

Innehåll

Förord	11
------------------	----

JANUARI *Ljuspunkter och mörkerseende*

1 Välsignelsebön från Iona.	16
2 Kylslagna vanor	17
3 Ett kyrie för världen	18
4 En större berättelse	19
5 Väg bland ruiner	20
6 Den fjärde väggen	21
7 Din mamma arbetar inte här	22
8 Trassliga ljusslingor	23
9 Vad finns att hoppas på?	24
10 Ett konto helt ur balans	25
11 Trångt på gymmet	26
12 Goda föresatser	27
13 En rimlig ambitionsnivå	28
14 Notan är betald	29
15 Med stora kliv	30
16 En lysande julgran är inte så lysande nu	31
17 Leendet på återvinningen	32
18 Annars faller världen samman.	33
19 Vi får göra motstånd	34
20 Vila i bönen	35
21 En riktning för vår längtan	36
22 Nu gäller det!	37
23 Hitta nya möjligheter.	38

24 Det här går jag inte med på	39
25 Tillsammans är ordet	40
26 Generositet som livshållning	41
27 Jag gav bort min jacka	42
28 Sätt dig ner!	43
29 Gäddhäng och angeldon	44
30 Vem vinner Kylslaget?	45
31 När är ditt januari?	46

FEBRUARI *Var dags tro*

1 Tro för vanliga dagar	48
2 Skydda kreativiteten	49
3 Jag kom undan.	50
4 Snett från vänster	51
5 Känna igen det där från vänster	52
6 Osunda miljöer och viktiga skyltar	53
7 Var rädd om rädslan.	54
8 I befintligt skick.	55
9 Vi möts i codan	56
10 Tre viktiga R	57
11 Det första R:et: Ryttn	58
12 Det andra R:et: Riktning	59
13 Det tredje R:et: Ressällskap	60
14 En bön för bultande hjärtan	61
15 När drömmar lossnar	62

16	Här är du nu	63
17	Fyra frågor	64
18	Vad gör dig glad?	65
19	Vad engagerar dig?	66
20	Vem eller vilka älskar du?	67
21	Vad är du mest rädd för?	68
22	Orientering i fastetidens början	69
23	Med eller utan tjäder	70
24	En trumpetlåda på hatthyllan .	71
25	Experten i tv-soffan.	72
26	Innan dagen tog mig	73
27	Visby off season	74
28	Smashburgare by locals.	75
29	En bonusdag med guldkant . . .	76

MARS *Bland grusiga vägar
och grusade drömmar*

1	I ögonhöjd	78
2	Om du bara visste	79
3	Vara på tårna	80
4	Nere i gruset	81
5	Bland grusiga vägar och grusade drömmar	82
6	När du känner dig som en idiot	83
7	Har du ångest?	84
8	Dolly, klimakteriet och gudsbilder	85
9	Samvetsskavet	86
10	Breven från Nya Zeeland. . . .	87
11	En luftficka av humor och självdistans	88
12	Söka och finna livsmod	89

13	Gå vidare	90
14	En vägg att luta sig emot	91
15	Hel trots ett trasigt skal	92
16	M-skylden från Gräsberget. . .	93
17	Högt och lågt	94
18	Svartvita budskap	95
19	Tror jag tillräckligt?	96
20	Nära strecket.	97
21	När Stilla veckan börjar	98
22	En föraning om stormen	99
23	Allt vad ni ber om.	100
24	Kärlekens fun i vågskålen . . .	101
25	Våffeldagen och en viskning. .	102
26	En liten glittrande fisk	103
27	När det kvittar.	104
28	Vem ska rulla undan stenen? .	105
29	Mitt lyckade livs misslyckande	106
30	Tacksam över allt jag inte får till.	107
31	Kurragömma med Gud	108

APRIL *Det blir inte alltid
som man tänkt sig*

1	Gick du på det?	110
2	Först tröst, sedan handling. . .	111
3	Ombytta roller	112
4	Var beredd på åldrandet.	113
5	Vem ser jag i spegeln	114
6	Mitt innersta skyddsrum.	115
7	The Boss och vägen ut ur modlösheten.	116
8	Barnet buret	117

9	Alla våra åldrar	118
10	Du är aldrig ensam	119
11	"Hjälp! Jag trodde det var Carin"	120
12	Vi går ur tiden	121
13	En räddningsaktion	122
14	Konsten att rrrreta en hund. . . 123	
15	Lätt, men inte lättfärdigt. . . . 124	
16	När våra föräldrar fortsätter präglar oss syskon.	125
17	Den ryska dockan	126
18	Vem är jag att kräva besked? . . 127	
19	Livet är vävt i ett enda stycke. . 128	
20	De humorbefriades förening . . 129	
21	Jag skickar någon annan 130	
22	App, lapp sa att du slapp 131	
23	"Man skulle kunna sätta dit en kopparplåt"	132
24	Det var ju	133
25	Inte drunkna i nyhetsfloden . . 134	
26	Va, blir man frisk då?	135
27	Pantkvittot kan någon annan få.	136
28	Tänk efter före.	137
29	En liten revolution	138
30	Sköna maj, välkommen!	139

