

# Möten på brustenhetsens våglängd

För snart 30 år sedan hölls den första sinnesromässan. En sådan mäsas kan beskrivas som ett möte mellan kyrkans andlighet och tolvstegsprogrammet. Idag är sinnesromässan ett etablerat inslag i många församlingar och lockar deltagare med mycket varierande bakgrund.

TEXT: PER AXEL NORDFELDT

**DEN 22 SEPTEMBER 1992 SKREVS** historia i svensk kristenhet. Då hölls den första sinnesromässan i Betelseminariets kapell i Bromma. Tankarna som låg bakom sinnesrogudstjänsten hade under en tid växt fram hos initiativtagaren Harry Månsus, teolog och baptistpastor.

– Jag hade en tid arbetat på behandlingshemmet i Noor i Knivsta söder om Uppsala, berättar Harry Månsus, som idag är i 80-årsåldern och bosatt i Järfälla.

– Det var en fantastisk tid. Före mig arbetade Olle Carlsson där. Vi arbetade enligt Anonyma Alkoholisters tolvstegsprogram. Behandlingen startade en andlig rörlighet hos deltagarna som jag aldrig sett maken till tidigare i min verksamhet.

Resultaten av behandlingen var bra och många kände sig stärkta. Flera ville fortsätta och frågade till vilken kyrka de kunde vända sig efter att ha lämnat Noor.

– Jag rekommenderade några församlingar som jag kände förtroende för, fortsätter Harry Månsus.

Men det gick inte så bra. När Harry åter fick kontakt med några tidigare patienter märkte han att allt inte stod rätt till. Energin och entusiasmen var borta. Vissa var så nere att han befäradade att de fått ett återfall i missbruket, men så var det inte. Men de hade svårt att hitta sin plats i den vanliga kyrkan och kände sig inte välkomna där.

– Jag blev mycket upprörd över det jag hörde, säger Harry Månsus.

– Det här är människor som behöver få mötas på brustenhetsens våglängd. De kanske kommer med spillrorna av sina liv eller företag. Det är inte så lätt att knyta an.

– Om dessa människor inte kände sig välkomna i kyrkan var något fel. Det var inte så här jag såg på kyrkans uppdrag utifrån det arbete Jesus hade inlett på fiskebryggarna i Galiléen. Han tog sig an trasiga och skamtyngda människor och gav dem en ny värdighet. Berättelser som den om den förlorade sonen handlar inte om vi ska belöna dem som gör rätt utan om att syndaren ska välkomnas in i gemenskapen.

**RESULTATET BLEV SINNESROMÄSSAN.** Den kan beskrivas som ett möte mellan kyrkans andlighet och tolvstegsprogrammet. De största mässorna kunde locka hundratals deltagare. Bibeltexterna är korta och talar existentiellt till alla. Det förekommer mycket musik. Psalmer förstås, men viktigt är också att ha med profan musik. Längre var Tove Janssons Höstvisa ett stående inslag: "Skynda dig älskade, skynda att älska. Dagarna mörknar minut för minut/Tänd våra ljus, det är nära till natten, snart är den blommande sommaren slut."

Återkommande begrepp hos Harry Månsus är "slätten", "lägerelden på slätten" och liknande.

– Det syftar på att vi måste lämna den trygga kyrkan och gå ut bland folken som rör sig i de öppna landskapen, de som inte riktigt passar in i den traditionella kyrkan. Vi ska bygga en kyrka för slätternas folk, där alla kan vara med.

Konceptet med sinnesromässan väckte uppmärksamhet, både inom och utanför kyrkan. Även internationellt har intresset varit stort.

– Det finns ingen direkt motsvarighet utan-



Harry Månsus vid en sjö i Roslagen som han skriver om i sin bok.

FOTO LEA MÅNSUS

Stenar laddade med berättelser.



” Vi måste lämna den trygga kyrkan och gå ut bland folken som rör sig i de öppna landskapen, de som inte riktigt passar in i den traditionella kyrkan.

för Norden, berättar Harry Månsus.

Anordnandet av sinnesromässor spred sig snabbt och fanns snart på många håll i landet. I början av 2000-talet minskade det, beroende på att flera av de personer som från början drivit saken nu gick i pension och drog sig tillbaka från verksamheten. Idag ser Harry Månsus svårigheter för tankarna kring sinnesromässan.

– Bibelns stora berättelse som vi alla kan enas kring finns inte längre på samma sätt. Verkligheten idag är så diversifierad, många saker sker intill och bredvid varandra, men de har inte riktigt kontakt.

– Samtidigt ser jag att sinnesromässan sått frön inom många andra verksamheter och att idéerna tar sig andra uttryck, exempelvis inom pilgrimsrörelsen.

– Det som bekymrar mig lite är att sinnesromässan inte finns med i prästutbildningen på samma sätt längre.

Under pandemin tvingades Harry Månsus avstå från sin intensiva föreläsarverksamhet. Istället skrev han ytterligare en bok, Sängen om livet. Det har blivit ett tiotal böcker genom åren. Hans bok Vägen hem blev en oväntad försäljningssuccé med drygt 85 000 sålda exemplar.



– Jag lät mig övertalas att delta i ett Zoom-möte kring min nya bok nyligen. Det var förvånansvärt givande.

