fem år framåt? Fyller tanken mig med ångest? Eller känns det att det är okej, att jag rätt ångest-

fritt kan tänka mig att vara på samma plats ännu fem år senare. Då är läget kanske helt okej.

DEN SOM lider av tillbaka-på-jobb-ångest brukar få rådet att ta det lugnt, börja försiktigt och göra en sak i taget – och givetvis tänka över om det finns något med jobbet som går att förändra.

– Finns det någon rutin jag kan slippa? Kan jag prata med min chef eller förman om en förändring, finns det kanske något annat jag kunde göra? Eller kan jag själv göra något på ett annat sätt? Varje dag kan jag tänka efter om jag kunde hitta ett guldskrud med min dag, något jag klarade efter att ha suttit och kämpat en lång stund. Det är viktigt att ge positiv feedback både till sig själv och andra, säger Sundgren-Lillqvist.

Själv föreslår jag en sak till: skäm bort dig själv! Åk på en kort resa, stäm träff med någon du gillar att umgås med. Gör något du verkligen gillar. Åt choklad. Skaffa barnvakt/hundvakt och gör något du aldrig gjort förut.

Bestig ett berg. (Det behöver inte vara högt.)

Coolt att tro på Gud

UNG OCH KRISTEN. De är helt vanliga unga som prioriterar och tänker annorlunda. Trots fördomarna brukar folk se upp till Vilma och Patrick för att de vågar tro.

TEXT OCH FOTO: SARAH LÖNNQVIST

Heta debatter om tro och vetenskap. Nyfikna frågor, ibland hänfulla kommentarer. Även stereotypa uppfattningar om att alla kristna är tråkiga och sitter hemma och läser Bibeln på en fredag kväll. De här är saker som **Vilma Wasström**, 19 och **Patrick Koski**, 21 ofta råkar ut för på grund av sin tro. De är båda kristna och församlingsaktiva, men lever ändå ett helt vanligt liv som vilken som helst ung människa i dag.

Varför är du kristen?

– Jag behöver någonting att tro på. Världen skulle kännas tom utan en högre makt, och för mig är kristendomen det mest logiska sättet att förklara min verklighet, säger Wasström.

Både Wasström och Koski kommer från familjer där föräldrarna nog hör till kyrkan men inte varit särskilt troende eller aktiva inom församlingen. Som liten sjöng Wasström i församlingens barnkör men förstod ännu inte då vad sångerna handlade om. Det var under skriftskolan som hon för första gången gav tron en möjlighet. Nu har hon varit församlingsaktiv i fem år, och tron är en process som hela tiden för henne framåt.

Den minnesbild av kristendomen som Koski har från sin barndom omfattar huvudsakligen skolans obligatoriska jul- och värkyrkor. Ännu efter att ha gått skriftskolan tyckte han att det hela med tro och Gud var ganska fånigt och ointressant, men under hjälpledarutbildningen kom en vändpunkt.

– Det var då jag tog fram pusslet, då jag verkligen började fundera på vad jag egentligen tror på. Sedan dess har bitarna sakta men säkert börjat falla på plats, berättar Koski.

Både Wasström och Koski har varit aktiva i sin hemförsamling Matteus ända sedan de blev konfirmerade. För Wasström är det främst medmänniskorna som gör att hon vill vara med.

– Genom församlingen har jag fått vänner i alla åldrar, och speciellt under sommaren är det naturligtast att träffa dem på skribaläger eller i andra kyrkliga sammanhang. Det känns så lätt att umgås med människor som delar samma tro, säger Wasström.

– Församlingen och kyrkan utgör också en trygg plats där man alltid känner sig välkommen och där alla respekterar varandra, tillägger Koski.

Hur syns kristendomen i din vardag?

– Jag försöker hitta svar på svåra frågor och utveckla mina egna åsikter om dem, samtidigt som jag följer de principer och värderingar jag redan uppfattar som viktiga, berättar Koski.

Wasström visar genast upp sitt kors, som hon bär varje dag. Utöver det fy-

”Jag prioriterar ibland kyrkan framför en kaffedejt med kompisarna. Någon annan kanske kan tycka det är konstigt.”

Vilma Wasström

NÄR VILMA Wasström och Patrick Koski berättar om sin tro brukar folk vara positiva och nyfikna.

”Nuförtiden är folk främst intresserade och ser upp till mig för att jag är kristen.”

Patrick Koski



siska kännetecknet strävar hon i vardagen efter att följa den gyllene regeln så långt som möjligt. Dessutom tillbringar både Wasström och Koski mycket tid i församlingen, ofta i samband med ungdomsevenemang och gudstjänster eller bara för allmänt häng kryddat med intressanta diskussioner.

– Jag prioriterar ibland kyrkan framför en kaffedejt med kompisarna. Det kanske andra kan tycka är konstigt, men för mig är församlingen en viktig del av vardagen, säger Wasström.

Känner du dig annorlunda som kristen?

Både Koski och Wasström tycker att livet som kristen ungdom inte skiljer sig speciellt mycket från livet som icke-troende. Det handlar främst om prioriteringar, menar Wasström.

– Vårt samhälle har ju till stor del si-

na rötter i kristendomen. Därför är de moraliska uppfattningarna ganska lika oberoende om man är kristen eller inte, säger hon.

