



Frogner kirke

Menighetsblad for Frogner menighet 14.02.2022

ASKEONSDAG OG FASTE

v/ sokneprest i Bygdøy og prest i Frogner Rut Ugland



Foto: Kirken.no

Onsdag 2. mars er det askeonsdag, og dermed innledes fastetiden i kirken.

Uken begynner med fastelavnssøndag. Begrepet «fastelavn» kommer av det tyske «fastel abend», som var en aften for spas og moro som man feiret før fastens alvor snart skulle begynne. Det er også i denne sammenhengen at karnevalet hører hjemme. Selve ordet «Carneval» er latin og betyr – farvel til kjøttet! Det er altså en fest med god mat og farger og dans – før nøysomheten og avholdenheten som hører fasten til begynner.

Etter fastelavnssøndag kommer «blåmandag». Et uttrykk de fleste av oss vel allerede er kjent med., men som faktisk altså har en kirkelig opprinnelse!

Etter blåmandag kommer «feitetirsdag», som var den siste innspurten og spisedagen før fasten begynte på askeonsdag.

Med askeonsdag markeres et tidsskille i kirkeåret. Fastetidens 40 dagers lange vandring mot påske tar til. Det vil si egentlig er det 46 dager til påske, men siden søndagene ikke regnes som fastedager blir tallet 40.

Opprinnelig var fastetiden mye kortere i kirken. De første kristne på Jesu tid var vant til den jødiske fasten. Den varte bare en kort tid før de feiret påskemåltidet til minne om utgangen fra Egypt og døden de unnslopp da de var fanger hos egypterne. Etter modell av dette innførte også de kristne – som jo var jøder – en kort fastetid før påske og feiringen av Jesu oppstandelse.

Første gang det nevnes en fastetid så lang som 40 dager var i forbindelse med kirkemøtet i Nikea i 325, og fra slutten av det samme århundret har skikken med 40 dagers faste – frem til påske – med søndagene fratrukket – festet seg i den kristne kirkelige tradisjon.

Fasten innledes altså med askeonsdag – som i katolsk tradisjon skal være en dag for abstinens – det vil si at man avstår fra å spise kjøtt. Dessuten var det vanlig å helle aske over hodet – eller få et askekors tegnet på pannen. Asken representerte bot og renselse.

I tidligere tider var det også vanlig at de som ønsket å bli døpt – fikk tegnet askekors på pannen på askeonsdag. Dette ble fornyet gjennom fastetiden, som en botsøvelse og forberedelse frem til påskenatten, da de ble døpt og dåpsvannet endelig kunne vaske bort asken. En sterk og flott markering av dåpen som et rensende bad – til fornyelse og frelse!

Og slik har det altså gått noen hundre- og tusenår til her vi befinner oss! Vi står altså overfor gamle tradisjoner og ord som det er opp til oss selv å gi innhold og mening.

I vår kirkes bibeltekster for askeonsdag er det kanskje særlig en tekst fra profeten Jesaja (Jes 58:4-8) som kan være rettesnor for fastetiden. Ordene fra profeten er mer enn 2700 år gamle – likevel er det slående hvor aktuelle de er:

⁴ *Se, når dere faster, blir det strid og trette og slagsmål med urettferdige never. Dere faster ikke slik i dag at stemmen deres kan høres i det høye.*

⁵ *Er dette den fasten jeg har valgt, en dag da mennesket plager seg selv, bøyer hodet som et siv og legger seg i sekk og aske? Kaller du dette for faste og en dag etter Herrens vilje?*

⁶ *Nei, dette er fasten jeg har valgt: å løse urettferdige lenker, sprengte båndene i åket, sette undertrykte fri og bryte hvert åk i stykker,*

⁷ *å dele ditt brød med sultne og la hjelpeløse og hjemløse komme i hus. Du skal se til den nakne og kle ham, du skal ikke snu ryggen til dine egne.*

⁸ *Da skal lyset bryte fram for deg som morgenrøden, brått skal helbredelsen komme. Din rettferd skal gå foran deg og Herrens herlighet følge etter deg.*

Reaksjonene i forbindelse med å måtte avstå fra goder, slik fastetiden

representerer, har tydeligvis ikke endret seg så mye på 2700 år.!

