

Lektion 20

Det kristne liv II

Boden

Bod betyder soning af begået synd, altså at man kommer til Gud for at få tilgivet sin synd. I gamle dage, da Danmark var et katolsk land, kunne man få syndernes forladelse ved at gøre forskellige ting, ved f.eks. at bede, faste eller give almisser. Luther gjorde op med de mange forskellige fromhedsregler – eller kirkelige traditioner – fordi de på hans tid havde udviklet sig forkert. Han mente ikke, at udvendige handlinger tjente noget formål i forholdet til Gud. Luthers hovedpointe var den, at det er ”troen alene”, der frelser. Han skar alt det overflødige væk: ritualer, billeder og traditioner. Et nødvendigt opgør på det tidspunkt, men konsekvensen er, at den lutherske kirke mange steder virker lidt kold, nøgen og menneskefjern, sammenlignet med andre kirker f.eks. den katolske og den ortodokse kirke.

Boden er et af den katolske kirkes sakramenter, og Luther fastholdt det også i lang tid som det tredje sakramente ved siden af dåb og nadver, men endte med at opgive det. Luther blev dog ved med at fremhæve kvaliteten ved skriftemål og ønskede at fastholde det som en del af kirkens praksis. I Danmark i dag er der meget få steder, der tilbyder fælles skriftemål, men enkelte steder i landet er der skriftemåls gudstjeneste et kvarter inden højmessens.

Her vi vil prøve at genopdage nogle af de traditioner eller muligheder, kristendommen giver os, for at sætte krop på vores tro og tvivl, bla. Skriftemålet og Fasten.

Skriftemål

Skriftemål er den handling, hvor en kristen bekender sine synder for en præst (skriftefader). I den katolske kirke foregår skriftemålet på den måde, at den skriftende i en særlig skriftestol bekender sine synder, hvorefter han pålægges en række bodsgerninger og tildeles syndernes forladelse for de begåede synder. Skriftemålet er næsten gledet ud af folkekirken, og hvad mange ikke ved er, at alle medlemmer af kirken har ret til privat at skrifte for en præst. Præsten har tavshedspligt, og man har mulighed for at betro ham ens sorteste sider. Enkelte steder bliver der holdt en kort skriftemåls gudstjeneste inden højmessens, med håndspåleggelse, forbøn og tilsigelse af syndernes forladelse.

Faste

Fasten blev i gammel tid indledt med fastelavnssøndag som den sidste festdag; den følgende onsdag begynder fasten. Fasteperioden er på 40 dage og var førhen en bods- og renselsestid, en anti-fest, hvor man øvede sig på at give afkald. I dag er der ikke ret mange kristne, der overholder fasten, som løber helt frem til Påske. Dog har den traditionelt større betydning i den katolske og ortodokse kirke, end i de protestantiske kirker. I andre religioner kender man også ideen om en fastetid. F.eks. fejrer man i islam ramadanen, som også er en fasteperiode.

Kan det være sundt i en periode om året at skrue ned for forbruget og holde faste? Ved at forsage f.eks. øl og vin, kød, slik, cola, travlhed, eller fjernsyn i hele 40 dage, mærker man også fysisk fastetiden på sin krop. Fastens mening er, at man skal tage sig tid til eftertanke. Fastetiden er tænkt som en tid i et langsommere tempo, hvor man giver sig tid til at bede og til at tænke over, hvad der er vigtigt i éns liv. Hvis man har lyst til at prøve at faste, skal man overveje, hvordan man bedst skaber plads til eftertanke. Om det er ved at omprioritere sin tid i en periode eller måske ved at undlade nogle ting. Fastetiden er ideel til at finde ud af, hvad der er vigtigt i verden.

Broderskabet

Broderskabet, eller med et mere almindeligt ord, fællesskabet! For mange vil det være svært at være kristen alene, og derfor er der mange kristne, der synes, det er rart at være med i et kristent fællesskab, hvor man kan holde gudstjeneste sammen, synge, bede og hjælpe hinanden med at få øje på Gud. De fleste synes, det er dejligt at have nogen andre at dele deres liv og tro med.

Højtider og traditioner

I et fællesskab opstår der traditioner og ritualer, som er med til at danne ramme om vores samvær med hinanden. I kirkens fællesskab er det gudstjenesten og de forskellige højtider, der er med til at danne rammen om vores fællesskab. Ligesom der findes et skoleår og et kalenderår, så er der også et kirkeår. Kirkeåret starter med de fire søndage i advent og slutter med de indtil 27 søndage i trinitatis. Hver helligdag har sit særlige indhold, og i løbet af et kirkeårs gudstjenester oplever vi forløbet fra Jesus fødsel over Jesu død og opstandelse til Helligåndens komme. De vigtigste højtider er jul, påske og pinse.

I forbindelse med højtiderne er der opstået forskellige traditioner. Der kan være forskellige traditioner fra familie til familie, og der opstår også hele tiden nye traditioner. Mange traditioner stammer fra gamle hedenske skikke, men blev, da Kristendommen kom til Europa, tilpasset de kristne traditioner.

