

# Livet

värt att

*Leva*

**Pilgrim**

på **høj** eller **häst**

**Supportrar**

som **älskar** och **hatar**:

– Min bror dog för **sitt lag**

Man **måste våga bli**

**berörd**

**Oavsett Gud**

**Ont**  
möter  
**gott**



## KyrkguidenKS – ditt fönster mot kyrkan

Ladda ned vår kostnadsfria app med information om våra 173 kyrkor och kapell, församlingshem och evenemang i Värmland och Dalsland.

KyrkguidenKS finns för iPhone, Android och som mobilwebb:  
[www.kyrkguidenKS.se](http://www.kyrkguidenKS.se)



Svenska kyrkan 



Det finns ingenting så spännande som att leva... och så livsfarligt. Ingenting är så ljuvligt och så svårt. Livet är vår största utmaning.

**M**änniskan lär vara den enda varelse som ställer frågor till livet. Det kanske är vårt öde att ställa de frågor som sällan har svar. De svåraste frågorna kommer ofta när vi möter livets avigsidor.

När nyheterna i jultid 2004 kom om tsunamin kom genast frågan: Hur kan det finnas så mycket lidande? När vi i somras hörde nyheterna om Utöya så kom andra frågor: Hur kan en människa göra något så ont som att kallblodigt mörda oskyldiga? När någon närstående drabbas av sjukdom kommer ytterligare frågor: Varför är livet så orättvist? Och så finns förstås också de andra frågorna: Vem är jag? Vem kan älska mig? Vem vågar jag lita på? Vad finns det för mening? Det blir många frågetecken.

När livet går väl är det lätt att klara sig själv. När något svårt händer ser vi vårt behov av varandra. Ingen tröst är bättre än en annan människas närhet. Inga svar ersätter en kram eller en varm blick. Inget ger större hopp än den som finns vid ens sida.

De flesta människor har en tro, på något eller Någon. En tro är ingen garanti eller livförsäkring. Det goda och onda drabbar människor oavsett tro. En tro ger inte heller

alla svar på de frågor som livet ställer. Tron är inget facit. Däremot är den en relation. För mig blir tron på Gud en tillit till att inte vara ensam. Det är också en erfarenhet av att Någon bär och ger kraft mitt i det svåra.

Tron är också för mig ett hopp om att livet har ett värde, trots allt, en framtid, trots allt, att kärleken är starkare än det onda, trots allt. Tron blir för mig många trots allt, ett slags trotsig tillit. Kanske är det också det som gör att jag ibland plockar fram psalmboken och läser: *Gud i dina händer får jag gråta ut, gråten delar du tills den tar slut. Gud du känner ondskan i din egen kropp. Att du delar smärtan ger mig hopp. Nära vill jag leva, nära dig min Gud, i din kärlek kan min kärlek gro.*

Magasinet som du håller i din hand handlar just om spänningen mellan gott och ont, om tro och försoning, om det mörka och hur det ljusa ändå vinner – kort sagt om livet. Jag hoppas den utmanar dina tankar och ger dig hopp.

*Esbjörn Hagberg*

Esbjörn Hagberg, biskop i Karlstads stift

## 10 Mellan hopp och förtvivlan på facebook

### 18 Man mår bra av att hjälpa andra

### 22 Det varma samtalet

### 30 Tillsammans kan vi göra skillnad

### 34 Ondskan är en del av människan

### 40 Fotboll, död och förlåtelse

### 50 Med skam i kroppen

### 54 Fotbollen var Jans demoner

### 58 Tro, hopp och Harry Potter

## 70 Pilgrimsritten

Inledning biskop Esbjörn Hagberg 3  
 Porträtt **Christine Westenfelder** 6  
 Smått & gott 8

Vi behöver våra riter 16

Porträtt **Jens Assur** 21

Mansmyten luckras upp 27  
 Hjälp för män i kris 27  
 Killsnack på Twitter 28  
 Sociala medier 29

Porträtt **Jon Nilsson** 39

Supportrar som älskar och hatar 44  
 Lika värde på fotbollsplan 46  
 Fotoutmaning 47  
 Insha'Allah – Om Gud vill 48

Godhet och ondska i barnens värld 62  
 Vi behöver sagans monster 64  
 Fotoutmaning 66  
 Porträtt **Annika Östberg** 68

På hoj med Gud 74

**Livet värt att leva** är namnet på en temavecka och ett magasin om livsfrågor.  
 Läs mer på: [livetvartattleva.se](http://livetvartattleva.se) eller följ oss på facebook.

Utgiven av: Svenska kyrkan i Karlstads stift, kontaktperson: Malin Kornfeld, [malin.kornfeld@svenskakyrkan.se](mailto:malin.kornfeld@svenskakyrkan.se)  
 tel. 054-17 24 00, [svenskakyrkan.se/karlstadsstift](http://svenskakyrkan.se/karlstadsstift)

Grafisk form och layout: Maria "ia" Sköld

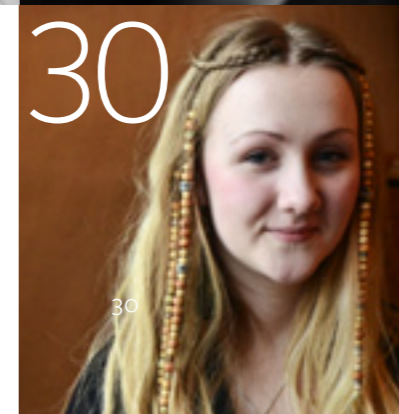
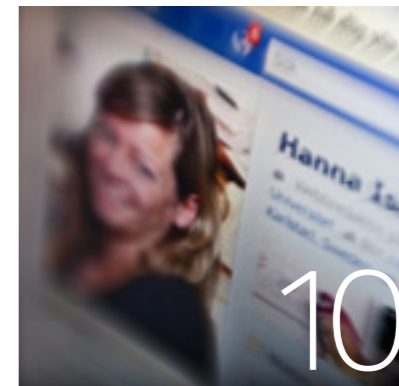
Skribenter: Helena Söderqvist (red.), Bo Levin, Elma Pasalic, Peter Östborg, Åsa Wikberg  
 och Journalistlinjen på Molkoms folkhögskola

Fotografer: Öyvind Lund, Maria Starrin, Jessica Segerberg, Jan Nordström, Stefan Mattsson, Linus Meyer och Lisa Olaison

Övrigt bildmaterial: iStock, stockxchng, Nordisk press, Ekerlids förlag, Bra böcker förlag

Upplaga: 25 000 ex.

Tryckt hos Citytryck i Karlstad, mars 2012



## PORTRÄTT

CHRISTINE  
WESTENFELDER  
40 ÅR

SJUKSKÖTERSKA  
CENTRALSJUKHUSET  
I KARLSTAD

BOR I BORGVIK

## Hur bemöter vi ondska?

TEXT OCH FOTO: JESSICA SEGERBERG



Lika mycket som hon pratar om döden pratar hon om att leva. Christine Westenfelder jobbar med vård i livets slutskede. Hon är sjuksköterska på det som tidigare var Centralsjukhusets palliativa avdelning.

– Jag är inte rädd för döden och jag är inte rädd för lidandet, så jag upplever att det är inom den palliativa vården jag bäst kan göra en insats.

Christine möter dagligen patienter som har fått veta att deras cancer inte kan botas.

– Vi lever i en tid som är väldigt dödsförnekande. Döden är fortfarande tabu.

Christine tar tv:s reklamfilmer om pensionsförsäkringar som exempel. De visar människor som lever ett friskt och hälsosamt liv i hög ålder. Verkligheten ser sällan ut så. Det blir oftast inte som planerat.

I den bild vi skapar av livet finns inte plats för sjukdom och död.

– Det är ingen mening med allt som sker. Jag kan inte se det när ett barn mister sin mamma eller mamma mister

sitt barn. Det är bara sådant som händer i livet. Det finns ingen rättvisa. Samtidigt är människan otroligt anpassningsbar, man flyttar alltid fram sina gränser.

Christine har ett lugn. Någon slags trygghet som bygger upp henne inifrån och ut, och som skapar styrka.

– Man ska aldrig underskatta betydelsen av att vara närvarande. Att våga vara kvar i det svåra, trots att människor är arga och frustrerade över situationen, säger hon.

Var tredje vecka går Christine på handledning där hon får prata om sina upplevelser och vad hon känner inför allt det svåra i sitt jobb.

– Vi är fem sköterskor i en grupp som träffar en psykoterapeut i en och en halv timme. Jag skulle inte orka om jag inte hade handledningen.

Christine ser inte sjukdomar som ondska, även om det är hemskt det som händer alla de människor hon träffar.

– Jag tänker att ondska är något som finns i världen och alltid kommer att finnas. Men också godhet. Jag tror inte på rent onda människor. ■

*Tack Gud för fredagskväll, för pizza och nöjd dotter. Hjälp mig att ta hand om henne på bästa sätt. Hon är det finaste jag har.*



## Vardagsböner på nätet

Sedan bönewebben lanserades 2009 har över 100 000 böner postats där. Med besök från 98 länder och böner på över 20 olika språk har den blivit en succé. Bönen kan handla om vad som helst och du kan vara anonym. När du postar din bön kan du även välja att den bärs fram i din närmaste domkyrka.

Nu har ett urval av böner samlats i en pocketbok som finns att beställa hos Verbum förlag. 15 kr per bok går till Svenska kyrkans internationella arbete. Bönewebben: [svenskakyrkan.se/be](http://svenskakyrkan.se/be)

## Först med rättvis handel

Kyrka för Fairtrade består av församlingar som engagerar sig för rättvis handel och Fairtrademärkta produkter.

Det var egentligen här som hela rörelsen startade.

Hammarö församling diplomerades av Sveriges Kristna Råd hösten 2010 och blev den första rättvisemärkta församlingen i stiftet.

– Det ligger i tiden att tänka på sina medmänniskor. Det är ofta barn som producerar sådant vi handlar. Köper vi produkter med rätt märkning gör vi en stor insats, säger Maggan Carlsson, församlingspedagog. Hon är delaktig i församlingens internationella grupp som bland annat ordnar miljögodstjänster och kioskförsäljning.

– Vi vill visa att detta inte är svårt, det borde vara självklart.

Läs mer på: [skr.org](http://skr.org)

## Bibel och psalmbok i gummi

Konfirmandbibeln har genomgått en tidsenlig makeover. Fredrik Beverhjelms och Rickard Bonniers arbete med innehållet hjälper konfirmanden att bygga en egen relation till bibeltexterna. Den är formgiven och illustrerad av Mrs Murphy, som med sin personliga stil satt sin prägel från pärm till pärm.

Jacob Söderqvist är konfirmandledare i Arvika östra församling. Han berättar att den nya bibeln mötts av mycket positiva reaktioner.

– Designen gör bibeln roligare och enklare att läsa, berättar han.

Jacob tror att ungdomarna inte bara lär sig mer om tron utan även om bibelns påverkan på samhället. I vissa texter finns hänvisningar till filmer, böcker eller musik som inspirerats av just den texten.

Nu finns även den svenska psalmboken med vackert ljusgrönt gummiomslag som matchar bibeln.

Beställ på: [verbum.se](http://verbum.se)



## Matkasse som skänker hopp

Svenska kyrkans matkasse innehåller ingen hemkörning, inga råvaror eller recept. Istället får utsatta människor världen över möjlighet att äta sig mätta, ta sig ut ur fattigdom och skapa ett tryggare liv. Prova Svenska kyrkans matkasse. Tillsammans utrotar vi hungern.

Läs mer på: [matkasse.svenskakyrkan.se](http://matkasse.svenskakyrkan.se)

## Svenska kyrkan Play

Nystartad satsning på webb-tv: [play/svenskakyrkan.se](http://play/svenskakyrkan.se)



## Kyrkans unga delar gemenskap

Svenska Kyrkans Unga har många aktiviteter. I dag finns det ungefär 800 medlemmar i stiftet mellan 0–30 år. Ledorden är gemenskap, ansvar, förtroende och inspiration.

– Vi ordnar utbildningar och inspirationsdagar. Gemenskapen är viktig.

Vi delar och upptäcker tron tillsammans, säger Diana Drewstad, verksamhetsledare för Svenska Kyrkans Unga i Karlstads stift.

Årets största mötesplatser är påsklägret som brukar samla runt 100 personer varje år, höstmötet för barn mellan 9–12 år och årsmötet där vi lär oss demokratifrågor.

Läs mer på: [skukarlstad.org](http://skukarlstad.org)



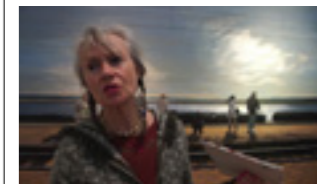
## Ge bort en gris

Genom Svenska kyrkans webbshop kan du ge ett barn skolgång, köpa en gris till någon som verkligen behöver en eller ge en fiskare nya redskap. Svenska kyrkans internationella arbete sker genom ACT-alliansen, som är ett globalt nätverk för kyrkor över hela världen.

Du får ett gåvokort som bevis för ditt bidrag – perfekt present eller julklapp: [webbshop.svenskakyrkan.se](http://webbshop.svenskakyrkan.se)



## DEM VEM ÄR GOD OCH VARFÖR?



**Karin Broos, 61 år, Östra Ämtervik**

– Min granne Björn Lans visar en väldig omsorg för andra och finns alltid till hands när det behövs.



**Gelnaz Mergi, 27 år, Karlstad**

– Jag måste säga min mor. Hon har alltid tagit hand om mig och familjen. Både när vi var fattiga och inte hade råd med mat och nu senare när vi har det bättre. Hon har stått vid min sida i alla lägen. Jag ser mamma lite som en ängel.



**Jörgen Jönsson, 39 år, Karlstad**

– Ja, det skulle väl vara frugan då. Hon har ett varmt hjärta och är väldigt omtänksam.



**Evelin Nilsson, 18 år, Munkfors**

– En person som vill andra väl men det behöver inte vara värsta välgörenhetsgrejen. Man är väl inte född till att vara god utan det är ju något som man hela tiden strävar efter och vill uppnå. Jag har en klasskompis som jag tycker är god, hon vill alltid väl.

A close-up photograph of a man with a serious expression, resting his chin on his hand. In the background, a computer monitor displays a Facebook profile page with various posts and photos.

# *Mellan hopp och förtvivlan på facebook*

”Jag fick dela så många fina minnen av Hanna med människor jag inte kände. Utan kontakten på facebook skulle jag aldrig fått den möjligheten. **Mitt i allt det svåra och hopplösa kände jag en stolthet över vem hon var och vad hon betytt för andra.** Det hjälpte mig.”

TEXT: HELENA SÖDERQVIST FOTO: ÖVIND LUND

Söker efter sidan. Igen och igen. Men den är borta. Och så måste det bli. Hannas sambo skrev för några veckor sedan att den skulle försvinna. Nätbesökarna var beredda. Ändå är det konstigt och tomt. Platsen där vänner skrivit om saknaden, delat minnen och funderingar, stöttat och uppmuntrat är tom. Bilden är borta.

– Att stänga sidan var ett svårt beslut. Lite som att ta bort det sista av Hanna. Men jag tror det är rätt. Den har fyllt en viktig funktion för mig och för hennes vänner, men vi måste vidare.

Michael Pettersson kränger av sig ytterrocken och sjunker ner på kaféstolen, omgiven av vardagsorl och shoppingtrötta reamänniskor. Ett år har snart gått, i chock och i sorg. Saknaden efter Hanna låter sig inte beskrivas på något enkelt sätt.

– Vi fick sex år tillsammans.

Det onda började som en vanlig vårförkylning, men en som inte ville ge sig. Efter en lång arbetsvecka tog Hanna tidig kväll, kröp ner och tänkte sova sig frisk. Men febern steg och nacken stelnade.

#### Direkt till akuten

– Hon väckte mig tidigt på morgon. Det var Valborgsmässoafton. Vi åkte direkt till akuten.

Där blev de sittande. Michael beskriver timmarna på sjukhuset, hur Hanna väntade tålmodigt iförd solglasögon och täckjacka, och med spypåse i händerna, hur de fick ett rum men lämnades ensamma, hur tiden gick. Det som hände där, eller snarare inte hände, är under Socialstyrelsens utredning.

– Om jag förstätt hur sjuk Hanna var hade jag burit in en läkare. Men jag hade inte den kunskapen, förstod inte hur allvarligt det var.

Men det förstod den doktor som till slut kom in

på rummet. Hanna var knappt kontaktbar och nu gick allt väldigt fort. Intensivvård och helikopter till Uppsala. Michael kunde inte ta till sig vad som hände, trots att läkaren förklarade allvaret.

– Hon gick ju in på akuten fyra, fem timmar tidigare. Meningit. Hjärnhinneinflammation. Skulle hon aldrig mer bli den samma? Det var helt omöjligt att förstå.

De närmaste dagarna ringde telefonen oavbrutet. Familj, vänner, arbetskamrater ... alla ville veta vad som hänt och hur Hanna mätte. Behovet av information var oändligt, som alltid vid katastrofer.

– Så många som ville veta och jag ville verkligen berätta, men jag ville ju samtidigt sitta hos Hanna istället för att sitta i telefon.

#### Vännerna skulle veta

Michael såg möjligheterna på facebook, först på sin egen sida men ganska snabbt bestämde han sig för att också gå in och skriva meddelanden på Hannas sida, till 350 personer runt om i världen, varav de flesta för honom obekanta.

– Hanna och jag träffades ju relativt sent i livet. Hon hade bott på olika ställen tidigare och många av de hon kände hade jag så klart aldrig träffat. Men på facebook fanns de samlade, det visste jag.

Tanken var att ge information, inte minst för att undvika spekulationer och felaktigheter. Rykten far så lätt och Michael ville undvika det. Något svårt beslut att använda just facebook var det aldrig. Offentligheten var inte på något sätt obekvämt, tvärtom såg han den som en tillgång.

– Jag valde ju själv hur mycket som skulle stå där. Och det var långt ifrån allt.

Michael var dessutom helt övertygad om att



Att stänga facebooksidan var ett svårt beslut, lite som att ta bort det sista av Hanna. "Men jag tror det är rätt. Sidan har varit betydelsefull för oss alla, men vi måste vidare", säger Michael Pettersson. Minnena lever kvar.

Hanna tyckte om initiativet. Hon ville att vännerna skulle veta, tror han.

– Fast jag kunde ju inte diskutera saken med henne. Så var det ju. Men jag berättade.

Michaels första inlägg handlade om undersökningar och diagnoser, prognoser och tillstånd. Korrekt och rätt avskalat. Gensvaret blev enormt. Hundratals kommentarer mötte både honom och Hanna. Personliga, stöttande, medkännande, hoppningivande.

