

Nummer 2
2013 61:a årg



Hälsning

från Sveriges Kristna Sjukvårdsförbund

www.kristenivarden.se

**Gemenskapsdagar för kristen
vård- och omsorgspersonal**
Sid 10



**Möt Noa:
I Venezuela
förändrades allt**
Sid 3



SKSF:s styrelse: Inger Karlsson, Anita Andersson, Margréth Jansson, Vivianne Eriksson, Majken Hagvil Svensson, Barbro Fritz, Ingrid Rydell och Inga-Maj Filipsson.

K ra SKSF-vänner!

Jag startade bilen och radion gick igång. ”Vart jag mig i världen vänder, står jag h r med tomma händer, längtar efter något som kan rädda mig.” Sångaren sjöng detta om och om igen. Jag tänkte på hur många människor det  r som inte bara har tomma händer, utan känner en tomhet inom-bords. Man söker en mening med livet, men fyller på med det som inte ger någon varaktig glädje och mening, istället för att vända sig till källan Jesus Kristus, som har livets vatten att ge. Som kristen i vården känner jag ett stort behov av att få leva vid källan, där jag kan få vila och hämta ny kraft. Att få leva i gemenskap med Jesus, l sa min Bibel och kunna tala med Jesus om allt är en förutsättning för att jag ska hålla i längden och ha något att ge ut. Jag ser fram emot att Vårdbibeln blir färdig, och ber att den ska bli ett redskap och en inspirationskälla för många inom vården och omsorgen.

Lördagen den 18 maj  r Jesusmanifestationen i Stockholm. Hoppas att många av er har möjlig-het att vara med då!  r det någon som  r v rd



Margréth Jansson
ordförande
kristenivarden@telia.com

att manifesteras så är det Jesus! Det kommer att vara många olika sommarkonferenser där man lyfter upp Jesu namn, men vi kan var och en få manifesteras honom med våra liv där vi är, bland de människor vi m ter.

Gud välsigne dig i sommar där du är!

Hälsning

från

Sveriges Kristna Sjukvårdsförbund
Smedhemsv. 19, Ryd, 560 25 Bottnaryd
Tel. 072 - 215 19 92
kristenivarden@telia.com

Ansvarig utgivare

Margréth Jansson, Smedhemsv. 19, Ryd,
560 25 Bottnaryd kristenivarden@telia.com

I redaktionen

Barbro Fritz, Majken Hagvil Svensson,
Ingrid Rydell

Medlemsavg.: 200 kr/ r. Stud.:100 kr/ r
(4 nr av Hälsning ingår)

Enbart prenumeration på Hälsning: 100 kr/ r
Tidningen utkommer med 4 nr per  r
Manus till nästa nr senast den 16 augusti 2013

Gåvor sändes till

Sveriges Kristna Sjukvårdsförbund
Plusgiro 13 87 37 - 2

Hemsida

www.kristenivarden.se

I Venezuela förändrades allt

Om det nu är så att man ska bryta nacken, så är det vetligt att göra det i ett land som Venezuela. Tja, lite galghumor är det naturligtvis...

Ett liv med fart och fläkt

Jag var en kille i mina bästa år, uppväxt i en präst-familj, men jag hade mer eller mindre lämnat den lite stränga, och som jag såg det då, inskränkta världen för ett liv med fart och fläkt, fest och easy life style. Tja, tron på Gud fanns där väl någonstans bakom allt, men det var liksom inget som riktigt angick mig. Jag kunde stå på egna ben. Livet var, trots fart, utmaningar och festande hanterbart och rätt behagligt. Jag, som alltid varit nyfiken på livet, uppfinningsrik och lite av en entreprenör hade väl aldrig kunnat ana att mitt liv skulle komma att bli helt annorlunda.

Venezuela

Jag har alltid älskat att resa och kände mig lätt trygg med att röra mig i nya miljöer. Denna gång var jag på resa med en polare till Venezuela i Sydamerika. Vi bokade in oss på en katamaran som skulle gå ut för en dyktur i det kristallklara vattnet i ögruppen Los Roques utanför Venezuelas kust i Karibien. Det var optimal semesterstämning. Vi la' till med båten i en lagun, vädret var perfekt och livet var verkligen härligt. Där, bland gupande människor i det härliga vattnet, testade jag först djupet på vattnet, innan jag tänkte dyka i. Efter mycket dykning med tuber i liknande vatten

visste jag att man nästan alltid ser botten, hur djupt eller grunt vattnet än är. Vattnet var ungefär två och en halv meter djupt. Jag klättrade upp på katamaranen igen för att dyka från samma ställe. Vad jag inte märkte, var att någon under tiden jag klättrat upp på båten hade dragit i förtöjningslinan till ankaret och flyttat katamaranen flera meter. När jag så dök, var vattendjupet knappt en meter.

