

# KIRKENYTT

MENIGHETSBLAD FOR DRØBAK OG FROGN ÅRGANG 90 NR. 1 2019

Fasteaksjon

Kunsten å  
si unnskyld

Allsang påske

Karneval



Tårnagenter utforsker altertavla i Drøbak kirke

Foto: Antoni Zolnerkiewicz

## DRØBAK OG FROGN MENIGHETSBLAD

### Utgever

Drøbak og Frogn menighetsråd.  
Utkommer med 4 nummer pr. år.

### Redaktør

Govert van den Brink

### Layout/trykking

Østfold Trykkeri AS  
www.ostfold-trykkeri.no



### Er det spørsmål og saker du ønsker at menighetsbladet skal ta opp?

Send e-post til redaksjonen:  
saksbehandler@frogn.kirken.no

### Redaksjonens adresse

Drøbak og Frogn kirkekontor,  
Postboks 1, 1441 DRØBAK  
Telefon 64 90 61 70  
E-post: kirkekontoret@frogn.kirken.no

Neste utgave av KIRKENYTT  
kommer i mai 2019



I 2019 fyller Borg bispedømme 50 år. Det er ingen alder. Borg er det nest yngste bispedømmet i Den norske kirke. Men selv om bispedømmet er ungt, har kirken hatt en sentral rolle i alle bygder og byer i Østfold og Akershus gjennom tusen år. Ikke minst har kirken hatt

en avgjørende betydning for menneskers liv, i glede og i sorg.

50-årsjubileet gir oss en stor mulighet til sammen å synliggjøre det fantastiske arbeidet som kirken driver i alle lokalsamfunn i bispedømmet vårt. Målet er at flere ser og opplever hvordan kirken skaper mer himmel på jord.

Det blir lokale markeringer av jubileet gjennom hele året. I Søndre og Nordre Follo prosti blir det stor Jubileumsgudstjeneste på Oscarsborg 2. pinsedag, 10. juni. Vi kommer tilbake til programmet for denne dagen i neste utgave av Kirkenytt.

## DRØBAK OG FROGN KIRKEKONTOR

Dyrløkkebakken 1, 1448 Drøbak  
Postadresse: Pb 1, 1441 Drøbak  
Tlf: 64 90 61 70

E-post: kirkekontoret@frogn.kirken.no  
www.kirken.no/frogn  
Åpningstid: mandag-fredag 10.00-14.00

Drøbak og Frogn menighetsråd  
Leder: Kåre Grumstad  
Telefon: 481 61 414

### ANSATTE



**Kirkeverge**  
**Per Ørjan Aaslid**  
Tlf: 64 90 61 71/904 09 816  
per.orjan.aaslid@frogn.kirken.no



**Saksbehandler**  
**Govert van den Brink**  
Tlf: 64 90 61 72/982 45 564  
saksbehandler@frogn.kirken.no



**Kateket**  
**Oddrun Bøhlerengen**  
Tlf: 64 90 61 75/482 45 718



**Sogneprest**  
**Dag-Kjetil Hartberg**  
Tlf: 64 90 61 74/911 04 341  
dag-kjetil.hartberg@frogn.kirken.no



**Sekretær**  
**Randi Flock**  
Tlf: 64 90 61 70  
kirkekontoret@frogn.kirken.no



**Kirketjener**  
**Jan-Helge Ljøstad**  
Tlf: 64 90 61 73/982 45 565  
jan-helge.ljostad@frogn.kirken.no



**Kapellan**  
**Andreas Skolt Iversen**  
Tlf: 64 90 61 78 / 993 53 016  
andreas.iversen@frogn.kirken.no



**Kantor**  
**Hans Dur Molvik**  
Tlf: 995 51 757  
hmmolvik@hotmail.com



**Kirkegårdsarbeider**  
**Marit Andresen**  
Tlf: 917 42 386  
gravplass@frogn.kirken.no



**Kapellan**  
**Camilla Kofoed-Steen**  
Tlf: 64 90 61 76/952 04 348  
camilla.kofoed-steen@frogn.kirken.no



**Menighetsmusiker**  
**Svanhild Moen Refvik**  
Tlf: 64 90 61 77/950 78 559  
svanhild.moen.refvik@frogn.kirken.no



**Kirkegårdsarbeider**  
**Antoni Zolnerkiewicz**  
Tlf: 407 39 785  
gravplass@frogn.kirken.no



**Ungdomsprest**  
**Maria Ådland Monger**  
I permisjon



**Menighetspedagog**  
**Tracy Steller**  
Tlf: 64 90 61 79/928 01 504  
tracy.steller@hotmail.com



**Barne- og ungdomsarbeider**  
**Sara Emilie Jonhaugen**  
Tlf: 450 04 064



**Prostidiakon**  
**Atle Eikeland**  
Tlf: 948 56 362



## SE FREMOVER...

**R**ett før eller etter påske flytter alle 6 barneskolen i Frogn en KRLE-time for 2.trinn ned til kirken, og de får en gjennomgang av hva kristen påske er. Gjennom fortelling, tablåer og musikk. Elevene har et vell av spørsmål og kommentarer å by på. Dere skal få en av dem. Den uttrykker mye av det håpet som bærer oss gjennom påsken, og kanskje enda lenger.

Dette var for noen år siden, under den avsluttende samlingen foran altertavla; vi har beveget oss fra langfredagsposten i sideskipet. Musikken er sørgmodig. Vi beveger oss til koret, og ser mot altertavla der vi har Kristus med engler i hvitt og seiersfanen med korsmerket.

En av gutta synes læreren ser litt trist ut, og lener seg mot henne mens han peker opp på toppen av altertavla og sier: «Ikke vær lei deg, det går nok bra; det sitter to sykepleiere hos ham, og du ser jo at Røde kors er på vei»

Det er jo på mange måter kjernen i påsken; da tenker jeg ikke på Røde Kors sine fjellpatruljer, men på det å se fremover, forbi det vonde: For det var det Jesus selv gang på gang forsøkte å formidle til disiplene sine i tiden før påske, men som de ikke var så mottagelige for å høre. Jesus fortalte dem flere ganger og på ulike måter om det skulle skje. At han skulle dø, og så oppstå. At sorgen skulle bli forvandlet til glede. «Ikke vær lei dere!»

Men disiplene ville rett og slett ikke høre på det øret! De ville ikke ha denne sorgen Jesus snakket om først; de ville jo helst bare ha det bra, være sammen med ham for alltid, gå rett på gleden.

Men så vet vi at disiplenes drøm og håp om å unnsnippe sorgen brast på langfredag. Disiplene låser seg inne i frykt for å bli tatt selv.

Så kommer påskemorgen hvor vi tenker at alt eksploderte i glede. Men det var ikke fullt så enkelt.

Det var mange andre følelser involvert. Og jeg tror det kan være nyttig for oss som skal feire påske hvert år, ja egentlig hver eneste søndag, å stoppe opp et øyeblikk der. For kanskje er det noe i det som skjedde med disiplene denne første dagen som kan være godt for oss å ha med på veien videre. For akkurat som påskedag ikke var helt svart-hvitt er heller ikke livet vårt det. Det er mere mangfoldig. Sorg og glede om hverandre.