Av den där tafattheten och svårigheten att formulera sig, inför människor som drabbats av sorg och olycka, ett fenomen som brukar vara rätt tydligt i det vanliga sociala livet, fanns nu inte ett spår.

#### Mötas utan krav

Att sitta ensam vid datorn, en kort stund mitt i vardagsstressen, samla sig och skriva ner den där tanken som surrar, eller att bara skicka bilden av ett hjärta, är lättare än att uttala orden, tror Michael.

Det finns behov av att mötas utan krav på prat, särskilt i svåra situationer.

Under det halvår Hanna kämpade för sitt liv utvecklades hennes facebookside till en viktig mötesplats och den blev också för Michael något mer än en informationskanal.

– Jag fick dela så många fina minnen av Hanna med människor jag inte kände.

Utan kontakten på facebook skulle jag aldrig fått den möjligheten. Mitt i allt det svåra och hopplösa kände jag en stolthet över vem hon var och vad hon betytt för andra. Det hjälpte mig.

Han berättar om hälsningar från Paris, Japan och Phoenix, om gamla barndomsvänner, handbollstjejer, studiekamrater ... de var så många som hörde av sig.

– Hade aldrig förväntat mig det.

"Det är människors  
omtanke som gör  
att man orkar."

### Tände levande ljus

Michael tyckte om att möta vännerna virtuell, en och en, i sin takt, utan krav och förväntningar fanns de på skärmen. Efter ett tag började han så smått dela med sig av sina egna tankar och känslor, om sorg och förtvivlan, och om den oändliga tomheten när kampen var över.

– Jag ville. Det kändes trovärdigt och ärligt. Och jag har fått så mycket tillbaka.

Sidan blev också en plats för Hannas vänner att mötas, även de som inte kände varandra. En plats att dela känslor och symboliska handlingar.

Michael berättar om den där sista kvällen, när facebookvännerna fått veta att livet snart skulle ta slut, och de tände levande ljus i sina fönster, förenades i tankar och förtvivlan, också de som inte kände varandra men som kände Hanna.

Ord och handlingar är betydelsefulla, oavsett form och plats.

– Det är människors omtanke som gör att man orkar. Det är det goda mitt i allt det hemska. Och det som sen finns kvar som fina minnen. ■



#### Cilla Hellberg

Tänker på dig, varje dag. Önskar, hoppas. Kram söta du.

Gilla · Kommentera · Visa vänskapssida · den 18 juni kl. 21:22 via mobil ·



#### Anna Jevtic

Hanna ♥ du kommer alltid att finnas med oss ♥  
Men i Julen blir veldig tom utan dig ♥

Gilla · Kommentera · Visa vänskapssida · den 20 december kl. 20:53 i närheten av Vadstena, Östergötlands Lan ·

#### Anna Jevtic, Vadstena

Anna berättar hur hon bad, tände ljus och skickade hjärtan. Handlingarna var viktiga. Att besöka sidan var ett sätt att möta Hanna, men också alla hennes vänner.

– Det finns en stor kraft i att vara många och uttrycka samma sak. Jag tror att Hanna nåddes av den kraften, att det var därför hon kämpade så länge.

Anna saknar facebooksidan men säger att hon förstår och respekterar Michaels val.

– Hanna finns bland oss. Kroppen dör men aldrig själen. Det är vad jag tror.

#### Cilla Hellberg, Stockholm

– Jag är otroligt tacksam för att Micke valde att låta oss alla vara med. Det kändes tryggt att kunna gå in på sidan och få veta hur läget var. Att dela smärtan och sorgen var något positivt.

Cilla beskriver också kontakten som ett sätt att få "prata" med Hanna själv. Ett forum att få uttrycka sina tankar, och att slippa stänga dem inne.

– På något sätt kunde jag nå henne. Genom facebook har jag känt mig närmare Hanna än på länge, trots att hon ju var på väg bort.



# Vi behöver våra riter

Riter har alltid funnits. Men de symboliska handlingarna förändras. Då facebookvännerna, som inte kände varandra men som kände Hanna, tände ljus den dag hon dog, är ett exempel.

Per Pettersson, professor i religionssociologi vid Karlstads universitet, reder ut begreppen kring människors behov av riter.

TEXT: HELENA SÖDERQVIST FOTO: MARIA STARRIN

## Vad är en rit?

– Ordet rit används på lite olika sätt i olika sammanhang. Ofta menar man en handling som i symbolisk form uttrycker känslor och tankar. Alltså en handling som uttrycker något mer än själva handlingen. Ta till exempel då man tänder ett ljus, om du tänker på någon annan när du tänder

gemenskap. Riter gör att vi infogas i en samhällsgemenskap.

## Hur har riterna förändrats i vår kultur?

– Svenska kyrkans riter har blivit mer individualiserade. Tidigare var de standardiserade. Gudstjänst klockan elva på söndagar och bara ett visst antal psalmer att välja på, till exempel. Sedan 1980-talet ser vi en tydlig förändring där människors behov av lokal och personlig anknytning tillgodoses. Anhöriga är mycket mer aktiva i planeringen av livsriterna och önskningarna är ofta individuella.

## Är det skillnad på sekulära och religiösa riter?

– Det är inte säkert. I en ordlös symbolhandling, som att tända ett ljus, lägger vi in våra egna tankar och de kan ingen styra över. När det gäller kyrkans riter är det nog ganska vanligt att människor

lägger in andra innebörder i dem än vad kyrkan gör. Det finns olika tolkningar kring en och samma rit. En av sociologins grundare, den franske professorn Emile Durkheim, skilde inte på samhälle och religion och menade att religionens riter är det som ursprungligen har skapat en samhällsgemenskap. Vi kan se tecken på de religiösa riternas betydelse för hela samhället även i vårt samhälle idag t.ex. i samband med kriser och katastrofer. Varför samlas människor i kyrkan vid katastrofer, och inte på ICA eller i Folkets hus? Jo, för att religionen tillhandahåller riter för sammanhållning inom samhällets gemenskap.

## Vilka riter värnar vi mest om?

– Livsriterna eller passageriterna som de också kallas. De manifesterar att mänskliga relationer förändras. Vid barndopet upptas den nya människan i en gemenskap. Är det första barnet medför det också en förändring för de vuxna som blir mamma och pappa. Vigsel



markerar att en ny familj bildats, men även att de två som gifter sig lämnar en tidigare gemenskap för att bilda en ny. Konfirmation var tidigare en rit för att markera vuxenlivet. De senaste 20 åren har studentexamen blivit mer allmän och till stor del övertagit funktionen att markera övergången till vuxenlivet. Man kan också se att barndopet delvis fått en ny funktion. Det är inte ovanligt att det är första tillfället då två släkter träffas, det som traditionellt skett i samband med vigseln.

## Vilka nya riter kan du se?

– Framför allt har vi nya riter med religiösa inslag kring död och sorg. Att tända ljus på olycksplatser är en relativt sentida symbolhandling. Första gången en olycksplats offentligt uppmärksammades på det sättet var i samband med Olof Palmes död 1986. Mordplatsen fylldes med röda rosor och levande ljus. Vid Estoniakatastrofen 1994 fanns det ingen olycksplats att gå till, då fylldes istället kyrkorna av ljuständande människor.

## Varför tänder vi levande ljus?

– Det är en enkel och kraftig symbolhandling. Vi förvandlar mörker till ljus. Ljuständning är vår vanligaste rit och den är typisk för vår tid.

## Vilken roll har sociala medier för nya former av riter?

– Internet och de sociala medierna går in och fyller ett behov av att hitta anknytning till andra människor. De nätverk som uppstår tydliggör vikten av personliga och mänskliga relationer. Tekniken bär relationer mellan människor. Även i vårt individualiserade samhälle är

den kollektiva gemenskapen med alla i hela samhället viktig. Men vi söker i dag nya former av gemenskap, som är mer baserade på intressen och relationer. Just den sortens kontakt är lätt att skapa på nätet. Det leder också till en utveckling av nya typer av symbolhandlingar inom dessa nya nätverk, som till exempel när facebookvännerna uppmanade varandra att tända ljus för sin vän.

## Hur ser framtidens riter ut?

– Det är alltid vanskligt att uttala sig om framtiden men jag är säker på att kyrkans riter kommer att bli än mer personliga. Den utvecklingen fortsätter. Sen tror jag möjligheten att bilda gemenskaper genom nya medier kommer att leda till nya former av manifestationer och riter, både sekulära och religiösa. I det gamla bondesamhället kunde man inte ha så många hemligheter. I dag kan man pröva sig själv och vem man är på ett helt annat sätt. Ur de möjligheterna tror jag också att nya riter föds.

## Vilken roll har kyrkan och religionen i den utvecklingen?

– Jag tror inte att små och nya gemenskaper, oavsett i vilken form de finns, står i konkurrens till kyrkan. Kyrkan representerar något större som överbryggar mindre gemenskaper. Svenska kyrkan är en kulturell ram. Det finns inte längre så många överbryggande gemenskaper kvar i vårt samhälle. Allt färre knyter an till grupperingar som spänner över hela livet, till exempel har politiska partier och fackföreningar svårt att rekrytera medlemmar, bara fem procent

av befolkningen är medlem i ett parti. Kyrkan tappar också men fortfarande är 70 procent av svenska folket medlemmar. Det är den största överbryggande organisationen vi har i vårt land.

”Idag kan man **pröva sig själv** och vem man är på ett helt annat sätt”.

## Vad är det kyrkan erbjuder som tilltalar människor?

– Kyrkan erbjuder en tillhörighet som inte kräver prestation. Medlemskapet ger samhörighet med människors historia och generationer bakåt. Det är också en kristen världsvid gemenskap och en relation till något som är större än jag själv. Det är de anledningar människor uppger då de får frågan om vad kyrkan betyder för dem. Livsriterna är påtagliga och viktiga uttryck för att man tillhör den här kravlösa gemenskapen. Min uppfattning är att Svenska kyrkan fyller ett långsiktigt behov av gemenskap som inte står i motsats till mer kortvariga och förtätade gemenskaper. Och det behovet kommer att finnas kvar. Sen är det en annan fråga om kyrkan klarar att möta behovet. ■



# ”Man mår bra av att hjälpa andra”



Conny bygger ett kapell. Per lagar tänder på dem som inte har råd eller möjlighet till tandvård på annat sätt. **Det ideella arbetet kan ta sig många uttryck.**

På utsidan ser det timrade kapellet färdigt ut. Men inuti finns ännu mycket kvar att göra, det är egentligen bara ytterväggar och golv som står klara.

– Jag räknar inte riktigt tiden jag lägger ner på det här, men vi jobbar här minst en kväll i veckan. Och sen handlar det om att skaffa fram material och så under övrig tid, säger Conny Rådesson.

Han är elektriker och har ett stort intresse för byggnadsvård, som han nu får användning av när

- ◀ Skärgårdskapellet i Kristinehamn rustas. Conny Rådesson gillar att jobba med gamla hus och arbetar ideellt minst en kväll i veckan.

han på sin fritid hjälper Kristinehamns församling att rusta ett gammalt kapell.

I ungefär två år har Conny lagt ner sin tid och kunskap i projektet. Han uppskattar att de nu kommit ungefär halvvägs, men han vill inte stressa på arbetet och riskera att kvaliteten blir sämre.

– Kyrkan är en stor kund för mig i min firma och vi har alltid haft ett bra samarbete. Många i församlingen har blivit som mina arbetskamrater. Så jag ser det lite som ett tack från mig till dem, som en tjänst vänner emellan. Och sen tycker jag ju att det är väldigt roligt att jobba med gamla hus, säger Conny.

## Nya möjligheter

En av de som Conny haft kontakt med i församlingen är Kristina Sandgren Furberg. Hon är diakon och jobbar för att öka möjligheten för människor att vara delaktiga i Kristinehamns pastorat.



Kristina Sandgren Furberg vill låta människor hjälpa till på deras egna villkor.

– I vår tid finns en trend att man först och främst ska se till sig själv. Men jag tror att det är väldigt många som inte trivs i det, som vill göra något för andra, säger Kristina.

Hon tycker att det fortfarande finns många i Svenska kyrkan som ser medlemmarna som konsumenter av det kyrkan har att erbjuda och inte som delaktiga tillsammans med de anställda.

– Vi har haft en lång tid av att vara en resursstark kyrka som också gjort att vi inte varit tvungna att måna om det ideella arbetet. Men jag tror att det är viktigt att se att kyrkan består av de som är aktiva och att vi alla är kopplade till varandra. Om medlemmarna är mer aktiva får vi en mer levande kyrka.

Nu vill Kristina hitta nya sätt att se på ideellt arbete och idealitet. Att ta tillvara på det som människor vill ställa upp och göra och att ge människor

möjlighet att hjälpa till på deras egna villkor.

En del har hur mycket ork som helst, andra vill bidra mer begränsat, vissa vill göra något på kort sikt och andra vill dra igång större projekt.

– Att få människor att engagera sig är inte svårt. De som vill engagera sig, de vill. Och de tackar ja. Det gäller bara att hitta formen för hur människor ska bli mer delaktiga. Konkret handlar min vision om att både kyrkan och församlingshemmet ska vara fyllda av människor som är delaktiga och att det är tydligt att alla hör ihop, säger hon.

## Hjälper med tandvård

När tandläkaren Per Bemark sålde sin praktik och blev pensionär började han fundera på vad han nu skulle fylla tiden med. Han kände sig inte riktigt färdig och ville fortsätta på något sätt.

– Jag ville göra något menings-

» fullt med min tid och mitt kunskande. Jag hade hört ett radio-program som hette "Den hemliga kliniken", det var en dokumentärserie om läkare och sjuksköterskor som hjälpte sådana som inte har råd eller möjlighet att få sjukvård på annat sätt. "Det här borde man kunna göra i Kristinehamn också" tänkte jag.

Per tog kontakt med Kristinehamns församling och diakonerna gillade idén. Efter en tids arbete med att lösa praktiska frågor – Per lånar en tandläkarmottagning tre timmar i veckan och har en pensionerad tandsköterska som hjälper honom – är verksamheten nu igång.

#### Mänskligt behov

När diakonerna i församlingen möter någon som inte har råd eller möjlighet att få tandvård slussar de dem vidare till Per.

– De senaste åren är det fler människor som vänder sig till kyrkan för att få ekonomisk hjälp. När samhället inte backar upp, då är det till frivilligorganisationer man vänder sig. Och idag är det "vanliga" människor som

hamnar i de här situationerna, ofta ensamstående föräldrar som blir allvarligt eller kroniskt sjuka. Det är fantastiskt att Per och de andra ställer upp och hjälper dem, säger Kristina.

Och Per gillar att engagera sig. Dels ger engagemanget honom en meningsfull sysselsättning och dels hjälper han människor i behov av tandvård. Att man personligen också trivs med sitt engagemang är inget problem, betonar Kristina.

– Det är ju bara bra att man mår bra själv av att hjälpa andra, det finns ingen motsättning i det, säger hon.

– Att finnas till för andra och att vara en del av en gemenskap, det är nog ett mänskligt behov som finns hos nästan alla. ■

#### TIPS

Ideellt Forum – Om delaktighet och frivillighet i Svenska kyrkan [www.ideellforum.se](http://www.ideellforum.se)  
Volontärbyrån förmedlar kontakt mellan volontärer och ideella organisationer [www.volontarbyran.org](http://www.volontarbyran.org)



Per Bemark arbetar ideellt som tandläkare.

#### FAKTA

##### Skärgårdskapellet

Kapellet låg tidigare vid torpet Lötmosse på Wärmlands Säbys mark, i Visnums församling mellan Kristinehamn och Mariestad.

Det byggdes 1895 av metodister och skänktes år 2004 av metodistförsamlingen i Åtorp till Föreningen Skärgårdskapellet i Kristinehamn.

Kapellet flyttades till Kristinehamns församlings sommarhem i Kristinehamns skärgård, nära Picassostatyn. Med hjälp av ideella krafter rustas kapellet upp. Det invigdes den 20 juni 2010 och förhoppningen är att det ska kunna användas sommaren 2012.

Till kapellet har konstnären Bengt Olsson målat en altartavla.

#### PORTRÄTT

JENS  
ASSUR  
41 ÅR

FRILANSFOTOGRAF  
REGISSÖR  
MANUSFÖRFATTARE  
OCH FILMPRODUCENT

BOR I STOCKHOLM

## Hur bemöter vi ondska?

TEXT: JESSICA SEGERBERG FOTO: LINUS MEYER



Jens Assur säger att han aldrig personligen har upplevt ondska. Att han aldrig drabbats av den för egen del men däremot skildrat resultatet av den fler gånger än de flesta människor.

– Jag har rest i konfliktområden och där är ondskan synnerligen tydlig. När jag var i Rwanda kom jag till en by där ett par tusen människor massakrerats. Men ondska ser du även i vårt närområde, mekanismerna bakom är desamma.

Han berättar att han ser ondska i alla dess former i vårt samhälle. Både lokalt och globalt.

– Det tycker jag är en del i ett mänskligt beteende och agerande. Jag tror att det är ganska lätt att agera ont. Om det finns gruppträck, lust och makt att bete sig så. Vanliga goda humanistiska människor kan begå brott.

Flera gånger påpekar Jens att det är två helt olika saker att faktiskt ha upplevt ondskan, att ha varit i den, och att bara ha sett den.

– Man ska vara försiktig när man pratar om det här. Man ska ha respekt för det som människor upplevt på nära håll och sätta det i perspektiv.

Han är tydlig. Självklar i sitt tal.

– När Breivik sprängde en bomb, sedan åkte ut till Utøya och dödade massor av människor så är det en genuint ond handling. Det går inte att använda sig av något annat epitet. När en person med risk för sitt eget liv räddar en annan är det en god handling. ■

*Tack för alla arbetsår, allt viktigt som blivit gjort. Nu är jag glad att jag får vila – men ibland avundsjuk på dem som är mitt i arbetslivet. Tack för att jag fortfarande är nyfiken på livet, att jag är pigg. Tack för att jag fortfarande orkar hjälpa andra. Och när jag inte orkar ens det – låt mig då ändå tacka dig och be för andra.*

MÄN EMELLAN

# Det varma samtalet

TEXT: BO LEVIN FOTO: JESSICA SEGERBERG

Nu är värmen  
i bastun extra god.  
Endorfiner släpps lösa.

Det sägs att **män** har svårt att prata om det som är **viktigt i livet**. Men **nakenheten** och **värmen** i en bastu kan locka fram det **innerliga samtalet**.

– **Bastun** är ett rum där det ibland uppstår intressanta resonemang mellan män, säger Göran Bergh.