Jag visste att jag hade brutit nacken

Jag slog i botten och låg en rätt god stund helt stilla, fullt medveten, stirrande mot botten.

Märkligt nog visste jag direkt att jag hade brutit nacken. Detta var några år efter att Christopher Reeve, som spelat Stålmannen, varit så omskriven i media i samband med att han bröt nacken, så för mig fanns ingen tvekan om vad som hänt. Jag visste också att om det var högt uppe på andra, tredje kotan, slås andningen ut så jag funderade på var mitt nackbrott var. Det kunde jag ju inte kontrollera, eftersom jag befann mig under vatten. Det är nästan komiskt hur klartänkt man kan vara i en sådan situation. Min kompis hade tagit foto på hoppet och höll på att plocka ner min systemkamera i väskan, men när han märkte att jag inte kom upp, hoppade han ner i vattnet och drog upp mig. Katamaranen var fullbokad men av någon okänd anledning hade två venezuelanska läkare tidigt samma morgon tjatat sig till två platser på katamaranen, för att



Noa, ansvarig för media på Youngsters, fd barn-OAS. Se www.youngsters.se

komma ut och få avkoppling. Det blev dessa två läkare som gav första hjälpen och som stabiliserade mitt huvud med sandsäckar.

Be till Gud för mig

Man slog på båtmotorerna och gick för full maskin in mot en av öarna. Jag flögs med första startklara plan direkt till huvudstaden Caracas. Väl i Caracas slussades jag snabbt vidare till en specialklinik. Det var en av läkarna från båten som följde mig hela vägen dit. I det här läget funderade jag en hel del. Nu fanns det ingen tvekan om vem jag skulle vända mig till. Jag till och med bad min kompis att be till Gud för mig. Det märkliga är också, att när något sådant här händer, när det är frågan om själva livet, att finnas eller försvinna, då trängs allt annat som annars verkar vara så viktigt helt undan. Det är liksom bara livet allt gäller. Det andra existerar bara inte. Det har inget värde mer.

Jag kunde inte andas längre

Innan jag hade pratat med någon läkare, svävade jag i ovisshet. Jag ville gärna tro att det hela skulle gå bra men samtidigt kände jag mig väldigt utlämnad. Efter röntgen konstaterade man att skadan låg mellan kotorna C4 och C6. Läget var så kritiskt att mitt försäkringsbolag betalade för att två av mina syskon fick komma över vilket var till stor tröst och hjälp. Det visade sig snart att man var tvungen att stelooperera eftersom den femte kotan var helt krossad. Man satte in två titanplåtar längst bak i nacken och steloopererade från C4 till C6. Det var på självaste nyårsafton, ett och ett halvt dygn efter dykolyckan när man hade kollat upp min försäkring, som jag hamnade på operationsbordet. Efter operationen fick jag en lungkollaps tillika på eländet. Jag kunde inte andas längre, utan blev kopplad till en respirator. Andningsfunktionen var ju redan tidigare väldigt svag. Medan jag låg där, och liksom inte kunde annat än bara ligga, var jag med om något mycket märkligt, något som inte får finnas på svenska sjukhus, men som var en del av inställning och mentalitet i rehabiliteringen på sjukhuset i Venezuela. När man fortfarande inte visste om jag förstod spanska eller bara engelska, satt sköterskorna bredvid min säng och bad för mig, och läste högt ur Psaltaren i Bibeln. De läste både på engelska och spanska för säkerhets skull... Klimatet på sjukhuset var varmt, hjärtligt och den andliga delen av människan togs verkligen på allvar.

Där vände allt

Den första natten jag skulle andas utan respirator,

var varje andetag så smärtsamt och tungt, att jag förstod att det nu gällde vinna eller försvinna. Jag var övertygad om att jag inte skulle komma att överleva tills gryningen, men den natten blev en brytpunkt för mitt liv, både rent fysiskt men även andligt. Under det att jag låg och kämpade med varje andetag, som jag trodde skulle komma att bli mitt sista, mitt i detta oerhörda mörker, hör jag plötsligt en röst och ser en ljus gestalt, som jag upplever vara Jesus, som säger, att det inte är dags än för mig att lämna livet. Där vände allt.

Ett krasst besked

Efter en månads tid på sjukhus i Venezuela flögs jag hem. Jag kördes till Sahlgrenska. Kontrasten var enorm. Svenska sjukhus är ju med sina faciliteter och utrustning vida överlägsna många sjukhus runt om i världen, men det som slog mig var den enorma kylan, effektiviteten och sakligheten. Allt var väl ordnat, men den andliga dimensionen, som varit en sådan naturlig del i min sjukhusvistelse i Venezuela, fanns överhuvudtaget inte. Visst var det skönt att vara i Sverige. Mycket var så mycket enklare, och familj och vänner fanns där, men det lite kallare och medicinskt professionella uttalandet att jag aldrig skulle komma att kunna gå mer kändes så krasst. Trots att det är bra med klarhet, blev jag väldigt nedslagen av det så direkta och hårda beskedet. Det var inte så att man inte talade om det utfallet i Venezuela, men man poängterade ofta att Gud kan göra under!

