

GENOMBROTET

KYRKMAGASIN #limhamnskyrka

ILSKA



Han var en man av svart och vitt.
Och hon var färg. All hans färg.
Fredrik Backman om Ove och Sonja

HELENA MYRSTENER
REDAKTÖR

“Stäng grinden efter dig. Kan ingen människa ta ansvar längre?”

Alla tycks älska Ove. Inte enbart i Sverige utan världen över. Det görs nya filmatiseringar av honom, nya teateruppsättningar om honom. Han är den gamla sortens man som håller plikten och arbetsmoralen högt, kosta vad det kosta vill. Ove representerar dem män som, när de blir av med jobbet, vill ta livet av sig. De män, som när de blir änklings, blir så ensamma som en människa kan vara. Männen som inte förstår unga män när de inte nöjer sig med bryggkaffe. Männen som kan hundra ord för verktyg men tre för känslor.

Filmen En man som heter Ove har setts av 1,7 miljoner människor i Sverige. Ove har funnits i tanken inför detta nummer av Genombrottet. Ove förändras och låter sig påverkas. Det hårda, ilska och surmulna skalet har också sprickor där insikter kan leta sig in. Det tar sin tid, men till slut sparkar han inte efter katten utan låter katten krypa upp i sin famn. Till slut gör Ove vad han kan för att ställa saker och ting från det förgångna, tillrätta. Lyckligt slut, alltså, som i vilken dussinfilm som helst. Ja, kanske.

Men innan dess är Ove mest arg, ilsken och besviken. Arg för att ha förlorat dem han älskade, för att världen och hans radhusområde förändras. Arg därför att han inte tycker att det finns några ideal eller någon ansvarskänsla längre. Arg för att folk kör in med bilar på området och inte stänger grinden efter sig.

Oves ilska väcker nyfikenhet. Vilken status har denna känsla egentligen? Hur ser vi på den? Vilka ansikten har den? Till de mänskliga känslor som Bibeln tillskriver Gud hör vreden. Gud har en inre hetta och vreden glöder. Guds vrede är också nära förbunden med helighet och vid en orättvis världsordning. Gud och Ove blir arga. Du och jag också. Arg och ilska.

Välkommen till ett nytt nummer av Genombrottet! Du får bli arg när du läser det. Detta nummer berör också allhelgonahelgens innehåll. Sorgen och vreden vandrar tillsammans. ♠

PETER LINDBERG
STIFTSKONSULENT
LUNDS STIFT

”Jag har många gånger i ilska börjat just en mening på det sätt som rubriken till denna text. Ganska oreflekterat har jag kastat ur mig meningar som på något sätt ska tala om för min omgivning att jag är arg.” Stiftskonsulent Peter Lindberg skriver om sorg och vrede hos tonårskillen, den medelålders mannen och den åldrande mannen. Peter Lindberg, som själv kom till en punkt i livet där falluckan öppnades och hans enda önskan var att få leva lite till.

JAG BLIR SÅ FÖRBANNAD...

VI ÄR JU ALLA OLIKA som individer och både män och kvinnor blir ju arga mellan varven, ofta fullt berättigat. Men finns det något som skiljer mäns och kvinnors ilska från varandra? Det har jag inget vetenskapligt bevis för, men när jag ser mig i spegeln och ställer frågan till mig själv så kan jag se ett mönster. Min och många mäns vrede och ilska kommer ofta till uttryck när vi hamnar i situationer där vi plötsligt upptäcker att vi inte räcker till eller avslöjas med den svaghet som vi ofta föraktar hos andra. Det som också blivit tydligare för mig är att det vi män döljer genom att bli arga är en annan känsla som vi har så svårt att hantera, nämligen sorg.

NÄR MIN MAMMA DOG alldeles för ung så var min pappa arg, riktigt förbannad, ända tills han inte orkade vara arg utan istället tog emot sorgen och grät. Han grät floder och det var första gången jag såg min pappa gråta. Efter en tid sa han till mig att det var ju ”fan att man inte gråtit mer i sitt liv”, men min pappa var uppvuxen i en tid då pojkar och män definitivt inte

skulle gråta, eftersom det var ett uttryck för svaghet. I våras lämnade min pappa jordelivet efter 14 långa år som änklings. Det tragiska är att han inte orkade bli lämnad, han hittade inte tillbaka till ett liv utan mamma.

DET JAG FÖRSTÅTT ÄR att pappa inte är unik. Det är ett växande problem bland äldre män att man helt enkelt inte orkar leva ett bra liv när ens partner plötsligt rycks ifrån en, precis som att man kallt räknar med att vara den som lämnar in först. Efter chocken att plötsligt bli ett enmanshushåll så kommer ofta vrede och ilska som dämpas med alkohol och mediciner, vilket i sin tur leder till misär som drabbar barnen och övriga i familjen. Detta har jag fått bekräftat av biståndshandläggare och socialsekreterare.