Det er umulig å unngå ekte sorg. Og vi vil kunne oppleve øyeblikk der vi tror alt er tapt, og vi ikke ser noen vei videre. Og vi vil, som disiplene, kunne oppleve at vi har mistet Jesus. Brått, eller litt og litt. Det er jo da vi virkelig trenger påsken. På en grå mandag, en klam julidag eller mørk novemberkveld. Eller når vi har mistet noen vi var veldig glad i.

Takk og pris er ikke påskeunderet begrenset til en spesiell årstid, til en spesiell følelse eller stemning. Det er så mye større. Det handler om hvem vi er og hvem Gud er.

Hvis Gud ble et menneske i Jesus; og det mennesket døde slik som vi mennesker dør. Og så det vender tilbake til livet tredje dagen etter dødsfallet; og puster, spiser og er til å kjenne igjen, da har Gud dratt alt det som gjør oss til virkelige mennesker inn i døden og ut igjen.

Da er det livet vi lever nå; hver dag på jorden, et liv som ikke er underlagt dødskreftene, men selve livskraften. Enten vi merker det eller ikke er vi for alltid knyttet til Gud gjennom Jesus. Når vi begynner å utforske det, kan vi få møter med ham på de underligste steder og måter. Jeg har en tanke om at det kanskje skjer aller mest når vi minst venter det. Og kanskje også når vi er på det mest sårbare. Det er noe vi deler med disiplene. De måtte gi opp å styre begivenhetene selv, Jesus måtte komme til dem. Og sorgen ble vendt til glede.

2.klassingen hadde jo helt rett. Vi trenger ikke være lei oss. Om det ikke akkurat er sykepleiere og Røde Kors som redder oss; så er det et bilde på Guds redningsaksjon og omsorgstjeneste jeg aldri kommer til å glemme.

# Vårkonfirmanter 2019

## Drøbak kirke 11. mai 2019 kl. 10:30

Ingrid Alnæs  
Benedikte Vilde Andersson  
Pia Cornelia Blichfeldt  
Julian Martinius Møyland De Boer  
Ida Margrethe Camilla Hoel Eide  
Max Engesæth Kleivenes  
Liam Abrahamsen Flebu  
Kevin Hansson  
Ragnhild Serine Haugen  
Thea Louise Jacobsen  
Karoline Eliassen Klundbye  
Elias Martinsen  
Madelen Seim  
Marie Sunde Skog

## Drøbak kirke 11. mai 2019 kl. 12:30

Jacob Voss  
Emilie Agathe Besseberg  
Mathilde Åkerstrøm Boland

Anna Kullerud Bunæs  
Alexander Grønnern Ekeberg  
Jonathan Fremstad  
Maria Rye Grinrød  
Matilde Tubaas Grønn  
Mino Hegg- Henriksen  
Casper Kjus Kristiansen  
Trine Bue Kulseth  
Oscar Molle Lundberg  
Selma-Marie Larsen Nesdal  
Ella Sommerfelt Røsnæs  
Ida Emilie Trosterud

## Drøbak kirke 11. mai 2019 kl. 14:30

Bertine Thoresen Angeltveit  
Elias Tennes Shah  
Vilde Vinknes  
Dina Alexandra Aaslund  
Tiril Kalberg Berntsen  
Christine D. Fossum

Norah Wolff-Skjelbred Hatlemark  
Anna Sofie Køhn  
Erle Aas Marthinsen  
Eirik Jordtveit Olberg  
Oda Hansen Thue  
Mio Torp Østensvig  
Sebastian Edelberg Villand

## Drøbak kirke 12. mai 2019 kl. 11:00

Anna Dorthea Norås  
Andrea Hjeldnes Andersen  
Linnea Bugge-Thorbjørnsen  
Didrik Kjøia  
Sebastian Kristiansen  
Anniken Norstrøm  
Christian Qvigstad  
Oskar Wiik-Brandtzæg  
Emil Wikerøy-Engravslia  
Celine Wolff-Eriksen  
Sondre Johannes Hagen

Gjennom konfirmasjons- undervisningen ønsker vi å bidra til å styrke unge livsmot, vi vil gi kunnskap, vise tro og skape håp for livet videre. Vi er sammen med dem når de kommer slitne fra skolen, når de har behov for å sitte litt på mobilen før undervisningen, når de forteller om prøvepress og når de tuller og koser seg med vennene sine. Vi er sammen i samtaler om tro og tvil når vi underviser våre konfirmanter. De er en super gjeng.

Nå er det snart tid for leir, og noen skal til Hemsedal, noen til Gøteborg og siste leiren er KRIK Action i Telemark. Gode opplevelser gir mestring og glede, og har de det vanskelig har vi kapasitet og kunnskap til å snakke med dem også om det som er krevende i livet. Opplevelser fra konfirmasjonstiden kan skape minner som gir livsmot og håp langt utover konfirmasjonstiden, og det ønsker vi å bidra til.

Etter kofirmanttiden inviterer vi til sosiale samlinger og leder- treningskurs og sosiale samlinger. Kirka skal være et sted «å være og et sted å lære»

Kateket  
Oddrun Bøhlerengen



Årets musikalkonfirmanter setter opp «Notre-Dame de Paris» Ringeren av Nordre Dame i en moderne versjon. Sammen med hele konfirmantkullet inviterer de til forestilling på Smia. Alle bidrar, enten i musikalen, eller med andre praktiske oppgaver.

I originalversjonen er handlingen lagt til Paris i renessansen, men selv om originalversjonen tar utgangspunkt i 1400-tallet er temaet like aktuelt i dag. Det handler om utenforskap, det å oppleve at man ikke passer inn, det å ikke finne sin plass i samfunnet. Også i dag er det mange unge som

opplever dette. Stykket viser hvordan mennesker kan blomstre når de blir ivaretatt og inkludert.

Musikalkonfirmantene er veldig motiverte og dyktige både som sangere og skuespillere, og for å få stykket ordentlig under huden reiser de på tur til Gøteborg. Der skal de på omvisning i Operaen, og se framføringen av *Ringeren av Notre Dame*. Vi gleder oss til å se forestillingen som vises på Smia den 27.04 kl. 19.00. Vi åpner storstua og ønsker hele Frogn's befolkning velkommen.



## MILK og ungdomsledere

Kirka i Drøbak og Frogn arrangerer «minilederkurs for fjorårskonfirmanter» MILK. Ledertreningskurset er et samarbeid med flere andre menigheter i Søndre Follo. Gjennom lek og læring får ungdommene kunnskap og ferdigheter til å bidra som ledere for neste års konfirmanter. MILK-gruppen er derfor en viktig del av kirkas ungdomsarbeid.

**ALLSANGKVELD PÅSKE**  
**Drøbak kirke tirsdag 23. april kl. 19:00**

Kom og bli med og syng dine favoritt-påskesalmer!  
 Fri entré.

## Unik kveldssamling i Drøbak kirke

I høysesongen rundt jul, med store annonser og invitasjoner i hopetal, fra kjente kunstnere som reiser «land og strand» rundt og holder julekonserter, kom det en enkel melding om allsangkveld i Drøbak kirke. Innbyder var Kantor Hans Dur Molvik.

