

LUTHERSK KIRKETIDENDE



TEMA: KIRKE – HELSE – LIVSMESTRING

LEDER

KIRKE – HELSE – LIVSMESTRING

ARTIKLER OG INNLEGG

KIRKENS RESSURSER FOR HELSE

Å VANDRE MED HÅP

MESTRING, HELSE OG KIRKE

DER TROEN OG LIVET MØTES

– OM SALMER OG DIAKONI

FRA BOKFRONTEN

SØNDAGSTEKSTEN

1. MAI

5. SØNDAG I PÅSKETIDEN

6. SØNDAG I PÅSKETIDEN

NYTT FRA BISPEDØMMERÅDENE

KIRKE – HELSE – LIVSMESTRING

Jeg var ung og helt fersk kapellan og skulle ha ansvar for 60 konfirmanter. Det lokale opplegget innebar at de skulle ha noen av timene oppdelt i grupper rundt om i private hjem. Problemet mitt var at mange av dem som hadde vært trofaste gjennom mange år, nå hadde takket for seg i tjenesten samtidig med at den forrige presten sluttet. Jeg kjente ingen og var ganske opprødd og fortvilet. En dag var jeg innom diakoniens formiddagstreff og ble sittende og prate med to flotte damer, enker begge to. Den ene hadde vært misjonær, den andre byråkrat, men nå var de pensjonister. Den tidligere byråkraten var sterkt preget av leddgikt og bevegelseshemmet. Hun satt i rullestol og var avhengig av hjelp for å komme seg noe sted. Damene lurte på hvordan det gikk med den nye kapellanen, og jeg fortalte om det som var fint, og det som kunne være litt mer krevende. De hørte empatisk

på, og det var godt å snakke med dem. Tilbake på kontoret og listen over konfirmanter jeg ikke hadde gruppehjem til slo det meg: Kanskje jeg kan spørre disse damene? De ble ganske så forundret da jeg henvendte meg, og hun som var bevegelseshemmet, og for øvrig en ganske forsiktig dame, mente at dette vel ikke var noe særlig for en gjeng konfirmanter. Dessuten var det jo vanlig å stille med bevertning, og det kunne bli vanskelig for henne. Men takk og lov! Etter at vi hadde tatt en prat hjemme hos henne, sa hun ja, og jeg ble enig med konfirmantene om at de skulle ha med seg noe godt å spise på omgang.

Det ble en rørende historie, og opptakten til oppriktige vennskap. Hver torsdag møtte jeg storfornøyde konfirmanter som hadde vært på

gruppe dagen før. Det gikk sport i å ta med seg noe godt å dele med hverandre, og de opplevde ei dame som hadde tid og ro til å være sammen med dem og snakke med dem. Hun på sin side var like forundret fornøyd over at en gjeng med ungdommer kunne finne det meningsfylt å tilbringe tid hos henne. Senere fikk jeg høre at et par av gutta hadde tilbudt seg å være handlehjelpere for henne, så det ble mer enn en time i uka de var innom. Det virket som de hadde vokst et par centimeter på kort tid da de fortalte det til meg. Dette hadde de tilbudt helt av seg selv. På konfirmasjonsdagen satt hun på grunn av rullestolen fremst i kirken, stolt over ”sine” konfirmanter. Og jeg tror jammen hun ba for meg også.

Det er kjent at mangel på mening i livet og å oppleve meningskrise står i sammenheng med lavere nivåer av velvære, livskvalitet, angst og depresjon, og det man kan kalle selvpoplevd helse.

Det gode livet: Kirke – helse – livsmestring. I dette nummeret av Luthersk kirketidende får du møte fire spennende stemmer som belyser dette temaet som

Kirkemøtet har valgt som overskrift dette året. Torgeir Sørensen er postdoktor på Menighetsfakultetet og Religionspsykologisk senter ved Sykehuset Innlandet, og har fartstid som prest. Han har forsket på forholdet mellom tro og helse. I artikkelen ”Kirkens ressurser for helse” gir han noen beskrivelser av og forklaringer på hvordan og hvorfor det er slik at troende og kirkegjengere ifølge både nasjonal og internasjonal forskning har bedre helse enn befolkningen for øvrig. Han peker blant annet på betydningen av mening, meningsdannelse og kilder til mening, og skriver: ”Det er kjent at mangel på mening i livet og å oppleve meningskrise står i sammenheng med lavere nivåer av velvære, livskvalitet, angst og depresjon, og det

man kan kalle selvoopplevd helse.” Og: ”Et liv er meningsfylt når man opplever det som sammenhengende, betydningsfullt, at det har en retning og at man hører til et sted.” Og han skriver videre om kirken som en leverandør av mening på både et individuelt og et kollektivt plan, som gir den enkelte tilhørighet til et fellesskap med lange linjer.

Diakon Eilev Erikstein tar oss i sin artikkel med på en vandring med håp. Han skriver: ”Når ein er pilegrim, er ein noko meir enn ein vanleg turgåar. Det kviler ei meining over vandrainga. Me har eit mål, går i fotspora til dei som har vandra og søkt legedom i mange hundre år.” Med pilegrimsvandringen til Røldal har kirken og kommunens psykiatritjeneste, arbeidsmarkedstiltak og frivillige gått sammen om å arrangere vandringer som er åpne for alle. Her utfolder Samhandlingsreformen seg i praksis og viser hvordan kirken ut fra sin tradisjon, historie, gudsbilde og menneskesyn kan legge til rette for livsmestring og helse. På vandringen blir alle likestilte på veien mot et felles mål; den hjelpetrengende og hjelperen kan plutselig bytte roller, og en ny verdighet oppstår. Les den fornøyelige historien om da turlaget med kirkelige ansatte ble forvekslet med en gruppe fra psykiatritjenesten!

Så var jeg så heldig å få tilbringe et par timer med direktør for Nasjonalt kunnskapsenter for helsetjenesten og professor i samfunnsmedisin, Magne Nylenna. Det har resultert i intervjuet du kan lese. Han snakker blant annet om de gode mulighetene som ligger i kirkens og menighetens fellesskap for å kunne være en ressurs, uansett diagnose, status eller endringer i livet. Ved at tilhørigheten til en menighet ikke er på et menings- eller interessefellesskap, gir kirken rom for hele menneskelivet og en mulighet til å bidra på en eller annen måte gjennom hele livet. Og

nettopp det å oppleve seg som nyttig, er viktig for opplevelsen av egen helsetilstand. Kanskje kan vi i kirken la oss inspirere av dreiningen i helsevesenet som går fra å tenke at man skal gjøre noe *for* en pasient til å gjøre noe *med*. Med en slik perspektivforskyvning tror jeg uante ressurser kan oppdages og tas i bruk, både for den enkelte og i fellesskapet.

I den fjerde artikkelen får vi synge med Sindre. Sindre Skeie er kommunikasjonssjef på Diakonhjemmet, leder av Norsk Hymnologisk forening, prest og salmedikter. I sin artikkel lar han

Kanskje kan vi i kirken la oss inspirere av dreiningen i helsevesenet som går fra å tenke at man skal gjøre noe *for* en pasient til å gjøre noe *med*. Med en slik perspektivforskyvning tror jeg uante ressurser kan oppdages og tas i bruk, både for den enkelte og i fellesskapet.

salmesangen møte Plan for diakoni sin definisjon på hva diakoni er, og viser oss hvordan salmene ”kan gjeninnsette mennesket i sitt eget liv, som et ’jeg’ og bekrefte at det ennå har en relasjon til Gud og til sine medmennesker”. Inkluderende fellesskap, kamp for rettferdighet og vern om skaperverket er med. Alt rammet inn av barnets opplevelse av dyp sammenheng og fortrylelse.

Gled deg – og les!

Bibelens budskap er at vi er skapt til helhet og sammenheng. Som kirke er vi kalt til å hele og til å se, under opplevelsen av selv å være sett av Gud og medmennesker. Hel-se. Derfor har dette alltid vært kirkens oppdrag, som Jesu Kristi kropp på jorden. Det er grunn til å glede seg over og ha forventninger til et fortsatt arbeid *med* og refleksjon *over* sammenhengen mellom kirke og helse, som Kirkemøtet nå fortjenstfullt setter søkelyset på. Og ikke minst la seg inspirere av alle gode bidrag til dette, som for eksempel dem vi finner i dette nummeret av Luthersk kirke-tidende!



HEGE E. FAGERMOEN
HEGE.FAGERMOEN@AS.KOMMUNE.NO

LK retter

I forrige nummer kom vi i skade for å oppgi bare Sindre Eide som skribent for ”Månedens salme”. Bidraget var imidlertid skrevet av Estrid Hessellund og Sindre Eide i fellesskap. Vi beklager feilen.

KIRKENS RESSURSER FOR HELSE

AV TORGEIR SØRENSEN, POSTDOKTOR VED DET TEOLOGISKE MENIGHETSAKADEMIET OG
RELIGIONSPSYKOLOGISK SENTER, SYKEHUSET INNLANDET, PREST I DEN NORSKE KIRKE
TORGEIR.SORENSEN@MF.NO

TO VERDENER?

Kirkemøtet 2015s søkelys på forholdet mellom kirke og helse er prisverdig. Av de siste 2000 år er det bare de siste hundre der tro og helse ikke har gått i takt. Det er lang tradisjon for at omsorg for syke, døende og mennesker i krevende livssituasjoner har vært en kirkelig oppgave. Det er ikke mange tiår siden kirken var mer eller mindre helintegrert i offentlige oppgaver. Presten satt i skolestyret. Presten ledet fattigomsorgen. Menighetssøsteren gikk fra hus til hus i grender og kommuner. Nonner og diakonisser delte ut medisiner og leste bøtter på sykehusene. Og en rekke lokalmenigheter og kristelige organisasjoner har i lang tid drevet sykehjem og behandlingstilbud av forskjellig slag, med forskjellig grad av integrering av verdibasert omsorg og behandling.

I de senere tiår har funksjoner og oppgaver blitt mer oppdelte. Selv om intensjonen og ønskene fortsatt er markert til stede blant kirkens folk, er den opplagte plassen i samfunnets velferds- og omsorgstilbud ikke lenger så markant. I større grad enn tidligere spiller man på hver sin banehalvdel nå, helse- og omsorgstilbudet på den ene siden og kirken på den andre. Selv innenfor en del av de menighets- og organisasjonsdrevne institusjonene har tjenesteproduksjon og syn på profesjonalitet ført til at disse drives ganske så likt som pleie-, behandlings- og omsorgsinstitusjoner for øvrig.

EN NY VENDING

Kirken har betydelige ressurser, virkemidler og folk å bidra med inn i helsefeltet. Det kan være

fristende å snakke om alt som var den gang da, og at kirkens rolle nå er marginalisert. Det kan imidlertid synes som om at stemningen er i ferd med å snu. Sykepleiere lærer om å integrere åndelighet som den fjerde dimensjonen i pleie og omsorg i tillegg til den fysiske, mentale og sosiale dimensjonen. Det er sykehusprester og sykehusdiakoner knyttet til de fleste sykehus og mange institusjoner i landet vårt. Tro- og helsefeltet er i ferd med å få større oppmerksomhet i kliniske sammenhenger. De som står nær feltet, inviteres til faglige konferanser for å dele av sin nyervervede kunnskap. De seneste årene er en rekke forskningsprosjekter som omhandler tro og helse, finansiert av offentlige midler beregnet på forskning i helseforetakene. Og variabler om livssyn og religiøs aktivitet har blitt integrert i store helseundersøkelser.

Det er gjennom slike prosjekter vi nå har fått empiriske studier som viser positive sammenhenger mellom religiøsitet og forskjellige helsevariabler gjennom store, befolkningsbaserte datasett. Data fra Helseundersøkelsen i Nord-Trøndelag (HUNT) forteller at de som går i kirke eller bedehus, har lavere blodtrykk sammenliknet med dem som ikke går (Sørensen 2011). Fra det samme datasettet vet vi også at de som går i kirke eller bedehus har lavere nivå av depressive symptomer enn de som ikke går (Sørensen 2012). Den samme studien viser også at denne sammenhengen er sterkere i den gruppen som har opplevd dødsfall i sin nære familie det siste året.

Fra en rekke forskningsstudier vet vi at kvinner er mer aktive i kirkelige sammenhenger enn menn, og at kvinner også er mer aktive i sitt

private trosliv enn det menn er. Derfor er det ikke så rart at de generelt også opplever større hjelp fra troen i forbindelse med sykdom enn det menn gjør. Det er imidlertid et interessant forhold som kommer inn i vår skandinaviske sammenheng, og det er at når menn opplever krevende livshendelser, så virker det som at de har større hjelp fra troen enn kvinner. I hvert fall er den sånn at når de f.eks. får kreft, aktiverer menn religiøsitet i større grad enn kvinner. Kanskje menn klarer seg uten Gud i hverdagen, men når det røyner på i livet, da henter de frem det som har ligget langt der nede et sted, og som de fikk på søndagsskolen, i konfirmasjonstida eller ved sengekanten.

HVOR TROEN KOMMER FRA

Troen vi støtter oss på, enten vi gjør det ofte eller sjelden, må komme fra et sted. Vi lever i et multireligiøst samfunn som samtidig er preget av sekularisering og individualisering. Den enkelte former i større grad enn tidligere ”sin egen tro”, med elementer fra forskjellige kilder. Alternativene er mange på alternativmessene. Likevel er det fortsatt grunn til å anta at kirken står sterkt som leverandør av grunnelementer til tro og verdier blant folk flest. Selv om tallene er synkende, er det fortsatt slik at majoriteten i befolkningen benytter seg av kirkens tjenester.

TROENS VERDI I SEG SELV

Når man skal behandle temaet kirke–helse, er det viktig å understreke at kirken har et selvstendig formål med sin virksomhet. Kirkens oppdrag er å skape gode møteplasser der Guds ord om Jesus Kristus forkynnes og deles, og sakramentene forvaltes. Dernest er kirkens oppgave å skape fellesskap som støtter og nærer trosspirer så de kan vokse. Man går ikke i kirken for å få lavere blodtrykk eller for å forbedre den allmenne helsetilstanden. Troen har en helt opplagt verdi i seg selv. Når den så virker i forhold til helsen, kan man si at troen virker fordi den ikke er der for å virke.

