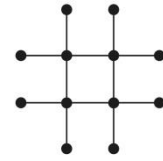




VITENSKAPELIG
HØYSKOLE
FOR TEOLOGI,
RELIGION OG
SAMFUNN



VID

Når det vesentlige trer fram

En kvalitativ studie av retreatens spiritualitet, og hvordan retreatopphold kan være en ressurs for erfaring av relasjonen til Gud

Mona Teresa Vandrer

Veileder

Førsteamanuensis Tone Stangeland Kaufman

VID vitenskapelige høgskole

MF vitenskapelig høgskole

AVH5070 Masteroppgave i diakoni (30 ECTS)

Master i diakoni

November 2018

Antall ord: 21483

*La meg være Maria denne helgen!
La meg sitte ned med hele tyngden min
og ikke være på ank, ikke være på sprang hele tiden*

*La meg være Maria!
Sitte ned i trygghet med uvirksomme hender,
høre Herrens ord med begge ører og med hele min kropp*

*Så kan jeg være Marta for deg
en annen gang...*

(Ukjent retreatdeltaker på Lia)

FORORD

En studietid og skriveprosess er snart til ende og ved å vende blikket til bakspeilet ser jeg mange jeg har lyst til å takke:

TAKK til informantene som så raust, nakent og ærlig delte tanker, følelser og erfaringer fra retreatopphold og tiden etterpå. Uten dere – ingen avhandling.

TAKK til veileder Tone Stangeland Kaufman, for at du har delt av din store kunnskap og så mange ganger har hjulpet meg tilbake på sporet når jeg har gått meg bort i kognitive krumspring eller svevd høyt og euforisk over spontane impulser uten hold i en akademisk verden – du har vært til uvurderlig hjelp.

TAKK til barn og svigerbarn som syns det er litt merkelig alt dette mamma har blitt så opptatt av, men som støtter og utfordrer i skjønn forening. Takk til Matilde og Thomas som gav meg den store gaven å bli mormor for første gang en måneds tid før innlevering og satte studier og oppgaveskriving i perspektiv. Takk til Markus og Rikke som så omsorgsfullt bidro med emosjonell og teknisk støtte på tampen av skriveprosessen. Markus; uten deg – ingen innlevering.

TAKK til pappa som stiller husrom og skrivestue til disposisjon og som i perioder har fulgt meg på min emosjonelle berg- og dalbane knyttet til oppgaveskriving og tidsfrister.

TAKK til Ingar og Ingeborg som alltid heier på meg og har strukket seg langt for å gi meg en god skriveprosess. Takk til resten av husfolket for oppmuntring, støtte og forbønn.

TAKK til medstudenter som har delt erfaringer og kunnskap om en livshorisont og kultur som ennå er ny og fremmed for meg. Takk for hyggelig og meningsfullt samvær.

TAKK til Magnhild, Leni og Hilde som tok seg tid til å lese gjennom deler av oppgaven og kom med konstruktive tilbakemeldinger.

TAKK til de ansatte ved Kongsvinger bibliotek som igjen og igjen har skaffet meg litteratur jeg trengte, eller trodde jeg trengte.

TAKK til Anne Margrethe som alltid er der.

TAKK til Øyvind Borgsø og sr Anette Moltubakk – mine åndelige veiledere som har fulgt og støttet meg på min vei til å stå i tjeneste.

Må dere alle stå rotfestet og grunnfestet i hans kjærlighet. Amen.

SAMMENDRAG

Denne avhandlingens tematikk er retreat og spiritualitet med problemstillingen:

Hva kjennetegner retreatens spiritualitet, og hvordan kan retreatopphold være en ressurs for måten den enkelte erfarer relasjonen til Gud på?

Med en induktiv og abduktiv tilnærming har jeg dybdeintervjuet 5 retreatdeltakere som nylig hadde deltatt på en av tre retreats jeg valgte å rekruttere fra. Ved hjelp av en temasentrert analyse der teori ble trukket inn som analyseverktøy, framkom empirien som er å anse som avhandlingens primærmateriale. Forskningslitteraturen jeg relaterer mitt arbeid til omhandler prester, diakoner og innsattes erfaringer og opplevelser av retreat og spiritualitet. Hovedteorien i avhandlingen knytter seg til spiritualitet og spiritualitetsforståelse der jeg redegjør for ulike definisjoner av og perspektiver på spiritualitet. I tillegg bruker jeg gudsbildeteori.

Analysens struktur følger av tre mønster som framkom i de transkriberte intervjuene samlet til; fra hverdag til hvile, nye erfaringer av Gud, samt; da trer det vesentlige fram. Drøftingen er også samlet under tre punkt som indikerer besvarelsen på problemstillingen; en gjestfrihetens spiritualitet, en kroppsnær spiritualitet – kroppen som kontaktflate med Gud, samt; når det vesentlige trer fram, som også er brukt som tittel på avhandlingen.

Avhandlingens konklusjon viser at informantene i denne avhandlingen bekrefter en kristen retreats visjon med å ta et skritt til side og rette fokus mot bønn til Gud. Ved å favnes av en gjestfrihetens spiritualitet med et kroppsnært fokus trer det vesentlige fram blant annet i form av en utvidet erfaring og opplevelse av Gud. Informantene opplever seg sett, møtt, anerkjent og verdsatt både av retreatledere, andre retreatgjester og Gud noe som frembringer en opplevelse av at noe vesentlig i livet deres trer fram. Avhandlingens størrelse og valg av forskningsmetodikk gir en begrenset mulighet til å trekke vidtgående konklusjoner, men jeg mener materialet vil kunne være et nyttig bidrag i diakoniens arbeid med å se, møte, anerkjenne og verdsette mennesker i deres søken etter Gud.

Innhold

FORORD	3
SAMMENDRAG	4
1. INNLEDNING	7
1.1: Tematikk.....	7
1.2: Forskningslitteratur	8
1.3: Analyseenhet og problemstilling.....	10
1.4: Avhandlingens forskningsdesign.	11
1.5: Faglig sammenheng.....	11
1.6: Avhandlingens oppbygging og struktur.....	12
2. KRISTEN RETREAT	13
3. TEORI	14
3.1: Hvordan kan vi forstå spiritualitet.....	15
3.1.1: Plassering.....	15
3.1.2: Kategorier og typer.....	16
3.1.3: Definisjon.....	17
3.2: En kroppslig og sanselig spiritualitet	18
3.3: Diakonal spiritualitet	20
3.4: Ignatiansk spiritualitet.....	21
3.5: Gudsbilder	23
3.6: Oppsummering.....	25
4. METODE	26
4.1: Kvalitativ forskning/metode.....	26
4.2: Utvalg	27
4.3: Metoder for innsamling av data.....	27
4.4: Metoder for analyse av materialet.....	29
4.5: Etske dilemmaer.....	30
4.6: Spørsmål om forskningens kvalitet	31
5. ANALYSE, PRESENTASJON AV FUNN	32
5.1: Informantene	32
5.2: Fra hverdag til hvile	33
5.2.1: Et annet fokus.....	33
5.2.2: En ramme å hvile i	35
5.2.3: Stillhet.....	36
5.2.4: Fri for presentasjon og prestasjon.	36
5.3: Nye erfaringer av Gud	38

5.3.1: Gudsbilde i endring	39
5.3.2: Jesusmeditasjon.	40
5.3.3: En nær, personlig relasjon.....	41
5.4: Det vesentlige trer fram	43
5.4.1: En lyttende holdning.	44
5.4.2: Relasjoner	45
5.4.3: Tydeliggjøring	46
5.4.4: Det vesentlige trer fram	47
6. DRØFTING OG KONKLUSJON	50
6.1: Gjestfrihetens spiritualitet	50
6.2: En kroppsnær spiritualitet - kroppen som kontaktflate med Gud	52
6.3: Når det vesentlige trer fram.....	54
LITTERATURLISTE.....	56
Vedlegg 1: Dagsprogrammer for Ignatiansk retreat	60
Vedlegg 2: Dagsprogram for temaretreat	60
Vedlegg 3: Intervjuguide.....	60

1. INNLEDNING

Jeg vil i dette kapitlet gi en kort introduksjon til hva denne masteravhandlingen inneholder og belyse dens hovedstruktur. Bakgrunn for valg av tema er en naturlig plass å begynne, før jeg viser til forskningslitteratur som jeg relaterer mitt arbeid til. Videre redegjør jeg kort for avhandlingens problemstilling, forskningsdesign og faglige plassering. Avslutningsvis viser jeg igjen avhandlingens oppbygging og struktur.

1.1: Tematikk

Denne masteravhandlingens tematikk er retreat og spiritualitet. Retreat som en svært gammel praksis med å trekke seg tilbake fra samfunnet man er en del av, og spiritualitet som en dimensjon ved religiøsitet; måten tro kan ytre seg på eller manifestere seg i våre liv. Hvordan kan vi forstå retreat, og på hvilken måte og i hvilken grad kan tilbaketrekning ha betydning for livet vårt og måten vi erfarer og uttrykker troen vår på er et utgangspunkt for hva jeg ønsker å finne ut av.

Valg av tema følger av min egen livs- og troshistorie: En klassisk midtlivskrise, et møte med en katolsk nonne som levde i Spania på 1500-tallet og et svar «out of the blue» da jeg med stort alvor stilte et eksistensielt spørsmål «innover» ledet blant annet til at jeg svært overraskende og noe motvillig måtte erkjenne meg som en troende kristen i 2014. Etter flere sterke opplevelser under meditasjon og stillhetsøvelser innenfor et alternativt miljø fulgte en aktiv søken etter forståelse og mening. Det ledet meg etter en stund til åndelig veiledning og kristen retreat som medførte store vendepunkt i livet. En gjenforbindelse ble opptakten til «et nytt liv».

Siden 2014 har jeg deltatt på mange retreatere ved ulike retreatsteder, som gjest og som husfolk. Det preger selvsagt mitt ståsted og kan gjøre det til en krevende oppgave å beholde et kritisk blikk og en analytisk distanse til et kjent felt. Jeg ser dilemmaet mellom en styrke i egen erfaring og engasjement, opp mot en svakhet med tanke på et kritisk forskningsblikk og blindsoner. Et reflekterende metaperspektiv, en refleksivitet rundt egen normativitet vil være nødvendig knyttet til egen taus kunnskap og implisitte normativitet – min forforståelse (Kaufman, 2015, s. 92). Jeg har min egen historie med meg inn i arbeidet, men har i tillegg også en stor nysgjerrighet på å utforske hvordan andre mennesker erfarer retreat og hvordan de lever sin tro.

Ved å google «retreat» finner jeg fram til ulike tilbud som omhandler reiser til eksotiske steder med blant annet fokus på mindfulnessstrening, yoga og detoxretreat, men jeg finner også fram til retreatsteder i Norge med en tydelig kristen profil hvor stillhet, kravløshet og gudsrelasjon settes i sentrum. Jeg oppfatter at mangfoldet i tilbudene speiler menneskers

ulike interesser og verdier, men de bygger alle på et felles fundament bestående av tilbaketrekning fra en hektisk hverdag med høyt tempo. Jeg forstår det som at mennesker i vår tid har behov for en gammel praksis med å ta et steg til siden og rette fokus mot noe de oppfatter som verdifullt, men som de kanskje ikke finner helt plass til i sitt daglige liv.

Jeg søker i denne masteravhandlingen å belyse kristen retreat som en praksis for å komme i møte med menneskers lengsel etter tilbaketrekning, stillhet og verdiorientering. Plan for diakoni i Den norske kirke slår fast menneskers økende behov for stillhet, hvile og langsomhet (Kirkerådet 2008, s. 18), og diakoniens intensjon er ofte beskrevet til å være å gå i møte med menneskers og samfunnets utfordringer. Gjennom en forskningsprosess søker jeg å finne fram til erfaringsbasert kunnskap om retreat, og det er mitt håp å motivere til viktig arbeid med å skape stille rom og stille plasser til mennesker som opplever å ha behov for det. Jeg vil gi et bidrag til praksisfeltet bestående av retreatbevegelsen, organisasjonsdiakonien og menighetsdiakoniens arbeid med å ivareta hele mennesket.

1.2: Forskningslitteratur

I søken etter tidligere forskning rundt tema retreat og spiritualitet finner jeg Tone Stangeland Kaufmans doktoravhandling om prester tilknyttet Den norske kirke sin spiritualitet. Hennes funn viser blant annet en interesse hos lutherske prester for ignatiansk spiritualitet som vesentlig åndelig inspirasjonskilde til både tro og tjeneste. Kaufmann trekker fram egenerfaringens og kroppens betydning, i tillegg til å se Gud i alle ting som vesentlig, og viser til praksiser som åndelig veiledning, åndelig litteratur og ulike retreatter inspirert av ignatiansk tradisjon (2013, s. 162, 148). Det kan forstås som at enkelte prester ser på retreat som ressurs for egen spiritualitet.

Torunn Nateland og Mari Thoresen har forsket på retreat og spiritualitet knyttet til diakoner og deres arbeid. De søker å finne svar på hvordan retreat kan inspirere til kontemplativ bønn i hverdagen og hvordan retreat kan bidra til å forme diakoner i møte med sine medmennesker (2012, s. 7, 98), en forbindelseslinje eller overføringsverdi mellom retreat og hverdagsspiritualitet i form av kontemplativ bønn. Nateland og Thoresen konkluderer med at retreat er en arena hvor diakoner utvikler sin spiritualitet og sin diakonale identitet og finner en sammenheng mellom diakonenes møte med Gud i bønn og hvordan de senere møter andre mennesker i sitt arbeid (2012, s. 101). Den ovennevnte forskningen sier noe om hva retreat kan bety for to ulike yrkesgrupper innenfor kirken og om et forhold mellom retreat og hverdagsspiritualitet i deres liv og arbeid.

I artikkelen «Old Practices in New Places: Breaking Violence through Ignatian Exercises in a Swedish Maximum Security Prison» bygger Kaufman på forskning knyttet til retreatter gjennomført ved et høysikkerhetsfengsel i Kumla i Sverige (Kaufman 2017). I et kloster bygd opp innenfor murene av fengselet har man siden tidlig på 2000 tallet gjennomført en rekke

30 dagers retreat er bygd på Ignatius av Loyolas åndelige øvelser. Kaufman argumenterer for at gamle kristne praksiser, som retreat, kan gjennomføres i nye omgivelser og at de åndelige øvelsene er kraftfulle ressurser også for postmoderne søkende mennesker i en sekulær kontekst (2017, s. 33). Tiltaket med retreat i fengsel er evaluert svært positivt knyttet opp mot de innsattes selvforståelse og villighet til endring i eget liv. Å delta på retreat har vist seg å kunne få betydning både for livet og troen. Fengselsprest i Norge, Kjell Arnold Nyhus, bekrefter dette i sin bok «Hvis jeg har en sjel» (2015). Nyhus bygger på egne erfaringer uten forskningsbasert empiri, men stipendiat Vegard Holm ved MF vitenskapelig høyskole er i ferd med å skrive sin doktoravhandling om erfaringene fra nettopp Halden fengsel som Nyhus viser til. Det er imidlertid ikke kommet publiseringer av betydning knyttet til hans arbeid, ifølge han selv, på nåværende tidspunkt (april 2018).

Gjeldende innsatte i fengsel finner jeg også Leif Gunnar Engedals artikkel «Fra fengselscelle til pilegrimsvei. En empirisk undersøkelse av innsattes pilegrimserfaringer». Engedal fokuserer her blant annet på vandringen også i et indre landskap som del av å være pilegrim, noe jeg tenker har forbindelseslinjer til en indre vandring under retreatopphold. Det fremkommer i artikkelen berøringspunkter til stillhet og rituelle handlinger og Engedal trekker fram en re-orientering til eksistensielle tema når han formulerer «liten tvil om at det her initieres prosesser som åpner den innsattes liv for transformerende innsikter og erfaringer» (2011, s. 72). Jeg oppfatter at han her belyser lignende erfaringer som fra Kumla.

Jeg forstår det som at prester, diakoner og innsatte i høysikkerhetsfengsel gjør erfaringer om at tilbaketreking i form av kristen retreat og pilegrimsvandring får betydning for livet og troen deres – at retreat kan være en ressurs. Men hva med andre som deltar på retreat, «vanlige mennesker» som verken sitter på langtidsdommer eller har et ansettelsesforhold til kirken, hva opplever de på retreat og hva henter de med seg hjem. Det finner jeg ikke svar på i denne litteraturen. Er kristne mennesker generelt opptatt av tilbaketreking, retreat og spiritualitet?

Ved videre søking finner jeg Harald Olsens forskning. Som en del av forskningsprosjektet «Gud på Sørlandet – mer venn og mindre allmektig?» finner Olsen at det i 20 av 33 menigheter er uttrykt interesse for en sterkere vektlegging av virksomhet som gir rom for stillhet og det indre åndelige liv (Olsen 2005, s. 134). Olsen forsket på ny spiritualitet i menigheter tilknyttet Den norske kirke, og viser i sin undersøkelse til en endring i spiritualitet mot større vektlegging av spiritualitet preget av en rituell-etisk form, og en kontemplativ form. Interesse for retreat skiller seg ikke spesifikt klart ut, men det bekreftes at betydningen av tiltak for tilrettelagt stillhet er stor for de som deltar; «større enn den tallmessige oppslutningen signaliserer» (2005, s. 130)

Olsen sier lite spesifikt om retreat og jeg finner svært lite om erfaringer fra mennesker som ikke er ansatt i kirken eller har deltatt på retreat utenfor fengsel i den ovennevnte litteraturen. For meg oppstår et tomrom av vesentlig forskning og dokumentasjon knyttet til «vanlige retreatdeltakere» og deres erfaring med og opplevelse av retreat som jeg vil

forsøke å fylle. Ved å initiere en dybdeundersøkelse med utgangspunkt i retreatdeltakere som nettopp har deltatt på retreat spør jeg; hva forteller de om egne erfaringer? Hvordan lyder deres beskrivelser?

1.3: Analyseenhet og problemstilling.

Mitt forskningsprosjekt er dermed knyttet til erfaringsdimensjonen ved retreat og retreatens spiritualitet. I tillegg er jeg nysgjerrig på i hvilken grad og på hvilken måte retreat erfaringer kan bringes med til hverdagen og en hverdagsspiritualitet. Jeg vil søke å finne personlige beskrivelser av hvordan retreatdeltakere opplever og erfarer retreat og retreatopphold. Videre søker jeg å finne personlige beretninger om hverdagsspiritualitet og hvordan retreatdeltakere ser på forholdet mellom retreat og hverdag gjeldende spiritualitet.

Med retreat forstår jeg i denne avhandlingen et arrangement i regi av et kristent retreatsenter der det å være i stillhet og taushet avskjermes fra hverdagens krav og forpliktelser er vektlagt, et arrangement der retreatens vesen; å være i bønn og samtaler med Gud har hovedfokus. På nettsiden til «Kontaktgruppa for retreat i Norge» finner jeg informasjon om ulike typer og former for retreat og referanse til ulike retreatsteder (Retreater.no, lest 09.04.18). Se for øvrig kapitel 2 om kristen retreat.

Spiritualitet er et sentralt begrep i avhandlingen og forstås som en dimensjon ved vår religiøsitet knyttet til måten tro ytrer seg på i livet vårt. I boka «Kristen spiritualitet, perspektiver, tradisjon og uttrykksformer» forstår man spiritualitet som beskrivelse av ulike kristne praksiser og legger til at mange mener kjernen i kristen spiritualitet knytter seg til kristusrelasjonen og bestemte ytringer og handlinger som følger av kristusrelasjonen (Sæther 2013, s. 7,10). Knyttet til min avhandling har jeg valgt å se til Tone Stangeland Kaufmans definisjon som arbeidsdefinisjon da jeg finner den til å være konkret og relevant for min forskning: «måten den enkelte erfarer relasjonen til Gud og nærer og uttrykker sin tro på med en særlig vekt på kristne praksiser. Jeg vektlegger første del av hennes definisjon når jeg i analysen trekker fram retreatdeltakernes erfaringer og beskrivelser av relasjonen til Gud. Se for øvrig kapitel 3 om teori for en lengre redegjørelse av spiritualitet.