Det er kanskje vågalt å påstå at maken til Kantor Molvik ikke finnes i Follo. Men jeg tar sjanssen.

Det kunstneriske og musikalske er en ting. Dette i tillegg til hans raushet, store hjerte, humor og humør, uhøytidelighet og inkluderende vesen, er det en fryd å være til stede der han har regien!

Og alle disse egenskapene beriket han oss med på denne folkelige allsangkvelden i Drøbak kirke.

Sangrepertoaret kunne hvem som helst bestemme. Det var bare å melde inn et ønske om en julesang en er glad i på forhånd, så var det store sjanser for at den kom med.

Allerede å bli møtt med pepperkaker og varm gløgg ved inngangen, gjorde at her følte vi oss virkelig velkommen! Et håndskrevet program og en salmebok fikk vi alle i hånden, samt et varmt velkommen til noe som aldri har blitt prøvd før.

Molvik spilte flygel og orgel med stødige og leken hånd, og alle sang engasjert! Ja, Molvik inviterte til og med de som ville/våget å være solister. Og noen brøt «lydmuren» og våget.

Uten å skulle reklamere for en bestemt butikkjede, er det meget nærliggende å sitere Rema: «Det enkle er ofte det beste».

*Sigbjørn Kvistad*

**Også i forbindelse med påske blir det en allsangkveld hvor alle kan være med og syng de påskesalmene de liker best. Tirsdag 23. april (3. påskedag) kl. 19.00 i Drøbak kirke. Det er mulighet å ønske seg en bestemt salme ved å sende en melding til kantor Hans Dur Molvik noen dager i forveien.**

## Barne- og familietilbud i Drøbak og Frogn menigheter Våren 2019

# SPRELL LEVENDE



Februar		
Torsdag 28.	<b>Supertorsdag</b> med middag for alle og <b>Dirridam</b> småbarnsang	Kl. 16.30-18.00

Mars		
Søndag 3.	<b>Karnevalsgudstjeneste</b> i Frogn kirke - femåringer (2014-kullet) blir spesielt invitert	Kl. 11.00
Søndag 10.	<b>Søndagsskole</b> på Hospitalet	Kl. 11.00
Søndag 17.	<b>Smiagudstjeneste</b> i Smia storsal	Kl. 17.00
Torsdag 28.	Supertorsdag på Smia <b>Brasiliansk aften</b> med salg av brasiliansk mat og basar til inntekt for misjonsprosjektet i Brasil, barnekorene fremfører påskemusikal	Kl. 16.30-18.30
Søndag 31.	<b>Søndagsskole</b> på Hospitalet	Kl. 11.00

April		
Søndag 7.	<b>Smiagudstjeneste</b> i Smia storsal	Kl. 17.00
Torsdag 11.	<b>Supertorsdag</b> på Smia	Kl. 16.30-18.00
Torsdag 25.	<b>Supertorsdag</b> med middag for alle og <b>Dirridam</b> småbarnsang	Kl. 16.30-18.00

Mai		
Søndag 5.	<b>Smiagudstjeneste</b> i Smia storsal	Kl. 17.00
Torsdag 9.	Supertorsdag på Smia med <b>Minimusikal</b> 'Noahs Ark' for Dirridam og 3-åringer (2016-kullet) som blir spesielt invitert	Kl. 16.30-18.00
Søndag 12.	<b>Søndagsskole</b> på Hospitalet	Kl. 11.00

På Supertorsdag er det middag for alle fra kl. 16.30 – 17.00 (kr 45 voksen/kr 25 barn)

I tillegg er det ulike aktiviteter:

Barnegospel (1. – 3. klasse): Øver hver torsdag kl. 17.00 – 17.45 på Smia  
Soulchildren (4. – 7. klasse): Øver hver torsdag kl. 15.00 – 16.00 på Smia  
Dirridam småbarnsang (2 – 7 år) en gang pr. mnd. Kl. 17.00 – 17.45





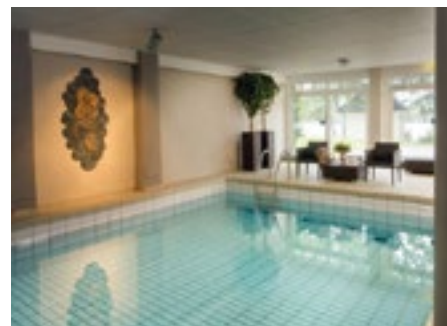
# Bli med på menighetsweekend ved Norefjell!

Sole Gjestegård 22.-24. mars 2019

**N**å nærmer det seg menighetsweekend, og vi vil gjerne ha deg med! På turen kan du bli kjent med nye mennesker, du kan styrke gamle vennskapsbånd og oppleve et godt fellesskap på tvers av generasjoner. Programmet for turen er innholdsrikt og tilrettelagt for alle aldre.

Stedet vi skal til heter Sole Gjestegård og ligger langs Krødern ved foten av Norefjell. Gjestegården har tilnærmet hotellstandard, og er i tillegg godt rettelagt for alt fra barnefamilier til seniorer. Ungdommene får mulighet til å sove på egne tenåringsrom,

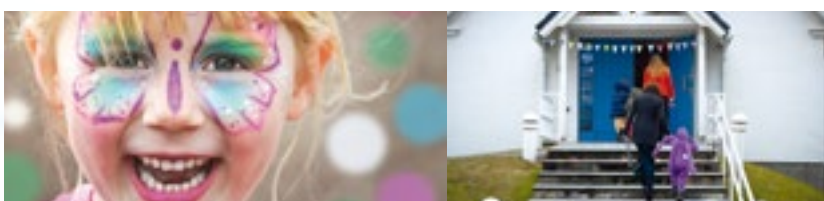
og vi regner med de vil kose seg sammen både på leirstedet og ute på ski. Området har fantastiske forhold for både langrenn og alpint, og det er gode muligheter for rusletur for eksempel til Noresund der det er kaféer med mer. Du kan også benytte formiddagen på Norefjell ski og spa hvis du ønsker det. Gjestegården har også eget svømmebasseng så her er det fasiliteter som passer for alle. Det aller viktigste er allikevel det vi gjør sammen i løpet av helgen. Programmet er innholdsrikt, men med muligheter for å tilpasse etter eget behov.



## PROGRAM

- Fellessamlinger morgen og kveld
- Opplegg er tilrettelagt for alle aldre
- God tid til ski, tur og bading på dagtid
- Søndag morgensamling/ gudstjeneste

For detaljert program, priser og påmelding se [www.kirken.no/frogn/](http://www.kirken.no/frogn/) eller ta kontakt med kirkekontoret på tlf. 64 90 61 70 eller e-post [kirkekontoret@frogn.kirken.no](mailto:kirkekontoret@frogn.kirken.no)



## Karnevalsgudstjeneste

**Søndag 3. mars kl. 11.00** blir det sambarytmer og karnevalsgudstjeneste i Frogn kirke. Kle deg ut, eller kom som du er. På gudstjenesten blir det sang, dans og fortelling, og på kirkekaffen byr vi på deilige fastelavnsboller og mulighet til å lage eget fastelavnsris til å ta med hjem.