Möter också fördomar

När Wasström och Koski berättar för någon att de är kristna och tror på Gud brukar människor vara positivt inställda. Alltid är det ändå inte så. ”Jaha, så du är alltså emot samkönade äktenskap?” ”Du håller säkert på med en massa skumma ritualer i källaren därhemma?” – sådana fördomar stöter de ibland på i vardagen.

– I högstadietiden var det värre. Då brukade folk tycka att jag var konstig som var med i hjälpisutbildningen och funderade på djupa frågor. Nuförtiden är de främst intresserade och ser upp till mig för att jag är kristen, säger Koski.

Wasström upplever ändå att folk ofta

har en viss uppfattning om hur en kristen människa borde bete sig. När hon sedan inte motsvarar deras stereotypa uppfattning till punkt och pricka är det lätt hänt att folk retar upp sig.

– Ibland när jag spontant utbrister ”Herregud!” kan jag få kommentarer i stil med ”inte kan du ju säga så där, du är ju kristen”, berättar hon.

Koski menar att folk också verkar ha en uppfattning om att alla troende människor är tråkiga. Att han följer med ut till krogen på veckoslutet är därför någonting som överraskar många.

– Att jag fester och dricker alkohol precis som många andra jämnåriga får också vissa att tro att jag inte tar min tro på allvar. Att jag både är ung och kristen, och också lever enligt det, verkar vara svårt för många att få att gå ihop, säger Koski.

UR EVANGELIET

”Gå nu, jag skall själv vara med dig när du talar och lära dig vad du skall säga.”

Läs mera i
2 Mos. 4:10–12

OM HELGEN

Hela mig, så blir jag hel

Den här söndagen kommer Gud till vår undsättning. Mose bekymrar sig över sin verbala förmåga och Gud svarar med att utlova ett helande. Paulus å sin sida får sin förmåga att känna tillit helad.

Guds helande kan ske mycket konkret – i våra fysiska kroppar – men det stannar inte där. Gud kan hela också vår inre brustenhets: vår brist på tillit, vår sårade självkänsla eller vår förmåga att älska.

RUNT KNUTEN

”Välsignelse av förstaklassister”

Söndag 14.8 klockan 18 i Sibbo kyrka.

Söndagseftermiddag med sång

av Kristoffer och Håkan Streng, allsång.
Välkommen till Pörkenäs 21.8 kl 15.
Kaffeservering



INSIDAN

Ansvarig redaktör:
Liisa Mendelin,
040 831 6614,
annons@kyrkpressen.fi

Annonsera i Kyrkpressen!
Robin Norrbäck 044 027 0293, robin.norrback@kyrkpressen.fi
Jonny Åstrand 050 092 4528, cjcenter@malax.fi
Kyrkliga annonser: 040 831 6614, annons@kyrkpressen.fi

BETRAKTELSEN STEFAN FORSÉN

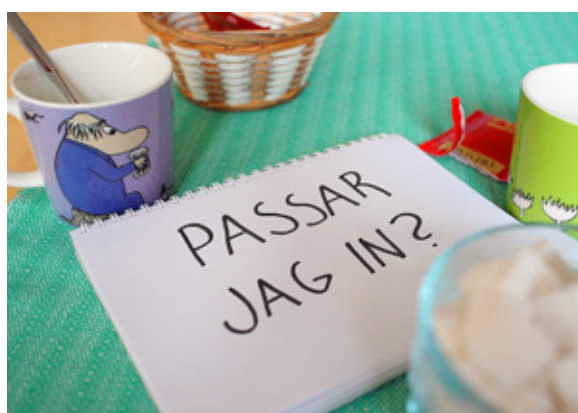


FOTO: EMELIE MELIN

Gemenskap för halvfärdiga

–JAG HAR INGET behov av att dricka kaffe med äldre damer, sa en man en gång när jag frågade om han hade någon kontakt med sin församling. Hans uppfattning av vad kyrkan är färgades, som för så många andra, av fördomar, men tyvärr även av erfarenheter.

Vem utgör egentligen kyrkan? Ber man någon beskriva kyrkan och dess medlemmar blir bilden ofta rätt tragisk. Kyrkan är en samling människor som betar sig som om de var helgon, som har konservativa åsikter i de flesta frågor. Kyrkan lever i en förgångentid och har ingen förståelse för vetenskap och vår tids utmaningar.

En sådan organisation tror jag att de allra flesta vill fly från. I själva verket är det en helt felaktig bild av vad kyrkan ska vara.

När två människor, som var och en på sitt håll har insett att de har handlat fel mot Gud och mot människor, att de har medverkat till att göra livet mindre värt att leva – när de två personerna möts och förstår att ingendera kan ställa sig till domare över den andra eftersom båda har lika del i världens synd: då blir kyrkan till!

Kyrkan är en gemenskap av människor som inte kan döma andra, för de har insett sina egna brister och sitt eget stora beroende av att få förlåtelse av kyrkans herre: Jesus.

Varför kan kyrkan då verka så tragisk? Kanske just för att det inte är helgon som befolkas kyrkan, utan bristfälliga människor med maktbehov, stolthet, själviskhet... Men förhoppningsvis är kyrkan inte enbart bristfällig. Dess medlemmar drivs ändå av vissheten att man inte behöver framhärda i sina synder när de en gång är avslöjade. Man kan överge dem och börja på nytt.