Av dette følger mitt primære forskningsspørsmål lydende som:

Hva kjennetegner retreatens spiritualitet, og hvordan kan retreatopphold være en ressurs for måten den enkelte erfarer relasjonen til Gud på?

Det vil jeg søke å besvare gjennom følgende delspørsmål:

Hvordan beskriver retreatdeltakere opplevelser og erfaringer av å være på retreat?

Hvordan beskriver retreatdeltakere sin spiritualitet?

Hvordan beskriver retreatdeltakere forholdet mellom retreat og spiritualitet?

1.4: Avhandlingens forskningsdesign.

Med problemstillingen: Hva kjennetegner retreatens spiritualitet, og hvordan kan retreatopphold være en ressurs for måten den enkelte erfarer relasjonen til Gud på, finner jeg det naturlig å plassere avhandlingen innenfor kvalitativ metode (Thagaard 2013, s 11,15). Jeg ønsker å foreta en dybdeundersøkelse og belyse erfaringsdimensjonen av retreat og spiritualitet ved å finne ulike retreatdeltakeres subjektive beskrivelse. Knyttet til min egen normativitet vil jeg søke å være var på hva retreatdeltakerne sier og vektlegger i et forsøk på å sikre at det er deres erfaringer som blir gjengitt og ikke bekreftelser eller avkreftelser av mine. Av den grunn ser jeg det hensiktsmessig å bruke semistrukturert kvalitativt intervju (Johannessen et al, 2016, s. 145) som metode. Det gir mulighet til å stille åpne spørsmål og la informantene i stor grad velge egne ord for beskrivelser og erfaringer i tillegg til at intervjuet vil dreie seg om å gå i dybden av det informantene selv er opptatt av ved retreat og spiritualitet. Jeg velger en strategisk utvelgelse av informanter (Johannessen et al 2016, s. 117) og en temasentrert analyse. Min tilnærming er både induktiv og abduktiv orientert (Thagaard 2013, s. 198). Se for øvrig kapittel 4 om metode og kapittel 5 om teori. Hovedteorien i avhandlingen knytter seg til spiritualitet og spiritualitetsforståelse og gudsbildeteori. Samlet vil teorien utgjøre et analytisk rammeverk i tillegg til å være en dialogpartner til drøftingen i kapittel 6.

1.5: Faglig sammenheng.

Denne masteroppgaven er knyttet til masterstudiet i diakoni og ligger innenfor det diakonivitenskapelige fagfeltet som gjerne plasseres med berøringspunkt med andre fagdisipliner som teologi, helse- og sosialfag og samfunnsfag. Johannessen skiller mellom 2 paradigmer innenfor diakoni: det velferdssentrerte, tilhørende en tradisjonell diakoniforståelse med fokus på å forebygge og lindre nød, og det kirkesentrerte paradigmet. De 2 paradigmene lever ifølge Johannessen side om side og har begge et felles utgangspunkt i det karitative perspektivet (Johannessen 2009, s. 31). I teoretiske tradisjoner innenfor diakonifeltet vektlegges diakoniens forankring i den treenige Gud og omsorg for hele mennesket (Nissen 2015, s. 72,29, Hansson 2008, s. 45).

For å sette denne masteroppgaven inn i en faglig sammenheng er det naturlig å trekke fram Plan for diakoni i Den norske kirke. Den første planen ble vedtatt på Kirkemøtet i 1987 og ble erstattet av en ny i 2008 med en dreining av fokus og en presisering av fellesskapet med likeverdighet, gjensidighet og deltakelse som viktige prinsipper (Jordheim 2009, s. 14). Plan for diakoni i Den norske kirke er et sentralt dokument som innholdsmessig definerer diakonalt arbeid og er ment å være et redskap for den diakonale refleksjon og i det diakonale arbeidet (Johannessen med fl. (red.) 2009, s. 8). Plan for diakoni i Den norske kirke definerer diakoni på følgende måte: «Diakoni er kirkens omsorgstjeneste. Den er evangeliet i

handling og uttrykkes gjennom nestekjærlighet, inkluderende fellesskap, vern om skaperverket og kamp for rettferdighet» (Kirkerådet 2008, s. 7). Den belyser 4 arbeidsområde og under området «nestekjærlighet» er retreat nevnt spesifikt som en måte å gå i møte med menneskers økende behov for stillhet, hvile og langsomhet (Kirkerådet 2008, s. 18). Her knyttes retreat og diakoni sammen idet retreat ses som et diakonalt svar på mange menneskers fastslåtte behov. Både Nateland og Thoresen (2012, s. 100) og Haukås (2012, s. 63) viser gjennom empiri knyttet opp mot Plan for diakoni i Den norske kirke at retreat som stillhetsarbeid og bønn er og har et diakonalt anliggende.

1.6: Avhandlingens oppbygging og struktur.

Avhandlingens oppbygging og struktur følger av «Innholdsmomenter i en kvalitativ, empirisk mastergradsavhandling» signert Geir Afdal, november 2009.

Jeg har lagt til et kontekstkapitel som svært kort sier noe om hvordan man kan forstå kristen retreat. Videre følger kapittel 3: teorikapitlet, med presentasjon av teori som jeg finner relevant knyttet til datamaterialet. I kapittel 4 redegjør jeg for metodiske avveielser i arbeidet, før empirien følger i kapittel 5; analyse og presentasjon av funn. Empirien er å anse som primærmaterialet i avhandlingen. Avslutningsvis drøfter jeg og ser empiri, teori og forskningslitteratur i lys av hverandre og konkluderer avhandlingen.

2. KRISTEN RETREAT

Retreat handler om å «trekke seg tilbake fra hverdagen for å finne hvile, indre samling og orientering i den livssituasjonen man befinner seg i» (Mases 2008, s. 15). Man avsetter tid til å være sammen med Gud og erfare Guds nærvær på ulike måter. Retreatens innerste vesen er bønn og å nærme seg Jesus Kristus i en ramme av stillhet og taushet, liturgi, meditasjon, måltider og rekreasjon. På retreat er man ikke opptatt av å drøfte teologiske spørsmål eller utveksle meninger; «Økumenikken ligger i selve kjernen i retreat» (Grønvik 2005, s 17).

Kontaktgruppa for retreat i Norge har eget nettsted hvor retreatsteder og programmer annonseres; Retreater.no. Her omtales retreatens hensikt som «å søke den treenige Gud og en dypere forening med ham i Jesus Kristus». Taushet blir omtalt som å være «retreatens tydeligste kjennetegn og viktigste virkemiddel (Retreater.no, lest 06.11.18).

Virve Tynnemark er opptatt av at stillhet og taushet har flere sider og kan være både fascinerende og skremmende. Hun sier; «veien til stillhet går gjennom uroen, ikke utenom den» (2008, s 218) og påpeker viktigheten av å ha tilbud om samtale eller åndelig veiledning når man er på retreat som gir en mulighet til å sette ord på egne opplevelser og erfaringer i samtaleform. Hun omtaler retreatarbeid som å dreie seg om «å skape et rom der Gud kan virke» og formidler en teologi knyttet til en Gud som søker sine barn og ønsker å stå i relasjon til dem (Tynnemark 2008, s 207).

Den vanligste form for retreat i Norge er utviklet på Sandom retreatsenter og er preget av to hovedelementer: stillhet og fast dagsrytme (Sandom.no). Det var nettopp på Sandom den første retreaten i nyere tid ble gjennomført i 1955. Edin Løvås (1920-2014) var initiativtaker og har hatt stor betydning for utviklingen av retreater og for retreatbevegelsen i Skandinavia. Løvås selv var sterkt inspirert av Ignatius av Loyola og hans åndelige øvelser, og Jesusmeditasjonen som brukes på retreater er tydelig preget av Ignatius i sitt fokus med «å bruke alle sanser til å leve seg inn i evangelietekstene» (Lindekleiv 2018, s. 11).

Det er også Ignatius av Loyola, grunnleggeren av Jesuittordenen, som har gitt navn til ignatianske retreater. Dette er heltause retreater uten annet program enn måltider, nattverd og daglig samtale med en åndelig veileder eller medvandrer. Ignatianske retreater har en lengde på 3 til 30 dager og bygger på Ignatius åndelige øvelser. Et flertall av informantene i denne avhandlingen er rekruttert fra ignatianske retreater, mens resten har deltatt på en temaretreat. Se vedlegg 1: Dagsprogram for ignatiansk retreat (Lia Gård).

Temaretreat er delvis tause retreater der en tematikk blir belyst i form av foredrag eller innspill. Rammen rundt er preget av retreatelementer som tidebønn, Jesus-

/Bibelmeditasjon og tid for stillhet, bønn, refleksjon og rekreasjon. Se vedlegg 2: Dagsprogram for temaretreat (Lia Gård).

Lia Gård Retreatsenter viser på sin hjemmeside til bibelteksten fra Markus 6,31:

Og han sa til dem: «Kom med meg til et ensomt sted hvor vi kan være alene, og hvil dere litt!» For det var så mange som kom og gikk at de ikke en gang fikk tid til å spise.

På Lia Gård er de er opptatt av at Jesus kommer med den samme invitasjonen i dag gjennom den kristne retreatbevegelsen:» Kom avsides og finn hvile og ro til å lytte til Guds og ditt eget hjerteslag omsluttet av hans kjærlighet, omsorg og skjønnhet» (Lia Gård).

3. TEORI

I dette kapitlet vil jeg presentere teori som jeg finner relevant knyttet til mitt datamateriale. Ved en strategi med å benytte en form for induktiv og abduktiv tilnærming, ble data samlet inn før jeg tok konkrete valg knyttet til teori. Det fremmer en bevegelse fra empiri til teori, samt å trekke slutninger fra det spesielle til det mer allmenne (Johannessen et al 2016, s.47). Teorikapitlet er utviklet i dialog med empirien og er ment å bidra som et analyseverktøy, samt å gi en teoretisk forståelse av opplevelsene og erfaringene som informantene setter ord på.

Hovedteorien knytter seg til spiritualitet og spiritualitetsforståelse. I tillegg har jeg valgt en tilnærming knyttet til gudsbilder, da endring av gudsbilde ble et sentralt tema hos flere av informantene. Samlet danner teorien et analytisk rammeverk og en teoretisk referanseramme som har som funksjon å kaste lys over det informantene synes å være opptatt av med henblikk på retreat og spiritualitet. I tillegg vil teorien være et utgangspunkt for drøfting og besvarelse av problemstillingen om retreatens spiritualitet og retreatopphold som ressurs for måten den enkelte erfarer relasjonen til Gud.

Jeg begynner med å synliggjøre noe av mangfoldet i bruken av begrepet spiritualitet og hvordan vi kan forstå spiritualitet. Videre posisjonerer jeg min avhandling før jeg viser til at

det innenfor kristen spiritualitet fins ulike typer eller måter å kategorisere spiritualitet på. Så spisser jeg inn mot en valgt definisjon som jeg finner relevant i denne avhandlingen. Videre i kapitlet går jeg mer i dybden på enkelte former eller utgaver av spiritualitet valgt ut i dialog med empirien; kroppslig og sanselig spiritualitet (McGuire), diakonal spiritualitet (Sheldrake og Fretheim) samt ignatiansk spiritualitet (Martin SJ, Røsok, Malm og Kaufman). Ignatiansk spiritualitet ligger som et tydelig fundament knyttet til de tre retreatene og retreatstedene informantene er rekruttert fra. Se for øvrig kapitel 2: Kristen retreat.

Når det gjelder teori om gudsbilder er den tyske teologen Karl Frielingdorf og hans forskning en sentral kilde. Jeg finner hans oppfattelse av hvordan ubevisste gudsbilder man bærer med seg er av stor betydning for selvoppfatning og preger hvordan man møter andre og oppfatter verden omkring seg. I tillegg har Frielingdorf utviklet en kategorisering av gudsbilder som jeg finner anvendelig.

3.1: Hvordan kan vi forstå spiritualitet.

3.1.1: Plassering

Sentrale personer knyttet til spiritualitetsbegrepet og spiritualitetsforskning i Norge er opptatt av hvordan begrepet og fenomenet spiritualitet har et stort nedslagsfelt og blir brukt i ulike sammenhenger og i ulike miljøer. Tone Stangeland Kaufman og Kristin Graff-Kallevåg gir et godt bilde på dette når de viser til spiritualitet som et elastisk begrep som har ulike forståelser og tilnæringsmåter innenfor en elastisk terminologi (Kaufman og Graff-Kallevåg, 2018, s. 26). Jeg forstår da spiritualitet som begrep og fenomen til å være tøyelig og formbart i ulike retninger, og ser behovet for presisering og differensiering. Kaufmann og Graff-Kallevåg bygger i sin redegjørelse av spiritualitet på blant annet Sandra Schneiders` forståelse av spiritualitet som de gjengir på følgende måte; *erfaringer av å bevisst innrette livet sitt mot og la seg involvere i det den enkelte opplever som sin helt grunnleggende verdihorisont, og som også går utover en selv*» (2018, s. 30). Jeg forstår det som en relativt åpen definisjon, noe de også understreker, og jeg oppfatter at den vektlegger erfaring, praksis og involvering i retning av, og med utgangspunkt i verdier, uten at disse er nærmere identifisert. I min avhandling har Schneiders definisjon betydning da den omhandler erfaring og praktisering som sentralt i spiritualitet. Definisjonen gir en overordnet forståelse av begrepet spiritualitet slik jeg ser det, men tydeliggjør også for meg behovet for ytterligere presisering knyttet blant annet til hvilket verdigrunnlag eller verdihorisont man legger til grunn.

Kaufman og Graff-Kallevåg viser i tillegg til Schneiders (og flere) også til Meredith McGuires forståelse av spiritualitet. Jeg finner McGuires posisjon interessant av flere grunner knyttet også til mitt forskningsarbeid. McGuires definerer spiritualitet i vid forstand som *«levd, erfart og praktisert religion»* (Kaufman og Graff-Kallevåg, 2018. s. 26). Her gjenkjenner jeg sentrale begreper fra Schneiders, men der verdier og verdigrunnlag sto åpent hos henne, er

det hos McGuire mer avklart og knyttet til religion, og religionsutøvelse, og derfor av betydning i min avhandling. (Se for øvrig punkt 3.2 for McGuires øvrige relevans i mitt forskningsarbeid).

Harald Olsen bygger også på Schneiders og McGuires forståelse og definisjoner og tydeliggjør en ytterligere differensiering av spiritualitet ved å henvise til minst tre ulike nivåer av spiritualitet (Olsen 2013, s. 24). I Kaufmans bok om presters spiritualitet er nivåene visualisert til tre konsentriske sirkler der vi finner kristen spiritualitet i den innerste sirkelen omkranset av religiøs spiritualitet i midten og religiøs og ikke-religiøs spiritualitet ytterst (Kaufman, 2011 s 31). Olsen (2013, s. 19) bruker begrepene spesifikt kristen spiritualitet, utvidet religiøs spiritualitet og allmenn sekulær spiritualitet. I min avhandling er jeg ikke opptatt av typer religion eller likheter og ulikheter mellom religioner, men plasserer meg tydelig i modellens innerste sirkel; innenfor spesifikt kristen spiritualitet. Med kristendom som valgt religion støtter jeg meg videre til Kaufman og Graff-Kallevågs, samt Olsens argumentasjon for religion og spiritualitet som dimensjoner av hverandre og som dem bruker jeg McGuires begrep om «lived religion» som synonymt med «spiritualitet» og «kristen spiritualitet». Se for øvrig punkt 3.2.

Jeg finner det hensiktsmessig også å vise til en avklaring av bruksområder for spiritualitet der Olsens skjelner mellom spiritualitet som identifikasjonsfaktor og spiritualitet som analyseverktøy. Brukt på en identifiserende måte knyttes spiritualitet til subjektivitet og personlige erfaringer, et innenfra-perspektiv. Brukt som analyseverktøy og metodisk verktøy brukes det på en mer stringent og objektiv faglig måte, et utenfra-perspektiv (2006, s. 3, 2013, s. 19,20). I denne avhandlingen finnes et innenfra-perspektiv i empirien, mens det tilstrebes et utenfra-perspektiv i analysen og drøftingsdelen.

3.1.2: Kategorier og typer

Harald Olsen har gjennom sin forskning utviklet og benyttet en typologi for identifisering og beskrivelse av spiritualitetsformer som jeg oppfatter kan være klargjørende i forståelsen av mitt materiale. Ifølge Olsen kan typologiene bidra til en mer fenomenologisk identifisering og analyse av spiritualitetsformer (2006, s. 4). I sitt grunnlagsmateriale redegjør han for en tverrfaglig tilnærming og viser til blant annet teologi, religionshistorie og religions sosiologi som operer med ulike dimensjoner eller kategorier knyttet til spiritualitet. I det følgende vil jeg komme mer tilbake til ulike former og tilknytninger i sammenheng med valg av perspektiver knyttet til spiritualitet, men først si noe kort knyttet til Olsens typologier. Disse vil være sentrale i min forståelse av eget materiale.

Olsen hevder hans forslag til typologi gir rom for både personlighetsmessige og kulturelle/miljømessige faktorer og representerer en fenomenologisk tilnæringsmåte (2006, s. 50ff). Han skiller mellom fem ulike typer: Verbal/rasjonell spiritualitet, kontemplativ spiritualitet, karismatisk spiritualitet, estetisk/rituell spiritualitet og handlingsrettet spiritualitet.

Mens det innenfor en verbal og rasjonell spiritualitet legges hovedvekt på forkynnelse og verbal formidling, vil det innenfor en kontemplativ vektlegges et fokus på det indre åndelige liv der bønn, meditasjon og stillhet får betydning. Innenfor karismatisk spiritualitet gis det rom for følelser, nådegaver og ekstraordinære ytringsformer, mens skjønnhet og estetikk knyttet til ritualer og symbolhandlinger er fremtredende i en estetisk/rituell spiritualitet. Innenfor en handlingsrettet spiritualitet finner vi en hovedvekt på at troen skal gi seg utslag i praktisk handling og diakoni. Olsen påpeker at de ulike spiritualitetsformene både hos enkeltpersoner og i ulike grupper og miljøer vil forekomme i ulike legeringer og blandingsforhold. Han oppfatter dem å være «et uttrykk for den bredden og det mangfoldet som finnes i alle levende religiøse tradisjoner og i den menneskelige utrustning og natur» (Olsen 2013, s. 28).

Jeg vil benytte Olsens ulike typer av spiritualitet i et forsøk på å forstå empirien i min avhandling. Den vil også bli knyttet opp mot de ulike perspektivene det blir redegjort for under punkt 3.2, 3.3 og 3.4.

3.1.3: Definisjon

For plassering og posisjonering innenfor det svære feltet spiritualitet har jeg nå flere ganger vist til Schneiders og McGuires definisjoner av spiritualitet som jeg finner relevante knyttet til min avhandling. Jeg har også vist til Harald Olsen og Tone Stangeland Kaufman som i mye av sitt arbeid bygger på nettopp Schneiders og McGuire.

Olsens definisjon på spiritualitet er som følger:

Spiritualitet er troens ytringsformer og manifestasjoner slik de kommer til uttrykk i menneskers liv, i deres individuelle og kollektive handlinger i møte med det omgivende samfunn og dets kultur, i søken etter å gi troen et autentisk uttrykk i samtiden, og slik de gjennom praksis og erfaringer er nedfelt i mønstre og tradisjoner gjennom tidene (Olsen 2013, s. 25).

I en mer sammenfattet utgave lyder Olsens definisjon som: «spiritualitet er opplevd, erfart, praktisert, ytret og tradert tro» (Olsen 2013, s. 25). Her gjenkjenner jeg sentrale nøkkelbegreper fra andre definisjoner som erfaring, handling, praksis, levd liv med flere. Jeg finner Olsens definisjon som omfattende og ikke knyttet spesielt til kristen spiritualitet. Hos Kaufman og Graff-Kallevåg er kristen spiritualitet definert som «menneskers erfaring av relasjonen til Gud, praktisering av religion og fortolkning av virkeligheten ved hjelp av

ressurser fra kristen tradisjon» (2018, s. 32). I denne definisjonen gjenkjenner jeg både Schneiders, McGuire og Olsen, men knyttet til mitt arbeid oppfatter jeg den som noe vid og omfattende. Jeg har funnet Tone Stangeland Kaufmans definisjon mer nøktern, presis og spesifikk, og valgte derfor å bruke den som utgangspunkt i utarbeidelse av intervjuguide og i møte med informantene. Kaufman (2013, s. 148) definisjon på spiritualitet vil også bli benyttet i analysen av empirien og lyder som følger:

Måten den enkelte erfarer relasjonen til Gud og nærer og uttrykker sin tro på med en særlig vekt på kristne praksiser.