FORKLARINGER

- HVORDAN DET HENGER SAMMEN

Man kan jo undres over hvorfor det er slik at de

som er religiøst aktive, og som kjenner tilknytning til Gud, har bedre helse enn de som ikke er religiøse. En av forklaringene er ganske så opplagt. Kirkeaktive mennesker røyker mindre og drikker mindre alkohol. At de til gjengjeld antakelig konsumerer mer sukker på kirkekaffen, trumfer ikke hovedkonklusjonen. Listen av helsefremmende valg er lengre enn som så. Man lever mer regelmessige liv, får nok søvn og bruker oftere bilbelte. Man er i større grad enn andre tro mot én partner og slipper dermed unna seksuelt overførbare sykdommer av forskjellig slag. Disse livsstilsvanene er sterkt knyttet til forekomsten av de vanligste sykdommene blant oss. Hjerte- og karsykdom og kreftsykdom topper dødsårsaksstatistikken i Norge. En dansk undersøkelse har for øvrig vist at kirkegjengere lever to år lenger enn de som ikke går i kirken (la Cour et al. 2006).

Mange troende begrunner sine livsvalg skapelsesteologisk. Vi er skapt i Guds bilde. Derfor skal vi ta vare på den gaven kroppen og livet er, som vi har fått av Gud. En annen årsak til de nevnte livsstilsvalgene kan være at man i religiøse sammenhenger er vant til å forholde seg til rammeverk, gode råd og velfunderte veivalg. Man er vant til å stole på andres veiledning og også ta ansvar og være pliktoppfylgende.

En annen faktor som ligger mellom kirkelig aktivitet og religiøs tilknytning på den ene siden og helsefaktorer på den andre, er det sosiale fellesskapet. I medisinsk forskning og praksis er det anerkjent at sosialt fellesskap og tilhørighet er en vesentlig faktor når det gjelder potensial for god helse (Koenig 2013). Internasjonale studier viser at mennesker med kristen og annen religiøs tilknytning har større sosiale nettverk enn andre. I tillegg kan man med tekniske termer si at kvaliteten på deres sosiale nettverk er høyere. Så kan man jo spørre seg hva dette kommer av? Det som i hvert fall kan sies, er at kirkelige fellesskap intenderer å være steder der man skal bli sett av andre, og der man selv er en som ser dem man har rundt seg. Det er også steder der diakonale intensjoner er fremtredende, hvor man kan både gi og ta imot hjelp. Disse stedene er fellesskap hvor man bryr seg om.

Det er også funnet en direkte positiv sammenheng mellom religiøsitet og mental helse. Flertallet av forskningsstudiene som er gjennomført internasjonalt, viser en klar sammenheng mellom religiøst engasjement og lavere nivåer av angst og depresjon og andre mentale lidelser (Koenig 2001, 2012). I en psykonevroimmunologisk modell er det fascinerende hvordan en rekke elementer spiller sammen for vår totale helsetilstand, vår opplevelse av helse og hvordan vi har det. Religiøs tilknytning og aktivitet står altså i et forhold til mental helse. Mental helse spiller videre sammen med vårt endokrine system og alt som har med hormoner å gjøre. Hormonene står i tett relasjon til immunsystemet. Og immunsystemet og hvilken tilstand det er i, har en klar sammenheng med om vi utvikler sykdommer eller ikke. Dette er et fint og avansert samspill mellom en rekke elementer der tro og åndelighet spiller en rolle.

TROENS NEGATIVE SIDER

Selv om majoriteten av studier gjort på forholdet mellom religiøsitet og mental helse viser positive sammenhenger, er det også opplagt at det rapporteres om negative sider ved religiøsitet i forhold til helse. Dette blir særlig fremtredende når det kommer til det vi kaller rigid religiøsitet der tilslutning til regelorientert autoritær forkynnelse er fremtredende. Problemene oppstår når den enkelte ikke klarer å leve opp til egne og andres forventninger i dette stykket, og samvittighetskvalene blir for store. Religiøsitet kan også være negativt i forhold til mental helse når personer føler sinne mot Gud, eller opplever seg forlatt eller fordømt av Gud.

KIRKENS RESSURSER I MØTE MED HELSE

I det foregående har jeg pekt på en rekke faktorer ved religiøs og åndelig tro og praksis, som står i en positiv relasjon til helse. Hvilke konkrete funksjoner, aktiviteter, verdier og ressurser har kirken, som bidrar positivt?

Begrepe mening, meningsdannelse og kilder til mening er sentrale i det religionspsykologiske fagfeltet. Samtidig representerer disse begrepe

et svært godt eksempel på religionspsykologiens relevans for praktisk kirkeliv. Det er kjent at mangel på mening i livet og å oppleve meningskrise står i sammenheng med lavere nivåer av velvære, livskvalitet, angst og depresjon og det man kan kalle selvpålevd helse (Schnell 2009). På den annen side er det grunn til å hevde at har man et meningsfullt liv, er det også sjans for at man i større grad opplever velvære og god livskvalitet. Et liv er meningsfylt når man opplever det som sammenhengende, betydningsfullt, at det har en retning, og at man hører til et sted. På den annen side oppleves meningskrise når livet er tomt, er uten mål, og man mangler tilhørighet.

Som mennesker har vi grunnleggende eksistensielle behov som knytter seg til en rekke forskjellige forhold som f.eks. selvregulering, egenverd, kontroll, trygghet, identitet, sosial bekræftelse og integrering, virkelighetsforståelse, hensikt, verdier og formålstjenlighet. Når vi skaper mening i tilværelsen – jfr. Meningsdannelse – benytter vi mange forskjellige kilder og redskaper som hjelper oss til å møte de nevnte behovene på relevante og adekvate måter. Dette er prosesser som pågår kontinuerlig for alle mennesker. Samtidig kan vi også erfare alvorlige livshendelser som alvorlig sykdom eller tap av nære relasjoner. I slike krevende situasjoner oppstår det gjerne et sprik mellom de forventningene man har til hva som skaper mening i livet, og realitetene slik man opplever dem ”på bakken”. Til gjenopprettelse av balansen mellom det forventede og realitetene benytter man en rekke kilder til mening. I disse prosessene, i meningsdannelse på hverdagsplanet og når livet er krevende, er kirken en betydelig leverandør av kilder, ressurser og redskaper.

MENING PÅ ET OVERORDNET PLAN

Kirkens trossystem kan, på lik linje med andre ideologier, bidra til mening på et overordnet plan (Danbolt 2014). Det vi kaller global mening, hjelper den enkelte til å se seg selv i en større sammenheng. Religiøs tro som en overgripende ideologi er svært velegnet til å skape mening fordi den, kanskje i større grad enn mer sekulære ideologier, peker på den ultimate hensikten med å

være menneske. Religiøs tro som overbyggende ideologi i en meningssammenheng legger særlig til rette for en opplevelse av det betydningsfulle, siden mening er inkorporert i troens tankeunivers. Troen og trossystemet bidrar med struktur i livet og representerer et referansesystem man kan spille livet sitt opp mot. Dette bidrar til retning og mål i tilværelsen og skaper altså mening, som igjen henger sammen med positive helsemål, slik vi har sett over.

Mening dannet i individuelle settinger på hverdagsplanet er blitt mer og mer påfallende. Dette skjer i rammen av den postmoderne og sekulære dreiningen fra kollektive til individuelle orienteringspunkter. Individuell og situasjonsbestemt meningsdannelse er imidlertid mer sårbar enn den kollektive, overordnede tilnærmingen. Dette er fordi viktige komponenter i meningsdannelsen, slik som sosiale relasjoner, tilknytning til aktiviteter, betydning av tradisjoner og verdier etc., ikke henger så godt sammen i en individuell tilnærming sammenliknet med tilslutning til et kollektivt, overordnet menings-system.

Som et motstykke til denne trenden representerer kirken de lange linjer, gjennom tros- og verdissystemer som har stått fast og er blitt overlevert gjennom generasjoner. Kirken og troen er et betydelig kollektivt referansepunkt. Nettopp det at mange gir sin tilslutning, og at det kirken står for, har stått seg gjennom århundrer, har en betydelig verdi med hensyn til å skape mening for mennesker.

EN REKKE KILDER TIL MENING

Den tyske psykologen Tatjana Schnell har gjort et stort arbeid med å finne frem til og klassifisere de forskjellige kildene man benytter for å skape mening i tilværelsen (2009, 2011). *Vertikal selvtransendering* er en orientering i retning av en overnaturlig kraft som ikke er materiell. I *horisontal selvtransendering* søker man mot sosial forpliktelse, naturen, helse og oppfostring av kommende slekter. Når mennesker benytter *selvaktualisering*, bruker, utfordrer og utvikler de sine egne kapasiteter. *Orden og struktur* handler om menneskers forhold til utprøvde og varige ver-

dier, tradisjoner og praksiser. Og endelig, når mennesker forholder seg til *velvære og relasjoner*, dyrker og gleder man seg over det som er godt i livet, både i private og i kollektive sammenhenger. Det er interessant å merke seg at kirken på forskjellig vis bidrar til meningsdannelse innen flere av disse kategoriene.

Å SØKE MOT DET SOM GÅR UTOVER EN SELV

Den østerrikske psykiateren Victor Frankl hevder at det er grunnleggende for mennesker å søke mot forhold som ligger utover ens umiddelbare behov. Dette kalles selvtransendering (Frankl 1996). Han går faktisk så langt som å si at det er først når man strekker seg mot forhold som går utover en selv at man i realiteten virkeliggjør seg selv som menneske.

Kirken legger til rette for slik selvtransendering gjennom gudstjenester og andre samlinger der man i organiserte fellesskap søker mot Gud, en høyere makt som så absolutt er større enn oss selv. Samtidig ligger det grunnfestet i kirkens tro og liv at den enkelte folder sine hender og leser sin bibel i mer private sammenhenger og også på den måten søker mot det hellige, som ligger utenfor en selv. Den positive sammenheng mellom slik vertikal orientering oppover og en rekke helsefaktorer er dokumentert i forskning her til lands og internasjonalt.

Samtidig er kirken også en tilrettelegger for det som kan kalles horisontal selvtransendering og orienteringer mot forhold sideveis. Et kjernepunkt i kirkens aktivitet er å bygge forpliktende fellesskap. I kirken settes relasjoner høyt. Et diakonalt fundament, der betydningen av å gi og ta imot hjelp, er fremtredende. Trosfellesskapet er viktig. Dette bidrar til mening. Samtidig vet vi også at mange strever og opplever meningskriser når viktige relasjoner av forskjellige årsaker blir brutt. Dødsfall, men også når folk som har stått i nære relasjoner går hver sine veier kan være situasjoner som krever hjelp fra andre til å finne nye spor.

SJELESORG OG SKRIFTEMÅL

Prester og diakoner er mer enn mange kom-

petente samtalepartnere i bearbeiding av sorg, smerte og brutte relasjonar. I en studie av hvordan ruspasienter opplevde at religiøsitet og åndelighet skapte mening i forbindelse med behandling, understrekes betydningen av prestens sjelesørgjeriske rolle (Sørensen 2015). Her er det også fremtredende at skriftemålet og det at presten legger hånden på hodet til pasienten og tilsier syndenes forlatelse har en viktig funksjon med hensyn til å legge det gamle bak seg og å gå vidare. Prosesser knyttet til sjelesorg og skriftemål bidro også til gjenopprettelse av tidligere brutte relasjonar, for eksempel knyttet til nære familie-medlemmer. Pasientene benyttet forskjellige kilder til mening relatert til åndelig og eksistensielle ressurser kirken er forvalter av. Det er grunn til å tro at funnene blant ruspasienter har overføringsverdi til andre sammenhenger der folk strever med oppgjør og tilgivelse og trenger hjelp til å skape ny mening i livet både for seg selv og de personene disse står i relasjon til.

SOSIAL FORPLIKTELSE

Sosial forpliktelse dreier seg også om å ta på seg ansvar for den oppvoksende slekt og kommende generasjonar. Det å få barn, oppdra og oppfostre dem og bidra til at de blir gangs mennesker er en selvtransenderende faktor som i Schnells studier (2009) utmerker seg mer enn mange andre med hensyn til opplevelse av mening i livet. Kirken har sterkt fokus på ekteskapets forpliktende ramme omkring familielivet. Tilbud til barn og unge har vært og vil alltid være høyt prioritert. Kirkens budskap mottas og gis vidare i en rekke forskjellige sammenhenger. Dette gir også mulighet for voksne til å oppleve at de formidler noe avgjørende viktig. Samtidig som kirkehuset blir et viktig geografisk orienteringspunkt, skaper det mening for barna å oppleve tilhørigheten til fellesskapene i kirken og tilslutning til det kirken står for.

ORDEN OG TRADISJON

Kirken er forvalter av tro og verdier. Kristen tro og praksis er nedarvet gjennom generasjonar. Kjernepunktene i trosinnholdet er bevart over store tidsspenn og har hatt betydning for men-

nesker som viktige orienteringspunkter for meningsdannelse. Det har også gitt og skapt mening for folk å forholde seg til etikk, moral og verdier knyttet til det kristne livssynet. Gudstjenesten er et konkret uttrykk for kirkens tro og verdier og har vært pulsslaget og det sentrale samlingsstedet for kirkens folk gjennom lange tider. Som kilde til mening bidrar gudstjenesten på forskjellige måter. På et kognitivt, tankemessig plan kan det ha verdi for mennesker å høre forkyn-nelse som gir hjelp til å speile eget liv. Forkyn-nelse kan bidra til viktige refleksjonar for den enkelte. Sett i forhold til eget trosliv kan forkyn-nelsen også bidra til viktige livsvalg og over-veielser over hvordan slike livsvalg bidrar til mening.

Kirkerommet og gudstjenestedeltakelse har også et ikke-kognitivt plan. Her er det først og fremst opplevelse og erfaring som er fremtredende. Mange forteller om kirkerommet og gudstjenesten som viktige hvilesteder, at det å delta på gudstjenesten fungerer som motstykke til en ellers travel hverdag. På dette planet handler også gudstjeneste om erfaring av nærvær knyttet til de andre som er der og knyttet til Gud. Man strekker seg mot det andre og opplever at man er del av noe større. Her kan man for en stor del være mottaker og ikke så mye aktiv deltaker, all den tid det er ritualene, byggets arkitektur og artefaktene som i høy grad bidrar til opplevelsen.

Fordi kirken har aspektet av å søke mot en høyere "overnaturlig" makt som ligger utenfor en selv, kan ikke kirkens ritualer erstattes av ikke-religiøse seremonier. Kirken bidrar med noe annet og noe mer som bidrar til mening i til-værelsen også i forbindelse med krevende livs-hendelser. Det er mulig at det er dette aspektet som gjør at folk søker til kirkens ritualer og rom ved større katastrofer og kriser (Danbolt & Stifoss-Hanssen 2007).

