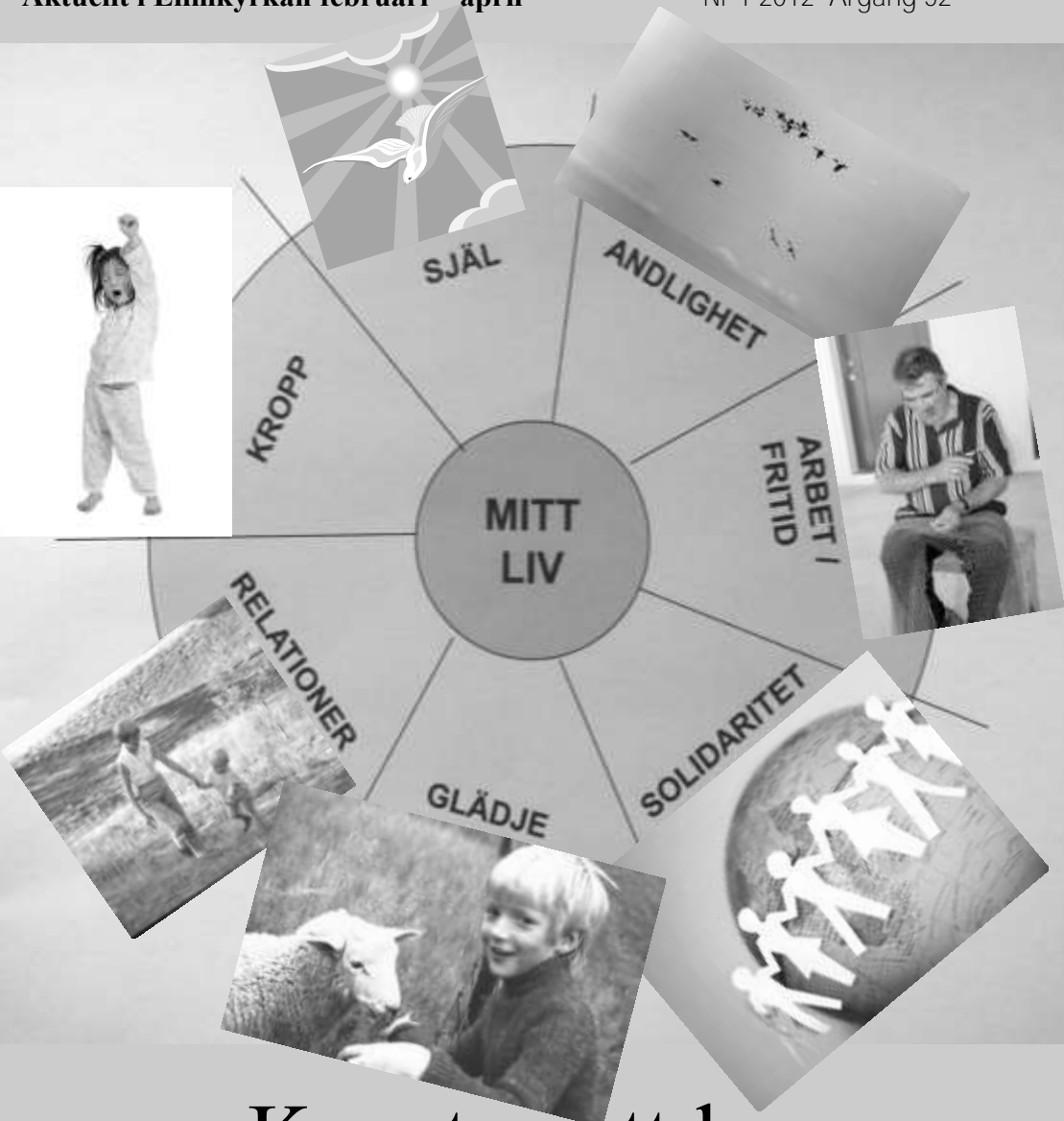


# Kontakt



Aktuellt i Elimkyrkan februari—april

Nr 1 2012 Årgång 52



## Konsten att leva

## Konsten att leva

Att vara människa är både härligt och svårt. Det är i sanning en konst att leva. Människan bär på brustenheter, misslyckanden och besvikelser men också erfarenheter av att komma vidare genom upplevelser av helande och upprättelse. För att uppleva harmoni i våra liv behöver vi utgå från en helhetssyn på människan och tillvaron. I den helhetssynen finns viktiga områden att reflektera över:

### **Kroppen – Gud har skapat hela dig**

Kanske påminns du om att din kropp har sina begränsningar. Kanske går du gärna och med lätta steg långa promenader. Vi är skapade på olika sätt, och genom livet förändras och påverkas också vår kropp. Men alla är vi skapade av Gud som ville vårt liv. Kroppen och våra sinnen hjälper oss uppleva naturen, omgivningen, dofter, ljud och beröring. Intrycken ger oss en uppfattning om livet och är också ett sätt att försöka förstå Guds storhet. Om vår kropp plågas är det svårare att må bra. Om vår kropp blir väl omhändertagen – av oss själva och av andra – så ökar vårt välbefinnande.

### **En sund själ i en sund kropp**

Under 2000-talet har mental träning och livscoaching vuxit till en storindustri och är nu en självklarhet långt utanför elitidrottsmäns och toppchefers kretsar. Förutom att äta sunt och röra på oss, ska vi också ta hand om vår mentala hälsa och jobba på vår mentala inställning för att nå våra mål. Detta kan upplevas stressande och är vi utlämnade till oss själva kan det bli en alltför tung börda att bära, men i en

god gemenskap blir det lättare att ta hand om både vår själ och vår kropp.

Forskning visar att det finns starka samband mellan kropp och själ både i friskt och i sjukt tillstånd. Kanske beror det enorma intresset på att vi i allt högre grad glömmer bort det tillsynes helt enkla; är vi i mental balans, blir det lättare att leva i nuet och göra det bästa av våra liv – få uppleva större välbefinnande och hälsa.

### **Relationer – ett arbete och en nåd**

Stor ensamhet och brist på kärlek kan få ödesdigra effekter på hälsan. Har vi relationer som tär för mycket på oss påverkar det oss också negativt. Har vi få kärleksfulla relationer, kan det vara betydelsefullt att stärka och fördjupa kärleken i de relationer vi har. Men för att helhet och helande ska komma till stånd behöver kärleken präglas av respekt, integritet, öppen kommunikation och en ömsesidig tillit där man stödjer varandras växande.

### **Närmiljö**

Hur vi själva och våra närmaste mår går inte att separera från hur det står till med de miljöer där vi lever våra liv, naturen inberäknad. Det finns inte speciellt stora chanser att miljökrisen i vår värld ska kunna vändas, om inte du och jag – och miljoner andra människor – lär oss att ta hand om vår fantastiskt vackra men ömtåliga planet på ett mer kärleksfullt sätt. Vi är en del i det stora och vårt samspel spelar roll.

### **Arbete – med mening och i din takt**

Vi investerar en stor del av vår samlade livstid i arbete och andra engagemang. Stressen ligger ofta på lur och kraven är stora.

—>forts sid 8

## HEMGRUPPEN LIVSNERV FÖR DANNE OCH BRITTA



För Danne och Britta Lundqvist är hemgruppen en omistlig del av det kristna livet. Redan som tonåringar kom de för första gången med i hemgrupper och har sedan dess med undantag för några kortare perioder varit med. Kontakt har träffat dem för ett samtal om hemgruppens betydelse med anledning av att de nu går in i uppgiften som ledare för en grupp.