En tuff väg tillbaka

Min första sjukhusvända i Sverige kom att bli fjorton månader lång, men det var först när jag skulle ut i ”vanliga livet” igen som den stora krisen kom. Det blev några år av kamp och vända innan jag 2008 tog ett viljebeslut. Då kände jag att jag måste få ordning på mitt liv. Det var också det året jag fick kontakt med barn OAS, nuvarande Youngsters, ett arbete bland barn och unga med gott om rock ´n´roll och Jesus inom svenska kyrkan. Jag kom in i en helt ny vänskapskrets och livet fick liksom mening igen. Allt var inte enkelt efter det, men livet tog en ny vändning och kändes meningsfullt igen.

Det är rätt spännande också att ”Guds Ord aldrig återvänder fåfängt” (Jes. 55: 10-11). Det frö jag fick med mig som barn har ju faktiskt fått växtkraft!

* En förkortad version av Noas vittnesbörd som kommer att finnas med i VårdBibeln.

Noa Andersson

En dröm blir verklighet

Hem för vård och boende på kristen grund. En Andlig/ Kristen inriktad behandlingsmodell är godkänd av Socialstyrelsen.

Vikten av andlig varudeklaration i vård och omsorg är en mycket stor fråga för många kristna som arbetar inom vården. Meningen är inte att tala emot rätten att använda metoder som har ett andligt ursprung utan mer om rättigheten för patienten att få veta dess andliga bakgrund, samt få erbjudande om en metod som är i enlighet med den egna tron.

I ljuset av detta så är det viktigt att vi står upp för vår rätt till vårdalternativ på kristen grund och därför behöver vi arbeta aktivt på att skapa dylika alternativ.

Redan 1987 började jag arbeta med dessa frågor och anordnade konferenser för sjukvårdspersonal. Läkare kom från olika delar av världen för att inspirera kristen vårdpersonal att ge utrymme för den kristna tron inom vården.

Vi anade vid den tiden att något nytt var på väg in i vårdsektorn. Att den österländska andligheten skulle få ett allt större utrymme och att de kristna alternativen skulle trängas undan mer och mer.

Redan 1991 började planer ta form om ett sjukhus på kristen grund, men många av dessa lades undan p.g.a. olika omständigheter.

Självt började jag arbeta med att utforma en kristen självvårdsmodell 1988, och det har tagit mig många år att på ett pedagogiskt och praktiskt sätt presentera en biblisk förankrad självvård för rehabilitering och psykiatrisk/neuropsykiatrisk behandling. Den s.k. 7-steps modellen som nu är godkänd av socialstyrelsen som en Andligt inriktad/Kristen självvårdsbehandling (oktober 2012) för HBV hem.

Bakgrunden till modellen/programmet är den självvårdsutbildning som startades 1987, genom församlingen Arken i Kungsängen, som också grundades av mig och min man Gunnar Bergling. En Nordisk självvårdsutbildning som under åren har utbildat ca 100 elever varje år i ett treårigt program. Vår bakgrund är tjänst i Lutherska kyrkan som präst och diakonissa. Jag har också en fil.kand. utbildning på Uppsala Universitet med fördjupning i sociologi och kriminologi, (motsvarande socionomutbildning), samt en i Sverige icke godkänd utbildning på ett kristet universitet

i USA.

Redan tidigt såg jag att behovet var stort bland dem som var i behov av stöd och hjälp och 1994 startade jag ett ettårigt program som heter Upprättselinjen/Hälsosteget. Till detta program kommer 80-100 personer varje år. Till programmet är kopplat eftermiddagsaktiviteter i grupp som motion, inre bön, dans, matlagning och kreativt skapande. För en mindre grupp med större behov breddades programmet i både omfattning och innehåll. Det var främst för denna grupp som tanken om ett HBV-hem växte fram. Dessa människors behov var större och vår bedömning var att den gruppen behövde stöd och behandling dygnet runt med utbildad och anställd personal.

Flera år tidigare hade jag startat vårdbolaget Hälsosteget AB och olika studier och undersökningar startade för att se hur självvårdsprogrammet påverkade klienternas hälsa. Områden som undersöktes var bl.a. stress, sömn, ångest och depression.

En liten mottagning startades också för att ge läkarkontakt och hjälp med medicinering. Hälsoöversikt psykiater, överläkare Mikaela Blomquist-Lyytikäinen ansvarar för dessa patienter.

