

Tro, hiphop & kärlek

Psalmtolkningar av Sune Hallsten



PSALM 532: JAG KOM INTE HIT FÖR ATT JAG TROR

Jag kom inte hit för att jag tror.
Jag kom hit för jag behöver dig.
Man har sagt att du är mycket god.
Jag har ingen alls som hjälper mig.

Käre Gud, nu vet du hur det är.
Om jag ej förstår ett enda grand av din högtid,
kom då som musik, eller sitt i bänken - håll min hand.

Text: B. G. Hallqvist 1966

Musik: L. Å. Lundberg 1967



Jag tror inte på skrock,
följer inte någon flock.
Faktum är att jag aldrig trott på nåt.
Utom mig själv,
aldrig litat på en vän.
Hållit människor på avstånd för då slipper man bli bränd.
Nu har tyngden från min ryggsäck fått mig ner på knä.
Jag har ingenstans att gå,
du är min enda utväg.
Enda lugnet i stressen är sammansvetsade händer,
själens fönster stängda,
kroppen fjättrad vid sängen.

Jag kom inte hit för att jag tror,
men jag tror att du kan visa mig var sorgen bor.
Jag är inte skolad på ditt vis,
utan en man på hal is,
som ber dig,
snälla kom som du vill.
Du kom som en känsla,
en liten,
men som gjorde stor skillnad.
Du vände tankar och mönster som förr gjort mig illa.
Du kom som en styrka att orka en dag till,
den styrkan heter hopp och nu vet jag att det finns.

Text & tolkning: Sune Hallsten 2024

PSALM 218: JAG HAR OFTA FRÅGOR, HERRE

Jag har ofta frågor, Herre,
men så sällan har jag svar.
Jag står ofta vid ett vägskäl,
och jag tvekar vid mitt val.
Många gånger är jag ensam,
mina frågor saknar ord.
Jag har ofta frågor, Herre,
men så sällan har jag svar.

Text: T. Littmarck 1972

Musik: T. Littmarck 1972

Hur vet solen när den ska gå upp?
Hur finner jag min styrka när jag nästan givit upp?
Ska jag fortsätta sträva,
kommer det leda till nånting?
Är det min dröm jag följer?
Hur vet jag vad jag vill?
Snälla, ge mig en riktning,
jag ber om inget annat.
Visa med din hand vilken väg som jag ska vandra.
Mina steg på trötta ben måste vara värda något mer.
Krafterna sinar varje gång jag fruktar att jag har gått fel.

Jag minns allting som jag snubblat över av en slump.
Någon gav ett frö,
en annan gav mig fukt.
Jag inser det först nu för jag har inte lyft min blick,
att jag svalkar mig i skuggan av ett träd som bär på frukt.
Det fanns aldrig nån slump,
allt var noga kalkylerat.
Om jag vetat det på förhand hade jag missat nåt på resan.
Ovissheten gör mig stark nu när jag vågar leva,
med att jag har ett syfte endast Gud behöver veta.

Text & tolkning: Sune Hallsten 2024

PSALM 510: INNAN NATTEN KOMMER

Innan natten kommer vill jag tacka för den dag du gav,
dem som jag mötte.
För ett liv som mognat något,
Herre, vill jag tacka.

Innan natten kommer vill jag bedja
för den jord vi fått men smutsat, skövlat.
För vår värld som väts av tårar,
Herre, vill jag bedja.

Text: J. Jonson 1978, 1982

Musik: P. Harling 1981

Det är som att solen inte stiger ända upp längre.
Mitt minne sviker mig och lederna de värker.
Den långa natten som förr var så fjärran,
syns i horisonten,
jag vet att dagen är räknad.
Innan natten kommer vill jag tacka för det liv jag levt.
Gjort så gott jag kunnat,
jag kunde kanske skrattat mer.
Ånger det är inget värt,
jag har skapat, jag har älskat.
Nu tackar jag dig Herre för det livet jag har levt.
Innan natten kommer vill jag be en sista gång.
Be för de yngre vars väg ännu är lång.
Tänka på de människor som redan mist sitt liv.
Snart ses vi vid ett hav,
på en strand som är milsvid.
Innan natten kommer vill jag lämna mitt skift.
Har städat undan mina synder,
lämnat allt i bra skick.
Stolt att ha gjort jorden bättre sen jag kom hit.
Dags att överge min post så någon annan kan ta vid.
Text & tolkning: Sune Hallsten 2024



PSALM 188: SÅ GÅR EN DAG ÄN FRÅN VÅR TID

Så går en dag än från vår tid och kommer icke mer,
och än en natt med Herrens frid till jorden sänkes ner.