NÄR VI SKA VISA ATT Jesus inte var någon gullig farbror utan en handlingskraftig man som kunde bli arg, tar vi ofta fram berättelsen om när han kommer till templet i Jerusalem och ser att det blivit en marknads-

plats. Han blir ilsken och går till fysisk attack. I grunden tror jag att Jesus också drabbas av en sorg över det som sker. Ibland pratar vi om helig vrede, vad nu det kan betyda, men det är väl det Jesus ger uttryck för. En slags berättigad ilska som används för att rätta till orättvisor eller oförrätter som vi drabbats av.

UNDER SNART 20 ÅR har jag jobbat med olika sammanhang där tonårspojkar och män i alla åldrar varit med. Först i killgrupper på skolor, inom idrotten, i samverkan med socialtjänsten och kyrkan. Det har varit pappa/barnläger, pappautbildningar och mansgrupper. Unga killar i tonåren har jag alltid uppfattat som otroligt sårbara under de hårda ytor man ibland visar upp utåt. Ett svagt inre kräver ett starkt yttre sägs det och ofta tycker jag det stämmer. Det är många saker som har lagrat sorg i dessa unga killar, sorg som ofta blir till ilska och vrede som man har svårt att kontrollera.

Mitt i denna lite skeva självbild så öppnades falluckan och jag föll, länge.

EN AV DE SAKER som alltid väcker sorgen på djupet i samtalen är när vi ska prata om våra pappor. Det blir alltid lika många olika historier som det finns killar i gruppen, men det som skär som en tråd genom samtalen är ofta sorgen (dold i ilska) över att man egentligen känner sin pappa så dåligt. En frånvarande närvaro kan ibland vara värre än en pappa man inte alls har tillgång till, eller som en kille sa, - Då vet man i alla fall vad som gäller. Men tror ni att detta bara gäller tonårskillar?

Jag har sett exakt samma mönster hos vuxna män. I mansgrupper har man börjat gråta när man ska berätta om saknaden av den pappa som aldrig fanns där när han behövdes, som inte såg sina barn i ögonen och sa att han älskade dem, oavsett hur de var eller presterade. Den sorgen, förklädd i ilska och vrede, har jag ofta mött.

JAG ÄR ÖVERTYGAD OM att det blivit bättre med

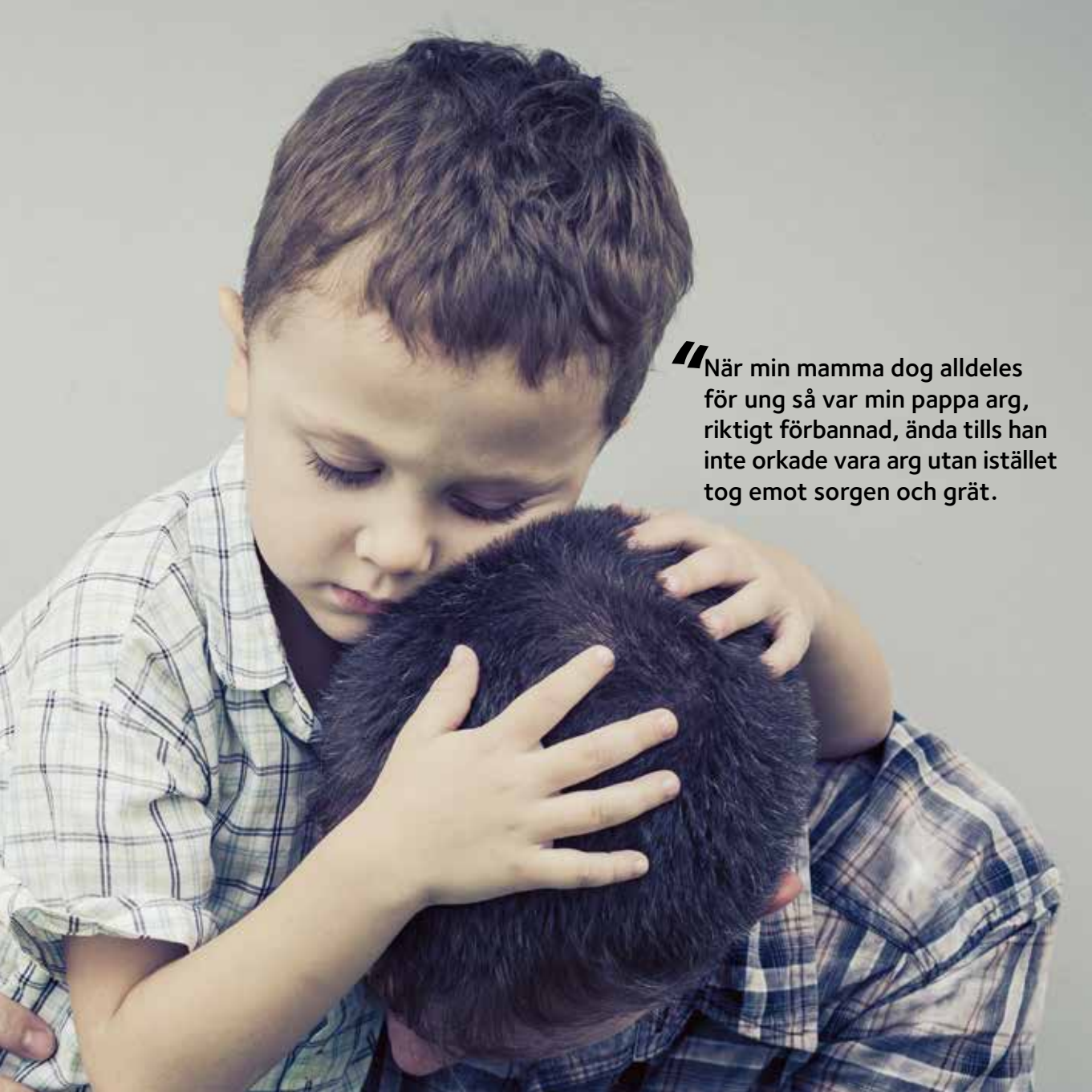
åren, men att det samtidigt gått långsamt. Män tar fortfarande inte ut sin föräldraledighet som de borde. Vi engagerar oss mindre än kvinnorna i våra barns skolgång och vi sviker våra tonåringar genom att inte ta oss tiden att vara vägvisare och mentorer. Detta gäller naturligtvis också för unga tjejer, men banden mellan far och son är för mig annorlunda, inte minst vårt ansvar att prata om vad det egentligen är att gå från pojke till man.