Nu startar vi ett hem för vård och boende på kristen grund. Sjöhamra HBV-hem finns nu på Sjöhamra gård utanför Åkersberga. Gården ligger naturskönt nära skog med sjötomt och egen brygga. Godkännandet gäller 15 boende. Förutom boende och träning av vardagliga färdigheter får varje boende ett individuellt behandlingsprogram genom Hälsosteget och 7-steps programmet.

Vi har fått socialstyrelsens godkännande med behandling på ”tre ben”:

1. Andligt/Kristen inriktad självvårdsbehandling
2. Träning i vardagliga aktiviteter
3. Psykiatriskt stöd, behandling och medicinering

Personalen består av föreståndare (socionom), sjuksköterska med psykiatrikompetens, behandlingsassistenter, konsulterande psykiater, arbetsterapeut och sjukgymnast. För gruppaktiviteter anlitar vi bildlärare, musiker etc.

Vi behöver tillsammans arbeta aktivt för att uppmuntra varandra att våga ge uttryck för den kristna tron, dess värdegrund och den kristna människosynen i vården.

Bibeln och Jesu budskap – en ständig och pålitlig inspirationskälla

Ingen har betytt så mycket för de bärande tankarna i dagens sjukvård som Jesus Kristus. Exemplet från evangelierna – t ex den barmhärtige samaritanen i Jesu liknelse, alla under med bot om sjukdomar av olika slag, och den gyllene regeln ”Allt vad ni vill att människorna skall göra för er, det skall ni göra för dem” – är och förblir ledstjärnor av tidlös valör för all sjukvård och läkekonst.

Som läkare möter man inte sällan situationer där hopplöshet, uppgivenhet och livsleda kommer till uttryck. Hoppet som kan bära genom motgångar och sjukdomsprocess, och ytterst hoppet om evigheten och himmelriket. Som läkare är vi kallade att ibland bota, ofta lindra och alltid trösta. Till det sistnämnda krävs en genomtänkt och uthållig människosyn, och för att förmedla hopp och tröst är Bibeln och Jesu budskap en ständig och pålitlig inspirationskälla. Den är tillgänglig för alla som har eller söker en tro.

Kunskap, fakta, reproducera vetenskapliga resultat bildar en viktig och nödvändig bas för läkekonsten. Men enbart de rationella argumenten räcker inte ända fram, när vi möter människor som på grund av sjukdom och svaghet är utsatta och behöver vårt stöd.

Den kristna tron erbjuder en människosyn som legat till grund för en barmhärtig, jämlik och humanitär vård. Det är min förhoppning att den grunden ligger kvar och att vi orkar försvara den i vår tid.



Tomas Seidal

Klinikchef på klinisk patologi och cytologi i Hallands sjukhus i Halmstad, Vice ordförande för Kristna läkare och medicinstudenter, KLM

Från Jesusmanifestationens hemsida. Tryckt med tillstånd.

forts. fr. s. 5

1991 startade vi ett kristet rehab för människor med psykisk ohälsa, också godkänd av Socialstyrelsen, men behandlingsmodellen var inte tydligt grundad på den kristna tron.

Jag upplevde att en tydlighet behöver finnas om den andliga bakgrunden och det var med stor förhoppning som jag vände mig till Socialstyrelsen för ett godkännande av en modell med kristen förankring.

Detta godkännande ökar också möjligheten för oss alla som arbetar med människor att kräva att få andlig information om även andra metoder som nu används i vården som yoga med meditation i olika former, mindfulnessmeditation, qi-gong o.s.v.

Ofta presenteras de metoder som har sitt ursprung i österländsk andlighet som ”ett förhållningssätt till livet” och en väg till förbättrad hälsa.

Kristendomen visar också på att tron har en positiv effekt på livet som helhet.

Många studier har faktiskt visat att tron har stor betydelse för en persons tillfrisknande, att

den påverkar hälsan både för kroppen och själen på ett positivt sätt.

Även om man just nu har svårt att hitta vetenskapliga bevis på att bön har effekt håller jag det inte för omöjligt att vi i framtiden kommer att hitta vägar och metoder att påvisa detta. 7-stegmodellen är ett försök att ge konkreta verktyg för kristna i vården.

När det goda budskapet från himlen presenteras genom Jesus så ser vi tydligt att den andliga vården sätts i centrum, där de existentiella frågorna får sin tydliga plats. Men det är också viktigt att se att i mötet med Jesus så läks förkrossade hjärtan, frihet och läkedom förmedlas till hela människan.



Linda Bergling

Grundare Hälsolövet AB och det ettåriga upprätelseprogrammet Hälsosteget samt 7-stegmodellen.
www.halsolovet.se



Hur bön fungerar när det verkligen gäller

Sveriges kristna måste förstå att bön är något mer än meditation, stillhet och tystnad framför levande ljus, med ikoner och rökelsedoft. Den formen har sin betydelse, men när det verkligen gäller allvar, då måste bön fungera på det sätt som när Jesus bad. Därför ska vi lägga märke till när Jesus bad i Getsemane.