**DET HAR TAGIT TID** för sinnesromässan att ta sig fram till Järfälla, men sedan i augusti håller Anna Johansson Blomberg, präst och arbetsledare i Järfälla församling, regelbundet sinnesromässor på måndagar i Maria kyrka.

– Vi började med sinnesromässor i Sundbyberg 2016, berättar hon. Då reste jag och mina medarbetare runt och deltog i sinnesromässor på flera olika håll. Sedan plockade vi de bästa delarna från de mässor vi varit med om och skapade en egen som vi höll en gång i veckan.

– Jag har själv egen erfarenhet av tolvstegsprogrammet och jag har också arbetat på Österåkeranstalten som då hade 12-stegsprofil.

– När jag i augusti förra året fick möjlighet att hålla sinnesromässor i Maria kyrka tog jag med mig konceptet från Sundbyberg hit. Mässan hålls på måndagar. Ett stående inslag är att någon delar sin berättelse. Vi utgår från ett av de tolv stegen vid varje mässa.

– Det visar sig att flera av deltagarna inte har någon bakgrund i missbruk, säger Anna eftertänksamt. Det är bra, sinnesromässan är till för alla och alla kan förhålla sig till tolvstegsprogrammet.

**EN SINNESROMÄSSA ÄR** en stillsamt intensiv upplevelse. I Maria kyrka inleder den tonsatta sinnesrobönen. Därefter delar en person berättelsen om sitt liv och missbruk (eller en anhörig, medberoende) med andra deltagare, vid detta tillfälle utifrån steg 1. En kort predikan, därefter nattvard. I kyrksalen finns en skål med vatten, bredvid den stenar. Deltagarna kan efter nattvarden ta en sten och tyst för sig själv dela sin berättelse. Sedan läggs stenen i vattnet som en symbol för rening. Efter musik, gemensam och framförd av en sångsolist, bibeltexter, betraktelser och böner, samlas alla återigen i sinnesrobönen.

Hannu Kannusaari har deltagit i alla sinnesromässor som hållits i Maria kyrka. Han har tidigare gått på många mässor i andra kyrkor.

– Jag känner nästan att jag inte kan vara utan sinnesromässorna, säger Hannu eftertänksamt. Jag har inget förflutet i tolvstegsörelsen, men jag känner väldigt starkt för de här mässorna.

– Det beror på att jag sett effekten. Många som deltar längtar efter att lämna missbruket bakom sig men har inte hunnit ända fram ännu. När de deltar i sinnesromässor får de hjälp att komma vidare.

– Därför vill jag vara en del av det här. Vi brukar säga att ingenting kan bli fel, det kan bara bli lite annorlunda. Det stämmer väldigt bra på sinnesromässan.



Hannu Kannusaari

– Kärleksbudskapet har en väldigt stor del här.

Även Harry Månsus deltar i mässan denna kväll. Men han har ingen aktiv del i sinnesmässorörelsen nuförtiden.

– Jag kommer från en jordbrukarsläkt i Österbotten. Där brukar man säga att den gamle bonden inte ska gå kvar på täpporna för länge.

– Det är så jag ser det. Nu får andra ta vid och utveckla detta på sina egna sätt.

### Vinn boken

Var med i utlottningen av *Sången om livet*.

Harry Månsus utmanar oss alla, och kanske troende i synnerhet, att lyssna in varandra för att hitta anknytningspunkter.

Maila till

[jarfalla.tusenmojligheter@svenskakyrkan.se](mailto:jarfalla.tusenmojligheter@svenskakyrkan.se)

[@svenskakyrkan.se](mailto:jarfalla.tusenmojligheter@svenskakyrkan.se)

Skriv *Sången om livet* i ämnesraden



### Sinnesrobönen

*Gud, ge mig sinnesro att acceptera det jag inte kan förändra, mod att förändra det jag kan och förstånd att inse skillnaden.*

### De tolv stegen (Anonyma Alkoholister)

1. Vi erkände att vi var maktlösa inför alkoholen – att våra liv hade blivit ohanterliga.
2. Kom till tro att en Kraft större än vi själva kunde återge oss mental hälsa.
3. Beslöt att överlämna vår vilja och våra liv till Guds omsorg, sådan vi uppfattade Honom.
4. Gjorde en grundlig och orädd moralisk inventering av oss själva.
5. Erkände inför Gud, oss själva och en annan människa den exakta innebörden av våra fel.
6. Var helt och hållet beredda att låta Gud avlägsna alla dessa karaktärsdefekter.
7. Bad Honom ödmjukt att avlägsna våra brister.
8. Gjorde upp en lista över alla personer vi hade gjort illa och blev villiga att gottgöra dem alla.
9. Gottgjorde så långt möjligt dessa människor personligen, utom då det skulle kunna skada dem eller andra.
10. Fortsatte att göra personlig inventering och erkände genast när vi hade fel.
11. Sökte genom bön och meditation att förbättra vår medvetna kontakt med Gud, sådan vi uppfattade Honom, varvid vi endast bad att få kunskap om Hans vilja med oss och styrka att utföra den.
12. När vi, som resultatet av dessa steg, hade haft ett andligt uppvaknande, försökte vi föra detta budskap vidare till alkoholister och tillämpa dessa principer i alla våra angelägenheter.

**Sinnesromässa**  
**Måndagar 17.30–18.30**  
**Maria kyrka**