



Diakonhjemmet

Diakonveien 14, 0370 Oslo

22 45 15 00

www.diaconhjemmet.no



Adventsmeditasjoner

Se, sporene i snøen er helt ferske!

*Noen er ute for å hente juletre. Da er det sporene
etter noen som er på vei mot jul.*



*Og hvis du blar videre, kan du få øye på flere
spor som mennesker har satt etter seg. Det er
spor i snøen, på stiene, i gatene, i husene,
og det er spor i hender, i hjerter og i ansikter.
Kan du finne dem?*

SPOR – I TAKKSEMD OG GLEDE

Dette adventsheftet har spor som tema både i kunst og skrift. Sterke bilete av kunstnaren Stian Hole og tekst av Sindre Skeie saman med korte meditasjonar frå tilsette og studentar, fortel om møte mellom menneske – møte som har sett varige spor. Då eg nyleg rydda i papir heime, kom eg over spor av takksemd frå ein tvangsarbeidsleir i tida etter andre verdskrigen. Landssvik hadde stilt menneske utanfor samfunnet, men prestenesta far min fekk stå i, sette varige spor og gav dei nytt frimod. Dei skriv:

«No bed vi Gud at han vokster gjev,
nådig å signa ditt såmannsstrev.
Einast i bøn kan vi venta få sjå
nikkande kornaks på høgrest strå.»

Spor av takksemd som gled meg, knappe 70 år etter dei vart skrivne. Eg fann dei, elles hadde spora snart vore utviska. Vi feirar snart jul – varige spor som har stått seg i meir enn 2000 år – spor etter han som kom med eit løfte om fred mellom alle menneske.

Varige spor som gjer at vi også i år kan ynskja kvarandre ei signa julehøgtid.

Idar Magne Holme
Forstandar/administrerende direktør
Diakonhjemmet





*Gled deg til du skal spise dem,
de nystekte pepperkakene og kakemennene,
gled deg til du skal henge dem på juletreet,
papirkurvene, garnnissene og filthjertene,
gled deg til du skal åpne dem,
de hemmelige gavene fra mennesker
som bryr seg om deg,
gled deg, du som venter på noe godt,
og si ordene stille for deg selv:
Snart, snart skal det skje!*

TO FASTE KONTAKTER

Som fersk turnuslege i psykiatrisk poliklinikk gikk jeg alltid grundig gjennom pasientens sykehistorie og livssituasjon, også når de kom til vanlige kontroller. Spørsmål knyttet til pasientens nettverk var intet unntak.

Da jeg spurte en eldre mann om hvem han hadde kontakt med, svarte han: – Gerd. Ja, også hun som kommer og vasker hos meg, da.

Gerd var psykiatrisk sykepleier og pasientens kontaktperson i poliklinikken. Pasientens nettverk besto altså av to faste kontakter i hjelpeapparatet.

Dagene mine kan være travle – både på jobb og i fritiden. Jeg har mange gjøremål og treffer stadig kjente og ukjente mennesker. Noen har jeg kontakt med over tid, andre møter er hastige. For noen av de menneskene vi treffer i det daglige, er vi en stor del av det sosiale nettverket.

Den danske filosofen og teologen Knud E. Løgstrup skriver: «Den enkelte har aldri med et annet menneske å gjøre uten at man holder noe av dette menneskets liv i sine hender.»

Margrethe Stensson

overlege ved enhet 2, Tåsen alderspsykiatri
Diakonhjemmet Sykehus



MØTET – DIKTET – GRÅTEN

Du satte deg ved siden av meg på togstasjonen.
Jeg ventet på toget hjem. Du var sliten, hadde vært ute
en god stund, sa du hadde sovnet og blitt med toget for
langt. Du frøs. Fikk låne jakka mi.

Du dro opp noen dikt av sekken din,
spurte om jeg ville høre.
«Tja, jo,» sa jeg.

Ditt ene dikt gikk rett i ryggraden min.
Det var som om du ble brukt av noen der oppe i himmelen
for å fortelle meg at alt var bra, at livet går videre, og jeg
begynte å gråte – endelig klarte jeg å gråte.

Jeg fikk fortalt deg at jeg hadde mistet noen for ikke så
lenge siden, mens jeg hang på din skulder og gråt.

Takk, min ukjente diktoppleser, takk til gode engler,
vår gode Herre eller hvem vi har med oss.
Det var så godt å få gråte.