Så. Kyrkan är inte en samling bättrevetande helgon som föraktar de svaga. Nej. Kyrkan är en samling halvfärdiga, sökande, tvivlande människor, som drivs av en gemensam längtan att bli befriade och älskade av Jesus, och av en gemensam strävan att förstå honom. Kyrkan är också en tillvaro som ger mod att leva och som trots alla brister förverkligar en hel del av sin herres vilja. För vi har inte en ointresserad, distanserad Gud. Utan en närvarande och engagerad Gud. Som nog får till stånd en hel del gott genom sina lärjungar.

Sådan är kyrkan.

Stefan Forsén är kyrkoherde i Matteus församling.

I KLARSPRÅK

Självård är kyrkans omsorg om den enskildes andliga väl.

Ett självårdande samtal behöver inte handla om ett specifikt andligt problem, utan kan också beröra flera vardagliga saker som relationer eller ångest.

Den som behöver självård kan fråga om möjligheter till självård i sin församling eller vända sig direkt till en familjerådgivare eller sjukhussjälvårdare. Också lekmän kan ge självård.

HELGENS TEXTER

FÖRSTA LÄSNINGEN
2 Mos. 4:10–12

ANDRA LÄSNINGEN
2 Kor. 3:4–6

EVANGELIUM
Mark. 7:31–37

Trettonde söndagen efter pingst. Temat är Jesus vår helare.

PSALMFÖRSLAG

174, 481, 278, 224.

Psalmerna är valda av Dag-Ulrik Almquist.

SKRIBA FÖR VUXNA

När kroppen äntligen landat i semesterläge kommer sakteligen också huvudet ikapp. Men vem var egentligen den där typen du brukade vara innan vardagens diskberg rasade över dig? Vad ville du? Vad drömde du? Vad trodde du på?

Under sommaren skriver **Stefan Forsén** från Helsingfors en serie reflektioner kring en spirande tro i vuxen ålder. Han tar avstamp i de tankar han möter hos föräldrar till ungdomarna i församlingens skriftskola.

KALENDERN 12–18.8

ÅBOLANDS PROSTERI

☛ VÄSTÅBOLAND Pargas församlingsdistrikt:
Sö 14.8 kl.10: Högmässa i kyrkan, Grönqvist, Metsätähti.
Må 15.8 kl. 18: Välsignelseakt för årets förstaklassister, Wikstedt, Eklund–Pelto, Ollila.
On 17.8 kl. 18: Veckomässa i kyrkan, Wikstedt, Ollila.
Nagu kapellförsamling:
Sö 14.8 kl 11: Finskspråkig mässa i kyrkan, Kjell Granström, Markus Ollila.
– **kl 14 Högmässa på Nötö, Kjell Granström, Markus Ollila.**
Korpo kapellförsamling:
Sö 14.8 kl.11: Högmässa i kyrkan, Killström.
Houtskär kapellförsamling:
Sö 14.8 kl.11: Finskspråkig högmässa i kyrkan, Heikkilä, Heikkilä.
Iniö kapellförsamling:
Ingen gudstjänst i Iniö denna vecka.

☛ ÅBO

Sö. 14.8: kl. 12 Högmässa, Borgmästarkoret (Domkyrkan). Björkgren, Danielsson.
ti. 16.8: kl. 18 Tyst meditation, Aurelia.
ons. 17.8: kl. 13–15 Sommarcafé, Aurelia.
kl. 18: Välsignelse av skolstarten, Aurelia. Björkgren, Danielsson.

ÅLANDS PROSTERI

☛ HAMMARLAND
13 sö e pingst 14.8: Sammanlyst kvällsgudstjänst i Eckerö kyrka kl 18. Ingemar Johansson och Carl-Micael Dan.

Under juni-aug enkel servering i vapenhuset

☛ JOMALA

Sön 14.8 kl. 11: högmässa m. konfirmation Ång.
Ons 17.8 kl. 19: Musik i sommarkvällen Erlandsson.

☛ MARIEHAMN

14.08 Högmässa: kl. 11, J-E K, J D, Johan Emanuelsson – violini. Kyrktaxi mot beställning, tfn 19500.

☛ SUND-VÅRDÖ

Söndag 14.8 kl. 11.00: Gudstjänst i Vårdö kyrka. Ewert Gustafsson, Kent Eriksson.
www.sund-var doforsamling.fi

NÄRPES PROSTERI

☛ KORSNÄS

Sö 14/8 11.00: Gammaldags gudstjänst på gårdstunet mellan Hembygdmuseet och Prästgårdsmuseet (vid dåligt väder i

kyrkan). Hur gick det till 1920? Vilka tankar och stämningar rådde? Medv. Kyrkokören, Deseré Granholm, Jasmine Nedergård, Hanna Östman, Guy Kronqvist, Anita Ismark, Kerstin Sjöstrand m.fl. Efteråt kaffeservering. Kom gärna i folkdräkt eller gammaldags kläder om du har möjlighet.
Sö 21/8 11.00: Högmässa i Kyrkan. Konfirmander från år 1966 inbjuds till 50-årsjubileum.
On 31/8: Hemlig utfärd. Start i Molpe 8.30, Korsbäck 8.40, Korsnäs församlingshem 8.50, Harrström 9.05, Smedbacken 9.10, Taklax 9.15. Något gott, något intressant, något nytt och gott sällskap! Pris 40 euro. Hemkomst cirka kl. 18. Anmälan till Pastorskansliet, tel. 044–4101800, senast to 25/8.