Men du förbliver den du var, o Herre, full av nåd,
och våra nätter, våra dar du tecknat i ditt råd.

*Text: C. F. Neander 1766?, efter A. Krieger 1655 (vers 1)
och J. F. Herzog 1670, J. O. Wallin 1814*

Musik: A. Krieger 1656

Jag brukar se på mina dagar som gåvor ifrån ovan
och ingen gåva är den andre lik.
En del är mjuka,
andra hårda,
så jag ser till att var dag vårda,
tills jag sänks ner i kistan med en spik.

Jag brukar se på mina stunder som mynt i äkta silver,
och varje morgon får jag en pott.
Jag spenderar dem varsamt,
givmilt och sparsamt.
I slutet av dagen är vi alla på noll.

Jag brukar se på mina händer,
med rynkor och ränder
och tänka att med dessa vill jag göra gott.
Jag skjuter inte upp det i tid,
för det finns ingen garanti.
Mer än detta fönster som jag fått.

Jag brukar se på mitt liv,
från den dagen jag blev till
och sedan följa stegen som ledde hit.
Jag hör nu ditt råd,
det fanns en plan med varje gata,
varje stråk,
varje dag som ledde mig till Jesus Krist.
Text & tolkning: Sune Hallsten 2024

PSALM 256: VAR INTE RÄDD

Var inte rädd.

Det finns ett hemligt tecken,
ett namn som skyddar dig nu när du går.

Din ensamhet har stränder in mot ljuset.

Var inte rädd.

I sanden finns det spår.

Text: Y. Eggehorn 1972

Musik: L. Moberg 1974



Jag är inte rädd,
jag är inte ensam.
Lätt att man ser på ovissheten som nåt ledsamt.
Men i kulisserna finns nån som vill mitt bästa,
som leder mig ur mörkret det är inget jag tar lättsamt.
Jag behöver acceptera,
leva sann mot den jag är.
Ingen sa den rätta vägen var bekväm.
Vissa dagar är den tung och det gör ont i mina knän,
men han ger mig ingen börda som jag inte mäktar med.
Allt färre saker är jag rädd för.
Allt fler saker är jag rädd om.
Jag är rädd om min familj och mina nära.
Jag är rädd om vart jag ska och vart jag kom från.
Och när natten kommer åter,
när jag står i kylan på min färd.
när isen inte längre bär.
När jag låtit mig bli vilseledd,
hör jag en röst säga ”Var inte rädd”.
Text & bearbetning: Sune Hallsten 2024



PSALM 231: OÄNDLIG NÅD

Oändlig nåd mig Herren gav och än i dag mig ger.
Jag kommit hem, jag vilsen var,
var blind, men nu jag ser.

Jag kom ur tvivel, mörka djup,
ur vanmakt och ur skam.

Den nåd som bar mig intill nu skall bära ända fram.

Text: J. Newton 1779, A. Frostenson 1983

Musik: amerikansk/1831



Oändlig nåd,
oändlig kärlek.
Livet är en lek som jag är kär i.
Du är min anledning.
Du är min anledning.
Du är en morgon utan ångest.
Du är en dag utan värk i kroppen.
Du är en bra dag på jobbet.
Du är min anledning.
Du är vintern innan man tröttnat.
Du är en bättre värld för våra döttrar.
Du är respekt till våra fäder,
tacksamhet till våra mödrar.
Du är min anledning,
du är min ledstjärna.
Min kärlek är oändlig,
till dig som värnar,
om mig som sitt eget hus,
om mig som sitt eget barn.
Hos dig kan jag vila trygg.
Hos dig så är allting bra.
Du skänker mitt liv mening.
Du är min anledning.
Du skänker mitt liv mening.
Du är min anledning.

Text & tolkning: Sune Hallsten 2024



PSALM 333: ÄNGLARNA SJUNGER I HIMLEN

Änglarna sjunger i himlen.

Halleluja.

Glädjen blir stor när Guds Ande väcker och styrker vår tro.

Halleluja, halleluja,

halleluja, halleluja.

