

Vi faller inte på knä – vi reser oss upp!

I Hässelby kyrka firas sedan fyra år en lokalt utformad gudstjänst utifrån erfarenheterna från församlingens diakonala arbete. Det vi möter i den enskilda själavården har mycket att tillföra gudstjänstens utformning och innehåll, menar Karin Löfgren som här beskriver Upprättelsemässan och de reflektioner som formade denna gudstjänst.

Upprättelsemässan kommer ur en önskan och en längtan efter att bli tagen på allvar med de erfarenheter man har. Den är ett försök till att i en mässa ge ett tydligt särskilt utrymme för det som är trasigt i livet. Upprättelsemässan kom, för mig, från en upplevelse av en brist – eller kanske en dissonans. En dissonans mellan vad så många enskilda samtal bakom stängda dörrar lämnar efter sig för bild av verkligheten, våra livsvillkor, en innerlighet och ett förtroende, och mellan de många gudstjänster där jag inte har någon känsla uttryckt explicit i texter, liturgi, böner eller i rummet som ens berör den verklighet man viskar om i själavårdsrummets avskildhet. Varför är det så? Kyriet finns såklart som del i varje mässa, men inte främst gestaltat som bön för helande och läkande för mina egna och världens sår och brustenheter (utan snarare min egen skuld). Det var *det* kyriet vi ville centrera i upprättelsemässan.

Varför finpratlar vi med Gud?

Att vi sinsemellan vid middagsbordet inte pratar om våra djupaste sår och vår största förtvivlan styrs såklart av sociala konventioner och liknande. Men i vår gudsrelation, den vi manifesterar med så många olika språk i gudstjänsten – varför "finpratlar" vi då? Tror vi inte Gud tål höra? Tror vi Gud ska vända sig bort i genans eller avsmak om vi beskriver en verklighet där skräcken är högst närvarande, där förnedring som andra utsätter oss för bränner in skam-märken i själen och tar ifrån oss all tilltro till vårt eget omdöme och kapacitet? Alla samtal är verkligen inte själavårdssamtal om det allra svåraste, men jag kan ibland känna att ingen gudstjänst (förutom

långfredag och allhelgona) tar ett tydligt avstamp i mörkret – mörkret vi delar – för att stanna upp och vandra runt i det ett tag. Martin Buber skriver: "Först måste vi upprätta människan – och sedan, i förlängningen av en upprättad människa kan vi se Gud på nytt." När lidandet är stort måste lidandet ibland få det initiala utrymmet om man vill möta en annan människa, det praktiseras i många av våra själavårdssamtal. Mörkret människor av livsnödvändighet och tillit delar med sig av i det enskilda samtalet, den upprättelsen och den angelägenhetsgraden (ett "för mig" tydliggjort i något annat moment än distributionen), är den möjlig att uppleva även i den gemensamma gudstjänstupplevelsen? Ur ett mänskligt perspektiv kanske detta går att tydliggöra med hjälp av C. S. Lewis formulering: "Jag tror att det endast är genom att dela mörkret som vi kan mötas just nu – dela det med varandra och dela det med Mästaren. Vi befinner oss inte på obanad väg." Vi pratade i diakoniarbetslaget om denna upplevda tystnad i det gemensamma rummet, gudstjänstrummet, kring vad människor bär på i sina mörkaste stunder. Inte svepande formulerat som "ensamhet" eller "utsatthet" i förbönen, utan specifikt och nära undergången. Jesus delade Getsemane med Gud, han delade korsfästelsen med Gud – med en Gud som han upplevde hade övergivit honom. När uppståndelsen var som mest avlägsen vände sig Jesus till Gud. Vi undrade: Kan vi göra detsamma i en gudstjänst, i en mässa? Vi diakoner tog spontant upp behovet av upprättelse när vi tillsammans med kyrkoherden planerade inför diakonins dag, och hur vi ville gestalta det vi ser i församlingsarbetet

i gudstjänsten. Kyrkoherden bad mig då spontant att göra en "upprättelsemässa". Kollegorna hejade ivrigt på.

Att göra liturgi av erfarenhet

Tanken var och är att försöka fånga något av det som sägs och händer i det "lilla rummet" (själavårdssammanhanget) i mötet med konfidenter som drabbats av övergrepp i olika former, brott och våld och föra över det i det "stora rummet" (kyrkorummet). Ansatsen var och är att försöka skapa gudstjänst av såren, hoppet och behovet av upprättelse där en verbalisering känns otroligt viktig. En process påbörjades, en process som närmast kan liknas vid letandet efter pusselbitar som tillsammans kunde formulera vad vi ville komma åt och ge uttryck för.