Nancy Larsen

omsorgsarbeider, Sagenehjemmet

*Kunne dette ha skjedd? Et ungt par holder til i en
flyktningleir. Hun er gravid, han ble hardt skadd
på flukten fra voldsmennene som herjer og ødelegger
hjemlandet deres. Nå har de søkt om lov til å få bo
i et annet land.*



*En dag kommer en representant fra dette
landet og forteller at søknaden er avslått, fordi
det ikke finnes kapasitet til å gi et langvarig
medisinsk tilbud til mannen.*

*– Men vi har aldri bedt om et medisinsk tilbud, sier
hun. – Vi ønsker bare å få være på et sted som er trygt.
Jeg skal nok ta meg av ham!*





*Livet setter synlige spor hos alle mennesker.
Smilerynker og arr. Slappere hud og gulere tenner.*

*En eldre kvinne tenker på at julen snart er her.
Hun har alltid vært glad i juletradisjonene;
kirkebesøk, familieselskap, svineribbe,
juletrengang, gaveutdeling. Naboenta som
kommer innom med en liten gave.*

*Gleder hun seg i år? Skal hun feire sammen
med noen? Har noen laget en gave til henne?
Hvilke spor vil årets jul sette?*

*For å gå rundt juletreet trengs det mange nok
bender til å danne en ring.*

SPOR AV ET LIV

Ikke bare spor, men store og avgjørende fotavtrykk i min personlighet satte Aase, min 14 år eldre søster. Jeg var en del av hennes annerledes liv, og jeg bærer henne med meg i dag, 37 år etter hennes død, noen ganger med vemod, andre ganger med glede.

Kjære Aase, du kunne ikke vaske deg, kle deg eller gripe en hånd for å hilse, men du ville bli møtt uten medlidenhet og som et medmenneske med verdighet. Din ærlighet og åpenhet kunne være nådeløs. Jeg brakte impulser fra «de friskes liv» til deg. Du lærte meg smerten ved et liv uten fremtidshåp og med stor avhengighet av hjelp fra andre. Du var der hele tiden og kunne aldri kjenne friheten ved å reise deg fra rullestolen, gå av gårde på egne ben til et annet liv. Uten deg hadde ikke jeg vært meg. I takknemlighet og vemod.

Vera Tangen Wenaas
assisterende direktør
Diakonhjemmet Sykehus



VERDEN BAK VÅRE BILDER

Hva hører du, når du hører om flyktningleirer?
Hva ser du, når du ser bilder av fattige barn?
Ser du barnehjertet som dannes i rom med krig til tak og
nød som vegg, og der mediebilder av vår virkelighet er som
glansbilder med engler og glitrende snø?

Hva tror du, når du møter det utrolige?
Når noen vil vise deg en virkelighet som er fjern fra det
du kjenner, en virkelighet som gjør våre hjerters rom til
festninger av travelhet, og der barndommens glansbilder
er pene eventyr?

Da som nå leter Guds Sønn etter en møteplass. Det som
kommer oss i møte i adventstiden vil vise oss verden bak
våre bilder. Det hellige har tatt det første skritt.

Inger Marie Hognestad
*internasjonal koordinator
Diakonhjemmet Høgskole*



*Det skjedde nettopp noe underlig. Plutselig så vi
hundrevis av vakre skikkelser som lyste i nattemørket,
og de sang for oss. Nå er de borte, men de sa at vi skulle
skynde oss av sted for å se et nyfødt barn, like her
borte. De sa at barnet skulle være Guds Sønn. Vi kan
ikke helt tro det, at noe sånt skulle skje her, i den
samme flyktningleiren som vi bor i, i et av disse
enkle teltene. Og hvorfor skulle vi få høre om
det først, vi som er bare er barn?*



Stua deres var full av rot. Badet var skittent. Sengen på soverommet var forsvunnet i en haug av usorterte klær. Ingen av julegavene var kjøpt inn. De kjefte på hverandre om kvelden, og barna var sure om morgenen.

– Jeg hater adventstiden! ropte han en kveld. – Alt maset, alle forventningene, alle juleavslutningene! Alt stresset for å finne de riktige gavene!



Og likevel fant de tid, hver søndag morgen, til å tenne lys i adventsstaken, først ett, så to, tre og fire. Og en tidlig morgen var de plutselig kommet frem, og de ble vekket av små barnekropper som smøg seg opp i sengen deres, og barnestemmer som snakket så lavt som det gikk an:

– Dere må stå opp. Nå er det jull!

LYSPUNKT

90 år nærmer seg slutten, det vet du, og du synes det er greit, du er fornøyd.

Tenk å få være med på å oppsummere livet, det er et ærefullt oppdrag. Disse øyeblikkene gir mening. Jeg sier at du er en helt, som tør å snakke ærlig om livet. Du svarer: «Når man blir eldre, trenger man ikke å være så stolt, jeg har ingenting å tape.»

Det er raust av deg å la meg komme så nærme innpå livet. Du takker for måten jeg er på, kanskje fordi det både er latter og alvor gjennom dagen? Du gjør min dag fin, der også jeg blir sett av en annen. Takk for tilliten du gir meg, jeg tar det med meg som et lyspunkt i travle hverdager.

Wenche Solbakken

*fagsykepleier 2 Øst
Diakonhjemmet Sykehus*

Det skjedde i de dager at det gikk ut befaling fra keiser Augustus om at hele verden skulle innskrives i manntall. Denne første innskrivningen ble holdt mens Kvirinius var landshøvding i Syria. Og alle dro av sted for å la seg innskrive, hver til sin by.

Josef dro da fra byen Nasaret i Galilea opp til Judea, til Davids by Betlehem, siden han var av Davids hus og ætt, for å la seg innskrive sammen med Maria, som var lovet bort til ham, og som ventet barn. Og mens de var der, kom tiden da hun skulle føde, og hun fødte sin sønn, den førstefødte. Hun svøpte ham og la ham i en krybbe, for det var ikke husrom for dem.

