

Godt nytt

fra Østenstad
menighet

November 2018



Paul Møller om schizofreni:

**– Å kurere er en sjelden ting,
men å lindre kan man alltid gjøre** *Se side 4-5*



Berit Øksnes,
avtroppende prost i
Asker: – *Vi er der for hverandre
for å bli minnet om vår verdi.*
Se Tro & Liv, side 7



**Institusjonsprest
Janneke Riskild:**
– *Min oppgave er å være en ressurs
for pasienter, pårørende og pleiere.*
Se Det skjer i kirken, side 3



Humor i kirken
*David Gjerp kåserer på nyttårsfest
for eldre.*
Se side 6



Tid for julemarked!
*Kjøp de fineste julegavene i
Østenstad kirke.*
Se side 6

Leder:

Sjelesorg for deg og meg

Østenstad menighet

Adresse:
Gudolf Blakstadsvei 40
1392 Vettre

Tlf: 66 79 99 60

E-post: ostenstad.menighet.
asker@kirken.no

Hjemmeside:
www.kirken.no/ostenstad
Kontakt menighetens ansatte på
telefon eller e-post gjennom vår
hjemmeside

Åpningstid:
Mandag - fredag kl. 9 - 15

Godt nytt fra Østenstad
menighet utgis av Østenstad
menighet,
Den norske kirke.

Redaktør:
Astrid Sætrang Morvik
(sokneprest):
am762@kirken.no

Grafisk design:
Karen Marie Eien Lillesund

Trykk:
Asker Print AS

Opplag: 6000
Fem utgivelser per år.
Abonnement: Gratis.
Frivillige bladpenger.
Bankgiro 1620 30 85242
Utensoknsabonnement:
Kr. 100 per år.

Annonser:
Kontakt oss på
tlf. 66 79 99 60



For et par år siden møtte vi Nina Emilie Ørbech i et intervju her i menighetsbladet. Som 19-åring ble hun innlagt på Blakstad psykiatriske sykehus med en bipolar lidelse. Nina fikk god hjelp, og nå hjelper hun andre med psykiske utfordringer.

Det er viktig å forstå at psykiske sykdom og sjelelige kriser kan ramme alle. Jeg husker jeg skrev i lederen den gangen: *I dag er det kanskje deg. I morgen kan det være meg.*

Siden den gang har jeg selv hatt bruk for hjelp gjennom en tung periode. Da det stormet som verst, var jeg heldig og fant en kompetent

samtalepartner. Smått om senn har jeg gjenfunnet en større indre ro. Nå går jeg selv i lære for å bli en bedre sjelesørger og håper å kunne være til hjelp for mennesker som trenger en å snakke med.

Noen som virkelig har det vondt, er mennesker som rammes av psykisk sykdom. Av disse er kanskje *schizofreni* den mest gåtefulle. **Paul Møller** arbeider som forskningssjef ved Blakstad sykehus og har forsket på den såkalte *varsselfasen* før sykdommen bryter ut. Han har nylig skrevet en innsiktsfull og lettlest bok om denne sykdommen og hva man kan gjøre for å forstå og lindre smerten hos mennesker som opplever at de indre strukturene bryter sammen. Det er et krevende arbeid, for som han selv sier: «Det er faktisk vanskelig å få empati med mennesker som opplever noe du ikke kan begripe.» Les intervjuet med ham på side 4-5. Vi er heldige som har dyktige fagfolk som Paul i vårt nærområde. Det kommer pasientene til gode, både her og andre steder.

Mange som lider under psykisk sykdom blir aldri helt friske. Likevel kan de få et bedre liv når de blir møtt

med omsorg. I sin andakt på side 7, forteller prost **Berit Øksnes** om hvordan hennes barndomshjem også var et hjem for schizofrene menn. Hun lærte seg tidlig at menneskets verdi ikke er avhengig av hva man presterer eller hvordan vi har det. «Vi er der for hverandre for å bli minnet om vår verdi», skriver hun.

Ikke minst mennesker som går mot livets slutt, står i fare for å oppleve seg verdiløse og unyttige. Det kristne menneskesynet forteller at alle er like verdifulle uansett. Det må vi stadig minnes om. Institusjonsprest **Janneke Riskild** har sitt arbeid ved kommunens seks sykehjem. På motstående side kan du lese om hennes tjeneste som formidler av tro og håp i en for mange krevende fase av livet.

