

# Livet

---

i Mikaelikyran

- en missionsförsamling ansluten till Ekumeniakyrkan

---

juni - augusti 2026



# ”Nåd, nåd, nåd!”

Som barn lekte vi i vårsolen och sprang efter varandra och till slut skulle någon fånga de andra. De som inte orkade springa längre ropade ”nåd!”. Ha förbarmande. Jag orkar inte mera. Det betydde att personen bakom orden inte längre ville bli jagad utan ville få gå i lugn takt och vila ut. Någon bytte plats med den som jagade och så började leken om. Den som jagas både i lek och i livets allvar, kan uppleva sina begränsningar av att inte riktigt räcka till eller orka lika mycket som de andra. Leken speglar livets allvar men när lekkamraterna stöttar och hejar på, oavsett hur långt man har kommit, så känns det bra.

Vi har alla vår begränsning när det gäller ork, kraft och ro. Den inre ro och frid som vi får uppleva i mötet med vår frälsare Jesus Kristus gör att det inte spelar någon roll hur långt vi har hunnit i våra liv, utmaningar, arbeten eller lek. Vi är där vi är - och det känns lugnt. Världen skakar ibland så vi vill springa ifrån den. När det inte går så gäller det att hitta lugnet och friden som Jesus ger oss. Gud ger oss en plats för återhämtning. Mikaelikyran är just en sådan plats. Där får vi ropa ”nåd, nåd, nåd” och vår Herre och Gud kommer oss tillmötes och hör oss. Vi kan höra Honom genom bibeltexterna och sångerna. Vi möter Honom genom mötena med varandra.

Påskens alla högtider har passerat och den stilla veckan får symbolisera hela årets nåd som vi får ta emot. Nåden att få gå med Herren, dela måltid, få möta mörkret men också få en väg ut ur det. Livet vann, dess namn är Jesus. Från mörker till ljus, från död till liv. Hoppet om att orka springa tills vi storknar, men vetskapen att det räcker med den sträcka vi hann. Gud tar vid och hjälper oss dit vi ska. Med Guds nåd kan vi i glädje sprida det glada budskapet om vår Frälsare som gör allt nytt och som ger oss kraft. Våren och ljuset kommer. Livet spricker ut med en puls som gör att vi orkar lite till. För livskraft är en nåd, livet är en nåd och en gåva. Den är fri så ta emot den. Kristus hälsar ”nåd och frid” till er alla.

*”Se jag har befallt dig att vara frimodig och oförfärad. Så var inte förskräckt eller försagd. Ty Herren, din Gud är med dig i allt vad du företar dig.”*

Josua 1:9

Pastor Hellen Tolf Dahl

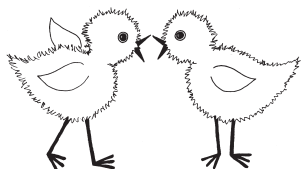


## Påskfest med Trygga Rum

På långfredagen firade församlingen en fin gudstjänst med eftertanke. Senare på dagen fick våra besökare på Trygga Rum också ett andrum med lek och pyssel.

Vi hade 15 mammor och barn här i kyrkan som kom för påskgemenskap. Vi pysslade, målade ägg och påskkort. Vi pyntade pappersfigurer och skapade kycklingar av olika material. Vi spelade olika instrument och sjöng. Vi åt pannkakor och även om det inte är den traditionella påskmåltiden så var glädjen stor.

Barnen fick sedan gå på äggjakt i vår kyrka och varje barn fick med sig ett påskkägg hem.



## Teologisk grund

Vi har träffats fyra gånger för att gå igenom Equmeniakyrkans teologiska grund. Det är ett dokument som redovisar vad vårt samfund och därmed vi som ansluten församling tror på. Det anger också bibelord som dokumentet bygger på.

Vi behöver fördjupa vår kunskap om vår teologi, vårt liv och vad vi tror på. Vi fortsätter i höst med våra studier kring detta material.