Martin Modeus skriver i sin bok *Mänskligare gudstjänst* (2005):

Spänningen mellan Gud och människa leder till ytterligare en konsekvens i komplexet synd-förlåtelse, nämligen att syndens fokus alltid hamnar på relationen Gud-människa och inte människa-människa. Detta innebär att människan i gudstjänsten alltid förutsätts vara föröväre och aldrig offer eller kränkt. Vad händer när offret tvingas att ta förövärens position? Förövaren går från gudstjänsten förlåten, men offret kanske går därifrån dubbelt kränkt.

Detta formulerade något för oss och vi började ett sökande efter hur andra med dessa erfarenheter arbetade. Vi hittade lite här och lite där och landade i ett förslag att göra något av dessa samlade tankar kring dialogen mellan det lilla och stora rummet, behovet av upprättelse, att ord (verop) vågar sägas i kyrkorummet, att bryta skammen av att tystas, att sätta ord på

dessa erfarenheter (som de flesta av oss har, på olika sätt) och att göra det i en mässa. Att ta stöd i de många bibeltexter som finns, verop, klagovisor och Psaltarens psalmer som beskriver en känsla av att vara i mörker omgiven av fiender, och ropande efter Gud. Det var när vi bestämde oss för att använda Margareta Melins alternativa syndabekännelse från *Kärleken en bro* som vi också kände att formen, och rörelsen i mässan, blev påtaglig:

Det har syndats emot mig.

Jag blev offer, skuldbelagd och tog på mig skulden.

Inför dig lyfter jag av den skuld som inte var min

och tar avstånd ifrån den.

Du är min enda domare och vet allt.

I ditt ljus klarnar sammanhagen

och sanningen gör mig fri.

Att du delar smärtan

ger mitt hjärta tröst

och i kärlekens blick börjar såren läkas.

I arbetet med att utforma mässordningen försökte vi följa stämmingsläget i denna syndabekännelse då den överensstämmer med vår egen erfarenhet av att man först måste få uttala det som är svårt, sätta ord eller känsla på det – se det, för att eventuellt, sedan, komma till det fladdrande hopp och livskraft som trots allt finns under och i alltihopa. Den tydliggjorde och blev en bild för den rörelse vi ville att gudstjänsten skulle följa, där vi beskriver mörkret, är i mörkret, går runt i mörkret – innan vi landar i en förhoppning om läkning. Melins ord beskriver så mycket av själavårdsrummets erfarenhet: det mödosamma arbetet att sortera skuld och ansvar för en drabbad människa, delandets kraft och längtan efter Guds läkande blick. Vår pastorsadjunkt formulerade att detta också är psaltarpsalmens rörelse och att den i någon mån gått förlorad. Att i verop få beskriva sin verklighet, sin övergivenhet, sin totala misströstan – i många verser. För att precis i slutet komma till en typ av vändning som landar i ett hopp, en ljusstrimma. Från vårt sätt att se utgjorde några väsentliga delar det stora problemet i glappet mellan själavårdsrum-

mets ärlighet och gudstjänstens yta (jargong?) i två avseenden. Det ena, syndabekännelsen som något av det första vi hamnar i när vi kommer in i gudstjänsten, såsom Modeus ovan beskrivit. Visst inleds många själavårdssamtal med en "bekännelse", en formulering eller flera kring sina egna misslyckanden eller hur man gjort andra illa – men långt ifrån alla. Betydligt fler handlar om vad man upplever sig drabbad av, andra människors val och beteenden eller livsvillkor som vi står fullständigt maktlösa inför.

Alltför bråttom till uppståndelsen

En annan del handlar just om modet att vara i mörkret tillsammans, i själavårdsrummet rör sig den större delen av samtalet om det som gör ont, för att möjligen landa i att det finns något som inte gör lika ont, skapar hopp, ger en känsla av resurser som trots allt finns etc. Men i gudstjänsten har vi så bråttom till uppståndelsen! Jag brukar försöka påminna mig om att Jesus var tre dagar i graven före uppståndelsen, det fanns skäl för det. Han uppstod inte direkt från korset. Döden är plågsam att uthärda – existentiellt – men dagarna i graven är nog nästan värre. När det värsta som kan hända mig har hänt, Gud tiger och mörkret står oemotsagt, då är ensamheten av den sorten som förändrar någon på djupet. Lärjungarna kände inte ens igen Jesus som uppstånden: Dagarna i graven förändrar oss. Och ändå lever vi för uppståndelsen, hoppet om den och erfarenheterna av den. Jag vet att många av oss har bevittnat uppståndelse och ibland erfart uppståndelse i andras liv och sitt eget, när någon varit uträknad och hoppet endast funnits närvarande som en brist och inte som en möjlighet. Gudstjänsten har sitt språk och sina enorma förtjänster och själavårdens rum har sitt – men i perioder av livet kan glappet mellan dem upplevas stort. För stort. Upprätelsemässan blev ett sätt för oss att arbeta med detta glapp, och fundera över för oss viktiga frågor såsom; vem får tala i kyrkorummet, vem är "finklädd" och är aktör och vem är passiv och anonym? Vad säger vi med vårt