TIL SLUTT

Ikke sjelden erfarer menigheter at nye aktive kirkedeltakere kommer til etter at de har opplevd dødsfall i nær familie. Kanskje oppsto det god kontakt mellom prest og pårørende, som gjorde det naturlig å komme til kirken ved neste anled-

ning. Vel så sannsynlig er den pårørendes for-
 nemmelse av at det er hjelp å hente i kirken. Sorg
 og adskillelse skaper ubalanse mellom forvent-
 ninger til hva som er meningsfullt og hvordan
 man faktisk opplever livet her også. Kirken bidrar
 med konkrete meningsskapende kilder den
 sørgende kan benytte seg av. Gudstjenesten og
 ritualene hjelper den enkelte til å søke mot det
 som ligger ut over dem selv, og gir en opplevelse
 av å tilhøre og bli omsluttet av noe større.
 Menighetens fellesskap er et omsorgsfellesskap der
 det gis anledning til å bli sett og å ta i mot hjelp,
 men vel så viktig er det et fellesskap der man selv
 kan være en seer og hjelper. Forpliktelse er et
 kjernebegrep i meningsdannelse og opplevelse av
 menig. Menighetsfellesskapet er et sted hvor man
 kan ta på seg oppgaver, være til nytte, bidra i for-
 hold til andre mennesker og ha gleden av å se at
 de vokser. Dette gir opplevelse av mening både
 for giver og mottaker. Det er ikke uvesentlig for
 opplevelsen av et meningsfullt liv at man gis
 anledning til å ta i bruk, utfordre og utvikle sine
 egne kapasiteter og realisere det man er skap til.

Kilder til mening bidrar til meningsdannelse
 og opplevelse av at livet er meningsfullt. Et
 meningsfullt liv står som oftest i en positiv
 sammenheng med høyere grad av livskvalitet, til-
 fredshet med livet og opplevelse av god helse.
 Kirken er i så måte en vesentlig bidragsyter til
 den norske folkehelsen.

KILDER TIL VIDERE LESNING

Danbolt, L. J., & Stifoss-Hanssen, H. (2007).

*Gråte min sang. Minnegudstjenester etter store
 ulykker og katastrofer.* Kristiansand: Høyskole-
 forlaget.

Danbolt, L.J. (2014). Hva er religionspsyko-
 logi? Begrepsavklaringer i en norsk kontekst.
 I Danbolt, L.J. m.fl. (red.) *Religionspsykologi*
 (s.17–31). Oslo: Gyldendal Akademisk.

Frankl, V. E. (1996). *Der Wille zum Sinn* [The
 Will to Meaning]. Bern, Switzerland: Huber.

Koenig, H.G. (2013). Spirituality in Patient
 Care. Why, How, When, and What. West
 Conshohocken: Templeton Press.

Koenig, H.G., King, D.E., & Carson, V.B.
 (2012). *Handbook of religion and health, 2nd*

ed. New York: Oxford University Press.

Koenig, H.G., McCullough, M.E., & Larson,
 D.B. (2001). *Handbook of Religion and
 Health.* Oxford; New York: Oxford Univer-
 sity Press.

la Cour, P., Avlund, K., & Schultz-Larsen, K.
 (2006). Religion and survival in a secular
 region. A twenty year follow-up of 734
 Danish adults born in 1914. *Soc Sci Med*,
 62(1), 157–164.

Schnell, T. (2009). The Sources of Meaning
 and Meaning in Life Questionnaire (SoMe):
 Relations to demographics and well-being.
The Journal of Positive Psychology 4(6), 483–
 499.

Schnell, T. (2011). Individual differences in
 meaning-making: Considering the variety of
 sources of meaning, their density and diver-
 sity. *Personality and Individual Differences* 51,
 667–673.

Sørensen, T., Lien, L., Landheim, A., Danbolt,
 L.J. (2015). Meaning-making, religiousness
 and spirituality in religiously founded sub-
 stance misuse services – a qualitative study of
 staff and patients' experiences. *Religions* 6 (1),
 92–106; doi:10.3390/rel6010092.

Sørensen, T., Danbolt, L.J., Lien, L., Koenig,
 H.G., Holmen, J. (2011). The relationship
 between religious attendance and blood
 pressure: the HUNT Study, Norway. *The
 International Journal of Psychiatry in
 Medicine*, 42 (1), 13–28.

Sørensen, T., Danbolt, L. J., Holmen, J.,
 Koenig, H. G., Lien, L. (2012). Does Death
 of a Family Member Moderate the Relation-
 ship between Religious Attendance and
 Depressive Symptoms? The HUNT Study,
 Norway. *Depression Research and Treatment*,
*Special Issue: Religious and Spiritual Factors in
 Depression*, doi:10.1155/2012/396347,
 available from URL:
[http://www.hindawi.com/journals/drt/2012/
 396347/abs/](http://www.hindawi.com/journals/drt/2012/396347/abs/).

Å VANDRE MED HÅP

AV EILEV ERIKSTEIN, PROSTIDIAKON I VEST-TELEMARK PROSTI
EILEVER@ONLINE.NO

Eg har vore på mange vandringer til det gamle pilegrimsmålet Røldal. Gått i lag med folk frå psykisk helse, innsette i fengsel og etterlatne etter sjølvord.

Å gå gjev von. Går ein, vil ein leve. Går ein, er det for livet. Om det ikkje var ei framtid, ein veg for oss, ville me aldri bry oss om å gå.

Pilegrimsvandringer frå Vest-Telemark til Røldal står i ein lang tradisjon. I ”Storegut” skriv Åsmund Olavsson Vinje:

”I kyrkja til Røldal eit bilete hekk
so mang ein sæling til frelse,
for sjuk og saare til dette gjekk
og fingo atter si helse.

Fekk nokon av sveitten den minste dogg
Var sjukdomen overvunnen
Om sjuk eller halt eller sår av hogg
Han var som til livet funnen
Med lovord i sæle munnen

Vart såringa lækt, med kniven så kvass
Han bindet sprette og sprengde
I kyrkja låg hundrade hestelass
Med krykkjer som bort vart slengde
og ingen haltemann trengde.”

I mange hundreår vandra folk, plaga og vonfulle, til krusifikset i Røldalskyrkja. Så vart det slutt etter ein prostevisitas til Røldal i 1835. I 2003 vart pilegrimsvegen frå Vest-Telemark til Røldal gjenopna av eldsjeler, og sidan har det vore årlege vandringer til det sveittande krusifikset.

BREITT SAMARBEID OG DEI RETTE FOLKA

Under ei gudsteneste i heimekyrkja mi Mo, i Tokke i Vest-Telemark, glapp eg tidleg ut av preika. Eg av byrja å sjå rundt meg og oppdaga den staslege lysekrona. På sida stod det eit årstal som gjorde meg nyfiken.

Eg fann kyrkjarahistoria og oppdaga at lysekrona var gjeven bonden Rasmus Midjås frå Mo i Tokke. I 1766 fall han ned frå ein stige. Resultatet var at han miste hørsla. Men Rasmus kom seg til Røldal. Fekk ein klut med litt av den vidgjetne sveitten frå krusifikset på det sjuke øyra og vart frisk, fortel saga.

”- Her er alle pilegrimar. Alle er med og bidreg og hjelper kvarandre med ulike gjeremål. Om ein er lege, psykiatrisk pasient, sjukepleiar eller anna, er me alle likeverdige.” (Psykiatrisk sjukepleiar Magnus Rinde i Vest-Telemark Blad (28.08.10))

Rasmus Midjås fann at den beste måten å takke på var å gje ei lysekrona til kyrkja si. Her heng ho ennå og minner om ein lang tradisjon, og ein takksam pilegrim.

For meg vart det eit spørsmål om noko av dette kunne nyttast innan psykisk helse. Sidan 1991 har eg vore prostidiakon i Vest-Telemark, og hatt mykje kontakt med dei psykiske helseavdelingane i kommunane. Eg fann eit par psykiatriske sjukepleiarar som lika å gå på tur og syntest dette høyrdes bra ut. Det gjeld å finne dei rette folka i slikt samarbeid, tenkte eg.

I 2008 byrja eit samarbeidsprosjekt mellom psykisk helse i Seljord, Vinje, Tokke, Nissedal, Kviteseid, Fyresdal og kyrkja i Vest-Telemark.

Dette samarbeidet er eit heilt gode i seg sjølv. Rett inn sjølve den store Samhandlingsreforma. Endå betre blei det då Distriktspsykiatrisk senter (DPS) i Seljord og arbeidsmarknadsbedrifta KVITO – Kompetanse, ei bedrift som held til i Vinje, Tokke, Nissedal og Kviteseid, kom med i samarbeidet. Gjennom dei siste sju åra har alt fem hundre pilegrimar vore med på vandringane.

”Mest vil eg hugse dei venlege andleta.”
(Sagt av ein deltakar)

Vandringa vart kalla ”Å vandre med håp”. Overskrifta er henta frå den guatemalanske landsbyen Panebaq. Hausten 2005 gjekk det eit svært jordskred i landsbyen. Mange døydde; heile skulen gjekk med i jordraset. På ein studietur med Kirkens Nødhjelp hausten etter tok folket i landsbyen oss med på ei stille pilegrimsvandring til gravplassen.

”Hit vandrar me med håp,” sa ein gamal kar.
”Det er det me treng no. Sorg har me nok av.”

EIT FRIMINUTT

”Å vandre med håp” startar i Grunge kyrkje, ei Linstow-kyrke frå 1850. Så går ein mellom fem og seks kilometer fyrste dagen, og er glad det ikkje er meir. Neste dag er det opp på fjellet. Slik går no dagane, og etter fem dagar er ein framme i Røldal. Alt i alt er vandringa seks mil. Mat og overnatting skjer på enkle campinghytter.

Pilegrimsvegen til Røldal er der for alle. Merka og rydda. Med eiga vegbok (Høydal, 2003). Ved sida av vandringa for psykiatrien er det og turar for innsette i skogsleiren i Fyresdal. Dei tre siste åra har det og vore vandring for etterlatne etter sjølv-mord – eit breitt samarbeid mellom kyrkja, LEVE og RVTS- Sør (RVTS Sør, 2014).

Slik vandringar kunne ein tenke seg ville bli tunge og traurige. Så mykje tung og komplisera sorg saman. Men tvert om var konklusjonen frå ein pilegrim eit år: ”Denne vandringa har vore eit friminutt frå sorga.”

ØNSKETENKING

Ønsketenking, spør eg meg sjølv. Er det berre ønsketenking at pilegrimsvandringar har noko for seg innan psykisk helse.

Er det fordi eg gjerne vil at det skal verke, at

det gjer det, eller fins det endringar som let seg måle? Evidens er visst faguttrykket. ”Med evidens forstår vi det som viser seg på en slik måte at det er gyldig, at det er til å stole på, og for å gi grunner til det må det kles i ord,” fann eg hjå ein gamal sjukepleieteoretikar (Martinsen og Eriksson, 2009).

Evidensen vår er talrike smil, stolte augneblikk av meistring og somme som fortel at angsten vart att på Haukelifjell.

Folket på vandringsvegen er ulike. Men det er den same høge himmelen me går under, kjenner varmen frå den same sola eller går saman i kaldt regn – får like vonde gnagsår og trakkar i den same sauemøkkka. Langs gamle vegar går dagane, dagar som lagar nye stigar i sinnet, opnar noko nytt mellom menneske på veggen.

LYS I TUNELLEN

Midt på Haukelifjell, ved Dyrskar, finst ein gamal vegtunell frå om lag 1900, som ein går gjennom. Tunellen er ikkje lenger heilt i stand. På venstre side har det opna seg eit hol; ljøs kjem inn i mørkret og leier oss trygt gjennom. Den vesle tunellen vert eit bilete på kva som kan skje på ei pilegrimsvandring.

Ljøs og håp kjem på nye måtar og frå nye vin-klar – som eit menneske på sida av ein eller ein nye tanke til hjelp på svarte dagar, ein som deler ei nistepakke eller tek sekken opp den brattaste kneika.

Eg ser for meg biletet av ein psykiatrisk sjukepleiar med grueleg dårlege kne. Tett ved sida hennar kom ein småpsykotiske klient med sterke kne og ryggsekken hennar. Stemma inne i hovudet hadde sagt at han skulle ta sekken hennar. Det berga sjukepleiaren, og det berga også vandringa for den psykotiske. Han fann ei oppgåve som heldt han litt meir fast i røynda.

Slik medvandring er det mykje av. Utan at ein skjønar kva som skjer, utviklast fellesskap der menneske vert gjeve verdi, der makt og avmakt byter eigar. Nye ressursar kjem fram.

DIAKONALGANG

Så møter ein på folk som har vore med på vandringa, og som kan seie på vårparten: ”Pilegrimsvandringa til Røldal har skine som eit lite lys inne

meg gjennom vinteren.”

Eg likar å tenke på pilegrimsvandring som rein diakonalgang. Ein gange som reknar med alle og tek opp i seg pilegrimanes sju nykkelord (Kolbjørnsrud, 2012): Fridom, ro, å få dele, det enkle, det langsame liv, å røre seg og rom for det eksistensielle.

Så vert ein eitt med desse orda der ein går lang veg og stig, ein fot framom den andre – den enklaste rørsle som fins om ein har gode bein og ein rygg å henge sekken på, medan tankar finn fest og ro, eller ein tenker på alt og ingen ting: – Det beste med vandringa var at eg ikkje hadde ein einaste tanke undervegs, sa ei og takka for vandringa: ”For meg var det rein nåde!”

EITT STEG ER NOK ÅT MEG

”Eg treng ei sjå min veg, eit steg er nok åt meg,” heiter det i *Leid milde ljøs*. Eit steg om gongen. Ikkje særleg revolusjonerande, det. Men i eit moderne liv må ein ta stilling til mange ting samstundes. Ute på vandringa er fuglesongen fuglesong, ikkje den nyaste nedlasta ringetonen.

Eg opplever at uro og bekymringar minkar undervegs. Me er kvar dag ute i frisk luft og blir slitne. Det er god medisin. Primærbehova som drikke, mat og eit passe tempo er det viktig.

Ei vandring der folk er rekruttert av kommunane si psykiske helseteneste, kan lett bli stigmatiserande. Ei grunntanke har vore å ikkje lage ei tett og nær gruppe. Me er rausa med å invitere dagspilegrimar.

Her er ein god miks av mange forskjellige folk. Eine dagen et me frukost på Edland skule, og elevane vert med oss ein del av vegen. Ein pilegrim veit aldri kva som møter ein, berre dette at ein møter andre gode folk. Ein er på eit heilagt oppdrag og må takast raust imot. Det rausa forandrar mennesket sine tankar om seg sjølv.

KVEN ER KVEN?

Kven som er kven, er ikkje lett å sjå. Kven som slit ekstra med psyken, ser ein ikkje utanpå. Det er då eg minnes Pierre frå Bretagne, ein ekstra pilegrim som slo lag med oss eit år. På fransk-engelsk, sa han det slik: ”I know there are some crazy here, but I don't know who.”