1. *Du och jag måste vara lika starkt motiverade som Jesus*

a/ Det gällde frälsning för människor som utan korset aldrig skulle bli försonade med Gud

b/ Det behövdes styrka för att möta all fysisk smärta och att bli förrådd och helt övergiven (Matt 26:21, 26-28, 43).

2. *Du och jag är lika beroende som Jesus, av bönegemenskap*

”Stanna kvar här och vaka med mig” (Matt 26:38)

3. *Verklig förbönstjänst är att vara delaktig med dem man ber för*

Jesus blev ”gjord till synd”, som ett skuldoffer i ett ställföreträdande lidande

4. *Bön är att engagera hela sin personlighet, vilja, förstånd och känsla.*

Jesus hade ångest, svettades blod, (Luk 22:44, Hebr 5:7).

Bönens historia beskriver två skilda vägar, den kontemplativa, stillheten, den inre uppbygggnaden, som är viktig. Väckelserörelsernas bönehistoria skildrar dramatik, resultativer, att påverka världen till förändring.

5. *Genom bön kan vi ledas in i samverkan med heliga änglar,*

liksom Jesus blev styrkt av en ängel från Gud (Luk 22:43)

6. *Lägg märke till vilken andlig kraft som manifesterades genom Jesus*

när han mötte fienderna (Joh 18:4-8, Luk 22:51)



Stanley Sjöberg
Pastor

Vi ber och tackar tillsammans

Tacka för:

- Jesu seger och att vi får vara på segrarens sida
- alla kristna inom vård och omsorg
- alla som är ljus och salt i sin vardag
- korset i våra flaggor
- alla våra trogna medlemmar i SKSF

Bed för:

- gemenskapsdagarna som SKSF arrangerar på Fjällsätra 29/8-1/9 2013

- arbetsplatser inom vård och omsorg, att det ska fungera med vikarier o.s.v. i sommar
- VårdBibeln
- Jesusmanifestationen i Stockholm 18 maj 2013
- alla sommarkonferenser, att många människor får personliga möten med Jesus
- sponsorer, fler gåvogivare, så att vi kan satsa mer och gå vidare med de visioner vi har

Frukostmöte för kristna inom vården

Lördagen den 16 februari hölls ett frukostmöte i Umeå för kristna inom vården. Det var anordnat av KLM – Kristna Läkare och Medicinstudenter samt SKSF – Sveriges Kristna Sjukvårdsförbund. Tillresande var Nils Svensson Tidaholm, styrelsemedlem i KLM, samt hans hustru Majken. Från Bottnaryd kom Margréth Jansson, ordförande i SKSF. Studentrepresentant för KLM var Sini Vaali från Vasa.

Medverkande var även Stefan Söderberg, kardiolog och forskare, och Sven Arne Silferdal, barnhälsovårdsläkare. (De har arbetat i Tanzania respektive Centralafrika).

Till vår glädje var vi ca 37 personer, både unga och gamla.

Det är gott att höra av dem som varit med ett tag, hur Gud leder och att Hans nåd är stor.

För mig var det positivt när Sini berättade hur

studentföreningen försöker nå de studenter som kommer nya till en studieort. Hur lätt är det inte att tappa tron i allt det nya som möter. Själv har jag erfarenhet av detta och hur positivt det var när andra kristna på sjuksköterskeskolan såg mig och inbjöd till en kristen gemenskap.

Margréth Jansson presenterade SKSF. Hon poängterade hur viktigt det är att bli väl bemött som anhörig. Hon tog även upp bönetrion som jag tycker är ett utomordentligt sätt att mötas i bön.

Sedan var vi några som fortsatte till sjukhusets andaktsrum. Där fick vi lägga fram sjukhuset, vårdpersonalen, patienter och anhöriga inför Gud. Vilken möjlighet.

Som avslutning på denna fina dag, fick vi göra studiebesök på akuten. Där blev vi guidade av överläkare Anders Törnell. Hans entusiasm över akutmottagningen var stor, så glädjande att möta en så engagerad läkare. För mig som arbetat länge i vården, var det mycket intressant att få se hur akutvården fungerar.

Så kunde vi avsluta dagen, tacksamma för all den uppmuntran Gud vill ge både de som arbetar inom vården och de som ej är aktiva. Allas böner behövs så väl för vår sjukvård. Bön kan förändra mycket som vi ser som stora berg. Nu får vi hoppas att det blir ringar på vattnet efter detta möte.

Låt oss alla fortsätta att bedja om kraft och gemenskap för all kristen personal inom vården.

Ett tack också till Eivor Holmlund som varit ett välsignat stöd och hjälp för detta möte.

