SKIEN MENIGHETSBLAD

Nr. 3 – November 2026 • 85. årgang



8

Grundig oppussing av Skien kirke



11

Lars Lien
Hva skjer egentlig med hjernen vår når vi ber?



12

Ruth Silje
Starter nytt ungdoms-prosjekt i Skien



Trond Kåre Andersen med ny rekord i Skien kirke

Ingen andre kirketjenere har hatt jobben lenger enn han.

Les mer på side 4

Lys i verden



Gjennom hele året tar vi imot skoleklasser som kommer til Skien kirke for å oppleve kirkerommet, se på kunsten og utsmykningen, og lære om den kristne tro.

Et av flere kunstbilder vi forteller om, er det vakre maleriet av Adolf Lammers, «Jesu fødsel». Det spesielle med dette bildet er at det er Jesubarnet som er lyskilden. Det er verken lamper, lykter eller stearinlys som lyser opp Jesus, nei, lyset kommer fra ham selv. Denne effekten med lyset, viser hva som er det viktigste i bildet: det lille Jesubarnet.

Senere hører vi Jesus si om seg selv: «Jeg er verdens lys. Den som følger meg skal ikke vandre i mørket, men ha livets lys». Vi har alle fått i oppdrag å bringe dette lyset ut i verden, og også selv være lys i mørket.

Jeg vet om mange som er lys for andre. De lyser opp andres liv gjennom ord, handlinger eller måten å være på. Frivillige i menigheten, som stiller opp søndag etter søndag og gjør i stand til kirkekaffe, og de som er aktive innen givertjenesten, bønnetjenesten eller besøkstjenesten. De som er pårørende til mennesker med kroniske sykdommer, men som står på og aldri gir opp å være en annens bauta og klippe i livet. De som gjør seg bryet med å komme med ros og oppmuntring, men som selv ikke er klar over hvor mye det betyr for dem som mottar disse gode og varme ordene. Det som ofte er felles for dem alle, er at de går stille i dørene. De gjør det ikke for anerkjennelsens skyld. De roper aldri om applaus og oppmerksomhet. Men kanskje skal de få det allikevel. En klapp på skuldra. Et godt smil. En oppløftende kommentar. Et varmt blikk som sier: «Jeg ser deg. Jeg beundrer deg for den jobben du gjør».

> ***Vi har alle fått i oppdrag å bringe dette lyset ut i verden, og også selv være lys i mørket.***

Snart skal vi feire han som kom til verden som Guds lys - som lyser opp i mørket, og viser oss veien til Gud. Men det var mange som ikke tok imot ham. De så ikke hvem han var. De skjønte ikke hva han hadde å tilby.

Kanskje var det derfor Lammers malte Jesus som lyskilden: For å vekke oss. Forsøke å nå inn i hjertene våre. Få oss til å grunne og reflektere over det budskapet vi har hørt så mange ganger, men som vi kanskje ikke klarer å ta helt inn: Jesus kom med kjærlighet, håp og fred. Han er det lyset som skinner til evig tid.

Synnøve Skree Skjeldal
Sokneprest Skien menighet
synnoveskree.skjeldal@skien.kommune.no





LEDER

O jul med din glede



Det er ventet at julehandelen vil nå nye høyder i år i forhold til foregående år. Er det bare å glede seg over det eller er det en bismak ved det? Må det være slik at vi bare handler mer og mer? Og må gaver være dyrere og dyrere? Og kan vi bare fortsette med det forbruket vi har i Norge, sett i forhold til resten av verden.

Vel, hver enkelt får gjøre opp med seg selv hva som trengs for å skape julestemning og julehygge. Men jeg synes det må være mulig å minne hverandre på at vi ligger høyt i verdenssammenheng med vårt forbruk av jordas ressurser. Noen har regnet på når på året vi anses å ha brukt vår del av jordas fornybare ressurser det året. For Norge var dette i 2025 allerede 16. april.

Men hva gjør vi med det? Kan vi prøve å begrense julehandelen i år? Hva gjelder mat er det beregnet at norske husholdninger kaster i gjennomsnitt 35 kilo spiselig mat per person i året, til sammen omtrent 191 000 tonn spiselig mat. Hvordan er det mulig? Hovedårsaker sies å være glemt mat i (kjøle) skapet, overinnkjøp, mat som har passert dato etc. Kunne vi begynne å passe litt bedre på?

> ***Kunne vi gi hverandre opplevelser og tjenester mer enn ting...***

Og heller gi sparte beløp til f.eks. Kirkens Nødhjelp, hvilket er mulig på julaften i Skien kirke, eller Flyktningehjelpen, Redd Barna eller i Frelsesarmeens julegryter. Kunne vi gi hverandre opplevelser og tjenester mer enn ting, redusere gavene til voksne, og også vurdere størrelsen på gaver til barna? Noen barnerom er i overkant velfylte. Kunne vi bli flinkere til å ta hyggelige telefoner og kanskje invitere til et enkelt måltid. De fleste setter stor pris på bordfellesskap.

Det er mange arrangementer i desember hvor det ikke er inngangspenger (men kanskje "utgangspenger" i form av kollekt, men den er frivillig), bl.a. noen av konsertene i Skien kirke. Husker vi på å spørre noen som sitter alene og ikke har bil eller er dårlig til beins om å være med på arrangementer? Det være seg konserter, gudstjenester, kafebesøk eller annet.

Jeg ønsker alle en God Jul og velkommen til fellesskap og opplevelser i Skien kirkes samlinger i adventstiden og julen.

Gustav Sorde
Leder i menighetsrådet
gusta-so@online.no

ANDAKT

Lyset skinner i mørket



Livet består av dager som er lyse, men også tyngre dager med mørke skyer. Ingen er spart fra å møte motgang i løpet av livet. Ser vi vi på verdenssituasjonen, er det mørkere skyer nå enn for noen år siden.

I denne virkeligheten forbereder vi oss på å feire Jesu fødsel. Vi vet at Jesus ble født i Betlehem, men ikke akkurat når på året. Det gikk nesten 300 år før kirken valgte å feire Jesu fødsel 25. desember. En mulig forklaring på hvorfor de akkurat valgte det tidspunktet, er at de ville feire Jesu fødsel samtidig som man i Romerriket hadde en av sine store fester hvor de feiret «Den ubeseirede sol». Ved å legge julefeiringen samtidig med denne festen fikk de frem at Han som ble født i Betlehem er verdens sanne lys.