Text: P. D. Sosa 1958, B. G. Hallqvist 1984

Musik: P. D. Sosa 1958

Varje leende ett halleluja.
Allting förändras när vi ändrar hur vi ser på saker.
Att möta världen med ett barns förundran,
gör ett vardagligt ting till ett mirakel.
Jag trodde på nåt men trodde inte på nåt större.
Trodde mig veta vad som doldes bakom dörren.
Så jag slutade vara öppen,
stängde in nyfikenhet.
Ingen är mindre vis än han som säger att han vet.
Svävade i ett vakuum,
en båt utan en hamn.
Drömde om ett tecken,
nu ser jag tecken överallt.
Doften av en måltid,
att få dela den med andra.
Känslan i min kropp när jag hjälper någon annan.
Gåshud på mina armar,
jord på mina händer.
Skönheten i en sjö när träden speglar sig om kvällen.
Allt har en guldkant,
ett gyllene skimmer.
En ny dimension,
som att få ett sjätte sinne.
Barn ser en trollstav,
någon ser en pinne.
Någon hör fnitter,
jag hör änglarna i himlen.

Text & tolkning: Sune Hallsten 2024

PSALM 219: JAG SKULLE VILJA VÅGA TRO

Jag skulle vilja våga tro att någon har mig kär.

Jag skulle vilja våga tro att Gud kan vara här.

Jag skulle vilja våga tro att kärlek är den makt som ändå världen bär.

Jag skulle vilja våga tro,

men vem törs göra så?

Jag skulle gärna vilja be,

men vem kan bönen nå?

Jag skulle gärna vilja tro att någon ser den mening jag ej fattar mer.

Text: T. Littmarck 1969, 1981

Musik: T. Littmarck 1969



Tron kan försätta berg,
så sa alltid min mor.
Den gör att vi står stadigt,
som rötter under jord.
Jag skulle vilja våga tro och se det hon beskriver,
men viljan trumfas av min rädsla för att bli besviken.
Hur ska jag kunna tro när jag ser nyheter om krigen?
Skärmen visar siffror på hur många barn som lider
och grafer över en temperatur som stiger.
Ändå öppnas nya industrier.
Jag har hört att man ska älska någon som mest
när den förtjänar det som minst.
Kanske behöver vi vår tro som mest när inget annat finns.
När vi står vid ett vägskil,
då skulle jag vilja våga tro att tron kan få oss in på rätt väg.
Att tro på att det går föregår alltid lösningen.
Det är enkelt, men svårt
och uppenbart att det är prövningen.
Att våga tro utan en anledning att göra det.
Om det kan flytta berg,
kan det få oss att inte döda mer.

Text & tolkning: Sune Hallsten 2024

PSALM 730: MÅ DIN VÄG GÅ DIG TILL MÖTES

Må din väg gå dig till mötes
och må vinden vara din vän
och må solen värma din kind
och må regnet vattna själens jord
och tills vi möts igen
må Gud hålla,
hålla dig i sin hand.

Text: trad. irländsk bön, P. Harling 1995

Musik: irländsk melodi

Att skiljas åt är alltid bitterljuvt.
Hur många gånger är det kvar,
är det sista nu?
Har vi sagt allt som behöver sägas?
Har jag varit tydlig med hur mycket du betyder?
Jag önskar att jag kunde smida all min kärlek till ett smycke,
trä det på en kedja och hänga runt din hals.
Dit kan du rikta ångest när det blir för mycket
och känna hur den blir till inget alls.
Må dina steg vara lätta,
må ditt löfte väga tungt.
Må du följa din impuls,
när ditt hjärta viskar sjung.
Må du ha nära till skratt,
nära till gråt.
Må du nära din egen kraft,
varje chans du får.
Kanske korsas våra vägar,
ingen kan säkert veta när.
Må din kantas av historier, äventyr och glädje.
Det ger mig ro i tanke att du finner lycka på din färd,
för din framgång ger mig en väldig värme.

Text & tolkning: Sune Hallsten 2024

PSALM 799: MISTA EN VÄN

Det är svårt att mista en vän,
så svårt att mista en vän.
Något fint går itu.
Här är jag.
Var är du?
Jag vill tro,
att vi träffas igen.
Som en fjäril som lyfter från blomman,
som en fågel som lämnar sitt bo
söker själen sin väg mot det höga,
så har jag hört,
så har jag lärt.
Är det sant,
så vet du det nu.