Det var noen gjeterne der i nærheten som var ute på marken og holdt nattevakt over flokken sin. Med ett sto en Herrens engel foran dem, og Herrens herlighet lyste om dem. De ble overveldet av redsel. Men engelen sa til dem: «Frykt ikke! Se, jeg forkynner dere en stor glede, en glede for hele folket: I dag er det født dere en frelser i Davids by; han er Messias, Herren. Og dette skal

dere ha til tegn: Dere skal finne et barn som er svøpt og ligger i en krybbe.» Med ett var engelen omgitt av en himmelsk hærskare, som lovpriste Gud og sang:

*«Ære være Gud i det høyeste,
og fred på jorden
blant mennesker Gud har glede i!»*

Da englene hadde forlatt dem og vendt tilbake til himmelen, sa gjeterne til hverandre: «La oss gå inn til Betlehem for å se dette som har hendt, og som Herren har kunngjort for oss.» Og de skyndte seg av sted og fant Maria og Josef og det lille barnet som lå i krybben. Da de fikk se ham, fortalte de alt som var blitt sagt dem om dette barnet. Alle som hørte på, undret seg over det gjeterne fortalte. Men Maria tok vare på alt som ble sagt, og grunnet på det i sitt hjerte. Gjeterne dro tilbake. De lovet og priste Gud for alt de hadde hørt og sett; alt var slik som det var sagt dem.

Lukas 2,1-20

Bibelteksten er hentet fra Bibel 2011 © Bibelselskapet. Gjengitt med tillatelse.



SPORENE RUNDT OSS

Jeg synes det er fint å tenke på alle de sporene vi kan finne rundt oss, enten det er i snøen eller på stranda, spor av gaven vi fikk av Gud, og som vi år etter år fortsetter å få: Jesusbarnet som kom til oss i en ussel stall, med bud om fred og håp. Gaven som ikke kan bli ødelagt eller byttes, fordi det ikke finnes noe bedre å bytte den i. Ja, selv kresne tante Gudrunn, som aldri ønsker seg noe, kan bli glad for denne presangen. Jeg ser for meg at det er Gud, som med en boblende glede i hjertet sier: Denne er til deg!

Elisabeth Sæverås
sosionomstudent
Diakonhjemmet Høgskole



*Og dypt i din erindring ligger bildet av det barnet
som ble født i en stall, og som kom med et løfte om
fred mellom alle mennesker. Og i år igjen
skal du se spor som dette barnet har satt,
i snøen, på stiene, i gatene, i husene, i hender,
i hjerter og i ansikter, og kanskje ser et av
sporene slik ut:*

*Et barn rekker armene frem
med en boblende glede i hjertet,
et lurt smil i ansiktet,
en uåpnet gave mellom hendene
og barnlig stolthet i stemmen:*

– Denne er til deg!

Er du pasient eller pårørende ved Diakonhjemmet Sykehus og ønsker noen å snakke med? Prestetjenesten på sykehuset er døgnbemannet og nås via sykehusets hovedresepsjon, tlf: 22 45 15 00

Sykehusprestene er:

Aud Irene Svartvasmo, tlf: 22 45 48 32
e-post: aud.i.svartvasmo@diakonsyk.no

Jarl Bøhler, tlf: 22 45 15 19
e-post: jarl.bohler@diakonsyk.no

Valborg Orset Stene, tlf: 22 45 15 18
e-post: valborgorset.stene@diakonsyk.no

Sykehusdiakon: **Liv Berit Carlsen**, tlf: 22 45 40 93
e-post: liv.berit.carlsen@diakonsyk.no

Ønsker du en samtalepartner fra et annet tros- eller livssynssamfunn eller fra Human-Etisk forbund, kan prestetjenesten formidle kontakt med «Samtalepartnere for tro og livssyn» ved Oslo universitetssykehus.

Er du student eller ansatt ved Diakonhjemmet Høgskole og ønsker noen å snakke med? Ta kontakt med:

Studentprest i Oslo: **Line Heiberg Ringen**, tlf: 22 45 19 15
e-post: line.heiberg.ringen@diakonhjemmet.no

Studentdiakon **Elisabeth Nilsen Aas**, tlf: 22 45 19 28
e-post: nilsenaas@diakonhjemmet.no

Studenter i Sandnes kan kontakte studentpresten i SIS:
Stefan Emmerhoff, tlf: 51 83 23 88 / 901 55 074
e-post: stefan.emmerhoff@uis.no

Adventsmeditasjoner ©Diakonhjemmet 2014

Prosjektansvarlig: Sindre Skeie
Prosjektkoordinator: Elisabeth Hove
Redaksjonskomite: Sindre Skeie, Aud Irene Svartvasmo og Elisabeth Nilsen Aas

Illustratør: Stian Hole
Design og dtp: **2K/DENMARK** · www.2kdenmark.com
Trykk og bokbind: Scanprint, Horsens
For bestilling av flere hefter, kontakt Elisabeth Hove
tlf: 22451786 eller e-post: hove@diakonhjemmet.no