I vårt land falt dette tidspunktet sammen med den gamle julefeiringen, «jól». Denne høytiden fikk et nytt innhold da den ble knyttet til Kristi fødsel. Det er når det er på det mørkeste rundt oss at vi ser lyset bryter frem. Julenatt skjedde det store underet at Gud ble menneske. Han ble som en av oss og delte våre kår. Evangelisten Johannes skriver at da Jesus ble født, kom det sanne lys til verden. Motsetningen til lys er mørke.

> ***Lyset skinner i mørket, og mørket har ikke overvunnet det. Det sanne lys, som lyser for hvert menneske, kom nå til verden.»***
> ***(Joh 1,5 og 9)***

Når vi blander motsetninger, får vi ofte noe annet. Varmt og kaldt vann blir til lunket vann. Blått og gult blir grønt. Men når du blander mørke og lys skjer det forunderlige; mørket forsvinner, mens lyset blir igjen. For mørket er fravær av lys. Mye mørke kan ikke slukke selv det minste lys. Det er alltid mørket som må vike for lyset.

Johannes skriver: «Lyset skinner i mørket, og mørket har ikke overvunnet det.» Uansett hvordan vi har det og hvordan det er rundt oss, er vi omgitt av Guds lys. Selv i det dypeste mørket kan ikke mørket overvinne lyset fra Gud.

«Jeg er verdens lys, den som følger meg skal ikke vandre i mørket med ha livets lys», sier Jesus. Vi er aldri alene, heller ikke i vårt mørke.

Om dette lyset sier Johannes en annen viktig ting. Det er ikke forbeholdt noen få. Det lyser for hvert menneske.

Jeg ønsker dere en velsignet julefeiring.

Stein Reinertsen
Biskop i Agder
og Telemark



Skiens lengstsittende kirketjener

Denne høsten ble Trond Kåre Andersen den lengstsittende kirketjeneren i Skien kirke. Det hadde han ikke trodd da han fikk jobben.

En kald søndag i november i 1989 sto prost Kjell Arthur Rugkåsa aller fremst i Skien kirke. Han hadde en annonsering å komme med. En ny kirketjener var ansatt i kirken. Trond Kåre Andersen var fylt med ærbødighet og respekt for jobben han skulle inn i.

FIKK ANSVARET FOR KIRKA

Ansettelsen hadde vært en prosess med intervju og innstillinger. Menighetsrådet hadde siste ordet. Dagen før gudstjenesten ringte menighetsrådslederen og startet med å si "God kveld, kirketjener".

- Samme kveld dro jeg bort til den tomme kirka, så rundt meg i kirkerommet og tenkte "nå er dette mitt ansvar", sier Trond.

Siden den dagen i 1989, da Trond var 28 år, har han hatt ansvaret for den praktiske driften, vedlikeholdet og klargjøringen av Skien kirke og området rundt. Han har hatt fine dager og noen tyngre.

SATTE PRIS PÅ JOBBEN

Arbeidet og rutiner ble innarbeidet. Han trivdes mer og mer. Da han startet, tenkte



Antonsens ærespris 2021.

han ikke at han skulle bli sittende i samme stilling resten av arbeidskarrieren. Snart ble tanken på å bytte jobb mer og mer fjern. - Jeg merket etterhvert at her kommer jeg til å holde ut, sier Trond og smiler.

HÆRVERK SKAPTE UTRYGGHET

Å gå rundt i det store og staselige kirkebygget, til alle døgnets tider, har aldri føltes skummelt eller truende.
Men en episode husker han godt. Det var torsdag i høstferien i 1999. Han kom til kirka, som vanlig på morgenen.
Da merket han at noe hadde skjedd; De flotte glassmaleriene var knust. Langs hele kirka var det systematisk blitt knust ruter langs hele utsiden.
Trond måtte børste glasskår fra telefonen for å kunne ringe til politiet. 49 glassruter på utsiden og 22 ruter helt gjennom til innsiden, var ødelagt.
Det ble en voldsom opprydningsjobb. - Etter det skjedde, føltes det mer utrygt på jobb. Det tok tid å få tryggheten tilbake.

RESPEKT FOR ALLE SOM OPPHOLDER SEG VED KIRKA

Å være en sentrumskirke innebærer også at det er mange som er innom og som bruker parken rundt kirken som oppholdssted.

For en kirketjener er det viktig å holde orden og å ha en gjensidig respekt for alle som han møter ved kirka. - Jeg kan be dem om å flytte seg hvis det trengs, men jeg ønsker ikke å provosere noen. Vi respekterer hverandre. Han forteller om flere tilfeller hvor byens løse fugler har vært litt pågående og han har vært nødt til å be dem trekke unna. Det har alltid løst seg.

FIKK ÆRESPRIS

En som har lagt merke til hvordan Trond behandler både kirka og folkene rundt, er artist Trygve Skaug.

Han har hatt konserter i kirker over hele landet, spesielt før jul. Da han var gjest i podcasten "Kveldstanker" på NRK, brukte han kåseriet sitt til å trekke fram Skien kirke og kirketjener Trond, som et eksempel på en inkluderende og varm kirke. "Trond tar vare på kjerka si" sa Skaug.

I 2021 fikk Trond prisen "Antonsens ærespris" som Skaug deler ut årlig for å hedre kirketjenerne i norske kirker. Prisen ble opprettet for å rette oppmerksomhet mot kirketjenere, *"en gruppe anstendige og fleksible arbeidstakere som holder hjulene i gang i kirken og ofte får lite oppmerksomhet"*.

Selv om han nå har vært kirketjener i over 37 år, har ikke Trond lagt planene for framtida. - Jeg er fortsatt glad i jobben og føler ansvarsfølelse for kirka, sier han.

Som noen kollegaer i administrasjonen pleier å si: - Hvis Trond kunne tatt med kirka hjem, så hadde han gjort det.