MAJ *Borttappade minnen*

1	Växtzoner med generösa gränser.	141
2	Att såra en björk	142
3	En varsam ömhet	143

4	Björksaven och människans törst.	144
5	Glimten i ögat	145
6	Får jag lov?	146
7	En kula i ett flipperspel.	147
8	Lite blyg.	148
9	För-undran.	149
10	Förundran och beundran.	150
11	Jag är här	151
12	Javisst, ja!	152
13	"Fån't vi si då"	153
14	Lunnefågeln.	154
15	Den jag en gång var är inte den jag är.	155
16	Vilken överraskning!.	156
17	Vad gör vi nu då	157
18	Jag har fått mitt ord	158
19	Ett möte med Gud	159
20	Ett tack till the Boss!	160
21	När det plötsligt kommer över mig.	161
22	Miss Marple i Hamar.	162
23	Där ingen kunde tro att något skulle gro	163
24	Rävungar på retreat.	164
25	Dansa barfota inför Gud	165
26	Anteckningar i marginalen . . . 166	
27	Nej, det är lugnt	167
28	Ta vara på tiden	168
29	Där har jag varit	169
30	Vad fäster vi minnet på?	170
31	Vart tog de vägen?	171

JUNI *Snart vänder det – igen*

1	Får över hela byn.	173
2	Torrnodret visar vägen.	174
3	Snart vänder det – igen.	175
4	Det finns i skogen.	176
5	Tillbaka på ruta ett.	177
6	En bön med flaggan i topp.	178
7	Oprah tar chansen.	179
8	Oprah gör underverk.	180
9	När vatten blir vin.	181
10	Närma sig tonårstiden igen.	182
11	Semester med yt-flykt.	183
12	Bingolottobilen.	184
13	Glassen och millimeter- rättvisan.	185
14	Hallå eller!	186
15	Blir det hemester i år?	187
16	Ljusa kvällar och myggfritt	188
17	Vemod är mitt andra namn	189
18	Kopistens avslöjande.	190
19	Midsommar eller missommar?.	191
20	Hur långt är det till Bångstugan?	192
21	Starlet som överlevnadskit	193
22	När andra ser vad jag hoppas på	194
23	Nu har det vänt, va?	195
24	Vem är den där Anna-Lena?	196
25	En liten bit av evigheten.	197
26	Kan det vara vackrare runt Jerusalem?	198
27	De som bodde.	199

28	Från Nås till Jerusalem	200
29	En tidsmaskin på American Colony.	201
30	Hälsningen på Scopusberget	202

JULI *Vännerna blir kvar*

1	De var trettiosju.	204
2	Gå i takt med vännerna.	205
3	Luta sig mot vännerna.	206
4	Änglarna finns i Atlanta	207
5	Go with the flow.	208
6	Det är jag som har de vackra pionerna.	209
7	Håll fred och stanna kvar	210
8	En dollars ridtur	211
9	Inte mitt klaver.	212
10	De som kavlar upp skjortärmarna.	213
11	Att förlora en gammal vän.	214
12	Livets mening finns hos grannen	215
13	Jag saknar en skruvdragare	216
14	Mitt enda husdjur.	217
15	Syrliga karameller och smak av semester.	218
16	Vem säger jag ja till?	219
17	Planera en resa	220
18	Nu händer det!	221
19	Resorna på väggen.	222
20	Lätthet som smakar frihet.	223
21	Visst älskar vi oss?!	224
22	Jag vill ha en solklänning	225
23	Det finns en positiv riskzon.	226

24	Ett viktigt fäste	227
25	Förtöjd i Guds omsorg.	228
26	En fattas.	229
27	När Cate Blanchett ropar mitt namn	230
28	"Hur kan du känna mig?"	231
29	När Vrångö plötsligt stavas Vargö	232
30	Mina vänner – med vuxenpoäng	233
31	Sommaren sjunger snart på refrängen	234

AUGUSTI *Vägsååarna frihet och ensamhet*

1	Kvällen innan semestern börjar	236
2	Säg som det är	237
3	Ännu en gryning	238
4	Dead man walking	239
5	"Ta dä, ditt as!"	240
6	Gästfrihet är en utmaning.	241
7	Ett litet brunt paket	242
8	Sedlar på tork	243
9	Frihet och ensamhet	244
10	Blötmyrar och träspångar	245
11	När tron behöver mer utrymme	246
12	En näsduk i skjortärmen	247
13	Mitt fjortonåriga jag	248
14	Det kommer att bli bra	249
15	Nomadland	250
16	Loneliness – att känna sig utanför.	251

17	Solitude – den goda ensamheten	252
18	Det är många som ringer nu	253
19	Den tyngsta trafiken går alltid nattetid	254
20	Vem säger välkommen hem?	255
21	Att möta tomheten.	256
22	Ropa inte hej förrän	257
23	Är det någon konst att vara modig om man inte är rädd?	258
24	Se upp med avståndet	259
25	Till stödkorvens lov.	260
26	Jag har fortfarande koskräck	261
27	Min guldkant	262
28	En decimeter diskriminering.	263
29	Dy(k) i Bysjön	264
30	Vem bor i mitt hotellrum?	265
31	Linjerna är tunna	266