Plutseleg dukkar 20 diakonar frå Agder og Telemark med ein preses opp. Kjentmannen hadde fått klar beskjed om å vente på folket frå psykisk helse. Men det skjedde ein feil, og han blei heller gåande med dei kyrkjelege medarbeidarane. Etterpå sa han det slik: ”Vel ein skjonar jo at nokon ikkje er heilt på plass. Men alt i alt gjekk vandringa godt.”

FORSONING, FORVANDLING OG MYNDIGGJERING

Det fins tre grunnord i diakonal praksis: Forsoning, forvandling og myndiggjering (Det lutherske verdensforbund, 2010). I denne samanhengen passar uttrykka godt inn i psykisk helsearbeid.

Forsoning: Ei pilegrimsvandring kan gjerne handle om å legge av seg ting – ofte symbolisert med at ein ber meg seg ein stein, og legg ved målet. Dette er ein god diakonal aktivitet. Synder, smerte og sorg fekk ein legge frå ved krossen. Etterpå gjekk ein friare derifrå.

Forvandling: Slit ein psykisk, kan ein og legge frå seg litt av kvart undervegs. Ei anna fann ut at ho var lei av å vera offer. Ho la frå seg offerrolla i Røldal. Reint fysisk skal ein ikkje gå lenge før ein kjenner at forma vert betre, og at ein tøler meir smerte, vert god og trøyt. Ei sa det slik: ”Eg sovna før eg rakk å ta sovemedisinen. Det har eg ikkje gjort på mange år.”

Ei sa at det viktigaste var å oppdage at ho kunne gå ei mil og vel så det i eitt: ”No kan eg melde meg inni DNT,” let det. ”Slit ein med sosial angst, er det spennande å vera omgjeven av så mykje folk heile døgnet,” sa ein annan. Slik vert det myndiggjering av.

”Veit du etter vandringa kjøpte eg meg fotoalbum: ”For fyrste gong på fire år hadde eg minne å lime inn.”

GODE GNAGSÅR

Gnagsår veit eg eit og anna om. Gjennom pilegrimsvandringane har eg fått mange gode råd om korleis ein kan sleppe unna – ikkje det er at eg er glad for at eg lett får gnagsår, men det minner meg om at me er sårbare og at det sårbare i oss oppnar for kontakt. Det er i det sårbare med finn

atrkjenning hjå kvarandre.

I det sårbare finn ein venskap eller kan be om hjelp. Det sårbare skaper kontakt og opnar relasjonar – inga medkjensle utan at ein sjølv kjenner seg sårbar. Det er vel difor det også gjer så godt å møte folk med livsrøysle.

Gnagsår, det er mange teoriar om korleis ein skal unngå dei, er eit eige kapittel under alle pilegrimsvandringar. Etter mykje prøving og feiling kan eg no vedstå meg mine tynne damestrømper. Dei har vore til velsigning for beina mine.

Skulle ein trekke ein konklusjon på dette, kan det vera at ein i livet og i kvart fellesskap treng det nette og grove. Skikkelege ullsokkar kombinera med noko tynt innerst er heretter min kombinasjon i fjellsko.

BEINA TALAR

Eg har gått fjellturar i mange år, opplevd at turane bygger venskap. Når ein er pilegrim, er ein noko meir enn ein vanleg turgår. Det kviler ei meining over vandringa. Me har eit mål, går i fotspora til dei som har vandra og søkt lekjedom i mange hundre år.

Dei er så ulike desse pilegrimane. Nokon må absolutt gå kvar einaste meter. Andre er godt fornøgd om dei berre går nokre rundar rundt pilegrimsålet. Ein kar frå eit psykiatrisk dagsenter har aldri gått meir en dei siste tre rundane, men kallar seg jamt pilegrim når eg møter han.

På pilegrimsvandringa er det beina som talar. Det er godt det, når orda har vorte for mange, og harddisken er full. Tankar forsvinn frå hovudet, blir liggande att langs vegen. Så får ein sjå om ein vil henta fram ved seinare høve. Men fyrst må ein klive liene og trakke vegane. Vegane mot det kjende pilegrimsålet Santiago de Compostela vert også kalla La Ruta de la terapia (Lugna, 2007).

Fagfolk i traumefeltet talar om å kunne regulere kjensler som ein føresetnad for å kunne få kontakt med ”tenkehjernen”. Den fysiske vandringa, rytme og bevegelse, naturopplevinga, fellesskapet med andre er innhaldet i pilegrimsvandringa. Dette er god terapi for å regulere kjensler og for å kunne sette ord på vanskelege tankar. Men òg for ta i mot hjelp og støtte frå

andre. Nokre gonger er ikkje terapirommet den rette staden for å uttrykkje kjenslene. Og ofte er terapiromma lukka for eksistensielle spørsmål.

NOKON SOM TRUR FOR EIN

Det er litt av kvart å lære av andre på vegen. ”Det er lettare å gå oppover,” sa ei tapper dame. ”Nedoverbakke er det verste for ein som har hatt det tøft. Eg har aldri takla å ha det godt. Slite er eg bra på. Verre å ha det godt. Ligg vel ein tanke i det om at ei som meg ikkje fortener det gode.”

Så handlar pilegrimsdagane mest om å vere. Det øver eg meg på langs vegen, leiter etter håp og samanhang, ser dei andre pilegrimane som vandrane bøner, og gleder meg over det, treng nok sjølv å rydde litt i livet, bed om å få legge ting bak meg. Og så får eg heller leve med litt småstein i sko – tenker på ho som på eit seminar, fortalte om sin filosofi. Med låg stemme sa ho: ”Når folk har slutta å tru på seg sjølv, treng dei noko som trur på dei.”

Eit viktig ord innan den moderne psykiatrien heiter *recovery*. *Recovery* synest å dekke godt det gode som kan skje på pilegrimsvandringa:

”Recovery er en dypt personlig, unik prosess med endring av egne holdninger, verdier, følelser, mål og ferdigheter og/eller roller. Det er en måte å leve et liv på som er tilfredsstillende, deltagende og fylt av håp, selv med de begrensninger som lidelsen forårsaker. Bedring involverer utvikling ny mening og innsikt i eget liv.” (Anthony, 1993)

KYRKJELOKKENE RINGER FOR OSS

Då den oppstadne gav seg i lag med lærsveinane på vegen mot Emmaus, skjønna dei ikkje kven han var, før han lyste fred over deg og gav seg til å eta fisk (Luk 24, 42). Trua syner seg i det alminneleg, som ei delinga av ei matpakke i Ulevåskaret, som gjev akkurat nok krefter til å ta seg ned lia.

Så tenker eg at trua ligg i å gå mot krusifikset frå 1200-talet. Her er ikkje nokon helgendyrking. Det er sjølv Kristus ein møter.

TAKKSEMD

Det er ikkje tidebøner undervegs. Men kvar dag er det ein liten vandringstanke, kanskje eit lite dikt. Siste dagen går me ein halv time stille under

mottoet: Kva har eg å vera takksam for ?

Framme i Røldal vert vi varmt tekne imot av pilegrimspresten. Kyrkjeklokkene ringer. Nokre enkle salmar vert sunge; Vår Far beden og vel-signinga lyst. Tanken er at ingen skal føle seg utanfor. Samstundes er det heller ikkje alle som blir med inn i kyrkja for avslutning.

Se deg ikke tilbake,
Men hold blikket fremover.
Vær ikke redd for det ukjente
For i det øyeblikket du åpner
Vil du finne

Lærdommen i år blir at: jeg har lov til å si at jeg er sliten, min verdi avhenger ikke på hvor fort jeg går eller om jeg er først til toppen.

Min verdi er der fordi jeg er meg og ingen andre.

En pilegrim av hjerte, kropp og sjel.
(Kine Aune)

ALT KAN FIKSAST

Alt kan fiksast, synest å vera melodien blant dei som er ansvarleg for vandrainga. Her kan ein handtera alt av angst og psykosar. Ein bruker lita tida på å snakke om det som kan gå galt, er lite problemorientert snakk og låge stemmeleie. Så er ideen at det skal vera lite byråkratisk. Det vert bruka lite tid på planlegging saman. Prosjektet er prega av dugnad. Her er bae tilsette og brukarar med. Dugnaden er ein del av opplegget. Hadde dei tilsette teke ut full løn desse dagane, hadde det aldri gått.

Så lever desse pilegrimsvandraingane sitt eige og frie liv. **Ein må førebu seg.** Ein må trene på førehand – kanskje snakke om det, involvere andre i planane, skaffe seg ”heigjeng”. Ein har fått eit nytt samtaleemne. **Så sjolve gjennomføringa.** Fem intense dagar. Gleda ved å kome fram. Ha klart det, eller kanskje læringa ved å måtte be om hjelp. **Etterpå.** Godt å vera stolt. Gleda over nye kontaktar eller ein ny strategi for meistre livet. ”Kunne eg komme opp bakkane mot Dyrskar, fins det ingen grenser.”

For meg er ”Å vandre med håp” også ei stadefesting av at det diakonfaglege er viktig.

Diakonien må ha ei fagleg leiing. Det er rett, som Kyrkjemøtet vedtok i 2011, ei ”sjølvstendig og nødvendig stilling”. Samstundes er diakonars ”go-between” særskilt viktig i eit komplisert helse- og sosialapparat der det meste handlar om trygge samarbeidsrelasjonar (Kyrkjemøtet 2015, Kyrkje og Helse).

Diakonar med si fagkompetanse kan møte det offentlege helsetilbodet på ein profesjonell måte. Dette er viktig for å utløyse dugnad og friviljug innsats.

NOKRE LAUSE KONKLUSJONAR

1. ”Å vandre med håp” er eit stort eksponerings-terapiprojekt. Under vandrainga skjer det stadig nye og uventa ting. Nye menneske dukkar opp kvar dag. Andre grupper kjem til (diakonar og ein biskop). Backup-løysingar (Berre gå ut i veggen å stoppe fyrste og best bill!) og gode folk med stor kompetanse i akutt situasjonar skaper trygge rammer. Sosial trening ein viktig bit.

2. Å vandre med håp er eit stort dialog-prosjekt. Bakgrunnen for å gå er ulik. Mange går med psykiske plager, andre med ei sorg, somme for livsavklaring. Her er ulik tru. Kristne, muslimar og ikkje-truande. Ein kjem som einskild-personar men opplever å få høyre til ei gruppe. På vandraing, i dugnad eller i samtaler opplever mange augneblikk av likeverd.

3. Ein viktig det er førebuing. Planlegging av tur. Innkjøp av utstyr. Økonomi. Spare til fjellsko. Må ut og trene. Vandrainga nyttast som motivasjonsfaktor i terapien.

4. Verknad i ettertid: Kan dele opplevingar frå turen.

5. Kan lære noko om å takle nederlag. Når ting ikkje vert som ein tenkte, korleis møte det?

6. Samhandlingsreforma. Nyttig og viktig samarbeid mellom 1. og 2. line psykiatriteneste, mellom arbeidsmarknadsbedrift, kyrkja og friviljuge. Fem dagar saman på vandraing og i dugnad gjev betra relasjonar mellom kommunar og tenester. Ein vert godt kjent med samarbeidspartane – ein viktig sekundærgevinst.

7. For mange klientar er eksistensielle spørsmål ein del av sjukdomsbiletet. Mange strever med tru, skuld, straff, forsoning og tilgjeving. På pileg-

rimsvandringa vert det gjeve tid og rom for desse tinga – gjennom samtaler og elles i dei rammer og ”symbolikk” som er knytt til pilegrimsvandringane. Somme gonger har ein òg stille vandring. ”Det eksistensielle rommet” med plass til grunnleggande spørsmål er eit tilbod og ikkje noko krav.

DEN BESTE VEGEN

Når så klientar, pasientar og psykiatriske helsearbeidarar, eller det som dekkjer alle: pilegrim, har glede og nytte av ”Å vandre med håp”, trur eg det handlar om det som Paulus skriv: ”Og eg skal visa dykk den beste vegen.” (1 Kor 13,1)

Den vegen som handlar om kjærleik og diakoni i alle former og fasongar, eller som kyrkjås nye visjon seier: Meir himmel på jord.

Poenget med å reise er ikkje å koma fram, men å koma heim att full med pollen du skal omarbeide til honning som tanken lever av.
(R.S. Thomas)

- Eg visste ikkje at du hadde noko mellomnamn, sa eg. - Ikkje eg heller. Men etter desse vandringane til Røldal fann eg min identitet. Du skjønar P'en står for pilegrim.

Eller peregrino, ein framand på heilag vandring. Eg var framand, men etter vandringa kjende eg meg teken i mot, fann fellesskap.

Når kyrkjeklokken ringt for oss i Røldal var eg heime.

LITTERATUR

Aune, Kine, <http://psykicklife.blogspot.no/>.
Anthony, William A. (1993): ”Recovery from mental illness: The guiding vision of the mental health service system in the 1990s”.

Psychosocial Rehabilitation Journal, 16, 11–21.

Den norske kirke. *Kirke og helse*. KM9/15. Kyrkjemøtet 2015. http://kirken.no/globalassets/kirken.no/om-kirken/slik-styreskirken/kirkemotet/2015/saksdokumenter/km_09_0_15_kirke_helse.pdf.

Høydal, Una (red.) *Fann eg dei stigar*. Pilegrimsvegen til Røldal, 2007.

Kolbjørnsrud, Mari, *Helende vandring*, upublisert masteroppgåve, Menighetsfakultet i Oslo, 2012. <http://www.retreater.no/files/Masteroppgave-om-pilegrimsvandring-og-diakoni-Mari-Kolbjørnsrud.pdf>.

Lunga, Einar. *Den terapeutiske veien. Innledende betraktning om pilegrimsvandringens muligheter som kilde til livsforbedring og rehabiliteringsstøtte*. <http://www.pilegrim.info/artikkel.aspx?id=1877567> (2009).

Martinsen, K. og Eriksson, K., *Å se og å innse*. Akribe, 2009.

RVTS Sør, ”Verdistrek. Vandring for forandring. For etterlatte etter selvmord”, 2014.

Vinje, Åsmund O., *Storegut*, Det norske Samlaget, 14. utgåve Oslo, 1960.

Et bidrag fra Det lutherske verdensforbund til forståelse av diakonal praksis og handling *Diakoni i kontekst. Forsoning, forvandling og myndiggjøring*. Oslo 2010.

http://www.google.no/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&ccd=1&ved=0CB0QFjAA&url=http%3A%2F%2Fwww.kirken.no%2F%3Fevent%3DdownloadFile%26FamID%3D125562&ei=cM_9VM3KPI3ksATXl4LwDw&usq=AFQjCNG-6gnzSwuLc0uGskex5Kem46rUIg&bvm=bv.87611401,d.bGQ.