Vi trenger tro og håp, og vi trenger hverandre! Ved å tørre å være litt åpne om hva som skjuler seg bak fasaden, kan vi oppleve en god vekslings mellom å få og å gi. Gode samtaler hjelper alltid!

Astrid Sætrang Morvik
Sokneprest



GI EN JULEGAVE TIL ØSTENTAD MENIGHET?

Barne- og ungdomsarbeidet i Østenstad er avhengig av frivillige gaver. Mange barn, unge og voksne finner trygge fellesskap og trenes til å ta ansvar. Vil du være med å støtte dette arbeidet?

Du kan gi din gave slik:
• Vipps med ID-nummer 15370
• Kontonummer 1620 30 85242.
Skriv «Gave» i merknadsfeltet.

Tusen takk for din julegave!

Du kan få fradrag i skattepliktig inntekt for pengegaver hvis du tar kontakt med menighetskontoret og lar oss registrere ditt fødsels- og personnummer.

Det skjer i kirken:

Les mer om kirkens mange aktiviteter på vår hjemmeside: kirken.no/ostenstad. I denne spalten vil vi presentere én aktivitet hver gang. Denne gangen presenterer vi:

Prestetjeneste ved insitusjonene

Tekst og foto: Astrid Sætrang Morvik

Janneke Riskild har vært institusjonsprest siden august 2010. I praksis vil det si at hun betjener mennesker som bor ved seks av kommunens sykehjem: Søndre Borgen, Bråset, Risenga, Gullhella, Solgården og Nesbru.

- Min oppgave er å være en ressurs for pasienter, pårørende og pleiere og et tillegg til menighetsprestene som har andakter på sykehjemmene. Jeg går litt rundt «på sjømannsprests vis» og spør hvordan folk har det, forteller 58-åringen.

Hun har bakgrunn som sykepleier og diakon. I tillegg har hun spesialisert seg innen sjelesorgsfaget. Janneke er med andre ord en som er god å snakke med.

Askers institusjonsprest understreker at det er kommunens oppgave å legge til rette for tro og livssyn. Ved innleggelsen skal pleierne kartlegge pasientenes fysiske, psykiske, sosiale og åndelige behov.

- Jeg er avhengig av å samarbeide med personalet og pleierne, og vil gjerne lære dem opp til å formidle kontakt med beboere som trenger noen å snakke med. Hvis de observerer at noen grubler mye eller strever med forhold i familien, kan de spørre om de har lyst til å snakke med en som har tid til å høre. Selv om jeg er prest, trenger ikke samtalen å dreie seg om tro,



understreker hun.

- Mange vil i utgangspunktet ikke snakke om Gud, men barnetroen ligger likevel under. Noen ganger må jeg starte med å rydde av veien fordommer og holdninger som er skapt av prester i tidligere tider. Kirken har en del å be om unnskyldning for, sier den erfarne institusjonspresten ettertenksomt, men føyer til at hun som regel har en veldig fin jobb:

- Særlig når jeg skjønner at jeg kan forløse noe hos noen. Jeg har opplevd noen «gylne øyeblikk» hvor barnetroen plutselig blir levende igjen hos mennesker jeg snakker med.

Når Janneke har hatt mye med et menneske å gjøre, hender det at hun følger vedkommende «det siste stykket» og forretter i begravelsen.

- Det er mange som blir borte av dem du har med å gjøre. Hvordan er det?

- Det er visse mennesker jeg savner når de dør, sier hun og føyer til: - Det er mange som blir overrasket over sorgen når gamle foreldre dør. Jeg prøver å være en støtte for pårørende i det som ofte kalles «den undervurderte sorgen.»

ALLEHELGENSMESSE

Søndag 4. november kl. 11

Gudstjeneste med klassisk messe

Østenstad Sangeri med musikere og solister fremfører
Kroningsmessen av Wolfgang Amadeus Mozart

Sopran: Julia Gusek
Alt: Ingebjørg Kosmo
Tenor: Nils Georg Haugland Nilsen
Bass: Øystein Skre

Dirigent: Kristin Hesselberg Meland

Fiolin: Hjørleifur Valsson og Lena Rist-Larsen
Cello: Bård Bosrup
Obo: Inga Erg-Henriksen Scheitz og Camilla Seppola Knapskog
Orgel: Dina Førland

Kroningsmessen ble komponert til påsken 1779 og ble første gang framført påskesøndag 4. april. Mozart var da hofforganist og komponist i Salzburgkatedralen. Man antar at den også ble benyttet i forbindelse med kroningen av Keiser Leopold II av det tysk-romerske riket i 1791.