SEPTEMBER *Den som är rotad får gärna ta plats*

1	Den som är rotad får gärna ta plats.	268
2	Mogna vackert	269
3	Vara nöjd	270
4	Gräsmattan får vänta	271
5	Smaka och se	272
6	Stormens öga	273
7	De små, små detaljerna	274
8	Vanans makt.	275
9	Jättedaggåpan.	276
10	En perenn som trivs lite överallt.	277

11	Rädd om rötterna	278
12	Något främmande i rotsystemet	279
13	När barnet lämnar boet.	280
14	Konsten att få folk att lyssna	281
15	Berätta, berätta, berätta.	282
16	En del lösa trådar och en röd	283
17	Spara eller slösa?	284
18	Hur ska jag känna igen ogräset?	285
19	Skönheten mitt i steget.	286
20	Jag hör (inte) vad du säger	287
21	Rotlös.	288
22	En grund att stå på	289
23	Näringsfattigt.	290
24	Kampen mot bladlössen	291
25	Jag lövar inget.	292
26	Gör det intel!	293
27	Vem vill bli beskuren?	294
28	Bevara ditt hjärta	295
29	Tillgången	296
30	Jag vill inte ta en promenad.	297

OKTOBER *Vad är det du behöver?*

1	Utelåst på månen	299
2	Ett nytt landskap	300
3	Vik av åt vänster.	301
4	Dagen för dem som gillar kanel	302
5	I skuggan av ett underbarn	303
6	Vara rustad utan rustning	304
7	Minnen av en pappa	305
8	Slå på din spik	306

9	Rallyamazonen.	307
10	Oblaten som flög iväg	308
11	Nödutgångar	309
12	Sår eller ärr?	310
13	En hemlig bönevän	311
14	Minnen du inte förlorar.	312
15	Pusselbitar som inte passar ihop	313
16	Pusslet i kyrkan	314
17	Du behöver inte be	315
18	Min viktigaste böneskola.	316
19	Det finns inga nej	317
20	Putsa mera!	318
21	On, off och en Volvo Duett	319
22	Som jag alltid har sagt.	320
23	Skolgården sitter i.	321
24	När topplocket går!	322
25	Ängslighet kommer med åldern.	323
26	Varma och kalla punkter	324
27	Jag gick på grund	325
28	Den tysta sorgen är en rygg	326
29	Ingen kan ersätta någon annan	327
30	Få hjälp att sortera	328
31	Ana de mörka stråken.	329

NOVEMBER *Vid vägs ände*

1	Låt inte mörkret få tala till min själ.	331
2	Tar sorg slut?	332
3	Ett ofantligt tomrum	333
4	Helt i hans hand	334

5	Linus på linjen	335
6	Tiden är inne	336
7	Vad vet jag om döden och tron?	337
8	När livet rämnar	338
9	Dålig på att mingla	339
10	I nattens mörker	340
11	Kan du ringa upp mig?	341
12	Kontakter som inte svarar	342
13	LED-lampor känsliga för mörker	343
14	Håll dörren på glänt	344
15	Go and let God	345
16	Stig åt sidan	346
17	En sista vinkning	347
18	Döden har inga svängdörrar	348
19	En El Maco till minne	349
20	Härma dem som orkar	350
21	Sånger på repeat	351
22	När pastorskragen skaver	352
23	Vad ska du göra när jag är död?	353
24	Hur sörjer jag Maggie Smith?	354
25	Lever i dag	355
26	Ryck inte upp dig!	356
27	En vår till	357
28	Ett vältummat foto	358
29	En bukett i advent	359
30	Med stark instrålning	360

DECEMBER *I väntans tider*

1	En isfläck vid prästgården	362
2	I väntans tider	363
3	Att inte få plats bland de coola	364

4	Vad är bra och vad är bäst?	365
5	Göta Petter!	366
6	En spretig julstjärna i kruka	367
7	Jag måste inte köpa saffransbullar	368
8	Blank is och Joni Mitchell	369
9	Mitt rätta namn	370
10	Vaccin eller kamin?	371
11	Lucialinnen och pepparkaksgubbar	372
12	Analog eller digital?	373
13	Uppvärmad glögg och gemenskap	374
14	Glöm inte att andas	375
15	Djungelboken under disk	376
16	Vägen fram till undret	377
17	Vad kryddar du julen med?	378
18	En skälvnig	379
19	Klappar till någon	380
20	En grann gran	381
21	Mammors väderstreck	382
22	Gud stiger ner på jorden	383
23	Flanellografens återkomst?	384
24	Bakom lucka 24	385
25	Mitt hjärtas Betlehem	386
26	Du är mitt hopp	387
27	Rester utan gäster	388
28	Skyddas den som skyddas bör?	389
29	Klämdagar och klemddagar	390
30	Receptletardagen	391
31	Måste man vara vaken?	392