Alle femåringer er spesielt inviterte og kan ta med seg familie og venner på frokost i kirken kl. 10.00 før gudstjenesten. Der vil det også bli ansiktsmaling for de som har lyst.

Husk å melde deg på via hjemmesiden vår: [www.kirken.no/frogn/](http://www.kirken.no/frogn/) så vi vet hvor mange som skal sitte rundt frokostbordet.



## BRASILIANSK AFTEN

for store og små til inntekt for misjonsprosjektet vårt VIDA PLENA i Pestano/Brasil

**Brasiliansk middag**  
kr 50 voksen/kr 100 familie

**Video/informasjon fra Pestano**  
**Besøk fra brasilianske Hald-studenter**  
**Barnegospel og Soul Children synger**



**SMIA torsdag 28. mars**  
**Kl. 16.30 – 18.30**



# Ny liturgisk musikk i gudstjenestene

**I gudstjenestene våre synger menigheten med på noen faste liturgiske ledd. «Kyrie» og «Gloria» i starten av gudstjenesten, og «Sanctus/Hellig hellig» og «Agnus Dei/Du Guds lam» under nattverden.**

Mens salmer, bibeltekster og forbønnsemner varierer fra søndag til søndag, skal «ordinarieleddene», som de kalles, synges søndag etter søndag. Riktignok er det mulig å benytte varianter som er knyttet til noen perioder i kirkeåret.

Musikken til disse leddene har blitt endret flere ganger. I 1977 landet man på ny musikk, med mulighet for å bruke særskilte versjoner for advent/faste og for festtidene.

Neste revisjon begynte i 2011 da menighetene fikk forelagt et stort antall musikkvarianter de kunne prøve ut. Vi i Drøbak og Frogn valgte musikk av Odd Johan Overøye til Kyrie, Gloria og Sanctus, og av Per Tveit til Agnus Dei. I 2014 evaluerte og reviderte vi praksisen, og Agnus Dei ble byttet ut med den fra 77-liturgien.

## Så kommer det som er litt vrient:

Tanken fra kirkens side med det store utvalget musikk som kom i 2011 var hele tiden at etter en tid med utprøving skulle alternativene skrelles ned betraktelig. En fellesnevner i tilbakemeldingen fra menighetene var at det burde være lagt mer vekt på gjenkjennelse på tvers av menighetsgrensene. Og slik har det gått.

I 2017 vedtok kirkemøtet tre alternative serier som menighetene kan velge mellom. I tillegg ble det vedtatt en serie for faste/advent og en for festtider som man kan bruke om man vil.

## Hva betyr dette for Drøbak og Frogn:

«Vår» musikk som vi har brukt siden 2011 er ikke lenger med; med unntak av Agnus Dei. Dette betyr at Gudstjenesteutvalget kommer til å sette seg ned og vurdere de vedtatte seriene, og gjøre en anbefaling til menighetsrådet. Og: uansett vil det altså komme noe nytt.

Dersom man er litt nysgjerrig har kantor Hans Dur sunget inn alle variantene og lagt ut på Youtube under overskriften «Hovudseriane med liturgisk musikk 2018»

## Musikk denne våren:

Det er altså et valg om man vil bruke den særskilte musikken for advent/faste og festtidene. For å kunne

vurdere dette ønsker vi å prøve ut dette denne faste- og påsketiden. Vi gjorde det samme i fjor; om noen husker det!

I neste nummer av Kirkenytt vil vi forhåpentligvis kunne presentere den nye liturgiske musikken som skal vare en 30-40 år!

*Dag-Kjetil Hartberg*



DEN NORSKE KIRKE



## Valg av menighetsråd i Drøbak og Frogn sokn – nominasjon av kandidater

Nominasjon av kandidater til menighetsrådsvalget skjer i tiden fram til 30. april 2019.

Forslag på kandidater til menighetsrådet kan meldes til Drøbak og Frogn menighetsråd, tlf 64 90 61 70 eller epost kirkekontoret@frogn.kirken.no innen 15. mars 2019.

Valgbare er medlemmer av Den norske kirke som bor i soknet, og som senest i 2019 fyller 18 år.

Det er anledning til å levere inn listeforslag innen fristen 30. april 2019.

Forslag til valgliste skal være underskrevet av 10 stemmeberettigede.

En av underskriverne skal oppføres som kontaktperson/tillitsvalgt. Kandidater skal være oppført med fornavn, eventuelt mellomnavn, etternavn og fødselsår, samt eventuelt adresse og stilling.

Listeforslaget skal ordnes i prioritert rekkefølge.

Listeforslaget bør ha minst 40 % representasjon av hvert kjønn, og minst 20 % representasjon av ungdom under 30 år.

Kirkevalget finner sted 9. september 2019, med forhåndsstemming fra 10. august. Valg på leke medlemmer av bispedømmerrådet finner sted samtidig med menighetsrådsvalget.

**Kirkevalget**  
2019





## **E**n gang i året blir helt vanlige niåringer gitt muligheten til å bli ekte Tårnagenter i Drøbak kirke.

Med hele staben som agentlærere får tårnagentene grundig opplæring gjennom ulike oppdrag. Dagen startet med frokost, for de som kom tidlig, og utdeling av agentbevis som følge av at alle hadde funnet kodeordene til å komme inn i sakristiet. Agentene utforsket deretter kirken fra topp til tå, og med topp mener vi helt opp til kirkeklokkene i klokketårnet! De fant både spor og symboler - i kirken, ute og i bibelen. Foruten rene agentaktiviteter stod sang, drama og formingsaktiviteter på programmet. Dagen ble avsluttet med en høytidelig overrekking av nyttig agentmateriell til utlærte agenter.

Påfølgende søndag møttes vi igjen da det var egen Tårnagentgudstjeneste i Drøbak kirke. Tårnagentene bidro med sang og skuespill. Formingsgruppa hadde laget vakre kirkeklokker som pynt for å sette en ekstra spiss på dagen. På kirkekaffen ble det vist bilder fra Tårnagentdagen for alle som var nysgjerrige.

Takk for en flott samling!



Drøbak/Frogn  
**BEGRAVELSESBYRÅ**  
Jan-Oddleiv Garder

Vi ønsker å gi den beste hjelp  
og veiledning

www.bgr.no · Telefon 64 93 26 00 – hele døgnet  
Avdelingsleder: Magnar Bøhlerengen

# Hvorfor bryr kirken seg om klima og miljø?

**N**oen av de fremste miljøforskere i verden i dag er dypt pessimistiske. Kan menneskene virkelig greie å redde verden med klokskap og vitenskap? Selv om Jesus sier at himmel og jord skal forgå, leser vi at det skal skapes noe nytt, en ny himmel og en ny jord. Det er brukt mange fantastiske bilder for å skildre hvordan det blir når Gud gjør alle ting nye. Det er tydelig at håpet om en ny himmel og en ny jord ikke er avgrenset til en åndelig sfære, men gjelder hele mennesket med kropp og sjel, og hele skaperverket.

Dette uttalte prost Hege Fagermoen i et foredrag sist høst under en inspirasjonssamling for de grønne utvalgene fra de lokale menighetene i Søndre Follo prosti. Prosten uttrykte ønske om at hennes teologiske innledning kunne være et startpunkt som vi håper skal gi ringvirkninger i både staber, råd, menigheter og lokalmiljø. Nedenfor følger utdrag fra foredraget.