Hör gärna av er till pastor Hellen Tolf Dahl om förslag och intressen.

Teologisk grund finns på Equmeniakyrkans hemsida att hämta och om du behöver hjälp så kontakta pastorn.



Vi har våra kulturarrangemang i samarbete med Bilda.

# Gatans Röster

På tisdagsförmiddagarna hyr kören Gatans Röster Mikaelikyrkan för sina övningar. Men vilka är de? Här berättar två av körmedlemmarna lite om sig själva, och om kören.

## Ann

Jag heter Ann och är en av deltagarna i Gatans Röster. År 2016 startade kören med ledning av Rickard Söderberg, vår fina operasångare. Det var TV-inspelning med SVT i Korskyrkan och jag kom in i kören två veckor efter starten. Jag var mycket blyg och tänkte att jag kunde smyga in utan att synas, men det gick inte så bra eftersom Rickard stod i dörröppningen och välkomnade alla med en stor kram.

Helst av allt ville jag nog försvinna genom golvet men jag övervann min rädsla och blyghet för stunden men satte



mig långt bak i kyrkan. Vi övade och blev fler körmedlemmar. En dag skulle vi ha avslutning i Filadelfiakyrkan och det var blandade känslor. Vi hade blivit så sammansvetsade och många var ledsna över att behöva gå skilda vägar. Men så blev det inte, utan vi fick möjlighet att fortsätta sjunga i kören när föreningen Ny Gemenskap tog över kören. Sedan flyttade vi till Centrumkyrkan i Farsta när Hela Människan började förvalta kören. När vår körledare gick i pension bytte vi övningslokal och blev välkomnade hos Mikaelikyrkan i Skärholmen, en mycket fin och vacker kyrka för övrigt. Sedan förra sommaren förvaltar MHF Storstockholm vår körverksamhet. Några körmedlemmar har lämnat och nya har tillkommit, ja mycket har hänt under de snart tio åren vi funnits som kör och jag är glad att jag inte sjönk igenom golvet när jag först klev in till kören utan vågade stanna kvar och övervinna min blyghet. Tack Mikaelikyrkans församling!

/Ann

## Marie

Jag, Marie, skulle vilja berätta lite om hur jag kom i kontakt med Mikaelikyrkan i Skärholmen. Jag sjunger i

kören Gatans Röster. Vi har vår körövning på tisdagar kl. 10-12 sedan en tid tillbaka. Att ha förmånen att sjunga i den varma, mysiga kyrksalen betyder väldigt mycket för mig. Det är som att komma in i någons famn och få en varm hjärtlig kram.

Jag har blivit medlem i församlingen, vilket jag är väldigt glad och tacksam för. Det är som att jag har hittat "hem". De som jobbar här och församlingsmedlemmarna är så välkomnande och kärleksfulla. Alla är som en stor familj här i Mikaelikyrkan. Jag har även fått frågan om att vara gudstjänstvärd och det är fantastiskt värmande att få förmånen att stå inför församlingen och läsa text i gudstjänsten. Alla känns så närvarande.

Jag är även medlem i MHF (Motorförarnas Helykterhetsförbund) både som sekreterare i MHF Region Mälardalen och ledamot i styrelsen MHF Storstockholm. Vi har fått förmånen att hyra rum i Mikaelikyrkan för att kunna ha våra möten och verksamhet. Innan jag visste vad Equmeniakyrkan var för något trodde jag att det var en frikyrka där man måste ge en del av sin inkomst till kyrkan, så jag hade en del förutfattade meningar. Alla har ju inte stora ekonomiska resurser.

Jag är en nyfiken person så om jag vill veta någonting så frågar jag mig för eller använder mig av Google för att få svar på mina frågor, så det gjorde jag när den gäller Mikaelikyrkan som är



en Equmeniakyrka. Men nu vet jag ju att alla är välkomna. Jag kan ju bidra med att hjälpa till.