JAG SAKNAR INITIATIONSRIITER SOM hjälper och stöttar resan att gå från tonårsgrabb till en ansvars-tagande, trygg man som inte behöver låta ilska gå ut i knyt nävar när han inte räcker till, eller som har förmåga att bejaka sin sorg och låta tårar rinna istället för att binda vreden inom sig till den en dag riskerar brisera och kanske skada dem man egentligen älskar mest. En man som inte behöver känna sig hotad av att kärleken är så stor i all sin mångfald att varje människa har rätt att älska vem hen vill. En man som inte blir arg för att någon skriver hen.

Jag föll till botten och där utkämpade jag min kamp med min ilska och vrede

JAG SOM JOBBAT MED dessa frågor halva mitt liv har naturligtvis fått rannsaka mig själv många gånger. Killgruppernas frågor tvingade mig att själv fundera över mina fördomar och försöka se mig själv utifrån, hur jag var mot andra. Det ledde mig till mansgruppen som blev en resa i sig att upptäcka vem man var och hur man tog ansvar för den roll man hade som pappa, älskare och livskamrat. Jag tyckte nog som 55-åring med erfarenhet och med en rent fysiskt stor kropp (1,94 cm lång och runt 100 kg tung) att jag var en rätt respektingivande person, en som andra kunde luta sig mot. Men mitt i denna lite skeva självbild så öppnades falluckan och jag föll, länge.

EN AVBRUTEN BLODGIVNING OCH en koloskopi visade att stora starka Jag drabbats av cancer i tjocktarmen



“När min mamma dog alldeles för ung så var min pappa arg, riktigt förbannad, ända tills han inte orkade vara arg utan istället tog emot sorgen och grät.



och det visade sig att den sköt ut metastaser som angripit levern. Drygt 400 dagar senare är jag fortfarande med i matchen om än stukad av operationer och cellgifter. Jag som levde med tusen önskningar hade nu bara en, att få lite mer tid. Denna stora starka man blev plötsligt helt beroende av andra människors omsorg, kärlek och tålamod.

JAG FÖLL TILL BOTTEN och där utkämpade jag min kamp med min ilska och vrede, men också med min sorg och längtan. Jag har aldrig känt mig så ensam i mitt liv. Men övergiven var jag inte. En våg av kärlek och omsorg översköljde mig från släkt, vänner, kollegor, grannar, fotbollskillarna jag var ledare för, människor jag knappt kände och naturligtvis från min familj. Min fantastiska fru och mina två vuxna barn som också drabbades, tog kampen och tog hand om sin lilla svaga och förvirrade pappa. Jag har fortfarande svårt att prata om hur mycket de betyder för mig utan att bli glansig i ögonen.

TILL LÄKAREN PÅ ONKOLOGEN sa jag kaxigt vid mitt första besök innan behandlingen startade, att jag skulle tillbaka och bli den jag var innan sjukdomen. Läkaren titta lugnt på mig och sa, - "Det kan du glömma. Det kommer aldrig bli som förut oavsett utgången av behandlingen". Då fattade jag inte, men det gör jag nu. Jag önskar ingen, varken fiende eller vän, att utsättas för det som drabbade mig, men när det nu gjorde det så finns det faktiskt saker jag kan ta med mig framåt i kampen.