**T**illsammans med Staffan Jofjell, fotograf och jourarbetare på Munkfors värmeverk, och Göran Bergh, keramiker och också han jourarbetare på värmeverket, tar jag ett av de återkommande bastubaden invid älven. När första skopan vatten hålls över kaminen slår fuktig värme mot ansiktet. Klarälven rinner sakta utanför det stora bastufönstret, kall och inbjudande. Om ett litet tag, när hettan värmt upp kropparna, är det dags för första doppet i det tregradiga vattnet. Staffan och Göran grymtar förnöjt där de slapp

sitter uppkrupna på översta laven. Nu är det nu som gäller.

Innan min pappa dog för tolv år sedan hann jag inte åka de 24 milen till lasarettet i Västerås. Han hade frågat efter mig, men eftersom jag just kommit hem från en sjukhusvistelse efter en lunginflammation var det inte möjligt. Jag kunde knappt stå på benen. Några år senare kände jag att det där fanns kvar någonstans inom mig. Något jag måste ta tag i.

En vacker julmorgon packade jag därför motorcykeln och åkte iväg mot Spanien. Under den turen

dök han upp hos mig, kom nära. När jag var tillbaka i Värmland igen var saken klar.

Om det berättar jag nu. Det är lugnt. Bara knastrandet från kaminen och våra tankar.

#### Ensam med sin sorg

Göran har varit med om kanske det värsta som kan hända. Kvinnan han älskat i 32 år gick hastigt bort för sex år sedan. Chocken tog vid. Såren blev djupa.

– Jag sökte aldrig upp någon psykolog eller så för att prata, det kändes inte naturligt för mig. Även om jag kanske borde ha gjort det i och för sig. Jag vet inte hur jag hanterade det där egentligen. Det var bara att ta sig igenom det.

När det var som värst tog Göran långa promenader på kvällarna för att avreagera sig. Då fanns det ingen risk att träffa på någon som ville prata.

– Det var väl den enda metod som jag kan peka på som funkade för mig. I det läge som jag var i då så ville jag vara i fred. Men sen kunde jag ju också träffa människor för att prata om det som hänt.

#### Fanns ingen tröst

– Det är klart jag hade kompisar som jag kunde snacka med. De var så tålmodiga, men de blev nog trötta på mig. Det var svårt, jag var ju i ett slags chocktillstånd första året. Jag hade väl en tanke om att bara jag låter det hända så får jag se hur det går. Jag försökte inte styra något utan jag lät processen gå. Jag kände att i det läge som var fanns ingen tröst, det hade ju ändå gått åt helvete.



Efter lång tid började livet så sakteliga återvända.

– Det funkade ju till slut i mitt fall. Men nu i efterhand kanske det hade varit bra för mig att gå och snacka med någon psykolog eller nåt. Då hade det kanske gått fortare att ta sig igenom. Det hade väl antagligen inte varit fel.

– Min strategi när min fru hade dött, ja till och med innan, var kanske något typiskt manligt. Som t ex när folk omkring mig erbjöd sig att hjälpa mig och jag ofta sade nej. Men jag lärde mig så småningom att tacka ja fast jag inte trodde att det kunde vara till någon hjälp. Och det var en nyttig lärdom jag fick, det inser jag nu.

#### Packade motorcykeln

Kroppen hamnar nästan i chocktillstånd i Klarälvens kalla vatten. Vi pustar och frustar och nu smakar den där ölen fint på bänken utanför bastun. Huden rödaktig, ånga ur munnarna. Nu är värmen i bastun extra god. Endorfiner släpps lösa.

– När min pappa dog för många år sedan blev

Men vad hände med mig och min oro?  
Jag har **aldrig pratat med någon** om den och **ingen har heller frågat**.

det ingen kris för mig, berättar Staffan. För han var ju gammal då och livet är ju så. Han tyckte faktiskt att det var lite spännande, det här hade han aldrig »

- » varit med om! Och det var ju till och med lite uppmuntrande med hans syn på döden och på tillvaron. På sommaren efter att pappan dött i april kom det in ett stort höetryck i hela Norden som skulle ligga kvar.
- Ja! Nu är det dags! Jag packade motorcykeln med tält och sovsäck och jag reste till de platser där pappa och sedan även mamma bott på innan jag föddes. Det blev en väldigt märkbar resa, faktiskt. Jag menar, farsan var ju en sådan historieberättare och har varit med om fantastiska saker.

## Jag vet att jag tänkte att det finns alltid hjälp att få även om jag inte vet hur den kommer att se ut.

- Det var roligt att göra den här resan på motorcykel och besöka de fina ställena. Köpa lite fisk i Trondheim och sen åka upp på fjället och steka den på trangiaköket och besöka platser där han bott och träffa människorna som kände honom.
- Jag ville göra resan ensam. Jag hade tid och det var inte kostsamt och motorcykeln fungerade hyfsat. Och så har jag gjort då och då. Jag ger mig ut på resa när livet stannat upp.

### Hoppades få leva

För 25 år sedan hamnade Staffan i en allvarlig kris. Han blev svårt sjuk i magcancer och trodde han skulle dö.

– Jag vägde 20 kilo mindre än jag väger nu. Jag var en ung man med barn i tioårsåldern. Det var naturligtvis en stor kris. Jag kom ihåg att jag hoppades få leva två, tre år så barnen blev lite större.

Staffan opererades och han gick också i gruppterapi och efter fem år blev han friskförklarad. Och han hade fått nya insikter.

– Jag vet att jag tänkte att det finns alltid hjälp att få även om jag inte vet hur den kommer att se ut. Jag behöver inte stå ensam med det här. Det finns människor som är duktiga och villiga att hjälpa. Det var en otrolig upptäckt att det fanns så många möjligheter som jag inte haft en aning om tidigare. Man behöver inte stå där ensam i kylan en kall vinternatt.

– Det gav också insikten om att man inte är helt utlämnad även om man ytterst inför sin egen död är

ensam. Och den här yttersta existentiella ensamheten delar man med alla människor. Alla ska vi dö. Det är rätt fantastiskt egentligen att den binder oss alla samman. Det ligger en enormt stor gemenskap i det.

### Ingen har frågat

Det är hett nu i bastun och svetten rinner. Dags att hoppa i älven igen. Det är inte tal om att simma, ett snabbt dopp och så in i hettan igen.

Jag berättar om när min fru talade om för mig att det var cancer hon hade i ett bröst, men att det inte var något att oroa sig för. Att den inte spridit sig till lymfan visste ingen förrän på operationsbordet. Hon filmade samtalet med läkaren när hon fick beskedet. Hennes syster, som också opererats för bröstcancer 20 år tidigare, filmade sen operationen. Min fru jobbar just nu med en film med arbetsnamnet "Alla är bekymrade utom lillsyrran och jag".

Det är snart fyra år sen operationen och allt tycks ha gått bra. Men vad hände med mig och min oro? Jag har aldrig pratat med någon om den och ingen har heller frågat. Cancer är inte något man gärna pratar om. Men nog sitter det något djupt därinne. Det får nog bli en långtur på motorcykeln till sommaren.

Vi är överens om att inte ta livet för givet. Det kan vara ganska så skört och det gäller att ta vara på det här och nu.

– Ja, vi går på en väldigt smal egg, säger Göran. Jag höll på att trilla ner genom ett hål i ett inte färdigbyggt golv för ett tag sen. I och för sig var det hyfsad chans att det skulle gå bra men jag kunde lika gärna ha ramlat fem meter ner i betonggolvet. Och min bästa vän dog hastigt mitt i ett skämt för några år sedan.

### Dyrköpt kunskap

– Jag tror det är viktigt att ta vara på livet nu och inte vänta. Och att ta hand om de människor man tycker om. Berätta för dem att du tycker om dem och red ut alla löjliga småkontroverser som sen efteråt kan bli ett elände för den som är kvar.

– Jag har också fått mer distans till det som är viktigt och mindre viktigt i livet. Idag kan jag strunta i sådana saker som jag förr tyckte var viktiga men som inte har någon större betydelse. Dyrköpt kunskap, men rätt bra att ha.

Det är tid för tredje doppet i älven. Och sen svalka av en stund i luften innan det är dags att avsluta bastubadet. ■

## Mansmyten luckras upp

Män har färre nära vänner jämfört med kvinnor, visar forskning. Det gör också att de är mer ensamma om sina problem och det kan få stora konsekvenser. Historiskt har det inte alltid varit så här. Under 1600- och 1700-talet var det okej för män att vara mer känslösamma och de odlade nära vänskapsförbindelser med andra män, skrev dikter och romantiska brev tillsammans. Industrialismens intåg på 1800-talet medförde en disciplinering av samhället men också av känslolivet.

Rationalitet och förnuft styrde det manliga idealet. Under 1940- och 50-talet skedde en stelbent uppdatering av hem och arbete med

logik och abstraktion som norm.

Idag närmar sig män och kvinnor varandra alltmer känslomässigt.

Pappaledigheten har betytt mycket och mansrollen har blivit mer elastisk. Arbetslivet tillåter också mycket mer av det idag. ■

### LÄSTIPS

**Män och deras maskiner** 1999

Ulf Mellström

**Nya fäder** 2010 Roger Klinth,

Thomas Johansson

**Sprickor i fasaden, manligheter i förändring** 2001

Red. Claes Ekenstam

**Rädd att falla-studier i manlighet** 1998

Antologi Claes Ekenstam m fl

## Hjälp för män i kris

I Karlstad finns två ställen som män som hamnat i kris kan vända sig till för att få hjälp. Den ena är Samtalsakuten som funnits sedan 1997. Den har till uppgift att vara ett samtalsstöd vid akuta livskriser som t ex separation, sorg, arbetslöshet eller existentiell kris. Meningen är att Samtalsakuten ska kunna erbjuda hjälp omgående, helst inom två arbetsdagar och det behövs ingen remiss.

Den andra är Krismottagning för män som startade 2004. Den är inriktad på samtalsstöd och vägledning för

män med aggressionsproblem, relationsproblem och föräldraskap och för män som vill samtala med en manlig terapeut. Krismottagningen ska kunna erbjuda hjälp helst inom en vecka efter första kontakt.

Bakom Krismottagning för män står Landstinget, Svenska kyrkan och Karlstads kommun. Den är integrerad med Samtalsakuten där också kommunerna i Hammarö, Kil och Forshaga finns med. 2010 var sju personer anställda vid Samtalsakuten och fyra personer vid Krismottagning för män.

**Samtalsakuten** V:a Torgg 15,

Karlstad. Tel: 054-18 00 50

Måndag, onsdag och fredag 8-10

**Krismottagning för män** V:a Torgg 15,

Karlstad. Tel: 054-18 01 54

Måndag och torsdag 8-10

### DEM ÄR GOD OCH VARFÖR?



**Keyvan Gomnam, 30 år, Arvika**  
– Min bror, Lohkman, tycker jag är god. Han hjälper andra, är aktiv i kyrkan och åker snart till Uganda för att hjälpa barn där.



**Tina Thörner, 45 år, Schweiz**  
– För mig skulle det nog vara Richard Branson. Han har startat sina företag och försöker skapa ett nytt tänk och hjälpa människor att göra mindre globala avtryck.



**Evy Karlsson, 70 år, Charlottenberg**  
– En som ställt upp för mig i alla år, min väninna Jörid Nilsson. Hon har ringt mig nästan varje dag sedan jag blev sjuk för tio år sedan för att se hur jag mår, fast hon själv haft det jobbigt. Jag hade aldrig klarat mig utan henne.



**Niklas Johannesson, 22 år, Skoghall**  
– Jon Bon Jovi, en gentleman inom rocken. Har skänkt mycket pengar till fattiga områden i New Jersey för att bygga nya hus där.



**Ann-Maj Hagström, 89 år, Mangskog**

– Moster Anna, för att hon alltid tog sig tid och jag kände att hon tyckte om mig.



**Ole Wiggo Bang, 60 år, Hammarö**

– Dalai Lama är den förste jag kommer på. Han utstrålar ett lugn, godhet och visdom som jag tycker om. Men det finns gott och ont i alla människor – även nazisterna hade barn som de älskade.



**Christian Bonnevier, 10 år, Karlstad**

– Min klasskompis Carl. Han vill göra mycket saker och bryr sig om mig och är jättesnäll.



**Eva Eriksson, 64 år, Karlstad**

– De som ideellt och helt osjälviskt ställer upp och visar solidaritet för sina medmänniskor. Det tycker jag är det goda. Det gör ett samhälle. För mig är det svårt att peka ut bara en person, det finns så många goda människor.

# Killsnack på Twitter

TEXT: BO LEVIN

När frilansskribenten Cimon Lundberg, 21, gick ut bland sina 7000 följare på Twitter och frågade efter manliga förebilder blev det knäpp tyst. Då frågade han om kvinnliga förebilder i stället och svaren strömmade in. Men bara från kvinnor.

Men en snöboll hade satts i rörelse. Killarna fortsatte att diskutera på Twitter och #killgruppen startades.

– Det var flera som kom i gång och pratade om frågor som varför man inte får prata känslor eller krama sina killkompisar utan att bli kallad böj, säger Cimon i en intervju på aftonbladet.se.

Men det var inte alla som gillade initiativet. Många män blev provocerade och Cimon blev kallad både kvinnohatare, patetisk och mes. Framför allt var det många medelålders män som hånade killar som skulle sitta där och "gråta ut".

Men att #killgruppen verkligen fyller en funktion visar det faktum att den nu hittat sin roll och växer snabbt i Sverige och även i Norge och Danmark.

– Att det blev en sådan stor reaktion är ett bevis på att vi behövs. Det finns ett jättestort behov att få uttrycka saker som även killar har gått och tänkt på. ■

## Här är några av reaktionerna:

"Grymt bra initiativ! Det är inte bara kvinnorna som kan ha det jobbigt, utan det kan vi också!"

"Bra ämne som behövs diskuteras och utredas. Vad är de manliga normerna? Är det förebilder som Alexander Gerndt och Chris Brown man ska ha? Eller kanske Mel Gibson eller Bruce Willis?"

"Måste man starta #killgruppen för att bli nära sina polare? Herregud, jag pratar känslor och kramas med mina polare VARJE månad!"

"Problemet med att hitta manliga förebilder stavas H-o-m-o-f-o-b-i. Eftersom att fler och fler män väljer att komma ut ur garderoben, så drar sig unga killar för att beundra män för att inte få bögstämpel."

KÄLLA: AFTONBLADET

**#Prataomdet:** Tidigare i år vann Johanna Koljonen och Sofia Mirjamsdotter Stora journalistpriset i kategorin Årets förnyare. De tog initiativet till nätverket #prataomdet. Där diskuterades negativa sexuella upplevelser.



**Lena Melesjö Windahl, 58 år, Karlstad**

– Lena Nordqvist i Insolvens som gör ett fantastiskt jobb för skuldsatta. Godhet är för mig att, utan krav på egen vinning, bidra till andra människors liv och livskvalité. Hon får stå som symbol för alla de människor som i olika organisationer bidrar till andra människors liv. De uppmärksammas för lite i den kommersiella tid vi lever i där yttre attribut har högre status än godhet.



**Ulrika Hebbe, 54 år, Klässbol**

– Att se sina medmänniskor är att vara god. Allt ska gå så fort nu för tiden och jag tycker det kan vara viktigt att stanna upp och bara fråga hur någon mår. Jag tycker moder Theresa var god för hon vigde sitt liv åt att hjälpa andra.



**Marcos Ciscar, 38 år, Filipstad**

– För mig handlar godhet om att alltid lyssna inåt. Om man vid varje steg har modet att följa sitt hjärtas sanna röst och ta konsekvenserna av det så gör man världen lite, lite bättre. Jag tänker på alla dessa människor som varje dag utan belöning eller utmärkelser hjälper andra helt enkelt därför att det känns rätt för dem. Detta är godhet.

## Vi tipsar om sociala medier

Ett axplock av sidor om kyrka, tro och liv.

### TWITTER

- **Amos Magasin** (@amosmagasin) *Magasin om tros- och livsfrågor*
- **SvKy Karlstad** (@svkykarlstad) *Svenska kyrkan i Karlstad*
- **Svenska kyrkans unga** (@bibelordet) *Ett bibelord om dagen*
- **Kyrkans Tidning** (@KyrkansTidning) *Svenska kyrkans tidning*

### FACEBOOK

- **Livet Värt Att Leva** *Temaveckan med livsfrågor i centrum*
- **Karlstads stift Svenska kyrkan** *Om kyrkan i stiftet och i media*
- **Svenska kyrkan** *Ställ din fråga eller tyck till om Svenska kyrkan*
- **Svenska kyrkan i Arvika** *Om kyrkoliv i Arvika*
- **Svenska kyrkan i Karlskoga** *Om kyrkoliv i Karlskoga*

### BLOGGAR

- **Biskop Esbjörns tankar**  
<http://blogg.svenskakyrkan.se/biskopesbjorn>
- **Kreativa mötesplatser i Hammarö församling**  
<http://kreativahammaroforsamling.blogspot.com>
- **Lidén i Athen med omnejd**  
<http://lideniaten.wordpress.com>
- **Svenska kyrkans bloggportal**  
<http://blogg.svenskakyrkan.se>

# Tillsammans kan vi göra skillnad

Tro och vardagsliv hör ihop. Sofie Halvarsson har bestämt sig för att göra världen lite bättre. Och hon har för vana att börja med sig själv. – Vi lever i en tid då det behövs motkrafter, säger hon.



**T**he sun has risen. Rösten är ljus och nästan försynt, men urstarkt närvarande. Där i villavardagsrummet vid pianot, omgiven av skinnsoffor och väggar fyllda med familjeminnen, finns ändå bara Sofie. Hon fyller vårt nu.

Om några månader ska allt vara klart. Nio egna låtar till en välgörenhetskonsert, hennes projektarbete innan studenten. Sofie skriver text och musik och gör alla arrangemang. Tillsammans med en kompisorkester och en barnkör tänker hon fylla domkyrkan.

– Det är mitt mål. Och jag vill att alla som kommer ska känna att tillsammans gör vi skillnad.

Sofie vill förbättra världen. Hon får det att låta enkelt och rätt självklart.

– Det hör ihop med min tro, som kristen ska man göra saker för sina medmänniskor.

Hon hoppas kunna inspirera andra men aktar sig för att missionera.

– Man kan inte tvinga tron på någon. Alla måste hitta sitt eget förhållningssätt. Men jag kan visa hur jag lever och vad jag står för som kristen.