## Naturen, mennesket og Gud er en integrert helhet

Fagermoen siterte fra Bibelens skapelsesberetning hvor det står: *Da formet Herren Gud mennesket av støv fra jorden. Han blåste livspust i nesen på det, og mennesket ble en levende skapning.*

I begravelsesritualet heter det: *Av jord er du kommet. Til jord skal du bli. Av jord skal du igjen oppstå.*

Gud har skapt mennesket midt i naturen, med naturen - og gjort oss avhengige av den for å overleve. Gjennom de ressursene mennesket har, og ved å ta for seg og utvikle gavene i skaperverket former vi våre fellesskap og samfunn. Men det ligger implisitt i skapelsesfortellingene at naturen er noe mer enn et instrument for mennesket. Alt er skapt av Gud og

var svært (.. overmåte) godt, også før mennesket ble skapt.



Foto: Hege Fagermoen

## Oppgjør med det vestlige dualistiske menneskesynet

Den vestlige tradisjonen som vi tilhører, er i stor grad formet av tankegodset fra antikken og gnostisismen, med det vi kaller et dualistisk menneskesyn. I dette menneskesynet blir kroppen skilt fra mitt «egentlige» jeg – som er sjelen, og den er først og fremst sjelen som står i relasjon til Gud. .... Og troen blir fortrent til en slags åndelig sfære og handler mest om skjebnen til individet – altså sjelen – etter døden. Kroppen og skaperverket får en sekundær verdi i motsetning til sjelen, som lever evig.

En uheldig konsekvens av dette dualistiske synet er at naturen har liten verdi i SEG SELV, men blir noe som kan utnyttes for å dekke menneskets behov. Jeg mener at det er behov for å utfordre en slik forståelse og å finne tilbake til det helhetlige og sammenhengende natur- og menneskesynet som vi finner i Bibelen. Fordi mennesket er skapt i Guds bilde, har det ikke bare ansvar for seg selv, men også overfor Gud, som er opphavet til livet og er større enn skaperverket, og som har et mål

og en mening med mennesket. Som skapt i Guds bilde står vi ikke over, men midt i naturen, og har en særskilt oppgave og ansvar. Mennesket er skapt til relasjon og fellesskap med Gud, andre mennesker og hele skaperverket. Vi er kalt til å forvalte jorda preget av egenskaper hos Skaperen som kjærlighet, miskunn, kreativitet, omsorg for helheten.

## Kors i et fjøs?

Gjennom budskapet om Jesu komme, hans liv og soningsdød forteller Bibelen om Guds kjærlighet til skaperverket. I inkarnasjonen – altså «ikjødpåtagelsen», at Gud ble menneske av kjøtt og blod, så ble Gud selv en del av det skapte, og født «midt i naturen» på jordgulv og halm, omgitt av varme pustende dyr. Dette bildet er fra den årlige julegudstjenesten for konfirmanter i Skjåk i et fjøs nær dem. Her var det veldig enkelt å lære dem det vanskelige ordet inkarnasjon.



Formidlet av Hege Fagermoen.

## Mennesket bryter Guds skapervilje

Syndefallsfortellingen handler om hvordan det ble et brudd mellom mennesker og Gud som har fått store konsekvenser for mennesker, andre skapninger og hele verden. Mennesket skulle forvalte skaperverket etter Guds skapervilje, - og som et svar på



# Søndagsskolen

## – utgått på dato eller dagsaktuell?

**Da ansatte i Søndagsskolen Norge skulle på tur i leid buss, var bussjåføren rask med å fortelle at han selv hadde gått på søndagsskole, og at han fremdeles hadde frammøtekortet sitt med alle stjernene – det kunne han da ikke kvitte seg med!**

Guds kjærlighet. Når mennesket har sviktet og svikter forvalteransvaret med utbytting, urettferdig fordeling og forurensning er det et svik mot oppdraget vi har fått, mot oppdragsgiveren og mot skaperverket vi er satt til å forvalte. I våre dager ser vi hvordan hele skaperverket lider under konsekvensene av de menneskeskapte klimaendringene, og kanskje kan vi høre Gud tale til oss gjennom skaperverkets smerter og kalle oss til omvendelse fra en livsstil som bryter ned og påfører skaperverk og mennesker lidelse.

### Gjenoppretting og håp

*For i ham ville Gud la hele sin fylde ta bolig, og ved ham ville Gud forsone alt med seg selv, det som er på jorden, og det som er i himmelen, da han skapte fred ved hans blod på korset. (Kol. 1, 19-20).*

Ved Jesu død og oppstandelse får mennesket gjenopprettet gudsforholdet. .... Vi kan starte på nytt, på bibelsk grunn – frigjorte til tjeneste med ansvar for hverandre, og med forvalteransvar for hele skaperverket.

Men håpet om en ny himmel og en ny jord fritar oss ikke fra ansvaret vi har for verden og livet her og nå. KIRKEN er kalt til å være tegn på Guds rike allerede nå. Midt i lidelsen, smerten og i møte med mørke framtidssikter bærer kirken med seg den kraften som kan skape forandring bare vi slipper den til. Denne kraften er forankret i troen på Gud, skaperen, frelseren og livgiveren. Hun ser fram mot håpet om at skaperverket og alle brutte relasjoner blir gjenopprettet. Og hun blir drevet fram av kjærligheten fra Gud, som skapte og selv var en del av skaperverket for å frelse og gjenopprette det.

Bussjåføren representerer en generasjon hvor det var helt vanlig å gå på søndagsskolen. I dag er det et fåtall av norske barn – og stadig færre voksne – som har et forhold til den, og spørsmålet er naturlig å stille: Trenger vi fortsatt søndagsskolen, eller er den utgått på dato?

### En del av det kirkelige landskap

Det foregår mye godt arbeid for barn og unge i norske menigheter og forsamlinger. I dette landskapet representerer søndagsskolen en kontinuitet, et tilbud som barna kan følge gjennom flere år. Søndagsskolens fokus på å gjøre barn kjent med bibelhistoriene som et bærende troselement, utgjør også en stor verdi i barnets trosutvikling.

I 2017 reiste generalsekretær Gøran Byberg i Søndagsskolen Norge til Egypt, hvor han traff det tidligere «søndagsskolebarnet» biskop Thomas. Biskopen fortalte hvordan den koptiske kirkes satsing på søndagsskolearbeidet på 1950- og 60-tallet har bidratt til kirkevekst i Egypt. Gøran Byberg tror at sammenhengen mellom den kontinuerlige trosopplæringen som søndagsskolen representerer, og en stabil oppslutning i menighetene, også er aktuell i Norge. – På bakgrunn av det er min klare oppfatning at vi fortsatt trenger søndagsskolen og de verdiene den formidler.

### Ikke bare på en søndag

I et samfunn i stadig endring er det imidlertid behov for tilpasninger.

Søndagsskole foregår ikke lenger bare under gudstjenesten søndag formiddag. Mange barnegrupper samles på en vanlig hverdagssettermiddag, og de finnes i flere ulike varianter. Søndagsskole i dag er alt fra de tradisjonelle samlingene til kor, aktivitetsgrupper og nabolagssøndagsskoler. Også hyppigheten på samlingene varierer.