Relationer med flera av mina närmaste vänner har fördjupats på ett sätt jag inte trodde var möjligt. Jag har fått tillgång till ett känsleregister som jag inte hade förr. Jag kan gråta och känna det som en styrka och inte som uttryck för svaghet. Insikten om livets skörhet har blivit glasklar för mig. Jag glömmet inte att trots att mina barn är vuxna så behöver de sin pappas bekräftelse att de duger och är älskade oavsett sina triumfer eller misslyckanden.

Det kommer aldrig bli som förut

GUD HAR OCKSÅ FÅTT sig en släng av sleven. Inte så att jag undrat varför just jag drabbades, det händer ju katastrofer över hela jorden, dagligen och det är ju en del av det som gör att många har svårt att tro på en kärleksfull Gud. Jag har min tro och den har hjälpt mig, därför att tron också erbjuder ett fantastiskt verktyg, nämligen bön. Jag skäms nästan när jag tänker på hur lite jag bett till Gud i mitt liv. Men mina böner, eller samtal med Gud som man också kan kalla det, har gett mig kraft och insikt i att det finns något som är större än mig själv, något som bär när jag slår i botten. Och den kraften går via alla dem som visat mig sin omsorg på olika sätt.

En frånvarande närvaro kan ibland vara värre än en pappa man inte alls har tillgång till

JAG ÄR INTE PÅ långa vägar en perfekt människa och jag gör och kommer att göra misstag. Mitt dagboks-skrivande under det år som varit har fungerat som ventil när ilskan och sorgen nästan kvävt mig. Det finns säkert många sätt att kanalisera känslor när det blir för mycket i ens liv, men jag har mött alltför många killar och män som inte har några verktyg alls. Det tydligaste var en olycksbroder som vägrade släppa in någon i sin närhet när cancern långsamt bröt ner honom. Hans oförmåga drabbade inte bara honom själv, utan också hans närmaste som såg en man och pappa isolera sig och stöta bort dem som älskade honom mest.

JAG ÄR MEDVETEN OM att exemplen ovan bara är några få inspel kring pojkers och mäns brister kring att utveckla sin förmåga att uttrycka känslor och att visa sårbarhet. Min övertygelse är att den enda vägen att gå är att börja prata om detta med insikten om att vrede och sorg går hand i hand. ♠

FRÅN STENÅLDERSGROTTAN TILL BILENS FRAMSÄTE

Den kvinnliga ilskans irrfärd genom tiderna

JAG LÄSER EN artikel i Allt om Bilar om en undersökning som visat att kvinnliga bilförare tenderar att bli ilsknare i trafiken än manliga förare. Enligt undersökningen retar sig kvinnor i högre grad på egoistiska och vårdslösa medtrafikanter. Dessutom blir kvinnor mer irriterade än män på så kallade baksätessförare, det vill säga en medpassagerare som (oftast i all välmening) ger goda råd till chauffören. Även om resultatet i sig är lite överraskande är det dock förklaringen till detta beteende som jag finner än mer förvånande; enligt beteendepsykologen Patrick Fagan som står bakom undersökningen går förklaringen att härleda tillbaka till jägar- och samlarsamhället då kvinnorna hade fullt ansvar för att skydda avkomman från faror som lurade utanför grottan under de perioder som männen var ute för att jaga. Kvinnans förmåga att snabbt reagera och agera var avgörande för om avkomman levde eller dog.

ÄVEN OM DET inte borde förvåna så är det ändå fascinerande att vi fortfarande reagerar med samma känslor, i det här fallet ilska, oavsett om vi sitter i en grotta och skyddar våra barn eller om vi kör en modern bil. Det är en svindlande tanke att vi egentligen är på samma nivå biologiskt trots att samhället omkring oss är så radikalt förändrat. Vad betyder det för hur vi ser på ilska? Jag kan inte tänka mig att de andra i grottan som såg den ursinniga kvinnan rädda sitt barn från att bli kvällsmat för en hungrig sabeltandad tiger ansåg att hon skämde

ut sig eller gjorde bort sig. Genom årtusenden har därefter kvinnors känsloutbrott långsamt gått från att vara livräddande, rentav evolutionsfrämjande, till att anses vara hysteriska och ofina. Både vetenskapligt och kulturellt/socialt har man sett kvinnors emotioner som en svaghet. Till och med själva ordet "känsla" anses vara motsats till både "förnuft" och "intellekt" i det svenska språket! Utvecklingen har också lett till att kvinnors känslor har vävts ihop med hennes sexualitet, kön och hormoner och ännu idag är det inte riktigt helt okej att vara arg i offentligheten, utan att bli kallad väldigt fula namn.