3.2: En kroppslig og sanselig spiritualitet

Som tidligere nevnt har jeg valgt å trekke fram Meredith McGuires perspektiv til spiritualitet da jeg finner hennes fokus på kropp og kroppen som sanseapparat som et viktig bidrag i mitt forsøk på å skape klarhet og forståelse ved informantenes beskrivelser av erfaringer fra retreat og hverdagsliv. Jeg ser denne teorien som en nyttig diskusjonspartner knyttet til mitt materiale.

McGuire har en sosiologisk tilnærming til spiritualitet, og i hennes artikkel «Why body matters – a sociological reflection on spirituality» finner jeg som nevnt ovenfor en spennende tilnærming til spiritualitet forstått som «lived religion» (2005, s. 118). McGuire hevder religion må forstås ut fra måten mennesker lever den, i stedet for ut fra ulike kirkesamfunns mentale og kognitive definisjoner og forklaringer. Hun introduserer dermed begrepet «lived religion» - levd religion. På den måten retter hun oppmerksomheten mot kroppslige erfaringers betydning for spiritualitet, og argumenter for at spiritualitet utvikles nettopp gjennom legemliggjort praksis (2005 s. 131). Slik jeg forstår det vektlegger McGuire en holistisk spiritualitet hvor hun understreker mennesket bestående av sjel, ånd og fysisk kropp. Hun motsetter seg synet på spiritualitet og materialitet som dikotom, samt oppfatningen av at det fysiske legemet er underordnet det mer spirituelle eller at veien mot spiritualitet handler om å overvinne kroppen (2005, s. 118).

McGuire understreker at hun mener menneskers virkelige, reelle kropp; kropp som arbeider og hviler, kropp som skaper og ødelegger, kropp som spiser, drikker, promper og svetter. Atletiske kropp og underernærte kropp, sunne og lidende kropp og så videre. Hun påpeker at det er gjennom våre fysiske kropp vi ser, hører, smaker og fysisk berører hverandre og alt rundt oss. Det er nettopp disse kroppene som setter ut i handling menneskers forståelse av livet og verden slik jeg forstår henne. Jeg ser McGuires betoning som spennende knyttet til mitt materiale da retreatprogrammer i sterk grad inviterer til nettopp kroppslige og sanselige erfaringer knyttet til kroppens basale behov for mat og hvile. Fordi spiritualitet er noe som erfares og praktiseres, er kroppen viktig hevder McGuire (2005, s. 118), noe jeg oppfatter som en spennende og interessant tilnærming.

Som sosiolog legger McGuire til grunn en forståelse av spiritualitet som levd religion erfart og praktisert av vanlige mennesker i deres vanlige hverdagsliv. Hun benytter følgende definisjon: *Lived religion is constituted by the practices by which people remember, share, enact, adapt, create, and combine the stories out of which they live* (2005, s. 119).

For å synliggjøre hva hun er opptatt av viser McGuire til hvordan man hos indianerne i USA ser tydelige uttrykk for religiøst liv i forhold til praksiser som tromming, dans, røyking og chanting. Hun hevder imidlertid at amerikanere i dag i like stor grad bruker kroppen i sitt religiøse liv knyttet til hvordan man tilrettelegger fysiske rom, hvordan man velger å sitte (på stol, i lotusstilling, på bønnekrakk), hvordan man bruker hendene ved å folde dem, heve dem mot himmelen, har øynene åpne eller lukket, fokuserer oppmerksomheten, regulerer pusten og så videre. I tillegg viser hun til hvordan vi også erfarer fellesskap med andre vi deler kollektive minner med, være seg familien, menigheten eller en gruppe vi deltar i, ved hjelp av kroppen; erfaringen av fellesskapet kan for eksempel beskrives som en varm omfavelse (2005, s. 120).

McGuire belyser også en annet dikotomi – mellom det hellige og det profane. Hun trekker noen historiske linjer i vår forståelse av religion og religiøsitet blant annet knyttet til reformasjonen som endret både den katolske og den protestantiske kirke, og hvordan det ble konstruert sosiale og etniske grenser mellom det hellige og det profane. McGuire hevder vi må se tilbake på denne viktige fasen i vestlig religionshistorie og revurdere de områder av livet som ble definert som ikke-religiøse for å forstå hvordan religion og religiøsitet er plassert i vårt moderne samfunn i dag (2005, s. 121ff). Hun påpeker at før-moderne kristendom hadde karakter av en fysisk materiell religion erfart gjennom kroppen og viser til en egen opplevelse knyttet til å høre fremført noen av Hildegard von Bingens chanter. McGuire knytter egen erfaring opp mot slik hun mener nonnene opplevde det for hundreår siden og erfarer det hun tidligere har lest; *a sensual experience linked with spiritual reality; emotions evoked, expressed, and ritually transformed. The result could be an entire mind/body/self engaged in a meaning-filled, deeply felt experience* (2005, s. 125).

I sin artikkel fortsetter McGuire med å belyse det hun er opptatt av ved å vise til 2 eksempler på hvordan spiritualitet uttrykkes gjennom legemliggjorte praksiser; å dyrke, tilberede og spise mat, samt å spille eller synges sammen (2005, s. 125ff). I eksemplet med å dyrke, tilberede og spise mat viser hun til egen forskning, mens hun viser til fenomenologen Alfred Schutz bruk av å lage musikk sammen som en metafor for måten mennesker knyttes sammen på et dypt plan og deler subjektive opplevelser. McGuire hevder disse aktivitetene knytter an til både individuell spiritualitet og spiritualitet som handling/praksis i et fellesskap.

McGuire legger vekt på en mangfoldig religiøs praksis, og trekker kort fram kvinners spiritualitet knyttet til kirkeliv og viser til hvordan kvinner i mange kirkesamfunn er opptatt av å forberede mat eller kirkekaffe mens messen eller gudstjenesten pågår, noe som ofte har blitt vurdert til å være mindre viktig. McGuire derimot hevder dette er en religiøs

handling eller praksis på lik linje med å holde preken eller synge i kirkekoret. Hun viser også til at kvinner som mer sjelden går til messe, daglig tilbringer tid ved et alter i eget hjem. En praksis McGuire argumenterer for å være knyttet til kroppens betydning i levd religion og spiritualitet (2005, s. 127).

3.3: Diakonal spiritualitet

Mens McGuire trakk fram og er opptatt av å utfordre en dikotomi mellom kropp og sjel/ånd, samt mellom det hellige og det profane, er Philip F. Sheldrake opptatt av en dikotomi knyttet til indre og ytre dimensjoner ved spiritualitet. Han tematiserer det jeg oppfatter som forholdet mellom indre erfaringer og ytre liv (Sheldrake 2005), noe jeg finner interessant knyttet til mitt materiale. Jeg forstår han som å hevde at en indre oppmerksomhet naturlig får oss til å vende blikket utover igjen mot verden og samfunnet rundt oss, og vil innenfor Olsens typologi være knyttet til både en kontemplativ og en handlingsrettet spiritualitet (Olsen 2013, s. 28). Sheldrake belyser forholdet mellom den indre spiritualiteten med forankring i mystikken og den mer utadrettede og aktive spiritualiteten og mener hjertet innenfor kristen spiritualitet finnes nettopp i spenningsfeltet mellom det «mystical-contemplative and transformative practice» (2005, s. 283). Slik jeg oppfatter Sheldrake gjør han seg til talsmann for at indre opplevelser er en ressurs til ytre handling eller; *exterior living is resourced by interiority*» (2005, s. 285).

Sheldrake trekker linjer til blant annet frigjøringsteologien og hevder det kun er ved hjelp av en indre kontemplativ praksis man blir i stand til å skape en indre forandring som er grunnleggende nødvendig for solidaritet. Og da spesielt en solidaritet som er i stand til å omfavne både undertrykkeren og den undertrykte (2005, s. 288.)

Kjetil Fretheim er også opptatt av forholdet mellom en indre individualistisk himmelvendt spiritualitet og en handlingsrettet spiritualitet som han betegner som diakonal (Fretheim 2015).

Fretheim trekker fram St. Benedikts kjente motto; *ora et labora* (latinsk for bønn og arbeid) og er opptatt av hvordan man i spennet mellom det himmelvendte og det jordvendte gjennom tiden har vært opptatt av ulike måter å kombinere bønn og arbeid. Han ser det benediktinske motto som et korrektiv knyttet til en spiritualitet med en ensidig vektlegging av enten kontemplativ spiritualitet ved bønn eller en praksisrettet spiritualitet opptatt av praktisk handling og innsats (2015, s. 29). Fretheim viser også til Det lutherske verdensforbund som beskriver diakonal spiritualitet som trefoldig og forklarer det med: en orientering mot andre mennesker og mennesker i nød, et syn på at fellesskapet mellom mennesker er et sentralt sted å erfare Guds omsorg for menneskene, samt et syn på at

solidaritetshandlinger er en tydelig del av diakonal spiritualitet, ikke et tillegg til diakonal spiritualitet (Fretheim 2015, s. 29).

Som Sheldrake henvender også Fretheim seg til frigjøringssteologien og finner støtte for sitt syn på diakonal spiritualitet. Han viser til Ada María Isasi-Díaz som hevder at bønn og handling er to dimensjoner hos mennesket som må holdes sammen og at tro og måten vi lever livene våre må bringes sammen. Fretheim viser til et sentralt motiv innenfor klassisk frigjøringssteologi som er opptatt av en holistisk forståelse mellom bønn og arbeid og der man skjelner mellom spiritualitetens fire sider oppsummert til sannhet, empati, håp og kreativitet og at kombinasjoner av disse sidene går igjen i frigjøringssteologiens spiritualitetsforståelse (Fretheim 2015, s. 30).

3.4: Ignatiansk spiritualitet

Ignatiansk spiritualitet har sitt navn etter Ignatius av Loyola som grunnla Jesu selskap, kjent som Jesuittordenen eller jesuittene. Ignatiansk spiritualitet kan da sies å ha en institusjonell tilknytning (Olsen 2006, s. 51), og i lys av Olsens ulike typer er den mest knyttet til kontemplativ og handlingsrettet spiritualitet. En definisjon av spiritualitet finner vi hos jesuitten James Martin SJ til å være «en måte å leve i et gudsforhold på» mens ignatiansk spiritualitet definerer han som; *summen av de praksiser, metoder, vektlegginger og avskygninger ved den kristne levemåten som er overlevert fra Ignatius av Loyola*» (Martin SJ, 2016, s. 8). Martin SJ trekker fram 4 sentrale element knyttet til ignatiansk spiritualitet: å være en kontemplativ i handling, å finne Gud i alle ting, å se verden på en «inkarnatorisk» måte, samt å søke frihet og fristilthet (Martin 2016, s. 9ff,405)

For en forståelse av ignatiansk spiritualitet vil noe kjennskap til Ignatius være hensiktsmessig. Ignatius av Loyola (1491-1556) var adelsmannen som ble soldat og under en rekonvalesens fikk sine drømmer radikalt endret da ønsket om å følge riddere ble erstattet av en sterk lengsel etter å følge helgener og Jesus. «Pilegrimens beretninger» og «Åndelige øvelser» er tekster knyttet til Ignatius. Pilegrimens beretninger har fokus på gudsrelasjonen og ulike situasjoner og hendelser som lot Ignatius utvikle en evne til å skjelne Guds stemme, mens de åndelige øvelsene har som utgangspunkt å være til hjelp knyttet til en grundig fordypning i relasjonen til Gud og sin egen evne til etterfølgelse (Røsok (red.) 2017, s 11ff).

Magnus Malm har lang erfaring med ignatiansk veiledning og har sammenfattet særtrekkene ved ignatiansk spiritualitet hvor hovedvekten ligger på forholdet mellom Gud og mennesket (Malm 2018). Ifølge Malm er det nettopp som menneske og hele mennesker vi kan møte Gud. Gud inviterer mennesket med alt det er og har til dialog. Malm vektlegger *erfaringen* som sentral i det han hevder det er *innlevelsen* og «smaken av tingene innenfra» som

berører og endrer mennesket i møte med Gud og ikke *kunnskapen* om Gud. Og det er i møte med Guds godhet mennesket blir berørt og endret (2018, s. 39).

I sin artikkel *Ignatiansk spiritualitet for lutherske prester?* (2013, s. 147) trekker Tone Stangeland Kaufman fram aspekter ved ignatiansk spiritualitet som hun finner relevante knyttet til sitt avhandlingsarbeid om presters spiritualitet. Kaufman argumenterer for at nettopp ignatiansk spiritualitet i stor grad imøtekommer kjennetegn på det hun oppfatter som en senmoderne og subjektivert spiritualitet (2013, s. 162). Om begrepet ignatiansk spiritualitet sier hun; *det forstås her bredt og inkluderer både åndelig veiledning, åndelig litteratur og ulike typer retreatter i eller inspirert av ignatiansk tradisjon* (2013, s. 148).

Blant aspektene Kaufman trekker fram vier hun plass til betydningen det legges på subjektive personlige erfaringer innenfor ignatiansk spiritualitet og hvordan erfaring kan være en sentral kilde for det åndelige liv. Når det i åndelig veiledning – også et sentralt aspekt – blir etterspurt egen subjektiv erfaring, blir troserfaringer tatt på alvor og legges til grunn for refleksjon. Lengsel er også et sentralt begrep i åndelig veiledning da man innenfor ignatiansk spiritualitet oppfatter at man ved å sette ord på egne lengsler forteller noe om hvem man er og hvordan man oppfatter Gud og verden. Kaufman bruker også betegnelsen «en spiritualitet for alle sanser» (2013, s. 156) og viser til at det i jesuśmeditasjon, åndelig veiledning og i øvelsene utarbeidet av Ignatius av Loyola, oppfordres til å ta alle sanser i bruk, og å nærme seg bibelske tekster på en sanselig og kroppslig måte. Hun lager et poeng av at det innenfor luthersk tradisjon i stor grad har vært mest bruk for hørselssansen (2013, s. 156). I tillegg er ignatiansk spiritualitet relasjonell ved at den vektlegger å ha en åndelig veileder eller medvandrer å ha regelmessig kontakt med.

Kaufman viser til William A.S.J Barry som poengterer et annet sentralt kjennetegn ved ignatiansk spiritualitet; å finne Gud i alle ting (2013, s. 157). Ifølge Barry var Ignatius opptatt av at mennesker har mulighet til å erfare Gud i hvert eneste øyeblikk gjennom hele livet og at hans åndelige øvelser bidrar med hjelp til å legge merke til og bli oppmerksom på Guds nærvær. Slik jeg forstår det gjør dette ignatiansk spiritualitet til en hverdagsspiritualitet som kan gi hjelp til å knytte troen og livet tettere sammen. Samtidig gir det slik jeg oppfatter det verdi til livet generelt når Gud kan erfares alle steder til alle tider og ikke nødvendigvis i tilknytning til typiske sakrale arrangementer eller aktiviteter. Avslutningsvis i sin artikkel introduserer Kaufman begrepene «retradisjonisering», samt «en ny-gammel spiritualitet» hvor hun ser betydningen gamle og klassiske kristne kilder og ressurser får i møte med enkelte prester innenfor Den norske kirke (2013, s. 161).

3.5: Gudsbilder

Som en ytterligere tilnærming til mitt materiale benytter jeg teori om gudsbilder. Jeg har valgt å se til Karl Frielingsdorf og hans skjelning mellom sunne og usunne gudsbilder som et teoretisk perspektiv og benytter hans bok; «Seek the face of God, discovering the power of your images of God» (2006). Karl Frielingsdorf har som utgangspunkt å motivere til refleksjon over hvilke bilder vi bærer med oss av Gud. Han hevder gudsbilder blir skapt allerede tidlig i barndommen knyttet til erfaringer i nære relasjoner, og at de utvikles i indre prosesser på et ubevisst plan (2006, s. 26). Frielingsdorf mener en prosess der vi er villige til å betrakte og vurdere disse gudsbildene kan både avsløre uheldige bilder og skape nye. Nye bilder kan og bør skapes gjennom kjennskap og kjærlighet til Jesus, han som har åpenbart for oss hvem Gud er ifølge Frielingsdorf: *Jesus reveals a God who is a benevolent and merciful Father, who takes care of his children like a loving Mother* (2006, s. 12). Da det under retreatopphold på ulike måter tilrettelegges for erfaringer av og med den treenige Gud, har Frielingsdorfs teori relevans for min avhandling.

Gjennom sin forskning har Frielingsdorf utviklet eller kategorisert fire negative gudsbilder med tilsvarende fire positive gudsbilder som mennesker kan være bærere av. I hans materiale ble det tydeliggjort hvordan ubevisste gudsbilder har stor kraft. Jeg finner Frielingsdorfs teori spennende blant annet knyttet til hans oppfattelse av hvordan mennesker ofte enkelt kan sette ord på en kjærlighetsfull og omsorgsfull Gud, mens et slikt bilde mange ganger ikke matcher med hvordan de erfarer eller forholder seg til Gud, seg selv eller andre (2006, s. 19). I tillegg finner jeg Frielingsdorf interessant knyttet til hans forståelse av menneskets potensiale til en personlig relasjon til Gud.

En forutsetning for et relasjonelt forhold mellom mennesket og Gud er troen på en levende Gud. Frielingsdorf viser til tre komponenter som utfyller hverandre og bidrar til utviklingen av et personlig forhold til den kristne tros Gud: Gud er en personlig Gud og mennesket er skapt i Guds bilde, Gud eksisterer uavhengig av verden og dens lovmessigheter, Gud er ubeskrivelig og større enn mennesket noen gang kan romme og fatte innenfor sin forståelsesramme (Frielingsdorf, 2006, s. 23). Av denne grunn viser Frielingsdorf til Jesus som veiviser både til forståelse og erfaring av Gud på veien mot å skape et personlig bilde av hvem Gud er. Han argumenterer for hvordan et personlig bilde av Gud representerer en kraft i oss som er i stand til å opprettholde og inspirere livene våre på et dypt plan, men også kan være i stand til å virke begrensende og belastende i våre liv. Frielingsdorfs sentrale poeng slik jeg forstår det og vil bruke det, handler om hvordan våre indre gudsbilder danner grunnleggende mønstre av følelser, tanker og atferd som i stor grad påvirker våre liv og kan fungere både som hindringer og styrker for vekst og utvikling.

Et vesentlig trekk ved Frielingsdorfs teoretiske perspektiv er at våre indre gudsbilder kan være vanskelig å identifisere av den grunn at de er ubevisste for oss. Frielingsdorf gjør et poeng av at ubevisste gudsbilder i sjelden grad samsvarer med bevisste bilder. De kan avvike fra

hverandre, og faktisk være i strid med hverandre. Han eksemplifiserer ved å vise til at mennesker som snakker om og setter ord på et bilde av Gud som en velvillig og barmhjertig Far, samtidig kan domineres i sitt indre av en nådeløs og krevende Gud som forlanger prestasjoner (Frielingdorf, 2006, s. 19) Slik viser Frielingdorf hvordan det bevisste bildet av Gud som vi forkynner ikke er det samme som opererer eller er virksomt i våre liv, og han hevder det er våre ubevisste gudsbilder som dypest sett former oss og har en formende funksjon i vår identitetsdannelse. Frielingdorf argumenterer for at større bevissthet om gudsbildene som ble skapt i barndommen og som vi fortsatt bærer med oss kan forhindre at fortiden former nåtiden på måter som er ubevisste og uklare for oss. Ved å bli kjent med, godta og akseptere både positive og negative aspekter fra barndommen kan disse brukes som byggesteiner til bevisst å forme nåtiden og framtiden (Frielingdorf, 2006, s. 34).