Folk kan lett bli både irriterte og kranglete, slik Jesaja beskriver i innledningen til denne teksten. Og derfor spør han også – er dette den rette faste – en dag hvor mennesket plager seg selv? Nei dette er fasten jeg har valgt:

At du løser urettferdige lenker, setter undertrykte fri og bryter hvert åk i stykker! At du deler ditt brød med sultne og lar hjemløse komme i hus.

Disse 2700 år gamle profetordene kunne godt stått i en handlingsplan for de fleste humanitære organisasjoner i vår verden i dag – og politiske partier for den saks skyld.

For oppfordringen til medmenneskelighet er tidløs! Behovet for å bli sett og regnet med og verdsatt som menneske – er alltid like viktig!!

Så er det viktig å huske at fastetiden ikke en sørgetid – eller tid for straff og selvpining. Tvert imot! Det er en tid for refleksjon og fokus på holdninger.

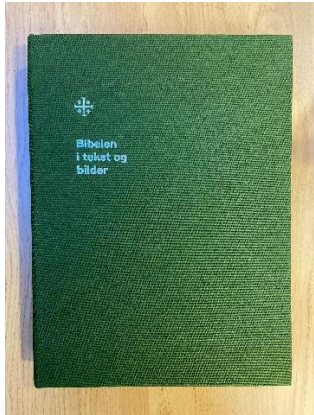
De rituelle ordene når askekorset tegnes på pannen på askeonsdag lyder slik: «menneske kom i hu at du er støv og skal vende tilbake til støv»

Dette sies ikke for å trykke mennesket ned og gjøre det motløst, nei tvert imot så sies det for å holde moralen oppe!! Ordene minner oss om at vår tid på jorden er en kostbar gave – som vi skal forvalte til beste for oss selv og de som lever rundt oss.

Å bli minnet om tiden har mange aspekter i seg. Tiden minner oss om alle de fantastiske mulighetene vi har, men også om den begrensningen som uvilkarlig er satt for våre liv her på jorden. Vår dødelighet. Men, nettopp i møte med dette er det trygt å vite at for Gud er tiden ingen begrensning. Påskeevangeliet – Jesu oppstandelse – det som vi vandrer mot gjennom fasten forteller om Gud som kjenner svaret og som vet veien til tid og evighet!

BIBELN I TEKST OG BILDER

v/ Yvonne Andersen prest med ansvar for diakonalt arbeid blant eldre



To gamle møter Jesus Lukas 2,22-40

Maria og Josef gikk til det store tempelet i Jerusalem. Der ville de takke Gud for barnet de hadde fått. I armene bar de Jesus. Han var et spedbarn. Inne i tempelet møtte de en gammel mann som het Simeon. Da Simeon så barnet, løftet han Jesus opp i armene sine. Han takket Gud og sa: «Dette har jeg ventet på.» Simeon sang for Gud: «Herre, nå kan jeg dø med fred i hjertet. For jeg har sett frelseren som du har lovet.»

Maria og Josef ble en stund i tempelet med Jesus. Da kom en gammel kvinne bort til dem. Hun het Anna. Anna var profet, og pleide å be i tempelet natt og dag. Hun takket Gud da hun så Jesus. Så gikk hun og fortalte om frelseren til alle hun møtte.

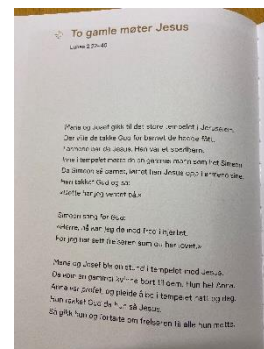
Flere kjenner igjen denne teksten fra Lukas evangeliet og den observante leser vil se at dette er en enklere versjon både i innhold og språkbruk av bibelteksten. Teksten er hentet fra Bibelselskapets nye bibel, Bibelen i tekst og bilder. Bibelselskapet skriver i innledningen at dette er en Bibel for lesere med demens, men flere kan finne glede av kunsten og de korte bibeltekstene. Forfatter og forlagsredaktør Anne Kristin Aasmundtveit har hatt hovedansvaret for teksten, i nært samarbeid med rådgiver og forlagssjef i foreningen Leser søker bok.

Alle bildene er hentet fra Nasjonalmuseets samling og er valgt ut av seniorkurator Ellen Lerberg ved Nasjonalmuseet.

En egen bibel for personer med demens trenger vi det?