Predikant: Hans Aage Gravaas
Liturg: Astrid Sætrang Morvik

Kollekt

Paul Møller:

– Å kurere er en svært sjelden ting, men å lindre og trøste kan man alltid gjøre

Tekst og foto: Astrid Sætrang Morvik

Hva foregår inne i et menneske som er i ferd med å miste grepet om tilværelsen? Ved forskningsavdelingen ved Blakstad sykehus prøver man å finne svar på dette spørsmålet.

Ved innkjøringen til sykehuset ligger to hvite, staselige trehus på en haug. Der holder Paul Møller til. Han er forskningssjef og leder av FoU-avdelingen, Klinikk for Psykisk Helse og Rus ved Vestre Viken Helseforetak. Nylig har han gitt ut bok på Universitetsforlaget: *Schizofreni – en forstyrrelse av selvet*. Forståelsens betydning for klinisk virksomhet. Dette ville jeg vite mer om og ba om et intervju. Paul kvitterte med å invitere meg til kontoret sitt.

62-åringen har sammen med resten av det nå nedlagte Lier psykiatriske sykehus brukt det siste halvåret på å finne seg til rette på Blakstad. Vestre Viken er i stadig endring og omorganisering. Det må man finne seg i, og Paul er i det minste fornøyd med å ha fått en betydelig kortere jobbreise fra Heggedal. Dit kom han med familien i 1984 og beskriver det som et flott miljø med gode venner og engasjement i kirken den gangen, for store og små.

- I dag har nok tvilen like mye plass i meg som troen, røper han. – Den balansen har svingt og skiftet gjennom livet.

Det er mye som svinger og skifter gjennom livet, ikke minst sinnets helse. Som ung psykiater ved Dikemark psykiatriske sykehus fikk Paul anledning til å forske på den gåtefulle psykiske lidelsen schizofreni og den såkalte *varsselfasen* som inntreffer før selve sykdommen kommer til syne. Til tross for at sykdommen har vært kjent og beskrevet gjennom over 100 år, mangler fagfeltet stadig en virkelig effektiv behandling, og den unge legen opplevde det frustrerende at man ikke kunne snakke med pasientene om de psykotiske opplevelsene som er selve kjernen i sykdommen. Behandlingen var i stedet praktisk orientert og tok sikte på å unngå ytterligere forverring av hallusinasjoner og psykotiske forestillinger. Faste rutiner og antipsykotika var de viktigste tiltakene.

- *Jeg ble overrasket da jeg leste om dette i boken din. Det å snakke med pasientene om det de opplever, burde ikke det være helt grunnleggende i behandlingen?*

- Når det gjelder psykose (schizofreni er én type psykoselidelse, *journ. anm.*) har man manglet spesifikk kunnskap om hvordan man best kan snakke med pasientene om de helt sentrale forstyrrede opplevelsene. I en vanlig, såkalt psykodynamisk basert samtale, er det sentrale hvordan barndommens hendelser innvirker på oss hele livet. Men denne type samtale fungerer ikke på samme måte ved schizofreni og psykose. Forstyrrelsen ligger da på et annet og dypere plan i bevisstheten, og man må supplere med andre tilnæringer for å forstå de mentale forandringene.

Etter selv å ha samlet et stort materiale gjennom samtaler med unge mennesker med schizofreni, kom Paul i kontakt med en kollega og professor i København som hadde utført en liknende undersøkelse og gjort like funn.

- Min kollega var også filosof og fenomenolog. Fenomenologi er en gren av filosofien som lærer om hvordan bevisstheten fungerer slik at alle opplevelser blir omgjort til noe som gir oss mening og sammenheng, - at de helt enkelt blir til å begripe.

ikke nødvendigvis. Slike opplevelser må følges opp over tid. Meningsaspektet i tilværelsen, rett og slett det å forstå de tusener av selvfølgeligheter rundt oss, kan brytes ned, så opplevelser blir usammenhengende og uforståelige. Jeg husker jeg snakket med en ung pasient. Da vi var ferdige, takket jeg ham for samtalen. «Forresten, hva er en samtale?» spurte mannen. Jeg husker at jeg isnet litt til, for jeg forstod i et glimt hvor dypt forvirringen hans stakk. En annen gang lurte

«– Den nysgjerrigheten som gjør oss i stand til stadig å frembringe ny kunnskap, vil jeg gjerne se på som noe dyrebart som Vårherre har nedlagt i oss.»