Marie Farstad viser også til Frielingsdorf og hans forskning i sin bok «Skam – eksistens, relasjon, profesjon». Farstad (2016, s. 249ff) har gitt norske navn til de ulike usunne og sunne gudsbildene Frielingsdorf benytter. Basert på Farstads bok vil jeg gi en kort oversikt over de usunne og sunne gudsbildene hos Frielingsdorf:

Dommerguden, bildet av Gud som dommer, finner Frielingsdorf til å være roten til de usunne gudsbildene. En nådeløs, hard og dømmende Gud fremmer frykt, mistillit og slavisk lydighet i forsøk på å unngå en streng dom. «*At Gud elsker sine barn, har ingen tilgjengelig indre klangbunn*» sier Farstad (2016, s. 250) i beskrivelsen av hvordan mennesker kan oppleve å være bærer av et gudsbilde preget av dommerguden.

Dødsguden, bildet av en streng Gud som truer med straff og fortapelse kan gi bærere av dette gudsbildet følelser og erfaringer knyttet til å være uønsket og ikke høre til. De kan utvikle en sterk generell mistillit til livet og føle at deres eksistens til enhver tid er truet.

Bokholderguden, bilde av en gud som overvåker og holder øye med alt mennesket foretar seg og stadig stiller det til regnskap. Med dette ubevisste gudsbildet fremkalles ofte en følelse av å aldri være god nok eller aldri helt strekke til.

Prestasjonsguden, bilde av en gud som gir mennesket verdi ut fra hva de gjør og ikke hva de er. Farstad trekker fram at dette gudsbildet kan være det vanskeligste å avsløre da det ofte frembringer mange gode gjerninger og stor innsats for både Gud og andres ve og vel (2016, s. 251).

Frielingsdorf har også kategorisert en motsats til de fire usunne gudsbildene. Farstad benevner dem på følgende måte: Motsatsen til dommerguden er kjærlighetens og nådens Gud, mens motsatsen til dødsguden er livets Gud. Motsatsen til bokholderguden er den gode hyrde, og motsatsen til prestasjonsguden er den Gud som gir vekst (Farstad, 2016, s. 256). Jeg redegjør ikke nærmere for innholdet i de sunne gudsbildene, men oppfatter at benevnelsene Farstad benytter gir inntrykk og forståelsesbilder på noe fundamentalt annerledes enn de usunne gudsbildene.

Avslutningsvis vil jeg trekke fram viktigheten av å se Frielingdorfs kategorier som nettopp det. Ulike mennesker vil bære med seg ulike kombinasjoner av de usunne og sunne gudsbildene og det vil kreve ulik innsats eller arbeid i prosessen med refleksjon over bevisste og ubevisste gudsbilder. Men Frielingdorf er helt tydelig på mulighetene til å endre usunne gudsbilder ikke bare fra erfaring med Guds nåde, men også gjennom nye troserfaringer og åndelig vekst (2006, s. 32).

3.6: Oppsummering

Jeg har i dette kapitlet redegjort for en hovedteori knyttet til spiritualitet som jeg vil bruke til å belyse og drøfte materialet i min avhandling. Innledningsvis redegjorde jeg for hvordan vi kan forstå spiritualitet før jeg plasserte mitt arbeid og begrunnet valg av definisjon. Den videre redegjørelsen ble valgt i dialog med empirien og sier noe kort om ulike former eller utgaver av spiritualitet som jeg finner hensiktsmessig.

Jeg har også redegjort for en teori knyttet til gudsbilder som jeg finner relevant. Et gjennomgående tema i dette kapitlet oppfatter jeg å være den subjektive erfarings betydning og hvordan relasjonen til Gud påvirker våre liv og frembringer handling. Kontemplasjon i aksjon er et kjent uttrykk innenfor ignatiansk spiritualitet for hvordan man er bevisst og oppmerksom på sin relasjon til Gud og Guds nærvær i hverdagens handlinger. Etter min oppfatning er McGuire, Kaufman, Sheldrake og Fretheim også opptatt av det samme. Deres teorier bidrar derfor til et teoretisk rammeverk og et refleksjonsgrunnlag til å kaste lys over temaet i min avhandling; kjennetegn ved retreatens spiritualitet og hvordan retreatopphold kan være en ressurs for måten den enkelte erfarer relasjonen til Gud.

4. METODE

Studien av retreat som ressurs for spiritualitet bygger på intervju med fem retreatdeltakere som har deltatt på ulike retreats ved tre kristne retreatsteder i Norge. Jeg vil i dette kapitlet redegjøre for framgangsmåten jeg har valgt for å belyse problemstillingen, samt metodiske valg og avveielser som er foretatt underveis. Dette for å fremme transparens (Johannessen et al. 2016:77, Thagaard 2013:11), og tydelig vise de prosessene i min forskning som førte til resultat (Thagaard 2013:11).

4.1: Kvalitativ forskning/metode.

Mitt forskningsarbeid er å anse innenfor den kvalitative metodens egenart. Jeg ønsker å oppnå en dypere forståelse av fenomenene retreat og spiritualitet og forholdet dem imellom (Thagaard, 2013, s. 11,51). For å oppnå denne forståelsen finner jeg det hensiktsmessig å opprette en nær og personlig kontakt med mennesker som har deltatt på retreat med et utvalgsriterium om personlig erfaring med fenomenet. Kvalitative tilnæringer som deltagende observasjon og intervju av retreatdeltakere kan frembringe fyldige data, og gi grunnlag for en dypere forståelse.

Jeg ønsker å finne fram til subjektive beskrivelser av hvordan enkelte retreatdeltakere opplever og forstår fenomenene retreat og spiritualitet, og rette fokus mot erfaringsdimensjonen. Dette finner jeg støtte for å kunne gjøre innenfor vitenskapsfilosofiens fenomenologi og hermeneutikk. I en fenomenologisk utforsking benyttes begrepene «innenfra-perspektivet» og «nedenfra-perspektivet» (Thomassen 2016, s. 170); en søker å forstå menneskers erfaring knyttet til opplevelsen av et fenomen og deres «levde livsverden». Hvordan det oppleves å være på retreat og hvilken mening og betydning det har for den enkelte får fokus, heller enn å redegjøre mer utenfra hva retreat er. Fenomenologiske undersøkelser er i hovedsak beskrivende for at fenomenet selv skal fremstå rent og uten forventninger, men det er en anerkjent oppfatning – etter den «hermeneutiske vending» i fenomenologien (Thomassen 2016, s. 171) – at det allerede finnes forventninger og fortolkninger til ethvert fenomen.

Som forsker vil jeg i møte med retreatdeltakernes beskrivelser være preget av min egen forforståelse, men kan ved hjelp av den hermeneutiske tradisjons (Krogh 2014:11) teorier og modeller få hjelp til å tolke og forstå andres beskrivelser (Gilje og Grimen 2013:152ff). Jeg ser også refleksivitet som en tolkningsressurs for å klargjøre og skjelne slik at mitt eget perspektiv og fortolknings-reportoar i minst mulig grad vil være en begrensning i forskningsarbeidet (Kaufman 2015, s. 96).

Forskningsprosessen har tidvis vært preget av å gjøre mange ting på en gang, eller å arbeide med ulike deler av besvarelsen mer eller mindre samtidig. Dette følger av forståelsen av

kvalitativ forskning som en syklisk modell der fleksibilitet og innlevelse i et systematisk arbeid er sentralt (Thagaard 2013, s 32,31,15).

4.2: Utvalg

Materialet i min forskning bygger som tidligere nevnt på intervju med fem retreatdeltakere. Jeg har tatt valg med hensyn til antall informanter, prinsipper for utvelgelse og rekruttering.

Tidlig vurderte jeg det som interessant å intervju både retreatdeltakere og retreatledere, men valgte bort retreatledere med utgangspunkt i antall informanter og hensynet til anonymitet. Jeg oppfatter at intervju med retreatdeltakere alene kan gjenspeile den virkeligheten jeg ønsker å undersøke og med en kvalitativ tilnærming søkes det å få mye informasjon om/av et begrenset antall informanter og et *relevant* utvalg av informanter er av større betydning enn antall informanter (Johannessen et al 2016, s. 114, Repstad 2014, s. 81,84. Med få informanter vil kvaliteten på intervjuene være av betydning (Thagaard 2016, s. 95), og datamaterialet må være stort nok til å belyse problemstillingen (Johannessen et al 2016, s. 114), noe jeg mener å ha ivaretatt.

Jeg valgte å sette fokus på temaretreat og ignatiansk retreat (se kapittel 2), og ignatiansk retreat innenfor to ulike kirke tradisjoner. Ved strategisk utvelgelse – en målrettet rekruttering – fant jeg tre retreatere der samtlige deltakere utgjorde målgruppen. Av det fulgte avgjørelsen om å ikke benytte kriterier knyttet til alder, kjønn, erfaring og lignende (Johannessen et al 2016, s 117ff), men heller et fokus på de som ønsket å uttale seg om hvordan retreat kan være en ressurs. Jeg forespurte retreatlederne om å gjennomføre den videre rekrutteringen ved utdeling av informasjonsskriv (vedlegg 3: Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjekt), og hadde på den måten ingen direkte kontakt med informantene før de fem på eget initiativ kontaktet meg.

4.3: Metoder for innsamling av data.

På et tidlig tidspunkt vurderte jeg å være tilstede på enkelte av retreatene som frivillig husfolk. Jeg så det som en mulighet til å være deltakende observatør og få observasjonsnotater som kunne ses i sammenheng med, eller være utfyllende til intervjuene. Imidlertid ble dette valgt bort med bakgrunn i at deltakelse som husfolk kunne oppfattes å knytte meg til retreatstedet og muligens påvirke informantenes svar og deling av erfaring fra retreaten (Thagaard 2016:113,115). Ved å presentere meg som student var jeg i utgangspunktet mer nøytral enn som husfolk.

Valg av intervju som metode fulgte naturlig da jeg ønsket å snakke med mennesker som har erfaring med retreat, og intervju som metode gir et særlig godt grunnlag for å få innsikt i andre personers opplevelser og erfaringer (Thagaard 2016, s. 95). Erfaringer og opplevelser

blir synliggjort på en god måte når informanten kan uttrykke seg med egne ord i et intervju, heller enn å velge forhåndsbestemte alternativer som i et spørreskjema (Johannessen et al 2016, s. 145). Mitt perspektiv på hva intervjudata egentlig sier noe om er plassert i en posisjon mellom et positivistisk og konstruktivistisk perspektiv: Jeg anser at informantenes uttrykk av erfaringer og synspunkter reflekterer deres kulturelle og sosiale omgivelser, samtidig som intervjuet også reflekterer relasjonen som ble utviklet mellom informantene og meg i forkant av og under intervjuet (Thagaard 2016, s. 95ff). Datamaterialet ble til i et samspill mellom informantene og meg. Et slik perspektiv vil svekke eller nyansere noe av asymmetrien i relasjonen mellom den som blir intervjuet og den som intervjuer idet jeg som intervjuer selv også var aktiv under intervjuet ved å bidra med enkelte synspunkt og var åpen for å svare på spørsmål fra informanten. På den måten ble intervjuet en dynamisk og meningsskapende prosess (Thagaard 2016:96,105). Jeg er kjent med at intervjumetoden har sine kritikere idet fokus på enkeltmenneskers opplevelser og erfaringer blir svært individualistiske og kontekstløse (Repstad 2014:76), men vil bringe konteksten inn under analyse- og tolkingsdelen av oppgaven.

For å benevne personene som er intervjuet har jeg valgt å bruke betegnelsen informant/informanter da de er informative om retreat som er forskningens tema, og mener dette valget ikke undervurderer relasjonen og samspillet betydning (Thagaard 2016:97). Informantene er gitt fiktive navn.

Jeg valgte en delvis strukturert tilnærming som fremgangsmåte og utarbeidet en intervjuguide for semistrukturert intervju (Johannessen et al 2016, s. 147), der temaene i intervjuet var fastlagt, men jeg var fleksibel i forhold til rekkefølgen temaene ble tatt opp. Ved i hovedsak å benytte åpne spørsmål ble informantene invitert til å dele egne erfaringer og synspunkter (Thagaard 2016, s. 103), noe som skapte en god atmosfære og gjensidighet i den forstand at jeg viste forståelse og sensitivitet ovenfor informantens fortelling. Hadde jeg valgt en strammere struktur ville svarene i noe større grad vært sammenlignbare fordi alle spørsmålene ville blitt stilt i samme rekkefølge (Thagaard 2016:98), men jeg ønsket å skape en atmosfære av vennlighet og tillit ved hjelp av gjensidighet og fleksibilitet, der jeg inntok en lyttende og tilstedeværende holdning. Se for øvrig vedlegg 3: Intervjuguide.

Pilotintervjuet jeg gjennomførte tydeliggjorde behovet for å samle inn data ved hjelp av individuelle intervju fremfor gruppeintervju/bruk av fokusgruppe. En fordel ved bruk av fokusgruppe kan være at informantene inspirerer hverandre i tematikken, og responsen fra informantene kan utdype både samstemthet og variasjon innenfor tema. Men det kan også skje at enkelte informanter og deres synspunkter blir dominerende slik at andre ikke deler sine erfaringer hvis disse avviker på en eller annen måte (Thagaard 2016, s. 99). Da jeg i tillegg ønsket å invitere til å dele personlige erfaringer og opplevelser, ble individuelle intervjuet foretrukket.

Valg av lokasjon og tidspunkt for gjennomføring av intervjuene var på informantenes premisser da opplevelsen av å være på hjemmebane kan bidra til å skape trygghet og fortrolighet. «Betydningen av å etablere en god og tillitsfull atmosfære i intervjusituasjonen kan ikke overvurderes» ifølge Thagaard (2016, s. 113). Varigheten på intervjuene varierte noe, med et snitt på drøyt 70 minutter. Samtlige intervjuer ble tatt opp på bånd noe informantene var kjent med på forhånd. Det gav meg mulighet til å være tilstede i samtalen og konsentrere meg om informanten og samtalens forløp. Opptakene ble transkribert av meg forløpende, og det gav meg mulighet til å reflektere over intervjusituasjonen og ta lærdom underveis i forhold til blant annet spørsmålsstilling og eget engasjement (Thagaard 2016, s. 112,115). Etter gjennomlesning fjernet jeg enkelte kremteuttrykk og gjentakelser for å gjøre materialet mer lesbart. Enkelte setninger ble også trukket noe sammen uten at det endret meningsinnholdet. Notasjonen (...) ble benyttet i disse tilfellene.

4.4: Metoder for analyse av materialet

Innenfor fenomenologisk metode er det meningsinnhold som analyseres ved at man er opptatt av innholdet i datamaterialet, for min del hva informantene forteller i intervju (Johannessen et al 2016, s. 173). Jeg har valgt å følge Malteruds fire hovedfaser for analyse av meningsinnhold; helhetsinntrykk, koding, kondensering, og sammenfatning (Johannessen et al 2016, s. 173ff). I første fase brukte jeg tid på å lese grundig gjennom hele materialet på jakt etter temaer som flere informanter syntes å vektlegge. Det handler om å få et helhetsinntrykk ved hjelp av sammenfallende temaer eller overskrifter som gikk igjen. Underveis i gjennomlesningen fant jeg overordnede temaer som; et fristed, en personlig gudsrelasjon og tro uttrykt som handlinger ovenfor andre mennesker.

I neste fase ble fokus rettet mot å identifisere deler av teksten som inneholdt kunnskap og informasjon knyttet til temaene, såkalte meningsbærende enheter. Disse ble så gitt navn eller koder som et verktøy for å organisere og påvise meningsbærende informasjon, samt å ordne og redusere materialet for å lette arbeidet med analysen. Koding blir en del av fortolkningsprosessen ved at koder og kategorier bunner i den forståelsen jeg utvikler gjennom arbeid med materialet. Jeg har benyttet både beskrivende (sanselige opplevelser), tolkende (de opplever seg sett og anerkjent) og induktive (Jesusmeditasjon) koder (Johannessen et al 2016, s. 174,175).

Den tredje fasen har Malterud kalt kondensering. Hensikten i denne fasen er å abstrahere meningsinnholdet ved å ta utgangspunkt i kodingen og de etablerte kodene (Johannessen et al 2016, s. 176). De delene av teksten som var kodet og identifisert som meningsbærende ble trukket ut av teksten slik at materialet ble redusert og kondensert og store deler av den transkriberte teksten ble lagt til side.

Sammenfatning eller rekontekstualisering er siste fase der jeg søkte å finne samsvar mellom den sammensatte beskrivelsen (dekontekstualiseringen) og det opprinnelige materialet fra

før kodingen. Hensikten var å finne mønstre og sammenhenger som ikke var synlige umiddelbart i materialet (Johannessen et al 2016:176). Ved å ta et tilbakeblikk til den opprinnelige empirien kunne jeg kontrollere om funnene fortsatt stemte overens med den sammenhengen de var hentet ut fra, en såkalt rekontekstualisering. Slik imøtekom jeg kritikken mot intervju som værende for individualiserende og kontekstløs jmf punkt 4.3.

Jeg har valgt en temasentrert analytisk tilnærming og strukturerte den innledende analysen av materialet med utgangspunkt i de tre delproblemstillinger som tidligere er presentert i innledningen. Jeg fant det hensiktsmessig i og med valget av semistrukturert intervjuguide som medførte at informantene har delt informasjon om de samme temaer. Hovedpoenget blir dermed å gå i dybden på de enkelte temaer i stedet for på den enkelte informant. Jeg er kjent med at temasentrerte analyser blir kritisert for ikke å ivareta et helhetlig perspektiv (Thagaard 2016, s. 181), men mener å kunne gi en helhetlig forståelse av materialet ved å følge Malteruds fremgangsmåte. Gjennom analyseprosessen dukket tydelige mønstre fram i materialet, og presentasjonen av empirien i neste kapittel er strukturert med utgangspunkt i mønstre heller enn i delproblemstillingene. I analysearbeidet hadde jeg lenge en induktiv tilnærming ved en bevegelse fra empiri til teori. Gjennom prosessen har jeg også trukket veksler på en abduktiv tilnærming ved å la empiri og teori inngå i et dialektisk samspill slik at eksisterende teori ble benyttet som et redskap for å oppdage mønstre i det empiriske materialet (Thagaard 2018, s. 198).

4.5: Ethiske dilemmaer

Ethiske problemstillinger oppstår når forskning direkte berører mennesker (Johannessen et al 2016, s. 84), noe som er tilfelle i mitt forskningsprosjekt. Av hensyn til personvern er forskningsprosjektet innmeldt til NSD, tilråding fra NSD Personvernombudet for forskning § 7-27. I forespørsel om deltakelse er det gitt informasjon om samtykke, anonymisering og retten til å trekke seg fra prosjektet uten at det vil føre til noen form for negative konsekvenser, noe som ble gjengitt til informantene under intervjuet. Ethiske vurderingen gjorde seg spesielt gjeldende i ett tilfelle hvor en informant både under intervjuet og i etterkant reserverte deler av sine fortellinger. Jeg fulgte opp problematikken med å gå i dialog informanten og få tilbakemeldinger fra henne på utdrag av materialet og reviderte dette til informanten var komfortabel med resultatet. Slik ble den etiske siden av studien ivaretatt med utgangspunkt i et sensitivt tema. Gjennom hele forskningsprosessen har jeg søkt å ivareta informantenes autonomi ved å ha lojalitet til dem og det de har delt med meg (Thagaard 2016, s. 121, Johannessen et al 2016, s. 85ff).

4.6: Spørsmål om forskningens kvalitet

For vurdering av den kvalitative forskningens legitimitet benyttes begrepene reliabilitet, validitet og overførbarhet. Reliabilitet knyttes til om den forskningen jeg har gjennomført er pålitelig mens validitet er knyttet til forskningens gyldighet. Overførbarhet benyttes i forbindelse med å vurdere om tolkningene jeg har foretatt i min forskning også kan gjelde i andre sammenhenger. Forskningens legitimitet i denne avhandlingen er ivaretatt ved redegjørelse av framgangsmåter knyttet til datainnsamling og analyse. Grunnlaget som kunnskapen hviler på er gjort eksplisitt og synlig (Thagaard 2016, s. 23,11).