Jag är glad över att mina förutfattade, okunniga funderingar inte stämde och att jag numera är medlem i Mikaelikyrkan och även kan vara kvar som medlem i Svenska kyrkan som jag är döpt och konfirmerad i. Det går att vara med i två världar av Guds hus som inte skiljer sig nämnvärt åt, för oavsett vilken kyrka jag väljer att vara i så vet jag att Gud är glad att jag är där som en av hans många lärjungar.

Tack Mikaelikyrkan! Mig kommer ni att få se mer av!

Kärleksfulla kramar  
Marie Gardesjö

# Kalendarium

## MAJ

**Söndag 31** ♦ Heliga trefaldighet  
Gud - Fader, Son och Ande

**10.00 Gudstjänst**  
Hellen Tolf Dahl, Annika  
Eriksson, Lena Olsson  
Efter kyrkkaffet: Församlings-  
möte inför kyrkokonferensen

## JUNI

Torsdag 4  
10-11.30 Bibelstudium, veckans texter

**Söndag 7** ♦ 1:a sönd e trefaldighet  
Vårt dop

**10.00 Gudstjänst**  
Krister Karlsson, Lena Olsson,  
Kören

Torsdag 11  
10-11.30 Bibelstudium, veckans texter

**Söndag 14** ♦ 2:a sönd e trefaldighet  
Kallelsen till Guds rike

**10.00 Nattvardsgudstjänst**  
Hellen Tolf Dahl, Cristina  
Larsson

Torsdag 18  
10-11.30 Bibelstudium, veckans texter

Inga gudstjänster  
under midsommar

Torsdag 25  
10-11.30 Bibelstudium, veckans texter

**Söndag 28** ♦ 4:e sönd e trefaldighet  
Att inte döma

**10.00 Gudstjänst**  
Hellen Tolf Dahl, Carmen  
Jimenez de Espinoza,  
Lena Olsson

## JULI

**Söndag 5** ♦ Apostladagen  
Sänd mig

**10.00 Andakt**  
Marie Gardesjö

**Söndag 12** ♦ 6:e sönd e trefaldighet  
Efterföljelse

**10.00 Taizéandakt**  
Cristina Larsson, Annika  
Eriksson

**Sommaruppehåll**  
**19 juli - 9 augusti**



## AUGUSTI

**Söndag 16** ♦ 11:e sönd e trefaldighet

Tro och liv

**10.00 Andakt**

Annika Eriksson, Cristina  
Larsson

**Söndag 23** ♦ 12:e sönd e trefaldighet

Friheten i Kristus

**10.00 Gudstjänst**

Hellen Tolf Dahl, Carmen  
Jimenez de Espinoza,  
Cristina Larsson

**Söndag 30** ♦ 13:e sönd e trefaldighet

Medmänniskan

**10.00 Gudstjänst**

Samlingssöndag  
Omon Norén, Hellen Tolf Dahl,  
Lena Olsson, Kören

## Fredagssamling

Fredag 24 april hade vi vårens sista fredagssamling. Nere i Eken bjöd Möblemanget på musik. Vi fick smaka på ukrainska piroger, kåldolmar, pannkakor och mycket annat gott. Det blev en kväll med trevlig stämning, god mat och skön musik. Kvällen avslutades med en kort andakt inne i kyrksalen.

## Klubbensborg

Precis som tidigare år blir det sommar-musik på Klubbensborg på söndagarna. Klockan 15.00 startar programmet och följs sedan av en kort betraktelse under rubriken AngeLäget. Du kan se hela programmet på nästa sida.

Men Klubbensborg – och speciellt Café Uddvillan – är öppet alla dagar i veckan, så gör en utflykt dit och njut av gott fika en stund.