Begrepet *subjektivitet* er viktig her. Intakt subjektivitet er en forutsetning for at vi har en umiddelbar og intuitiv opplevelse av «å være oss selv». I varsselfasen før schizofreni vil denne innlysende innsikten bli forstyrret. De unge pasientene fortalte om en smertefull og skremmende uvirkelighetsfølelse som etter hvert kunne bryte ned den daglige fungeringen fullstendig.

- *Og dette er et tegn på at man er i ferd med å bli rammet av schizofreni?*

- Det kan være det, men

en pasient på om det var han som så på et portrettbilde jeg hadde på veggen, eller om det var bildet som så på ham. Slike innlysende ting ivaretas av subjektiviteten vår.

- *Hva føler du i møte med pasienter som har det slik, synes du synd på dem?*

- Empati er alltid viktig, også i dette feltet, men det er faktisk vanskelig å få empati med mennesker som opplever noe du ikke kan begripe. Det har i lang tid vært nokså vanlig å tenke at schizofreni er noe man ikke kan ha empati med,



*Paul Møller:
- Når man forstår egen plage eller sykdom, kan man få mer avstand til den og en viss kontroll.*

men gjennom bedre kunnskap om varselfasens opplevelser kan man lettere få en forståelse av hva som skjer. Tidvis har dette kunnet gi meg sterk medfølelse og derfor også et dypt ubehag: Dette må være usigelig vondt å oppleve.

Pauls forskning resulterte i en doktoravhandling som ble fullført i 2000. Dette forskningsbidraget har blitt viktig for psyko-sefeltet: Hans manual for å undersøke og samtale med pasienter i varselfasen, og dermed få en forståelse av hvordan psykosen oppleves fra innsiden, brukes nå i mange fagmiljøer også internasjonalt

- Du erfarer at pasientene blir bedre når de kan beskrive hva de opplever?

- Det er nok ikke fullt så enkelt, men det å få muligheten til å øke forståelsen av sin egen mentale tilstand har en klar terapeutisk virkning i seg selv, det har jeg sett ofte. Når man forstår egen plage eller sykdom,

kan man få mer avstand til den, og en viss kontroll over plagene. Man kan ta forhåndsregler. Når man f.eks. gjenkjenner opplevelser som tilsier at man er på vei inn i en dårlig fase, kan man forebygge ved blant annet å skjerme seg selv og unngå stress.

Gjennom arbeidet sitt, håper Paul å inspirere til mer interesse og forståelse for denne måten å samtale og arbeide på, særlig i barne- og ungdomspsykiatrien i Vestre Viken. Kunnskapen og boken hans har også blitt pensum på universitets- og høyskolestudier, og en del av arbeidstiden går med til å undervise leger, psykologer og studenter.

- Det er et banebrytende arbeid du har gjort?

- Jo, kanskje det, men jeg liker godt uttrykket «å stå på skuldrene til forgjengere». Jeg var heldig som ble nysgjerrig på dette feltet på et gunstig tidspunkt i fagutviklingen

internasjonalt og fikk anledning til å fordype meg i det, sier Paul beskjedent. Han er glad for å se at nye unge forskere griper fatt i materialet og viderefører forskningen på feltet. Om ikke lenge vil det være avlagt fem doktorgrader som bygger direkte videre på dette arbeidet bare i Norge, og langt flere i utlandet.

Paul smiler. Samtalen vår har handlet mye om sykdommen han prøver å forklare for meg, men han kjenner også på et ansvar for å dele kunnskapen.

- Den nysgjerrigheten som gjør oss i stand til stadig å frembringe ny kunnskap, vil jeg gjerne se på som noe dyrebart som Vårherre har nedlagt i oss. Jeg ser for meg at Han gjennom århundrene humrer over oss: «He he, det tok litt til for dem å skjønne det der, men nå har de da kommet et lite stykke på vei...»

