

Personers og gruppers egne ritualer

Vintersolhverv

Martin fortæller:

"Jeg bor i et nybygget kvarter, hvor der stadig bliver bygget. Mange af os nye beboere kender ikke hinanden så godt endnu, og i vintermørket har vi brug for noget at samles om. Derfor har jeg, i samarbejde med bydelens forening, planlagt et vintersolhvervsarrangement på årets korteste dag.

Vi mødes i mørket

Alle beboere inviteres til at samles på en lille plads i kvarteret, når det er blevet mørkt. Jeg vil starte aftenen med en kort tale og citere fra en smuk sang, vi derefter skal synge sammen. Sangen hedder *Solhvervssang* og er skrevet af Johannes V. Jensen:

*Vor sol er bleven kold,
vi er i vintervold
og dunkle dage.
Men nu er nedgang endt
og håbet tændt –
ja, håbet tændt,
for nu er solen vendt,
nu kommer lyset og den lange dag tilbage.*

Frygten for mørket

Jeg fortsætter med at fortælle:

'I gamle dage var vintersolhverv forbundet med mørke og frygt. Der var bulderravende mørkt her ved vintersolhverv. Folk holdt sig tæt på arnen og undgik at gå ud i natten, hvor mørkets magter regerede. Ikke underligt, at de følte håb, når solen vendte tilbage, og lysere tider var på vej.

Selvom vi i dag har kunstigt lys og varme, kan vi stadig lade os bevæge af naturens rytme.'

Så synger vi sammen *Solhvervssang*, og alle de fremmødte får en fakkel, som bliver tændt, og så går vi ned mod stranden.

Bål på stranden

På stranden har vi forberedt et lille bål. Med faklerne tænder vi bålet og kaster derefter faklerne på flammerne – sammen med det gamle års sorger og bekymringer.

Jeg vil derefter fortælle en gammel historie:

'Nu, hvor vi har ladet det gamle års byrder brænde, er vi befriet for det gamle års tyngde. Hvis du har mod på det, kan du springe over bålet, mens du i al hemmelighed formulerer dine ønsker for det nye

solår. Men vær forsigtig! Dengang man virkelig tog den slags alvorligt, kom en ung kvinde til at sige sit ønske forkert: Hun ville ønske sig 14 køer og to børn, men fik sagt det omvendt. Hun endte med 14 børn og to køer!

Afslutning med sang

Til sidst synger vi endnu en sang, *Solhverv* af Margrethe Vestager og Jacob Vestager Tybjerg. Hvis det er for mørkt, må vi tage mobilernes lys til hjælp. Sangen slutter sådan her:

*Det bliver forår igen, igen –
fortræng nu mørket og solen tænd!
Og solen tænd!*

Efter sangen kan vi blive lidt og nyde bålets varme, inden vi går hjem – nu med lys og håb i sindet."

At bo i bofællesskab

En kvinde i et bofællesskab fortæller

”Vi bor i et bofællesskab i byen sammen med mange andre mennesker. Vi flyttede hertil for 3-4 år siden, da bofællesskabet blev lavet. Her bor både familier med små børn, familier med teenagere, par uden børn og folk, der bor alene. Nogle arbejder stadig, mens andre er gået på pension. I alt er der 45 lejligheder, og vi er mange forskellige typer mennesker med forskellige interesser og meninger.

Fællesskab og aktiviteter

I bofællesskabet har vi mange fælles aktiviteter. Vi spiser sammen to gange om ugen, og vi har forskellige interessegrupper, som alle kan være med i. Nogle ser opera på storskærm, andre strikker sammen, og der er en gruppe, der elsker at lave grøn mad og går op i bæredygtighed. Der er fx også en gruppe, der brygger øl til bofællesskabet. Hvis man får en ny interesse, kan man nemt starte en ny gruppe eller tilmelde sig en eksisterende.

Nytårskur

Udover interessegrupperne har vi også arrangementer for alle beboere. Hvert år den første søndag i januar holder vi fx en nytårskur. Foreningens formand holder en kort tale om året, der er gået, og om forventningerne til det nye år. Derefter deltager vi i en aktivitet, hvor vi stiller os to og to og laver en lang tunnel med vores arme. Alle skal løbe igennem tunnelen, mens vi synger en sang: ”Og gid at det må gå os godt, og gå os godt og gå os godt, og gid at det må gå os godt i dette nye år - iiii dette nye år” og bliver ved til alle har været igennem ”tunnelen”. Det er en symbolsk indgang til det nye år. Til sidst skåler vi i champagne eller saft og spiser kransekage og snakker hyggeligt sammen.