### Styrke i fellesskapet

Frivillighetstanken er også i endring, og utfordrer til nye måter å rekruttere og ta vare på frivillige søndagsskoleledere. Gjennom Søndagsskolen Norge får lederne oppfølging og veiledning, de tar del i et større fellesskap og deler erfaringer med hverandre. Og ikke minst kan de bære hverandre i bønn. Mange er de søndagsskolelederne som erfarer at tjenesten gir dem mye tilbake, de lærer av barna og de blir velsignet. Og når barn kommer og sier at de gleder seg til neste søndagsskolesamling, er det en levende bekreftelse på at søndagsskolen fremdeles er viktig! På Søndagsskolen Norges barnelederkonferanse i Bergen i fjor høst hadde biskopen i Bjørgvin, Halvor Nordhaug, en hilsen som minner oss om hvor stort det er å få stå i denne tjenesten for barna: «Vær stolte av det dere gjør, dere har gull i hendene deres».

*Marianne Følling,  
kommunikasjonsrådgiver i  
Søndagsskolen Norge*



## Liten gutt, stort hjerte

**J**eg ønsker å bli hjelpearbeider, fordi jeg vil gi folk mat og vann. Og baller til barna slik at de kan leke og ha det gøy, sier Jama Abbiwelli Adan (8).

Han kommer springende mot oss. I blå skjorte og med bøker under armen. Timen med undervisning på den lokale skolen er akkurat over for i dag. Og før han og kompisene som vanlig danner to fotballag og spiller så den tørre sanden hvirvler rundt de ivrige og høylytte guttene, setter han seg ned sammen med oss. Historien vi får høre er dessverre alt annet enn unik: Eldst av en søskenflokk på fire jenter og to gutter. Fire års sammenhengende tørke tok livet av alle dyrene de eide - og det enkle, men gode nomadelivet familien en gang hadde. En håpløs og livstruende situasjon som brakte dem hit til flyktningleiren Jilab 3 ved byen Garowe. I den ene av tre leire som tilsammen huser mer enn 35.000 mennesker, som alle får rent og trygt vann fra Kirkens Nødhjelp. Her bor alle åtte nå i et fillete, men likevel velstelt telt.

### Nye venner

- Vi hadde mistet nesten alle dyrene våre, og visste ikke hva vi skulle gjøre. En dag sa far at vi måtte flytte – for ellers ville vi også dø. Jeg lurte på hvordan det ville bli, og om jeg ville få noen nye venner. Og det fikk jeg, sier Jama og smiler. Jeg er mest sammen med de andre guttene på skolen, og det morsomste er når vi spiller fotball, «Fotballen» de spiller med er en slitt tennisball, uten at det ser ut til å legge noen som helst demper på verken innsats eller begeistring.

Som eldstemann har åtteåringen imidlertid plikter langt utover

fotballbanen. Hver eneste dag hjelper han til med å hente vann, lage mat, vaske klær og holde det ryddig og rent i og rundt teltet – som er satt sammen av ulike tepper og små tøybiter.

- Ja-ja! roper Jama og vinker ivrig til en av de mange kompisene sine. For å forsikre om at han snart er med i leken igjen.

### Må hjelpe

De internt fordrevne er Somalias aller mest sårbare. I en befolkning som er godt vant med tørkeperioder, men ikke med at de varer flere år i strekk. Uten en stortstilt nasjonal, og ikke minst internasjonal nødhjelpsinnsetning fra FN og organisasjoner som Kirkens Nødhjelp, kunne bildet vært like mørkt som for sju år siden, da mer enn en kvart million mennesker bukket under. I hovedsak barn, syke og gamle.

I slike kriser er det slående å oppleve det store samholdet og støtten folk viser hverandre. Nye naboer, venner, og innad i de mange storfamiliene i de mange leirene. Og alle må bidra. Store som små.

### Vil hjelpe andre

- Jeg hjelper til mye, men det må jeg jo. Alle må hjelpe til, sier Jama og gnir svette av et ansikt som bærer preg av flere og tretti grader, voldsom vind og rødlig sand som klistrer seg fast. At han er såpass plikttoppfyllende og hjelpsom hjemme, synes å stikke dypt hos, selv hos en såpass liten gutt.

- Når jeg blir stor har jeg lyst å bli hjelpearbeider, fordi jeg vil gi folk mat og vann. Og baller til barna slik at de kan leke og ha det gøy. Her vi bor nå får vi jo hjelp, og det er en sånn jobb jeg vil ha.

## FASTEAKSJON

Tirsdag 9. april 2019

Fasteaksjonen er en tradisjon som strekker seg langt tilbake i tid. For over 50 år siden bestemte menighetene i Norge seg for å ha en årlig innsamlingsaksjon til Kirkens Nødhjelp sitt arbeid. Fasteaksjonen er i dag den nest største innsamlingsaksjonen i Norge, etter TV-aksjonen.

Fasteaksjonen arrangeres hvert år i den kristne fastetiden før påske. Mange nordmenn vet lite om den kristne fasten. Andre ser på fasten som en tid der man spiser mindre kjøtt og bruker mer tid på bønn og refleksjon. Men vi i Kirkens Nødhjelp holder frem en utadvendt og aktiv faste. Den fasten Gud har valgt skal, ifølge profeten Jesaja, gjøre oss i stand til: «å løse urettferdige lenker, sprengre båndene i åket, sette undertrykte fri og bryte hvert åk i stykker, å dele ditt brød med sultne og la hjelpeløse og hjemløse komme i hus.»

### Fasteaksjonen kan gi rent vann til 175.000 mennesker hvert år

To uker før påske går rundt 40.000 frivillige bøssebærere fra 1.200 norske menigheter fra dør til dør over hele landet og samler inn penger til Kirkens Nødhjelps arbeid. I tillegg mobiliseres tusenvis av nordmenn til å være med å rette søkelyset mot urettferdigheten som er årsaken til fattigdom og konflikt.

I Drøbak og Frogn er det konfirmantene som går fra dør til dør tirsdag 9. april og samler inn penger. Ta vel imot dem !