Flere i Frogner menighet begynner å bli kjent med meg og vet at jeg har ansvar for diakonalt arbeid blant eldre i Frogner menighet. Dette inkluderer blant annet å tilrettelegge møteplasser for personer med demens. Erfaringen jeg har med meg som sykehjemsprest gjennom flere år forstår jeg behovet for tilrettelagt litteratur for personer med demens. Jeg har selv brukt mye tid på å finne egnede bibeltekster og poesi som passer til personer med demens sin kognitive kapasitet. Det å bli rammet av en demenssykdom gjør noe med personens evner til å oppfatte og tolke blant annet. Det å lære nye ting blir også krevende om ikke umulig for mange med demens. Dette gjør det vanskeligere både å lese, forstå og å reflektere over bibeltekster.

Bibelen i tekst og bilder har et ønske om å gjøre det lettere for personer med demens selv å lese tekstene. En bok eller bibel vil aldri kunne tilfredsstillende alle uansett demens eller ikke. Jeg er sikker på at flere vil ha glede av Bibelen i tekst og bilder. Flere vil kunne lese den på egenhånd. Den er lett å blad i og alle tekstene har overkommelig lengde.



Om man ikke behersker å lese kan personen bare se på bildene. Bibelen egner seg godt for høytlesning. Det kan være en fin aktivitet både for pårørende, helsepersonell og prester å gjøre

sammen med personer med demens. Bibelselskapet skriver at deres ambisjon med denne Bibelen er å gjøre tekstene enklere og tydeligere uten å forenkle innholdet. Dette har vært viktig for å ivareta tolkningsrommet og muligheten til å engasjere leseren i møte tekstene og kunsten. Jeg synes Bibelen i tekst og bilder er blitt en vakker bok.



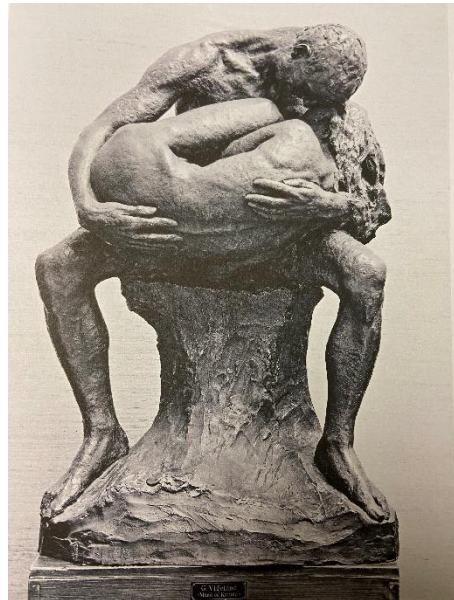
Samtalens betydning

Denne utgaven av Bibelen kan være en fin inngang til samtale både om tekstene og kunsten, og til videre samtale om åndelige og eksistensielle tema. Som sykehjemprest erfarte jeg hvor betydningsfullt det var å skape et rom hvor åndelige og eksistensielle spørsmål, tanker og følelser gis rom og oppmerksomhet. Det å bli rammet av sykdom og det å bli eldre er faktorer som gjør at vi reflektere over de store spørsmålene i livet. Demens gjør livet ekstra sårbart både for personen selv og for hele familien. I en slik situasjon kan det være godt å møte en samtalepartner eller en samtalegruppe som har tid og interesse i å lytte og ta på alvor de åndelige og eksistensielle spørsmålene, tankene og følelsene som melder seg. Det å bli lyttet til og bli tatt på alvor styrker selvfølelsen og gir trygghet. Behovet for å samtale og bli lyttet til forsvinner ikke med demens. Ofte øker behovet i takt med at ordene forsvinner og evnen til å forstå reduseres. Derfor er det ekstra viktig med samtaletilbud og andre tilrettelagte aktiviteter og sammenkomster for personer med demens.

Lytt til min klage

Salme 142

*Jeg roper høyt til Herren
og ber han ydmykt om nåde.
Jeg øser ut min klage for ham,
forteller ham om min nød.
Når min ånd er uten kraft,
vet du hvordan jeg har det.
På veien der jeg ferdes,
legger de skjulte snarer for meg.
Jeg ser til høyre og speider,
men det er ingen som kjennes ved meg.
Jeg har ikke noen utvei mer,
ingen bryr seg om meg.
Jeg roper til deg, Herre,
og sier: Du er min tilflukt,
min lodd i de levendes land.
Lytt til mitt klagerop,
for jeg er liten og hjelpeløs!
Fri meg fra dem som forfølger meg,
de er blitt for sterke for meg!
Før meg ut av fengslet,
så jeg kan prise ditt navn!
De rettferdige venter på
at du skal gjøre vel imot meg.*



Bildet av Vigelands statue Mann og Kvinne er å finne på samme side som salmeteksten. Både tekst og bilde, sammen eller hver for seg, er en fin inngang til samtale om flere eksistensielle og åndelige tema.