☛ KRISTINESTAD

kristinestadsvenskaforsamling.fi
Gudstjänst: sö 14.8 kl 12 i K:stad, Norrbäck, Nilsson
Gudstjänst: sö 14.8 kl 18 i Salteriet/Kilen, Norrbäck, Nilsson, kyrkkaffe

☛ NÄRPES

www.narpesforsamling.fi
Närpes
Sö 14.8 kl 12: Gudstjänst, J.Snickars, S.Erikson
Sö 14.8 kl 18: Församlingsafton på Fagerö, Allsångsgillet, Thorolf Westerlund, Johan Pätt m.fl., T.Ingvesgård, J.Snickars, S.Erikson
Övermark
Sö 14.8 kl 14: Gudstjänst, J.Snickars, S.Erikson
Pörtom
Sö 14.8 kl 10: Gudstjänst, J.Snickars, G.Lindén
To 18.8 kl 20: Musik i augustikvällen. Bernt Nylund (Sverige) violini, G.Lindén sång, Johan Lindén och S.Lindén ackompanjemang

KORSHOLMS PROSTERI

☛ BERGÖ

Sö 14.8 kl 14: Gudstjänst, Björklund, Brunell.
Församlingspastor Cay-Håkan Englund har semester 10.8–8.9.
Vikarie 10–11.8 är kyrkoherde Guy Kronqvist, och 12.8–8.9 kyrkoherde Mats Björklund.

☛ KORSHOLM

Gudstjänst: sö kl 10 i kyrkan och kl 12 i Smedsby förs.gård, Berg, Westerlund.
Musik i augustikvällen: sö kl 20.20 i kyrkan, musikalisk afton med glimtar från skivan ”Faust”, Manfred Gräsbeck violini, Majja Lehtonen orgel, andakt Rune Lindblom. Skivitgivningskonsert.

☛ KVEVLAX

Skymningsmusik: to kl 21 i kyrkan, Johan Emanuelsson, violini, Judit Deáki, spinett. Andakt Emilia Kuni. Kollekt och servering.

Högmässa: sö kl 10, Emilia Kuni, André.
Mathjälpn: må kl 10 i ds.
Skymningsmusik: to 18.8 kl 21, Sirkka-Liisa Jussila-Gripentrog, orgel.
Prosteriets pensionärsutfärd: till Alskat lägergård ti 30.8. Nattvardsmässa med Rune Lindblom o Yngve Svarvar. Dagens gäst Ann-Mari Strang. Lunch och kaffe. Pris 10€. Anm. senast 22.8 till pastorskansliet 3462300 el. kvevlax.forsamling@evl.fi

☛ MALAX

Gudstjänst: sö 14.8 kl 10 i kyrkan. Norrbäck, Brunell.
Symötesutfärd: till Replot 25.8. Anmäl till kansliet, 050–462 9575, senast 15.8. Vi startar 9.30 från FH och 9.45 från KH. Vi besöker Sommaröhallen, Björkö kyrka, Mårtes gårdsmuseum och Svedjehamn med lunch på Salteriet. Hemkomst ca 17.

☛ PETALAX

Gudstjänst: sö 14.8 kl 11 Björklund, Brunell
Sommarsamling på Tiströnskärr: on 17.8 kl 19 Gäst: Boris Sandberg. Björklund, Brunell, servering, taxi
Skymningskonsert i Kyrkan lö 20 8 kl 19: David Strömbäck, Stefan Janson, Egon Veevo, Per Göthelid och Victor Strömbäck. Fritt inträde – kollekt för församlingens musikverksamhet.

☛ REPLIT

Hela kyrkan sjunger: Björköby lö 13.8 kl. 19. Medv. KU:s projektkör, KU:s dragspelsorkester, dir. Harry Kronqvist, trumpet solo Steve Jonsson, solosång Eva Vassborr, tal Peter Kankkonen. VÄLKOMMEN
Högmässa: i Replot sö kl. 10. G. Kaski, M. Warg, M-L. Örn. Kyrkkaffe för 50-års konfirmander i försh. efter högmässan.

☛ SOLF

Högmässa: sö kl 10, Audas-Willman, Wargh.
Prosteriets pensionärsutfärd: till Alskat lägergård torsdag 1.9. Buss avgår från Solf frs. hem kl. 9.45, pris 10€. Anmälan senast 25.8 till pastorexpeditionen, tel 06 344 0026 eller G-L Landgårds, tel 050 541 4740

☛ VASA

TREFALDIGHETSKYRKAN
Aftonmusik: to 11.8 kl 19.30 (Konstens Natt) Pertti Ahonen, saxofon, Mikael Heikius, orgel. Fritt inträde.
Parkgudstjänst: sö kl 13 i kyrkparken. Stefan Sigrifids, Roger Andersson, Mikael Heikius. Sångprogram. Servering. Ifall av regn hålls gudstjänsten i kyrkan.
DRAGNÄSBÄCKS KYRKA
Utomhusgudstjänst: sö kl 11 vid Västervik bustuga. Hänninen, Andersson.

Gott och Blandat...