KIRKENS NØDHJELP  
act Alliance



# Livets gang



## Døpte

Dåpsdato	Navn
18.11.2018	Hennie Nordtveit-Refsdal
18.11.2018	Amalie Hetland
18.11.2018	Selma Brustuen
09.12.2018	Emma Charlotte Enstad Hagen
09.12.2018	Herman Christoffer Lindgren
06.01.2019	Sara Elgaen
06.01.2019	Clara Kordelia Fagerlie Aronsen
06.01.2019	Mille Nordnes
13.01.2019	Linnea Bugge-Thorbjørnsen
13.01.2019	Liam Abrahamsen Flebu
13.01.2019	Anna Dorthea Norås
20.01.2019	Pernille Fjeldvik Saxebøl
26.01.2019	Vilde Herbern Wangsvig
26.01.2019	Synnøve Mørk Hoksnes
26.01.2019	Maria Victoria Øiestad
26.01.2019	Saga Louise Slemdal Bergersen
27.01.2019	Lukas Aslaksen
27.01.2019	Philip Ødeby Overskott

## Vigde

Vielsesdato	Navn
27-11-18	Natsima Hayeeyasin og Thomas Yngvar Hansen
06-01-19	Linda Tollefsen og Geir Ingvald Nordnes
15-02-19	Anne-Celine Gulliksen Lindblom og David Aleksander Wulff

## Gravferd

Seremonidato	Navn
09.11.2018	Per Gunder Kalland
09.11.2018	Olga Sparre
13.11.2018	Kjell Bernhard Johansen
14.11.2018	Mette Iren Frydenlund
16.11.2018	Egil Johansen
16.11.2018	Bjørn Henrik Bjørndal
20.11.2018	Karl Oskar Henry Ahnstrøm
20.11.2018	Stig Atle Meier Mathisen
21.11.2018	Diana Jørgensen
22.11.2018	Helge Johnsen
23.11.2018	Vera Katrine Manheim
23.11.2018	Inger Agnethe Smith
27.11.2018	Tone Elisabeth Eikestad
27.11.2018	Jan-Erik Ferdinandsen
30.11.2018	Tormod Agnar Heggelund
07.12.2018	Inger Johnsen
11.12.2018	Tore Christoffersen
14.12.2018	Torbjørn Sverre Andreas Strømmesen
14.12.2018	Merete Gro Ørnholt
18.12.2018	Egil Nordhagen
21.12.2018	Per Jarle Finsen
21.12.2018	Tor Gunnar Gundersen
04.01.2019	Kjell Omar Eriksen
18.01.2019	Wiktor Røshol Andersson
18.01.2019	Finn Kolbjørn Larsen
31.01.2019	Trond Øystein Botnen
01.02.2019	Gunhild Lyngstad
01.02.2019	John Frantz Reklev
01.02.2019	Harald Skogheim
05.02.2019	Astrid Randin Beijerling
08.02.2019	Elsa Irene Hansen
12.02.2019	Signe Sagen
15.02.2019	Gudbrann Einbu
19.02.2019	Maria de Los Angeles Triana Molina

## Fasteaksjonen 2019

7.-9. april



Gi et liv med rent vann  
**Vipps til 2426**  
 eller **sms til 2426** (200 kr)





# VELKOMMEN TIL KIRKENE



**Søndag 24. februar**  
**Kl. 11.00 Drøbak kirke**  
Gudstjeneste v/ Camilla Kofoed-Steen

**Søndag 3. mars**  
**Kl. 11.00 Frogn kirke**  
Karnevalsgudstjeneste v/ Dag-Kjetil  
Hartberg og Tracy Steller  
Dirridam og 5-åringer deltar

**Søndag 10. mars**  
**Kl. 11.00 Drøbak kirke**  
Gudstjeneste v/ Andreas Skolt Iversen  
Søndagsskole på Hospitalet

**Søndag 17. mars**  
**Kl. 17.00 Smia storsal**  
Smiagudstjeneste v/ Camilla Kofoed Steen  
Enkel kveldsmåltid etter gudstjenesten

**Søndag 24. mars – Maria Budkapsdag**  
**Kl. 11.00 Drøbak kirke**  
Gudstjeneste v/ Dag-Kjetil Hartberg  
Drøbak Kantori deltar

**Søndag 31. mars**  
**Kl. 11.00 Drøbak kirke**  
Gudstjeneste v/ Camilla Kofoed-Steen  
Søndagsskole på Hospitalet

**Søndag 7. april**  
**Kl. 17.00 Smia storsal**  
Smiagudstjeneste v/ Andreas Skolt Iversen  
Enkel kveldsmåltid etter gudstjenesten

**Søndag 14. april – Palmesøndag**  
**Kl. 11.00 Frogn kirke**  
Familiegudstjeneste v/ Andreas Skolt Iversen  
Barnegospel og Soul Children deltar

**Skjærtorsdag 18. april**  
**Kl. 19.00 Smia Kapell**  
Gudstjeneste v/ Dag-Kjetil Hartberg  
Kveldsmåltid i Smia etter gudstjenesten

**Langfredag 19. april**  
**Kl. 11.00 Drøbak kirke**  
Gudstjeneste v/ Dag-Kjetil Hartberg

**Påskeaften lørdag 20. april**  
**Kl. 23.00 Drøbak kirke**  
Påskennattsmesse v/ Camilla Kofoed-Steen

**Påskedag søndag 21. april**  
**Kl. 11.00 Drøbak kirke**  
Høytidsgudstjeneste v/ Camilla Kofoed-Steen

**2. Påskedag mandag 22. april**  
**Kl. 19.00 Frogn kirke**  
Gospelmesse m/ Drøbak Gospel  
og Camilla Kofoed-Steen

**Søndag 28. april**  
**Kl. 11.00 Drøbak kirke**  
Gudstjeneste v/ Dag-Kjetil Hartberg  
Søndagsskole på Hospitalet

**Onsdag 1. mai**  
**Kl. 11.00 Drøbak kirke**  
1. mai gudstjeneste v/ Dag-Kjetil Hartberg

**Søndag 5. mai**  
**Kl. 17.00 Smia storsal**  
Smiagudstjeneste v/ Andreas Skolt Iversen  
Enkel kveldsmåltid etter gudstjenesten

**Lørdag 11. mai – Konfirmasjon**  
**Kl. 10.30 / kl. 12.30 og kl. 14.30**  
**Drøbak kirke**  
Konfirmasjonsgudstjenester  
**kl. 12.30 Frogn kirke**  
Konfirmasjonsgudstjeneste

**Søndag 12. mai**  
**Kl. 11.00 Drøbak kirke**  
Konfirmasjonsgudstjeneste

Fotografering  
Reproduksjon av gamle bilder  
Digitale og analoge fotokopier  
Storforstørrelser  
Godkjente passbilder  
Stort utvalg i foto  
Rammeverksted

*Joan* FOTO

Scorgaten 4, 1440 Drøbak  
e-post: joanfoto@online.no  
Telefon 64 93 21 28

TRENGER DU ELEKTRIKER?

 **DRØBAK ELEKTRISKE**  
drobak-elektriske.no 64 93 11 64

**ALLTID PERFEKT KLIPPERESULTAT****AUTOMOWER®**

Den klipper gresset dag og natt, i regn og solskinn, slik at du har en perfekt klippet plen hver dag – og du kan bruke tiden din på andre ting.