Salme 142 er et annet eksempel på at teksten er blitt gjort enklere og tydeligere i denne bibelutgaven. Teksten

kan også være et godt utgangspunkt for samtale. Jeg tror at mange personer med demens kan finne ord og setninger som er gjenkjennelig og som hjelper de til å sette ord på hvordan de kan oppleve ha det. Det er viktig å presisere at dette ikke vil passe for alle. Men for dem som er vant med å lese i Bibelen og annen litteratur eller er glad i kunst kan denne utgaven var til hjelp og trøst.

Tilbud i Frogner menighet

Ble du nysgjerrig på denne bibelutgaven har vi den til utlån. Det er bare å komme innom menighetskontoret og låne med seg Bibelen hjem. Jeg benytter anledningen her til å minne om samtaletilbudet vi har til personer med demens og deres pårørende. Ta kontakt med Yvonne Andersen.

Hilsen fra Kulturutvalget



Foto: Mia Tønnesen

Lørdag 23. januar inviterte Kulturutvalget til årets første arrangement i Kirkestuen, i tilknytning til Holocaust-dagen som markeres 27. januar hvert år. Vi hadde invitert Jakob Lothe, forfatter og professor emeritus. Fagfeltet hans er britisk litteratur, men han jobber også med temaet tidsvitner fra andre verdenskrig.

De mest kjente tidsvitnene er menn. Sammen med historiker Anette Storeide har Jakob Lothe utgitt boken «Tidsvitner». Senere utga han «Kvinnelige tidsvitner», en bok som er oversatt til flere språk. Kvinnenes historier er ikke på langt nær så kjente som mennenes. Det var heller ingen

norske kvinner eller barn som kom tilbake fra konsentrasjonsleirene og kunne fortelle hva de hadde opplevd. I boken møter vi blant andre fire kvinner som flyttet til Norge etter krigen. Det er rørende, interessante og sterke historier de forteller.

Lørdag 19. februar kl 15 inviterer Kulturutvalget sammen med Ordo Crucis til et foredrag ved teolog og andaktsholder Geir Gundersen: «Hva er ignatiansk spiritualitet?» basert på Ignatius av Loyolas bok om åndelige øvelser fra 1500-tallet. Det blir musikk ved pianist Sivert Blindheim.

Velkommen til Kirkestuen!

KIRKEFOLK

ET MØTE MED MENNESKER I MENIGHETEN

Intervju: Sissel Nilsen



*Kaare, Morten og Darian Nikolay Framstad
Foto: Sissel Nilsen*

Kaare Framstad og familien stiller opp

Det er på tide at menigheten får møte de medlemmene i menighetsrådet som hittil ikke har vært presentert i denne spalten.

Kaare Framstad er inne i sin andre periode i rådet, og han er også Frogner menighets representant i Kirkenes

fellesråd. Der ble han straks valgt inn i bygg- og vedlikeholdskomiteen, og som nestleder kom han automatisk med i Hovedkomiteen. Vi skal ikke se bort fra at det bidro til at Frogner kirke – noe utenom tur - ble pusset opp samtidig som vi fikk nytt orgel. I inneværende periode er han fortsatt Frogners representant i fellesrådet og sitter på bygg- og vedlikeholdskomiteens sete i hovedutvalget. Kare er også leder av menighetsrådets utvalg som har ansvar for vedlikehold av Schafteløkken.

Kaare er født i 1963 og hadde sin oppvekst og skolegang på Gran på Hadeland. Etter at han var ferdig med videregående skole, dro han til Oslo for å studere jus, men etter at han var ferdig med annen avdeling, begynte han i full jobb. «Det hadde seg slik» forteller han «at under studiet trengte jeg å tjene penger og ble ekstrahjelp i Vaktmesterkompaniet. Da Trygve Hegnar bestilte vask av kontorene, ble jeg satt på den jobben og vasket der i to år. Arbeidet ble delvis utført på søndagene, og da var ofte Trygve Hegnar selv på kontoret. Vi fikk god kontakt, og jeg ble tilbudt fast jobb, noe som var fristende». Siden 1986 har han vært eiendomssjef i Hegnars firma, og har ansvar for forvaltning av alle Hegnars eiendommer – bl.a. Holmen fjordhotell, hoteller i Skien og på Lyngør, hytter og 42 gamle hus på Larshus på Lunner på Hadeland. I 1988 overtok Kaare farsgården Framstad på Gran, er kornbonde ved siden av full jobb, og noe skogsbruk hører også til.