DET FINNS GOTT om undersökningar som visar en tydlig skillnad mellan kvinnor och män när det kommer till ilska. Män som är ilskna utstrålar maskulinitet och de kan även uppnå makt genom denna känslöyttring. Kvinnor däremot, känner sig ofta maktlösa, skamfyllda och straffas på olika sätt av sin omgivning för att de genom sin kvinnliga ilska bryter mot könsnormerna. Det finns dock tendenser i samhället idag som tyder på att det kanske börjar röra på sig när det gäller synen på kvinnor och ilska. #metoo-rörelsen förra hösten blev ett globalt upprop där kvinnor förenades i en kollektiv ilska över utsatthet och sexuellt förtryck. Och kanske bidrar även en viss ilskan, twittrande president till att bevisa att inte all manlig ilska är ett uttryck för förnuft och intelligens? ♠



LÅT INTE SOLEN GÅ NER ÖVER DIN VREDE

Visst blir vi arga, du också och jag med. Det finns ibland något befriande i det, ibland något skrämmande. Befriande när ilskan leder till att du faktiskt gör något åt det som gör dig arg, när ilskan bli konstruktiv – skrämmande när det bara blir destruktivt och inget förändras. I grunden handlar det om hur vi använder vår ilska, för ilska är i sig en energi, en kraft vi kan ha glädje av. Ganska ofta blir vi ledsna när vi istället borde blivit arga – ledsamheten gör oss kraftlösa, medan ilska ger oss kraft. Tänk efter hur det är i ditt liv.

I Bibeln skriver Paulus i Efesierbrevet: "Låt inte solen gå ner över er vrede", ett bibelord som – åtminstone förr – ofta används i vigseltal. Det kan tolkas så att vi ska lägga band på vår vrede och låta bli att bli arga, men så tror jag inte det är menat. Jag tror att det handlar om det destruktiva och det konstruktiva i ilska. Låt inte solen gå ned i destruktivitet, använd ilska till något konstruktivt så att du med gott samvete kan somna om kvällen och veta att din ilska leder till att du tar tag i det som behöver förändras – och när du gör det då är du inte längre arg på samma sätt. Du kan lugnt låta solen gå ner.

Men så är vi ju de människor vi är och kan inte så enkelt förvandla oss. Men för mig har det hjälpt att tänka så, att använda ilska till något konstruktivt istället för att gå och älta det som hänt. Ibland, vill säga, för ganska ofta kommer jag inte ur ilska och det är i de stunderna jag bäst förstår Paulus ord. När jag faktiskt låter solen gå ner över min vrede och det känns i hela kroppen att det är fel! ♠





JOHANNA AXERUP
TEATERPRODUCENT

JAG HATAR DIG!

JAG HATAR DIG!

JAG HATAR DIG!

När visade du ilska senast? Jag gjorde det senast igår. Jag skrek och svor åt den jag älskar mest. Och i stunden menade jag vad jag sa.

Varför är det den jag älskar mest som jag sårar djupast med mina ord? Varför tillåter jag mig själv att hata den jag älskar?

Jag tror det handlar om att den vi älskar mest vågar vi också öppna oss fullt ut med. Personen jag älskar får se alla mina sidor fullt ut, jag är precis mig själv. Jag visar alla mina känslor till det yttersta. Och bland mina känslor finns också ilska och raseri. Det är en del av mig, en del av mig som inte alla får se. Ibland kan jag önska att jag inte hade så mycket ilska inom mig, men samtidigt vet jag att det är just den ilskan som ger mig kraft och glöd att stå upp mot orättvisor och kämpa för en bättre värld. Det är precis den ilskan som ger mig mod att våga stå upp för vem jag är. Men ibland kommer den där isblank ut på ett orättvist och orationellt sätt.

Det är då den drabbar den jag älskar, det är då det ger mig tvivel. Det är då jag önskar att jag inte hade så mycket glöd inom mig. Men jag har valt att se på min ilska som en gåva. Det är en gåva att kunna visa alla känslor. Det är en gåva att ha lust och kämparglöd i livet och jag tror att min glöd har sitt ursprung i min ilska.

Jag ska bara lära mig att tämja den. ♠

Ove enligt kvinnorna

Marianne, Elsa, Kerstin och Monika träffas ofta i församlingshuset. I ett samtal med dem om filmen de alla gillar, håller de inte med om att filmens ordningsman Ove är ilsken. Eller, är han det i alla fall?

DE FYRA KVINNORNA känner väl till Ove. De har sett filmen, En man som heter Ove, två gånger. Ove har många känslor inom sig men han är inte arg, säger Elsa. Marianne fortsätter: — Problemet med Ove är att han inte kan finna sig i att det kommer nya människor till området. Han klarar inte av förändringar. Kerstin menar att Ove är besviken på livet. En besvikelse som går ut över andra. Monika förstår hans sorg över sin bortgångna Sonja och berättar hur det kändes för henne att förlora sin livskamrat. Det kan hugga till av sorg och längtan när andra kommer gåendes hand i hand. Alla kvinnor nickar instämmande. Känslan är bekant.