MESTRING, HELSE OG KIRKE

HEGE FAGERMOEN I SAMTALE MED MAGNE NYLENNA, DIREKTØR/REDAKTØR, PROFESSOR DR. MED.
MAGNE.NYLENNA@KUNNSKAPSENTERET.NO

Magne Nylenna er direktør for Nasjonalt kunnskapssenter for helsetjenesten og redaktør for Helsebiblioteket.no. Han er professor II i samfunnsmedisin ved Universitetet i Oslo og NTNU og er leder av Hovedstyret for Diakonhjemmet. Med dette temanummeret om Kirke, helse og livsmestring syntes jeg det måtte være var spennende å få en samtale med en som både har den helsefaglige profilen som Nylenna har, kombinert med vervet i en av de store diakoninstitusjonene i landet, og i tillegg er en aktiv frivillig aktør i sin hjemmemenighet.

Vi startet med stikkordet "Helse", et begrep som er i endring, og som også gjenspeiler et helsevesen og et samfunn i endring. Verdens helseorganisasjon har definert helse slik: "Helse er en tilstand av fullkommen fysisk, psykisk og sosial velvære, og ikke bare fravær av sykdom eller svakhet."¹ Dette er et helsebegrep som både er utopisk, men som interessant nok heller ikke viser seg å finne gjenklang hos folk, sier Nylenna. Undersøkelser og intervjuer viser at opplevelsen av egen helse i stor grad også handler om mestring, om det å klare å håndtere hverdagen og om trivsel. Det handler om det å kunne leve et aktivt liv, eller oppleve seg som subjekt i eget liv. Dette gjerne på tross av det som vil kunne karakteriseres som "dårlig helse", enten det er kroniske sykdomstilstander eller diagnoser. Den spesifikke helsetjeneste er i ferd med å snu, forteller Nylenna. Fra å forholde seg til "pasienter" til å tenke "brukere", og fra å tenke én behandler og én pasient til å tenke i tverrfaglige team. Og disse teamene forholder seg gjerne også til brukerens familie og nettverk som en del av behandlingen.

Vi er i ferd med å gå fra å presentere "Dette kan vi gjøre for deg," til å spørre: "Hva er viktig for deg?" Når vi stiller dette spørsmålet, kan det være helt andre faktorer som er viktige for en som søker helsetjeneste, enn legemidler. Vi kan si at forskerne forsker på legemidler, mens pasienter etterspør mestring. Det nye begrepet er "samvalg", der behandlingen velges sammen med pasienten.

H: Hvordan tenker du at kirken er eller kan være en bidragsyter i dette bildet?

N: Kirken har i hvert fall to roller her, den ene er som en samfunnsaktør generelt, der det å tilby fellesskap og organisere frivillighet er en åpenbar folkehelsefaktor. Den andre rollen er kirkens diakonale oppdrag, som handler om folks livsvilkår i vid betydning.

La oss ta menigheten som fellesskap: Menigheten er jo en fellesskapsarena som ikke først og fremst er definert av noen felles interesser, ferdigheter, familiestrukturer eller sosial status. Det er åpent fellesskap basert på tilhørighet, et fellesskap som er der og som ikke blir borte selv om livet endrer seg, for eksempel fra yrkesaktivt liv og til pensjonist, om du mister ektefellen din, eller om du har barn eller ikke. Det er et verdibasert fellesskap, og det er et trosfellesskap med stor åpenhet for alle uansett hva slags ord de vil bruke om sin egen tro.

H: Men tenker du at vi har noe å hente nettopp på å være mer bevisst hva som skiller det å være kirke og menighet fra andre typer organisasjoner og lag og foreninger? Da du snakket om snuoperasjonen fra et behandlerorientert til et brukerorientert helsevesen, tenkte jeg på det stadige ropet på flere fri-

villige i kirken for å få gjort noe "for" noen. Kunne vi tenkt mer brukorientert i kirken også, og i stedet for "for" tenkt "med"?

N: Ja, noe av det spesielle med kirken er jo at her er du deltaker med innflytelse. En ting er de formelle beslutningsstrukturene, men i tillegg har enhver mulighet til å være med på å forme aktiviteter og fellesskap. I kirken er det rom for og muligheter til å selv være en ressurs, og det kan vi ikke tenke for stort om. Jeg har et konkret eksempel fra min egen menighet i Ski. Det var en som bar på en drøm om en åpen og tilgjengelig kirke i fastetiden, og delte den drømmen med noen andre. Det resulterte i at gjennom hele fastetiden møttes mellom 35–50 personer hver eneste hverdagskveld i en åpen kirke med stillhet og kveldsbønn, alt basert på frivillighet. Her ivaretas "helse" på mange plan, både sosialt, åndelig, psykisk...

H: ... og kanskje også fysisk, fordi en del mennesker får seg en kveldstur til kirken de ellers ikke ville tatt...

N: Ja, og det å ha et mål for dagen kan være avgjørende nok. En kollega av meg, Anders Smith, har arbeidet med det å finne målbare kriterier for ting som slår ut når det gjelder folkehelse, og har sett at det kan f.eks. være ett måltid sammen med noen om dagen, at man er organisert i en eller annen form for sosial forening, osv. Og en ting er å være mottaker av et tilbud, slik helsetjenesten tradisjonelt har vært organisert. En annen ting er å gi en tilhørighet der du har en plass og kan være til nytte på en eller annen måte, måter som gjerne kan forandre seg gjennom livet, men som er der. Kirkens liv rommer hele menneskelivet.

H: Ja, du tenker slik at kirken og menigheten kan være et sted for utfoldelse på mange plan – fra musiker i ungdomsbandet til trofast forbeder for konfirmandene, og alt før og imellom?

N: Ja, og nettopp det å være til nytte ser vi er en viktig faktor for helsa. Nå står vi overfor en økende andel eldre i befolkningen. Kirken som et sted å tilhøre og få være til nytte kan være en viktig faktor i det å beholde helsa til tross for et økende antall diagnoser. Jeg mener at det er viktig å allmenngjøre helsebegrepet: Helse er for

alvorlig til å overlate til doktorene og helsepersonalet alene! De fleste eldre kan være en stor ressurs i et menighetsfellesskap, ut fra tid, evner, bakgrunn og kompetanse. De kan ha større eller mindre oppgaver som er verdifulle og viktige bidrag til enkeltmennesker og fellesskap.

H: Men opplever du at kirkene og menighetene på lokalplan ser på seg selv som en slik samarbeidspartner?

N: Kirken har en lang tradisjon for å være et sted for fellesskap, tilhørighet og rom for mennesker – og har forholdt seg til menneskers behov og nød gjennom kirkehistorien. Kanskje har kirken mer å gå på i møte med dagens behov og nød ved å se og bruke folk på egne premisser, og spørre mer etter: "Hva er viktig for deg?" Slik mange leger ofte tror de vet bedre enn pasienten hva pasienten trenger eller mener eller har bruk for, er kanskje også kirken for opptatt av å svare på behov folk ikke har? Det er et begrep som sier "nothing about me without me", og det tror jeg er godt sagt når det gjelder mennesker i dag.

Jeg tror også at kirken kan spille en rolle i det å være et sted hvor mennesker kan få hjelp til å justere livet i forhold til virkeligheten. I dag er det så mange som stiller så store krav til livet, om alt de skal gjøre og oppnå, helst under en skyfri himmel. Mange blir syke og ensomme av dette jaget.

H: Ja, Bibelen legger ikke skjul på at livet er mangefasettert, og med verdier som går ut over mine umiddelbare behov og drømmer? I den åndelige veiledningen spør vi gjerne etter hva mennesker lengter etter. Da er det sjelden svaret er større hus eller mer suksess eller bedre betalt jobb...

N: Nei, og denne dimensjonen er særegen for kirken, sammen med håpsdimensjonen som gjelder både for livet her og nå, men som også strekker seg ut over dette. Kirkens budskap gjelder jo hele mennesket, og det handler om mer enn ord.

Jeg skiller gjerne mellom behandling og omsorg. Definisjonen på behandling er ideelt sett at folk skal bli friske, i hvert fall friskere. Jeg pleier å si at helsetjenesten i Norge er god på overlevelse og mindre god på opplevelse. Der har kirken mer å bidra med. Definisjonen på omsorg er at det er

både en holdning og en handling. Omsorg er å bistå og hjelpe folk til å leve det livet man selv vil. Gjennom samhandlingsreformen er det blitt tydeligere at tros- og livssynssamfunn kan være en viktig samarbeidspartner for livsmestring. Derfor skal tilbydere av helsetjenestene også spørre etter menneskers åndelige behov, og legge til rette for å møte dem, enten det er kontakt med fagpersoner, eller deltakelse på Kirkens formiddagstreff.

H: Eller kanskje kirkekolet? Jeg har hørt at korsang er så bra for folkehelsen?

N: Ja, det må jo være en særlig god kombinasjon kirken der har å tilby, med sangen som i seg selv er bra for helse og fellesskap, sammen med budskapet og tilhørigheten til det som er større.

H: Ut fra bevegelsene i helsevesenet og samfunnet for øvrig, som viser en økt forventning om samhandling, vil du tenke at kirken har en større legitimitet som aktør overfor helse og livsmestringsutfordringer enn den har hatt gjennom en tid?

N: Jeg vil absolutt si at mulighetene er der, men at mangfoldet er større enn før. Kanskje kan vi si at mulighetene er annerledes enn tidligere da kirken var en mer selvstøtt aktør i kraft av sin

posisjon i folket. Nå tror jeg kirken på en annen måte må være tydelig på hva man står for, ikke framstå som verdinøytrale. Det gjelder både den lokale menighetsdiakonien, og det gjelder institusjonsdiakonien, der nye former for folkehelsearbeid utvikles i samarbeid med både kommunale og frivillige aktører.

H: Dette har vært en spennende samtale, som både har utvidet synet på helse, og gitt verdifulle tanker om kirkenes rolle og selvforståelse som en aktør når det gjelder menneskers helse i dag, noe som jo har vært en viktig del av kirkenes liv og oppdrag gjennom hele dens historie. Takk skal du ha!

«Og som et lite "postludium": Siden vi nå rir høyt på salmebolgen som går over landet etter at den nye salmeboka har blitt folkeei – har du noen favorittsalme?»

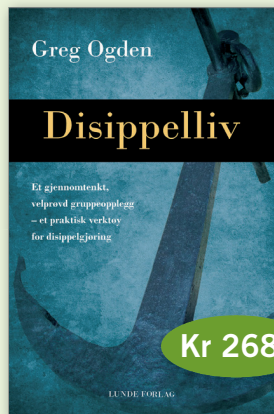
N: Ja, jeg har en klar favoritt: "Guds menighet er jordens største under". Det er noe å leve på, fundere over og hvile i.

¹ Kanskje litt overraskende er denne definisjonen av helse ikke "i endring", men ble til da WHO ble grunnlagt like etter Den andre verdenskrig [MN].

AKTUELT



LUNDE
FORLAG



Greg Ogden **DISIPPELLIV**

Ingen blir født som disippel. Disippel blir man gjort til. Som Jesus sa: «Gå og gjør ... disipler!» Men hvordan?

Ogden anbefaler disippelgrupper på 3–4 personer, og boka hans dekker et innholdsmessig kjernepensum over 25 kapitler om det nye livet i Jesus. Livspraksis og solid teologi går hånd i hånd.

«Endelig er denne glimrende boka tilgjengelig på norsk!»

Tor Erling Fagermoen, generalsekretær i NKSS

**BOKEN KJØPER DU I DIN LOKALE BOKHANDEL
ELLER PÅ WWW.LUNDEFORLAG.NO**

DER TROEN OG LIVET MØTES – OM SALMER OG DIAKONI

AV SINDRE SKEIE, KOMMUNIKASJONSSJEF PÅ DIAKONHJEMMET, PREST OG SALMEDIKTER
SINDRE.SKEIE@DIAKONHJEMMET.NO

Helt fra jeg var ganske liten, har jeg holdt på med tekst og med musikk. Når jeg ser tilbake på barndommen min, slår det meg at min måte å leke på for en stor del besto i at jeg satt for meg selv, noen ganger ved et tastatur, andre ganger ved et piano, hvor jeg forsvant langt inn i en egen verden mens jeg prøvde ut ulike kombinasjoner av bokstaver og ord eller toner og pauser. Ibland kunne det oppstå en melodi eller et lite dikt eller en fortelling. Kvaliteten var sikkert varierende, men for meg var denne leken, denne måten å være på, alltid en sentral del av det ”jag” som hadde en relasjon til Gud. I leken med ord og toner lå det en grunnleggende gudserfaring.

Det som mer enn noe annet knyttet denne gudserfaringen sammen med andre erfaringer av Guds nærvær og forsyn, var fantasien og leken. Så vidt jeg husker, gikk jeg ganske mye for meg selv som barn, og trivdes så godt i mitt eget selskap at det er vanskelig å forstå at jeg i dag fungerer som trebarnsfar. Men selv tenkte jeg ikke at jeg var så mye alene, fordi jeg opplevde at Gud var sammen med meg. I dag kjennes det underlig og nesten litt pretensjøst å skrive det, men jeg hadde den gang en slags indre samtale med Gud – omtrent hele tiden. Den gjorde at alt jeg sanset omkring meg, enten det var fallende snøfugg i lyset fra gatelyktene, is som smeltet til små bekker i gatene om våren, fuglesangen utenfor vinduet en sommermorgen, eller en ispinne som noen hadde kastet fra seg i veikanten for lenge siden, alt ble løftet inn i den samme leken, den samme erfaringen av at Gud var nærværende, og at alt kunne tydes som hemmelige tegn på at Gud kjente meg og ville noe med meg og

livet mitt.

Jeg vil ikke idyllisere barndommen, for det kan være krevende å være barn, og et barns tankegang har også sine begrensninger. Men den opplevelsen jeg hadde av Gud, verden og min egen personlighet, bar i seg en kvalitet som jeg ikke ønsker å glemme: Det var en dyp sammenheng i alt. På en måte som jeg ikke helt kan forstå som voksen, så skjedde både de dagligdagse tingene og all bønn og all lek og utfoldelse av fantasien, i nøyaktig samme virkelighet, i samme verden, uten at jeg vil kalle det en virkelighetsflukt – heller vil jeg si at verden fremsto for meg som fortryllet eller som beåndet eller berørt av en vilje, en person, som var større enn meg selv og som omsluttet meg gjennom den verden jeg levde i. Denne viljen eller personen kunne jeg noen ganger kalle Gud, eller jeg kunne tenke på den under et annet navn og med et tydeligere bilde, nemlig navnet Jesus og bildet av hans ansikt.