Kaare forteller at han under oppveksten på Hadeland ofte var med mormoren i kirken. «Det var mange aktive damer i menigheten», sier han, «og tolv av dem hadde egen misjonsforening. Det var viktig at det var rett antall, for da kunne de ha møtet hjemme hos seg en gang hver i året. Vanligvis kom prostene, og det ble servert deilige snitter og gode kaker. Men det hele ebbet ut da det kom et nytt medlem, en lærerinne, som syntes denne serveringen var ukristelig. Til nød

kunne man ha rundstykker med ost og skinke. Det passet ikke de eldre damene. I det hele tatt», fortsetter Kaare, «var det mye som var ansett som syndig på landsbygda. Da det f.eks. skulle etableres vinmonopol på Hadeland, ville ikke Brandbu ha dette. Det ble motarbeidet fordi det ble ansett som syndig. Det ble da etablert på Gran i stedet og har bidratt til at dette er blitt sentrum i kommunen.»

Siden 1993 har Kaare bodd i Frogner terrasse sammen med sin ektefelle Morten Stamnes. Sammen driver de en antikvitetshandel i Elisenbergveien. Morten har som spesialitet antikke lysekroner, maleribelysning og antikke ur, men møbler og porselen er også samleobjekter som er til salgs. Hjemmet bærer preg av dette – det er vakkert og meget gjestfritt.

Annen hver uke er familien frivillige i Frogner kirke, og da er også sønnen på 16 år, Darian Nicolay, med. «Det betyr mye for oss at hele familien kan utføre frivillig innsats sammen», sier Kaare som for øvrig har fått en avtale med Jacobs om at kirken får bakverk som ikke er solgt ved stengetid på de lørdagene de er ansvarlige for kirkekaffen søndag.

I menighetsrådet har vi drøftet hvordan man kan få flere unge til å ta del i kirkens arrangementer, og på mitt spørsmål om gode råd, svarer Darian Nicolay at han føler at de på hans alder ikke er så interessert i kirken. Han mener det må være foreldrene som må oppmuntre barna og ta dem med seg fra tidlig alder. Kaare mener at vi kanskje kan få flere unge i kirken ved å ha faste – helst ukentlige – kveldsgudstjenester, med mye sang og musikk.



HVA SKJER I FROGNER?

Med forbehold om endringer

Torsdag 17. februar kl. 10.00–11.45
FROGNER SINGERS i Frogner Kirkestue
Espen Selvik, kunstnerisk leder

Torsdag 17. februar kl. 12.00
HVERDAGSMESSE i Frogner kirkes
kapell. Yvonne Andersen Bjørn Kleppe,
orgel

Torsdag 17. februar kl. 16.30–17.45
SMÅBARNSSANG i Frogner kirkestue
Anneline Emanuelsen

Fredag 18. februar kl. 11.00
BABYSANG i Frogner kirkestue.
Anneline Emanuelsen

Lørdag 19. februar kl. 15.00
FOREDRAG i Frogner Kirkestue «Hva
er ignatiansk spiritualitet?» Teolog
Geir Gundersen. Musikalsk innslag ved
Sivert Blindheim Arr. Ordo Crucis og
Kulturutvalget i Frogner menighet

Søndag 20. februar kl. 11.00
HØYMESSE og kirkekaffe med Arne
Øyvind Slørdahl Jardar Seim, orgel

Torsdag 24. februar kl. 10.00–11.45
FROGNER SINGERS i Frogner Kirkestue
Espen Selvik, kunstnerisk leder

Torsdag 24. februar MESSE OG MAT
Tema: Trygghet

17.00 Enkel nattverdliturgi kirken. Rut
Ugland Bjørn Kleppe, orgel
17.30 Samling i Frogner kirkestue Er det
trygt å bo på Frogner? Refleksjoner ved
politiinspektør Arne Solberg fra
Majorstuen politistasjon