MARIANNE, ELSA, KERSTIN och Monika kan tänka sig att se filmen ännu en gång. Den säger så mycket, säger de. Trots att de konstaterar att minnet kan svikta ibland minns de händelser från filmen ner på detaljnivå. — En film som denna minns man, säger Kerstin. Det händer honom så mycket och vi kan känna igen oss. Men sådant som har med den nya tekniken att göra minns jag inte! Monika instämmer:

— Det är så mycket med det tekniska idag. När det är svårt att hänga med känner jag mig gammal och utanför samhället. Det gör mig ledsen.

Alla håller med om detta. Dessutom, varför ska förpackningar nuförtiden vara så svåra att få upp?

— Även om ilska är ett hårt ord så blir jag ilsken på varför de ska göra förpackningarna så? Ibland blir jag arg och tar saxen och klipper upp den.

DE FÖRSTÅR OVES frustration över förändringar. När en blir äldre blir det svårt med det nya. Monika berättar om hur ovant och förvirrande det plötsligt kändes på välbekanta Öppet hus i församlingshuset. Salen var ommöblerad och de gamla, vanliga platserna borta.

— Det är bara att gå till sig själv för att förstå Ove, säger Elsa. Samtalet kommer in på Oves besök vid Sonjas grav, semestern och olyckan, självmordsförsöken och levnadströttheten, uppgörelserna med det förgångna, hur han påverkas av sin nya granne, Parvaneh. Kvinnorna berättar hur de hanterat sin ilska i livet genom att bli arga på sig själva och vända allt inåt. En karl blir arg och svär, sedan är det klart och bra med det.

MARIANNE, KERSTIN, ELSA och Monika vill uppmana alla som fortfarande har sin partner i livet: ta hand om varandra. Var överlyckliga över varandra! Ove skulle definitivt hålla med. ♠



SÖKES: förebilder

Känner du något helgon? Frågan kommer måhända något abrupt. Helgon fanns väl dessutom för länge sedan, typ som den heliga Birgitta? Men det behövs ingen påve som utser helgon. Det finns människor som utför "helgonsysslor" än idag. Har någon varit viktig för dig och betytt något speciellt? Som gett av sin tid? Stöttat och uppmuntrat? Skickat ett hjärta eller någon annan emoji på Facebook? Det behöver inte vara svårare än så. Förhoppningsvis har vi alla varit med om någons hjälpande hand och varma hjärta. I vissa situationer behöver vi andra människor, helt enkelt. Ensam är inte alltid stark.

vi behöver ju heller inte känna någon personligen för att tycka att hen är ett helgon. Tänk bara på människorättsaktivisten Nadia Murad och Dr Denis Mukwege som får Nobels fredspris i år. Sällan har ett fredspris ansetts vara så rätt. Det sexuella våldet i världen är bestialiskt. Att det finns människor som orkar berätta om det fruktansvärda eller dag efter dag operera kvinnor och barn och samtidigt vara deras röst utåt, är imponerande och gripande. Att det finns människor som står ut med att hårbärgera det mest fasansfulla.

Det balar för lite om förebilder idag, om människor som är de goda exemplen på att vara Människa. Måhända är det Jantelagen som bär skulden till detta. Ingen ska tro att hen är något eller betyder något. Samtidigt vill många gärna visa upp både sitt ansikte och olika förmågor på sociala medier. Det går inte riktigt ihop därför att ständig självbekräftelse har mycket lite med "helgonskap" att göra.

ser du på dig själv som en förebild? Det finns säkert många goda skäl till att göra det. Kanske har du ändå ingen lust att vara en förebild. Du vill bara vara och få vara det ifred. Men om vi är detta då, är oss själva på ett bra och ansvarstagande sätt, räcker det långt. Sedan går det alltid att fundera på hur det skulle bli om vuxna människor i högre grad såg sig som förebilder.

tänk bara på människorättsaktivisten
nadia murad och dr denis mukwege

nu balar jag inte om att leva upp till någon idealbild utan istället leva våra helt vanliga och vardagliga liv med allt vad det innebär av brister och felsteg. Stå för dem och lära av dem. Varje ny generation måste göra sina misstag och kritiskt ifrågasätta sin omgivning, men att få göra det i ett "samhällssammanhang" av förståelse bland människor som är trygga och förtrogna med tillkortakommanden, är något att önska sig. Jag vet inte om Jesus såg sig själv just som en förebild. I andras ögon blev han det ändå. Han trampade upp vägar som andra har velat gå och följa. Vissa går inte att hoppa över eller ta omvägen om. Dit hör budskapet om fred. Dit hör också viljan att bli bättre på att se och älska sin nästa. Låt oss testa, det kanske går? ♠