DIAKONIEN OG SALMENE

I 2007, som fersk teolog, fikk jeg en kapellanstilling som jeg skulle bli værende i gjennom sju år. Omtrent samtidig fikk Den norske kirke en ny plan for diakoni. Menigheten hadde ingen diakon, men noen av våre mest engasjerte frivillige tok den nye diakoniplanen på alvor og inviterte flere av oss i staben til å bli med og utarbeide en lokal plan. Mine første år som menighetsprest brakte imidlertid med seg både en gudstjeneste-reform og en trosopplæringsreform, og jeg opplevde et langt sterkere press for å følge opp disse to reformene enn for å arbeide med diakoniplanen.

Som nyutdannet teolog hadde jeg heller ikke noen spesielt god forståelse for diakoni, verken som en sentral dimensjon ved alt kirken gjør, eller som et eget fagfelt med distinkte særtrekk. Om dette skyldes manglende interesse og erfaring hos meg selv, eller om det skyldes at diakoni var et lite prioritert tema underveis i teologistudiet den gangen, er jeg ikke helt sikker på. I alle tilfelle ble resultatet at jeg i liten grad bidro til å lage en lokal diakoniplan, og dette er jeg fremdeles lei meg for.

Siden januar 2014 har jeg vært ansatt i stiftelsen Diakonhjemmet og har lært mye om diakoni gjennom denne første tiden; blant annet har jeg fått øynene opp for viktigheten av et forskningsbasert diakonifaglig miljø. Siden juni er jeg også styreleder i Norsk Hymnologisk Forening som jobber for å fremme salmesangen og hymnologien. Dermed har jeg fått muligheten til å reflektere en del over hva en salme er og gjør med oss.

Jeg vil ikke her forsøke å definere hva en salme er. Men når det gjelder diakoni, vil jeg løfte frem definisjonen fra Plan for diakoni: ”Diakoni er kirkens omsorgstjeneste. Den er evangeliet i handling og uttrykkes gjennom nestekjærlighet, inkluderende fellesskap, vern om skaperverket og kamp for rettferdighet.” Jeg vil bruke de fire siste hovedpunktene fra denne definisjonen for å reflektere litt over spørsmålet: Kan det være en sammenheng mellom salmer og diakoni?

NESTEKJÆRLIGHET – SALMEN I DET SJELESØRGERISKE ROM

En eldre mann tar imot meg i sin lille leilighet. Han er ensom etter at kona hans døde. Denne dagen bærer jeg tilfeldigvis rundt på en gitar som jeg setter fra meg i gangen hos ham før jeg går inn i stua. Vi setter oss ned, drikker litt kaffe, snakker om løst og fast. Han virker nokså nedstemt, og jeg finner liksom ikke den rette måten å møte ham på. Jeg vet at han er glad i sanger og salmer, og tar sjansen på å spørre om han vil at vi skal syng litt sammen. Ansiktet hans lyser opp. Det vil han gjerne. Vi synger sammen en halvtimes tid. Etterpå merker jeg at det har skjedd noe med ham, og da jeg skal gå, sier han:

Før du kom, var jeg trist, men nå er det som om noe tungt har falt fra brystet mitt.

Mennesket lever ikke bare for seg selv. I sentrum av den kristne troen står en *relasjon*, mellom et du og et jeg – mellom Gud og meg, og mellom meg og mitt medmenneske.

Når man synger en salme, etableres det en relasjon, både mellom de ulike personene som synger, og mellom hver enkelt person og Gud. Det kan skje helt direkte, ved at salmeteksten bruker ordet ”du” for å henvende seg til Gud, eller indirekte, ved at gudsrelasjonen forutsettes i salmeteksten. Salmen gjeninnsetter mennesket i sitt eget liv, som et ”jeg”, og bekrefter at det ennå har en relasjon til Gud og til sine medmennesker.

Ulike salmer gir rom for ulike sider i et menneskes gudsrelasjon. Gjennom salmene kan det skapes et rom for klage, et rom for takk, et rom for lovprisning og ikke minst: et rom hvor man kan møte Guds tilgivelse, barmhjertighet og anerkjennelse. Å synge (eller lese) en salme kan ha en tydelig sjelesørgerisk dimensjon, og dette er nok mye av grunnen til flere salmediktere har omtalt seg selv som diakoner. Dessuten skal det påpekes at salmen ikke bare har *ord* som språk; salmen er en enhet hvor *tonene* er like viktige som ordene, og mange har erfart at musikk kan åpne dører som lenge var stengt, og finne vei til skjulte rom i sinnet.

INKLUDERENDE FELLESKAP – SALMEN SOM BINDELEDD MELLOM SENTRUM OG PERIFERI

Diakoni er definert som enda mer enn nestekjærlighet, og handler heller ikke bare om sjelesorg. Jeg har lyst til å gjøre en reise tilbake til urkirken. I de første kristne menighetene fantes ulike former for lederskap. De hedningkristne menighetene som Paulus grunnla, hadde til å begynne med et ”tvillinglederskap” som besto av biskopen og diakonen. Dette kan man lese mer om i Alf B. Oftestads verk ”Diakonien historie”.

I tekster fra kirkens tidlige tid blir biskopen sammenliknet med Faderen og diakonen med Kristus. Sammenlikningen var neppe tilfeldig:

Faderen hadde sendt Sønnen ut fra den himmelske herlighet og inn i verden, som en tjener (gresk: *diakonos*), og etter oppstandelsen hadde Sønnen vendt tilbake fra verden til Faderens høyre hånd. På samme måte ble diakonen sendt fra menighetens sentrum ut til periferien, til de syke, de fattige og de ensomme. Så skulle diakonen bringe stemmene og fortellingene fra periferien inn igjen til sentrum, inn til biskopen og menighetsfellesskapet. Slik skapte urkirkens diakonat en forbindelse mellom kirkens sentrum og periferi – og denne periferien strakte seg ut over menighetens egne grenser.

I kirkens barndom var det altså en formalisert kontakt mellom sentrum og periferi, mellom makt og avmakt, mellom det kristne fellesskapet og de marginaliserte. Diakonen hadde rollen som bindeledd og budbringer. Jeg er ikke av dem som mener at kirken i 2015 i ett og alt bør likne mest mulig på urkirken, men her ser jeg en struktur som er verdt å reflektere over. Hvem er det i dag som er menighetenes sendebud til periferien? Hvem bringer evangeliet ut, gjennom ord og handling, til de syke og de ensomme? Og ikke minst: Hvem er i stand til å løfte frem fortellingene fra periferien når menigheten sames? Og hvis vi tenker på alle som har en kirkelig tjeneste blant mennesker i utsatte situasjoner, både gjennom menighetsdiakonien og gjennom de diakonale organisasjonene – hvem forteller om sine opplevelser til kirkens øverste ledere, til biskopene? Hvem er i dag bindeleddet mellom kirkens ledere og dem som står på siden av samfunnet?

Sammenlignet med de store ordene ovenfor, kan det kanskje virke smått når jeg hevder at salmene kan fylle noe av denne funksjonen, i hvert fall i gudstjenesten, sammen med bønnene og prekenen. Når man skal feire gudstjeneste, finnes det mange salmer man kan velge, som løfter inn fortellingene fra mennesker som har opplevd livet på sitt mest sårbare. Dersom salmene skal kunne fylle noe av denne "budbringer"-funksjonen fra periferi til sentrum, så kreves det også at de som skriver salmer, er i kontakt med nøden, fattigdommen, ensomheten og uroen i sin egen samtid, og det krever at hver

tid skaper egne, nye salmer.

VERN OM SKAPERVERKET – SALMEN SOM FORTRYLLELSE AV VERDEN

Vår tids menneskehet har et tveetydig forhold til den naturen vi er en del av. Aldri har det vært så mange som ser at alt liv på jorden eksisterer i en finstemt og underfull økologisk balanse; aldri har bevisstheten vært høyere om at jordens ressurser er begrenset – og samtidig har det aldri vært en mer intens rovdrift på de samme ressursene.

Som jeg skrev innledningsvis: Da jeg var barn, hadde jeg en opplevelse av at verden var fortryllet, beåndet, berørt av en god vilje. Det var en dyp sammenheng i tilværelsen, og de minste ting var tegn på Guds nådige nærvær.

Som voksen er det lett å synke hen i likegyldighet. Jeg har så liten evne til å forandre noe som helst i måten jeg lever på. Jeg klarer liksom ikke å gjøre motstand mot de destruktive kreftene i samfunnet, og jeg opplever ikke at det kristne fellesskapet heller beveger meg til å leve på en annerledes måte.

Men innimellom vekkes jeg fra likegyldigheten. Glimtvis kjenner jeg meg gjeninnsatt i undringen, takknemligheten og lovprisningen. Ennå kan jeg ane at både jorden, mennesket og alt som lever, er velsignet og hellig, og jeg kan kjenne at jeg har lyst til å kjempe for livet på jorden.

Noen av disse glimtene kan være ledsaget av en linje fra en salme, ord og toner som plutselig klinger et sted inni meg, eller som jeg merker at jeg nynner lavt. "Ennå kan sårene leges og heles," skriver Svein Ellingen i en salme om skaperverket, *Stjernene lyser fremdeles i mørket*. Og hvis jeg skulle si noe om hva salmesangen kunne bidra til ut fra stikkordet "vern om skaperverket", så ville jeg låne ordene til Albert Schweitzer: La salmene vekke oss og kalle oss til en fornyet *ærefrykt for livet*, eller kanskje man heller skulle si: *ærefrykt for skaperverket* – og la salmene hjelpe oss til å gjenfinne vår rette plass blant våre medskapninger, ikke som jordens herskere, men som dens gode voktere.

KAMP FOR RETTFERDIGHET – SALMENS Plass I KRITISK REFLEKSJON

Jeg kan altså kjenne på øyeblikk av kamplyst på vegne av mine medmennesker og medskapninger – men jeg vet ikke alltid hvor jeg skal kanalisere denne kamplysten hen. For hva har vel jeg å bidra med i den store sammenhengen?

Jeg tror dette er noe som mange menigheter strever med: De har lyst til å være noe for andre, bety noe både for nærmiljøet og i den større sammenhengen, men de leter etter de rette verkøyene.

Den peruanske frigjøringssteologen Gustavo Gutiérrez er blant annet kjent for å ha skrevet at ”teologi er kritisk refleksjon over praksis”. For diakonien er dette sentralt. Dersom man skal kunne forbedre sin diakonale praksis, må man også kunne reflektere kritisk over den. I dette refleksjonsarbeidet er det på den ene side viktig å kunne bruke kirkens totusenårige teologiske refleksjon omkring gudsilde, verdensbilde, menneskesyn og så videre, og på den annen side må diakonien kunne anvende kunnskap fra andre fagfelt, som helsefag, sosialfag, administrasjon, ledelse, kort sagt: Alle relevante fagområder.

Kampen for rettferdighet skjer jo ikke primært i mitt indre, men kaller meg ut i en verden som også består av politiske systemer, samfunnsstrukturer, økonomiske krefter, interessegrupper, fagforeninger og så videre. Hvis jeg ignorerer alt dette, hvis jeg ikke prøver å forstå det samfunnet jeg er en del av, lokalt og globalt, så vil jeg nødvendigvis stille svakere som diakonal aktør.

Diakonien vil alltid ha en dragning mot to ytterpunkter: På den ene siden står diakonien i fare for å bli værende i det trygge, kirkelige rommet, uten å våge seg ut i samfunnet – og på den andre siden kan diakonien lett miste forbindelsen til det kirkelige og dermed også sin

identitet og egenart som samfunnsaktør.

Salmene gjenspeiler menneskelige erfaringer som er oppstått nettopp i skjæringspunktet mellom troen og det levde livet. Mennesker har tatt med seg noe fra kirken ut i livet, ut i samfunnet, og noe derfra inn i kirken. I mange salmer kan man finne spor etter denne bevegelsen: Guds gaver bæres fra alteret ut i verden, og fra verden bæres fortellingene om nød og urett frem til alteret. Kort sagt: Troen møter livet.

Salmeboken er blitt kalt ”den erfarte bibel”. I salmene fastholdes det at troen har relevans for livet, og likeledes sier salmene at livet har noe å si til troen. Derfor kan salmen bidra til å opprettholde den ”diakonale bevegelsen” som alltid må finne sted, at kirken sendes til verden, men også at verden bringes inn i kirken. Salmene kan være med på å prege menigheten med en diakonal bevissthet, og motivere til stadig ny refleksjon om hvordan det er mulig å bidra i kampen for rettferdighet.

DEN ENKLE TILLITEN

Hvorfor innledet jeg denne artikkelen med å skrive om *lek* og *gudserfaring*? Grunnen er at salmene også rommer noe som ikke lar seg fange av definisjoner og begreper. Å synge, å uttrykke seg gjennom ord og toner, å se salmens bilder for sitt indre øye, å henvende seg til Gud med takk og lovprisning, med klage og bønn, alt dette spiller på dype strenger i vår bevissthet. For det er noe i oss som er en gjenlyd eller en avglans av noe i Gud selv, Guds egen grenseløse skaperglede, Guds Ord, som skaper hva det nevner – og gjennom salmesangen kan vi oppleve å komme i berøring med dette ufattelige, slik at vi, i korte glimt, kan ane det jeg forsøkte å beskrive i innledningen, dette som kanskje også kan kalles for barnetro: Den enkle tilliten til at verden tilhører Gud, og at det derfor ikke finnes noen ting som kan skille oss fra Guds kjærlighet.

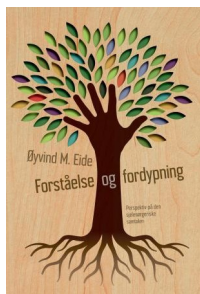
FRA BOKFRONTEN

EIDE, ØYVIND: FORSTÅELSE OG FORDYPNING. PERSPEKTIVER PÅ DEN SJELESØRGERISKE SAMTALEN

LUTHER OSLO 2014
ISBN 978-82-531-4800-7

Øyvind Eides bok *Forståelse og fordypning* er en litt annerledes innføringsbok i kristen sjelesorg. Dens egenart knytter seg primært til en utstrakt bruk av samtaleeksempler som utgangspunkt for teoretisk analyse og hermeneutiske refleksjoner. Til tross for sine beskjedne 130 sider er boka likevel rik på faglig substans. Språket er enkelt og presist, men forutsetter en viss fortrolighet med en til tider intern kirkelig sjargong, og det er lett å følge Eides rationale gjennom bokas enkle struktur. *Forståelse og fordypning* er således en god leseropplevelse for den som er interessert i sjelesorg.