### Människors lika värde

Sofie har växt upp i en kristen familj, pappa är präst och mamma socialarbetare och kyrkopolitiker. Så klart har närvaron av religiös övertygelse påverkat, och det vet hon, men några teologiska eller politiska diskussioner till frukosten har det aldrig varit. Hon beskriver hemmiljön mer som klimatpåverkan, hur hon växt och formats i en kristen anda av trygghet och tillit, och där människors lika värde betonats.

– Jag vet att jag är värdefull utan att behöva prestera.

Fast samtidigt är det just det hon gör, presterar, långt mer än de allra flesta.

– Men inte för att bli bäst, utan för att göra saker för andra. Jag tror på förändring och att en bättre värld är möjlig.

Riktigt hur övriga i familjen tror vet hon inte.

– Vi har nog alla vår egen relation till Gud. Och av syskonen är det bara jag som är aktiv i kyrkan.

Det har Sofie varit hela livet, från att ha deltagit i barngrupper till att själv bli konfirmandledare och kyrkvård.

– Som liten knäpper man händerna och förstår inte varför, men det känns tryggt och bra. Successivt, från tidiga tonåren ungefär, började jag göra medvetna val. Det skedde i mötet med andra, förklarar hon.

### Tankar från Taizé

Starkt inspirerad av den ekumeniska komuniteten i Taizé – som strävar efter ömsesidig förståelse och försoning, godhet och enkelhet – har Sofie format sina värderingar. Hon har gjort flera besök i den franska byn och även under en period arbetat som volontär tillsammans med andra unga kristna.

– För mig är tron trygghet och hopp. Gud finns alltid där, han följer mig i mina val och han går att lita på. Men min tro är inte färdig, den utvecklas hela tiden.

Silversmycket runt halsen, duvan och korset i samma symbol, har tillverkats av Taizémunkar och signalerar tro, hopp och kärlek.

– Jag har haft det på mig i två år.

Håret, det långa och blonda, pryds av afrikanska träpärlor, bland de många armbanden skymtar katolska ikoner och en protestantisk frälsarkrans.

Men bakom det där stillsamma, symboliska och nästan änglalika yttre finns en handfast praktiker, en ung självsäker kvinna som ser till att saker blir gjorda och som tror både på sin egen och andras förmågor att förändra och förbättra.

### You are always on my mind (till minne av Utöya)

*This morning the sunrise is coloring the blue sky red  
The Dove is not crying anymore, he has a work to be done  
69 souls he need to transfer to their father  
to guide them home  
And all the angels of heaven smile  
the humanity has given love its right face  
and the fight for a better world has began  
Love will never forget just forgive  
You are always on my mind*

Sofie Halvarsson

Några stora motgångar har Sofie Halvarsson aldrig haft. Men det är klart att de kommer, funderar hon. Så ser livet ut. "Jag hoppas att min tro hjälper mig då. Att jag byggt upp en grund som håller om det kraschar."

– Jag kan känna mig genuint lycklig när jag gör något som blir bra för andra.

Hon tar småsaker i vardagen som exempel, som den där gången på badhuset då hon gav bort sitt hänglås till en mamma och hennes barn. De stod där och kunde inte låsa skåpet. Eller kvinnan med tunga väskan som behövde hjälp men inte bad om det. Att stanna upp och se andras behov, att agera och faktiskt göra det man tycker är rätt istället för att bara ha det som teoretisk princip, så vill hon leva sitt liv.

– Man blir glad av att göra andra glada.

### Möta Gud och snacka

Det är söndag och för ett par timmar sedan stod Sofie i Grava kyrka och serverade värmande förmiddagsfika. Hon är kyrkvård, församlingens yngsta.

– Jag är intresserad av gudstjänstutveckling, förklarar hon. Tycker att kyrkan ska vara en plats också för unga, ett ställe att möta Gud och varandra, snacka och känna gemenskap.

Återigen kommer tankarna från Taizé. Hon berättar om senaste mötet i Berlin då 30 000 unga kristna från hela världen samlades och firade gudstjänst, ibland tre gånger om dagen och redan klockan åtta på morgonen.

– Att göra unga delaktiga i gudstjänster borde gå här också.

Sofie börjar som brukligt i det praktiska och med sig själv.

– För ett och ett halvt år sedan bestämde jag mig för att gå till kyrkan varje söndag. Då finns det åtminstone en som är ung och fler kanske vill hänga på. Och eftersom jag ändå är där kan jag ju lika gärna vara kyrkvård.

Förmodligen är det just det där handfasta och självklara, lite prat och mycket verkstad oavsett situation, som imponerar, men som mer än något annat inspirerar. Kan en kan flera. ■



### TIPS

Lyssna på Sofies låtar.

De finns på: [myspace.com/sofievalvarsson](https://myspace.com/sofievalvarsson)

Läs mer om Taizé på: [taize.fr/sv](https://taize.fr/sv)

### FAKTA

**Namn:** Sofie Halvarsson

**Ålder:** 19 år

**Bor:** I Stodene, Karlstad

**Familj:** Mamma, pappa, en syster och två bröder

**Gör:** Studerar sista året på Sundsttagymnasiets musikestetprogram

**Intressen:** Musik, politik, religion

**Gillar:** Tacksamhet, att få skratta, stå på scen

**Ogillar:** Rasism, elakhet, brist på civilkurage

**Drömmer om:** Att få hälsa på mitt fadderbarn Gabriela i Argentina.

# Ondska är en del av människan

Gud är god. Oavsett vilken Gud vi tror på, tror vi på kärleken och respekten människor emellan. Men trots övertygelsen om att Gud vill alla väl, har människor fördrivits, våldtagits och dödats i religionens namn. Hur pratar man då om de goda och onda konsekvenser som en tro kan få?

TEXT: ELMA PASALIC FOTO: ÖYVIND LUND

**V**i träffas på Karlstads universitet. Biskop Esbjörn Hagberg, ordföranden för Karlstads unga muslimer Rauf Ahmadi och religionsvetaren Kerstin von Brömssen sätter sig runt ett bord i ett av universitetets nyaste byggnader. Ovanför deras huvuden svävar Ägget likt en jordglob. Vi ska samtala om de goda och onda konsekvenserna som en tro kan få och hur stark övertygelse kan få människor i grupp att göra fruktansvärda handlingar mot andra.

#### Vad förknippar ni med godhet och ondska?

**Kerstin:** Människor är både onda och goda. För att förstå varför vissa handlar som de gör måste man titta närmare på relationer. Alla religioner beskriver det som är ont och det som är gott, det handlar ofta om känslor. Hat, avundsjuka och girighet beskrivs som onda. Motsatsen handlar många gånger om att vara generös och ödmjuk.

**Esbjörn:** Även för mig tillhör det människan att vara både ond och god. Det som berör kärlek och som bevarar livet står för det goda. Det onda är det som bryter ner, som förstör, som bokstavligt och bildligt dödar livet. I kristendomen finns den viktiga gyllene regeln, att allt det ni vill att människorna ska göra för er, det ska ni också göra för dem. Motsvarande uttryck finns i alla religioner.

**Rauf:** Det finns gott och ont i oss alla. Gud har skapat oss så. Allt vi går igenom i livet är en prövning,

ett test. Därför handlar det också om hur man väljer att se på onda och goda handlingar. Vad finns där bakom? Vad är orsaken till att det här händer? Jag väljer att se på det onda som en signal från Gud, att allt har en mening. Det är ett sätt för Gud att visa människan att man har valt fel väg. Men Gud är förlåtande, man får många chanser att hitta tillbaka.

#### Hur är man god i vardagen?

**Rauf:** Jag vänder mig till min tro för jag är övertygad om att religionen finns för att befria människan. Det här låter kanske lite hårt, men jag tror att det ligger i människans intresse att tro på en högre makt. Det är när man faller för lusten till, till exempel pengar och makt, som det onda kan uppstå och då ligger det i människan själv att hantera det.

Att hitta och skapa tillfällen för möten måste vi alla hjälpas åt med.

**Esbjörn:** Tron utmanar mig hela tiden, att reflektera över mitt liv och mitt sätt att vara. Och eftersom jag tänker att livets innersta mening handlar om att älska, prövas jag hela tiden utifrån det. För mig är också orden nåd och förlåtelse viktigt. Det vill säga att jag inser att jag gång på gång kommer till korta men också att det finns en kärlek som är större än min, och det är Guds kärlek. Och den kan jag vila i. »

» **Kerstin:** Jag lyssnar just nu på olika sätt att tala om sin tro. Förståelsen av tron upplever jag som lika. Sen tolkar ni det lite olika, men grundbehovet att se ett mönster för ett sätt att leva på är densamma. Och jag tror att det bottenar i en djup respekt i att man kan mötas och relatera kring de här frågorna.

**Esbjörn:** Tro handlar bland annat om olika sätt att se på livet. När jag ser på er tänker jag att ”ni är människor, ni är skapade av Gud”. Och eftersom varje människa är skapad av Gud finns där också en önskan att hitta det goda i varje människa, även om vi inte pratar ur ett religionsperspektiv. Vi har något gemensamt, bara i det att vi är människor.

**Rauf:** För mig är det grunden i allt. Just det att vi är människor och att människor kompletterar varandra. Vi kan inte leva utan varandra. Vi kan inte strunta i varandra, varifrån vi kommer eller vad vi tror på. Allt det andra kan man lägga till. Men när man inte ser människan först, då är det svårt att komma överens.

#### Varför tror ni att det är så lätt att religionen blir en förevändning för onda handlingar?

**Rauf:** Vi människor är bra på att gömma oss bakom saker och ting när vi gör fel. Vi behöver ett skydd och då tar vi det som är oss närmast i vardagen. Men ingenstans, i någon religion, uppmanas man att skada andra människor. Inte ens i tal får man skada. För mig är det svårt att förstå att man överhuvudtaget kan tro att en människa som dödar andra människor är religiös. Det är inte religion, det är ett spel med makt och pengar.

**Kerstin:** Det är en svår fråga. Jag håller delvis med om att religion är något inre hos människan som i sig självt aldrig gör skada, men samtidigt finns det människor som gör hemska saker i religionens namn. Religion görs, och religion görs på onda sätt likväl som goda. När många människor kopplar samman det vi benämner med religion med etnicitet, då uppstår hårda slitningar som kan sluta med att man dödar varandra. Religionen blir då ett maktmedel, trots att många religiösa aldrig skulle se handlingen som förenlig med den egna tron.

Man får inte lägga  
allt ansvar på **religionen**.  
Vi är ju bara människor  
och vi måste jobba,  
var och en med våra val.  
**Det är allas ansvar.**



**Kerstin von Brömssen** är lektor i religionsvetenskap vid Göteborgs universitet. Kerstins stora intresseområde är Asiens religioner.



**Esbjörn Hagberg** är sedan 2002 biskop i Karlstads stift. Esbjörn har ett stort intresse för själavård med utgångspunkt i försoning.



**Rauf Ahmadi** är ordförande för föreningen Karlstads unga muslimer som verkar för ökad kunskap om islam i samhället. Rauf tycker det är viktigt att sprida en balanserad och tolerant tolkning av islam.

#### LÄSTIPS:

**Sann mot sig själv** – öppen mot andra. Samtal om religionsteologi i Svenska kyrkan. ISBN 978-91-86781-10-1. Uppsala 2011. Kan beställas från Svenska kyrkans informations-service: E-post: info@svenskakyrkan.se



**Esbjörn:** Religion handlar också om värderingar. Och värderingskonflikter är de svåraste konflikterna för att de berör det som finns djupt i mig, mitt sätt att se och förstå mitt eget liv. Religionen kan öppna perspektiven, men den kan också göra oss blinda. Kollektivt kan den få oss att göra oerhört onda saker eftersom den får oss att skapa en gemensam världsbild med en tydlig fiende. I religionens namn har många människor också omänskliggjorts.

#### Behöver ni ta religionen i försvar ibland?

**Esbjörn:** Guds vilja är inte att vi ska göra det onda mot varandra, därför kan man aldrig försvara det onda, det destruktiva. All religionsutövning är inte

god, så därför kan jag inte heller försvara något som jag inte uppfattar som gott. Det handlar om att våga problematisera. Att våga se sitt eget liv och de sammanhang man finns i både på gott och på ont. När vi sluter vår värld då blir vi farliga.

**Rauf:** Jag har ingen makt att försvara religionen, jag kan bara lyfta fram sådant som är bra och som går att förändra. Och jag vill inte heller ha den makten, den ligger hos Gud. Men vi måste fördöma det onda, det som sker och det vi hör. Det är viktigt att visa skillnaderna, att alla inte är lika. Det är också viktigt att stå tillsammans, olika religioner hand i hand för att visa att vi inte accepterar det onda som händer. »

» **Esbjörn:** Jag håller med. För mig är det också väldigt viktigt att visa att vi står tillsammans inför onda uttryck. Vi står för viljan att kunna leva sida vid sida. Vi står också tillsammans för att kunna stödja varandra i att vara troende i det här landet. Det är viktigt därför att det finns så många krafter i samhället idag som vill göra den andra till syndabockar.

Olika extrema rörelser som växer fram i **världen idag** är en reaktion på det samhälle vi lever i.

**Kerstin:** Jag tror att det är viktigt att ledare för olika religiösa samfund förenas och har ett kontinuerligt arbete med den här typen av frågor och inte bara samlas när det har hänt något hemskt. Goda förbindelser mellan samfunden i vardagen är enligt mig förutsättningen för att man ska kunna enas även när man är oenig. Varje större stad borde ha ett religionsråd där man tar upp frågor som berör just det här.

**I ett samhälle där många minoriteter lever sida vid sida, blir det då vanligare att människor känner ett behov av att försvara sin tro mot andra religioner?**

**Esbjörn:** Det som händer i ett komplext samhälle är att det finns människor som inte står ut med att livet är så osäkert som det är. Och då kan man med olika religioner och ideologier begränsa sitt liv. Utgången kan bli ett svartvitt och inskränkt sätt att se på livet. Olika extrema rörelser som växer fram i världen idag är en reaktion på det samhälle vi lever i.

**Kerstin:** Globaliseringen, det faktum att världen blir mindre gör också att allt kommer mycket nära. Man kan som Anders Behring Breivik sitta hemma i vardagsrummet men en hel komplex värld i en liten bubbla. Möjligheter till det fanns inte förr. Man kunde inte så lätt ta in en hel ideologi in i sitt hem utan att bli ifrågasatt. Men även klyftorna

mellan människor ökar. När man ser att vissa har otroligt mycket och andra har otroligt lite, då handlar man i ren desperation. Då är det ingen religion eller ideologi, det är girigheten, behovet att ha, som gör att man känner sig utsatt. Och ett sånt samhälle ska vi inte bygga.

**Hur ska religionen då möta den här typen av förändringar?**

**Rauf:** Man får inte lägga allt ansvar på religionen. Vi är ju bara människor och vi måste jobba, var och en med våra val. Det är allas ansvar. Om jag ser att en människa är ensam och olycklig, då måste jag hjälpa till. Se människan tidigt, få kontakt, det är då man ser när saker och ting börjar gå fel. Det är då man har en chans att förhindra att ont händer.

**Kerstin:** Jag håller verkligen med. Alla måste mobiliseras för att skapa och bibehålla ett samhälle där vi lever sida vid sida, inte bara religiösa företrädare.

**Esbjörn:** Jag delar det, att det är varje människas ansvar. Det är också varje religiöst sammanhangs ansvar att se och upptäcka extrema yttringar. Men det handlar också om kunskap om världen, kunskap om att vara människa, kunskap om hur tillvaron ser ut. Det måste föras ett öppet samtal i vårt samhälle om de här frågorna.

**Rauf:** Var och en av oss har ett ansvar. De som har makt genom politik och religion ska vara där folket är. Vi behöver alla varandra för att hitta bättre lösningar.

**Esbjörn:** Det är också viktigt att inte bidra till slutna gemenskaper, där man kan odla sin egen verklighetsbild. Vi behöver ett samhälle där vi hela tiden lever i dialog med varandra. Vi ska inte acceptera allt, men vi ska samtidigt inte ge upp dialogen att kunna samtala med alla människor.

**Kerstin:** Och där har ju religiösa samfund en jätteviktig roll. Alla, men kanske framförallt ungdomar, saknar idag arenor för att prata om livets stora frågor. Inte minst tänker jag på ungdomar som lever i minoritet, som känner sig exkluderade. Att hitta och skapa tillfällen för möten måste vi alla hjälpas åt med. ■

PORTRÄTT

JON  
NILSSON  
35 ÅR

JOURNALIST  
NYHETSUPPLÄSARE  
PÅ AKTUELLT

UPPVUXEN I VÄRMLAND  
BOR I STOCKHOLM

## Hur bemöter vi ondska?

TEXT OCH FOTO: JESSICA SEGERBERG



Att berätta om ondska är en del av värmlänningen Jon Nilssons jobb. Det är en klugen situation. Han är tyst innan han pratar, tänker länge och fäster blicken på en punkt.

– Man måste våga bli berörd. Annars är man inte närvarande och då blir det inte bra.

Samtidigt säger Jon att i akuta lägen kan han inte göra annat än att distansera sig. När informationen är överväldigande hinner han inte bearbeta det han förmedlar till tittarna.

– Att vi berörs av ondska är något positivt. Det betyder att det verkligen inte är normen. Vi ska se det som ett bra tecken.

Jon tycker det är svårt att dra gränsen för vad som faktiskt är ondska. Att en religiös fanatiker som dödar massor av människor inte enbart behöver vara ond, att den personen drivs av något som den tror är goda skäl.

Han är tyst igen. Berättar sedan om en situation för många år sen, han var grabb och tillsammans med några fler tog stryptag på en annan kille.

– Det var någon okontrollerbar känsla av att vilja göra illa. Det var inte välförtjänt, det var över gränsen och en oproportionerlig handling.

Han säger att det var skrämmande att upptäcka den sidan i sig själv.

Den onda. ■

# Fotboll, död och förlåtelse

Den 29 juli 2002 spelade AIK mot IFK Göteborg på Råsunda i Stockholm. Innan matchen samlades huliganer från AIK:s och IFK:s firmor för att slåss. För **Tony Deogan** var det inte första gången han var med om något liknande, men det blev den sista. Den dagen blev Tony så svårt skadad att han avled. Tony är det första, och hittills enda, dödsoffret för fotbollsvåldet i Sverige.

TEXT: PETER ÖSTBORG FOTO: STEFAN MATTSSON

”Alla gick in med öppna ögon och på samma villkor, det var bara en slump att det var Tony som dog, det hade lika gärna kunnat vara någon annan.”

”Han och en kompis brukade åka iväg och slåss när det var match, bland annat vid någon SM-final mot Västerås. De hejade på Boltic, men det var nog mest en ursäkt för att få vara med och slåss.”