ALLHELGONAHELG I LIMHAMNS KYRKA

Fredag 2 november

Kl 13-21 Kyrkan är öppen för ljusständning

Kl 19 "Är det slut nu?" – Estradpoesi, stand up,
sång och musik

Lördag 3 november

Kl 10-21 Kyrkan är öppen för ljusständning

Kl 11 "Ibland är jag ledsen" – Barnsäker gudstjänst med små och stora med fokus på barn och sorg

Kl 18 Minnesgudstjänst med Limhamns kyrkokör och David Zhang - piano

Söndag 4 november

Kl 10-16 Kyrkan är öppen för ljusständning

Kl 11 Högmässa

Kl 15 Rofyllid allhelgonakonsert med Limhamns kyrkokör, Agnes Wästfelt - sopran, Karin Sandén Bergh - cello och David Zhang - piano

Söndag 11 november

Kl 11 Mässa med små och stora

Kl 15 Hur ser sorg ut hos barn och vuxna?
Föreläsning med sjukhuspräst Birgittta Westerlund Streilert

Kl 17 Minnesgudstjänst för barn - för dig som mist syskon eller barn i späda ålder



*J evig kärlek
Till minne av vår älskade*

Therese ... 19...

Vilken annan plats kan hylla livet *och hjälpa oss försonas med döden?*

Stilla kan vi vandra mellan gravarna och fundera över livet och döden. Njuta av solen och grönskan. Känna blåsten och kylan. Vandra mellan de höga fantastiska träden som nu skiftar färg och går till vila. Här tänder vi ljus till minne av våra kära. Så många att vi kan våga tala om en ljusfest till de dödas minne.

KYRKOGÅRDEN ÄR EN oas, fylld av ro och klorofyll. Fylld av minnen och avsked, av sorg och smärta som kanske mattats av eller fortfarande skär genom kroppen. Vackrare plats finns nästan inte i våra städer. Här krymper tiden och här vidgas den. Kyrkogården är tänkt att spegla Bibelns paradiset. En plats som vill hylla livet och hjälpa oss att försonas med döden.

PÅ KYRKOGÅRDEN FÄSTS vi vid jorden. För att finna ro, tänkte människor före oss. Annars fanns risken att de döda blev gengångare eller spöken. Idag tänker vi att våra kroppar är en del av jordens kretslopp: "Av jord är jag och du kommen." Vi gör mycket för att "fly jorden" och vår förgänglighet. Vi vill inte kännas vid den eftersom vi då måste erkänna dödens faktum. Det kan också bero på att själen känner av en annan hemvist, känner av en Gud.

PÅ KYRKOGÅRDEN VILAR vi, fattiga och rika tillsammans. Eller, gör vi det? Det går att se ett samhälles ekonomiska ojämlikhet på kyrkogårdarna. De större gravstenarna signalerar status och makt. Ofta är det också männen som får titlarna med sig. Kvinnorna får vi inte veta någonting om. De för ett undanskymt och anonymt liv som bihang till männen. Kvinnorna begravdes på den norra sidan tillsammans med de män som ansågs veka eller svaga. Här sades kylan och det ondas makt härska.

OM NÅGONSTANS, BORDE vi på kyrkogården förstå att, vilka vi än är, delar vi kroppens villkor och begränsningar. I mitten av 1900-talet avtar viljan att skriva titlar på gravstenarna. Tanken om alla människors lika värde har slagit igenom. Kyrkogården blir mer en demokratisk och jämlik plats - här vilar alla, vem du än är. Här hedrar vi våra döda, våra nära och kära och platsen liksom ropar ut: Ingen är glömd, alla har rätt att minnas! ♠

MÖTESPLATSER



“Är det slut nu?”

Estradpoesi har de senaste åren exploderat i popularitet. I Limhamns kyrka har vi förmodligen längtat efter denna konstart hela livet utan att veta om det. Nu är det dags. Välkommen till kyrkan denna allhelgonafredag där liv och död sätts under luppen. Det blir också stand up, sång och musik. Medverkar gör Camilla Jonasson – standup, Anna Arvidsdotter – estradpoesi, Rebecca Hodgson – estradpoesi, Louise Bunafé Mistén – estradpoesi, Abbe Kofoed Hansen – sång, Ellie Larsen – sång och Albin Johansson – piano

Limhamns kyrka 2 november kl 19

Hur ser sorg ut hos barn och vuxna?

Birgitta Westerlund Streilert föreläser för oss om sorg – om hur vi reagerar när vi själva eller någon anhörig blir allvarligt sjuk och om hur vi hanterar sorg, som barn och som vuxen.

Birgitta arbetar som sjukhuspräst på Sus i Malmö och har många års erfarenhet av att möta människor i sorg.

Limhamns kyrka söndag 11 november kl 15

Fest och glitter!

Lagom till första advent ställer ReUse fram sina klädställ med fest- och glitterkläder i butiken. Passa på att dressa upp till en mindre kostnad inför glögg och mingel i jul och nyår!