Forskningssjefen ser ingen nødvendig motsetning mellom tro og vitenskap: - Gud må vel ha glede av å se hva vi finner ut og forstår, også av menneskesinnet. Alt i oss og rundt oss er mye mer komplekst enn vi greier å forestille oss. Jeg har forsket på en bitte liten side av menneskesinnet, som dessverre forårsaker mye strev og stor smerte for mange, og som ny forståelse kanskje kan lindre noe. Om man ikke blir kvitt denne gåtefulle lidelsen, så får vi i det minste hjelpe hovedpersonene og familiene deres til å mestre bedre. Å kurere er en svært sjelden ting, men å lindre og trøste kan man alltid gjøre, sa Hippokrates, legekunstens far.



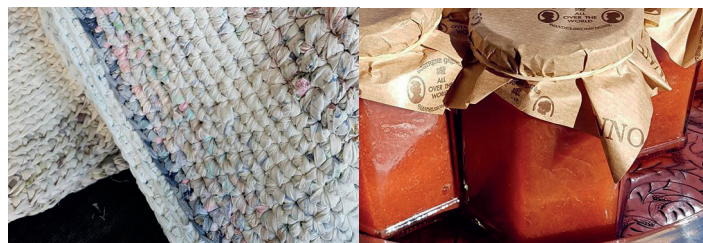
HELLIG TRE KONGERS FEST!

Søndag 6. januar kl. 15 – 17
i Østenstad kirke

- ✦ Østenstad barnekor synger
- ✦ Gang rundt juletreet
 - ✦ Film for barna
 - ✦ Poser til barna

Ta gjerne med rester av julebaksten
til felles kakebord!

Pris: 30,- pr person
Maxpris: 150,- pr familie



Julemarked

I ØSTENSTAD KIRKE

Lørdag 10. november kl. 11-15

Kl. 11.00: Åpning med Ten Sing og soknepresten
Kl. 12.15: Østenstad kirkes barnekor synger
Kl. 13.30: Minigospel synger
Kl. 14.30: Trekning hovedlotteriet
Kl. 15.00: Avslutning

- Salg av håndarbeid, julebakst, hjemmelaget syltetøy og mye mer
- Åresalg
- Loddsalg
- Kafeteria
- Barnas juleverksted



HUMOR I KIRKEN

Tidligere domprost i Tønsberg David Gjerp forteller fra sine mange år i kirkens tjeneste på årets

NYTTÅRSFEST FOR ELDRE

fredag 11. januar kl. 18-21.

Det blir også musikkinnslag, servering, allsang, åresalg og andakt. Inngang kr. 100.

Alle er velkommen!

Arrangør: Heggedal/Østenstad menighets seniorarbeid



JULEKONSERT MED ØSTENSTAD SANGERI

Jubelåret er i gang! 2019 er Østenstads eget kirkekor 20 år. Et år med jubileumsfeiring sparkes i gang med årets julekonsert i Østenstad kirke 3. søndag i advent,

16. desember kl. 18.00

Det blir gjenhør med julemusikk fra korets repertoar gjennom mange år, men koret har også brukt høsten til å øve inn helt ny musikk. Kontinuiteten bevares gjennom dirigent siden 1999: Kristin Hesselberg Meland.

Velkommen til stemningsfull julekonsert!
Fri entré. Kollekt ved utgangen.

Tro & liv

Andakt av prost Berit Øksnes

MENNESKETS VERDI

Da jeg kom til Asker som prost for åtte år siden, kom jeg tilbake til min barndoms grønne dal. Døren inn til mitt indre arkiv der barndomsminnene lå, knirket seg stadig opp. Mye å smile av, mye til ettertanke og noen spørsmål ble etterhvert tydelige. Det er rart hvor mye som kommer opp i tankene når en er til stede fysisk. Så fikk jeg anledning til å forske litt i det som ble min oppvekst; på Sikta Pleiehjem. Der var vi en familie på 4 - og etterhvert 5 - som bodde i det lille huset fra 1960. I det store huset som var forbundet med det lille, bodde 25 schizofrene menn. Stedet var drevet med stor idealisme av mine foreldre. Mange damer i nærmiljøet hadde sitt arbeid der. Oppdraget var å skape et hjem for dem som bodde der: Et hjem der det var rent og ordentlig, et hjem der en hadde sysler og arbeid, et hjem der en fikk utfolde seg sammen med de andre. De som bodde der skulle se ut som andre og kunne være med ut i det offentlige rom. Psykiatrien hadde store utfordringer. Mange levde i uverdige forhold på store institusjoner eller bodde på legd der tilsynet kunne være tilfeldig. De private sykehjemmene kom som et tilskudd i psykiatrien der en ønsket å behandle pasientene med verdighet og gi dem menneskeverd.