Med henblikk på reliabilitet redegjorde jeg tidligere i dette kapitlet for mitt perspektiv på intervjudata som liggende mellom et positivistisk og konstruktivistisk perspektiv; at informanten i sine uttalelser er preget av egne kulturelle og sosiale omgivelser samt at intervjumaterialet ble til i samspelet mellom informanten og meg. Spørsmålet om en annen forsker kunne utviklet det samme kvalitative materiale blir da urimelig. Imidlertid er reliabiliteten styrket ved min redegjørelse for hvordan dataene er blitt utviklet i løpet av forskningsprosessen slik at prosessen fremstår som gjennomiktig/transparent (Thagaard 2016, s. 202). Videre er reliabiliteten styrket ved at jeg etter beste evne skiller mellom primærdata og egne tolkninger. Valget av lydopptaker og transkribering i stedet for å notere underveis gjennom intervjuene, øker muligheten for å skille primærdata fra egne vurderinger og fortolkninger (Thagaard 2016, s. 203).

Vurdering av forskningens validitet knyttes til om resultatene av min forskning er representative for den virkelighet jeg har studert; er tolkningene gyldige i forhold til virkeligheten (Thagaard 2016, s. 204). Igjen er gjennomsiktighet eller transparens sentrale begrep da validiteten styrkes ved min tydeliggjøring av grunnlaget for fortolkningen når jeg har redegjort for hvordan analysen gir grunnlag for de konklusjoner jeg har kommet fram til. Jeg søker å gi kvalifiserte begrunnelser for mine tolkninger og konklusjoner (Thagaard 2016, s. 205) og vurderer om de er sammenfallende eller ikke med resultater andre studier har kommet fram til. Min erfaring som gjest og husfolk ved ulike retreatter vil kunne påvirke min forståelse da tolkningen er utviklet også i relasjon til egne erfaringer. Kjennskap til fenomenet retreat som jeg har studert kan være både en styrke og en svakhet (Thagaard 2016, s. 207).

I forhold til overførbarhet gir nettopp fortolkningen grunnlag for en eventuell overførbarhet innenfor kvalitativ forskning da det stilles spørsmål ved om tolkningen som er utviklet innenfor en bestemt ramme også kan være relevant i andre sammenhenger. Det er forskeren selv som argumenterer for relevansen i en større sammenheng (Thagaard 2016, s. 211). Knyttet til min avhandling kan jeg se en overførbarhet eller generalisering blant annet til artiklene om pilegrimsvandring og retreat i fengsel (Engedal 2011, Kaufman 2017). I en fortolkning av atmosfæren under retreat og pilegrimsvandring har jeg valgt å benytte begrepet «gjestfrihetens spiritualitet» som også har relevans i Engedals og Kaufmans forskning.

5. ANALYSE, PRESENTASJON AV FUNN

I dette kapitlet presenteres empirien som utgjør primærmaterialet i avhandlingen. Presentasjonen av funn viser resultatet av et induktivt og abduktivt analysearbeid. Induktiv ved å bevege meg fra empiri til teori, og abduktiv ved at empiri og teori inngår i et samspill og påvirker hverandre.

I presentasjonen har jeg valgt å benytte flere relativt lange sitater da jeg oppfatter dem til å være sentrale og representative for materialet. Det har også vært av betydning at samtlige informanter skal «kommer til orde». På den måten blir analysen mer transparent.

Presentasjonens struktur følger av tre mønstre og sammenhenger jeg mener å finne i materialet og som oppfattes å være sentrale funn knyttet til å besvare problemstillingen om retreatens spiritualitet og hvordan retreatopphold kan være en ressurs for erfaring av relasjonen til Gud. Presentasjonen er samlet under følgende overskrifter: fra hverdag til hvile, nye erfaringer av Gud, samt; da trer det vesentlige fram.

Innledningsvis presenteres informantene samlet og kort av anonymitetshensyn.

5.1: Informantene

Fem informanter tok kontakt med meg etter å ha deltatt på en av de tre valgte retreatene og fått informasjon om forskningsprosjektet av retreatleder på stedet; fire kvinner og en mann. Informantene har betydelig erfaring med retreat da de samlet har deltatt på over 160 retreatere. Variasjonen ligger fra tre til over 50 retreatere. Flere har en rytme i sin spiritualitet med å reise på retreat årlig. Informantene tilhører ulike kirkesamfunn og blant de fem lever to som ordensfolk, mens en innehar en stilling knyttet til Den norske kirke. Fire forteller om stort engasjement innenfor egen menighet, mens en opplyser å ikke ha noe nært forhold til lokal menighet eller være en aktiv kirkegjenger. Tre informanter sier de kommer fra hjem med kristne foreldre og forteller om kristen oppvekst og oppdragelse, mens to forteller at de ikke har hatt dette. En av informantene oppgir å være søkende til de store spørsmål i livet og har retreat og tro som en av flere innganger til å finne mening til en fornemmelse av å være del av en større sammenheng. En annen av informantene forteller om å være i en fase i livet der det oppleves naturlig å rette fokus mot egenrefleksjon og veivalg. Vedkommende ser retreat som en av flere muligheter til utvidet selvinnsikt.

Da tro og trosuttrykk er svært sensitive tema har jeg i analysen valgt å omtale informantene på ulike måter av hensyn til å ivareta deres anonymitet. De henvises til både som samlet gruppe og som en eller flere informanter. I tillegg har jeg gitt dem fiktive navn: Anna, Bente, Cesilie, Dagmar, Einar.

5.2: Fra hverdag til hvile

Når informantene i denne undersøkelsen skal beskrive hva retreat er, bruker de betegnelser som; «å gå ut av hverdagen», «skru av hverdagen», «trekke seg tilbake». De bruker begreper om retreat som «et fristed» og et sted å gi seg selv «et pusterom». Jeg oppfatter at informantene forteller om en tid og en tilværelse som er svært ulik og på en måte skjermet fra den hverdagen de lever i. De synliggjør en dreining mot en mer kontemplativ tilværelse rettet mot det indre åndelige liv, i kontrast til et resultatorientert og handlingsmettet hverdagsliv, samt en dreining mot en verdiforankring som kan bli litt borte i hverdagen. Jeg vil i det følgende trekke frem noen sentrale tema de er opptatt av.

5.2.1: Et annet fokus.

Dagmar sier det slik om retreat;

Det er godt å ha vel en uke helt borte fra arbeidet og la alt ligge. Retreat er å trekke seg tilbake fra alt annet, og bare oppleve stillhet og åpne seg for Gud. Pakke hverdag og bekymringer ned i en koffert, sette kofferten ved inngangen og si; der kan du stå (...) Det er viktig at vi lar våre bekymringer bli stående ved inngangen og si til Gud; nå gir jeg alt dette til deg, alt som har plaget meg litt, nå kan du ta deg av det.

Jeg oppfatter at Dagmar setter ord på en lettelse over å kunne legge bekymringer fra seg. Hun kan sette bekymringer og plager igjen ved døra i en koffert og gi seg selv litt fri tid. Hun overlater til Gud å ta seg av bekymringene og plagene mens hun er på retreat, samtidig som beskrivelsen hennes kan gi inntrykk av at hun er villig til å ta kofferten med seg igjen når hun forlater retreatstedet. Dagmar gir bilder av å gå over en terskel og inn i noe annet for en periode, å gå ut av en tilværelse og over i en annen samtidig som hun er bevisst returen tilbake. Dagmar synes opptatt av å åpne seg for Gud og jeg får inntrykk av at Gud skal stå i sentrum og ikke hennes bekymringer eller plager som tilhører hverdagen hun nå er gått ut av under tiden på retreat.

Anna gir også en beskrivelse av å være vekk fra hverdagen og dens bekymringer når hun sier; «Alt småtteriet man er opptatt av i hverdagen det er ikke der. Det distraherer deg ikke». Jeg forstår det som at Anna også legger hverdagen og dens oppgaver eller det hun er opptatt av i hverdagen til side. Hun blir ikke distraheret av det som hører hverdagen til når hun er på retreat. Hun utdyper ikke hva hun legger i begrepet «småtteriet», men jeg får inntrykk av at hun vurderer det som ikke så stort eller ikke så viktig i en større sammenheng men at det allikevel tar såpass stor plass i hverdagen at hun ser det som positivt å slippe å bli distraheret av det under retreatoppholdet. Einar sier noe av det samme; «... og ut av den vanlige hverdagstralten som man er i, til en ganske annerledes setting (...) så både jobb og familie

går man ut av på en måte, hvor du liksom har masse vanlige forpliktelser og relasjoner og sånn, som opptar deg». Einar uttrykker som de andre at han blir opptatt av noe annet når han er på retreat. Han synes å kunne gi slipp på forpliktelser og relasjoner knyttet til familien og arbeidsplassen for å gi plass til noe annet, å ha et annet fokus.

Cesilie forteller om retreat på denne måten;

«å trekke seg tilbake fysisk, mentalt og sjelelig (...) vekk fra støy og bevegelser og fordype meg i det som skjer inni meg i møte med det store mysteriet som jeg har likt å kalle det. Trekke meg tilbake for å undre meg over de store sammenhengene, de store spørsmålene i livet».

Hos Cesilie får jeg også inntrykk av et annet midtpunkt i tilværelsen under retreatoppholdet. Dagmar er opptatt av å åpne seg for Gud, mens Cesilie bruker betegnelsen å fordype seg og gå i møte med det store mysteriet. Jeg fornemmer at Dagmar og Cesilie er i berøring av hva Sandra Schneiders omtaler som en involvering knyttet til «sin grunnleggende verdihorisont» (Kaufman & Graff-Kallevåg 2018, s. 30).

Hos Cesilie kommer det tydelig fram at hun vender blikket innover i seg selv og mot en indre dimensjon ved spiritualitet slik vi finner det hos Sheldrake (2005, s. 283), og en kontemplativ spiritualitet som vi finner blant Olsens typologier (2013, s. 28). Jeg oppfatter at hun tydelig kontrasterer retreat og hverdagen slik Bente også gjør når hun forteller om hverdagen;

«Hjemme hos meg selv kan jeg blir så veldig opptatt av at jeg skulle tatt oppvasken, eller gått over golvet eller (...) huske det og huske det. Det er så mye hverdagsliv som griper inn, men når man reiser slik avsides og skrur av hverdagen (...) så er det mye lettere å være helt tilstede, være stille og være i det som er».

Informantene er opptatt av retreat som noe annet enn hverdagslivet. De setter ord på å trekke seg tilbake fra forpliktelser og innhold som hverdagen er fylt av, og som de på ulike måter beskriver som støy og forstyrrelser. På retreat rettes oppmerksomheten mot et fokus og midtpunkt det kan være mer vanskelig å holde fast ved i hverdagen, mens de på retreat lar seg involvere i, og bevisst innretter seg mot noe grunnleggende verdifullt for dem slik Schneiders omtaler det i sin definisjon av spiritualitet (Kaufman & Graff-Kallevåg 2018, s. 30). Og de gir rikholdige beskrivelser av erfaringer som får betydning for dem under retreatoppholdet samtidig som de trekker linjer til livet utenfor retreaten.

5.2.2: En ramme å hvile i.

Informantene beskriver en liturgisk ramme med et fast program og en rytme som gir opplevelse av trygghet og som er god å hvile i. De forteller også på ulike måter om en spesiell atmosfære som de erfarer på retreat. Einar forteller;

«En fast ramme med tidebønn er rammen rundt dagene (...) Programmet er klart, jeg kan bare følge det, og det er liksom mye vennlighet og aksept. En omsorg for hverandre for eksempel ved matbordet der vi sender ulike ting til hverandre uten at vi snakker om det».

Einar beskriver en fast ramme som gir en form for trygghet både i selve utformingen av den, men også fordi han oppfatter strukturen og stemningen som vennlig og omsorgsfull. Jeg oppfatter at han erfarer en gjestfrihet. Han sier han bare kan følge programmet og jeg tolker utsagnet hans som at det er godt å bare følge. Han har ikke noe ansvar eller mulighet til å påvirke, men uttrykker heller ikke noe ønske om å ville det. Jeg får inntrykk av en situasjon der han slipper både å måtte bidra, og han slipper å velge – han kan bare følge, og han finner hvile i det. Det kan synes som han oppfatter at rammen og atmosfæren gjør at han kan lene seg litt tilbake og at han føler seg ivaretatt. Samtidig som han vektlegger noe av det rituelle vi finner innenfor Olsens estetisk/rituell spiritualitet (2013, s. 28) ved å vektlegge blant annet tidebønnene som er ritualer i en fast rytme gjennom dagen og uka. At Einar kan hvile viser at han har integrert retreatens rytme og ramme i egen kropp og kan si noe om at han har erfaring med retreat og «å lande» i en retreatramme.

Cesilie sier:

«(...) varme og kjærlighet, humor, opplevelsen av å være fri. Og det er noe (...) for fellesskapet blir jo veldig viktig for meg, altså at vi gjør noe sammen. Det er veldig mye som er trygt. Det er en slags hvile som også blir en type utfoldelse (...) det er liksom det å bli holdt da, i dette. Den varmen og kjærligheten liksom er med på å trygge grunnen slik at om jeg skulle tråkke utenfor så gjør det ikke noe. (...) Å våge å hengi seg til noe som vi ikke helt vet hva er. Det er noe av det mest modige jeg kan gjøre. Å overgi meg litt sammen med andre. For meg er det liksom på en måte noe av det skumleste jeg kan gjøre».

Jeg oppfatter at Cesilie også snakker om gjestfrihet og en gjestfrihetens spiritualitet. Både Einar og Cesilie knytter erfaringene til emosjoner og følelser i egen kropp slik Meredith McGuire (2005) vektlegger kroppens betydning innenfor spiritualitet. De forteller om kropper som har behov for – og får – hvile, i tillegg til å benevne følelser og emosjoner som

uttrykk for en atmosfære de opplever. Dette er i tråd med McGuires teori om fellesskap beskrevet ved hjelp av kroppen og det sanselige.

5.2.3: Stillhet.

Stillhet og taushet er et tema alle informantene snakker om som vesentlig og viktig i beskrivelsene av hva retreat er. De omtaler det noe ulikt, men samtlige er innom temaet. Anna snakker for flere når hun bruker ordene;

«(...) det er en helt spesiell atmosfære for man er i stillheten. Man snakker bare en gang om dagen med veilederen og snakker ikke med de andre. Og da opplever man gudstjenesten annerledes, for man er mer samlet, mer konsentrert på det vesentlige. Og det du opplever i bønn følger med deg og da fordypes det».

Dagmar er opptatt av det samme når hun sier; «Stillheten (...) og dette møtet med Gud i stillheten gjør ting klarere for en».

Jeg får inntrykk av at informantene opplever stillheten i fellesskapet og det å ikke snakke sammen som en hjelp til fordypelse og klargjøring. At stillheten gir en mulighet til å lytte og erfare på en annen måte enn i hverdagen som er mer preget av plikter og forstyrrelser. At stillheten kan gi en ro, men også samtidig er krevende slik Cesilie forteller om; «Men altså stille? (...) innvendig skjer det jo så mye. Det kommer ting opp fra dypet, og gamle temaer og gamle bilder og gamle minner og det (...) det er ganske krevende».

Stillhet er et viktig element ved retreat på den måten at den gir konsentrasjon, dybde og klarhet for informantene. Samtidig som stillheten også kan være krevende når den ytre støyen i form av snakking og fluktmuligheten ved bruk av mobiltelefon og sosiale medier er vekk. Erfaringen av å være i stillhet, med stillhet og taushet som kroppslige uttrykk, dette å være en del av et taust og ordløst fellesskap synes å være vesentlig for informantene.

5.2.4: Fri for presentasjon og prestasjon.

Samtlige informanter beskriver på ulike måter betydningen av å være flere sammen på retreat selv om man ikke snakker sammen og i liten grad forholder seg til hvem de andre er. Det fremstår tydelig for meg at informantene setter stor pris på å kunne være anonyme og ikke presentere seg eller snakke med andre deltakere under retreaten, samtidig som de mener erfaringen ikke hadde vært den samme uten opplevelsen av fellesskap og å være flere samlet. Det er tydelig at de berører hverandre, at både den enkelte og fellesskapet

berører og berøres. Og et flertall av informantene er tydelig på at de føler lettelse eller frihet ved å kunne være anonym. Bentes valg av ord representerer flere når hun sier;

«Det betyr mye å være i en gruppe av mennesker, men allikevel så handler det om meg og Gud (...) Jeg har ikke ansvar for at de andre skal ha det bra, og de har ikke ansvar for at jeg skal ha det bra. Så det er veldig befriende og avslappende, en veldig uvanlig setting vil jeg si (...). Vi vet fornavnet på hverandre, men det er liksom ikke aktuelt verken å snakke om hvor vi kommer fra eller hva vi holder på med (...) Vi oppfordres til å få lov til å være bare oss selv (...) det er bare i kraft av deg selv du er der. Og det er veldig befriende».

Einar sier det sånn;

«Man blir tatt imot i en veldig åpen og bejaende atmosfære. Uten at en blir møtt med nysgjerrighet som; hvem er nå du? Og hvor er du hen, og (...) man trenger ikke beskrive seg; jeg er sånn, ja – hvorfor er du det? Jo fordi at, ikke sant (...) det slipper man helt både ovenfor de som arrangerer og de andre som er tilstede (...) og det er virkelig godt».

Jeg oppfatter at Einar igjen setter ord på den gjestfrie atmosfæren og erfarer en lettelse og frihet ved å slippe å presentere seg; fortelle hvem han er og hva han står for. Han kan få være helt anonym og jeg tolker det som en lettelse idet det da ikke skapes forventninger til ham. Han trenger ikke oppføre seg på en spesiell måte, eller argumentere på en «riktig» måte for det er verken vesentlig eller interessant hvor han kommer fra, hva han arbeider med, hvor han står teologisk og så videre. Ved å ikke måtte presentere seg eller beskrive hvem man er går man fri av forventninger både fra andre deltakere og retreatledere.

Cesilie sier også noe om betydningen av stillhetsfellesskapet: «Jeg kan jo dra på hytta alene liksom, og det er jo noe helt annet (...) det er ikke det samme».

Opplevelsen av fellesskap synes sterk hos alle informantene og de trekker det fram som helt vesentlig ved retreat at de kan få være i stillhet sammen uten å snakke, samt at de ikke skal presentere seg for hverandre i form av titler og bakgrunn: Hvem eller hva de er i hverdagen er uten betydning og forsterker nok dermed også opplevelsen av at retreat nettopp er noe annet enn hverdagen. Man kan tenke at en kontrast til hverdag er ferie, men Cesilie er tydelig på at det kan være krevende å være på retreat. Selv om hverdagen er pakket sammen er ikke retreat et spaopphold eller fritt for «arbeid». Dagmar supplerer dette når hun sier; «Det skjer veldig mye i ens liv under en retreat. Jeg husker den første retreaten, jeg var så utslitt om kvelden at jeg la meg klokka 8 og sov i 10 timer (hun ler) det er ofte erfaringer som tar på kreftene. Det er jo et indre arbeid og slett ingen ferie». Informantene

sier noe om kroppens behov for hvile og søvn slik McGuire også vektlegger at hun er opptatt av reelle kropper som arbeider, hviler, spiser, drikker og så videre.

Jeg oppfatter at hun og flere andre forteller at retreatdeltakelse er å forstå som et indre arbeid. Selv om man er gått ut av hverdagen og dens krav og forventninger foregår det et annet arbeid som kan være krevende.

En forståelse av dette kan jeg se hos Sheldrake som vektlegger nettopp det indre livet eller «arbeidet» som en ressurs og til å stå i et dialektisk forhold med en mer ytre spiritualitet (2005, s. 283). Olsen (2013, s. 28) bruker begrepet kontemplativ spiritualitet knyttet til et indre åndelig liv konsentrert rundt bønn, meditasjon og kontemplasjon.

