



CELEBRATE RECOVERY

Sårbarhetens hemvist på Livets Ord

Vi bodde tidigare 2,5 år i södra Californien. Min man forskade på UCI och vi hade då två barn, så jag sa upp min tjänst på Akademiska sjukhuset för att hela familjen skulle kunna flytta med. Vi kände till *Saddleback Church* och genom Guds nåd hamnade vi 20 minuters bilfärd från församlingen.

Saddleback – en av världens mest vänliga församlingar

Det var pastor *Rick Warren* som grundade församlingen och nuvarande pastor *Andy Wood* har fortsatt samma genuina bibelcentrerade undervisning. Det var Rick Warren som skrev materialet till Celebrate Recovery. Han förenade de tolv stegen med Jesu mest berömda tal - bergspredikan.



Rick Warren

“Saliga är de ödmjuka” säger Jesus (Matteus 5:5). Det stämmer, för att gå in i Celebrate Recovery-processen behöver man ödmjuka sig och erkänna för sig själv, för Gud och för andra: *Jag klarar inte det här själv*. Jag behöver din hjälp Gud, och jag behöver andra människor omkring mig. Det är så man kommer till Celebrate Recovery.

I vården arbetar vi evidensbaserat, det vill säga, det behöver finnas bevis för att något fungerar för att vi ska få använda en behandling. När det gäller ett beroende, oavsett vilket, så är det bara *12-stepsprogrammet* som har evidens. I Celebrate Recovery följer vi därför dessa 12 steg.

Det finns en lösning – om man erkänner sitt problem

Först behöver jag erkänna att jag har ett problem innan jag satsar tid och kraft att finna en lösning, det säger ju sig själv. Men för att veta att jag ska omvända mig från något behöver jag förstå vad som hänt. Det kan tyckas lätt, men det är inte alltid så självklart.

När jag började leda de första grupperna insåg jag inte ens vad jag själv hade att kämpa med. Jag skulle ju starta Celebrate Recovery för att hjälpa andra. Men vad bar jag själv på? Det låter kanske fånigt, men jag blev faktiskt tvungen att fråga Gud. Så blind var jag för mina egna sår som jag burit så länge att jag trodde de var en del av mig. Det var när jag hörde de andra kvinnorna i mina grupper berätta som jag insåg: *Men det där har ju jag också varit med om!*

Så nystades det upp en för mig en helt obearbetad sorg från min mammas sjukdomstid i cancer som pågick hela min tonårstid. Till slut förlorade hon den kampen. Först nu insåg jag hur jag tagit ansvar för sådant som jag aldrig borde ha behövt bära. Jag bar på en *falsk skuld* som inte varit min egen. Så för mig blev mitt *överlåtelsesamtal*, det femte steget, en befrielse. För första gången sedan min

mammas död fick jag lägga av min sorgmantel och uppleva friheten i den genuina glädjen från Gud. Jag är evigt tacksam till Honom för den friheten.

Ledare som stöttat oss

Det är flera jag vill tacka från djupet av mitt hjärta. Pastorerna **Janne Blom** och **Sebastian Asklund** stöttade uppstarten av Celebrate Recovery på Livets Ord. Deras förböner och stöd är ovärderliga. Celebrate Recoverys egna **Torbjörn** och **Ann-Christin Freijs** ständiga stöd från uppstarten till idag går inte att värdera. De har kommit på varennda öppen samling vi håller och svarar alltid på mina frågor.

Tacksamheten går också till vår tidigare pastor **Rune Borgsö**, numera pastor på **Heart** i Stockholm. Han startade traineeprogrammet på Livets Ord som jag fick gå. Hans förböner i kritiska situationer har varit avgörande.

Att få mötas i sårbarhet – en försmak av himlen

Det var genom Torbjörn Freijs kontakter som gjorde att vi från början blev ekumeniska i våra grupper på Livets Ord. Det har varit avgörande för den fina dynamiken och det genuina samtalet i grupperna. Det är skönt att få gå med de jag inte tidigare känner och behöver träffa i mitt sammanhang.

I den trygga lilla gruppen i Celebrate Recovery så är vi helt ärliga, tack vare att vi lovar sekretess kring allt som sägs i gruppen och även vem som ingår i gruppen. Jag upplever en sån syskonkärlek till de andra i min grupp. Vi får inte kommentera varandra och inte heller fixa varandra. Men att få höra en annans djupa suck när jag delat något kämptigt jag blivit utsatt för betyder allt. De hör, och de känner med mig. Det är den tröst jag behöver för att kunna förlåta, släppa det och gå vidare.



Torbjörn Freij är nationell ledare i Sverige och Ann-Cathrine har översatt böckerna, här på CR-konferens i ett soligt Kalifornien.



CR-konvent på Livets Ord

Det är med tacksamhet jag ser tillbaka på årets konvent för Celebrate Recovery i Sverige. Djupt berörd blir jag av att få stämma in i lovsången med alla som från olika sammanhang och samfund och att få dela nattvarden tillsammans berörde mig djupt. Att mötas som syskon i allt det vi står i

och kämpar med, stärker och berikar. Jag hoppas att du kommer med nästa år, då vi flyttar konventet in i större salar så att alla får plats. Datum är redan bokat (lördag den 4 oktober 2025).

Den sonen gör fri, han är verkligen fri, säger Jesus i Johannes 8:34. Det gäller oss alla. Varmt välkommen till Celebrate Recovery.

Rachel Terenius