Boka forsøker å svare på spørsmålet: "Hva er det som skjer i den sjelesørgerske samtalen?" Det er vel verdt for leseren å legge merke til spørsmålsstillingen; den utgjør selve nøkkelen til bokas distinkte karakter og er ifølge Eide et be-



visst brudd med formen på senere års utgivelser innen sjelesorgsfaget. Ved å spørre hva som *skjer* i sjelesorgssamtalen, rettes fokus mot det dynamiske og prosessuelle i samtalen, fremfor en drøfting av hva sjelesorgen *er* – hva som kjenner seg ut som dens prinsipielle grunnlag. Prosjektideen tydeliggjøres ved utstrakt bruk av samtaleeksempler, ikke bare mellom sjelesørgere og konfidenter, men også mellom sjelesørgere og veiledere. Det sistnevnte oppleves som et svært vellykket grep fra forfatterens side. Det gir leseren anledning til å ta del i Eides metarefleksjoner knyttet til sjelesørgersrollen og erfaringen av (psyko)dynamikken i det såkalte "mellomrommet".

Eide innleder boka med fortellingen om emmausvandrerne. I Jesu tilnæringsmåte til disiplene identifiserer han to tolkningsperspektiv på den sjelesørgerske samtalen, som danner grunnlaget for den videre fremstillingen: Bevegelsen mot forståelse og *Bevegelsen mot fordypning*. Eide argumenterer for at de såkalte terapeutiske og forkynnende sjelesorgsmodellene ensidig vektlegger henholdsvis forståelse og fordypning. Selv tar han til orde for en mellomposisjon, det han betegner som *visdommens* modell, som han mener åpner for et integrerende perspektiv der dialogen mellom de to respektive bevegelsene kan etableres. En slik dialog vil ifølge Eide være et fruktbart utgangspunkt for bedre å forstå hvordan den kristne tro og tanke kan være til hjelp i møte med livskriser og lidelse.

Gjennom boka blir vi introdusert for seks ulike samtaleeksempler som alle berører sentrale problemstillinger i den sjelesørgerske samtalen. Hvert tema behandles i to omganger, først gjennom en

teoretisk analyse hvor den sjelesørgeriske samtalen utforskes med tanke på form, innhold og mål. Deretter gjøres det en såkalt ”reflekterende vending” hvor fokus rettes mot samtalens meta-kommunikasjon og emosjonelle dynamikk. Eide er gjennom hele fremstillingen i aktiv dialog med samtalepartnere fra både idéhistorie, psykologi og teologi, noe som oppleves berikende, uten at det går på bekostning av Eides hovedanliggende:

”Det er det teologiske perspektiv som mer enn noe annet karakteriserer sjelesorgens egenart.”

Eides bok vil etter min mening være et sårt tiltrengt tilskudd i norsk sjelesorgslitteratur. Særlig for dem som er på jakt etter en innføring i sjelesorgssamtalens egenart, vil boken være svært velkommen.

*Einar Eidsaa Edland,
stipendiat ved Det Teologiske Menighetsfakultet*

OM TRO OG TVIL



LUNDE
FORLAG



«Vi trenger ærlige og slagferdige bøker om tro og om forholdet mellom tro og vitenskap. Dette er en slik bok. Både der jeg er enig, og der jeg leser materialet noe annerledes, blir jeg utfordret og tvunget til å tenke. Samtidig er Ottosen alltid etterrettelig og åpen for andres syn.»

Henrik Syse, forsker og filosof

«Dette er en bok i særklasse. Her vrirmler det av gode argumenter for en klassisk kristen tro.»

Asbjørn Kvalbein, forfatter og webpastor

Kr 268,-

Hvis Gud finnes, hvorfor finnes det ateister? Kan ikke en allmektig Gud utrydde all tvil?

Som tenåring møtte Espen Ottosen denne problemstillingen på en kristen ungdomsleir. Siden har han lett etter svar. På en personlig og ærlig måte skriver han om ateistiske anklager, om kristne tenkere, om Big Bang og evolusjonslæren, og om hva som egentlig kjennetegner kristen tro. Her er få ferdigtygde svar og mange gode refleksjoner.

Finnes også som e-bok

BOKEN KJØPER DU I DIN LOKALE BOKHANDEL
ELLER PÅ WWW.LUNDEFORLAG.NO

SØNDAGSTEKSTEN

TORE SKJÆVELAND - INGVLID HELENE MYDSKE FALLEGÅRD - PÅL KRISTIAN BALSTAD

1. MAI - 5. SØNDAG I PÅSKETIDEN 6. SØNDAG I PÅSKETIDEN

1. MAI

1. MAI 2015

Preiketekst: Luk 14,12-14

Lesetekstar: Amos 8,4-7 / Jak 2,1-9

Liturgisk farge: Grønt (eller kyrkjeårstidas farge som er kvit i påsketida)

1. mai vart vedtatt på den internasjonale arbeidarkongressen i Paris i 1889 som ein demonstrasjonsdag for arbeidarane sine rettar, til minne om ein demonstrasjon i Chicago i 1886 for 8-timars arbeidsdag, der 4 arbeidarar vart skotne av politiet. I 1935 vart det offisiell flaggdag i Noreg og i 1947 offentlig høgtidsdag.

TEKSTEN:

Vers 12 og 13: Jesus er beden i gjestebod og går i rette med verten. I staden for å be dei han har nytte av, og som kan gjera gjengjeld, vener, sysken, slektingar eller rike naboar, skal han be dei som ikkje kan gje att, fattige, uføre, lamme og blinde. To grupper av fire vert stilt opp mot

kvarandre og to ulike motivasjonar. Den fyrste gruppa er verten sitt sosiale nettverket, og i eit samfunn utan ein velferdsstat må ein ta vare på slekta og stå på god fot med rike naboar; det gjev sosial tryggleik. Å innby den andre gruppa er å gå ut over sin omgangskrets, men det er også i samsvar med Bibelens retningslinjer å ta vare på dei fattige; jamfør lesetekstane.

Vers 14: Ordet for lukkeleg, *makarios*, er det same som vert omsett med sæl i Bergpreika hos Matteus og Slettepreika hos Lukas. Den som gjer som Jesus seier, skal få si løn av Gud. "Når dei rettferdige står opp frå dei døde" er eit uttrykk for frelsa i Guds rike. Dermed vert handlinga ein del av det at Guds rike er i ferd med å koma til oss, og difor er dei som gjer som Jesus seier, lukkelege, eller sæle, alt no.

Moment til ei preike: Jesus utfordrar vår solidaritet, våre handlingar og våre trygge liv.

EXORDIUM: KYRKJA ER IKKJE EIT MEININGSFELLESKAP, MEN EI JESUSRØRSLE

I dag er me samla for å markera arbeidarane sin internasjonale kamp- og festdag, innstifta fordi det måtte kamp til for rettferdige arbeidsforhold og verdige liv. Også kyrkja kan vera med å feira arbeidet for rettferd, sjølv om kyrkja ikkje kan kasta seg inn i den politiske kampen på ei side.

Mange politikarar likar ikkje at biskopar og

andre i kyrkja uttalar seg om konkrete politiske handlingar. I ein slik debatt i vinter vart det sagt at kyrkja ikkje er eit meningsfellesskap. Det er rett. Men kva er kyrkja då? Kyrkja, så prega av si mangslungne historie og skiftande sosiale vilkår, kva er ho egentleg? Når me går til røtene, så ser me at kyrkja djupast sett er ei Jesusrørsle. Kyrkja er menneske sett i rørsle av Jesus for å følgja etter han.

La gå at politikarar kan bli irriterte på biskopar, men ser me i Bibelen, ser me at Jesus var ein minst like irritert gjest å ha i huset. Ein gong han var på besøk, utfordra han vertskapet ved fyrst å helbreda på sabbaten. Det var eit alvorleg brot på kvile- og arbeidstidsbestemmelsane som var så strenge at vår arbeidsmiljølov er ingenting i forhold. Så irettesette han gjestene som søkte dei beste plassane, og til slutt kritiserte han verten i det som er preiketeksten 1. mai... (Her kan tekstlesinga koma dersom ein ikkje las teksten på førehand).

1. JESUS UTFORDRAR VÅRE TRYGGE SYSTEM – FORDI ME MANGLAR SOLIDARITET

Jesus utfordrar klassesolidariteten; han utfordrar dei som berre er opptatt av sine vener og sitt nettverk. Det er ei mykje sterkare utfordring enn me i eit velferdssamfunn tenker over. Dette var ein måte å tryggja framtida, ved å ta vare på vennskap og slekt i dei gode dagane for å få hjelp i dei vonde. Gjennom å invitera til fest og bli invitert tilbake skapte ein sterke relasjonar og vennskap, og det gjer livet tryggare. Slik er det i alle kulturar. Ein må gjera noko så ein ikkje vert ståande aleine i livet. Dette var òg eit problem som arbeidarrørsla tok tak i når folk flytta frå slekt og naboar for å ta jobb i den nye industrien. Det trongs nye løysingar når born ikkje lenger vart buande og kunne ta seg av dei gamle på garden. Ein ny solidaritet vaks fram mellom arbeidar for å betra sine kår. Ein lang politisk kamp med mange aktørar førte til vår moderne velferdsstat. Og målet var det same både for han Jesus snakka til, som berre inviterte venene, og for dei som laga vår offentlege velferd, nemleg å skaffa seg eit trygt liv.

Men Jesus utfordrar denne kampen for eit trygt liv – når vårt trygge liv vert skylappar så me berre ser våre egne. Han seier, med eit moderne språk: Det må ikkje bli ein lukka klassesolidaritet. Ein må ikkje berre la solidariteten gjelda sine egne, anten det er slekta, eller det er arbeidarklassen eller embetsstanden. Også kyrkja har i historia sitt løp gått i den fella å bli seg sjølv nok og har sett med mistru på den organiserte arbeidarrørsla. Det er denne egoistiske solidariteten som får gjennomgå av Jesus.

Kva betyr det for oss? Då må me fyrst spørje: Kven er vår gruppe? Og kven vert då dei andre som me ikkje tar med når me skal skapa eit trygt samfunn? Er det utlendingar som me er redd skal ta jobbane våre? Er det barnebarna som må leva i eit skadd klima fordi me ikkje såg at vår kamp for tryggleik skada jorda deira? Jesu utfordring er like skarp i våre dagar når me vågar å høyra på han.

2. JESUS GJER OSS I STAND TIL Å HANDLA – FORDI HAN ER FRELSAREN

Det er ikkje tvil om at menneske som har lytta til Jesus, har vore med og forandra verda til noko betre. Det var kyrkja og klostra som starta sjukehus og fattigomsorg. Det var kyrkja som kom med dei nye tankane om at alle har same verdi. Det er våre røter som Jesusrørsle. Jesus forandra menneske. Nettopp fordi Jesus ikkje er politisk, ikkje er berre ein omsorgsfull vismann, men frelsaren som kjem med fellesskap frå Gud, kan han forandra menneske.

Han snakkar om evig liv og at dei rettferdige skal stå opp. Han gir oss eit nytt fellesskap her og no der me får del i frelsa. Det gjer at det går an å forankra sitt liv og sine handlingar i noko anna enn sin eigen tryggleik og gruppesolidaritet. Det går an å vera ei kyrkje som er ei Jesusrørsle, som tar Jesu utfordring til denne verten på alvor.

Jesus ber oss om å dela. Jesus ber oss ikkje om å forkasta fellesskap og tryggleik. Når ein er ein del av fellesskapet med Gud, kan ein vera lukkeleg fordi ein veit at handlinga er rett sjølv om ein ikkje får noko igjen for det.

Kyrkja har av og til vorte skulda for å halda folk passive ved å forkynna himmelen. Slik Jesus

snakkar om himmelen, blir det ikkje noko som drar ein vekk frå livet, men noko som gjev frimod til å handla.

Det handlar om å sjå over grenser. Det handlar om å ta fram det grensesprengande i den kristne trua. Det englane ropte ut over Betlehems-markene: "... ei stor glede, ei glede for heile folket: I dag er det fødd dykk ein frelsar." Denne gleda spreier me når me tør å la oss utfordra av Jesus til å dela over grensene og ofra litt av vår velstand for andre.

AVSLUTNING: JESUS BER OSS HANDLA PÅ EIN NY MÅTE – FORDI VERDA SKAL BLI BETRE

Den store utfordringa er: Kva vil Jesus seia i dag? Korleis vil han utfordra oss? Har me skapt oss eit trygt rom som ikkje har plass til alle? Er me villig til å ofte litt for å gå mot ei betre verd der mat, vatn, helse, trygt arbeid, eit sunt klima og eit bærekraftig samfunn ikkje berre er for ein del, men for alle.

Jesus utfordrar oss på vår klassesolidaritet, på vår tendens til å la solidariteten stoppa der nettverket stoppar. Jesus utfordrar både kyrkja og arbeidarrørsla og alle andre grupper i samfunnet. Me er del av eit større fellesskap enn berre slekta, vennekretsen, den sosiale klassen og nasjonen. Som menneske skapt av Gud er me del av fellesskapet av alle.

Nettopp derfor kan kyrkja stå saman med alle gode krefter som vil skapa ei betre verd. Nettopp derfor kan kyrka anerkjenna det gode arbeidarrørsla har vore med og kjempa fram, og vera solidarisk med dei som i dag kjemper for rettferdig kår. Så må kvar av oss finna vår måte å la oss utfordra av Jesu ord, anten det er gjennom politisk innsats for å endra lovene og samfunnet, eller det er ved å engasjera seg utanfor det politiske system.

TIL GUDSTENESTA

Denne dagen bør ein ha ei liturgi som er gjenkjenneleg for dei som ikkje er der ofte, og som samlingsbøn kan ein bruka den gamle kollektbøna for 1. mai.

1 Herre Gud, ditt dyre namn og ære.

734 Guds kjærleik er som stranda og som graset.

99 Jesus frå Nasaret går här fram.

712 Himmelske Far du har skapt oss.

719 Vår Far, vi må bekjenne.

666 Å leva det er å elska.



TORE SKJÆVELAND
KYRKJEFAGSJEF, BJØRGVIN BISPEDØME
TOS@KYRKJA.NO

5. SØNDAG I PÅSKETIDEN

3. MAI 2015

Prekentekest: Luk 13,18–21

Lesetekster: 1 Kong 17,8–16 eller Apg 2,42–47 / Rom 12,1–3

Liturgisk farge: Hvit

GUDS RIKE – DET SOM VOKSER

To spørsmål, to illustrerende bilder som svar. Bildene er like aktuelle i dag som den gang det ble skrevet. Men er spørsmålene noe vi interesserer oss for i 2015?

"Hva er Guds rike likt? Hva skal jeg sammenligne det med?" – Hvem lurer på slike ting i dag?

Svarene på de to spørsmålene, bildene om frøet som vokser, og surdeigen som gjennomsyrer hele deigen, er bilder vi ikke trenger så mye tolkning til. Men så var det da bare disse spørsmålene.