Min oppvekst på Sikta gav også meg som barn en oppfatning av at alle mennesker er verdifulle og at vi alle er verdt å være glad i. Mon tro om ikke det er den viktigste verdien vi skal bære videre til medmennesker og etterkommere: Mennesket – DU – er verdifull, uavhengig av hva du presterer eller hvordan du har det. Vi er der for hverandre for å bli minnet om vår verdi. Det skjer gjennom blick og ord, gjennom vilje til å være sammen med - og på mange andre måter. I Bibelen er menneskets unike verdi understreket på mange ulike måter. ”Du satte mennesket lite ringere enn Gud og kronet ham med herlighet og ære. Du gjorde mennesket til herre over dine henders verk” (Salme 8, vers 6-7).

Berit prost blir sokneprest i Rokke og Halden menighet og avslutter sin tjeneste i Asker prosti med avskjedsgudstjeneste i Asker kirke 6. januar kl. 11. Alle er velkommen!

VETTRE
elektriske a/s
T: 66 90 40 63

BRÅTHEN MURSERVICE AS
BRÅTENVN. 7 1390 VOLLEN
MOB: 91894617 / 91894359

AR AKTIVT
renhold AS
T: 67 12 18 17

Vollen Apotek
Tlf 66 98 89 00 
Åpningstider 9-17 (10-16)
Lik «Vollen Apotek» på Facebook og vær med i trekninger av flotte gaver!

Slekters gang

💧 Dåp

12. august
Knut Wennberg Gløersen

19. august
Madeleine Delviken Erichsen
Iris Svane Hansen
Marie Brucker Sølvberg

26. august
Sebastian Eide
Philip Schrøder

30. august
Nickolay René Viholmen
Oceane Øye

2. september
William Bjerke
Alicia Jansson-Vestgren

9. september
Aline Stenbæk Bredal

16. september
Emilie Bjørseth Pederssen

30. september
Emilie Øie Thomsen
August Bjerkaas-Kjeldal

⚔ Vielse

4. august
Kristine Thordén og
Christian Fredrik Salvesen
Anne Kristin Kleiv og
Lars Kristian Akerholt

11. august
Toril Flatebø og
Terje Kristoffersen
Elisabeth Olsen og
Jens Kristian Kvale

15. september
Kari Gotteberg Steen og
Tom Muruåsen

✝ Gravferd

2. juli
Jan Erik Istad

6. juli
Per Kleiven

11. juli
Gunvor Lindtvedt

19. juli
Hjørdis Olsen

27. juli
Per Halvorsen

1. august
Arvid Børre Lystad

2. august
Gunnar Arnold Martinsen

8. august
Solveig Margit Normann

14. august
Odd Arild Hernes

24. august
Thor Johansen

31. august
Randi Lærkerød Sæter

S GRAVSTENER
ASKER - BÆRUM - OSLO
• Distriktets største utvalg
• Flere hundre sten utstilt
• Alle prisklasser, gratis katalog
• Se også vår hjemmeside
SETTEM
STENINDUSTRI AS
Tlf. 67 80 21 00
Skollerudvn. 135, Lommedalen
www.settem.no
-10% rabatt ved henvisning til annonsen

GRAVSTENER
Norsk Kunststein
& Granitt AS
Lokal familiebedrift
Personlig service
• Gravsteiner
• Inskripsjoner
• Rens og oppussing
• Oppretting og sikring
• Gravlys, lykter og dekor
66 90 51 40 / 970 71 029
www.nkg.no
Gudolf Blakstads 42, 1392 Vettre
(Følg skilting mot Østenstad kirke)

Gudstjenester i Østenstad kirke

04.11.2018 – 13.01.2019

Gudstjenestene starter kl. 11.00 hvis ikke annet er angitt. Endringer kan forekomme. Les mer om den enkelte gudstjeneste på kirken.no/ostenstad

**4. november,
Allehelgensdag
Klassisk messe med
Østenstad sangeri**
Liturg: Astrid Sætrang Morvik
Predikant: Hans Aage Gravaas
Offer: Menighetens
kirkemusikk. Søndagsskole.
Se annonse s. 6