Lorentz Berg



24. februar 2027

KFUK-KFUM Skien 140 år

Historien om KFUM i Skien begynte søndag 24. februar 1887. Denne vintersøndagen var en flokk av byens unge menn samlet, og de ønsket å starte en forening med en kristen målsetting, men samtidig med et vidt menneskelig perspektiv der underholdning og undervisning, kultur og idrett var med i programopplegget.





Her er det bilde av herrer i Skien Ynglingeforening fra 1892. De hadde utflukt til Holtan-kollen.

Det var Hans Nielsen Hauge som regnes som foreningens stifter og som var foreningens første formann. Han var sønn av soknepresten i Skien, Andreas Hauge.

KFUK ble stiftet 17. mars 1901, og de 2 foreningene som begge var tilsluttet det samme forbundet, slo seg sammen den 14. mai 1959 (KFUK-KFUM).

Foreningen har opp gjennom årene hatt over 30 forskjellige underavdelinger – nevnes kan: 8 speidergrupper, KFUM-kameratene fotball og bordtennis, KFUM`s kor, Misjonsforeningen (som i 2003 feiret sitt 100 års jubileum), Y`s men`s Club, studiegrupper og en mengde barne- og ungdomsklubber.

Et av de største arrangementene som foreningen har tatt på seg, var å arrangere TT i 1976. Da var 4.000 tenåringer fra hele landet samlet i Skien en varm juni-uke, og de inntok alle byens skoler og Skienshallen. Arrangementene sto i kø, det kan nevnes gospelfest i Lundedalen, idrettskonkurranser, misjonskro, II Tempo Gigante og opptog gjennom byen.

Det er 4 misjonærer som er gått ut fra foreningen – de 2 siste var Else og Karl Dan Anthonisen i 1949.
Foreningen har hatt 32 loppemarkeder hvor de til sammen har fått inn kr. 1.740.000,-.
Foreningen har siden 1980 arrangert ca. 100 turer – det har vært overnattingsturer til Sverige, Trøndelag, Vestlandet og Sørlandet og mangfoldige søndagsturer og kveldsturer. På turene er ca. 100 forskjellige kirker besøkt.

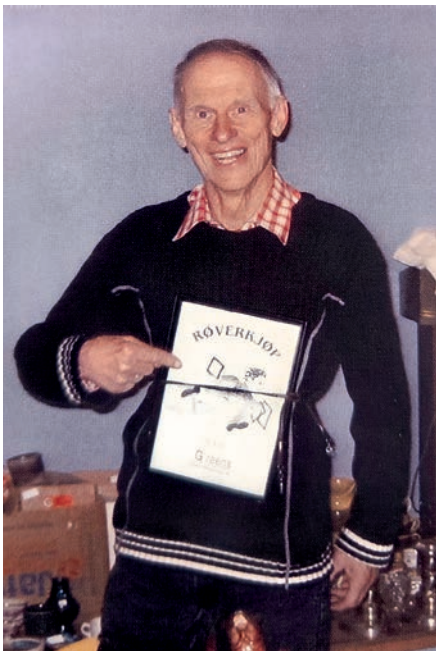
Foreningen driver nå et meget godt voksenarbeid hvor det er møte annenhver tirsdag, og vanligvis er 80 til 100 personer tilsted – det har også være opptil 130 på møtene.

Foreningen har også et K-kor og en formiddagsbibelgruppe. Den 23. februar 2027 feirer foreningen sitt 140 års jubileum.

Alfhild Thorstensen (leder)



Skien Ynglingforenings kvinneforening, som feiret tiårsjubileum i 1901.



"Loppegeneral" Arne Grøsfjeld.



Et bilde av køen før loppemarkedet i ungdomshuset i 2009 åpnet.

Alle bilder fra jubileumsboken "Hundre og femogtyve år under trekanten".

Program Vinter 2027

KFUK
KFUM

Januar:

12. Det blir felles nyttårssamling sammen KFUK/KFUM og menigheten. En temakveld i krysningspunktet mellom humor og alvor, basert på Kjell Aukrusts kjente Flåklypa-univers. Terje Talseth Gundersen og Tom Didrik Eriksen med en solist.

26. Pensjonert fastlege Gisle Roksund: "Livet som går i kroppen" Et kåseri i ord og bilder.

Februar:

9. Tidl. leder av Kirkelig Kulturverksted Erik Hillestad: "Suget etter en dose evighet"

Foreningens bankkonto: 2610 22 12796 / Vipps: 548975
Møtene begynner kl 19:00 i ungdomshuset - Holbergsgate 3

Grundig oppussing av Skien kirke

Det har vært drevet oppussing av Skien kirke i mange år allerede. Den 132 år gamle kirken har stått i stødig gjennom mange prøvelser, men nå skal den få en grundig overhaling.



Kristian Liland er bygg- og vedlikeholdsleder for kirka. Han sier arbeidet med å restaurere kirka har blitt mer omfattende.

Oppdaget større skader
Etter at arbeidet startet, ble det klart at skadene var større enn først antatt.

- Ja, restaureringen har vist seg å være mer omfattende enn vi først trodde. Arbeidet startet vinteren 2022, og erfaringene fra reparasjonen av vestveggen dannet grunnlaget for en videre plan for rehabiliteringen av kirken.

Da vi begynte å arbeide med området over hovedinngangen og videre oppover i tårnene, oppdaget vi større skader enn forventet. Det er sprekker og skader både i selve teglsteinen og i murverket bak fasaden. Derfor vil restaureringen fortsette i flere år.

Veggene puster ikke
Kirken har blitt reparert flere ganger tidligere. Disse reparasjonene har bidratt til at kirken i dag har store behov for restaurering. Da ble det nemlig brukt materialer som ikke "puster". Fuktigheten i byggverket har ikke fått slippe ut og har derfor gjort at stein og bindeverk nå har begynt å smuldre opp,

Liland sier at det var noe de ikke hadde regnet med.
- En av de største overraskelsene er hvor mye sementbasert materiale og mørtel som har vært brukt ved tidligere reparasjoner. Dette gjør det vanskeligere for fuktigheten i murverket å slippe ut. Omfanget er større enn vi først antok, og derfor tar også arbeidet lengre tid.