SVARENE FØRST

Det er mai, og det grønnes rundt oss på alle hold. Allergikerne fortviler; de fleste andre nyter. Alle som har lagt frø i jorda, eller plantet vår- og sommerblomster, følger nøye med på sol og regn. Å se en grønn vekst spire fram fra det lille kornet som ble sådd er like gøy og spennende hver gang. Selv om det ligger en overdrivelse i dagens lille evangelietekst – sennepstreet gir ikke store trær, men om himmelens fugler kan bygge rede i små busker, så kan sennepsbusken være et alternativ. Uansett: Bildet fungerer; vi forstår hva det handler om, noe lite som vokser seg stort. Slik er det også med Guds rike. Hver vår ser vi det altså; vi får det tydelig servert i alt som grønnes og vokser rundt oss. Slik er det også med Guds rike. Hva så?

Jo, visst er det et talende og enkelt bilde, frøet og veksten. Bildet med surdeigen som blir gjennomsyret av bare en liten bit, er en like talende og god illustrasjon – og et bilde som kommuniserer med mennesker i dag. Aldri har vel surdeigen vært mer i vinden enn nå. For den som er interessert i egenprodusert mat, kortreist og økologisk, er det mange som driver med surdeig, vekst og baking. Det fins til og med steder der du kan levere inn surdeigen din hvis du selv skal på reise og ikke har mulighet til å nære den hver dag, et slags ”surdeig-hotell”, om du er i behov av det! <http://mikromakeri.com/urban-deli-surdeigshotell-sodermalm/>.

Felles for begge illustrasjonene i denne teksten er at både frøet og deigen krever jevnlig tilsyn og oppfølging. Det blir ikke god vekst om solforhold, væske og næring ikke følges opp. Med frøet lagt i jorden kan dette skje av seg selv hvis sol og regn spiller på lag, men surdeigen krever tilsyn for å vokse.

Kan det være slik med Guds rike også? – noe med den daglige tilkoblingen, for at krefteene skal vokse og tegnene bli synlige?

Jeg opplever at svarene fungerer; de taler til oss; de er ikke umoderne eller gått ut på dato. Men er vi interessert i det det spørres etter?

GUDS RIKE – OG VÅR VERDEN

Kirkemøtet hadde ”Åndelig lengsel i vår tid” på agendaen for ikke så altfor mange år siden. Vi omgir oss med mye lengsel, i mange ulike varianter. Er det Guds rike mennesker i dag lenger etter, gudsnærver, gudsbekreftelse, i mer eller mindre konkret form?

Guds rike – ”Allerede” og ”Enda ikke”, begrepene sitter som spikret i hode mitt etter levende undervisning på kristendom grunnfag. Det å få satt ordentlige ord, solid bakgrunn på uttrykk jeg kjente så godt fra før, men som nå åpnet seg – det var en stor og god opplevelse, en kunnskap jeg bygger troen og jobben min på den dag i dag, over 20 år etter.

Ett glimt til fra studietiden før jeg går videre i dagens prekantekst: I sjelesorgen snakket vi om hvilke spørsmål mennesker kom til sjelesorg med i dag (som altså var for ca. 20 år siden). Vi så på utviklingen i menneskers søken og uro, fra Luthers tid til 1996; jo, visst var det endring å spore. Og det er det jo også i dag. Om jeg nå ser tilbake, bare 20 år i tid, er det kommet opp helt nye temaer, områder og arenaer for det menneskelige sosiale samspill, noe som igjen påvirker samtalen i det sjelesørgeriske rom.

Det som står igjen for meg, er viktigheten av å lytte etter hva det spørres etter i dag. Hva er menneskers søken, lengsler og religiøse uro i dag bygget på? Det er vanskelig å holde gode og relevante prekener uten å vite noe om hva folk søker. Er det det samme som da Bibelen ble skrevet, eller har vi i dag fått andre spørsmål og dermed også muligheten for nye svar – svar som kanskje kan åpne vår tro og vår søken enda mer, eller enda dypere.

Jeg er ikke helt sikker på at vi klarer å formulere svar som reflekterer virkeligheten, om vi selv får spørsmålet: ”Hva består din åndelige lengsel i?” Det er vanskelig for mange å svare på den type spørsmål i dag. Det blir for personlig for folk, for privat, og dermed blir svarene lett diffuse og vage – og forkynneres oppgave enda mer utfordrende.

KRAFTEN I DET LILLE

Derfor tenker jeg at om jeg i møte med denne søndagens tekst kan klare å lokke frem ettertanken, refleksjonen og lengselen etter de dype spørsmål, har jeg lyktes med noe. Sprengkraften i bildene som illustrer Guds rike, er så sterk, så tydelig, snakker med så store bokstaver. Tenk hvis noe av den kraften kan nå lytterne i kirkebenken!

Sennepsfrøet er et frø med mange bruksområder; det er lite, men gir sterk smak, vokser fort, har tre ulike nyanser og er også kjent for å ha legende effekt. Kraften i det lille står igjen som sum av dagens evangelietekst. Sprengkraften i Guds rike, den helbredende kraften, det guddommelige nærværet, øyne som ser, jo, jeg tror vi lengter etter dette, kanskje til og med uten selv å være klar over det.

BIBELN – EN HISTORIE OM GUDS OMSORG SPUNNET I MEL OG BAKENDE HENDER

Tenk etter! Det er flere historier i Bibelen som er hentet fra kjøkkenbenkens hverdag, historier om mennesker som mettes med det som var så lite, men som i Guds hender ble så stort. Kvinnen som møtte Elia, er først og fremst modig. Hun har ikke nok. Likevel våger hun å gå på hans ord. Hun baker brødet og gir først til ham, og så til seg selv og sin sønn. Og derfor tar det ikke slutt. Som et guddommelig mysterium er det nok mel i melkrukka og nok olje i karaffelen.

Frøet lagt i jorden spirer og gror med rett næring, god jord og sol og vann.

Surdeigen krever litt oppfølging, nærvær og daglig omsorg, får den det kan den vare uendelig lenge.

Guds rike – kraften i det lille er enorm.



INGVILD HELENE MYDSKE FALLEGÅRD
VIKARPREST I TUVE SÅVE MENIGHET
I GÖTEBORG

INGVILD.FALLEGARD@GMAIL.COM

6. SØNDAG I PÅSKETIDEN

10. MAI 2015

Prekentekest: Matt 7,7–12

Lesetekster: Dan 9,17–19 eller Apg 4,23–31 / 3

Joh 1,11

Liturgisk farge: Hvit

TIL DAGEN

Dominica Rogate eller bønnens søndag heter denne dagen, og i tradisjonen har dagen innledet tre bededager. Dette er den siste søndagen i påsketiden, og om bare få dager markeres Jesu himmelfart. Det er med oppdraget om å spre evangeliet videre at Jesus blir tatt opp til himmelen (Luk. 24, 51), med ord om velsignelse og Guds nærvær. I Apostlenes gjerninger fortsetter Lukas med å henvise til den kraft disiplene skal få ved Den hellige Ånd, når pinsedagen kommer. På denne måten blir 6. søndag i påsketiden en forberedelse på det som ligger foran, både med den første pinsedagen, men også med pinsedagen i våre egne liv – bønn til velsignelse, nærvær og kraft.

TIL TEKSTEN

Bergprekenen er rammen for vår tekst og favner om vår tekst med realisme og nærhet til det virkelige liv. Bergprekenen tar utgangspunkt i trosopplæringen, å leve med og i tro. I vår tekst er det livet med Gud og medmennesker som er referanserammen.

Første del av prekenteaksten handler om bønne (v 7–11). I andre del (v 12) lanserer Jesus den gylne regel. Å ha med den gylne regel forsterker Guds rolle i bønne. Gud gir av det gode og svarer på bønn alltid til beste for oss. Og slik Gud ønsker oss det beste, ønsker Han òg at vi skal legge til rette gode liv i møte med hverandre.

TIL PREKEN

Bønn er en viktig del av kirkens forkynnelse for å hjelpe menigheten til å leve i et levende forhold til Gud. Ja, bønner er hjerterytmen i fellesskapet mellom Gud og menneske. I bønner legger vi frem for Gud det som ligger oss på hjertet, og i bønn kan Gud velsigne, veilede og rettlede. Til preken vil det være spennende å ha bønn som tema. Hva er bønn. Er det nødvendig? Hører Gud bønn? Hvordan kan man etablere gode bønnerutiner?

Vi lever i en verden av effektiv kommunikasjon. Informasjonsflyten, kompetansemengden og teknologibredden er enorm. Det skjer noe i ett øyeblikk, og i neste er det publisert, kommentert og evaluert gjennom Facebook, iPad, mobil, iPhone, Twitter, Android og andre antropotekniske duppeditter. Nyheter som skjedde for en halvtime siden, er gammelt nytt. Det er effektivitet, fordi vi forventer det. Det er høyteknologisk, fordi vi har råd til det. Og det er ekstremt krevende, mest fordi det forventes at vi til en hver tid skal være multitaskere og håndtere mange mediekkanaler og en alminnelig samtale på samme tid.

Internett er for mange et egnet sted å legge ut om seg selv. Legg alt dere tenker og føler ut på Facebook, sier noen; da blir det spennende, interaktivt og "updated". På Facebook legges det ut mange bønner i form av små meldinger.

Paulus skriver: "Legg alt dere har på hjertet, fram for Gud. Be og kall på ham med takk. Og Guds fred, som overgår all forstand, skal bevare deres hjerter og tanker i Kristus Jesus."

Trenger vi bønn når vi har Facebook? Jeg tror vi trenger å ha et sted der det er stille, der vi får være oss selv, der vi kan sette ord på vår glede og takk, der smerten og sorgen får rom til å leges, der jeg med alt hva jeg er kan få møte Gud ansikt til ansikt. Jeg tror vi trenger bønnens sakte rytme som gir trygghet. Jeg tror vi trenger, i storm og i stille, å ha et sted i livet hvor vi kan stå alene ovenfor vår Skaper, et sted der jeg kan be om tilgivelse for alt jeg har gjort galt, et sted hvor jeg kan få trøst for dem jeg savner, og et sted hvor vi kan takke Gud for det gode, for livet, for at Han er. I bønn er det potensial til å nå dypere i

visdom, lenger ut med vår kjærlighet og nærmere Gud.

Noen bønner faller på sin egen urimelighet. Vi lever i et bestillings-samfunn der det er fri flyt mellom bestillingsordre og leveranser. Det tar ikke lang tid fra vi har bestilt nye sko på internet, før det kommer en liten lapp i posten. Gud sender ikke hentelapper i posten.

Vi lever i et "alt kan kjøpes"-samfunn. Men alt kan ikke kjøpes. Liv og ekte glede kan ikke kjøpes. Det er en gave som Gud og våre medmennesker ønsker å gi oss.

Vi lever i et "30 dagers full returret"-samfunn. Men vi har ikke returret på Guds bønnesvar. Det kan gjøre oss utålmodige i bønner og medføre at vi lett finner kjappere løsninger andre steder.

Vi lever i et "Jeg har rett til"-samfunn. Vi har våre rettigheter og våre forventinger. Vi vet godt å gjøre oss bruk av klageretten om vi ikke får det som vi har krav på. Men til syvende og sist er våre rettigheter bare en gave, og vi glemmer at man andre steder i verden kjemper for å overleve. Det kan gjøre oss hovmodige og selvsentrerte i bønn. Noen bønner faller rett og slett på sin egen urimelighet, spesielt hvis en tror at Vår Herre er som en netthandel hvor en bare bestiller varer og venter på hentelapp i posten.

Bønn er å være stille; det er å nærme seg livet med åpenhet; det er å gjøre seg sårbar ovenfor Gud; det er å legge fremfor Gud alt det som ligger oss på hjertet.

Det er alltid noe å takke for, uansett hvordan en har det i livet. Og jeg tror at det gjør noe med måten vi lever livet på, når vi kan takke for det vi har fått, og ikke bare ta det forgitt.

Det er alltid noe å be om tilgivelse for, uansett hvordan man håndterer livet. Det knytter oss nærmere til Gud og hans nåde. Det gjør at vi ser at vi trenger Gud i våre liv.

Det er alltid noen som trenger vår omtanke og gode ønsker. Derfor er det viktig å minne oss selv og Gud om de som trenger hjelp.

Det er alltid svar å få fra Gud, enten det er ja eller nei, enten det kommer nå eller om lenge, enten det er første gang jeg ber bønner, eller hundrede.

SALMEFORSLAG

344 O Jesus, åpne du mitt øye

421 Alt for Jesu fot

564 Som barn i ditt hus

631 Det er makt

634 Den vanskeligste bønnen



PÅL KRISTIAN BALSTAD
SJØMANNSPREST I KØBENHAVN
PKB@SJOMANNSKIRKEN.NO

NYTT FRA BISPEDØMMERÅDENE

TILSETTINGER

BORG BISPEDØMME

Borg bispedømmeråd har i møte 27.02. 2015 foretatt følgende tilsettinger:

- Steinar Tosterud som sokneprest i Øvre Romerike prosti med tjenestested Furuset sokn.

- Reidar Strand som sokneprest i Østre Borgesyssel prosti med tjenestested Trøgstad og Båstad sokn.

- Tormod Westermoen som kapellan i Nedre Romerike prosti med tjenestested Skårer sokn.

Vi har mottatt bekreftelse på at de tar imot stillingene.



Avsender:
Luthersk Kirketidende
Sinsenveien 25
0572 OSLO

UTKOMMER annenhver uke på Luther Forlag og redigeres av professor Harald Hegstad (ansv.), prost Hege Elisabeth Fagermoen, universitetslektor Sjur Isaksen og sokneprest Anne Grete Listrøm. Redaksjonssekretær: Eyolf Berg

ALLE HENVENDELSER rettes til:
Luthersk Kirketidende
v/Eyolf Berg
Sinsenveien 25
0572 OSLO
Tlf. 91 17 65 37
E-post: redaksjon.lk@lutherforlag.no

INTERNETT: www.lutherskkirketidende.no
Opplysninger om annonsepriser og utgivelsesplan finnes på nettsidene.

ARTIKLER OG LESERINNLEGG til Luthersk Kirketidende sendes på e-post til ovenstående adresse. Artikler skal normalt ikke overstige 2500 ord, innlegg skal normalt ikke være mer enn 1200 ord.

ABONNEMENT: Pris kr. 590,- pr. år for Norge. Utlandet kr. 800,- pr. år. Abonnementet inkluderer Tidsskrift for Praktisk Teologi (2 numre pr. år). Kontonummer: 3000.14.73669. Abonnementet løper til det sies opp skriftlig (brev, SMS eller e-post). Gamle og nye numre kan kjøpes i pdf-format fra <https://lutherskkirketidende.buyandread.com>