– Vi upplever att allt har lagts till rätta på ett fantastiskt sätt, berättar de. Under den gångna hösten har vi inte tillhört någon hemgrupp efter att i uppemot tio år ha varit med i gruppen som träffas hos Håkan och Gunvor Persson. Samtidigt började det växa fram en längtan att hitta eller starta en grupp där medlemmarna bor nära varandra, och vi bad över detta.

Sedan några år tillbaka bor familjen Lundqvist strax utanför Torshälla efter vägen

mot Mälarbaden. I höstas blev Danne och Britta tillfrågade av Thord och Kerstin Polhage om de kunde tänka sig att ta över ansvaret för deras hemgrupp. Den gruppen skulle efter årsskiftet komma att helt bestå av personer som bor i eller i närheten av Torshälla, däribland ett par som gått alfakurs. Därmed föll bitarna på plats.

– Det känns gott att hemgruppen består av personer från olika församlingar och sammanhang, inflikar Britta.

### Gruppen en växtplats

Både Danne och Britta är övertygade om den lilla gruppens betydelse för det kristna livet.

– Det är nästan så att jag vill kalla hemgruppen för en livsnerv, säger Danne. I hemmiljön kommer man varandra mycket närmare än i kyrkan. Hemgruppen blir en

växtplats där tron utmanas och utvecklas. Här får man brottas med livsfrågor och med bibelordet, och det ska finnas plats för frågor och tvivel. I en liten grupp är det också lättare att ha omsorg om varandra och exempelvis ställa upp med praktisk hjälp när det behövs.

– Det är också lättare att öppna sig i den lilla gruppen där man känner varandra, fortsätter Britta. Det är inte alltid man vill dela ett personligt behov eller böneämne inför hela församlingen i en gudstjänst och det kanske heller inte alltid är lämpligt, men i en hemgrupp kan man känna sig tryggare. Hemgruppen ska också kunna vara en plats dit man kan bjuda den som ännu inte kommit till tro. Det ska vara avspänt, men samtidigt tydligt. Man ber även om inte alla är vana vid bön.

Samtalet glider in på olika former av grupper och olika sätt att mötas. En grupp kan fungera olika vid olika tider. Ibland kan betoningen på bön vara starkare och vid andra tider kan bibelstudiet ha en mer framskjuten plats. Ibland kan medlemmarna i en grupp vara nära vänner som umgås mycket även vid andra tillfällen, och i andra grupper möts man bara vid samlingarna.

– För att gemenskapen ska utvecklas tror jag att det är viktigt att då och då träffas och göra andra saker tillsammans, säger Danne.

Om det finns barnfamiljer i hemgruppen är det bra att anpassa samlingarna efter deras behov, påpekar Britta. För Danne och mig har det alltid varit viktigt att kunna gå båda. När våra barn var mindre följde de oftast med till hemgruppen, fanns med i gemenskapen, men sysslade med något eget under delar av kvällen. På så sätt ser barnen att hemgruppen är en viktig del av

familjens liv.

## **Kan man låta bli?**

Hur ser då Danne och Britta på uppgiften att leda en grupp, och har de några planer för hur samlingarna ska se ut? Båda känner en stor ödmjukhet inför uppgiften och ser det både som ett ansvar och ett förtroende. Samlingarnas innehåll får utformas i samråd med gruppen.

– Gruppen har en tydlig avgränsad tid för samlingarna. Det tror vi är bra, säger Danne. Mellan 19.00 och 20.30 varannan vecka. Ett kort fika, sen studerar vi en bok, samtalar och ber tillsammans.

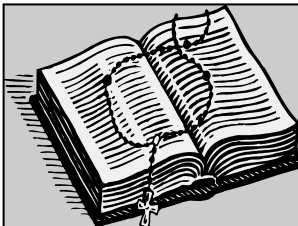
– Sången och musiken har ju en stor plats i våra liv, så vi kommer nog att sjunga lite mer än vad man gjort i gruppen tidigare, tror Britta. Vi är inte främmande för att gruppen på sikt växer och så småningom delas i två, enligt principen för celledelning.