- Elinstallationer
- Felsökning och reparationsarbeten
- Elmaterial

Kontakt: Linus Uneholt
linus@unevolt.fi
tel: 040-1663522

SIMHALLEN ÄR ÖPPEN



Biljettförsäljningen avslutas 1 h 15 minuter före stängning.

onsdag 10.8-28.8

må 6:00-21:00
ti 8:00-21:00
ons 6:00-21:00
to 8:00-21:00
fre 6:00-18:00

MÅN, ONS, FRE

06.00 - 08.00 MORGONSIM

Bokning av Idrottsutrymmen

<http://bokning.jakobstad.fi>

29.8-22.12

må 6:00-21:00
ti 8:00-22:00
ons 6:00-21:00
to 8:00-22:00
fre 6:00-21:00
lö 8:00-18:00
sö 8:00-19:00



Flyvägen 123,
66290 Harrström

Tel. 050-492 7373
www.appelgarden.fi

RESTAURANG
STENBRYTAREN
KORSNÄS 06/3641 152
WWW.STENBRYTAREN.FI

- * Kaffe * Bakverk * Lunch * Pizza * Grillmat * A la carte *
- * Tårter * Catering * Möten * Barnkalas * med mera *

Vill du också ha nya fina tänder?

I så fall är du i gott sällskap. Över en miljon människor i hela världen har fått egna tänder igen med implantat-systemet Brånemark System®. Tänder där vi ersatt den naturliga tandroten med tandimplantat och som både ser ut och känns som dina egna tänder. Vi har lång erfarenhet och arbetar för kvalitet. Därför har vi valt Brånemark System®. Vi utför även sedvanlig tandbehandling, tandreglering, kronor, broar, proteser och estetisk tandvård.

implantatmetoden



Nobel Biocare

Vill du veta mer om Dina möjligheter att få egna fasta tänder?
Ring oss tel. 06-312 7114
0400 669 434
Vasaespl. 15A, Vasa
Leg.tandläkare
Christel Jåfs
Leg.tandläkare, implantolog
Alireza Hajitaheri

TRELLEBORG TÄTNINGAR
för dörrar - fönster...

GUMMI-JÄRVINEN AB

Flemmas, remakivor, slangar, O-ringar, stefa-tätningar, mannehjul, lyftbälten, tejp.
Tegelbruksgatan 47, 65100 Vasa, 06-317 4044, 317 2629, fax 06-312 6268
www.kumi-jarvinen.com

PrePrint

Försäljning
Tryckning
Brodering
Textiler
Reklamgåvor

Tel: 06 722 1259
info@preprint.fi
66900 NYKARLEBY

Molière

TARTUFFE

FÖRFÖRINGENS HÖGA VISA

Regi KARI HEISKANEN



PREMIÄR
8.9

I rollerna ASKO SARKOLA • SIXTEN LUNDBERG
CARL-KRISTIAN RUNDMAN • PIA RUNNAKKO • TOM WENTZEL
ÅSA WALLENIUS • JOACHIM WIGELIUS JON HENRIKSEN
MINNI GRÄHN • TOM REJSTRÖM • LILLI SUKULA-LINDBLOM

Nicke
LIGNELL

Joachim
WIGELIUS

Pia
RUNNAKKO



PREMIÄR
2.11

Daniel Glattauer

Mirakelmetoden

EN RELATIONSKOMEDI

Regi MARINA MEINANDER & KIRSI PORKKA

Biljettbokning tfn (09) 3940310
Eriksgatan 2, må-fr kl. 9-18,
lö kl. 12-18 och ticketmaster.fi

lillateatern.fi
HELSINGFORS STADSTEATER

VÄLKOMMEN TILL
Lilla Teatern

INKAST MARIA SUNDBLOM-LINDBERG

Hur mår du?



HUR GÅR det? Hur är det? Hur har ni det? Det skulle vara intressant att kolla upp hur många gånger man frågar och svarar på just de här frågorna mellan juni och augusti. I bybutik, på bryggan, på stan, på konserten, på auktionen, på stranden, på klassfesten och på släktfesten ...

Ibland är jag helt matt av alla snuttmöten och minnutkonversationer som ett julibesök i hemstaden alltid innebär. Vi både frågar och svarar snällt och formellt. Ofta av artighet, men utan ärlighet. Ingen är ju förstas skyldig att i kassakön redogöra för sin ekonomiska stress eller oro för vilda tonårs-söner, men jag upplever också att den som frågar inte alltid är beredd på svar som går utanför semester och väder.

Så om det inte går så bra och om man mår sämre så skickar man gärna någon annan att handla och väljer blåbärsskog i stället för folkfest, för det känns ofta väldigt bra att finnas mitt i sommarsorlet och inte kunna skratta. För det är svårt att skratta när man inte har sovit på några månader.

Smalltalk är fysiskt omöjligt när man har en tyngd av förlust runt foten. Ryggskott kan man snacka om vid köttbilden men ängest avhandlas inte mellan kölapp 53 och 68.

PSYKISK OHÄLSA är osynligt. Depression är svårt att dela. Tvångstankar är begränsande och ångest lättar inte av en frisk promenad. Psykisk ohälsa är ensamt men alla som är nära känner av den. Känner av vad det handlar om när mamma bara sover och pappa inte sover alls. Känner av den när syrran vägrar äta och brorsan skriver konstiga meddelanden om att han vill dö ... Psykisk ohälsa smittar. Man blir sjuk av oro när någon som man älskar mår dåligt.