Oppsummering:

Jeg finner at informantene i stor grad legger vekt på at dagene på retreat er kvalitativt annerledes enn hverdager. De kan innrette livet sitt mot et annet verdiorientert fokus som er viktig for dem og involvere seg uten at det stilles noen form for krav til å (re-)presentere eller prestere. De er i berøring med Sandra Schneiders definisjon som var en del av mitt teoretiske utgangspunkt til spiritualitet; «erfaringer av å bevisst innrette livet sitt mot og la seg involvere i det den enkelte opplever som sin helt grunnleggende verdihorisont, og som også går utover en selv» (Kaufman & Graff-Kallevåg 2018, s. 30). Informantene er opptatt av *livet*, som Schneiders, *kroppen* som McGuire og *en indre dimensjon av spiritualitet* som Sheldrake. Jeg finner at informantene vektlegger det jeg har valgt å kalle en gjestfrihetens spiritualitet; erfaringer av å bli sett, anerkjent og holdt i et fellesskap med Gud og andre mennesker, fri for roller, masker og forventninger til prestasjon. De maler bilder av hva Fretheim trekker fram når han viser til LVT: fellesskapet mellom mennesker som en arena å erfare Guds omsorg (Fretheim 2015).

5.3: Nye erfaringer av Gud

Når retreatdeltakerne i denne undersøkelsen blir oppfordret til å fortelle om og beskrive sin hverdagsspiritualitet får jeg inntrykk av at det er mer vanskelig for dem å finne ord. Flere stopper lenge opp i stille pauser og mange av dem sier dette er noe de har snakket lite om tidligere og at det er noe svært personlig, hellig og sårbart over temaet. Det gjelder spesielt når de spørres om hvordan de opplever og erfarer relasjonen til Gud – hva og hvem Gud er for dem. Men når samtalen dreier tilbake til retreat, oppfatter jeg at det er enklere for dem å finne ord og fortellinger også om Gud og gudsrelasjonen. Av hensyn til den navngitte sårbarheten og opplevelsen av å snakke om noe hellig og personlig velger jeg å omtale informantene samlet under dette punktet uten å spesifisere hvem som uttaler seg om hva. Jeg bruker «hun» som betegnelse uten at det viser til informantens kjønn.

5.3.1: Gudsbilde i endring

Flere av informantene forteller at deres gudsbilde har endret seg etter erfaringer de har gjort på retreat. At Gud erfares på en ny måte.

En av dem forteller;

«Jeg er oppvokst i en kristen familie, i en veldig streng kristen setting med forestillingen om at det er en far i himmelen. Dette gudsbildet var veldig den strenge dommeren som sitter i himmelen og følger med. Da jeg var 18 år omtrent tenkte jeg at jeg vet hvordan Gud er, så nå må jeg få samlet akademiske meritter for å kunne bevise det. Men altså; mennesket Jesus Kristus er det bildet Gud har gitt oss å ta utgangspunkt i – det kan jeg mere se nå. (...) og når jeg da stopper opp i naturen under retreaten og kjenner på solstrålene (...) da kjenner jeg på Guds godhet (...)»

Jeg oppfatter at informanten her beveger seg fra å beskrive Gud kognitivt til å beskrive Gud på en mer sanselig, emosjonell og kroppslig måte. Erfaringer under retreat kan synes å ha medvirket til at oppfattelsen og erfaringen av Gud har endret seg. Jeg ser det som en radikal endring fra en Gud som beskrives som en streng dommer til en Gud som oppfattes som god i form av solstråler som møter kroppen. Informanten formidler en kroppslig opplevelse av Gud ved at hun rent fysisk på kroppen kjenner en varme som hun oppfatter kommer fra Gud. Et tydelig eksempel på McGuires oppfattelse av en form for sensuell opplevelse knyttet til åndelig virkelighet (2005, s. 125). Informanten knytter den sensuelle følelsen i kroppen til Guds godhet som jeg oppfatter er en polaritet til Gud som streng dommer. Frielingdorf bruker nettopp «kjærlighetens og nådens gud» som en polaritet til «dommerguden» (Farstad 2016, s. 256).

En annen informant beskriver noe av det samme;

«På retreat så, så fikk jeg en mye tydeligere opplevelse av hvem Gud er (...) en mye nærmere opplevelse av det. Jeg visste fordi det står i Bibelen at han elsket meg, og at han holdt løftene sine ut fra en pliktfølelse. Han hadde jo lovt, også gjorde han det. Men gjennom retreat så opplevde jeg jo (hun skjelver i stemmen) at Gud er en Gud som elsker. Og at jeg faktisk elsker Gud. Så når troen på en måte flyttet fra hodet og ned i hjertet så (...) så ble det mye, mye lettere å være kristen. Mye mer glede, mye mer energi, mye mer spenning, mye mer personlig. Retreat er det som har utviklet mitt gudsforhold rett og slett».

Her ser jeg igjen en form for forklaringsmodell som har endret seg fra en kognitiv beskrivelse til en sanselig, emosjonell og mer kroppslig opplevelse eller erfaring. Det sier noe om kroppens betydning for erfaring og det sier noe om kroppens betydning i relasjon både til hvordan vi nærer vår tro og hvordan troen kommer til uttrykk. Informanten gir et bredt og variert bilde av hva som skjer når hun opplever at troen flytter fra en kognitiv og mental tenking til en mer emosjonell og sanselig erfaring av Gud. To andre informanter bruker litt ulike ord men forteller om et ønske eller en lengsel etter å tro, men å tro med hodet gav lite eller ingen mening. Imidlertid er troen styrket når de nå blant annet gjennom erfaringer på retreat kan gi beskrivelser av Gud som et nærvær, eller en støtte, samt emosjonelle og sanselige opplevelse som de begge kan knytte opp mot kjærlighet og en kjærlighet som ikke lar seg beskrive med ord som de uttrykker det. Jeg oppfatter beskrivelsene som konkrete eksempler på sensuelle kroppslige erfaringers betydning knyttet til utvikling av spiritualitet slik McGuire (2005, s. 125) argumenterer for.

5.3.2: Jesusmeditasjon.

Jesusmeditasjon eller bibelmeditasjon er som nevnt i kapitel to en sentral aktivitet på mange retreatere. Flere av informantene trekker fram Jesusmeditasjon som viktig ved retreat og som vesentlig ved erfaringer av Gud.

En av informantene forteller;

«Med Jesusmeditasjonen ble gudsrelasjon annerledes (...) å leve seg inn i og være den som så ned i hodebunnen til Jesus mens han vasket føttene mine – det ble en veldig sterk opplevelse, helt annerledes enn å lese fortellingen fra Bibelen. Da ble Jesus virkelig. Det ble veldig sterkt (...) det ble sterke personlig møter rett og slett. Det er vel Jesusmeditasjonen som har gitt meg mest utbytte i forhold til å lære mer om hvem Gud er. Hva Gud vil i mitt liv (...)»

Igen oppfatter jeg en opplevelse av Gud beskrevet på en sanselig måte; å se ned i hodebunnen på Jesus og få føttene vasket av han, samt opplevelsen av sterke personlige møter. Erfaringen gjøres under Jesusmeditasjonen som et personlig møte/flere personlig møter som har gitt henne ny og bredere informasjon og kunnskaper om Gud. Hun trekker også seg selv inn i bildet og relaterer seg til Gud når hun sier; «hva Gud vil i mitt liv». Jeg forstår det som at informanten opplever at Gud har en spesiell hensikt eller mening med hennes liv og at Jesusmeditasjonen og de personlige og sansende møtene der kan fortelle henne noe om hva Gud har til hensikt i hennes liv.

En annen informant beskriver et møte knyttet til fortellingen om kvinnen som møter Jesus ved brønnen;

«Da sa Jesus til meg; sett deg her ved siden av meg, og så kaster du alt i brønnen. Alt. Og jeg holdt på i tre dager med å kaste i brønnen alt jeg hadde opplevd. Og da var jeg ferdig. Nå er det borte (...) og da kunne jeg gå videre. Det er slike erfaringer man gjør; at til Gud kan du komme med alt. Ja, det glemmer jeg aldri, det var virkelig interessant. Jeg lærte da at til Gud kan jeg gå med alt».

Begge disse beskrivelsene setter ord på informantenes møter med Jesus, at de har vært nær han og opplever seg møtt og sett av han. «Å få bena vasket» og «å kaste i brønnen» oppfatter jeg som sterke sanselige inntrykk knyttet til egen kropp og belyser et møte mellom det fysisk kroppslige og det hellige som jeg finner i McGuires teori og forståelse av kroppens betydning for spiritualitet (2005, s. 121). I den siste fortellingen legger jeg også merke til at informanten beveger seg fra «du» til «jeg». Fra; til Gud kan du komme med alt, til; til Gud kan jeg gå med alt. Erfaringen er personlig og relasjonell. Den gir informanten et redskap å bruke i eget liv.

En informant påpeker hvordan hun har erfart at samme bibeltekst kan berøre henne på ulike måter når hun har gjenopptatt teksten. Hun setter også ord på at samme tekst kan berøre ulike mennesker på ulike måter;

«På noen retreatter samles vi om kvelden og forteller hverandre hva som har gjort mest inntrykk og det er veldig fascinerende med hvor veldig forskjellig det kan være. Samme fortelling og på en måte oppskrift på hvordan Jesusmeditasjonen kan gjennomføres (...) så det er veldig personavhengig hva en får ut av det og ikke (...) Men Jesus møter oss jo der vi er (...) og gir oss akkurat det vi trenger».

Her viser informanten til å delta i lyttegruppe og setter ord på det relasjonelle og personlige i møte med Jesus – at Jesus møter oss der hver og en av oss er i forhold til livet og troen akkurat nå. Jeg fornemmer også en sterk tillit til at Jesus er tilstede for mennesker og møter dem på ulike måter, at Gud har mange språk for å møte oss mennesker.

5.3.3: En nær, personlig relasjon.

Samtlige informanter forteller om og bruker begreper som antyder at de opplever Gud som personlig og nær for dem. At Gud er levende tilstede i deres liv både under og etter en retreat. Beskrivelsen som de gir er ulike, og flere av dem sier det er vanskelig å finne de rette ordene eller gi en god beskrivelse av hvordan de erfarer Gud. En informant setter ord på en usikkerhet på om Gud fins, men forteller om opplevelser av nærvær og en relasjon til noe eller noen, som kjennes som en type ubetinget kjærlighet som overgår alt. En annen sier;

«Jeg satt bare der, og da følte jeg at Gud, at Gud var jo der – og det var helt vidunderlig. Jeg var ikke høyt oppe, jeg satt der og følte at jeg satt der, det var altså (...) som hos buddhister; jeg var tom av meg selv. Og i den tomheten (...) der er Gudsnærværet».

Og fortsetter;

«Etter det er relasjonen til Gud dypere og klarere. Relasjonen ble foredlet liksom, den ble kanskje enda litt tettere. Når forestillingen om Gud forandret seg, blir jeg opptatt av å være troverdig (...) jeg tenker jeg vil leve mitt liv slik jeg føler det, og syns jeg må være ærlig ovenfor meg selv og andre».

Informanten beskriver et vendepunkt i relasjonserfaringen når hun sanset Gudsnærværet i en form for tomhet i seg selv, samt en sterk og positiv indre opplevelse av relasjonen til Gud som frembringer en lengsel etter å leve livet i tråd med opplevelsen og erfaringen av Gud. Erfaringen inspirerer og motiverer til å ville leve sant og troverdig, et liv som speiler erfaringen og relasjonen til Gud.

En annen informant knytter nærværet eller Gud til et rom inni seg;

«Jeg erfarer at Gud er i meg. Det er akkurat som jeg har et rom i meg som jeg kan trekke meg tilbake til – og jeg vet han er der. Et rom inni meg hvor treenigheten bor. Og der kan jeg finne hvile (...) det er et fantastisk vennskap der relasjonen har endret seg med årene og blitt mer avklart. Jeg syns det er enklere nå. Det er et vennskap som har utviklet seg, jeg vet Gud tar vare på meg og jeg kan snakke med han om alle ting. Så det er meget enkelt (...) samtidig opplever jeg at Gud er veldig stor, jeg kan aldri fatte ham. Han er alltid mye større enn jeg kan forestille meg. Og han kan fortsatt overraske meg».

Denne informanten trekker inn begrepet vennskap, mens en annen bruker betegnelsen kjærlighetsforhold. Det er begge relasjonelle begrep som sier noe om vårt forhold til noen. I dette tilfellet til Gud. Det erfares som en kjærlighetsrelasjon og en vennsapsrelasjon. Jeg oppfatter at Gud erfares som fysisk og sanselig nær. Ikke ulikt hva mange kristne mystikere mener å erfare og beskriver. Sheldrake belyser i sin teori forholdet mellom en indre spiritualitet med forankring i mystikken og en ytre spiritualitet knyttet til et aktivt handlingsperspektiv (2005, s. 283) som jeg oppfatter informantene er i berøring med.

En informant er mer konkret i sine beskrivelser og forteller;

«Jesus er det viktigste som fins i mitt liv. Jeg kan gå og småsnakke med Jesus hele dagen. Vi er nære og har en god tone. Det blir bedre og bedre (...) og relasjonen er fortsatt i utvikling. Jeg tror at Gud kan snakke til meg gjennom alt. Gjennom naturen

og opplevelser i hans skaperverk, gjennom hva som skjer med min kropp og mitt følelsesliv (...) og hva som skjer rundt meg. Ja, absolutt alt er en del av opplevelsen. Så jeg må bare lytte og høre hva han har å si meg».

Her trekkes samtalen fram. Informanten småsnakker med Jesus og er opptatt av å lytte og høre hva Jesus ønsker å formidle til henne. Jeg får inntrykk av en vennskapelig setting og en beskrivelse som like gjerne kan omhandle fysiske mennesker når informanten bruker betegnelser som «gå og småsnakke med» og «vi er nære og har en god tone».

Oppsummering:

Jeg finner at informantene gir tydelige og klare beskrivelser av hvordan deres relasjon til – og bilde av – Gud, har endret seg under og etter opphold på retreat og de bekrefter Frielingdorfs teori om menneskets potensiale til en personlig relasjon til Gud. I tillegg uttrykker informantene bilder av prosessen hvor gudsbilder kan endres (2006, 18). Et tydelig funn knytter seg til endringen i beskrivelsene av Gud og gudsnærværet; fra en mental og kognitiv oppfattelse basert på innlærte trosformuleringer, gir informantene varierte og konkrete beskrivelser knyttet til kroppslige og sanselige erfaring av Gud og et gudsnærvær. Disse kan kategoriseres til Olsens betegnelse av spiritualitet som identifikasjonsfaktor; et innenfra-perspektiv knyttet til subjektivitet og personlige beskrivelser av erfaringer og ytringer som blir viktige for egen virkelighetsoppfatning (2013, s. 19). Jeg får inntrykk av at endringen skjer når det som før har vært ord og tanker blir sanselige, emosjonelle og personlige erfaringer som knyttes til fysisk kropp og eget sanseapparat, og jeg opplevde en vesentlig endring i informantenes språkbruk knyttet til tro og trosuttrykk fra gjeldende hverdagen til retreatoppholdet. Den subjektive og personlige erfaringens betydning fra retreatopphold fremtrer som viktig, og jeg finner eksempler på erfaringer knyttet til kropp og sanseapparat og hvordan spiritualitet utvikles gjennom legemliggjort praksis slik McGuire argumenterer for (2005 s.131).

5.4: Det vesentlige trer fram

Knyttet til å erfare en gjenklang, eller om å se et mulig forhold mellom retreatopphold og hverdagsspiritualitet, opplever jeg også informantene som samstemte selv om de på ulikt vis beskriver erfaringer de tar med seg tilbake til troen og livet i hverdagen. Jeg får inntrykk av at retreatoppholdene for dem ikke er enkeltstående «happening» løsrevet fra livet for øvrig, men som en pause, et pusterom, eller som en ladestasjon som Einar reflekterer seg fram til. De er alle svært positive til å delta på retreat, men uttrykker også glede over hverdagen når retreaten er til ende og at de har fått med seg nyttige erfaringer som preger

dem i tiden etter retreaten. Det kan synes som informantene på en ny eller mer nyansert måte kan forbinde troen og livet slik Fretheim (2015) er opptatt av når han bruker benevnelsene det himmelvendte og jordvendte og en tydeligere kobling mellom bønn og arbeid.

Anna sier: «Det du har opplevd i bønn det følger med, og du tenker da uvilkårlig mer på det og fordyper det. Når du kommer ut av retreaten så går det litt med deg og dagene etterpå bli preget av det».

5.4.1: En lyttende holdning.

Mange av informantene trekker fram ulike holdninger eller intensjoner knyttet til oppmerksomhet, varhet og åpenhet som vesentlig når de er på retreat og beskriver hvordan det preger dem også senere. De har erfaringer av en gjestfrihet og en gjestfrihetens spiritualitet som de bringer med seg videre.

Anna fortsetter:

«Under retreaten må man være åpen. Man må gå inn i det som er og legge merke til hva Gud gjør med deg og jeg er mer åpen når jeg kommer ut igjen også. For de andre, for fellesskapet. Og også for samfunnet for øvrig, og hva som foregår der. (...) Ved å øve på åpenhet ovenfor Gud så får man med seg en åpenhet som man også kan ha ovenfor andre. Men det er ikke bare lett».

Jeg oppfatter her at Anna snakker om en holdning av åpenhet, en måte å være tilstede i det som skjer med en innstilling av åpenhet og tilstedeværelse. Hun betegner det som en treningsarena der man kan øve og at øving også trengs. Jeg kan oppfatte at Anna har en mer kontemplativ holdning eller innstilling i hverdagslivet etter retreat. At hun trekker med seg en større åpenhet for Gud samtidig som hun inspireres og motiveres til større åpenhet mot andre.

Cesilie er også inne på det å øve og trene seg i åpenhet og tilstedeværelse i det som er når hun sier;

«Å være på retreat øker, eller styrker evnen eller varheten til å kunne se og legge merke til. Og jeg tror vel kanskje at jeg, mer enn jeg er klar over, praktiserer dette veldig i min måte å leve på. Altså det har blitt en del av min måte å leve på; min livsholdning og min livsanskuelse og mitt syn på mennesker. Det er nok mer integrert i meg med både mer saktehet, mer stillhet, mer blick på andre mennesker og åpenheten for at undere kan skje overalt».

Cecilie trekker her fram tempo, stillhet og varhet som livsholdninger hun tar med seg etter retreat og som gir et annet blikk og en større åpenhet ovenfor andre mennesker og for at undere kan skje. Jeg får inntrykk av at en endring har skjedd sakte og over tid samt at Cecilie får en økt bevissthet om dette i sitt liv under vår samtale. Cecilie sier ikke noe om hva hun oppfatter som undere som kan skje og som skjer, men jeg får inntrykk av at hun har et annet blikk enn tidligere på hva som skjer og kanskje også en annen eller mer nyansert forklaring eller forståelse knyttet til hva som skjer.

Bente; «Det er så mye lettere å la seg påvirke av Gud, på en måte å høre hans stemme. Så retreat er den største ressursen jeg har for hvordan jeg lever min tro». Bente nevner ikke her begrepet åpenhet, men jeg oppfatter at hun er opptatt av det samme som de ovennevnte når hun ordlegger seg med «å høre hans stemme» og hun er tydelig på viktigheten av å lytte. Innenfor ignatiansk spiritualitet er man opptatt av å finne Gud i alle ting og Ignatius' åndelige øvelser som benyttes på mange retreatere er ment som en hjelp til å bli var Gud og Guds nærvær. Bente trekker det så langt som at retreat er den største ressursen for hvordan hun lever sin tro og uttaler tydelig flere ganger under intervjuet et ønske om at troen hennes skal prege alt hun er og gjør inspirert av retreatopphold.

5.4.2: Relasjoner

Flere av informantene forteller om erfaringer av hvordan relasjonen til andre endres når man har vært på retreat. Jeg oppfatter at de snakker om en tilstedeværelse i relasjonen til Gud og en endring i relasjonen til Gud, som gir en annen tilstedeværelse knyttet til mennesker de har rundt seg i hverdagen etter retreat.