Jag avslutar med att fråga vad Danne och Britta skulle vilja säga till den som funderar på det här med att gå med i en hemgrupp, men som tvekar.

Danne svarar med en motfråga: Kan man låta bli? Jag har svårt att se hur man kan utmanas och växa som kristen utan den lilla gruppen.

Inom ramen för Elimkyrkan finns för närvarande cirka sju hemgrupper. Är du ännu inte med i en grupp, men vill komma med? Börja då med att ta kontakt med pastor Noomi Tönnäng eller med Gunnar och Inga-Lisa Svedberg, som kan lotsa dig vidare till en lämplig grupp.

Rolf Sundström



## Med längre perspektiv.

**”Men vi vet, att för dem som älskar Gud, samverkar allt till det bästa, för dem som är kallade efter hans rådslut.” Rom. 8:28. (Reformationsbibeln; 1917 års översättning.)**

För en sekulariserad åskådning, där människan endast räknar med det korta jordelivet, blir apostelns ord obegripliga. Men Paulus har ett längre perspektiv, som sträcker sig från evighet (Guds eviga rådslut, före världens grundläggning, enligt Ef. 1:4) till den evighet, som följer efter denna tillvaro. I det perspektivet blir vår stund på jorden bara en liten parentes.

Egentligen bör man läsa hela avsnittet, Rom. 8:18-30, för att bättre förstå Pauli budskap. I vers 18 har aposteln lagt allt det svåra, som möter oss här i livet, i den ena vågskålen, och den kommande härligheten, i den andra vågskålen. Sedan konstaterar han, att lidandena i den här tillvaron väger lätt i jämförelse med det eviga livet hos Gud. (Jfr 2 Kor. 4:16-17.)

I vers 28 säger Paulus, att han vet, att allt samverkar till det bästa (dvs. till vår frälsning). Aposteln menar då verkligen allt, som kan tänkas drabba en människa i fråga om sorger, motgångar, misslyckanden, fienders angrepp, etc. Här tystnar alla subjektiva ”varför”, då aposteln lyfter upp hela problematiken från ett subjektivt till ett objektiva plan, till det gudomliga rådslutets plan. Att Paulus var väl förtrogen med lidande, det framgår med all tydlighet av 2 Kor. 11:23-28.

Apostelns fasta övertygelse, att allt samverkar till det bästa, gäller ”dem som älskar Gud”. Som beteckning för de kristna, är detta uttryck ovanligt i de paulinska breven, (jfr 1 Kor. 2:9; 8:3; Ef. 6:24). Aposteln Johannes skriver, att ”vi älskar, därför att Han först har älskat oss” (1 Joh. 4:19). Det betyder, att vi har svarat på den gudomliga kärlekens kallelse. Det är inte något som vi har tagit själva, utan kallelsen har nått oss från Gud, och denna kallelse har sin grund i Guds eviga rådslut.

Det är lätt att betrakta den här tidens lidanden, allt det negativa i tillvaron, som hinder för Guds viljas förverkligande, men Paulus ser det inte så. Texten säger, att jag inte är prisgiven åt fientliga makters spel. Det som jag måste gå igenom, det har Gud bestämt för mig. Kristus var en gång ställd under fördärvets makter, då Hans väg gick genom lidande till härligheten. (Jfr Hebr. 5:8 f.) ”De som älskar Gud” måste gå samma väg som Kristus. På den vägen går Herren vid vår sida (Rom. 8:35).

*Kerstin Ullerstad*

# Personligt

Plats för intern information

## Behöver du någon att samtala med?

I församlingen har det förtroliga samtalet en given plats.

Vi arbetar under tystnadslöfte.

Tag kontakt med någon i självvårdgruppen:

Inga Lisa och Gunnar

Svedberg

016-12 32 74

Ola Widén

016-42 20 06

Karl-Erik Magnusson är backup för gruppen.