– Min bror hade fått slag mot huvudet många gånger på kort tid. Till slut räckte det med några få smällar så dog han. Skallen fick nog helt enkelt. Det var inte någon som hoppade på bröstkorgen eller så som det har gått rykten om. Han hade otur, berättar Tonys lillebror Tommy Deogan.

Båda bröderna hade fram till dess levt ett trassligt liv. De växte upp i Hallonbergen, ett område i Sundbyberg strax norr om Stockholm. Tillsammans med Tommy upptäckte Tony fotbollen och blev allt mer intresserad.

– Hemförhållandena var ganska otrygga. Trygghet fick vi söka någon annanstans. Och i Hallonbergen var våld, droger och kriminalitet glorifierat, det var något som lockade med den världen, berättar Tommy Deogan idag.

Den lockelsen, i kombination med fotbollsintresset, gjorde att bröderna tillsammans med andra i Sundbyberg bildade en huligangrupp för fotbollsföreningen Sundbybergs IK som då spelade i division 4.

Tommy gick i årskurs sju och Tony hade precis börjat gymnasiet.

#### Slogs för Boltic

Tony hade också börjat heja på Boltic och slåss i samband med bandymatcher.

– Han och en kompis brukade åka iväg och slåss när det var match, bland annat vid någon SM-final mot Västerås. De hejade på Boltic, men det var nog mest en ursäkt för att få vara med och slåss, säger Tommy.

När Tony och Tommy växte upp var IFK Göteborg landets i särklass bästa fotbollslag. De vann Uefa-cupen 1982 och i början av 90-talet var de framgångsrika i Champions League, världens största fotbollsturnering för klubbtag. Tony och Tommy

levde i AIK-land, norr om Stockholm, och Tonys val av fotbollslag var något av en revolt, samtidigt som han valde det mest framgångsrika laget just då. Och när storebrodern sökte sig mot fotbollsvåldet hamnade Tommy istället i en värld med droger.

#### Organiserad brottslighet

Med åren gled Tony bort från fotbollsvåldet mer och mer. Han hamnade istället i tyngre organiserad brottslighet. I den världen sågs huliganslagsmål som för riskabla, man ville inte dra uppmärksamhet till sig. Samtidigt fortsatte fotbollsintresset, han gick och såg IFK Göteborgs matcher, men med lite andra ögon än tidigare.

Den tunga ekonomiska brottsligheten som Tony sysslade med ledde till slut till ett långt fängelsestraff. I fyra år satt han på Norrtäljeanstalten. Under den tiden började kulturen med firmor till fotbollslagen bli stor i Sverige. Inspirationen kom från England där de våldsintresserade fotbollsfansen blivit mer organiserade. En av Tonys närmsta barndomsvänner var med och startade Djurgårdens firma DFG (Djurgårdens fina grabbar) och när Tony kom ut från fängelset kom han i kontakt med Wisemen, IFK Göteborgs firma.

– Tony har alltid haft två ansikten, ett snällt och hjälpsamt och ett aggressivt. Fotbollsvåldet blev ett sätt för honom att få utlopp för aggressiviteten, säger Tommy.

#### Många våldsamheter

Tony hann vara aktiv i Wisemen i ungefär ett halvår. När det var dags för det ödesdigra slagsmålet i juli 2002 hade han under en kort period varit med om många våldsamheter. Supportrar till IFK Göteborg och AIK samlades vid Högalidsparken i Stockholm

för att slåss. Det är ännu inte klarlagt exakt vad det var som hände – förundersökningen lades ned när ingen ville vittna – men utgången blev tragisk.

Tommy hade vid den här tiden lämnat drogerna och våldet bakom sig. Han satt och tittade på film tillsammans med sin fru när han fick samtalet: Tony var på Södersjukhuset. När Tommy var på väg dit fick han nästa samtal, nu var Tony flyttad till Karolinska sjukhuset. Då förstod Tommy att det här var något riktigt allvarligt. När han kom fram till Karolinska möttes han av några Göteborgssupportrar. ”Förlåt. Förlåt att vi lämnade honom”, sa de. Tommy reagerade då instinktivt. ”Hur kunde ni lämna honom ensam? Man lämnar inte någon ensam!”.

– I dag hade jag reagerat annorlunda. Nu hade jag hellre sett att alla lämnat platsen utan våld, säger Tommy.

#### Många ville hämnas

Inne i sjukhussalen låg Tony medvetslös i sängen och kopplad till slangar. Under några dagar svävade Tommy och de andra anhöriga mellan hopp och förtvivlan. Mer och mer förtvivlan ju längre tiden gick.

Den 2 augusti 2002 dog Tony Deogan. Han blev 26 år gammal.

– Under de här dagarna när han låg där på sjukhuset var det en hätsk stämning. Folk började kartlägga, undersöka och leta efter förövarna. Det var många som ville att de som gjort detta mot Tony

skulle ligga där bredvid honom, på samma sätt kopplade med slangar, berättar Tommy.

Det här blev början på en intensiv tid i Tommys liv. Han slets då mellan känslan av att vilja hämnas och viljan att förlåta. Han beskriver det som en boxningsmatch mellan gott och ont.

– Jag hade tidigare börjat jobba med projektet Non violence och där hade jag mentorer som var ett enormt stöd. I dag ser jag den här perioden som en mörk del av mitt liv, jag famlade i mörkret men hittade ljuset till slut.

Tommy fick mängder med brev, ett av dem kom från en livstidsdömd man som suttit på Norrtäljeanstalten tillsammans med Tony. Han skrev att Tommy nu måste gå vidare och leva sitt liv, att det var vad Tony hade velat. Det brevet blev viktigt för Tommy.

– Ungefär samtidigt, vid årsskiftet 2005-2006 berättade min fru att jag skulle få ett barn. Då var det bara att släppa den här historien.

Det var dags att bli vuxen. Samtidigt började jag förstå att det fanns en massa anledningar som gjorde att Tony hamnade i våldsvärlden. Och alla andra där hade sina anledningar. Alla gick in med öppna ögon och på samma villkor, det var bara en slump att det var Tony som dog, det hade lika gärna kunnat vara någon annan. Det här var det livet som han valde att leva.

#### Vill förstå huliganerna

Tommy bestämde sig för att gå vidare. Han skrev ett »



Brodern Tommy Deogan har skrivit boken "Blodsbröder".

» brev till de han fått reda på var de som dödat Tony. Och han skickade också brevet till sajter och grupper i huliganvärlden.

– Jag ville berätta att jag, hans bror, hade släppt det. Och då borde de också kunna släppa det.

Idag är Tommy författare och föreläsare. En av böckerna han skrivit är "Män av våld", där han försöker förstå huligankulturen.

Han säger att huliganerna inte drivs av hat, men heller inte av kärlek till klubben eller till något annat. Valet att välja våld handlar om annat.

– Alla hamnar i det här av olika anledningar. I andra länder kan det finnas djupare skäl, politiska eller religiösa till exempel, men inte i Sverige. Kulturen byggs på en blandning av kamratskap och av tävlan. Alla firmor vill vara bäst i Sverige, störst och starkast, och det blir som en hobby för de här människorna.

I arbetet med att skriva boken mötte Tommy inte bara firmorna och huliganerna, han mötte också sin bror.

– Genom den boken ville jag ta reda på om det här är något som det är värt att dö för. Och jag fick svaret att ja, vissa tycker att det är värt att dö för det här. I arbetet med boken lärde jag också känna den andra halvan av Tony, den som jag inte kände när han levde. ■



# Supportrar som älskar och hatar

Värmland har länge varit känt i supporterterkretsar som ett huliganområde. Anders Johansson är supporterpolis sedan tre år och han följer på nära håll de som oftast bara kallas "huliganer". Men själv vill han inte avfärda dessa supportrar som rent onda. – Jag ser dem på nåt sätt som mina grabbar och jag vill dem väl, säger han.

TEXT: PETER ÖSTBORG FOTO: LISA OLAISSON/NWT OCH MARIA STARRIN

Anders är själv både polis och supporter, på armarna har han AIK-tatueringar och ett par gånger per år ser han till att åka till Stockholm för att gå på fotboll. I yrket handlar det om att försöka förstå strukturerna och kulturen, men också att bygga relationer och lära känna värmländska risksupportrar.

– Möts vi på stan så hälsar vi och jag tycker bra om de flesta. När något händer, när de slåss mot andra supportrar, blir jag besviken. Jag ser helst att de sköter sig.

#### Värmland ett huliganområde

I Värmland är det främst Boltics supportrar som har gjort sig kända som bråkiga, eller "risk-supportrar" som de kallas på polispråk.

– När Boltic Blues sjunger

"det är vi som är IF Boltic" kan jag inte säga att de har helt fel. De följer laget, är alltid på plats här hemma i Karlstad och är oftast med på bortamatcherna. Samtidigt som de är ett problem när de ställer till med bråk är de en viktig del av klubben när de sköter sig, säger Anders Johansson.

Värmland har en lång historia av supporter våld. Redan på 1970- och 1980-talen fanns det en våldsam kultur kring idrotten här. Under 90-talet förändrades dock strukturerna. Firmakulturen växte fram i Sverige, inspirerad av hur idrottsväldet förändrats i Storbritannien 10-20 år tidigare. Anders beskriver att strukturerna liknar organiserad brottslighet. Grupperna är väl sammansvetsade och i kulturen finns regler och koder att följa.



Kärleken och hatet finns alltid sida vid sida, säger Anders Johansson som är både polis och supporter.

#### Kärlek och hat

Det som håller grupperna samman är kärleken till det egna laget och den egna gruppen, men också hatet till andra lag och supportrar. »

» Det hatet är ofta en del av det gemensamma minnet, orsaken kan ligga långt tillbaka i historien och få eller ingen minns kanske varför de hatar. Starka känslor till andra gör att gruppen svetsas samman mer än vad de skulle gjort om de bara älskade sitt eget lag, tror Anders.

– Ett yttre tryck och en gemensam fiende gör att grupper håller ihop starkare. Kärleken och hatet finns alltid där sida vid sida, säger Anders.

För utomstående kan det vara svårt att förstå vad det är som gör att dessa – i de allra flesta fall – unga män tycker att den här kulturen är värd att dö för, och värd att döda för. Sammanhållningen är så stark och bekräftelsebehovet så viktigt att många säger rakt ut att de faktiskt är beredda att dö för sakens skull.

– Det är inte en rakt igenom ond kamratskap, det är starka vänskapsband och solidaritet som tar sig negativa, eller rent onda,

uttryck ibland. Men kamratskapen i sig är inte ond. I gruppen tar man hand om varandra och i vissa fall kan kamraterna även förhindra om någon är på väg att göra något dumt.

#### Alla typer av människor

Anders är övertygad om att för de allra flesta risksupportrar börjar engagemanget som ett idrottsintresse och en stark känsla till det egna laget. Men på senare år har det också börjat dyka upp unga män som först och främst är intresserade av våldet och därför söker sig till idrotten.

– Men man kan inte avfärda de så kallade huliganerna med att de inte alls är intresserade av idrott. De flesta är väldigt intresserade och kunniga. Det är när de hamnar i de här grupperingarna och påverkar varandra som de söker sig till våld. Det är inte heller någon viss typ av människa som blir huligan, där finns alla typer, från tungt kriminella till de

som är väl integrerade i samhället, har familj och arbete.

Några enkla lösningar på problemet ser inte Anders. Han tror dock att det är viktigt att störa gruppdynamiken och att få individerna att själva förstå att våldet är fel.

– Man ska inte se dem som en folkmassa. De här grupperna består av individer och de måste själva komma till insikt om att de borde lägga av. Ofta kommer det naturligt när de får familj och barn, då inser de att det inte är värt riskerna. Men jag tror också att det arbete vi nu gör, när vi kan utfärda tillträdesförbud på arenorna, är ett bra vapen. Kanske kan det spetsas till lite också, så att man kan utöka förbudsområdet att även gälla närområdet runt arenan. Men för att komma tillrätta med problemet måste man inse att det inte är så enkelt att de är onda och andra är goda. I kulturen finns både gott och ont hela tiden, säger Anders. ■

## Lika värde på fotbollsplan

Att alla människor har samma värde och att ingen ska kränkas är självklart när man pratar om det. När det sedan kommer till praktiken, när man står där och vill vinna fotbollsmatchen så är det svårare. I Kyrka-fotboll diskuterar barn etikfrågor med personal från kyrkan.

– Jag har mött ledare som säger att det är bra och viktigt att vi har

börjat prata om de här frågorna i idrotten. Men utmaningen är att omsätta det i praktiken, säger Agneta Boman som är kontaktperson för Kyrka-fotboll i Karlstads stift.

Kyrka-fotboll är ett samarbete mellan Svenska fotbollsförbundet och Svenska kyrkan. Sedan 2006 är kyrkan en av huvudsponsorerna till Landslagets fotbollsskola som arrangerar fotbollsskolor runt om i landet. I Karlstads stift gör kyrkan nedslag i ungefär 15 klubbar per år och pratar om etik, moral och

rättvisefrågor. Samarbetet utgår från att församlingen möter den lokala klubben under sommarens fotbollsskola. Och ibland utvecklas det till att kyrkan finns med i fotbollsklubbens arbete året om.

#### Du är viktig

– Vi möter barnen i deras vardag och ger dem möjlighet att fundera kring de här frågorna som är oerhört viktiga, säger Agneta.

I år är temat att vara värdefull. – Det kan låta självklart, men i fotbollssammanhang blir det svårt, det är lätt att känna sig misslyckad, säger Agneta. ■



Nathalie Tranberg, 19 år | Therese Hasselkvist, 20 år | Emilia Lindholm, 24 år  
Anna Buske, 38 år | Frida Johansson, 22 år | Annja Wikberg, 24 år



Karin Sanell, 49 år

Präst i 25 år tidigare inom försvaret, polisen och bankväsendet. Numera i Alster-Nyedsbygden.

Bor i Karlstad, Deje och Stockholm.

## Insha'Allah Om Gud vill

**V**i är i en stad i centrala Turkiet under en högtid då man slaktar getter. Vi letar hotell och går på en gata som är lite ruffig och kantad av smedjor. Överallt ligger det avhuggna gethuvuden, staplade i högar långt upp på väggarna. Huvudena sveds och människor bär iväg dem i platskassar. En tjock rök ligger över kvarteren. Mitt resällskap (R) och jag har haft ett samtal om ordet Insha'Allah som jag tycker är så vackert. Om Gud vill – som handlar om att lita på Gud och sina medmänniskor och uttrycker någon slags grundtillit till tillvaron.

R och jag har haft lite olika uppfattning i frågan och han har dessutom uttryckt sig lite klumpigt och frågat om det alltid måste ingå en predikan när man reser med en präst, så stämningen är lite ansträngd. När jag till R uttrycker en viss olust för att gå just där bland svedda gethuvuden, ler han lite elakt och säger:  
– Det kanske är dags att leva som du lär. Oroa dig inte utan lita du på Gud och alla människor.  
Jag blänger tillbaka och för en sekund önskar jag se R:s huvud bland de andra gethuvudena. Plötsligt kör en rätt risig man på en ännu risigare moped upp bredvid oss.  
– Hotell? säger han och tecknar en summa i handen. R skakar på huvudet men jag nickar med mord i blicken. Vi hänger på. Här ska visas tillit. Han för oss in mörka och rätt skumma kvarter och jag tvivlar. Så rundar vi ett hus och kommer till ett litet hotell. Det ser bra ut och vi checkar in. Efter en stund knackar det på dörren och hotellägaren kommer med turkiskt te och bjuder oss upp till hans vänner på taketerassen. Ett – noll, till tilliten.

Samma kväll äter vi middag. När vi reser oss för att gå kommer en man fram och frågar på knackig engelska:  
– Är ni här för första gången? Har ni en karta över staden? Det har vi inte och han berättar att hans kusin har en affär med kartor om vi vill följa med dit. Han pekar på en upplyst liten affär på andra sidan. R skakar på huvudet enligt reseregeln nummer ett: Följ aldrig med någon som har en kusin som vill sälja något. Självt är jag fortfarande på krigsstigen så jag säger ja.

Vi går iväg och passerar det upplysta fönstret, går in på en betydligt mörkare gata. Jag börjar tvivla men fortsätter. Då viker vi in på en fullkomligt nattsvart gränd och stannar framför ett neddraget plåtjalusi. En man kommer springande bakom oss och jag hinner tänka: Undrar om vi både kommer att bli rånade och mördade eller bara rånade, när den springande mannen ropar:  
– Du glömde nyckeln!

Jag andas ut. Jalusin låses upp vi går in i en mattaffär. När vi kommit in stänger de snabbt dörren och låser den. Jag tänker: Undrar om vi blir rånade eller om det räcker med att vi köper en matta? Men ingen försöker sälja någon matta utan vi pratar lite om staden. De lär oss några turkiska ord och vi får en karta. Männerna tackar för samtalet och önskar oss en trevlig vistelse och följer oss tillbaka till den upplysta gatan. Två – noll, till tilliten.

Dagen innan vi ska åka från staden är vi ute och letar upp spårvagnsstationen och biljettrutiner, för vi ska ansluta till en tidig buss nästa morgon och kommer ha lite bråttom. När vi kommer till spårvagnen finns det ingen i biljettkuren och ingen i spärren så vi står där lite rådvilla och undrar hur vi ska göra. Då kommer en man som säger:  
– Jag arbetar här i morgon, ni kan få köpa poletter av mig idag, men inte i morgon för jag får inte sälja dem när jag sitter i spärren. Vi har precis varit och hämtat ut alltför stora sedlar i en bankomat och har ingen växel. Inga problem säger han. Växeln kan ni få av mig i morgon. Stärkt av våra tidigare erfarenheter lämnar jag sedeln till mannen som glatt säger:  
– Ses i morgon.  
R skakar klenroget på huvudet.

Nästa morgon kommer vi till spärren. Mannen är inte där. Jag stoppar polletterna i spärren och går tigande på spårvagnen. Vi åker några stationer under tystnad. Då plötsligt hör jag en röst och ett andfått huvud sticker in i vagnen:  
– God morgon mina vänner! Jag blev flyttad till den här stationen i dag. Vad jag har tittat efter er. Här har ni växeln. Trevlig resa, kanske ses vi igen, säger mannen.  
– Ja, säger jag. Kanske ses vi igen.

Insha'Allah. Människorna på den stoppade vagnen som följt transaktionen ler, mannen ler och jag ler, med hela ansiktet och hela mitt hjärta.

R ler inte, för det kan man inte när man har tappat hakan. ■



Gustaf Ekman, 83 år, Karlstad

– Min fosterson Bengt-Åke, jag brukar kalla honom för familjens hjälte. Han fick en stroke vid 44 års ålder men kan både läsa, skriva och gå igen. Nu tar han hand om dotter och barnbarn på ett fantastiskt sätt.