Margareta Munther Lindberg



Delar av programmet:

Kl. 09:00 Förbön i S:a Clara Kyrka

Kl. 10:30 Citykyrkan i Stockholm

”Jesus i vård och omsorg”

”Mötet med österländsk andlighet”

Medverkande: Linda Bergling, Siewert Öholm, Gertrud Storsjö, Tomas Seidal, Lisa Birgersson, Margréth Jansson, Maria Christensson och Mikaela Blomqvist-Lyytikäinen

Kl. 13:00 Samling och formation av vandringsståget i Kungsträdgården

Kl. 13:30 Start av bönevandringen

Kl. 15:00 Gudstjänst i Kungsträdgården med bön för landet

För mer information: www.jesusmanifestationen.se

Som kristna behöver vi grundligt sätta oss in i rötterna

Behovet av ett lugnare livstempo och av att stanna upp och reflektera har gjort att begreppet ”medveten närvaro” eller mindfulnessmeditationen får allt större utrymme inom den psykiatriska vården och i primärvården. Den förs bland annat in i läkarutbildningar, i skolor och i företagens personalvårdande arbete. Därför är det viktigt att ta reda på fakta om denna metod som nu tas emot på ett så uppseendeväckande och okritiskt sätt i vårt samhälle. Det kan bli för många en väg in i en annan religion och andlighet utan man hade tänkt sig det eller menat det.

De starkaste förespråkarna för införandet av mindfulness i Sverige gör ingen hemlighet av att mindfulness har sina rötter i buddhistisk andlighet. Dr Ola Schenström avslöjar i en av sina skrifter *Här & nu* att den buddhistiska meningen med mindfulness är att hitta buddha-naturen i oss. Hur många av dem som blir rekommenderade mindfulness i vård, skola och personalutbildningar får veta det?

De kända författarna och psykoterapeuterna Anna Kåver och Professor Åsa Nilssonne är varma förespråkare för mindfulness trots att Anna Kåver i sin bok *KBT i utveckling* skriver att ”de gamla landvinningarna (inom KBT) fortfarande är fullt dugliga och vetenskapligt har mer på fötterna vad gäller påvisade behandlingseffekter.” Trots det arbetar de på att få in mindfulness i full skala i psyk-, kropps- och friskvård. De är helt på det klara med de buddhistiska rötterna och tror att just de kan leda till utveckling för människor.

År 2005 hölls en kongress om kognitiv psykoterapi i Göteborg dit också Dalai Lama var bjuden. Verksamhetschefen för Center för Kognitiv Psykoterapi, Astrid Palm Beskow, menade att orsaken till att Dalai Lama var inbjuden var att man redan hade buddhistisk andlighet i psykoterapin, men att man ville ha mer av det, därav inbjudan till Dalai Lama.

Som komplement till mindfulness-metoden rekommenderar man också yoga, pilates och buddhistisk meditation. Själva mindfulness metoden då man försöker få en patient att stanna

upp och bli uppmärksam på känslor och tankar och sin andning kan låta oskyldigt till att börja med, om man inte känner till den buddhistiska andligheten eller hur den tar sig uttryck. Men mer och mer förs patienten in i ett buddhistiskt tänkande som förstärks av yoga-övningarna och meditationen.

Mindfulness liksom buddhismen är en metod till självhjälp där det gäller att hitta rätt teknik för att kunna stoppa inflytanden utifrån, samt att inte heller ta egna tankar och känslor på allvar, ”bara låta dem komma och gå” vilket inte är så oskyldigt som det låter.

Många av människors problem har sin rot i de existentiella frågorna, som mindfulness inte har några svar på. Psykoterapeut Anna Kåver medger att mindfulness inte har svaret på alla problem. Hon hänvisar istället till det kristna kärleksbudskapet som något som kan hjälpa människor.

Även dr Andries Kroese i Norge som också är en varm förespråkare av mindfulness medger att det inte är svaret på alla problem och lidanden. Så varför rekommendera buddhism som inte har några svar?

En del av de terapeuter och vårdpersonal som rekommenderar mindfulness och yoga är själva bekännande buddhister och har därför inget intresse av att visa på den kristna tron som en kraft att räkna med.

Som kristna behöver vi grundligt sätta oss in i rötterna till allt detta. Vi behöver bli klara över innehållet i varudeklarationen och tydliggöra detta för människor som arbetar i vård, omsorg, skola och personalutbildningar.

Gertrud Storsjö

Gertrud har arbetat i flera år inom missionen och studerat buddhism och hinduism på nära håll. Hon har precis kommit ut med en bok som heter Buddha eller Kristus. Gertrud förklarar på ett kunnigt sätt skillnaden mellan Jesus och de österländska religionerna. Hon hjälper kristna inom vården att förvalta evangelium i en mångkulturell tid.

Från Jesusmanifestationens hemsida. Tryckt med tillstånd.