**Allehelgensdag kl. 18.00
Minnesamling**
Diakon Jarle Klungrehaug
og menighetens prester
Musikk: Børge Tronrud
og Per Øystein Funderud

**11. november,
25. s. i treenighetstiden**
Prest: Astrid Sætrang Morvik
Offer: Stefanusalliansen
Søndagsskole

**18. november,
26. s. i treenighetstiden**
Prest: Astrid Sætrang Morvik
Ten Sing medvirker
Offer: Sykehuset i
Okhaldhunga
Søndagsskole

**24. november kl. 13.00
Lørdagsklubben**
Prest: Hans Aage Gravaas
Diakon Jarle Klungrehaug

**25. november,
Siste søndag i kirkeåret**
Prest: Hans Aage Gravaas
med gudstjenesteteam
Korgruppe Østenstad sangeri
Offer: IKO-Kirkelig
pedagogisk senter
Søndagsskole

**2. desember,
1. s. i adventstiden**
Prest: Hans Aage Gravaas
Offer: Menighetens arbeid
Søndagsskole

**9. desember,
2. s. i adventstiden**
Lys våken gudstjeneste for små
og store. Prest: Astrid Sætrang
Morvik. Offer: Søndagsskolen
Oslo/Akershus krets

**16. desember kl. 18.00
3. s. i adventstiden**
Julekonsert med Østenstad
sangeri. *Se annonse s. 6*

**24. desember,
Julaften kl. 12**
Barnekor og minigospel
Prest: Astrid Sætrang Morvik
Offer: Menighetens arbeid

Julaften kl. 14
Prest: Astrid Sætrang Morvik
Solist
Offer: Kirkens nødhjelp

Julaften kl. 16
Prest: Hans Aage Gravaas
Pikekor
Offer: Kirkens nødhjelp

**25. desember,
første juledag kl. 13.00**
Korgruppe fra Østenstad
sangeri
Prest: Astrid Sætrang Morvik
Offer: Menighetens
seniorarbeid

**30. desember,
Romjuls søndagen kl. 11**
Julesangsamling
ved Astrid Sætrang Morvik
med gudstjenesteteam.

**6. januar, Kristi
åpenbaringsdag**
Prostigudstjeneste i Asker
kirke. Avskjed med prost Berit
Øksnes

**13. januar,
2. s. i åpenbaringstiden**
Prest: Hans Aage Gravaas
Offer: Menighetens arbeid
Søndagsskole

Min favorittsalme



Marianne Rønneberg
Gestaltterapeut

Lær meg å kjenne dine veie

Lær meg å kjenne dine veie
og gå dem trøstig skritt for skritt!
Jeg vet at hva jeg fikk i eie,
er borget gods, og alt er ditt,
Men vil din sterke hånd meg lede,
jeg aldri feil på målet ser,
og for hvert håp som dør her nede,
får jeg et håp i himmelen mer.

Lær meg å kjenne dine tanker
og øves i å tenke dem!
Og når i angst mitt hjerte banker,
da må du kalle motet frem.
Når jeg har tenkt meg trett til døden,
si så hva du har tenkt, o Gud!
Da kan jeg se at morgenrøden
bak tvil og vände veller ut.

Men lær meg fremfor alt å kjenne
din grenseløse kjærlighet,
den som kan tusen stjerner tenne
når lykkens sol er sunket ned.
Den tørrer tåren som den skapte,
og leger såret som den slo.
Dens vei går gjennom hva vi tapte,
den gir oss mere enn hva den tok.

T Jakob Pauli 1902
M Norsk folketone (Åseral)
(Norsk salmebok nr. 312)

Om salmen skriver Marianne:
«Denne salmen forteller mye om livets sårbarhet samtidig som
den gir håp. For meg er håpet en helbredelse i livet.

Da jeg hørte denne salmen sunget av Sigvart Dagsland, gikk
den rett til hjerte på meg.

Jeg kom i kontakt med kontaktgrensen mellom meg og Gud,
noe som har gitt meg utrolig mye. Det har gitt meg en dimensjon
i livet som er vanskelig å forklare. Men den gir meg mot til å tørre
å være den jeg er.»

Som nestemann i
salmestafetten, utfordrer
Marianne Anne Kristi
Gisholt Jønland.