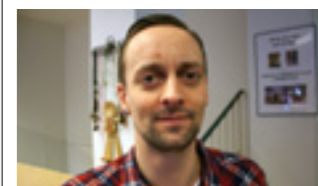
Nina Larsson, 36 år, Karlstad

– Min mamma försöker alltid hjälpa till även om det kanske inte är personer hon känner. Det tycker jag framförallt kännetecknar en god person.



Bengt Sjöberg, 64 år, Filipstad

– När jag bodde i Dalarna och var väldigt sjuk kom det alkoholister och hälsade på mig. De var goda. Det är människor många ser ner på, människor som inte får en chans. Men de visade äkta kärlek. Hur mycket gott som finns. Jag tror att det finns godhet i alla.



Dan Borg, 35 år, Karlstad

– Dalai Lama är väl för mig själva huvudpersonen för godhet. Hela hans aura är god tycker jag.



# Med skam i kroppen

TEXT OCH FOTO: ELMA PASALIC

Alla har vi varit där. Med högröda kinder önskat att jorden kunde sluka oss. Skam handlar om känslan att vara fel, en djupt rotad känsla av att inte duga som man är.

- Skamkänslor är medfödda och livsviktiga. Hanterad på rätt sätt kan skam jämföras med en social kompass som gör att vi kan ungås med andra, säger terapeuten Lisa Krogdal.

*Jag skäms över att jag slagit mitt barn. Att tålmodet försvann och jag tappade alla spärrar.*

*/Johanna, 41 år*

Det kan vara skamligt att prata om skam. Skamkänslor är svåra att ta upp i alla sammanhang eftersom de leder till en känslomässig nakenhet. I sitt arbete som uttryckande konst- och samtalsterapeut på Samtalsakuten i Karlstad möter Lisa Krogdal dagligen människor i behov av hjälp att sortera sina egna känslor. Skam ligger då ofta som grund, där en svår händelse eller sinness tillstånd kan framkalla en utvecklingskris.

– Kanske beskrivs den enklast som en känsla av tomhet eller att man har gått vilse i sig själv, säger Lisa.

Att skämmas är en del av vardagen. Skamkänslan kan vara nyttig för oss, men är sällan behaglig. I rätt sammanhang är skam en viktig signal till människan att fundera över sitt beteende. Det är i den andres blick vi möter reaktionen på hur vi uppför oss.

De handlingar som leder till att vi skäms görs sällan av ondo, eller ens medvetet. Hur väl vår egen sociala kompass fungerar beror på de erfarenheter vi har av att hantera jobbiga känslor. Lisa ser på skammen som en känslaskala, där den viktiga skammen och den farliga skammen är varandras motpolar.

– Skam guidar oss genom livet, men den kan också leda till känslor som kan vara förödande. I värsta fall kan skam som hanterats fel vara dödlig, säger hon.

## Att bekräfta är att rusta

En del människor är uppvuxna med skam. När det lilla barnet inte får sina känslor bekräftade på rätt sätt kan det ha svårare att hantera skam som vuxen. Ju oftare någon har upplevt skam som barn, desto större plats tar skammen i själen, menar Lisa.

– Om det lilla barnet redan från start får hjälp att hantera alla

slags känslor, det vill säga om vi tydligt visar att det är lika okej att vara arg som att vara glad, bygger vi upp ett bättre skydd mot den skadliga skammen. Barnet får då lära sig att hantera sådant som är svårt utan att skambelägga sig själv.

Men om känslan av skam trots det fått fäste i vårt innersta, är det viktigt att våga möta sig själv och avtäckta det man skäms för.

”Skuld är att göra ett sår, men skam är mer att vara ett sår.”

– Skäms man över sitt liv kan det kännas som om man är alldeles förfrusen innerst inne. Men om man börjar prata om skam så får man en förståelse för varför det kännas som det gör. Först då kan »

Jag skäms över att inte vara efterfrågad. Att inte tillhöra de inbjudna. Känslan från förr gör sig påmind, från skolgården, då statustjejerna valde varandra och jag lekte med de mindre attraktiva, hellre det än ingen kompis alls. /Anna, 36 år

Jag skäms för att släppa in människor i mitt hem utan att det är städat, fixat. Uppväxten med en mamma som inte klarade sitt uppdrag så bra, känns det hela tiden som om alla andra vet hur man sköter om ett hem – utom jag. Det får mig tyvärr inte att städa oftare, men det får mig att vilja dotja det fula och smutsiga.

/Erika, 46 år

Jag skäms när jag tänker tillbaka på tider då jag prioriterat fel.

/Stefan, 59 år

Jag skäms över att jag inte hjälper min mamma så mycket som hon egentligen förtjänar. Jag skäms över att jag inte visar min lillasyster att jag faktiskt visst tycker om henne även om det inte verkar som det ibland. Jag skäms över att jag inte tillbringar mer tid med min pappa.

/Emmelie, 17 år

Jag skäms för övergreppen jag var med om som liten. Fast än jag vet att inget av det som hände var mitt fel så ligger det ändå en sådan skam i att ha varit utsatt. Och i den skammen ingår också skammen över att ha en pappa som är pedofil.

/Petra, 25 år

» man också förstå att felet inte ligger hos en själv, men för att komma dit måste man få hjälp.

Lisa Krogdal är utbildad diakon och har under många år jobbat med utsatta grupper via Svenska kyrkan. Förtroendesamtal har varit kärnan i processen att hjälpa människor att läka. Hon menar att det kan vara skönt att få lägga känslan av skam hos någon annan och trots det mötas av ett villkorslöst erkännande, en tillhörighet oavsett vilka upplevelser man bär på.

#### Man eller kvinna är oviktigt

Att skammen skulle göra skillnad på kön, tror inte Lisa på. Möjligtvis skäms män och kvinnor på olika sätt, men känslan av att vara fel är densamma hos alla. Skam handlar alltid om den egna personen, även om den kan kanaliseras ut som skam över den egna kroppen eller det hem man lever i.

- Det kan uppfattas som banalt när någon skäms för att vara tjock, för sina barn eller ett stötkigt hem, men egentligen ger man då bara uttryck för något annat.

En osäkerhet över sig själv och det man känner innerst i sitt hjärta. Att tro sig vara fel är en giftig känsla, säger Lisa.

#### Att förlåta sig själv och andra

När man pratar om skam går det inte att undvika skulden. Men trots att de båda gärna paketeras tillsammans handlar det om två helt olika känslor. Om man drar det riktigt långt kan skuld förklaras som ett övergrepp mot någon annan, medan skam alltid handlar om vem man är.

– Skuld är att göra ett sår, men skam är mer att vara ett sår. Sen är vi människor också mer eller mindre benägna att ta på oss skuld. För mig finns det en klar skillnad mellan skuld och skam.

Enligt Lisa finns det dessutom en skillnad mellan den verkliga och den upplevda skulden.

- Ta det lilla barnet återigen. Om det föds in i en osund relation där anknytningen mellan förälder och barn inte fungerar, kommer den lilla att knyta an ändå. För barnet klarar sig inte utan en förälder. Men om föräldern skuldbelägger och utestänger det från kontakt, kommer barnet ta på sig skulden och tänka att det kanske inte är tillräckligt fint. Ett litet barn förstår inte att felet inte ligger hos det.

Hur man bäst jobbar med skuld och skam skiljer sig åt. Lisa menar att skulden kan bli förlåten, medan skammen behöver älskas bort.

- Alla behöver vi tillhöra någon eller något, därför kan befrielsen ofta mötas i nåd. För att komma undan den skadliga skammen behöver man få känna att man är

älskad, respekterad och värdefull. Villkorslöst. För någon kan det gudomliga stå för nåd, men de allra flesta hittar försoningen hos någon annan, en förälder, en partner eller en vän, säger hon.

I första hand handlar det om försoning med sig själv, och i förlängningen även försoning med de kränkningar och övergrepp man har upplevt, både som barn men också som vuxen.

- Man måste få hjälp att se på sin egen historia med distans för att kunna se att det som har hänt inte behöver definiera vem man är. När man förstår att man inte behöver vara ett offer hela sitt liv, kan man också hitta tillbaka till den viktiga skammen, den som inte skadar. Då får man en helt ny upplevelse. En upplevelse av att ha varit blind för vad som har bråkat i det inre och sen känslan av att komma ut på andra sidan, ut ur mörkret, säger Lisa.

#### Sammanhang ger svar

Likväl som skammen saknar kön, saknar den även ålder. Om äldre skäms mindre än yngre är svårt

att säga, menar Lisa. Svaret till frågan bör vi återigen söka i vårt bagage.

- Om vi jämför en sjuttioåring som är van att anpassa sig, med en trettioåring som har vuxit upp i ett samhälle med den enskilda individen i fokus, så är det klart att det kommer bli slitningar och skam när de här två förutsättningar möts i exempelvis en mor och en dotter. Så det är inte tiden som gör att vi skäms mindre, det är hela vårt sammanhang som avgör hur vi skäms och hanterar känslan av skam, säger Lisa. ■

## OJ, VAD VI SKÄMS!

### Vad svenska folket känner mest skam för:

1. Att ha väldigt stökigt hemma när jag får oväntat besök (49%).
2. Att jag har förutfattade meningar (29 %).
3. Att jag inte behandlar alla lika (25%).
4. Att jag har en vanskött trädgård (20%).
5. Att jag inte har så bra ekonomi som jag skulle önska (20%).
6. Att jag inte kan dölja mina sympatier eller antipatier (20%).
7. Att ha få eller inga vänner (18%).
8. Att ha en gammal och sliten bil (15%).
9. Att vara singel för länge (12%).
10. Att ha för liten bostad (7%).

KÄLLA: CENTRUM FÖR SAMTIDSANALYS

Jag skäms varje gång jag inte vågar släppa taget lite. Varje gång jag inte vågar ge mig hän. Världen går inte under för att någon jag inte känner skulle råka se mig dansa fult eller höra mig sjunga riktigt falskt.

/Martin, 33 år

Skammen  
behöver  
älskas bort.

# FOTBOLLEN

var Jans demoner och blev hans

# RÄDDNING

– **Jag älskade att spela fotboll**, jag älskade när jag spelade tillsammans med min bror och min far, när vi spelade för att det var roligt, säger Jan Nordström. Men samtidigt var det fotbollen som gav honom många dåliga känslor, oro och ångest.

TEXT: PETER ÖSTBORG FOTO: JAN NORDSTRÖM

Kanske var det inte så mycket fotbollen i sig som gjorde att Jan Nordström började må dåligt. Men den mansroll som är en så självklar del av idrotten skavde hela tiden i honom, han trivdes aldrig.

– Jag kommer ihåg att jag kände press och oroade mig. Det blev som en demon som jagade mig, säger han idag.

Jan föddes i smäländska Hovmantorp, men flyttade med sin familj till Karlstad när han var sju år gammal. Det var här han började spela fotboll organiserat. Jan var målvakt, den mest utsatta positionen man kan ha i ett fotbollslag. Där varje misstag betyder att motståndarna gör mål. Den här pressen började tidigt bli en gnagande oro för Jan. Han ville inte göra sina medspelare och tränare besvikna och han ville inte visa sig svag. Ju äldre de blev desto större blev pressen, från andra och från honom själv. Jan spelade i flera klubbar i Karlstad, och han var så lovande att han skulle få vara med i uttag-

ningarna till Värmlandslaget.

Men oron släppte aldrig taget, en oro han inte kunde prata om.

– Som pojke ska man ju tycka om fotboll, och man ska inte visa sig svag. Den här rollen, det som förväntas av en kille blev en oerhörd press för mig, säger Jan som höll ut som fotbollsspelare i tolv år.

#### Slutade med fotboll

Men till slut orkade han inte längre. Han samlade mod och kraft och tog beslutet att sluta. Uppbrottet från idrotten gjorde dock inte att hans självkänsla blev bättre. Och när tjejen han var kär i istället valde en vältränad fotbollsskille blev det den sista mot- »



Jan Nordström, fotograf och författare.

- » gången som tvingade Jan över gränsen. Han fick allvarliga ätstörningar, och lärde sig alla knep för att det inte skulle märkas utåt.
  - Barn blir väldigt duktiga på att ljuga och luras. De kan må väldigt dåligt och aldrig visa det utåt, berättar han.



Fotbollen blev för Jan en inkörsport till en 18 år lång mardröm med ätstörningar och psykoser. Men fotbollen är också det som räddade hans liv. Under drygt ett år följde Jan Kalmar FF:s A-lag på väldigt nära håll och i det arbetet tvingades han också möta sina egna demoner.

– Fotbollen blev symbolen för allt det som fick mig att må dåligt, det jag försökt fly från under hela mitt liv. Jag hade fördomar om att man som fotbollsspelare måste vara hård och tuff, som en gladiator. Men så kommer jag in i omklädningsrummet och så var det tvärtom, jag möttes av en värme och solidaritet.

#### Måste våga visa svaghet

Resultatet av arbetet med Kalmar FF är boken "Tillsammansheten". Jan är fotograf och författare till boken, men boken är ändå en laginsats. Det är många som bidrar med texter där historien inte bara är Jans utan också en berättelse om världens största idrott och om mänskligheten.

– Det är något speciellt med fotboll, det är där människor möts. I fotbollen finns så mycket gott, men även mycket som är ont och det onda måste vi våga prata om, säger Jan.

Han tycker att det måste bli en mer tillåtande attityd till att visa svaghet, inte minst inom idrotten.

– De här fotbollsspelarna som varit med och gjort boken är ju i de flesta fall vana att prata i media och att synas. Men samtidigt har jag märkt att de är väldigt trötta på den bild som finns av idrottare, där man aldrig får vara svag. Flera spelare i KFF har sagt till mig att det var skönt att få visa att de är människor med känslor och tankar också.

#### Viktigt att prata

Jan menar att om vi ska komma åt den psykiska ohälsa som i dag ökar bland unga är det än viktigare att vi pratar om saker som är svåra.

– Barn och unga mår sämre än någonsin och självmordsfrekvensen är högre än tidigare. De upplever en oerhörd press och då är det någonting som är fel i samhället. Jag har inga enkla svar, men vi vuxna måste våga ta tag i frågorna. Saker växer i tystnad, säger Jan.

Samtidigt poängterar han att det finns något positivt även i press och krav, något som gör att människor kan växa. Men då måste kraven ställas på rätt sätt, press med stöd och med kärlek.

#### Spelarna blev räddare

Arbetet med boken var inte alltid enkelt. Jan upplevde att pressen på honom ökade och han fick en allvarlig psykos. Räddningen kom då från oväntat håll. Det var spelarna i Kalmar FF som hörde

av sig, som saknade honom och såg till att han kom tillbaka. De positiva sidorna av lagsporten blev tydliga.

– Tidigare kunde jag inte titta på fotboll, det var symbolen för allt det onda. Men nu efter den här tiden med Kalmar FF ser jag något annat. Det är väldigt roligt, för jag minns ju fotbollen som positiv, att spela fotboll med min pappa och min bror var lustfyllt. Känslan av att sparka en boll är en härlig känsla, man skapar ett konstverk tillsammans med andra människor. Löpningarna, bollen som far genom luften, det är ett unikt konstverk som inte går att återskapa igen. Det finns något väldigt speciellt i fotbollen som lockar. ■



#### FAKTA

##### Tillsammansheten

Boken kom ut hösten 2011. Det är en livsberättelse i text, ord och form av Jan Nordström. I boken bidrar även bland andra Nanne Bergstrand, Henrik Rydström, la Johannesson och Anders Nordström med text.

Jan Nordström har följt Kalmar FF under ett drygt år och under arbetet med flytten från Fredriksskans till den nya arenan Guldfågeln Arena.





*"Det var en gång en prinsessa som hölls fången i ett torn av en elak och ful häxa..."*

I lampans sken och hemmets trygga vrå börjar vi prata om det onda och det goda. Men hur utvecklas våra perspektiv i takt med att vi mognar? Populärkulturen försöker ge svar på livets stora frågor genom att spegla verkligheten i berättelsen, anpassad till den samtidigt vi lever i. Och kanske är det så att även "mugglarna" nu äntligen kan se magin.

## Tro, hopp och Harry Potter

TEXT: ELMA PASALIC FOTO: ÖVIND LUND

Det började med en mening, som efter ett tag blev allt fler. I takt med antalet lästa sidor växte också fascinationen hos Säfteprästen som numera älskar Harry Potter. Idag är Lena Skoting glad över kompisens tips som ledde henne rätt in i magins värld, där vissa trappor leder någon annanstans på fredagar.

– Jag trodde aldrig att jag skulle gilla Harry Potter men när jag väl började läsa tyckte jag att det var vansinnigt spännande. Jag skulle egentligen läsa för våra söner, som då var fem och åtta år gamla, men kunde inte slita mig och läste i förväg, berättar Lena.

Det var framför allt den magiska världen som fascinerade, eller snarare Joanne Kathleen Rowlings skicklighet att med hjälp av miljön ta sig an livets stora frågor. Kampen mellan gott och ont, mellan kärlek och hat fick växa genom hela berättelsen om den utvalde pojken med ett ärr i pannan, ett ärr som går ända in i hjärtat.

– De första tre böckerna uppfattar jag som barnböcker, där gränsen mellan ondska och godhet är väldigt tydlig. Men sen händer det något i den fjärde boken, när Harry ställs mot döden för första gången. Böckerna tar ett kliv in i ungdoms-





ondaste trollkarlen av dem alla, Voldemort, han som även dödade Harrys föräldrar och som nu hotar hela mänskligheten.

#### Lätt att välja sida

Och visst behöver vi den här typen av berättelser, menar Lena.

Alla tvingas vi dagligen möta både ondska och godhet, i det ständiga nyhetsflödet, på skolgården eller kanske även hemma.

– Ganska små barn kan tvingas uppleva att livet inte bara är gulligt. Livet är inte svart eller vitt, säger hon.

J K Rowling ger ondskan ett namn. Och på det sättet är det lätt att välja sida. De tydligaste skillnaderna i böckerna hittar man mellan de så kallade dödsätarna, som tagit den onde Voldemort's parti och medlemmarna i Fenixordern som strider för det goda, för livet. Författaren skapar också karaktärer som finns där emellan, som vill väl men inte förmår och som faller för lockelsen.

– Och det är oerhört viktigt att våga visa ondskans nyanser, att även ondskan kan uppfattas som

flerbottnad. Även om vi vill vara goda misslyckas vi med det ibland, och alla tvingas vi hantera jobbiga känslor dagligen.