Har man bara ork att ringa runt så får man ofta hjälp till slut, men det finns en massa människor som inte orkar ropa och ringa. Det finns ångestfyllda människor vars arbetsförmåga inte är hotad och som därför blir utan terapi. Det finns en hel del som skäms och tiger. Det finns de som är otroligt ensamma, och de som aldrig är ifred, och de behöver varken mediciner eller en lång sjukledighet, men nog vila, sammanhang och djupsnack över en tekopp. De behöver kanske bara några dagars återhämtning och hjälp med tolkning och vardagsstruktur. De behöver se hoppet och tron i någon annans blick.

”Vi kunde börja med att hyvla ner tröskeln.”

ENLIGT VÄRLDSHÄLSOORGANISATIONEN WHO är depression den tredje största orsaken till ohälsa i världen. 350 miljoner människor däckar någon gång eller regelbundet i en depression och ändå är psykiatrien lågprioriterad när det gäller både forskning och vård. Där samhället misslyckas har kyrkan ett särskilt stort uppdrag och dessutom är vi otroligt bra på just det här. Vi kunde börja med att hyvla ner tröskeln och bygga rum för återhämtning och kapell för tvivlare. Erbjud besök utan remiss. En vecka utan krav. En renbäddad säng. Stödjande samtal och andakt. Meditation och motion. Terapi och information. Omfamna dem som inte längre orkar gömma, glömma eller bära andra.

De som är tyngda av bördor ska vi ju skänka vila.

Maria Sundblom Lindberg är psykoterapeut, präst och publicist.

KYRKAN ANDLIGHET

Profanisera ungdomsarbetet

En liten men högljudd aktivistskara har länge predikat att kyrkan bör satsa på upplevelsekristendom framför traditionell vanekyrklighet. För ett kvartssekels sedan vågade ännu många vanliga vanekristna och brödpräster med öppen kyrkosyn ifrågasätta denna trossats. Också utan någon stark andlig fallenhet kunde man tänka sig en roll inom kyrkan.

Religionssociologen Linda Woodheads beskrivning av utvecklingen i England överensstämmer beklagligt väl med våra förhållanden (KP 14.7). Inte heller i Finland har folk blivit mindre religiösa, däremot har kyrkan blivit så religiös, att bara likasinnade känner sig hemma där. Att som svar på frågan varför så många lämnar kyrkan erbjuda ännu

mer diffust formulerad andlighet, är att sätta huvudet i busken. Kyrkan måste våga fråga: vad gjorde vi fel?

Kyrkans största strategiska kursändring i modern tid var införandet av konfirmandplanen på 1970-talet. Denna kyrkans heliga ko har sedan aldrig ifrågasatts, utan bara uppdaterats med ytterligare element av upplevelsekristendom. Utan att här gå in på det teologiska, ponera följande:

Ett givet är går 100 femtonåringar skriftskolan i en församling. 50 av dessa fortsätter i hjälpledarutbildningen följande år. Året därpå möter 20 upp till ”fortsättningshjälps”. Något år senare är 5 av de 100 kvar bland församlingens ”unga vuxna”. Ur denna 5 % av en konfirmandklass rekry-

teras i dag nästan alla kyrkans anställda och beslutsfattare. Skriftskolan har åsidosatt livet som sluss in till kyrkans tjänst.

Detta har pågått så länge, att de flesta kompetenta brödpräster och andra vanekristna gallrats bort. Kyrkans anställda och beslutsfattare talar ett språk som 95% av kyrkans medlemmar inte förstår. Om inte heller kyrkans prioriteringar verkar relevanta, börjar kyrkoskatten kännas som en belastning. För 5 av 100 konfirmander blir andlighetsövningar en central hobby. De övriga 95 återgår ganska snart efter skriban till sina profana engagemang – som sig bör i en värld av konkreta och vardagliga förpliktelser.

Kyrkan bör ta till heders de grundvalar som lades för

barn- och ungdomsarbetet efter kriget. Andlighetspedagogiken bör nedtonas till förmån för praktisk fritidsverksamhet; också idag utsluts många barn och ungdomar av olika orsaker från sådana aktiviteter som utgör en hörnsten i en sund uppväxtmiljö. En sådan reformation skulle också ge upprättelse för många engagerade ungdomsledare, vars livsgärning ifrågasattes i och med att konfirmandplanen helt tog över kyrkans ungdomsarbete. Både resursmässigt och ideologiskt bör skriftskolan endast utgöra en liten del av ungdomsarbetet för att det sistnämnda ska reflektera det verkliga livet.

MARKUS MALMGREN
Esbo

ENSAMHET BLAND ÄLDRE

Lindra ensamhet med gemenskap

Även på kort sikt har upplevelser av ensamhet skadliga hälsoeffekter på vårt välbefinnande. Många skildringar i Skriften och även ett flertal vetenskapliga universitetsstudier saknar definition av begreppen orsak och verkan. Vad kan det tänkas vara som egentligen följer sig bakom känslan av ensamhet? Är det social ensamhet, social isolering eller emotionell ensamhet? Tyvärr blandas de här begreppen ihop. Ensamhet innebär ofta saknad efter något eller några förtrogna som man känner samhörighet med. En amerikansk handlingsplan för hur man kan byta ensamhet mot gemenskap kallas EASE.