kroppsspråk om oss själva i relation till varandra och Gud i gudstjänsten? Vi funderade kring de symboliska fysiska rörelserna vi gör i gudstjänsten och liturgin. Bland annat ville vi göra något av att resa sig upp, snarare än symboliskt knäfall. Att bli rest. Knäfall, och det införde en annan människa, kan upplevas mycket laddat för någon som varit utsatt för övergrepp. Här vill jag påminna om citatet från Martin Modeus. De av oss som har möjligheten att påverka utformning och tonläge i gudstjänster utgår ofta med en självklarhet ifrån perspektivet Gud och människa, att det är den relationen allt handlar om. I det perspektivet blir i kyrkorummet prästen, diakonen, vaktmästaren och musikern inte längre enbart personer i sin egen manifestation utan något bortom sin egen person. Som kompasser som pekar mot Gud.

Trasiga relationer till andra

Men om det inte är relationen till Gud en människa bär överst när hon kommer in i kyrkorummet och gudstjänsten, utan trasiga relationer till andra människor så kan t.ex. knäfall i nattvard bli väldigt jobbigt av fel skäl. "Teologiskt tuggmotstånd" eller en brottning med de olika lager en gudsbild har är eventuellt en väg till andlig utveckling och något som är jobbigt av "rätt" skäl. Fel skäl handlar inte om utveckling, det handlar snarare om begränsning och stympning av vad som hade kunnat vara en väg. Om andra människor är vad som sårat och skadat mig, och där uttryck för myndighet, förväntade skulderkännanden och undergivenhet pekar rakt in i de mest smärtsamma minnena, riskerar vi att nåden faller platt. Kompassnålen snurrar och leder bort istället för hem. Risken är då att minnena och smärtan kan komma som flashback för en person och förknippas då med en Gud som blir ett med plågan – inte som ett solidaritetens och kärlekens tecken utan som ytterligare en förövar. Eller som det tysta vittnet. *Vad händer med den som upplever sig kränkt av Gud?* För oss ringar den frågan in en önskan om en medvetenhet om vad vi av bekvämlighet



snarare än ovilja kan undgå att reflektera över när vi planerar gudstjänst.

Vems verklighet faller bort? Vems erfarenheter tillåts sätta ett avtryck i vad vi beaktar när vi vill mötas i en mässa eller gudstjänst? Det handlar inte om att tro att vi någonsin kan inkludera alla i allt och att inget moment någonsin får skava, men att ändå göra valet att medvetandegöra vissa av de hinder vi kan ställa upp för människor som befinner sig i stor utsatthet och i det söker Gud och kyrkan.

Vi bjuder in

Att bjuda in människor utifrån sin erfarenhet av smärta och utsatthet få ge uttryck för det i mässan, på ett sätt och språk som passar dem, var också för oss en möjlighet att fundera kring hierarkier och vem som "äger arenan" i kyrkorummet. Sinnesrogudstjänsens form och ansats har inspirerat oss i det arbetet. I mässan har vi i de fasta partierna lutat oss mycket på Bibelns ord och formuleringar som inte är påtagligt vardagsnära i sitt uttryck, utan snarare bär ett annat perspektiv. Upprättelseorden från Daniel "du högt älskade, res dig upp" (Dan 10:10), kommer som en uppmaning av prästen efter den alternativa syndabekännelsen eller snarare bönen om upprättelse. Vi har som nämnts arbetat på att istället för ett gemensamt knäfall praktiserat att tillsammans resa oss upp. Som tackbön efter upprättelseorden har vi använt en psaltarpsalm:

*Jag ligger nedtryckt i stoftet,
Skänk mig liv, som du har sagt.
Jag berättar hur jag lev
och du ger mig svar,
lär mig förstå din väg
och se dina under.
Jag är bedrövad och gråter,
res mig upp, som du har sagt.
Jag är bedrövad och gråter,
res mig upp. (Ps. 119:25-28)*