Må dekke til tårnene
Hvorfor må så mye av kirken tildekkes under arbeidet?
- Det er først og fremst to grunner. Den ene er sikkerheten. Tildekkingen skal hindre at biter av teglstein kan falle ned og skade noen.

Den andre grunnen er at restaureringsarbeidet også foregår om vinteren. Da brukes varme slik at temperaturen blir høy nok til at murerne kan arbeide med fuger og teglstein på en forsvarlig måte.

Finansiering av restaureringsarbeidet er opp gjennom årene dekket av Skien kommune. Etter søknad til Kirkebevaringsfondet sommeren 2024 (opprettet av regjeringen) ble det etter bevilgning fra departementet en fordeling av kostnadene med 50 % på Skien kommune og 50 % på Kirkebevaringsfondet.

Senere utover i prosessen med restaureringen vil støtten fra Kirkebevaringsfondet økes til 60 %.

Langvarig oppussing
I søknad til og vedtak gjort i Kirkebevaringsfondet er det lagt et løp frem til 2034. Men pga utfordringene ved inngangspartiet og videre opp i tårnene, har de nå fått 100 % finansierte midler fra Kirkebevaringsfondet til å gjennomføre grundigere undersøkelser gjennom et særskilt forprosjekt.

Resultatet av disse undersøkelsene vil gi oss et klarere bilde på fremdriften. Det kan også vise seg at deler av arbeidet kan gjennomføres raskere enn tidligere antatt.

Lorentz Berg





Har du lyst til å være med
på noe spennende?
Vil du være med på

LYS VÅKEN

Vi i Borgestad, Gjerpen og Skien menigheter ønsker å invitere deg som går på 5. eller 6. trinn til noe spennende. Arrangementet heter "Lys våken" og mange kirker rundt om i landet har dette tilbudet.

Vi skal sove i Borgestad kirke fra lørdag 6. mars til søndag 7. mars og du er invitert til å være med!

Vi starter lørdag kl. 17. Da skal vi leke, bli kjent med hverandre, være med og bestemme hva som skal skje i søndagens gudstjeneste,utforske kirka, spise mat og lørdagsgodt, ha gøye aktiviteter og altså

OVERNATTE I KIRKEN!

På søndag spiser vi frokost sammen, før vi øver til gudstjenesten kl. 11. Denne søndagen blir en veldig flott dag i kirken. Inviter gjerne med deg faddere, familie og venner til å komme da!

Dette trenger du å ha med deg:

- sovepose, pute og ullpledd
- liggeunderlag
- toalettsaker
- en varm pysj
- ullsokker/tøfler/innesko
- godt og varmt utetøy, lue og votter
- lommelykt
- IKKE ta med godteri (det ordner vi)
- mobilen kan få ligge igjen hjemme

Påmelding

Du må melde deg på Lys våken senest onsdag 3. mars. Det er 40 plasser på arrangementet, førstemann til mølla.

Bruk QR-koden for å komme til påmeldingsskjemaet. Link ligger også ute på våre hjemmesider.

Vi gleder oss til å se deg!

Har du spørsmål?
Ta kontakt med
Anne Lina Gundersen, 90567955 (Borgestad menighet)
Gunnar E. Gundersen, 41344277 (Gjerpen menighet)
Øydis Strandgård, 90756203 (Skien menighet)

DEN NORSKE KIRKE

DEN NORSKE KIRKE
Kirkevalget 2027

Derfor bør du stille til menighetsrådsvalg



Hvem skal forme kirkens arbeid der du bor de neste fire årene? Kirkevalget 2027 nærmer seg, og menighetene trenger mennesker som vil være med og ta ansvar. Kanskje er du en av dem?

Menighetsrådet har en viktig rolle i lokalkirken. Her tas beslutninger som påvirker menighetens liv og virksomhet, fra gudstjenester, kirkelig undervisning og læring, til kulturarbeid, diakoni, frivillighet og tilbud til barn og unge. I kirkevalget, der alle medlemmer i Den norske kirke har stemmerett, velges de som skal sitte i lokale menighetsråd over hele landet. Kirkevalg arrangeres hvert fjerde år. Som medlem i menighetsrådet får du mulighet til å være med og påvirke kirkens plass og rolle i ditt lokalsamfunn.

Et verv med mening

For mange rådsmedlemmer handler vervet om å få være med og gjøre en forskjell.
– Det er meningsfullt å få innsikt i alt som rører seg av menighetsliv. Jeg opplever at jeg kan være med og påvirke hvordan kirken utfører sitt oppdrag, forteller et rådsmedlem.

Et annet peker på fellesskapet:
– Mange positive mennesker ønsker å dra i samme retning. Det gir meg livskvalitet å få være med.

Å sitte i menighetsrådet gir anledning til å bruke egne erfaringer, interesser og perspektiver i arbeidet for fellesskapet. Kirken trenger mennesker med ulik bakgrunn og alder og forskjellig kompetanse. Om du går ofte eller sjelden i kirken, om du er helt trygg i din kristne tro eller stadig undrer deg over hvordan verden henger sammen, er du velkommen. Det er nettopp mangfoldet av stemmer som gjør rådet sterkere og bedre i stand til å ivareta hele menigheten.

Mer innflytelse enn mange tror

Menighetsrådet er med på å bestemme retningen for menighetens arbeid. Rådet arbeider med spørsmål som angår både dagens virksomhet og framtidens kirke. Det handler om hvordan ressursene skal brukes, hvilke tilbud som skal utvikles, hvordan frivillige kan involveres, og hvordan kirken kan være relevant for mennesker i alle livsfaser.

Gjennom menighetsrådet kan man derfor være med på å skape konkrete resultater i lokalsamfunnet. Små og store beslutninger som tas rundt møtebordet, får betydning for mennesker som bruker kirken i hverdagen og ved livets store hendelser. Den norske kirke er avhengig av medlemmer som vil være med å forme fremtidens kirke. Kanskje er det din tur i 2027?