Fællesspisning

Til vores fællesspisninger er der et madhold, der laver maden. Alle, der ønsker at spise med, skal selv en gang imellem være på madhold. Inden vi spiser, synger vi en sang fra højskolesangbogen. Madholdet vælger sangen, og de prøver at finde en, som de fleste kender. Dog er det ikke altid nemt, fordi nogle ikke bryder sig om sange med religiøst eller politisk indhold. Men de fleste nyder at synge sammen og synes, det er en hyggelig måde at starte måltidet på.”

Morgen

Magnus, en ung mand, fortæller om sin morgen:

"Vækkeuret ringer. Klokken er 6.06. Jeg står straks op, går ud på badeværelset og gør mig klar – enten tager jeg et hurtigt bad eller skyller mit ansigt i koldt vand. Så tager jeg tøj på.

Jeg finder morgenmad frem: en skål A38 med granola, friskskåret æble og en kop kaffe.
Mens jeg spiser, åbner jeg appen *Lectio365* på min mobil. Appen loader, og jeg begynder dagens morgenmeditation.

Meditationen starter altid med en fast indledningsbøn. Det er en engelsk App, og bønnen lyder sådan her:

'As I enter prayer now, I pause to be still; to breathe slowly, to re-centre my scattered senses upon the presence of God...'

('Når jeg nu træder ind i bøn, stopper jeg op for at være stille; for at trække vejret langsomt, for at samle mine spredte sanser om Guds nærvær...')

Jeg sidder stille i et minut. Min vejtrækning bliver roligere og dybere. Trætheden forsvinder, og mit sind begynder at vågne og forestille sig dagen, der ligger foran mig.

Herefter følger en refleksion over en salme fra Bibelen. Mit fokus skifter fra dagens opgaver og over på den, som er større. Det, der venter mig i dag, føles pludselig mindre overvældende.

Til sidst slutter meditationen med en fast bøn:

*'Father, help me to live this day to the full, being true to you, in every way;
Jesus, help me to give myself away to others, being kind to everyone I meet;
Spirit, help me to love others, proclaiming Christ in all I do and say;
Amen.'*

('Far, hjælp mig til at leve denne dag fuldt ud, trofast mod dig på alle måder.
Jesus, hjælp mig til at give mig selv til andre, til at være venlig mod alle, jeg møder.
Helligånd, hjælp mig til at elske andre og vidne om Kristus i alt, hvad jeg gør og siger.
Amen.')

Så sidder jeg et øjeblik i stilhed. Jeg drikker den sidste slurk kaffe.
En ny dag begynder."

En bisættelse

Karin fortæller:

”For nylig mistede vi en af vores arbejdskolleger. Hun blev kun 58 år, og selvom hun havde været syg i et stykke tid, kom hendes død som en overraskelse for os alle. Mange af os fra arbejdet deltog i bisættelsen for at sige et sidste farvel.

Familien - og sikkert også den afdøde selv - ønskede ikke en traditionel, religiøs ceremoni. I stedet blev bisættelsen holdt i et kapel og var arrangeret af familien. Sammen med beskeden om bisættelsen fik vi at vide, at vi ikke skulle medbringe blomster. I stedet kunne vi give et bidrag til en godgørende forening. Hvis vi alligevel gerne ville have noget med, kunne vi tage en lille ting fra naturen, som en sten eller en gren.

Der var mange mennesker til bisættelsen - familie, venner og kolleger. På bænke i kapellet lå der en lille folder med sangtekster. Familien havde hyret en guitarist, der spillede, mens vi sang. Vi sang blandt andet *Sensommervise* og *Alting kan gå itu* af Anne Linnet, sange som vores kollega holdt meget af.

Efter de første to sange holdt kollegaens søster en tale. Hun var naturligvis meget berørt og talte om sin søsters liv, deres oplevelser sammen, og hvad søsteren elskede at gøre. Da talen var slut, sad vi alle stille og lyttede til fløjtemusik af Mozart, som blev spillet af et familiemedlem. Musikeren stod bag os, så tonerne fyldte rummet, mens vi sad stille og tænkte på vores kollega. Det var en smuk og stemningsfuld stund.

Derefter sang vi endnu en sang, og alle blev inviteret til at gå op til kisten for at skrive en sidste hilsen. Der lå farvede tusser fremme, og hurtigt blev den hvide kiste fyldt med små beskeder som *"Tak for alt"*, *"Savner dig"* og *"Vi ses igen"*. Samtidig kunne vi lægge vores medbragte sten eller grene på kisten som en sidste hilsen.

Til sidst takkede søsteren for vores deltagelse og inviterede os til "gravøl" på en restaurant i nærheden. Mange af os kolleger tog med. Vi fik kaffe og kringler, mindedes vores kollega og hørte endnu en lille tale fra familien. Efter en times tid sagde vi farvel og gik hver til sit.”