Glimtar från SKSFPs årsmöte i Stockholm

Lördagen den 16:e mars möttes vi i Elisabetgården som tillhör Frälsningsarmén. En trevlig plats som ligger centralt vid Odenplan, så det var enkelt att ta sig dit.

Vi blev väl mottagna och gemenskapen började vid kaffeborden. Därefter fick vi lyssna till en informativ och givande föreläsning av Gertrud Storsjö. Hon har en bred erfarenhet av österländska religioner, då hon arbetat bland människor i många länder med dessa läror. I vårt land är många godtrogna och menar att mindfulness och yoga är harmlöst. Hon varnar kristna för att ägna sig åt sådant.

Efter lunch hölls årsmötet där årsberättelsen, skriven av ordföranden Margréth Jansson, lästes upp liksom en ekonomisk redogörelse av kassören Inga-Maj Filipsson. Styrelsen omvaldes. Vi samtalade om några olika frågor. Bland annat om att delta i Jesusmanifestationen 18 maj i Stockholm.

Så ser vi fram mot att mötas till Gemenskaps-



Gertrud Storsjö.

dagar på Fjällsätra, Undersåker i slutet av augusti. Då hoppas vi bli en stor skara som vill vara med.

Inger Karlsson

Program för Gemenskapsdagar på Fjällsätra, Undersåker 29 aug – 1 sept 2013

”ETT HÅLLBART LIV”

Torsdag den 29 augusti

Kl. 16:00 Incheckning
 Kl. 17:30 Middag
 Kl. 18:30 Bön och lovsång
 Kl. 19:00 Anders Silfverdal sjunger och talar

Fredag den 30 augusti

Kl. 08:00 Frukost
 Ca kl. 10:00-16:00 Bussutflykt till Njarka sameby, Tännforsen mm.
 Mer exakta tider och upplägg för utflykten får vi veta på plats
 Pris för utflykten är beroende på hur många som följer med (ju fler desto lägre kostnad per person.)
 Kl. 17:30 Middag
 Kl. 18:30 Kvällsamling: Urban Widholm medverkar

Anders Silfverdal är sjukhuspastor i Östersund, trubadur och driver ett bussbolag där han själv är både busschaufför och guide.

Lördag den 31 augusti

Kl. 08:00 Frukost
 Kl. 09:00 Bön
 Kl. 09:30 – 12:15 Olof Holmgren talar
 Avbrott för Frukost / kaffe
 Kl. 12:30 Lunch
 Em: Fri tid för promenad och avkoppling
 Kl. 15:00 Kaffe (självservering)
 Kl. 17:30 Middag
 Kl. 18:30 Kvällsamling. Olof Holmgren talar och visar vackra naturbilder

Söndag den 1 september

Kl. 08:00 Frukost
 Kl. 10:00 Gudstjänst. Nia Lindström m fl
 Kl. 12:00 Lunch

OBS! Vi reserverar oss för ev. justeringar av programmet. Av hänsyn till våra vänner som har allergi eller överkänslighet, ber vi er att inte använda parfymer dessa dagar.

Fjällsätra

Från början var Fjällsätra en timmerloge. Den timrades av bröderna i Håll någon gång på 30-talet. Logen såldes sedan för 12 000 kronor till två damer, som omvandlade höladan till ett pensionat. En europé från alperna inköpte pensionatet strax innan andra världskriget. Sefrid var gift med Manne-rheimsslåkten. Många finska barn var på Fjällsätra under kriget. Efter kriget såldes anläggningen till en stiftelse i försäkringskassan. Fjällsätra drevs som konvalescenthem. Gästerna kom framför allt från mellannorrland. Detta drevs

fram till 1993 då anläggningen sattes i konkurs. Sjukvården förändrades bland annat genom ädelreformen och anläggningar i detta format tappade mark.

1971 byggdes Fjällsätra på med betongdelen och utökades rejält. 1997, i januari månad, inköptes fastigheten och ombildades till ett aktiebolag. Det var paret Solweig och Urban Widholm som gick in i ansvaret att utveckla hotell och vandrarhemmet. www.arefjallsatra.se

Urban Widholm

Urban är uppväxt i frikyrkomiljö och har jobbat som förkunnare i många församlingar över hela landet. Han är en löpare av rang som under årens lopp gjort sig känd för att genom att springa uppmärksamma nödställda runt om i världen och genom detta samlat in drygt 30 miljoner kronor som fördelats på olika projekt.

Urban är radioentusiast och har varit radiopionjär och sänt sedan närradio blev tillåten 1979. Han har också kommit med idéerna till den rörliga studion och enkla radiosändningar som används på Radio Åredalen.

Sedan 1997 driver han tillsammans med sin fru Solweig anläggningen Åre Fjällsätra.



Mat och Logi

Hjelpension 29 augusti – 1 september 2013

Kostnad för söndagslunch och bussutflykt är ej inräknad.