# Sommarprogram SÖNDAGAR KL.15<sup>00</sup>

☀ JUNI ☀	☀ JULI ☀	☀ AUGUSTI ☀
<p><b>7 juni</b> <i>Jorden runt med egna låtar</i> Ingemar Olsson.</p> <hr/> <p><b>14 juni</b> <i>Allt som vi kunde va'</i> David Berjlund, sång &amp; gitarr och Micael Zingmark piano.</p> <hr/> <p><b>19 juni</b> <b>Midsommarafton</b> <b>kl.14<sup>00</sup></b> <i>Midsommar i folketon</i> Josefina Paulson, nyckelharpa och Fredrik Bengtsson, bas.</p> <hr/> <p><b>28 juni</b> <i>Sommarklanger</i> Med sånggruppen Mysing.</p> <hr/> 	<p><b>5 juli</b> <i>Livet &amp; Musiken, Musiken får berätta</i> Covers av popmusik med Filippa Pettersson, sång, Ludvig Stokki, gitarr och Olivia Elveborg, piano.</p> <hr/> <p><b>12 juli</b> <i>Tröst för en stukad själ</i> Sånger om livet med låtskrivaren Greger Hjelm om kärlek, längtan, tro och tvivel.</p> <hr/> <p><b>19 juli</b> <i>Kärlek på längden, tvären och höjden</i> Jenny Bonham-Carter, sjunger för och med oss.</p> <hr/> <p><b>26 juli</b> <i>I feel good!</i> Familjen Forsberg spelar några favoriter inom soul, jazz och pop. Hanna, sång &amp; piano, Martin, bas, Edvin, piano &amp; saxofon, Iris, gitarr &amp; sång.</p> <hr/>	<p><b>2 augusti</b> <i>Poetisk stämsång</i> Amanda Hedelius, sång och Victor Edlind, sång och gitarr.</p> <hr/> <p><b>9 augusti</b> <i>Stilla väcks en tacksambet</i> Sång och musik med Mikaelikyrcans kör, Skärholmen.</p> <hr/> <p><b>16 augusti</b> <i>Musik i Glädje</i> Olle Eilestam, sång &amp; piano.</p> <hr/> <p><b>23 augusti</b> <i>Storbandshits från Basie till Sinatra</i> Älvsjö Storband under ledning av Bo Söderberg.</p> <hr/> <p><b>30 augusti</b> <i>Solsken och kärlek</i> Kören Con Spirito från Andreaskyrkan under ledning av Tina Bergholm.</p> <hr/>

Söndagar ca kl.16<sup>00</sup> *AngeLäget* – En stund av stillhet och reflektion.



i samarbete med:



KLUBBENSBOG SVÄGEN 27

| T-BANA MÄLARHÖJDEN

| [www.klubbensborg.se](http://www.klubbensborg.se)

| VÄLKOMMEN!



## Bön i kyrkan

Bönekursen som också blev ett gott samtal om bön.

En grupp har träffats i kyrksalen sex gånger under den här terminen, för att upptäcka vad bön kan vara och att be tillsammans.

Vi har hunnit att läsa kända böner, trosbekännelse och välsignelsen. Vi har haft en böneverkstad där deltagare både har fått be för varandra och fått mottaga förbön. Vi har gått igenom olika sätt att be och vi har hittat bönens vila, både i tystnaden och böner som har delats med varandra i hörbar ton. Musik, psalmer och sånger är också en del av vårt böneliv tillsammans. Allt har skett frivilligt och det har också gått bra att bara varit med i stillhet. Vi kommer att fortsätta gemensam bön i olika former i höst.

Ekumenisk bön varje månad  
En gång i månaden träffas ledare och personal för de olika församlingarna i Skärholmen för att be tillsammans för vår stadsdel och det som händer i vårt närområde. Vi ber om Guds välsignelse för alla vi möter och för våra församlingar. Vi tar oss an utmaningar och det är i den gemensamma bönen som vi får styrka.