Priser fra **10.999,-**

**VERDENsledende ROBOTGRESSKLIPPING**

**Skog og Hagemaskiner AS**

Dyrløkkebakken 3, 1448 Drøbak  
Tlf. 64 93 15 60 - 916 29 840

[www.jobu.no](http://www.jobu.no)

**UTEANLEGG AS**

- Plenbeplantning og skjøtsel
- Trapper og støttemurer
- Belegg- og natursteinarbeid
- Graving og transport
- Snømåking, strøing og feiing
- Vaktmestertjenester

Telefon: 900 71 798 • Faks: 64 90 91 37

E-post: [erlend@uteanlegg.com](mailto:erlend@uteanlegg.com)

**REMA 1000**

Dyrløkkeveien - tlf. 64 90 94 30

**SPAR-ESSET  
MAT**

- Gryteretter
- Koldtbord
- Snitter
- Kaker
- Middager



64 93 92 77 • Fax 64 93 92 37  
NÅR KVALITETEN TELLER  
[www.spar-esset.no](http://www.spar-esset.no)

**Ellingard  
Monument**

Besøksadresse Vestby:  
Ellingard Monument AS  
Verpetveien 52  
1540 Vestby  
Telefon: 22 15 55 50 Tast 1  
E-post: [monument@ellingard.no](mailto:monument@ellingard.no)

Besøk vår store utstilling i Vestby:

**Salg av gravstein  
Inskripsjoner**

Kom innom i Verpetveien 52,  
eller komponer gravstein  
på våre nettsider:

[www.ellingardmonument.no](http://www.ellingardmonument.no)

Åpningstider: mandag til fredag 08.00-16.00  
Eller etter avtale

**Heer Legekantor**

**Allmennpraksis  
Gunnar Bjerknes-Haugen**

Åpningstider:

man, tir, ons kl. 8.30-16.00, tor kl. 12.30-16.00  
og fre kl. 08.30-12.00

**Familieterapi Bente Bjerknes**

Tlf. 64 93 60 06  
[heerlegkantor.no](http://heerlegkantor.no)

*Timebestilling og resepter*

HAUER-GAARD OG GARTNERI

**LIFTUTLEIE  
16 M. TELESKOP**



Tlf: 901 74 887 / 902 08 718

# KUNSTEN Å SI UNNSKYLD

**D**a jeg bestemte meg for tema denne gangen var det med en følelse av å kaste meg ut på dypt vann. Var det mulig å formidle en «oppskrift» på å be om unnskyldning på en skarve bakside av Kirkenytt?

Det finnes ingen reinspikka fasit på hvordan be om unnskyldning, men litteraturen gir oss noen gode råd og tips. Det aller viktigste er å erkjenne at vi ikke er perfekte og at vi iblant begår «overtramp». Da trenger vi å be om unnskyldning. Da er raushet og respekt gode nøkkelord, for alle parter.

## Det er mange måter å si unnskyld på

Ulike former for unnskyldninger formidles i media eller i det offentlige ordskifte. De fleste av oss har enten bedt om unnskyldning eller mottatt en selv. Noen unnskyldninger oppleves genuine, mens andre liksom ikke «treffer» - vi tror ikke på det som formidles.

Å be om unnskyldning er komplekst og misforståelser rammer oftere enn vi tror. En unnskyldning kan være genuin, mens mottakeren opplever den annerledes. Vi må anerkjenne at mennesker ber om unnskyldning på ulike måter, og at vår egen «forventning» ikke alltid er den riktige.

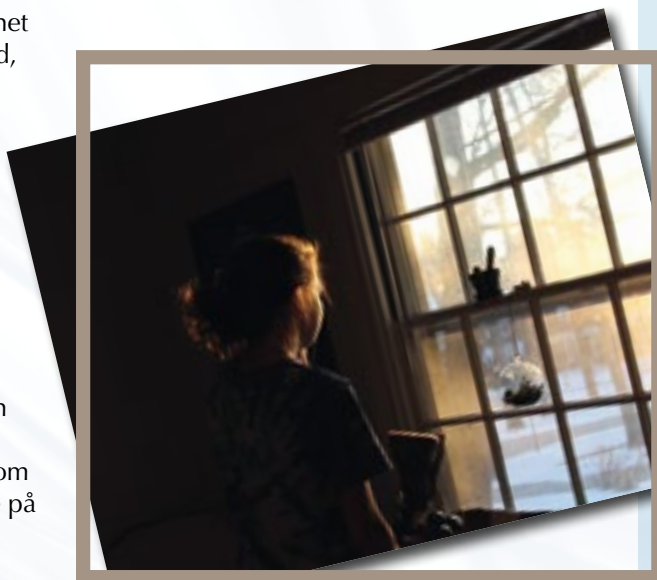
## Forsvarsmekanismer

Å erkjenne at jeg har såret et annet menneske kan være utfordrende. Forsvarsmekanismer setter inn. En av dem er å bagatellisere; «Nei, nå overreagerer du» eller «såpass må det gå an å si». En annen forsvarsmekanisme er å unnskyldte egen handling. Vi føyer til et men; «Unnskyld for at jeg ble så sint, men jeg var så sliten den dagen». Noen formulerer seg slik «Jeg beklager at du opplevde det på den måten».

For et par år siden deltok jeg på et kurs med den Kanadiske psykologen Joanna Dolhanty. Det var et lærerikt kurs, hvor hun blant annet tok opp kraften som ligger i å be om unnskyldning.

Joanna har særlig arbeidet med forholdet mellom foreldre og barn som strever med psykiske helseutfordringer.

Den legende og helsebringende kraften i å si unnskyld oppdaget hun gjennom dette arbeidet.



## En «ekte» unnskyldning

Skal en unnskyldning oppleves genuin er respekt og raushet avgjørende, fra begge parter. I noen tilfeller er det en som kanskje «åpenbart» har gjort urett, men andre ganger er det ikke like klart. Misforståelser og uenighet går dessverre ofte hånd i hånd.

Det kan ta lang tid, både å tilgi og å bygge opp fornyet tillit, for eksempel etter utroskap. Også løgner og baksnakking kan være krevende å arbeide med. Uansett starter en forsoningsprosess alltid med en genuin unnskyldning og en dyptfølt erkjennelse av hvor vondt det var for den som ble såret.

Joanna Dolhanty delte med oss sin egen «oppskrift» på en ekte unnskyldning. Jeg deler den gjerne videre.

## • Forbered deg før du tar initiativ til å be om unnskyldning.

Hva var det som gikk så galt?

Det er vanskelig å be om unnskyldning hvis du ikke er klar over hva du faktisk ber om unnskyldning for. En nyttig øvelse kan være å sette seg inn i hvordan det ville være om en annen hadde sagt/gjort det samme mot deg.

## • Fortell hva du ber om unnskyldning for.

Snakk i førsteperson. Ikke legg til forklaringer som handler om deg selv eller om hvor vanskelig du har det for tiden.

## • Si hvordan det du gjorde må ha påvirket den andre

## • Si at du angrer og at du har gjort en feil

Om vi kjenner ordentlig etter kan de fleste merke at de angrer på det de gjorde. Bruk tid på å merke dette på forhånd. Ikke bagatelliser.

## • Si hva du kunne gjort annerledes og hva du vil gjøre i framtiden.

Tenk igjennom om hvordan du kunne ha uttrykt deg/handlet annerledes. Hva kan du gjøre for å bygge opp igjen tillit og fortrolighet?

## • Anerkjenn reaksjonen du får.

Avhengig av hva du ber om unnskyldning for kan det ta både kort og lang tid før den andre aksepterer din beklagelse og våger å stole på deg igjen. En hendelse kan dukke opp igjen på nytt og på nytt. Om det skjer: ikke bagatelliser, men vær ydmyk og gi den andre tid.

Dette er ikke lett, det kan vi nok alle skrive under på. Å be om unnskyldning krever innsikt, mot og ærlighet.

*Bente Bjerknes*