En mulighet til å bidra

Menighetsrådet gir mulighet til å samarbeide med andre, utvikle nye ideer og være med på å styrke kirken som fellesskap. Samtidig viser erfaringene at mange opplever vervet som meningsfylt og givende. En stor andel av dem som sitter i menighetsråd, svarer at vervet er like tilfredsstillende eller mer tilfredsstillende enn de hadde forventet.

Er du med?

Kirken trenger ikke bare de som allerede er mest engasjert. Den trenger også nye perspektiver, nye erfaringer og nye stemmer. Om flere sier ja til å stille, blir også kirken bedre rustet til å møte framtiden. Kanskje er det nå du tar steget fra engasjement til medansvar!

Vil du være med, eller ønsker å vite mer? Ta kontakt med kirkekontoret der du bor.
Les mer på kirken.no/valg

OM KIRKEVALGET

- Kirkevalget arrangeres hvert fjerde år, neste valg er høsten 2027
- Kirkevalget 2027 er digitalt, med mulighet for å stemme i fem uker fra 10. august til 13. september
- Alle medlemmer i Den norske kirke som er født i 2012 eller tidligere har stemmerett
- I kirkevalget stemmer man på medlemmer til menighetsrådet der man bor, og til Kirkemøtet og bispedømmeråd.
- I menighetsrådsvalg er det vanlig at det kun er én liste med navn på kandidater
- I valg til Kirkemøtet og bispedømmeråd er det flere lister med ulik kirkepolitisk profil

OM MENIGHETSRÅDET

Vårt menighetsråd består av x medlemmer, og vi møtes om lag x ganger i året. Sokneprest sitter fast i menighetsrådet, mens leder velges blant de som blir valgt inn i kirkevalget. I vårt menighetsråd er vi særlig opptatt av xxx. Forrige menighetsråd har fått til xxx.

Ti gode grunner for å stille til valg

- Du bryr deg om lokalmiljøet ditt.
- Du vil være med og bestemme.
- Kirken trenger ulike stemmer og erfaringer.
- Fellesskap skaper ikke seg selv.
- Barn og unge fortjener gode møteplasser.
- Tro, kultur og omsorg betyr fortsatt noe.
- Du kan gjøre en forskjell.
- Du lærer noe nytt om deg selv og andre.
- Det er givende å skape noe sammen.
- Framtidens kirke trenger mennesker som deg.

Hva skjer i hjernen når vi ber?

Fra bedende biskoper i MR-maskinen til LSD og demens: Psykiater Lars Lien tok rundt hundre tilhørere i Ungdomshuset med på en populærvitenskapelig gjennomgang av hva hjerneforskningen kan fortelle om bønn.



Lars Lien Født 1960 Fra Hamar Psykiater og samfunnsmedisiner Leder av Norsk psykiatrisk forening Professor ved Universitetet i Innlandet.

Salen i Ungdomshuset var nær full da psykiater Lars Lien kom på besøk i slutten av oktober. Lien er selv aktiv kirkegjenger og fortalte at bønn opptar ham mye, denne kvelden fra et medisinsk perspektiv. Foredraget ble vakkert innrammet av koret G-vox fra Gulset, som også inviterte til allsang.
Først spurte han hva det egentlig betyr om vi finner bønn i hjernen. Er det et bevis på at Gud finnes? Eller viser det at Gud bare er noe i mennesket? Og er det nødvendigvis en motsetning mellom disse synene? Spørsmålene fikk henge i luften som et bakteppe for resten av kvelden.
«Nå er det lov å sovne litt», spøkte Lien da han skulle forklare hjernens oppbygning. Salen humret, men ingen falt av. Så ga han en oversikt over hjernens anatomi og hvordan en kan kartlegge hvordan den fungerer. Eksempelvis kan MR ikke peke ut et sted i hjernen der Gud eller lykken holder til, men en slik undersøkelse viser hvilke områder som er aktive ved ulike aktiviteter. Når mange personer så undersøkes, avtegner det seg mønstre.

I en dansk studie ble 20 personer fra indremisjonen undersøkt først mens de ba Fadervår, deretter sa en barneregle, ba en fri bønn og til sist laget ønskeliste til julenissen. Forskerne fant ingen forskjell mellom Fadervår og barneregle, og ønskelisten ga heller ikke mer aktivering. Personlig bønn, derimot, ga en vesentlig større aktivering av hjernen og aktivering av områder i hjernen som aktiveres ved mentale sosiale prosesser.

«Å be en personlig bønn er som å ha en samtale med en god venn», forklarte Lien, fordi at aktiveringen i hjernen er lik en sosial interaksjon når Gud oppleves som virkelig.

> ***- Å be en personlig bønn er som å ha en samtale med en god venn....***



I en annen MR-studie fant forskerne ingen forskjell mellom hvile og fri bønn hos en eldre, tysk biskop. Det ble tolket som at han kanskje befant seg i en form for kontinuerlig, meditativ bønn.
Meditasjon gir de videre de samme mønstrene enten det gjelder kristen meditasjon, Acem-meditasjon eller hos buddhistiske munker. Hjernen går over i en såkalt hvilemodus, som er knyttet til lagring av minner, bearbeiding av følelser og hvordan vi forholder oss til oss selv. Lien fremhevet denne hvilemodusen som særlig viktig for den mentale hygienen.

Mer overraskende er det at lignende mønstre som kan ses ved kristen meditativ bønn og muslimsk bønn er likt mønsteret ved tungetale og bruk av psykedelika som LSD og fleinsopp.

I alle disse tilfellene blir prefrontal cortex, som blant annet har betydning for impulskontroll og regulering av følelser, nesten skrudd av. Avslutningsvis trakk Lien frem studier som tyder på vesentlige helsegevinster ved bønn. Selv har han forsket på kirkegjengere i Nord-Trøndelag, som hadde lavere blodtrykk og kolesterol og levde lenger enn sine medtrøndere. Andre studier tyder på at religiøst aktive er bedre beskyttet mot Alzheimers sykdom og mindre utsatt for depresjon.

Lien brukte også god tid på svakhetene og usikkerhetene ved slike studier. Amerikanske studier kan for eksempel mistenkes for å overdrive positive funn, fordi kirkene der er avhengige av private gaver. Likevel mente han at holdepunktene er så solide at han spurte om ikke bønn burde foreskrives som terapi?