### Förbön

Varje vecka ber vår pastor och diakon för församlingsmedlemmar, besökare och människor som hör av sig till vår kyrka för förbön, ljusständning och behov av omsorg. När vi har Öppen Kyrka så får besökare förbön och efter våra gudstjänster på söndagar är kyrksalen alltid öppen för bön. Personalen i församlingen gör också hembesök, och förbön, andakt samt nattvard är ett erbjudande som alltid finns.





# Psalm 202

av Harry Martinson

De blomster som i marken bor  
kan aldrig själen glömma.  
Hur skönt att djupt bland gläntors flor  
se solens fingrar sömma  
en vacker klädnad till den säng  
som vi ger namnet sommarns äng  
och som med solens gyllne tråd  
hopsömmas våd för våd.

En sommarpsalm jag sjunga må  
i själens vinterdagar  
och låta tungsint tanke gå  
och mana sommarns hagar  
att träda fram till sinnets stöd  
i vinterns långa själanöd,  
att djupt i minnet skåda Gud  
i evig sommarskrud.



# Församlingsboken

---

## Födelsedagar

Van Lieu 90 år den 10 juni	Ingrid Westanmo 99 år den 12 augusti
Mats Bjerhem 70 år den 11 juni	Ingemar Björklund 80 år den 15 augusti
Ola Weiland 80 år den 8 juli	Solveig Rogvall 80 år den 3 september
Ivan Rudström 97 år den 5 augusti	Kerstin Cederquist 70 år den 7 september

## Bibelstudium

Under året har vi träffats på torsdagar kl 10.00-11.30 för att studera bibeltexterna inför kommande söndag. Vi samtalar och diskuterar innehållet i bibelberättelserna och delar tankar och funderingar. Vi upptäcker våra egna liv i förhållande till innehållet i berättelserna och det är spännande att dela erfarenheter. Alla är välkomna att delta de gånger man kan. Vi har biblar att låna ut när vi träffas, men vi efterlyser också biblar på olika språk. Om du har en bibel över, ta gärna med den till kyrkan för vi behöver fler.

Vi kommer att ha sommaruppehåll från den gemensamma läsningen, men med en bibelläsningsplan kan var och en fortsätta läsa under sommaren tills vi ses gemensamt igen.

Vi träffas varje torsdag i juni, men då är det inte öppen kyrka. Vi fortsätter sedan i höst med start i september.



# Equmeniakyrkan

Mikaelikyrkans missionsförsamling

[www.mikaelikyrkan.nu](http://www.mikaelikyrkan.nu)

E-post: [info@mikaelikyrkan.nu](mailto:info@mikaelikyrkan.nu)

Personal:

**Hellen Tolf Dahl**

*Pastor*

Mobil: 073-224 02 44

**Omon Norén**

*Diakon*

Mobil: 073-787 82 05

E-post: [omon.noren@gmail.com](mailto:omon.noren@gmail.com)

Körledare:

**Cristina Larsson**

Mobil: 073-328 59 76

Adress:

Skärholmsgången 2-4

127 48 Skärholmen

Kontonummer:

Plusgiro: 25 03 77 - 9

Församlingsnummer

i Equmeniakyrkan: 2507

Swishnummer:

Kollekt, gåva till församlingen:

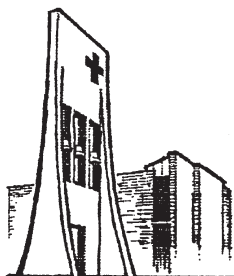
123 607 07 00

Kyrkkaffe, servering:

123 263 82 94

Insamlingar mm:

123 229 95 68



## Livet i Mikaelikyrkan

Programblad utgivet av Mikaelikyrkans missionsförsamling,  
ansluten till Equmeniakyrkan.

Foto framsida AI-genererad

Ansvarig utgivare: Stig Jonsson. Layout: Viveka Vidhammer

Manusstopp nästa nr: 18 augusti 2026