Einar trekker fram ikonet som fremstiller den treenige Gud (Treenighetsikonet skapt av Andreas Rublijov ca 1360 til 1430) og knytter det opp mot både åpenhet og relasjon. Han forteller;

«Vi brukte treenighetsikonet hvor Gud er relasjon (...) det er kjempeviktig. Kjemperrelevant og kjempeviktig og riktig, nettopp at treenigheten, de 3 personene som sitter ved det bordet symboliserer den åpenheten. Man er invitert inn i fellesskapet, ikke sant, og betrakteren fyller egentlig den siste plassen ved bordet. Sånn kan jeg forholde meg til Gud nå etter retreaten; han er den som inviterer meg og aksepterer meg og er i relasjon (...) og det har da igjen betydning for hvordan jeg lever i relasjon med andre mennesker og hvordan jeg lever med skaperverket for å bruke et sånt bibelsk ord».

Einar fortsetter å snakke om hvordan han opplever seg invitert inn i gudsrelasjonen nå og gir eksempler på hvordan han oppfatter at dette preger hans syn på og involvering i relasjoner til de rundt seg; familie, kolleger, dyr og natur. Det kan oppfattes som at han ser relasjoner til andre som endret eller av en annen kvalitet etter å ha opplevelser av å være i en kvalitativt annerledes og nærere relasjon til Gud, og i erfaringen av å være invitert inn i en tydelig relasjon til Gud.

Anna forteller om det samme, men bruker litt andre ord;

«Du blir mere, hva skal jeg si (...) jeg merker at jeg ser mer når de andre trenger meg, jeg blir mer lydhør for de andre. For eksempel i en samtale; noen ganger er man ikke helt med og vet allerede svaret man skal gi tilbake, men etter retreat er det annerledes; jeg kan høre på de andre, hva er poenget i samtalen, hva er det den andre egentlig sier, hva er det hun vil si meg – du blir mer obs på det».

Jeg oppfatter at Einar og Anna her gir et tydelig budskap om hvordan retreat kan være en ressurs for måten vi omgås andre mennesker etterpå. At erfaringen av relasjonen til Gud bringer noe positivt med til andre relasjoner som vi omgir oss med. Troen preger vårt forhold til våre medmennesker som bekreftes av Frielingdorf og hans poeng om hvordan indre gudsbilder danner mønstre av følelser, tanker og atferd, og at endring av gudsbilde vil kunne medføre endringer tanke- og handlingsmønstre.

Cesilie trekker fram relasjonen til familien; «Jeg kommer veldig ofte hjem med mye kjærlighet, altså til mine nærmeste (...) og jeg blir klar over hvor viktig det er for meg det aller viktigste».

5.4.3: Tydeliggjøring

Nesten alle informantene forteller om eller bruker begreper jeg forbinder med tydeliggjøring som et felles tema de er opptatt av. De forteller om ulike erfaringer som gjør at en situasjon eller en relasjon fremstår som tydeligere eller klarere for dem.

Bente sier;

«Retreat er det som på en måte har utviklet mitt Gudsforhold, rett og slett. Det er tydelig for meg at det har endret seg fra plikt til glede, fra et pliktløp via en lengsel til

en tilfredshet etter retreat. Når jeg kommer hjem så har jeg fått mer energi og jeg er mer avslappet. Jeg er mindre trøtt og mer oppladet, det er helt tydelig».

Cesilie forteller at retreat hjelper henne ved at;

«Jeg får nye innsikter og nye spor og nye bekreftelser både på hvor jeg befinner meg i mitt eget landskap, og det kan jo ofte være veldig viktig for å vite hvor du skal gå videre (...) at du vet hvor du er. Jeg synes jeg har fått større klarhet i, og mere sortering i det som gir glede og det som tar krefter, og at veien min blir tydeligere videre».

Jeg oppfatter at Cesilie her trekker fram at hun får hjelp til livsmestring og selvinnsett. At å vende blikket innover i en mer kontemplativ holdning gir hjelp til å finne ut av seg selv og livet sitt ved at en indre prosess er en ressurs til et ytre liv slik Sheldrake formulerer det.

Dagmar trekker blant annet fram den åndelige øvelsen discernment – å skjelne (En sentral øvelse innenfor ignatiansk spritualitet) som en viktig ressurs for hverdagslivet og hverdagsspiritualiteten;

«Retreat og discernment er veldig viktig ved valg vi må ta, når vi skal velge riktig. At man får tid til å tenke over det, og virkelig sette seg inn i den prosessen, for å finne ut og se med Guds øyne på situasjonen – hva ville Jesus ha gjort i denne situasjonen tro? (...) og det er jo ikke alltid at vi forstår Guds plan. Han er så stor og han har en plan, og jeg må ha hjelp til å se hva han planlegger for meg».

5.4.4: Det vesentlige trer fram

Som en forlengelse av tydeliggjøring finner jeg plass til et siste tema som jeg oppfatter informantene å være opptatt av. «Det vesentlig trer fram» er et uttrykk fra en informant, og kan etter min oppfatning være en samlet overskrift på hva informantene trekker fram som helt vesentlig for dem i forholdet mellom retreat og hvordan troen leves i hverdagene etterpå.

Anna sier; «For det som er viktig er jo å være åpen for at Gud kan forvandle noe – han kan forvandle deg. I kjærlighet. Og det er viktig da å være åpen (...) når du går inn i retreaten så vet du jo ikke hvordan du er når du kommer ut igjen. Og det skal du ikke vite heller».

Jeg oppfatter at Anna går inn i retreaten med en åpenhet og et ønske om at Gud skal vise henne noe eller gjøre noe med henne, noe av betydning - noe vesentlig. Hun bruker

begrepet «forvandle» og jeg oppfatter at noe skal endres. At en forvandling skal finne sted og det vesentlige komme mer fram. Anna viser en stor tillit til Guds evne til å forvandle henne under en retreat når hun ordlegger seg med at hun ikke skal vite på forhånd hva som skal skje oppfatter jeg.

Bente trekker fram relasjonen til Jesus; «Etter retreat er troen min en relasjon. Det har mye å bety for måten jeg erfarer verden på og hverdagen på, problemer og utfordringer, gleder og i forhold til alt. Når jeg skal fortelle om mine erfaringer så er jo Jesus en del av det, og det er vesentlig».

Her oppfatter jeg Bente til å vektlegge relasjonen til Jesus som vesentlig i forhold til hennes hverdagsliv etter retreat. At hennes gudsbilde og relasjon til Jesus har endret seg har skapt endringer også i livet for øvrig.

Einar snakker om at han etter retreat kan senke skuldrene;

«(...) og ikke måtte, gjør sånn og slik og you name it, men heller hvile i det som er. (...) Ved hjelp av retreat kan jeg tenke at; Gud klarer seg helt fint han (Einar ler), det er ikke opp til meg å måtte gjøre, måtte, måtte, måtte. Men *det* jeg gjør, morgenandakt og syngende sanger, være i fellesskap, be og tenne lys – jeg blir styrket av å være på retreat og jeg ser mer verdien og gleden i det jeg allerede gjør. Jeg kan hvile i en trygghet av at jeg er elsket (...) og det tror jeg jo og det håper jeg jo vil prege meg i alle settinger».

Einar opplever at hans hverdagsspiritualitet blir styrket og får større betydning ved hjelp av retreat. Hvordan han uttrykker sin tro får større betydning og blir mer verdifullt for han. Einar trekker i motsetning til de andre fram et perspektiv hvor erfaringer fra retreat fører til en mer avslappet holdning til egen aktivitet. Han trenger ikke prestere for Gud, og igjen trekker han fram at han nå kan hvile i det som *er*, i en ubetinget kjærlighet som ikke stiller krav eller forlanger prestasjoner.

Flere andre informanter trekker også fram erfaringen av å føle seg elsket. Cesilie sier det sånn; «(...) å stole på at han ser ut som han vil ha meg. Jeg føler meg på en måte litt styrket som menneske, sånn som jeg er og det jeg ikke er. Og jeg er liksom trygg da, at det er helt greit. Det er en veldig sånn oppklaring altså; det fremkommer det som er det vesentlige». Cesilie er tydelig på at retreat styrker henne som menneske og hun trekker fram trygghet og tillit til at retreat kan hjelpe henne og finne fram til det vesentlige i livet og troen.

Jeg innledet analysekapitlet med å referere til Dagmar og hennes bilde av å sette fra seg kofferten med hverdag og bekymringer ved inngangsdøra når hun deltar på retreat. Dagmar kommer senere under intervjuet tilbake til kofferten og sier;

(...) og når man har lagt spørsmål og alt til side så, på slutten av retreaten så vet man hva man skal gjøre. Uten at man har beskjeftiget seg med det, uten at det har vært hovedsaken i mine betraktninger. Men i møte med Gud, i møte med det ukjente blir noe klart og jeg har tenkt; ja, jeg skal gjøre det ja.

Igjen en tillit til Gud og et syn på at retreat kan være en ressurs for både troen og livet generelt slik jeg oppfatter Dagmar. Noe vesentlig har kommet tydelig fram for henne i møte mellom det himmelvendte og det jordvendte og bidrar til en endring av holdning eller handling i møte med hverdagens utfordringer og relasjonene vi der er en del av.

Oppsummering:

Jeg finner at informantene gir et bredspektret uttrykk for hvordan de opplever forholdet mellom retreat og spiritualitet. De setter ord på ulike erfaringer som har overføringsverdi til hverdagslivet og beskriver en spiritualitet knyttet til kroppens alle sanser (Kaufman 2013, s. 156, McGuire 2005, s. 131) som samlet gir et mangfoldig bilde av retreat som ressurs for spiritualitet. Informantene erfarer at noe de oppfatter som vesentlig trer tydeligere fram for dem i løpet av retreatoppholdet. Indre opplever og erfaringer oppfattes som en ressurs knyttet til et handlingspreget hverdagsliv (Sheldrake 2005, s. 285) der retreat bidrar til livsmestring.

6. DRØFTING OG KONKLUSJON

I dette kapitlet vil jeg drøfte funn fra datamaterialet i lys av teori og tidligere forskning for å besvare problemstillingen. Teorien er redegjort for i kapitel 3, mens jeg i innledningen posisjonerte mitt arbeid i relasjon til tidligere forskning. Empirien fremgår av analysen i kapitel 5. Med utgangspunkt i mitt materiale bestående av fem transkriberte dybdeintervjuer vil jeg drøfte hva som kjennetegner den spiritualiteten informantene erfarer i retreat og belyse hvordan retreatopphold kan være en ressurs knyttet til gudsbilde og relasjonen til Gud. Det bidrar til å besvare avhandlingens problemstilling: Hva kjennetegner retreatens spiritualitet, og hvordan kan retreatopphold være en ressurs for måten den enkelte erfarer relasjonen til Gud på. Med utgangspunkt i analysekapitlets tre oppsummeringer struktureres drøftingen til tre hovedtema: en gjestfrihetens spiritualitet, en kroppsnær spiritualitet med forståelse av kroppen som kontaktflate med Gud, i tillegg til; når det vesentlige trer fram. De tre henspiller på problemstillingens to ledd og en sammenfatning av retreat som ressurs for hverdagsspiritualitet.

6.1: Gjestfrihetens spiritualitet

Materialet i denne avhandlingen viser at retreatopphold erfares som å være i en atmosfære av vennlighet og aksept, en gjestfrihetens spiritualitet preger tiden, stedet og menneskene. Informantene erfarer seg sett, møtt, ivaretatt og verdsatt og de forteller om å kunne hvile i en form for overgivelse til det som er og det som skjer under retreatoppholdet. Ved å se til «Ressursbok fra retreatbevegelsen» (brukt i kapitel 2 om kristen retreat), finner jeg at et vesentlig poeng ved retreat nettopp er å trekke seg tilbake fra hverdagen og søke hvile. I lys av et økumenisk perspektiv kan man være del av et fellesskap av troende mennesker uavhengig av kirke- og menighetstilhørighet der det ikke har betydning å diskutere eller utveksle meninger knyttet til tro og teologi (Grønvik 2005, s. 17). *Fristed og pusterom*, slik informantene benevner retreatopphold, kan knyttets til å få være anonym og likestilt med andre i en posisjon kjennetegnet av å være fritatt for (re)-presentasjon og prestasjon slik man er opptatt av også innenfor pilegrimstradisjonen. I Leif Gunnar Engedals materiale som omhandler innsatte på pilgrimsvandring mot Nidaros, finner vi igjen beskrivelsene av vennlighet og «en sterk opplevelse av å være anerkjent og verdsatt» (2011, s. 66). Informantene i hans undersøkelse legger også vekt på en gjestfrihetens spiritualitet. Knyttet til å få være *pilegrim* uten ytterligere presentasjon og krav til prestasjon i møte med andre pilegrimer og vertskap underveis på vandringen, erfarer de et fristed eller pusterom preget av gjestfrihet.

En annen mulig forklaring på opplevelsen av gjestfrihet kan knyttes til ignatiansk spiritualitet som i stor grad legger vekt på den personlige erfaringens betydning (Kaufman 2013, s. 154), og som inviterer til å ta på alvor og gi verdi til subjektive erfaringer. Kan det være slik at vennligheten og aksepten informantene opplever å møte, samt invitasjonen til å vie

oppmerksomhet mot egne erfaringer bringer med seg et mindre fokus mot andres erfaringer og sammenligning av erfaringer? Eller kan det tenkes at stillhet og taushet som et av retreatens varemerker vanskeliggjør prestasjon og sammenligning og derfor bidrar til opplevelsen av gjestfrihet?

Fordi retreatopphold i liten grad inneholder tradisjonell forkynnelse og undervisning, kan retreatens spiritualitet vanskelig karakteriseres som en verbal og rasjonell spiritualitet med henblikk på Harald Olsens typologier (2013, s. 28). Derimot finner jeg i mitt materiale tydelige kjennetegn knyttet til både kontemplativ, estetisk/rituell og i noen grad også karismatisk spiritualitet da det indre, det vakre og det rituelle blir tillagt vekt, noe som kan skape rom for emosjoner og et rikt følelsesliv. I et fravær av mange ord og tradisjonell forkynnelse, med en rituell liturgi hvor det er ryddet betydelig plass til stille bønn og refleksjon, finnes kanskje opplevelsen eller erfaringen som fremhever det estetiske og/eller det karismatiske som dimensjoner ved spiritualitet. Som Einar sier det; «få sanseinntrykk gir sterke inntrykk og blir veldig sanselig (...) det er det viktigste som blir igjen på en måte (...)».

Informantene i denne avhandlingen legger vekt på tid og rom til et annet fokus som kjennetegn ved retreat og dens spiritualitet. Som i Sandra Schneiders definisjon av spiritualitet finner de mulighet til å rette oppmerksomheten mot *en verdihorison* det kan være vanskelig å rydde tid og plass til i hverdagen (Kaufman og Graff-Kallevåg 2018, s. 30). Med et samlet og underliggende uttalt fokus mot Gud, oppfatter jeg verdihorisonen informantene vektlegger til å ligge innenfor kristen spiritualitet – i den innerste av sirklene i Kaufmanns modell (2011, s. 31). Det til tross for at en informant velger å bruke betegnelsen *det store mysteriet* (side 34) som det hun er opptatt av, og i en annen sammenheng uttrykker en informant at hun er usikker på om Gud fins, men hun forholder seg til en ubetinget kjærlighetskraft. En informant trekker også inn paralleller til buddhistisk spiritualitet og sammenligner sin kristne bønn og meditasjon med buddhistisk meditasjons mål om å bli tom (side....). Selv om dette kan oppfattes som kontraster og kanskje motsetninger til en kristen spiritualitet, oppfatter jeg materialet til å ligge innenfor McGuires definisjon som *levd religion* og kan ses i sammenheng med hva McGuire betegner som kroppslig erfaring knyttet til en åndelig virkelighet (McGuire 2005, s. 118,125). I Engedals materiale synliggjør han hvordan kirkerommet og prestens medvirkning som verdihorison har stor betydning også for en muslimsk troende og en ikke-religiøs humanist (Engedal 2011, s. 68). Det som synes å være av betydning i materialene, er en spiritualitet hvor fokus rettes mot noe som oppfattes som grunnleggende verdifullt og knyttet til sentrale verdier, men som av ulike grunner blir litt borte eller ikke har en sentral plassering i en hektisk hverdag. Retreatens og pilegrimsvandringens spiritualitet preges mer av en verdiforankring og inviterer til erfaringer og refleksjon knyttet til dette. Kanskje kan det være enklere å dvele litt ved sitt verdigrunnlag og bli preget av det i en tilrettelagt ramme av gjestfrihet? At retreatdeltakere

på lik linje med pilegrimer preges av og reflekterer rundt sin verdihorizont kan være et bidrag og en ressurs for hverdagens spiritualitet knyttet til det ovennevnte materialet slik jeg ser det.

Som en kontrast eller nyansering til en noe «søtladet» gjestfrihetens spiritualitet, vil jeg trekke fram informantenes oppfattelse av retreatopphold også som krevende og til tider smertefullt (sidetall, stillhet + Dagmar som sover mye). Stillhet og taushet blir i hovedsak benevnt som goder, men kan også bli vanskelig knyttet blant annet til å ikke kunne flykte inn i «smaltalk», tv/radio samt bruk av mobiltelefon og sosial medier. I retreatens spiritualitet ligger en oppfordring til å ikke bruke telefon, og nett-tilgangen på mange retreatsteder er med hensikt dårlig. Virve Tynnemark påpeker stillhetens dobbelthet og vektlegger viktigheten av mulighet for sjelesorgssamtaler og åndelig veiledning under retreatere (2008, s. 218). Jeg har tidligere vist til Cesilie som forteller at i den ytre stillheten kan hun bli urolig innvendig; «det kommer ting opp fra dypet, og gamle temaer og gamle bilder og gamle minner og det (...) det er ganske krevende» (side 37). I Kaufman og Engedals materiale kommer dette enda tydeligere fram når innsatte med langtidsdommer for blant annet vold, drap og narkotikahandel tar tilbakeblikk på eget liv gjennom en selvreflekterende prosess (Kaufman 2017, s. 30, Engedal 2011, s. 69).

6.2: En kroppsnær spiritualitet - kroppen som kontaktflate med Gud

Knyttet til informantenes erfaringer av Gud og hvordan de beskriver sitt gudsbilde vil jeg løfte frem to forhold: betydningen av å erfare den treenige Gud gjennom kroppen og kroppens sanseapparat, samt endringsperspektivet som ble tydelig i materialet. Slik vil jeg belyse og drøfte hvordan retreatopphold kan være en ressurs for måten den enkelte erfarer relasjonen til Gud på.

Kroppslige og sanselige erfaringer er av betydning for økt mental bevissthet om gudsrelasjon og eget gudsbilde ifølge mitt datamateriale. Informantene redegjør for erfaringer knyttet til å se, høre og kjenne Jesus – subjektive kroppslige og sanselige erfaringer som fortolkes til å være erfaringer av den treenige Gud. Dette er mulig ved å se til ignatiansk spiritualitet som inviterer til en sanselig spiritualitet hvor man oppfordres til å ta på alvor og nettopp legge vekt på de subjektive personlige erfaringene slik Kaufman beskriver det som en «sanselighetens spiritualitet» og «en spiritualitet for alle sanser» (2013, s. 156). I retreatens spiritualitet ligger en sterk invitasjon til å erfare Gud med hele kroppen og la kroppen være en kontaktflate mot Gud eller en kontaktflate med Gud (Malm 2017, s. 38). Jesusmeditasjonen har en sentral plass i ulike retreatprogram og er et godt eksempel på en

slik invitasjon, og nettopp en aktivitet som informantene trekker fram har vært viktig for dem.

En annen mulig forklaring finner vi hos McGuire og hennes vektlegging av nettopp den menneskelige kroppen. Kroppen som kan være underernært, veltrent, tykk eller smal – den reelle fysiske kroppen uavhengig av funksjonsnivå - knyttes til erfaringene av Gud og til spiritualitet som legemliggjort praksis; spiritualitet som integrert i, og utøvd av, den kroppen vi har (McGuire 2005, s. 131). Jeg oppfatter informantene til å beskrive nettopp kroppen som kontaktflate og en form for hellig rom når blant annet varmen fra sola mot kroppen (side 39) tilskrives en erfaring av Gud og Guds godhet, i tillegg til å beskriv Gud med tilhold i et rom inni seg (side 41) eller å være fylt av Gud (side....) – konkrete bilder av kroppen som kontaktflate eller et hellig rom og en møteplass eller en kontaktflate mellom Gud og mennesket slik jeg forstår dem.