### OBS!

Bytt adress? Telefonnummer? E-post?

Hjälp oss hålla våra register och sändlistor aktuella – vi får inga andra uppgifter än de vi får från dig!

Meddela ändringar till [tomas.tp@globalnet.se](mailto:tomas.tp@globalnet.se) alternativt 0761-131 737, gärna som sms – en muntlig uppgift blir lätt fel!

### Kontakt utges av Elimkyrkans Baptistförsamling i Eskilstuna

#### Ansvarig utgivare:

Tomas Petersson 016-42 59 74

[Tomas.tp@globalnet.net](mailto:Tomas.tp@globalnet.net)

#### Redaktion:

Suzan Östman Bäckman

Conny Bäckman

Bror-Erik Ohlsson

Thord Polhage

Rolf Sundström

Ulf Sandholm

### Tipsa oss gärna vad vi ska

skriva om, skicka det till:

[rolf-sundstrom@tele2.se](mailto:rolf-sundstrom@tele2.se)

eller till någon annan i redaktionen.

Material för införande bör vi ha i god tid innan manusstop, det skickas till:

[t.k.polhage@telia.com](mailto:t.k.polhage@telia.com)

#### Nästa nummer:

Nr	Period	Manusstop
2	maj—aug.	<b>9 apr</b>

# Darwin vs tomten

På väg till Stockholm i höjd med Kjulavfarten, avfytrade jag frågan som kan komma att bli livsförvandlande. 'Tror du på Darwins evolutionsteori?' Min passagerare är en ung kille i gymnasie-åldern. Jag har kört honom flera gånger tidigare, men då bara kortare turer. Vi brukar mest prata fotboll, men han har även visat sig vara en tänkande ung man och visat intresse för exempelvis, politik och historia. 'Ja självklart', svarade han och gav mig en frågande blick, helt ovetandes om att han stod inför en jordbävning som hans paradigm kanske inte skulle komma att stå emot. Jag inledde spärrelden med; 'Varför finns det då apor?' Han förstod inte riktigt, så jag fortsatte; 'Om vi nu enligt Darwin härstammar från aporna, varför har inte de blivit människor precis som vi?'. Han tyckte resonemanget verkade lite korkat men kunde inte förklara varför. Jag ökade trycket lite grann. 'Ett öga fungerar bara med alla komponenter på plats, exakt som det är, skulle någonting ändras så fungerar det inte längre'. 'OK'. Han nickade med stigande intresse. 'Hur länge tror du att alla varelser var blinda innan evolutionen utvecklade färdiga ögon, kanske några miljoner år? Han satt tyst med ett slags inåtvänt uttryck, tror det brukar benämnas fundersam. 'Likadant med t ex fågelvingar, vingen måste vara helt färdigutvecklad för att kunna flyga. Det innebär att en liten dinosaurie, som fåglarna ju sägs härstamma ifrån, i tusentals, kanske miljontals år skall ha obrukbara vingar hängandes utefter kroppen, tycker du att det skulle vara en fördel?' Jag väntade inte på svar utan fortsatte mitt resonemang, 'Det sägs att vi har utvecklats från encelliga varelser till det vi är idag, vilket betyder att mellanformerna till alla dessa arter som vi har passerat under vår utveckling måste

vara miljontals. Varför har man aldrig hittat någon? Kanske för att det aldrig har funnits några?', fyllde jag själv i. 'Och alla rovdjuren!' Jag höjde tonläget för att markera något verkligt häpnadsväckande.

'Var höll de hus? De kan väl inte ha missat den här festen som det innebär när alla dessa varelser som utvecklade kroppsdelar som ännu inte gick att använda, klumpigt raglade omkring och bara tiggde om att bli uppätta. De kanske var vegetarianer då? Eller åt ihjäl sig?' Han suckade och sjönk djupare ner i sätet.