Olav Johannes Flemmen

Kirkens ungdomsprosjekt starter



Et samarbeidsprosjekt skal gi et bedre tilbud til ungdom som faller utenfor. Denne vinteren kommer KUP til Skien.

Latteren sitter løst. Fokuset til jentene er rettet mot å bygge en høyest mulig figur før tiden er ute. Dette er gruppa for jenter med minoritetsbakgrunn, som treffes jevnlig for å spille spill, lage mat sammen og dra på turer.

Ruth Silje Boklund er voksen leder av jentegruppa. Hun ble denne høsten ansatt i en prosjektstilling for å videreføre det diakonale ungdomsprosjektet, finansiert av Skien kirkelige fellesråd.

SKAL STARTE OPP FLERE GRUPPER

Jentegruppa er starten på det som skal bli et større arbeid for ungdom i Skien. Mange unge vokser opp i lavinntekts-familier og mange har ikke noen fellesskap å være med i.

Disse ungdommene står i fare for å falle utenfor både skole og arbeidsliv. Derfor planlegges det nå å også starte opp guttegrupper under paraplyen til Kirkens Ungdomsprosjekt (KUP).

- KUP ønsker ikke å være en konkurrent til eksisterende tjenester eller organisasjoner. Tvert imot ønsker vi å være et supplement til det gode arbeidet som allerede gjøres i kommunen. Samtidig er det viktig å være bevisst på egen identitet og egenart for å kunne bidra med noe unikt, sier Boklund

En grunnleggende verdi i KUP er at Den norske kirke skal eie og forankre arbeidet. Minimum 51 prosent av medlemmene i en KUP-forening skal komme fra Den norske kirke, mens resten kan representere andre organisasjoner eller kirkelige fellesskap.

Det skal sikre at KUP forblir et diakonalt tiltak, samtidig som det fungerer som et bredt samarbeidsprosjekt som ulike aktører kan stå sammen om til beste for byen.

Målet med gruppene er å hjelpe ungdom til å oppleve at de hører til i et fellesskap, at de utvikler et positivt og trygt selvbilde og at de får til ting og lykkes i møte med utfordringer.

ERFARINGER FRA KUP I KRISTIANSAND

KUP startet i Kristiansand for 35 år siden. Der har arbeidet høstet verdifulle erfaringer som Boklund tar med til Skien. I løpet av høsten og vinteren skal arbeidet med å utvide ungdomsgruppene knyttes til to ungdomsskoler, og gruppen kan utvides med flere deltakere.

Samtidig arbeides det også aktivt med rekruttering av frivillige voksne. Det skal ikke drives direkte forkynnelse i disse gruppene, men Boklund sier dette er viktig diakonalt arbeid.

opp i Skien



Spill, aktiviteter og opplevelser skaper fellesskap i jentegruppa i Skien.

- Kup har noen viktige pilarer i sitt fundament. Det ene er at det er et arbeid som kirkene i byen eier. Økumenisk og diakonalt, samler man seg for å stå bak et arbeid for ungdommer i sårbare livsfaser. En annen pilar er det kristne menneskesynet. Dette er utgangspunktet for hvordan man møter alle ungdommene som kommer, og dette er noe av grunnlaget for hvordan Kup skal være.

FORPLIKTENDE MEDLEMSKAP

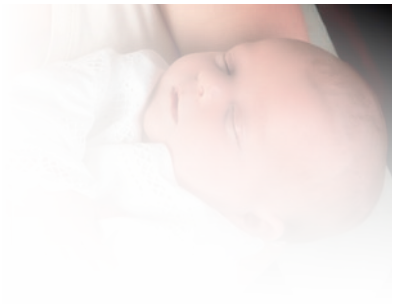
Jentegruppa på loftet til Misjonskirka i Skien har begynt å rydde opp spaghetti, terninger og ark. De pakker sammen og går hvert til sitt. Neste uke venter det nye opplevelser i fellesskap. Alle ungdommene som blir med i gruppene får en samtale med prosjektleder før de starter. Deretter må foreldre gi samtykke, og ungdommene skriver under en forpliktende avtale om at de vil sette av tid til å bli med i gruppa.

Ruth Silje Boklund sier KUP er avhengig av samarbeid og at gode krefter trekker i samme retning.

- Det er bygget på både sterk faglighet hos ansatte, samtidig som man bygger på frivillighet. Slik blir det en ideell aktør som står stødig på faglighet, forankret i kirkene, med engasjement hos frivillige – og sammen kan vi skape Kirkens ungdoms prosjekt.

Lorentz Berg

SLEKTERS GANG



DØPTE I SKIEN KIRKE

Lars Mehl Kassel
Elias Sund Christiansen
Viktor Nilssen Mares
Hailey Noelle Halvorsen Lie
Markus Løvlid Teigen-Hornnes
Gabriel Mikkelsen
Julija Legaspi
Peder Martinsen Holm
Astrid Bjørnback
Mathilde Bøhle Andersen
Lukas Feragen Lauritzen



DØDE BOSATT I SKIEN SOKN

Jon Walter Eric Jarl
Tone Munthe-Kaas
Anna Anita Coward
Tom Gudem
Unni Strøm
Robert Novy
Helge Eliassen
Anette Jensen
Sigrid Andersen
Heidi Borgersen
Sissel Klemetsen
Alfhild Tangen
Eva Ellinor Christiansen
Vera Andersen
Inger Lise Rosenlund
Einar Flåtelien
Edda Maria Gundersen
Rita Dyreskog
Helle Månsson
Oddbjørn Tore Almenning
Ronny Thorsen
Øigunn Ellefsen
Gunhild Arna Lerkerød
Erik Lund
Alice Mie Endelt Rakland
Reidun Skancke
Aslaug Dolva Andersen
Jan Christian Langeland
Kjell Tore Johnsen
Inger Sofie Hansen
Grethe Synnøve Grenø
Espen Eie
Nils Bergheim
Willy Bryntesen
Bent Rasmussen
Fred Sigurd Nandrup
Espen Grindem Stulen
Knut Gerhard Carlsen
Asbjørn Terje Hansen
Steinar Thomassen
Ingun Margrethe Øvergaard
Magnar Reiten
Arne Vincents Klovholt

GUDSTJENESTER

November

22.11 kl. 1100 Skjeldal. Gudstjeneste m/dåp.
29.11 kl. 1100 Jettestuen. Gudstjeneste m/dåp.