Del i dubbelrum på hotellet: 2135 kr

(enkelrumstillägg: 180 kr/natt)

Ingår sänglinne och handdukar

Del i flerbäddsrum på vandrarhem: 1670 kr

Ingår ej sänglinne och handdukar

Konferensavgift/Anmälningsavgift

(ska täcka SKSF:s kostnader för konferensen)

Betalas in på SKSF:s plugsiro: 13 87 37 – 2 i samband med anmälan

För medlem i SKSF: 250 kr

För icke medlem i SKSF: 300 kr

Olof Holmgren

Olof brukar uppfattas som en levnadsglad, positiv och diplomatisk relationsbyggare, med natur och musik som största intresse. Han kommer från början från Arjeplog, har samiskt påbrå och har jobbat med församlingsverksamhet under åren 1982-1992, då också hans intresse för ledarskap väcktes ordentligt. Intresset tog han med sig in i nästa stora utmaning, hotell- och turistbranschen, där det blev 10 år i skiftande regioner i landet. De sista åren gjordes i Åretrakten, där han och hans fru numera är bosatta.

Han har alltså under många år varit intresserad av frågor omkring ledarskap och samarbete, vilket också är det han sysslar med allra mest inom ramen av sitt företag, Livsrum Led & Ledarskap, som han driver tillsammans med sin fru. Han arbetar även som affärsrådgivare på deltid åt statliga Almi Företagspartner. Övrig tid guidar han på fjället, därav ordet Led i företagsnamnet, genomför musikframträdanden eller olika former av församlingsrelaterad verksamhet. Vill du veta mer kan du gå in på hans hemsida: www.livsrum.biz



Anmälan senast 28 juli 2013

via telefon till Barbro Fritz: 0380- 40246 eller

via e-post till SKSF: kristenivarden@telia.com

eller via brev till:

Sveriges Kristna Sjukvårdsförbund

Smedhemsvägen 19, 560 25 Bottnaryd

B-POST

Begränsad Eftersändning

Vid definitiv eftersändning återsändes försändelsen med den nya adressen till:



Textorama
Box 427, 573 25 Tranås

Nia Lindström, sjuksköterska, Huskvarna

2 frågor

Hur har du firat påsk i år?

Tillsammans med fem andra kvinnor från Pingstkyrkan i Huskvarna var jag med på en kvinnokonferens i Kenema, Sierra Leone, Väst Afrika. Ca 230 deltagare kom från Sierra Leone, Liberia och Guinea. Det var mycket sång och dans, långa sessioner, kryddstark mat och 36 grader varmt i skuggan. Största upplevelsen var nog ändå att få träffa så många kvinnor från fattiga och svåra förhållanden men ändå så otroligt starka och brinnande för Gud. (Sierra Leone har världens lägsta levnadsstandard och 70 % av kvinnorna är analfabeter.) Konferensen handlade om hur vi kan vara effektiva i vår tjänst för Gud. Jag hade privilegiet att få vara en av talarna på konferensen och predikade från Josua 1:8. Gud befälde Josua att alltid tänka på Guds lag för att kunna göra därefter, och detta gäller även för oss troende idag, om vi ska ha framgång i det arbete vi gör för Gud. På lördagen var vi ute på en evangelisationsmarsch och predikade påskens budskap om Guds kärlek till alla människor.

Vad betyder påskens budskap för dig?

Det är det största någonsin! Gud älskade alla människor så mycket att han sände sin ende son



Nia (mitten) tillsammans med två av konferensdeltagarna.

Jesus Kristus till jorden och lät honom dö på ett kors för att betala för våra synder med sitt blod. Jesus tog straffet vi förtjänade, för att vi skulle bli frikända! I hans sår finns det helande för oss! Han behandlades så illa, men protesterade aldrig och sade ingenting till sitt försvar då han fördes bort med våld och dömdes orättvist. Han själv hade inte gjort något brottsligt. Tänk, detta gjorde han för mig! Det är väl stort!

KFH Norge Landsmöte 2013

Viken FHS. Gjøvik 27-30 juni

Tema: "En uforanderlig Kristus i en foranderlig verden"

Huvudtalare: Rune Andreassen, pastor i Vestre Toten Frikirke Raufoss

Gjøvik by ligger vid Mjøsa, ca 4 mil söder om Lillehammer.

Påmeldingsgebyr kr. 250.

Pris for hele landsmøtet kr. 2 585 per person i dobbeltrom.

Pris for hele landsmøtet kr. 3 035 per person i enerom.

Det er begrenset antall enkelrom, og vi skal prøve etter beste muligheter å møte dine behov.

Påmelding sendes til: Kristen Forening for Helsepersonell, Hegdehaugsveien 5 A, 0352 OSLO

Program och mer information hittar du på SKSF:s hemsida: www.kristenivarden.se