Bibelns mångtusenåriga ord fungerar ibland alldeles perfekt för att sätta ord på det som inte kan fångas i ord. Medan vi i förbön, betraktelse, syndabekännelse och musikval hållit oss nära samtida språk. Leonard Cohens "Halleluja" har varit mässans

postludium då "a broken halleluja" verkligen sätter ord på den känsla vi hade som förhoppning att mässan skulle landa i. En känsla av ett hopp om en lovsång, snarare än en lovsång. En känsla av att ett brustet halleluja är ibland det uppriktigaste och mest nakna vi kan erbjuda Gud. Vi har varje mässa brottats med att aldrig bli distanserade, ett "vi som producerar" och ett "ni som tar emot", utan att vi delar en gemensam utsatthet och erfarenhet av mörker. Det kräver mycket av oss som leder mässan, i uppriktighet och innerlighet men också att släppa in andra personer att vara delaktiga. Personer med egna erfarenheter av det svåraste i livet, som de valt att uttrycka genom att t.ex. välja och framföra musik, formulera förbön eller hålla i en betraktelse. Men också genom att byta givna uppgifter med varandra. Vi måste släppa kontrollen och se på oss själva som ömsesidigt delaktiga i utformandet av mässan. Uppriktigheten har präglats av ett värnande av integritet – det är en svår balansakt och tar mycket energi men lämnar ofta en stark eftervärme.

Hur blev det?

Efter en av de första upprättelsemässorna, när jag och tjänstgörande präst och musiker stod ute i vapenhuset och minglade med gudstjänstdeltagarna sa plötsligt en man i trettioårsåldern till mig, med ganska irriterad ton i rösten: "Jag tycker inte alls det här är en mässa för bara våldsutsatta kvinnor – det är faktiskt en mässa för mig också, vi är många som behöver det här! Oavsett om vi har erfarenheter av våld eller inte." Han visste inte hur glad han gjorde mig! Upprättelsemässan var nämligen aldrig tänkt som en mässa enbart riktad till kvinnor med erfarenhet av våld i nära relationer, men utifrån en förförståelse från mitt vardagsarbete, där samtal och nätverkande kring just den utsatta gruppen finns med hade han utgått från det. Det har varit fantastiskt att få vara med och dela det som olika personer bidragit med till mässans innehåll, ofta nervöst och som ett hopp ut i tillit – men det har varje gång burit och hållit. Att tvingas släppa kontrollen

(som anställd) har varit svårt, påfrestande men otroligt lärorikt. Vi har försökt att vid varje mässa lämna plats för andra än de anställda att uttrycka sig, det måste verkligen inte alltid handla om att prästen inte ska hålla i betraktelsen utan det kan också handla om att någon har formulerat en egen förbön som man själv ber inför och tillsammans med oss alla. Vid mässan har t.ex. en kvinna som just var i slutfasen av att lämna en våldsrelation valt musik och tillsammans med vår musiker framfört den. Musik som betydtt mycket för henne under de år hon levit i den nedbrytande relationen blev på så sätt vad som satte prägel på just den mässan. Precis hur stark kraft som finns i mässans olika delar har emellanåt blivit synliggjort för oss genom de personer som vågat bidra med sitt eget och det har satt spår i oss alla. Vi som varit med i dessa mässor har enats om att mycket finns kvar att göra, reflektera kring och eventuellt omformulera för att sträva efter att mässan på så många sätt möjliga, med så många uttrycksdialekter som möjligt, formulerar och adresserar det vi önskar att den ska. Bland de som kommit till Upprättelsemässorna finns personer som inte deltar i andra gudstjänster, men också församlingsbor som troget kommer på alla gudstjänster församlingen erbjuder. Det händer att vi själva särskilt bjuder in självavårds-kontakter till just dessa mässor då vi vet att de har erfarenheter som kräver en särskild känslighet i mötet med kyrkorummet, agendan och mässans olika delar. Vi diakoner ser kyrkorummets potential att utgöra en typ av relation för en person som kämpar med golgatavandring, korsfästelse och grav i sitt eget liv. Relationen till rummet är inte beroende av vem som är i tjänst, och tillgängligheten är stor. Flera av de personer som kommer på Upprättelsemässorna hittar också till sitt eget kyrkorum via mässan, just det känns stort i sig.

KARIN LÖFGREN

Diakon i Hässelby församling,
Stockholms stift

★ Även publicerad på hemsidan