Desember

06.12 kl. 1100 Martin Wigtil. Gudstjeneste m/fokus på misjon.
13.12 kl. 1100 Skjeldal. Gudstjeneste med Johanneslogen. Nattverd.
20.12 kl. 1100 Jettestuen. Gudstjeneste m/dåp.
24.12 kl. 1200 Jettestuen. Julegudstjeneste i Kverndalen bo- og dagsenter.
24.12 kl. 1430 Jettestuen. Julegudstjeneste.
24.12 kl. 1600 Skjeldal. Julegudstjeneste.
25.12 kl. 1200 Skjeldal. Høytidsgudstjeneste.
27.12 kl. 1100 Skjeldal. Musikkgudstjeneste.

Januar

01.01 kl. 1100 Jettestuen m.fl. - Felles prostigudstjeneste i Østre Porsgrunn kirke.
03.01 kl. 1100 Liv Jorånn Høgseth.
10.01 kl. 1100 Skjeldal.
17.01 kl. 1100 Skjeldal. Gudstjeneste m/klimafokus.
24.01 kl. 1100 Gunnersen.
31.01 kl. 1100 Skjeldal. «En for andre». Gudstjeneste med fokus på Kirkens SOS.

«Messe for verdighet» blir i januar eller februar.

Februar

07.02 kl. 1100 Skjeldal. Familiegudstjeneste. Barnekoret.
10.02 kl. 1900 Gunnersen. Askeonsdagsgudstjeneste.
14.02 kl. 1100 Skjeldal.
21.02 kl. 1100 Gunnersen. Kirkesøndagen - samarbeid med KFUK/KFUM.
28.02 kl. 1100 Jettestuen.

Mars

03.03 kl. 1800 Skjeldal. UNG MESSE.
07.03 kl. 1100 Skjeldal.
14.03 kl. 1100 Jettestuen. Familiegudstjeneste. Barnekoret. Menighetens årsmøte.
21.03 kl. 1100 Gunnersen.
25.03 kl. 1800 Jettestuen. Skjærtorsdag.
26.03 kl.1100 Gunnersen. Langfredag - pasjonsgudstjeneste.
27.03 kl.2315 Skjeldal. Påskenatt.
28.03 kl. 1100 Skjeldal. Påskedag - høytidsgudstjeneste.

Det er kirkekaffe etter hver gudstjeneste, med noen unntak.
Påmelding til dåp og oversikt over gudstjenester som er ledig for dåp kan ses på **www.skienkirke.no** - velg dåp og ny registrering.

Konserter Skien kirke:

29.11 kl. 1900 Sang og musikkrådets julekonsert. Fri entré.
05.12 kl. 1900 Ulrikke Brandstorp – Julekonsert. Billetter.
08.12 kl. 1800 Skien kirkes barnekor og Skien kulturskole. Julekonsert. Fri entré / kollekt.
12.12 kl. 1830 Trygve Skaug. Billetter.
13.12 kl. 1930 JULEN I ORD OG TONER. Kollekt til diakoniarbeidet i Skien menighet.
16.12 kl. 1800 Kulturskolens juleforestilling. Fri entré.
20.12 kl. 1800 «Deilig er Jorden» – Julekonsert. Billetter.

Vi trenger din hjelp!

I desemberutgaven av menighetsbladet spør vi om en gave til Skien menighets diakonale arbeid. Mange trenger både praktisk og økonomisk hjelp som Skien menighet får anledning til å formidle. Takk for din gave til dette viktige arbeidet i byen.

- Gi en gave til kontonummer **2680 36 04990**
- Du kan også benytte **Vipps: 55096**
- Ønsker du en giro tilsendt kan du ringe **35 58 11 49** og menighetssekretær Mona vil ordne dette for deg!



SKIEN MENIGHETSBLAD

gis ut av Skien menighet.

Det kommer ut tre ganger i året og deles ut gratis til alle hjem i Skien sokn.
Frivillig kontingent kr 200,- pr. år bankgiro 2680 36 04990 eller Vipps 55096.
Adresse: Schweigaardsgate 11, 3717 Skien.

Redaksjonen for dette nummer: Redaktør Lorentz Berg, Stine Benjaminsen Nygård, Torunn Elisabeth Birkeli, Øystein Gunnersen og Halvor Bjørkum. E-post til redaksjonen er: skien.menighet@skien.kommune.no

Skien Menighetskontor,
Schweigaardsgt. 11 - 35 58 11 49
skien.menighet@skien.kommune.no

Kirkegårdskontoret
Nordre Gravlund
40 40 65 71

Kirkevergen i Skien
35 58 11 80
kirkevergen@skien.kommune.no

Mona Skifjeld, menighetsekretær
35 58 11 49
annemona.skifjeld@skien.kommune.no

Øystein Gunnersen, kapellan
41 45 78 74
oystein.gunnersen@skien.kommune.no

Liv Espeland Jettestuen, prost
35 58 90 81 / 991 58 627
livespeland.jettestuen@skien.kommune.no

Synnøve Skree Skjeldal, soknеprest
35 58 90 74 / 95 99 20 06
synnoveskree.skjeldal@skien.kommune.no

Trond Kåre Andersen, kirketjener
48 22 90 11
trond-kaare.andersen@skien.kommune.no

Torunn Skifjeld, diakon
35 58 90 78 / 45 23 46 07
torunn.skifjeld@skien.kommune.no

Øydis Strandgård, barne- og ungdomsdiakon 35589075 / 90 75 62 03
oydis.strandgard@skien.kommune.no

Teodor Rød,
Barne-og ungdomsarbeider
464 64 657
teodor.rod@skien.kommune.no

Karolina Wisniewska, kantor
40 48 65 09
karolina.wisniewska@skien.kommune.no

Administrasjon av utleie
Holbergsgate 3:
Liv Margaretha Holtskog
920 26 790



FARGERIKE L. Christoffersen AS

KIRKENS SOS
Vi er her. Alltid.