Församlingshuset onsdag kl 11-18

Fred med vapen

Är det möjligt att tala om fred i en tid av militär upptrappning? Samtal med bland andra dramatikern/ författaren/regissören Stina Oscarson och Heidi Avellan, politisk chefredaktör på Sydsvenskan och HD. Moderator är Maria Küchen.

Limhamns kyrka 2 december kl 15

Adventsgudstjänst

Första onsdagen i advent firas en gudstjänst, där vi särskilt välkomnar dig som bor på ett vårdboende. Men, alla är självklart välkomna! Kören Sångfåglarna under ledning av Gunnel Brodin sjunger adventssånger.

Limhamns kyrka 5 december kl 14.30



Limhamns brassband 100-årsjubileum

Detta firades med konsert på Malmö Live. Varje torsdag övar brassbandet i församlingshuset. Vill du smyglyssna på 100-åringen? Ställ dig utanför församlingshuset på den västra sidan! Det hörs ut när det blåses och musiceras.

Julvandringar för Limhamns förskolor

Välkommen att möta Jesus, Maria, Josef och herdarna i den magiskt mysiga, fina och traditionsenliga julvandringen i församlingshuset. Ring och boka på 040-279493.

HÄR FINNS VI!

LIMHAMNS FÖRSAMLING

BESÖK Linnégatan 17, 216 12 Limhamn

POST Box 346, 201 23 Malmö

TELEFON 040 279480

MEJL namn.namn@svenskakyrkan.se

församlingsherde och ansvarig utgivare

JONAS PERSSON 279151

vaktmästare

ROY PENDLETON 279468

ROY STÅLGÅRD 279496

AXEL TRUMPFHELLER 279164

församlingskurator

STEFAN KAMENSKY 279494

assistent

HELÉN ÖVERGAARD 279488

assistent/kommunikatör

BODIL ROLF 279480

församlingspedagoger

NICK BRANDSTEN 0731-536678

ANDERS CHRISTENSSON 279490

LOTTA SUNEMARK 279495

Boken En man som heter Ove av Fredrik Backman gavs ut 2012 av Simon&Schuster. Biofilmen hade premiär 2015 och regisserades av Hannes Holm.

barnledare

CHARLOTTE ENGSTRÖM 279493

musiker

MARGARETA HAKSTEN 279472

KAY HOLMQUIST 279470

ALBIN JOHANSSON 279482

MARIA WALLIN 279387

husmor

MARTINA EBERHARDSSON 279485

lokalvårdare

AZHAR BEKLI 279480

övriga präster

ANNA HANSSON 279497

MIA HJERTQUIST 279483

HELENA MYRSTENER 279492

SYLVIA ROSKVIST 279331

redaktör

HELENA MYRSTENER

redaktion

JOHANNA AXERUP, PIAMARIA ENGVALL,

HELENA MYRSTENER, JONAS PERSSON,

BODIL ROLF OCH AXEL TRUMPFHELLER

layout

BODIL ROLF

SOCIALA MEDIER #limhamnskyrka

WEBB limhamnskyrka.se

Svenska kyrkan 

MALMÖ

LIMHAMNS KYRKA

LOTTA SUNEMARK
FÖRSAMLINGSPEDAGOG

Finns det många sorters ilska?

Den första jag tänker på är det lilla barnets enorma ilska när något går fel, och när vi som vuxna inte förstår. För barnet är det kristallklart vad som är fel men för oss vuxna är orden som kommer ut från det lilla ilskna barnet rena "grekiskan". Lika fort som ilskan kom försvinner den! Vi vuxna måste våga "lätta" på ilskan annars mår vi inte bra.

Vågar du möta din ilska?

Jag sitter på planet mellan Lissabon och Madeira och vet inte om mitt bagage kom med i bytet Kastrup-Lissabon Lissabon-Madeira, Funchal.

Vi var försenade från Kastrup och blev hämtade i specialtransportbil och blev körda snabbt som ögat till avgångsgaten. Kom inte bagaget med nu så kommer det med nästa flyg!! Är det lönt att bli ilskan? Nää, det är bara att gilla läget! Jag möts av 30 graders värme, är klädd i jeans, långärmad tröja och yllekappa (tunn)...

Så jag gör som den portugisiska damen bredvid mig - ler och rycker på axlarna! ♠

#LIMHAMNSKYRKA

Följ oss gärna på sociala medier! Där blandas samhällskommentarer med bilder, musik och information. Där speglas Limhamns kyrka i vardagen och till fest. En öppen mötesplats!

Lilla GENOMBROTET



Jag blir så arg när...

ibland blir man riktigt arg. När blir du arg? Rita och berätta om varför du blir arg. Du kan också berätta om du kommit på ett bra knep på hur man blir av med allt det arga. Lämna in, skicka per post eller fota och skicka ett mms till oss. Vi kommer ha en liten utställning om ilska. MMS skickar du till 0702-685921 ♠