McGuire legger til at vi deltar i og erfarer fellesskap med kroppen, og i beskrivelser av fellesskap bruker vi også benevnelse knyttet til kropp ifølge henne. Hun trekker frem et eksempel med å erfare fellesskap som en omfavelse (2005, s. 120). Jeg gjenfinner det i tillegg innenfor diakonal spiritualitet der Fretheim viser til et syn på at fellesskap mellom mennesker kan være et sentralt sted å erfare Guds omsorg: Jeg forstår han som å gi støtte til et syn på kroppens sentrale plass i et fellesskap og Guds omsorg erfart i et kroppslig fellesskap. Det gir gjenklang til forståelsen av kroppen som kontaktflate mot Gud slik jeg forstår det. Informantene både i Engedals og mitt materiale understreker fellesskapets betydning for dem, at det er av avgjørende betydning å erfare eller oppleve noe *sammen*. De opplever å være del av det samme. Uten at jeg finner konkrete eksempler på en verbalisering av dette knyttet konkret til kropp, mener jeg det fins belegg for å hevde at de fornemmer vennligheten og omsorgen, gjestfrihetens spiritualitet, som å erfare Gud.

Flere informanter er opptatt av at deres gudsbilde har endret seg eller nyansert seg under eller etter retreatopphold. Endringen er knyttet til en dreining fra en mer kognitiv og mental beskrivelse til en sanselig, emosjonell og kroppslig beskrivelse og oppsummeres av en informant til «når troen på en måte flyttet fra hodet og ned til hjertet (...)». Hun beskriver et tydelig vendepunkt i sin tro når hun fortsetter «(...) så ble det mye, mye lettere å være kristen». Informanten forteller om mer glede, spenning og energi, og trekker fram at relasjonen også ble mer personlig. Her oppfatter jeg at informanten bekrefter Karl Frielingdorfs teori om menneskets potensiale til en personlig relasjon til Gud (2006, s. 19). I tillegg gir informanten her et tydelig bilde på det Malm er opptatt av når han hevder det er i møte med Guds godhet at det kan skje dype forandringer i mennesket (2018, s.39). At troen flyttes til hjertet oppfatter jeg til å omhandle godhet og nettopp en positiv og indre opplevelse av Gud. En dreining fra en kognitiv redegjørelse til en emosjonell og subjektiv erfaring gir inntrykk av at erfaringen har vært en ressurs til erfaringen av Gud.

Ved en endring av gudsbilde følger en endring av tanker og oppfatninger knyttet til hvordan vi forholder oss til Gud, oss selv og omverdenen ifølge Frielingdorf. Når det i retreatens spiritualitet ligger en sterk invitasjon til å nærme seg Gud inviterer også retreaten til en refleksjonsprosess som Frielingdorf hevder kan endre eller gi et mer nyansert bilde på Gud (Frielingdorf 2006, s. 19).

6.3: Når det vesentlige trer fram

Informantene i mitt materiale trekker alle fram hvordan noe vesentlig i livet blir mer tydelig eller klarere for dem knyttet til retreatoppholdet og retreatens spiritualitet. Hva som er eller blir vesentlig, varierer fra person til person, og de har erfart at det kan variere fra retreat til retreat hva som melder seg som viktig eller vesentlig. Jeg finner det som en representasjon ved retreatens spiritualitet for informantene i denne avhandlingen idet de er svært entydige på *at* det skjer og at det er av *vesentlig* karakter det som trer frem.

Fra Kaufmans artikkel byggende på forskningsmaterieell knyttet til Kumla fengsel (2017) finner jeg gjenklang for at det innenfor retreatens ramme og spiritualitet ligger til rette for at noe vesentlig trer fram. Kaufman vektlegger de åndelige øvelsene (fra Ignatius av Loyola) som vesentlige, og er opptatt av hvordan deltakerne (innsatte) med hjelp av retreatens spiritualitet får verktøy som blir betydningsfulle i en refleksjonsprosess over eget liv. Når det vesentlige kommer fram hos retreatdeltakerne i Kumla, handler det blant annet om å finne indre fred og mening i livet. I tillegg handler det om en motivasjon til å bedre relasjoner til nære familiemedlemmer og et håp for framtiden (Kaufman 2017, s 22). For meg fremstår disse temaene som svært vesentlige og betydningsfulle.

At noe vesentlig trer fram som en del av eller et resultat av retreatens spiritualitet finner jeg hold for også hos Philippe F. Sheldrake (2005). Han tematiserer forholdet mellom en indre og ytre dimensjon ved spiritualitet og hevder indre erfaringer kan være en viktig ressurs for, og gi perspektiver til ytre handlinger eller et ytre liv (2005, s. 285). Jeg forstår Sheldrake som å mene at den indre dimensjonen ved spiritualitet og ved mennesket kan fungere som en rettleider eller veiviser til hvordan vi kan manøvrere i livet vårt. «på slutten av retreaten så vet man hva man skal gjøre» som Dagmar uttaler det (side 48). Når Sheldrake knytter an til det indre (*interior*) bygger han blant annet på Augustin som er opptatt av Kristus som boende i vårt hjerte, samt forbundetheten mellom mennesker med tilhold i hjertet (2005, s. 284). Jeg oppfatter det til å være en forklaringsmodell for hvordan noe vesentlig kan tre frem under et retreatopphold med et betydelig fokus innover til den indre dimensjonen ved spiritualitet. Det gir også mening i lys av Sheldrakes oppfatning av indre og ytre som to

komplementære dimensjoner i mennesket som opptrer i samspill og i et dialektisk forhold til hverandre (2005, s. 286).

Ved å se til andre forskningsprosjekt er Torunn Nateland og Mari Thoresen i sin masteravhandling tydelige i sin konklusjon på retreat som ressurs til diakoners spiritualitet ved å vektlegge kontemplativ bønn som del av retreatens spiritualitet; stillhet og bønn er blitt en naturlig og sentral del av deres diakonale arbeidshverdag» (2012, s. 99). Jeg oppfatter det til å være en eksemplifisering av både forholdet mellom den indre og ytre dimensjon av spiritualitet, og hvordan retreatens spiritualitet kan virke som en ressurs til livet og troen når retreaten er avsluttet.

Denne avhandlingens tematikk omhandler retreat og spiritualitet knyttet til en nysgjerrighet på retreatens spiritualitet og retreatens etterklang som man bærer med seg hjem etter endt opphold. Avhandlingens størrelse og mitt valg av forskningsdesign tatt i betraktning gir klare begrensninger og lite grunnlag for å trekke vidtgående slutninger, men kan gi en indikasjon på hva som kjennetegner retreatens spiritualitet i tillegg til å initiere til videre forskning på feltet. Slik jeg oppfatter det vil ytterligere forskning knyttet til retreat og spiritualitet være faglig interessant knyttet til diakoniens arbeid og arbeidsområder. Plan for diakoni i Den norske kirke bekrefter menneskers behov for stillhet, hvile og langsomhet og benevner nettopp retreat som en måte å gå i møte med dette. Denne avhandlingen er et bidrag til større forståelse til retreatens spiritualitet og måte å gå i møte med mennesker i behov av stillhet, hvile og langsomhet. En gjestfrihetens spiritualitet vil etter min vurdering være interessant for diakoniens vektlegging av at nettopp gjestfrihet skal kjennetegne diakoniens fellesskap (Jordheim 2009, s. 21).

For å oppsummere avhandlingen velger jeg å vektlegge; Med utgangspunkt i mitt begrensede materiale vil jeg hevde at å bli sett, møtt, anerkjent og verdsatt av andre mennesker og av Gud kvalifiserer til en gjestfrihetens spiritualitet, og ved i tillegg å se kroppen som kontaktflate med Gud skapes situasjoner karakterisert som «når det vesentlige trer fram». Blant «det vesentlige» trekker informantene i denne avhandlingen fram at retreat er en ressurs for livsmestring og tro, særlig knyttet til personlige og sanselige erfaringer av Gud og en nyansering av Gudsbilde til i større grad å være preget av Frielingsorfs sunne gudsbilder (Farstad 2016, s. 256).

I en ramme av retreatens gjestfrie og kroppsnære spiritualitet, finnes erfaringer karakterisert til «når det vesentlige trer fram».

LITTERATURLISTE

Engedal, Leif Gunnar (2011): Fra fengselscelle til pilegrimsvei. En empirisk undersøkelse av innsattes pilegrimserfaringer. I *Halvårsskrift for Praktisk Teologi*, nr 2, s. 59-73.

Farstad, Marie (2016): *Skam. Eksistens, relasjon, profesjon*. Oslo: Cappelen Damm AS

Fretheim, Kjetil (2015): Diakonal spiritualitet – solidaritet med historiens underside i *Tidsskrift for praktisk teologi*, 32(1), s. 28-39

Frielingdorf, Karl (2006): *Seek the face of God*. Notre Dame: Ave Maria Press

Gilje, N. og Grimen, H. (2013): *Samfunnsvitenskapenes forutsetninger. Innføring i samfunnsvitenskapenes vitenskapsfilosofi*, Oslo: Universitetsforlaget

Graff-Kallevåg, K. & Kaufman, T.S. (2018): *Spiritualitet i kirkens trosopplæring*, i Graff-Kallevåg K. & Kaufman, T.S. (red.), *Byggekløss-spiritualitet? En studie av spiritualitet i Den norske kirkes trosopplæring* (s. 8-24), Oslo: IKO-forlaget

Grønvik, Knut (2005): Vi skal også leve med Ham, i Grønvik, K. (red.), *I stillhet og tillit. Ressursbok fra retreatbevegelsen* (s. 9-32), Oslo: Verbum Forlag

Hansson, Mats J. (2008): Diakoni – teologisk reflexion, i Blennberger, E. og Hansson M.J (red.) *Diakoni – tolkning, historik, praktik* (s. 29-64), Stockholm: Verbum Förlag AB

Haugås, Haldis Venke (2012): *Himmel-nært og jord-vendt. En studie av bønn og stillhetsarbeid i den diakonale tjeneste og i de lokale diakonale planer*, Oslo: Diakonhjemmet Høgskole

Johannessen, A., Tufte, P.A. & Christoffersen, L. (2016): *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode*, 5.utg. Oslo: Abstrakt forlag

Johannessen, Kai Ingolf (2009): Diakonitjenestens plass i kirken, i Johannessen, K.I, Jordheim, K. & Korslien K.K. (red.), *Diakoni – en kritisk lesebok* (s. 29-43), Trondheim: Tapir Akademisk Forlag

Jordheim, Kari (2009): Plan for diakoni i Den norske kirke – en presentasjon, i Johannessen, K.I, Jordheim, K. & Korslien K.K. (red.), *Diakoni – en kritisk lesebok* (s. 13-28), Trondheim: Tapir Akademisk Forlag

Kaufman, Tone Stangeland (2011): *A New Old Spirituality? A Qualitative Study of Clergy Spirituality in the Nordic Context*. Church of Sweden Research Series

Kaufman, Tone Stangeland (2013): Ignatiansk spiritualitet for lutherske prester? Jakten på en mer erfaringsnær spiritualitet, i Sæther, K-W. (red.) *Kristen spiritualitet. Perspektiver, tradisjoner og uttrykksformer*, (s. 147-166), Trondheim/Oslo: Akademika forlag

Kaufman, Tone Stangeland (2015): Normativity as Pitfall or Ally? Reflexivity as an Interpretive Resource in Ecclesiological and Ethnographic Reserch, i *Ecclesial Practices – Journal of Ecclesiology and Ethnography*, Volume 2, Issue 1, (s. 91-107).

Kaufman, Tone Stangeland (2017): Old Practices in New Places: Breaking Violence through Ignatian Exercises in a Swedish Maximum Security Prison, i *Spiritus, a Journal of Christian Spirituality*, 17 (s. 20-39)

Kaufman, T.S & Graff-Kallevåg, K. (2018): Hva er da spiritualitet? i Graff-Kallevåg, K. & Kaufmann T.S. (red.), *Byggekloss-spiritualitet? En studie av spiritualitet i Den norske kirkes trosopplæring*, (s. 26-47), Oslo: IKO-forlaget

Kirkerådet (2008): *Plan for diakoni i Den norske kirke*

Krogh, Thomas (2014): *Hermeneutikk. Om å forstå og fortolke* (2.utg.) Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS

Lia Gård, liagard.no

Lindekleiv, Heidi Marie (2018): Dahls skjulte kilde, i *STREK*, nr 3/2018, s. 8-21

Malm, Magnus (2018): Hvordan smaker det innenfra?, i *STREK*, nr 3/2018, s 36-43

Martin SJ, James (2016): *Å finne Gud i alle ting*. Oslo: St.Olav forlag

Mases, Per (2008): *Den indre hage – åpen mot himmelen*. Bergen: Lunde forlag

McGuire, Meredith (2005): Why Bodies Matter. A Sociological Reflection on Spirituality and Materiality, i Dreyer, E.A. & Burrows, M.S (red.), *The study of christian spirituality* (s. 118-134), Baltimore, Maryland: The Johns Hopkins University Press

Nateland, T. & Thoresen, M. (2012): *Diakoner i balanse? Spiritualitet rommer mer enn aksjon. En kvalitativ studie om retreat og kontemplativ bønn*. Oslo: Det teologiske menighetsfakultet

Nissen, Johannes (2015): *Diakoni og menneskesyn*, Frederiksberg: Aros Forlag

Olsen, Harald (2006): *Spiritualitet – en ny dimensjon i religionsforskningen*, Skriftserien nr 127, Kristiansand: Høgskolen i Agder

Olsen, Harald (2013): Spiritualitet – religionens dynamiske kjerne, i Sæther, K-W. (red.) *Kristen spiritualitet. Perspektiver, tradisjoner og uttrykksformer* (s. 19-34), Trondheim/Oslo: Akademika forlag

Repstad, Pål (2014): *Mellom nærhet og distanse. Kvalitative metoder i samfunnsfag* (4.utg.), Oslo: Universitetsforlaget

Røsok, Ingvild (red.) (2017): *Ignatius av Loyola. Pilegrimens beretning & Åndelige øvelser*
Oslo: St.Olav forlag

Sheldrake, Phillip (2005): Christian Spirituality as a Way of Living Publicly. A Dialectic of the Mystical and Prophetic, i Dreyer, E.A. & Burrows, M.S (red.), *The study of christian spirituality* (s. 282-298), Baltimore, Maryland: The Johns Hopkins University Press

Sæther, Knut-Willy (2013): Kristen spiritualitet – mangfold og kompleksitet. En introduksjon, i Sæther, K-W. (red.) *Kristen spiritualitet. Perspektiver, tradisjoner og uttrykksformer* (s. 7-16), Trondheim/Oslo: Akademika forlag

Thagaard, Tove (2016): *Systematikk og innlevelse. En innføring i kvalitativ metode*, (4.utg.), Bergen: Fagbokforlaget

Thomassen, Magdalena (2016): *Vitenskap, kunnskap og praksis. Innføring i vitenskapsfilosofi for helse- og sosialfag*. Oslo: Gyldendal Akademisk

Tynnemark, Virve (2008): Å velge livet. Om utbrenthet og åndelig veiledning, i Danielsen, Sigmund (red.), *Nærhet. Når gudsbilde og selvbilde utfordres*, (s. 205-242), Oslo: Lunde Forlag AS

Vedlegg 1: Dagsprogrammer for Ignatiansk retreat

Vedlegg 2: Dagsprogram for temaretreat

Vedlegg 3: Intervjuguide

Vedlegg 1

IGNATIANSK RETREAT

Ankomstdagen

- Kl. 17.00 Kaffe/te
Kl. 19.00 Kveldsmat
Kl. 20.00 Informasjon og innledning til retreat

Dagsprogram

- 08.00-09.30 Frokost i stillhet
10.30-11.30 Kaffe/te
13.00-14.00 Middag i stillhet med musikk
16.00-17.00 Kaffe/te
18.00 Nattverd gudstjeneste
18.45 Kveldsmat i stillhet med musikk
20.00 Stille bønn

Åndelig veiledning hver dag.

Avreisedagen

- 08.00-09.30 Frokost i stillhet
10.30-11.30 Kaffe/te
12.45 Middag
Avreise

Vedlegg 2

TEMARETREAT

Torsdag

Ankomst fra kl 16.00

- Kl. 19.00 Varmt kveldsmåltid
- Kl. 20.00 Informasjon og innføring i tema
- Kl. 21.00 Kveldsbønn

Fredag og lørdag

- Kl. 8.00-9.30 Frokost i stillhet med musikk
- Kl. 08.30 Morgen bønn
- Kl. 10.00 Temasamlig
- Kl. 11.00 Stille kaffe/te
Tid for stillhet, meditasjon og refleksjon
- Kl. 12.45 Middagsbønn
- Kl. 13.00 Middag i stillhet med musikk
Tid for bønn, rekreasjon og refleksjon
- Kl. 16.00 Kaffe/te
- Kl. 17.00 Temasamling
Tid for stillhet, bønn og meditasjon
- Kl. 18.45 Kveldsmat i stillhet med musikk
- Kl. 20.00 Lyttegruppe
- Kl. 21.00 Kveldsbønn

Søndag

- Kl. 8.00- 9.00 Frokost i stillhet med musikk
- Kl. 09.00 Nattverd gudstjeneste
Stille kirkekaffe
- Kl. 12.00 Avslutningssamling
- Kl. 12.45 Middag – avreise

INTERVJUGUIDE

Innledende spørsmål:

- Hva slags retreat har du deltatt på?
- Har du deltatt på andre retreats tidligere?
- Hvor mange retreats har du deltatt på?

Spørsmål om erfaringer fra retreat:

- Hvordan vil du beskrive retreat for en person som aldri har deltatt på det før?
- Hva er essensen i retreat for deg?
- Hva vil du si preger atmosfæren under retreaten og på retreatstedet?
- Kan du beskrive hvordan du sanser retreat?
- Hvilke enkeltelementer i rytmen og rammen vil du trekke fram som spesielt viktig for deg? Hva gjør de med deg?
- Hvilke enkeltelementer vil du trekke fram som mindre viktig for deg?

Spørsmål om hvilke erfaringer de bringer med seg fra retreat:

- Hva er hovedinntrykket du sitter igjen med etter retreaten?
- Hvilke erfaringer har blitt viktig for deg? Mentalt og sanselig.
- Kan du oppsummere retreaten i 3 setninger, og med 3 ord?
- Kommer du til å reise mer på retreat? Hvorfor / hvorfor ikke?
- Kan du tenke deg å delta på retreatlignende tilbud i nærmiljøet/menigheten din?

Spørsmål om spiritualitet:

- Hvordan vil du beskrive din relasjon til den treenige Gud?
- Hvordan erfarer du denne relasjonen?
- Har du erfaring med at relasjonen endrer seg? Evt hvordan og hvorfor?
- Kan du beskrive hva troen betyr for deg i livet ditt? Hvor stor plass har den?
- Hvordan nærer du troen din? Hvor henter du næring til troen?
- Hvordan kommer troen din til uttrykk / på hvilken måte uttrykker du troen din?

Spørsmål om forbindelsen eller sammenhengen mellom retreat og spiritualitet:

- Opplever du at retreatoppholdet og erfaringene fra retreat påvirker måten du erfarer relasjonen til Gud? Eventuelt hvordan og hvorfor?
- Opplever du at retreatoppholdet og erfaringene fra retreat påvirker måten du nærer din tro på? Evt hvordan og hvorfor?
- Opplever du at retreatoppholdet og erfaringene fra retreat påvirker måten du uttrykker din tro på? Evt hvordan og hvorfor?

Opplever du at retreat kan være en ressurs for spiritualitet?

Hvorfor / hvorfor ikke?

Evt. hvordan?