Bademinjø BEST PÅ BAD
BADEMILJØ LYNG & LØBERG AS
Telefon 35 58 84 50
post@lyngogloberg.no
Liegata 25, 3717 Skien
www.bademiljo.no

Mestergull
LIETORVET
H. CHRISTOFFERSEN
LIEGATA 10 • SKIEN • t. 35 52 74 23

MILLBA
The Millennium Bakery

Autorisert forhandler av DAIKIN
BB elektroservice AS
Århusvegen 83 A, 37 21 Skien
post@bb-elektroservice.no
Tlf.: 913 07 669
VI UTFØRER SERVICE PÅ ALLE TYPER VARMEPUMPER

GRENLANDS ELDSTE BEGRAVELSESBYRÅ
Vi ønsker å gjøre vårt beste for at du som pårørende blir møtt med personlig hjelp, varme og kunnskap.
Vi er tilgjengelig til alle døgnets tider og vår vakttelefon: **35 55 05 82** er åpen 365 dager i året. Vi har alltid tid til en samtale og våre medarbeidere har taushetsplikt.
Begravelses Byrået Andersen
Oscar G. Andersen eftf.
Avd. Skien:
Gimsøy Plass 8, 3730 Skien
Tlf: 35 52 33 44
Epost: andersen@begravelse.no
www.begravelse.no

Rørlegger'n a/s
Porsgrunnsvn. 304, 3740 Skien, Tlf: 35 91 35 00 • Vakttlf: 95 28 70 00
www.rorleggern.no • E-post: firmapost@rorleggern.no

Telemark stein
Avdeling av Strandberg stein
GRAVSTEINER - NAVNTILFØYELSER
Tlf: 35 53 91 19 E-post: telemark@strandbergstein.no
Ny adresse : Kjørbekksvingen 1, 3735 Skien (v/Biltema)

TJENESTER
- Bolig og fasaderengjøring • Tapet og gulvbeleggarbeider
- Flytsparkling • Vedlikehold næringseiendommer
- Vedlikehold sameie og borettslag
- Innvendig og utvendig rehabilitering / oppussing
- Innvendig og utvendig malerarbeider på nybygg

malermester KJELLSEN & TUFTE as
Klostergata 43 - 3732 Skien
Tlf: Øystein: 920 25 446 • Øyvind: 911 68 193
Epost: post@kjellsentufte.no • www.kjellsentufte.no

THURE TRYKK
Trommedalsvegen 227, 3740 Skien • Tlf: 35 90 55 90
www.thure-trykk.no

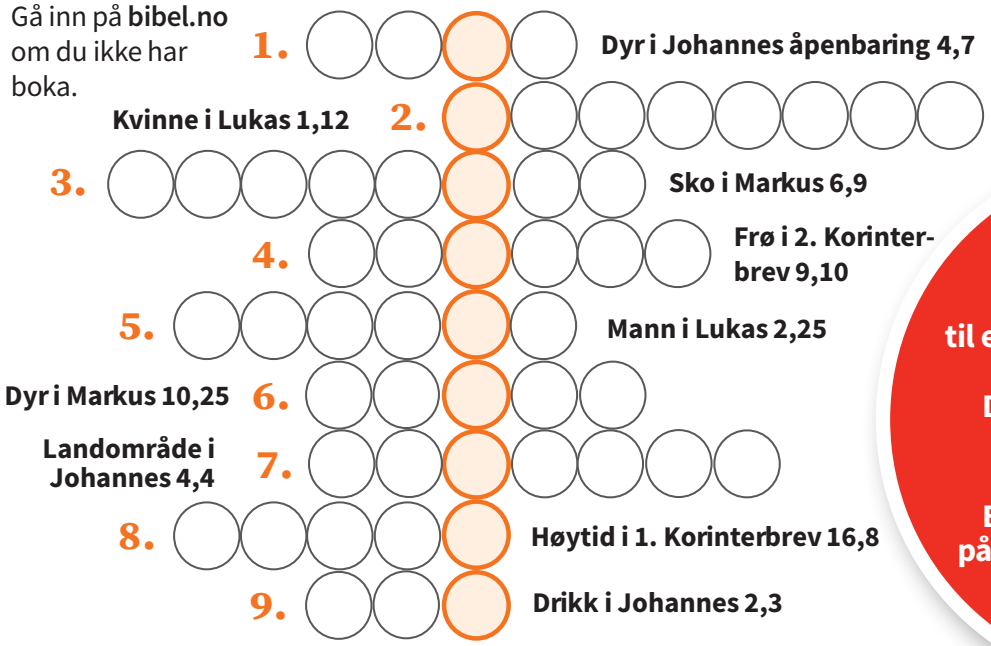
Støtt våre annonsører — de støtter oss!

ANTON W. JOHANSEN AS
GJERDEFABRIKK - SMEDFORRETNING - MEKANISK VERKSTED
Lundegata 35, 3722 Skien
Tlf 35 51 91 50

Barnas

Kryssord

Bruk Det nye testamentet i Bibelen for å komme frem til løsningsordet. Gå inn på **bibel.no** om du ikke har boka.



1. Dyr i Johannes åpenbaring 4,7
2. Kvinne i Lukas 1,12
3. Sko i Markus 6,9
4. Frø i 2. Korinterbrev 9,10
5. Mann i Lukas 2,25
6. Dyr i Markus 10,25
7. Landområde i Johannes 4,4
8. Høytid i 1. Korinterbrev 16,8
9. Drikk i Johannes 2,3

Vits:

Hva sier snømannen når det blir varmt? – Nå renner det helt over for meg!

Gi bladet Barnas til et barn du er glad i!

Disse oppgavene er hentet fra bladet.

Bestill abonnement på sondagsskolen.no eller 22 08 71 00



Finn 5 feil

Vismennene fulgte stjernen for å finne Jesusbarnet. De to bildene er nesten helt like, men kan du finne de fem feilene på bildet til høyre?

Tegning: CHIARA BERTELLI



Fargelegg



Tegning: CHIARA BERTELLI

Labyrint

Kan du hjelpe Maria og Josef å finne veien til stallen?



thure-trykk.no