Søndag 27. februar kl. 11.00
HØYMESSE med kirkekaffe
Fastelavnssøndag Rune Behring, Bjørn
Kleppe, orgel

Tirsdag 1. mars kl. 17.00
TIRSDAGSSALONG i Kirkestuen
Dr. theol. Aud Tønnessen om Ingrid
Bjerkås, Norges første kvinnelige prest.
Musikk ved Marina Kan Selvik, piano
Christopher Tun Andersen, fiolin

Torsdag 3. mars kl. 10.00–11.45
FROGNER SINGERS i Frogner Kirkestue
Espen Selvik, kunstnerisk leder

Torsdag 3. mars kl. 12.00
HVERDAGSMESSE i Frogner kirkes
kapell. Margunn Sandal Bjørn Kleppe,
orgel

Torsdag 3. mars kl. 16.30–17.45
SMÅBARNSSANG i Frogner kirkestue.
Anneline Emanuelsen

Fredag 4. mars kl. 11.00 BABYSANG i
Frogner kirkestue Anneline Emanuelsen

Fredag 4. mars kl. 18.00–21.00
FREDAGSKLUBB i ungdomsrommet på
Fredriksborg

Søndag 6. mars kl. 11.00 HØYMESSE
Margunn Sandal Bjørn Kleppe, orgel

Søndag 6. mars kl. 18.00 KONSERT i
Frogner kirke Heinrich Schütz: Fra
Cantiones sacrae Frogner kammerkor og
musikere. Inger Øvrebø Uberg, dirigent

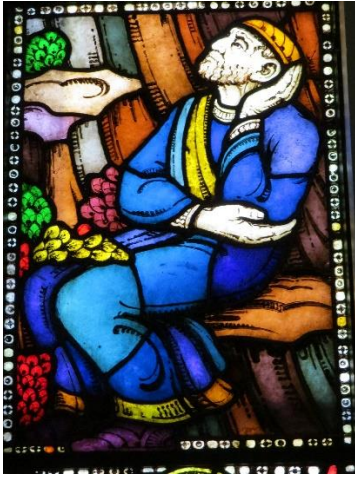
Mandag 7. mars kl. 18.00
MENIGHETSRÅDSMØTE på
Kirkekontoret

Torsdag 10. mars kl. 10.00–11.45
FROGNER SINGERS i Frogner Kirkestue

Torsdag 10. mars kl. 12.00
HVERDAGSMESSE i Frogner kirkes
kapell. Arne Øyvind Slørdahl Bjørn
Kleppe, orgel

Lørdag 12. mars kl. 15.00–19.00
TÅRNAGENTHELG i Frogner kirke for
dem som er født i 2014 Anneline
Emanuelsen

Søndag 13. mars kl. 11.00
FAMILIEGUDSTJENESTE med
kirkekaffe og kirkesaft Arne Øyvind
Slørdahl Bjørn Kleppe, orgel.
Tårnagentene medvirker



Detalj fra Per Vigelands glassmalerier.
Foto: Rut Ugland

Behov for samtale med prest?

Vi prestene ringer eller sender SMS til dem som vi hører kan ha et ønske om det. Kjenner du noen vi skulle kontaktet, eller trenger du selv en å snakke med? Ring en av prestene:

Sokneprest i Frogner: Margunn Sandal,
tlf. 480 06 601

Sokneprest i Bygdøy: Rut Ugland, tlf.
909 61 531

Kapellan i Frogner og Bygdøy: Arne
Slørdahl, tlf. 959 93 487

Prest med ansvar for diakonalt arbeid
blant eldre i Frogner:

Yvonne Andersen, tlf. 971 80 523

Alle prestene tjenestegjør både i Bygdøy og Frogner sokn.

Menighetsblad på e-post. Be alle som kunne tenke seg å få vårt menighetsblad om å sende e-post til:

post.frogner@oslo.kirken.no. Og be dem skrive i emnefeltet:

Send menighetsblad! Da har vi den fullmakt vi må ha for å sende dem e-post med informasjon om det som skjer i disse koronatider. Om du *ikke* ønsker å få tilsendt dette menighetsbladet skriv e-post til post.frogner@oslo.kirken.no.

Og be dem skrive i emnefeltet:

Ikke send menighetsblad

Følg oss på nett!

www.frognerkirke.no
og www.facebook.com/frognerkirke