Text: G. Bornemark 1998

Musik: G. Bornemark 1998



Här är jag, var är du?
Det är längesen nu,
sen vi pratade.
Saknaden gör mig sjuk.
Min hall ekar tom när jag kommer hem.
Hänger av mig jackan,
blir plågad av en tom krok bredvid den.
Det är spöklikt tyst.
Vandrar som en vålnad från rum till rum.
Slår ditt gamla nummer ibland men det är aldrig nån som ringer upp.
Du missade mitt giftermål.
Jag fick inte se dig hålla tal.
Jag vet jag skällde för du använde inte tvål,
nu har gästhandduken inte använts på årtal.
Som en droppe som landar i havet,
som ett höstlöv som virvlar iväg,
är du borta just nu men finns någonstans.
Min vän, en dag ses vi igen.

Text & tolkning: Sune Hallsten 2024

PSALM 199: DEN BLOMSTERTID NU KOMMER

Den blomstertid nu kommer med lust och fågning stor.

Du nalkas, ljuva sommar, då gräs och gröda gror.

Med blid och livlig värma till allt, som varit dött,
sig solens strålar närma, och allt blir återfött.

Text: I. Kolmodin? 1694, J. O. Wallin 1819, B. G. Hallqvist 1979

Musik: svensk folkvisa/1693

Vi har vikt vårt liv åt vinter,

dags för oss att utvecklas.

Jorden har törstat efter solsken och nu får den törsten släckas.

Världen får bekänna färg,

visa dig vår teckning.

Ett kärt återseende,

som en länge saknad släkting.

Som att bli kramade av tidlösa armar.

En klocka har tickat under snön när det känts som allting stannat.

Vi kan spå bäst vi vill,

men vi vet när det är dags.

Naturen den gör inga misstag och så har det alltid var't.

Jag promenerar ut i gräset på ängen där jag bor.

Ormar ömsar skinn,

jag tar av mig mina skor.

Vindens varma smekning skapar knotttror på min hud.

Dofter hämtar minnen på vinden från mina 27

första somrar då solljus studsat emot marken,

klätt allt i en skrud av diamanter och smaragder.

Mina tårar blir juveler som inkapslar din rikedom.

Tysta tecken på min tacksamhet när allt omkring mig står i blom.

Text & tolkning: Sune Hallsten 2024

PSALM 116: NU TÄNDAS TUSEN JULELJUS

Nu tändas tusen juleljus på jordens mörka rund.
Och tusen, tusen stråla ock på himlens djupblå grund.

Och över stad och land ikväll går julens glada bud
att född är Herren Jesus Krist, vår Frälsare och Gud.

Text: E. Köhler 1898

Musik: E. Köhler 1898

En tid för gemenskap är en tid för ensamhet.
Att möta stirriga blickar i jakten på paket.
Till synes en av dem,
men ingen av dem vet
att du aldrig sett på Kalle Anka som de stressar för att se.
Du hatar julen.
Inte själva julen som idé,
utan för att den påminner dig om att du aldrig fått vara med.
Din familj är ingen saga,
ingen H&M-reklam.
Du känner knappt din pappa.
Mamma stack när du var barn.
Affärer säljer lycka,
men bara till familjer.
Julkort och bilder,
du har inga fina minnen.
Det är bara minus två,
knappt någon snö hittills i vinter.
Men det känns som minus 20 när du ser värmen där inne
i fönstren på din gata när du promenerar hem.
Vid din dörr,
ett paket,
från en främling,
nu en vän.
Du tackar med en snyftning för denna simpla gest.
Alla behöver vi någon som tänker på en.
Text & tolkning: Sune Hallsten 2024

Sune Hallsten är en artist, låtskrivare, producent och poet från Dalsland. Sedan han började att producera musik sommaren 2015 i sitt pojkrum har han varit med och givit ut 11 musikalbum samt en lång rad mindre projekt.

2023 debuterade han som poet med sin diktsamling *En dikt till*.

Scanna qr-koden för att hitta till mer av Sunes musik och texter.



Tack Södergrenska stiftelsen.

Tack Nödinge församling.

Foto: Gudrún Ragnarsdóttir

Kontakt/bokning: sunehallsten@gmail.com

*Crew
inProgress*