'Men', sa jag, mest för att påskina att det fanns en förhoppning, 'du skall få en rejäl chans att bevisa för mig att Darwin hade rätt. Det enda du behöver göra är att utföra följande experiment'. Han satte sig upp igen, som för att göra sig beredd inför uppgiften. 'Du skall bygga om en skateboard till en rymdraket', han skrattade till, 'och varje förändring du gör skall vara en förbättring. Alltså, varje detalj, plåt, skruv osv som du sätter på brädan, skall förbättra den tills du har en cykel. Sen fortsätter du att förbättra cykeln på samma sätt tills du har en MC, bil, färja, ubåt, tåg, helikopter, flygplan och slutligen, en rymdraket!' Han satt tyst en god stund innan tystnaden bröts. 'Men, det går ju inte', utbrast han föga triumferande. 'Nej, just det, man kan lika gärna tro på tomten, fast det är du väl lite för stor för', flinade jag brett, och tillade, 'Om det inte har gått till som evolutionsteorin lär så kanske det rent av finns en skapare... Gud? Jag såg hur hans inre kontinentalplattor började nötas och stötas mot varandra, hur gamla strukturer började svaja och krackelera, tills han med högröd färg i ansiktet och med stor vånda utbrister, 'Men skit, vad jobbigt det blev nu då!!!'

*Ulf Sandholm*

forts från sid 2 —> Att hitta djupare mening i det vi gör än bara den praktiska funktionen är viktigt. Då kan vårt arbete generera kärlek på flera olika nivåer.

### **Glädje – berikar alla dimensioner**

Humor, skratt och glädje är en viktig del av livet och en väg till välbefinnande.

Det händer mycket i såväl våra egna liv, som i vår närmiljö och i det globala perspektivet som är svårt och allvarligt.

Kanske är det ändå så att vi behöver glädjen, leken och skrattet för att kunna gråta med den som gråter... Trots allt går skratt och glädje hand i hand med gråt och sorg. Skratt, lekfullhet och glädje berikar alla dimensioner av vårt välbefinnande.

### **Existentiell värdegrund – att leva nära kärlekens Gud**

En andlighet som strävar efter helhet, handlar också om att uppleva glädjen i en nära relation till frihetens och kärlekens Gud. Mänsklig kärlek kan vara bristfällig, tidsbegränsad och partisk. Därför behöver vi en källa av villkorlös kärlek som går djupare än mänskliga relationer. Vår värld lider av svår andlig torka. Etisk förvirring och andlig tomhet gör att människor känner sig skuldbelagda, ensamma och förtvivlade. I en skadad värld, är en levande relation till Gud en sprudlande källa av helande och förnyande kraft. Den hjälper oss att bli helare människor – i vårt inre liv, i våra relationer och i den värld där vi lever.

*Noomi Tönnäng*



### **Församlingsläger på Östgotagården**

Boka redan nu in vecka 28 för sommarens tillsammansdagar i Rimforsa. Preliminära tider för start och avslutning: Måndag kväll - lördag förmiddag. Ytterligare information kommer.

### **Elimkyrkan**

Nygatan 25  
632 20 Eskilstuna  
Församlingens pg: 169975-0  
Ungdomsrådets pg: 36 83 02-6  
Tel. köket 016-13 02 98



**Pastor:** (vakans fr. 22/8 –11)      Noomi Tönnäng    016-12 69 70 alt. 0705-62 69 70  
noomi@elimkyrkan.com

**Ungd.pastor:**                      Helen Ahlberg    016-42 07 77      helen@elimkyrkan.com

**Pastor, spansktalande:**      Mauricio Campos 016-14 49 43      mauricio\_60@hotmail.com

**Sjukhuspastor:**                Håkan Persson    016-10 45 78

**Ordförande:**                      Kerstin Nilsson    016-42 35 56  
kerstine.nilsson@telia.com

**Kassör:**                            Miriam Parsmo    016 262 55      m@parsmo.org

**www.elimkyrkan.com**