#### Är Harry god eller ond?

– För mig är Harry helt klart god. Han drivs av en god vilja och är beredd att offra sig själv för andra. Men visst har han sina svagheter och det är inte minst hans vänner väldigt duktiga på att påpeka.

#### Kärlek som skydd

Berättelsen om Harry är också en berättelse om självoffring. Redan i den första boken offerar Harrys mamma sitt liv för att rädda sin son. Kärleken i självoffringen skyddar Harry genom hela bokserien och ger honom modet att våga stå upp för det goda.

– Det finns en Kristuslikhet i berättelsen och det är lätt att dra paralleller. När man offerar sig själv, får den som man offerar sig för ett skydd. Och det gör både Harrys mamma, Harry och Jesus, säger Lena.

Hon tror inte att det är författarens avsikt att jämföra Harry med Jesus, och därför är det viktigt att inte gå in och övertolka. Men

Lena brukar använda berättelsen som en referensram i sin verksamhet med konfirmander, eftersom ungdomarna känner till böckerna och får då lättare att förstå.

– Jag använder Harry Potter som en bild för självoffring. Det är ett sätt att förklara vad Jesus gör när han dör på korset. På samma sätt är Harry beredd att offra sig själv för sina vänner.

#### Offra sig själv

Lena tror att det finns en viss skillnad på hur barn och vuxna uppfattar det onda och det goda i böckerna om Harry. Hon menar att barn har en förmåga

att uppslukas av berättelsen och tror därför inte att de yngre barnen då funderar så mycket över nyanserna.

– Vuxna däremot analyserar och reflekterar över det som står, men det är också just den typen av berättelser, som ger utrymme för reflektion, som skapar ett gemensamt engagemang och inngångar till att våga prata om

svåra saker med barn, säger Lena.

Att alla mår bra av att läsa om både det onda och det goda är hon övertygad om. Sagor för vuxna hittar vi exempelvis i deckargenren och visst gillar vi att mysa med en kopp te i favoritfåtöljen när vinden skakar rutorna.

– Det blir som en verklighetsflykt, där någon annan tolkar det som händer utifrån termerna gott

och ont. Hela sagohistorien handlar om den här spänningen där gott och ont är förutsättningen för att fascinera och hålla oss kvar, säger Lena.

"Jag tycker att man kan få tro och hoppas som barn."

#### Avstånd från våld viktigt

Att dra en gräns för vad som är okej att berätta och inte berätta för barn är enligt Lena relativt lätt. När en historia glorifierar ondska och övergår till en tydlig uppmaning om våld har den gått för långt. I fallet med Harry Potter blir det däremot aldrig aktuellt.

– Jag har aldrig tvekat över att läsa om Harry för mina barn.

Genom hela berättelsen tar både författaren och böckernas karaktärer avstånd från våldet. För mig är det också viktigt att det goda segrar, det ger människan hopp och ligger i sagans frihet.

#### Sagan en del av verkligheten

Lena har jobbat som präst i Säffle under många år. För henne är sagan även användbar i mötet med dem som har haft det svårt. Hon har fått uppleva människor i ögonblick när verkligheten rämnar, men också fler år senare när de har kommit ut på andra sidan och hittat livet igen. Och då är hoppet det centrala.

– Barn som far illa och som kanske lever under stökiga förhållanden hemma eller i skolan hittar en positiv identitet i Harry. De kan känna igen sig i Harrys upplevelser att bo under trappan eller känna sig utanför och fel. Det ger det osedda barnet ett hopp. Jag tycker att man kan få tro och hoppas som barn. Om vi förlorar hoppet om att det kan gå bra, då har vi ingenting kvar, säger Lena. ■

» litteraturen och blir därmed mer komplexa berättelser om livet, menar Lena.

#### Ondskan har ett namn

Böckerna om Harry Potter handlar om den föräldralöse pojken som efter att ha vuxit upp hos elaka släktingar, får reda på att han är en trollkarl och hittar därmed en gemenskap med andra likasinnade på internatskolan Hogwarts. På skolan träffar Harry sina första vänner Hermione och Ron, och tillsammans utkämpar de många slag för det goda och kärleken. Slutligen tvingas vännerna möta den

#### HEM ÄR GOD OCH VARFÖR?



Jesper Lindh, 14 år, Grums

– När man är god är man snäll och kanske håller upp dörren. Anton min vän tycker jag är god. Han är schysst och snäll. Han är en bra vän som alltid ställer upp och så.



Inger Sandberg, 81 år, Karlstad

– Min svärdotter Lotta. Hon är en instinktivt god människa som finns till för alla samtidigt som hon jobbar heltid.



Tommy Jansson, 38 år, Molkom

– Min farmor var en god person. Hon var alltid snäll och hade stor respekt för djur. Lika djurtogig som jag, haha.



Annika Andersson, 40 år, Blomskog

– Det är så himla gott att ta emot en hand när man behöver hjälp. När man upplevt det vet man att människan är god. Min svärfar har sopat rent åt väldigt många men aldrig begärt något för det. Han har tjänat andra på sin egen bekostnad.



Sandra Hammarberg, 20 år, Filipstad

– En god person för mig är min innebandytränare Filip. Han är god för att laget är inte bara ett lag för honom. Han bryr sig mycket mer om oss än någon annan innebandytränare jag har haft.



Per-Samuel Nisser, 54 år, Karlstad

– Jag tänker inte på en särskild person, det finns både gott och ont i en människa. Godhet för mig är när en person har som syfte att göra en medmänniska gott. Det är tanken, den ärliga viljan bakom handlingen.

# Godhet och ondska i barnens värld

TEXT: HELENA SÖDERQVIST FOTO: THERESE HASSELVIST

## SAMTAL

**Ont och gott, två självklara motsatser. Inte mycket att diskutera. Tioåringar skippar nyanserna och går rakt på sak.**  
– Den som är god är snäll och gör bra saker, den som är ond gör dumma saker.

Tydligast är det i böckernas värld. Linnea Ingels, Irma Åsen, Agnes Forsberg och Marcus Ljungqvist, alla från Klässbol, har sina klara favoriter. Mysterier och deckargåtor. De gillar det mesta, från Enid Blytons klassiska Vi fem till succéförfattaren Martin Widmarks serie LasseMajas detektivbyrå.

– LasseMaja-böckerna är bäst. De är så spännande. Man hoppas hela tiden att det inte ska hända något med de goda. Och att allt ska gå bra, säger Agnes.

– Hittills har det alltid gjort det, tillägger Irma.

### Ljuger, stjälar och smiter

Hon förklarar att Lasse, Maja och polismästaren, de är alltid goda. Det vet man. Och det är bra. Men sen kan det variera. Det märks inte direkt vem som är ond. Fast sen, när det märks, då är det helt tydligt.

– De onda ljuger, stjälar och försöker smita undan rättvisan. Irma som sett alla filmer och



”Den som är god är snäll och gör bra saker”



Marcus Ljungqvist, Linnea Ingels, Irma Åsen och Agnes Forsberg är klasskamrater i trean på Klässbols skola.

läst alla böcker berättar gärna om flera av dem. Guldmysteriet var nog den bästa. Hon avbryts av Linnea.

– Du får ju inte avslöja slutet, fattar du väl.

Barnen i det gråa soffhörnet ombuds att förflytta teorierna till den verkliga världen. Begreppen ond och god hör hemma även här, fast det blir lite svårare med nyanserna.

– När jag är riktigt arg säger jag fula saker, som fan och idiot,

jag gör det fast jag vet att man inte ska. Orden far bara ut.

Linnea berättar hur hon kan bli ”väldigt störd” på sin lillebror. Och då kan mycket hända. ”Sånt som är ont”.

– Men för det är jag inte ond och elak. Om jag skriker åt honom behöver det inte betyda så mycket, bara att jag är lite irriterad, förklarar hon.

### Det värsta som finns

Det är skillnad på vad man gör

mot kompisar och mot syskon, tycker tjejerna. Att vara ovän med en kompis är nästan det värsta som finns.

– Blir så jobbig stämning. Så går man därifrån. Usch. Irma ryser lite. Hon tycker att konflikter där hemma är mycket lättare att reda upp och de går också över fortare. Tjejerna resonerar utifrån diverse verkliga händelser och kommer fram till att de nog är mer rädda om sina kompisar än om sina syskon. Marcus protesterar.

– Man ska väl vara mest rädd om sin familj. I alla fall är det lika viktigt.

– Jo, så klart, men det är ändå olika, envisas Irma.

Hon har en tvillingbror som är 30 minuter äldre och vet att en och annan batalj med honom tillhör vardagslivet. Ovänskap med någon av kompisarna gör man däremot allt som går för att undvika.

– Fast det hemskaste man kan tänka sig är ju om det skulle hända ens familj någonting. Tänk om någon skulle bli mördad, säger Agnes.

### Självklara val

Det är faktiskt så otäckt att de nästan inte vill prata om det. Det är sånt som händer, fast väldigt sällan, vet de.

Definitionen av god då, att vara snäll och göra bra saker, vad betyder det?

Enkelt. Det bara bubblar exempel från de fyra tioåringarna.

– Att vara mysig, glad, säga snälla saker till varandra, skratta, ha kul, ge bort presenter och att hjälpas åt. Så klart. ■

# Vi behöver sagans *monster*

TEXT: ELMA PASALIC FOTO: NORDISK PRESS



FILMEN TWILIGHT

Sagan är hetare än någonsin. Böcker, filmer och tv-serier leder till hysteri världen över. I berättelserna trängs trollkarlar och häxor med vampyrer och varulvar. Nu tänjs gränserna ytterligare när filmatiseringen av Hungerspelen går upp på bio, en historia där barn hetsas till att döda barn.

– Det är främst i barnfilm som gott och ont skildras som två åtskilda företeelser. Det är ett typiskt grepp som i grunden har

ett uppfostrande syfte, säger John Sundholm, forskare i filmvetenskap på Karlstads universitet.

Spänningen mellan gott och ont är grundläggande och finns i alla berättelser. Genom hela filmens historia har filmskapare använt olika monster för att ge ondskan ett ansikte. Ondskans dräkt har varierat över tid och trender har kommit och gått.

– Människan drivs av en fascination av ondskan som hänger ihop med att det som är oförklarligt lockar, säger John.

## Sagan får en renässans

Berättelser om ondskan fyller biosalonger och därmed även pengapåsen hos filmbolagen, och filmindustrin verkar outtömlig på onda figurer. Under de senaste åren har sagans monster återvänt till filmens värld. Utöver Harry Potter, har även Rödluvan fått en ny kapp på bioduken och senare i år får hon sällskap av inte bara en utan två nyproduktioner av Snövit.

– De tydligaste berättelserna om gott och ont är färre idag än tidigare. Det är snarare onda och goda handlingar som allt oftare hamnar i fokus, även inom barnfilm, säger John.

Människan har ett grundläggande behov att dela upp världen i ond och god. Så förstår vi vår vardag. På film eller i böcker får det okända, det vi saknar kunskap om, rollen som ondskan. Behovet av skarpa gränser blir kanske tydligast i tider av stora förändringar, som till exempel under det kalla kriget eller terrordåden i USA 2001.

– Då väljer vi att behandla det onda och det goda på ett svartvitt sätt, säger John.

## Begär att se styr

Var går då gränsen för vad som är okej att skildra? I vår kommer vi få möjlighet att se barn döda barn på bioduken i filmatiseringen av Suzanne Collins bokserie Hungerspelen. Det är en berättelse om den unga Katniss kamp för överlev-



FILMEN HUNGERSPELN

”Just nu upplever vi kanske att gränsen är nådd, men det är inte alls säkert att vi kommer förstå vad som var så kontroversiellt om ett par år, när vi har fått lite distans.”

nad i landet Panem som bildats efter ett brutalt krig om resurser. Hungerspelen är en framtidsroman om liv och död, där 24 pojkar och flickor får slåss för sina liv i en stor arena. Ungdomarna kämpar mot varandra, och endast en, den som överlever får åka hem.

– Att barn är grymma mot varandra är inget nytt. Och barn som har vuxit upp under normala förhållanden kan göra skillnad på vad som är verklighet och fantasi. Men det är en kontroversiell fråga, när är barn mogna för olika saker? menar John Sundholm.

Det är en klassisk diskussion, den om filmens sätt att testa gränserna för vad som går att visa, inte bara för barn utan även vuxna. Människan har ett begär att se saker man aldrig har sett. Ibland pratar man om en ond spiral, där berättelserna bara blir värre och värre, men enligt John är det sällan så.

– Just nu upplever vi kanske att gränsen är nådd, men det är inte alls säkert att vi kommer förstå

vad som var så kontroversiellt om ett par år, när vi har fått lite distans, säger han.

## Sagan som en del av livet

Film för barn har ett uppfostrande syfte. Barnet ska lära sig leva och umgås med andra, för att bli en del av samhället. Därför behövs också tydligare regler för vad som är rätt och fel. Tittar man närmare på film för yngre barn så finns där tydliga förebilder för sådant som är okej att göra, och motsatsen gestaltas ofta med utanförskap och ensamhet, där det onda får gro.

Berättelser riktade till ungdomar är däremot ofta revolterande. Det är i tonåren barnet lär sig ifrågasätta och blir en kritiskt tänkande människa. Det är också då man börjar förstå att alla är olika och lever på olika sätt. Gränserna mellan det onda och det goda suddas ut och ersätts av mer eller mindre onda handlingar, det vill säga vetenskapen om att man inte behöver vara ond för att gör ont.

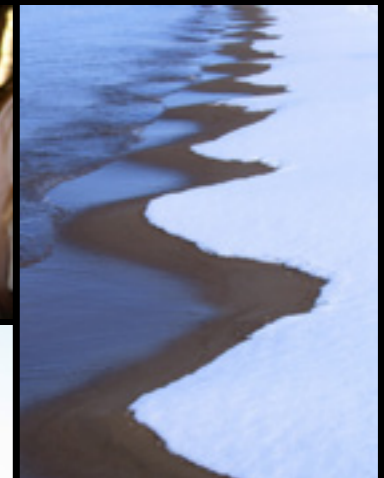
John Sundholm tror att vi idag skildrar ondskan i barn- och ungdomsfilm med fler nyanser än tidigare, och då framför allt i jämförelse med 70-talet när mera verklighetsnära berättelser dominerade.

– Vi förstår vad som är ont och vi vet hur vårt begär att förstå det oförklarliga fungerar. Men vi är också medvetna om att det finns mycket vi inte kan förklara och det är okej. Jag tycker att det är hälsosamt att vi är mera nyanseerade i vårt uttryck idag, för människan är trots allt inte enbart en rationell varelse, säger han. ■



PRIVAT BILD

John Sundholm, filmvetare.



Daniel Kristiansson, 19 år | Felicia Libäck, 19 år | Alexander Lindhe, 28 år

Jodie Wife, 24 år | Stigs Kerstin Olsson, 57 år | Johanna Skogman, 20 år  
Agneta Gottlow-Pettersson, 66 år | Therese Hasselkvist, 20 år | Jorin Samuel Drewes, 14 år.

## PORTRÄTT

ANNIKA  
ÖSTBERG  
58 ÅRSKRIBENT OCH  
FÖRELÄSARE  
FD LIVSTIDSFÅNGE

BOR I STOCKHOLM

# Hur bemöter vi ondska?

TEXT HELENA SÖDERQVIST FOTO: EKERLIDS FÖRLAG



– Vad gör jag med mig själv som människa? Det är ett val vi alla har, säger Annika Östberg.

Hon hade nyss fyllt 26 när dörrarna stängdes om henne i California Institute for Women. Dömd för dubbelmord.

– Jag iscensatte de händelser som ledde fram till två mäns död, förklarar hon. Det är inte så stor skillnad på moraliskt och fysiskt ansvar.

Annika har levt halva sitt liv i fängelse. Hon berättar om misshandel, våldtäkt och systematisk förnedring. Men också om kärlek, vänskap och solidaritet.

Hon satt tillsammans med andra livstidsdömda. Kvinnorna blev hennes familj. Tillsammans överlevde de.

– Ju mer de tog ifrån oss desto tajtare blev vi.

Restriktionerna på detaljnivå blev med åren bara fler och fler. Blå eller grå arbetsskjortor, fyra egna t-shirtar, inga färgade underkläder, kort eller uppsatt hår, inget smink.

Annika beskriver hur kvinnorna förbjöds att färga håret. Hur de grå stråna blev fler och åren tydliga. Livet gick.

Att behålla sin mänskliga värdighet och att finna mening i det instängda, hur går det till?

– Det är en lång process med många bakslag. Ingen lätt sak alls. Men när allt var bortplockat hittade jag en annan sorts frihet, ett inre värde. Det som finns inom varje människa och som ingen kan ta ifrån dig.

Annika pratar om ett inre tomrum, det vi fyller med allt från prylar till relationer, i någon slags rädsla för den oundvikliga ensamheten. Där i cellen fanns inget yttre att ta till. Hon stod ensam med sitt liv och sin skuld.

– Det låter kanske konstigt men det finns något befriande i total hopplöshet. När man nått botten återstår två alternativ, menar hon, livet eller döden. Annika valde att söka förlåtelse och försoning. Finna en framtid. Att acceptera, även det som inte går att förstå, och att möta Gud. Hon kallar det andlig frihet. Annika känner sig förlåten av Gud, men har svårare att förlåta sig själv.

– Man måste förstå vad man begär förlåtelse för, se sanningen om sitt liv. Med förlåtelse kommer ansvar. ■

"Gud, gör mig till det jag var tänkt att bli, människa, helt och fullt."

Bön av Martin Lönnebo



## Filmtips 1:

## Hämnden

Den danska dramathrillern i regi av Susanne Bier handlar om läkaren Anton (Mikael Persbrandt) som lever mer än halva sitt liv i Afrika. Där gör han en ovärderlig insats som doktor, samtidigt som livet på hemmaplan krackelerar. Filmen låter oss fundera kring frågor som: Hämnd eller försoning? Skuld eller förlåtelse?

Belönad med Golden Globe och en Oscar 2011 för bästa utländska film.

## Filmtips 2:

## Gudar och människor



En fransk film från 2010 i regi av Xavier Beauvois om sju kristna trappistmunkar i Tibhirine i norra Algeriet. De lever i frid med den omgivande muslimska befolkningen tills den dag då terrorister dyker upp i trakten och hotar klostret. Munkarna överväger då om de ska stanna kvar och riskera att dödas eller om de ska lämna klostret.

## Familj och sorg-grupper

Barn och vuxna som förlorat en nära anhörig erbjuds samtalsträffar. Kontakta diakon Bibbi Sellén 054-14 19 74, bibbi.sellden@svenskakyrkan.se



# Pilgrims- ritten

Följ med på en annorlunda pilgrimsresa. En resa med tid för eftertanke och reflektion. Med prästen Karin Sanell och ett blandat gäng – med och utan ridvana.