E: (Extend yourself) – ta första steget till kontakt genom att småprata med andra. A: (Action plan) – fundera ut sammanhang för att träffa likasinnade, t.ex. förening. S: (Selection) – välj vilka du vill bli vän med och investera i detta fåtal. E: (Expect the best) – utgå från att människor omkring dig vill dig väl.

Efter att som skolfarfar ha medverkat på lågstadienivå i ett decennium har jag på senare tid i samtal med äldre kunnat konstatera betydelsen av att vara fysiskt, men-

talt och socialt aktiv. Människans kropp är gjord för rörelse och har behov av att användas för att bibehålla en bra funktion. En fysiskt aktiv livsstil har man nytta av hela livet. Det finns en stark koppling mellan motion och ökad livslängd.

Det har sagts att ingen kärlek är så allvarlig som kärleken till mat. Matens betydelse för äldre kan inte överskattas, vilket berör oss alla. När andra aktiviteter minskar, ökar måltidernas betydelse. Bra matvanor har stor betydelse för vår hälsa både nu och i framtiden. Men maten är mer än näring. Den kan och bör också vara en källa till glädje, fest, njutning och gemenskap. Trivsamt samvaro fyller en viktig funktion. Vi har i alla tider umgåtts vid matbordet och det känns naturligt. Ensamhet kan leda till sämre matvanor och då åter man således för lite.

”Ju mer vi är tillsammans dess gladare vi blir” har vi väl alla sjungit någon gång. En viktig del av folkhälsoarbetet är att stödja förutsättningarna för uppkomst och bevarande av starka sociala nätverk samt att förebygga social isolering. Med stigande ålder blir de sociala re-

lationerna ofta färre vilket faktiskt är en riskfaktor för psykisk ohälsa. Delaktighet och inflytande över den egna livssituationen är en förutsättning för hälsosamt åldrande. Att känna sig behövd och att få positiva upplevelser är angeläget för alla. Att hjälpa andra äldre genom frivilligt arbete förbättrar livs-

kvaliteten för många. Drar mig till minnes några tänkvärda ord i en sång av Lasse Berghagen: ”Livet försar fram som en värrusig älv, har man ingen annan, har man alltid sig själv.”

STEN LINDHOLM
Träskända

NATTVARDSSYN

Vilken nattvardssyn?

Jag har nu ännu inte kunnat sluta undra över det pastor Ola Österbacka framför i en intervju publicerad i Kyrkpressen nr 22 i juni under rubriken ”Lutherska frikyrkor höll Europakonferens”. Där framför han att den Lutherska frikyrka KELK som han företräder är och vill vara trogen när det gäller Bibelns budskap. Hur står påståendet i relation till att han alldeles i slutet framför ”nattvardsbordet är öppet endast för medlemmarna” i den kyrka han tjänar?

Kommer mycket väl ihåg hur hans företrädare, i den folkhögskola där han varit

rektor, på trosförklaringen förklarade skillnaden i synen på nattvarden i frikyrkorna och i lutherska kyrkan. Skillnaden var att frikyrkorna ordnade nattvard för en ren (syndfri) församling medan Lutherska kyrkans syn är att nattvarden är en äminnelsemältid (enligt instiftelseorden) och öppen för alla syndare. Det har hänt att församlingar nekat nattvard åt personer som önskat ta del i den. Vilken eller vilka av kyrkorna följer Bibelns budskap i detta ärende?

BO-ERIK JOHANSSON
Vasa

OPINION INFORMATION

Skicka insändaren till:

Kyrkpressen/opinion
Sandvikskajen 13, 00180 Helsingfors
E-post: redaktionen@kyrkpressen.fi

Insändare måste förse med skribentens namn samt för redaktionens bruk även adress och telefonnummer. Anonyma inlägg accepteras endast i undantagsfall.

Standardlängden för de kortare insändarna är 1 200 tecken. Redaktionen förbehåller sig rätten att förkorta insändarna. Insänd text returneras inte.

Radbytet är en längre insändartext med bildbyline som rymmer 2 000 tecken. Vill du skriva ett Radbyte bör du kontakta redaktionen på förhand.

TURKIET KYRKA

”Herren sa att jag ska förlåta.”

En turkisk pastor avslöt sig för att inte väcka åtal mot en grupp muslimer som slog sönder kyrkföns-ter och förstörde kyrkans säkerhetskameror.

PIEKSÄMÄKI ANDLIGHET

När 700 lever tillsammans

”Vi tror inte lika. Jag tror det finns nästan lika många uttryck för tro som det finns människor där. Jag vet att folk tänker väldigt olika varandra i frågor som i insändarspalter och kommentars-

fält ter sig som de mest avgörande. Men att man tycker olika gör rätt lite när man tycker om varandra”, bloggar **Amanda Audas-Kass** om sommarens familjeläger i Pieksämäki och lovar att åka tillbaka nästa år, trots att hon just nu njuter av lugnet därhemma.



IRIS VIRKKILÄ tycker att det tvåspråkiga samarbetet inom Lojo församling fungerar fint.

En församling, två språk

Lojo församling har verksamhet både på finska och svenska. Alla medlemmar beaktas lika mycket, tycker församlingsmedlem Iris Virkkilä.