TEXT OCH FOTO: ÅSA WIKBERG/LUCKY RIDER



**P**ilgrimsresor har blivit mer och mer populära. Plats för stillhet och tid för eftertanke är något som står högt på önskelistan i vår hektiska tid när vi ska hinna med så mycket som möjligt på så kort tid som möjligt. Men pilgrimsresor är inget nytt påfund, tvärtom har det under årtusenden varit ett sätt att både göra bot, se världen och samtidigt få insikt. Dagens resor kanske inte har så mycket med botgöring att göra och inte heller betalar man andra för att göra resan åt en – som var vanligt förr.

En pilgrim är en person som gör en pilgrimsresa, som vallfärdar till en helig ort. Historiskt sett användes särskilda vägar för pilgrimsfärden där man ofta passerade speciellt heliga platser. Många av dessa pilgrimsleder används än idag. Heliga platser kan vara sådana som blivit beryktade då man anser att där skett under, man har fått hjälp mot sjukdomar eller haft gravplats för helgon. Inte sällan har det varit tempel och kyrkor som passerats. Prästerskapet har ofta uppmuntrat vallfärderna och därigenom kunnat öka tillströmningen och inkomsterna. I den antika medelhavs världen var Modergudinnans tempel i Hierapolis i Syrien,

Asklepiostemplet i Epidauros i Grekland och Dianas helgedom vid Nemisjön nära Rom flitigt besökta vallfartsorter.

## Övning i tillit

På medeltiden så ansågs en pilgrimsresa för botgöring nästan som en religionsplikt inom kristendomen. Man vallfärdade till Jerusalem som bot för synder.

Inom Islam är pilgrimsfärden en viktig del. Vallfärden till Mekka ingår i de fem bud, som åligger varje muslim och som tillsammans utgör islams religionsutövning.

Men den resan vi var med på i sommar var kanske mer att betrakta som en inre resa där man får tid för att tänka på sådant som man kanske inte vanligtvis reflekterar över. Vi var elva personer, pilgrimer som företog denna resa.

Det är Svenska kyrkan i Karlstad stift, genom Karin Sanell som präst i Alster och Molkom och som anordnar pilgrimsritter, både i Värmland och Ungern.

Jag tycker pilgrimsritter har en dimension som inte vandringen har när det gäller att ge sig utanför sin komfortzon, öva sig i mod och tillit. Enligt min uppfattning blir ridupplevelsen ofta starkare än vandringen, berättar Karin.

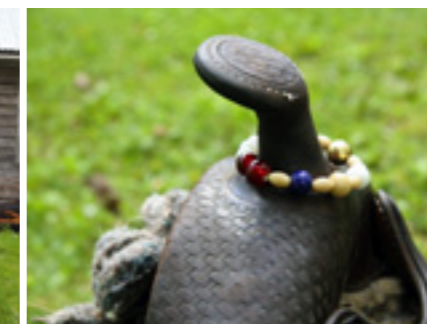
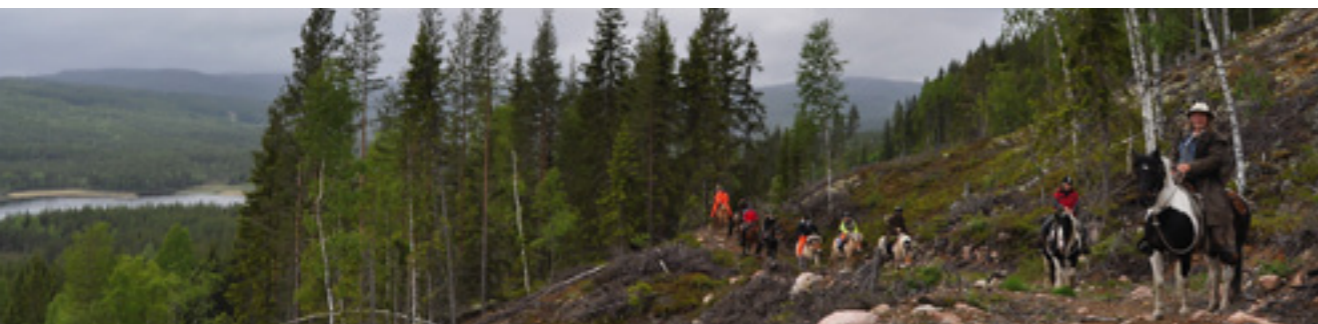
Varje dag börjar med ett tema – ett ord eller en fråga som deltagarna får fundera över under dagen.

– En pilgrimsritt eller resa är en yttre resa som hjälper oss att påbörja en inre resa. Oavsett vad vi tror eller inte tror, oavsett hur gamla vi är och hur livet har varit

"En sådan här **chans** får jag aldrig igen."

är vi nog alla intresserade av att utvecklas som människor. En pilgrimsritt är ett tillfälle då man för sig själv och tillsammans med andra får tillfälle att fundera över livet. Vad jag tror på, hur jag vill leva, hur jag ska välja, berättar Karin som i år arrangerat fem ritter (hos Packstation Högfäll, Ulvsby Ranch och i Bulgarien).

– Själva ordet pilgrim betyder egentligen utböling, lantis eller främling. Det första ämnet att fundera över handlar om att vara främling. Hur är det att komma till en helt ny miljö, med människor man inte känner och man ska göra något man inte har gjort tidigare. I det här fallet delta i en pilgrimsritt. Några tycker det är bara spännande, andra tycker det är läskigt för de flesta är det både »



» och. Det handlar också om att göra en inre resa. Att prova något nytt och möta nya människor innebär att man utvecklas. Vi lär oss mer om oss själva, andra och tillvaron, säger Karin när vi samlas för att gå igenom vad som kommer att hända under turen.

Det är en brokig skara människor som beger sig iväg på pil-

## "Att **visa tillit** är att kunna släppa taget och **att våga**."

grimsfärden under ledning av Karin Sanell och Peter Vester som på denna tur bistår med hästar och guidning. Förutom ett gäng från KRIS, Kriminellas revansch i samhället, är det även en diakonissa, en lastbilschaufför, en ungdom och så jag från LuckyRider med på turen.

När Bo Eriksson från KRIS i Karlstad satt upp var det första gången någonsin på en hästrygg.

– När dom först frågade mig var jag tveksam, men så tänkte jag att en sådan här chans får jag aldrig igen. Karlstad stift har samarbetat med KRIS sedan 2001. Karin Sanell ville gärna ge "krisarna" en möjlighet att

komma med på Pilgrimsritten.

– Tanken med det här är inte att vi ska värva medlemmar. Det här är ett sätt att ge de här människorna en upplevelse som de inte skulle kunna få annars. Tanken med en pilgrimsresa är ju att den yttre resan ska leda till en inre resa. Att man börjar tänka "hur har jag det nu och hur vill jag ha det" säger Karin. Dagen blev spännande för alla och för en del var det något helt nytt att sitta på hästen och ta sig fram över stock och sten. Så mycket tanke kanske inte hanns med under dagen, tyckte några som aldrig ridit tidigare – det var fullt upp med att hålla sig kvar på hästen fastän turen mestadels gick i lugn skritt.

Under kvällens samling i den lilla rökstugan och runt lägerelden där dagens middag lagades, fick alla som ville tillfälle att berätta hur man själv ser på att komma till en ny miljö och att göra något helt nytt. Sedan kom John Blund.

### Mat och Gud

Efter en god och mättande frukost bestående av amerikanska pannkakor med lönnsirap, bacon, ägg och smörstekta vita bönor var det dags att börja sadla hästarna. När hästarna var klara

samlades vi i en liten ring för dagens början. Ordet Karin gav oss att fundera över var tillit.

– Att rida handlar en hel del om tillit. Tillit till hästen, till sig själv och till Gud eller livet. Lita på att hästen vet var den har sina ben och hovar, lita på att jag klarar av det jag ska göra och lita på livet. Att visa tillit är att kunna släppa taget och att våga. Därför hänger tillit ihop med mod menar Karin.

Dagens ridning, gick upp och ned för berg i den värmländska finnskogen. I väntan på kvällsmat satt vi runt lägerelden och pratade under Karins ledning om tillit. Simon pratade om tillit till hästen, att låta den sätta hovarna i den mjuka sanden, även om det ser ut som att den ska rasa ner i diket. Det intressanta är, konstaterade vi, att tillit verkar smitta av sig, för när tilliten till hästen ökar, ökar även tilliten till sig själv.

Roland pratade om tilliten till Peter som hade valt ut vilken häst han skulle ha. Att få en häst som passar i temperament och gång.

Johnny, som fick en flygande start och åkte av hästen efter fem minuters ridning, berättade om resan från att inte tycka hästen var den allra bästa till att känna en otrolig respekt och samhörighet. Efter några dagars ritt hade

de verkligen blivit ett "par". Sista backen hem var en känsla av total gemenskap.

### Våga släppa taget

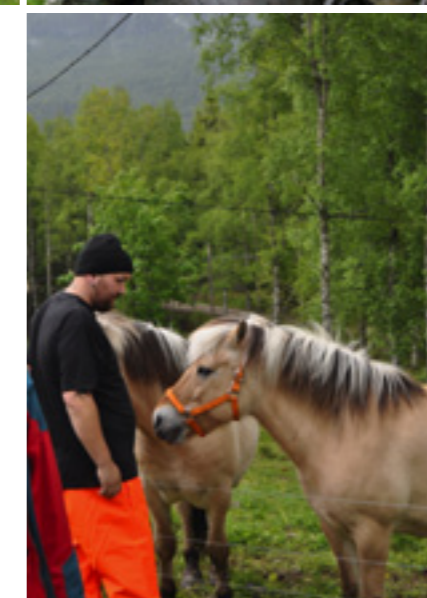
Kristina som tidigare har skadat sig allvarligt, som kunde ha dött men som inte gjorde det sade:

– Jag tror egentligen inte på Gud men när vi red iväg i morse kände jag att jag litade på Gud till hundra procent. Att jag inte skulle ramla av, och om jag gjorde det skulle jag inte göra mig illa. För Gud skulle inte låta det hända två gånger.

Prästen Karin berättade om när Carl-Jan Granqvist kom till kyrkan för att prata om njutning. Han inledde med att säga:

– Jag tror på Gud och det är så skönt att tro på Gud, för då behöver jag inte vara Gud själv utan jag får överlämna mig till något som är större än jag själv. Då kan jag bara släppa taget.

– Så visst handlar mycket i livet om tillit, avslutar Karin. Ordet som ändå fick sammanfatta kvällen var tacksamhet. Att få uppleva allt detta, naturen, hästarna, att möta nya människor i gemensamma upplevelser och samtal. Inte minst maten som lagades av Peter samt inlånad kock. Maten var förstas en del av totalupplevelsen. Kvällens middag, en riktig cowboyrätt, var "tjurtestiklar" kokta i kaffe och chili! Mums! ■



### TIPS

Läs mer pilgrimsaktiviteter på: [svenskakyrkan.se/karlstadsstift](http://svenskakyrkan.se/karlstadsstift)

## DEM ÄR GOD OCH VARFÖR?



**Ernst Kirchsteiger, 54 år, Örebro**

– Lika svårt att svara på som vem är Gud? Men om man ska försöka, så tror jag att det handlar om att våga lämna sig själv och se andra. Det kan vara nog så svårt, i en tid då vi bara blir mer och mer individualistiska. När jaget tar över så kan det vara svårt att se behoven av medmänsklighet, svårt att se om man sårar någon, svårt att se vägar till osjälviska möten med människor. Det krävs mod att våga gå in med sig själv som investering, utan att vilja ha någonting tillbaka. Handlingen i sig själv är belöning nog. Jag tror att vi föds goda, sedan formas vi till att bli de vuxna vi är.



**Jon Ode, 22 år, Karlstad**

– Mahatma Gandhi, som slogs utan våld för en värld utan våld och lyckades få med sig så många människor i sin filosofi. Speciellt beundransvärt med tanke på att han verkade under krigstider.



**Kjerstin Tungström, 67 år, Karlstad**

– Jag tycker nog bäst om min son, vi har blivit väldigt sammansvetsade. Han är väldigt mån om mig. Vi blir aldrig ovänner fast vi är olika. Han ställer alltid upp, även om man gör mycket stolligt.

## VEM ÄR GOD OCH VARFÖR?



**Jacob French, 26 år, Karlstad**  
– Min kompis Jonas är en snäll och god person. Han sätter oftast andra före sig själv i olika situationer och ställer alltid upp.



**Kersti Heliner, 50 år, Karlstad**  
– Min son är en av de godaste personer jag vet. Han har autism och utgår från sina inre basala behov. När man gör det tror jag man känner sig lycklig. Och är man lycklig så utstrålar och sprider man godhet omkring sig.

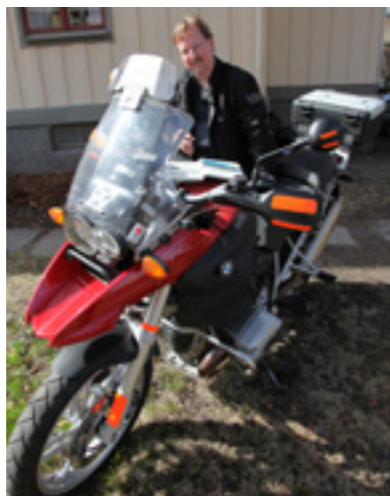


**Jennie Kihlstadius, 20 år, Arvika**  
– Mamma som tagit hand om mig och stöttat mig när jag haft det svårt.



**Kerstin M. Erikson, 67 år, Karlstad**  
– Anna-Maie Ehne, körledare för Norrtönen i Norrstrandskyrkan. Hon är en eldsjäl och duktig pedagog som hjälper oss i kören att hitta rätt. Det spelar ingen roll om det låter falskt, Anna-Maie finner nya vägar och peppar oss.

## På hoj med Gud



Norge och hem igen. Ett femtontal motorcyklister, både från Värmland och resten av landet slöt upp.

– Vi ville erbjuda tid för eftertanke, säger Paul. Ensam på din hoj får du tid att fundera. Samtidigt hade vi tryggheten att färdas i grupp med följebil och allt. Vi använde Frälsarkransen som rese-sällskap och vid andakterna. Det är ett armband med ett antal pärlor som representerar Gud, jag själv, tystnaden, bekymmerslöshet m. m.

Resan gav mersmak, flera av deltagarna har redan bokat sig för nästa tur. Planen är att det ska bli en resa även i år. ■

**P**aul Henriksson är präst i Karl-skoga och hängiven motorcykelåkare. I somras ledde han tillsammans med prästen Karin Sanell en pilgrimstur från Hammarö till Nidaros/Trondheim i

### TIPS

På [svenskakyrkan.se/karlstadsstift](http://svenskakyrkan.se/karlstadsstift) finns mer information om våra pilgrimsaktiviteter.

## Lugn i vardagen



Nu finns möjlighet att bära med dig en virtuell version av det omtyckta armbandet Frälsarkransen i din mobil. Då kan du utnyttja vardagens små tillfällen – i väntan på bussen eller på väg till dagishämtningen – att hitta inre ro och fokus i ditt liv, mitt i en hektisk tillvaro.

Frälsarkransen™ är ett tillgängligt och användarvänligt armband/radband som består av 18 pärlor, där varje pärla har sin egen betydelse. Med hjälp av pärlorna kan du få handfast vägledning till meditation och eftertanke. Appen kostar 7 kr att ladda ned.

## Vi gillar appar

**KyrkguidenKS** – kyrkor och evenemang i Karlstads stift.

**Kyrkguide** – Sveriges kyrkobyggnader och det som händer i dem.

**Utomlands** – Svenska kyrkan i utlandet som finns på hela 45 platser i 28 länder.

**Bibeln** – Holy Bible (LifeChurch.tv) med flera olika översättningar.

## Ge människor stöd att förändra

Svenska kyrkans internationella arbete stöder långsiktig utveckling och katastrofinsatser.



Kampen mot hiv och aids går vidare. I **Zimbabwe** arbetar organisationen Thus-anang med stort stöd av Svenska kyrkan för att hitta barn som blivit föräldralösa. Den uppsökande verksamheten sker med hjälp av volontärer. Barnen får hjälp i form av mat, kläder och betald skolgång. **P129**



I **Indiens** slumområden utnyttjar arbetsgivare fattiga människor som många gånger får arbeta under slavliknande förhållanden. Svenska kyrkan arbetar aktivt i Indien med att informera människor om deras rättigheter och stärka dem i att själva kunna driva igenom förändringar i sina liv. **P39**



I **Etiopien** får unga kvinnor hjälp att förändra sina liv. Prostituerade erbjuds tjänster inom hälsa, rådgivning, yrkesutbildning, rehabilitering, förebyggande insatser mot hiv och aids och andra fattigdomsbekämpande insatser som ger dem möjlighet att försörja sig på andra sätt. **P192**



I staden Nakamte i **Etiopien** arbetar Svenska kyrkan med att förbättra levnadsförhållandena i slummen. Genom utbildningar i sanitet, bygge av latriner och stöd till kvinnors småföretagande stärks befolkningen i de fattiga stadsområdena. **P116**



I tre av Centralamerikas fattigaste länder, **Guatemala, Nicaragua** och **Honduras** stöder Svenska kyrkan utbildningar i hållbart jordbruk och kämpar för småbönders rätt att få äga land, två viktiga förutsättningar för att människor på landsbygden ska kunna vara självförsörjande. **P27**



På **Haiti** pågår återuppbyggnadsarbetet och det långsiktiga utvecklingsarbetet. Att ge barn möjlighet att gå i skolan, satsningar på hållbart jordbruk och katastrofförebyggande insatser är något av det som Svenska kyrkan bidrar till genom projektet. **P50**

## Var med och bidra!

Om du vill att din gåva ska gå till ett särskilt projekt, kan du märka den med något av projektnumren ovan. Läs mer om projekten och katastrofarbetet på [www.svenskakyrkan.se/internationaltarbete/projekt](http://www.svenskakyrkan.se/internationaltarbete/projekt)

Din gåva är viktig.

**90 01 22-3 Pg**  
**900-1223 Bg**

**90** SVENSK  
KONTO INSAMLINGS  
KONTROLL

Svenska kyrkans internationella arbete kontrolleras av Svensk Insamlingskontroll.

**actalliance**

Svenska kyrkans internationella arbete är en del av ACT-alliansen. Action by Churches Together, ett globalt samarbete mellan kyrkor och organisationer för katastrofinsatser, utvecklings- och påverkansarbete.

**Svenska kyrkan**

INTERNATIONELLT ARBETE

Svenska kyrkan 