TEXT OCH FOTO:
SARAH LÖNNQVIST

Lojo församling är en tvåspråkig församling med aktiv svensk verksamhet. Församlingen har runt 1500 svenskspråkiga medlemmar, vilket utgör närmare 90 procent av den svenskspråkiga befolkningen inom närområdet. I fjol blev också områdesförsamlingarna i Karislojo, Nummis, Pusula och Sammatti delar av den tvåspråkiga församlingshelheten.

Nöjda med samarbetet
– Tvåspråkigheten har diskuterats mycket mellan de svenskspråkiga församlingsmedlemmarna. Vi är nog mycket nöjda som det

är nu, säger Iris Virkkilä, svenskspråkig medlem och förtroendevald inom Lojo församling.

Virkkilä kommer från Kymmenedalen i Pyttis, där den lilla hemförsamlingen också var tvåspråkig. Eftersom den var så liten kunde församlingen ändå inte aktivt driva egen svenskspråkig verksamhet. Största delen av traktens unga gick därför skriftskolan i Kotka svenska församling.

– Jag gick också i skola i Kotka svenska samskola, där religionsläraren dessutom var präst i församlingen. Efter att ha blivit konfirmerad i Kotka fortsatte jag där som hjälpledare. Från min

”Vi hör till Lojo församling precis lika mycket – vi bara använder svenska som språk.”

Iris Virkkilä

egentliga hemförsamling har jag knappt någon erfarenhet, berättar Virkkilä.

Drar sitt strå till stacken

Efter att senare ha studerat teologi i Helsingfors flyttade Virkkilä till Lojo, där hon nu bott tillsammans med sin familj i över 30 år. Idag arbetar hon som privatläkare och är aktiv inom Lojo församling på många sätt. Ursprungligen fick Virkkilä bekanta sig med församlingsverksamheten i samband med att barnen gick med i kyrkans klubb.

– Att leva i en småbarnsfamilj med arbete och studier samtidigt var väldigt hektiskt. Då hade jag ännu inte möjlighet att själv aktivera mig i församlingen, men så småningom när barnen blev lite större gick jag med i verksamheten, säger Virkkilä.

Idag sitter hon i församlingens kyrkofullmäktige och är suppelant i kyrkorådet. Dessutom är hon aktiv inom frivilligverksamheten som kyrkvård och nattvardsassistent.

Någonting för alla

Lojo församling ordnar svensk verksamhet för

människor i alla åldrar. Församlingen samarbetar med olika svenskspråkiga föreningar i Lojobygden, bland annat med svenska föreningen i Lojo och de svenska Martehorna. Verksamheten styrs av Svenska direktionen där Virkkilä också är aktiv.

Enligt Virkkilä har klubbverksamheten och hjälpledarutbildningen varit speciellt omtyckta bland de svenskspråkiga. Också konserterna som församlingen ordnar har varit välbesökta. För ett par år sedan beslöt församlingen dessutom att ordna fler svenskspråkiga högmässor än tidigare, vilket enligt Virkkilä har ökat på antalet människor som besöker dem. Högmässorna ordnas varannan gång i Lojo gamla stenkyrka och varannan gång i den 60 år gamla kyrkan i Virkby.

Också luciakröningen är en gammal, viktig tradition både för församlingen och för Lojo stad, berättar Virkkilä.

– I Lojo röstar vi fram en egen lucia, som oftast är en elev från Virkby gymnasium. I samband med omröstningen skickar folk pengar till välgörenhet, och under

kröningen är kyrkan alltid fullsatt, säger hon.

”Fantastisk personal”

Den svenskspråkiga verksamheten i Lojo församling drivs av en handfull människor – en handfull som satsar helhjärtat på sitt jobb. Virkkilä berättar att en av församlingens präster använder 80 procent av sin arbetstid till den svenska verksamheten.

– Vi har också en heltidsanställd, ansvarig ungdomsledare samt två barnledare. De här personerna bildar kärngruppen som driver vår svenska verksamhet, säger Virkkilä.

I en liten församling med få anställda finns det ändå vissa gränser för vad man kan erbjuda, påpekar hon. – Ibland kan det vara svårt att få tag på en präst som kan viga eller jordfästa på svenska, om vår egen präst råkar vara på semester eller annars förhindrad.

Folket gör församlingen

Genomsinnsats har Virkkilä en mångsidig möjlighet att påverka församlingens verksamhet, både vid planeringen och i praktiken. Speciellt frivilligarbetet tycker hon att

är viktigt och värt att satsa på.

– Det är människorna som gör församlingen, inte vägarna i kyrkobyggnaden eller programmet som ordnas. Det är mycket som inte skulle hända utan alla personer som frivilligt medverkar – det vore inte lika livfullt, menar Virkkilä.

Ingen konfliktsituation

Virkkilä upplever inte att den svenskspråkiga församlingsminoriteten skulle behandlas ojämlikt. Tvärtom menar hon att det allmänt ses som en självklarhet att församlingen har både finska- och svenskspråkiga medlemmar, och alla tas lika mycket i beaktande.

– Också på kyrkofullmäktiges sammanträden håller prästen andakter både på finska och svenska, fastän vi bara är två svenskspråkiga som sitter där. Självt har jag aldrig känt mig åsidosatt, säger Virkkilä.

– Jag har aldrig ens kommit att tänka på att de svenskspråkiga medlemmarna skulle särbehandlas. Vi hör till Lojo församling precis lika mycket som alla andra – vi bara använder svenska som språk, tillägger hon.