Kirken skal ikke være højtidelig, men der skal være masser af højtid. Vi fejrer højtider for at have noget at leve af. Hvordan kan man gøre højtiderne til fest og fordybelse?

Man kan skabe sine egne traditioner. Her er nogle idéer:

Advent

Når man tænder lys i adventskransen om søndagen, kan man gøre det til en tradition at synge en eller flere julesalmer. Måske kan man sætte sig for at lære nogle nye julesalmer i adventstiden, som man så kan bruge juleaften.

Jul

Efter at man har gået om juletræet og sunget alle julesalmerne, og inden man begynder på gaverne, kan man læse juleevangeliet sammen og måske bede Fadervor og en bøn, hvor man siger tak for de ting, der er sket i årets løb, og hvor man beder for dem, man kender.

Nytår

Nytåret er en anledning til at tænke både frem og tilbage, men tit er nytåret meget hektisk. Prøv at finde ro en times tid nytårsaftensdag – gå en lang tur, eller sæt dig og bed til Gud om alt det, du er optaget af og bekymret for. Du kan også skrive det hele ned. På den måde kan du genkalde dig tankerne igen en anden dag.

Helligtrekonger dag (6. januar)

På helligtrekongersaften kan man lade sig inspirere af østerlandsk og afrikansk mad for at huske fortællingerne om de hellige tre konger. De tre vise mænd kom fra Østerland (det nuværende Irak). I gamle dage var helligtrekongersaften afslutning på julen, og man tog først julepynt og juletræ ned denne dag. Der findes særlige helligtrekongerlys, som har tre arme. Man kan få det i specialforretninger eller måske selv støbe det. Tænd det og forlæng julen en smule, sammen med dem du holder af.

Kyndelmisse (2. februar)

Kyndelmisse betyder ”lysgudstjeneste” og bliver fejret i den katolske kirke. Her er det en fest til minde om Marias renselse og Jesus-barnets fremstilling i templet. Og det er den dag, hvor de lys, der skal bruges i kirken i det kommende år, bliver indviet og velsignet. Det er en mørk tid, og det virker oplagt at fejre kyndelmisse som lysfest i den mørke tid. Man kan invitere gæster, tænde lys i

vinduer og på bordet, og servere masser af pandekager med syltetøj! Pandekager er traditionel kyndelmisse-mad.

Faste

Skærtorsdag

Skærtorsdag bliver der holdt gudstjeneste om aftenen, fordi Jesus spiste sit sidste måltid med disciplene den aften. Efter gudstjenesten kan du invitere venner og familie på agapemåltid (se under afsnittet ”Bordet”) eller måske et rigtigt påskemåltid med lammekød, godt brød og vin.

Langfredag

Langfredag er mørkets dag. Det er en stille dag. Nogle hejser flaget på halv, som et tegn på at Jesus er død. Find ud af, hvordan en stille dag er for dig. Er det en dag uden fjernsyn og musik? En dag uden arbejde eller fysiske aktiviteter?

Påskedag

Inden påskegudstjenesten kan I spise et dejligt påske-morgenbord. Pynt med masser af påskeliljer, spis blødkogte æg og start dagen med en påskesalme. Hejs flaget og fyld dagen med musik og fest.

Store Bededag

Skikken med at spise varme hveder i Danmark skyldes, at bagerne før i tiden holdt lukket på helligdage, og at samfundet på disse dage gik i stå. At spise hveder torsdag aften bør derfor være en påmindelse om, at det er helligdag næste dag, og at vi derfor skal gå ned i tempo. Brug dagen til at bede i. Det er derfor, vi har fri! Måske kan du forsøge at være alene tre gange i løbet af dagen. Morgen, middag og aften. Vær stille i en halv time og lad Gud tale til dig.

Kristi himmelfart

Vi fejrer, at Kristus har forladt os for at kunne være hos os alle sammen på én gang. Det er en helligdag med bevægelse. Jesus for til himmels! Du kan fejre dagen ved at gå en lang tur i Guds frie natur.

Pinse

Helligånden viste sig for disciplene som tunger af ild. Pinsens liturgiske farve er rød, som ild og kærlighed. Tænd et stort bål på stranden eller i haven. Nyd flammerne og brug bålet til at hygge jer med snobrød.

Allehelgensdag (1. november)

Brug græskar fra halloweentraditionen og skær kors i dem i stedet for dødningshoveder. Brug dagen som en anledning til at mindes dem af dine kære, der er døde. Tag på kirkegården med blomster og tag billedalbummerne ned fra hylden.

Bønnen

Bønnen er en måde at tale med Gud på – i virkeligheden er bøn den eneste måde at tale med Gud på. Til gengæld er der mange forskellige måder at bede på. Man kan udtrykke sin bøn som en tanke, ord, musik, kunst... Man kan godt teoretisere over emnet bøn, men det er i virkeligheden ikke så interessant. Det interessante er ikke at tale om bøn, men at bede selv. Man kan ikke lære, hvad bøn er; man må prøve selv. Bøn er ikke noget, man skal gøre eller præstere, og der findes ingen rigtige eller forkerte måder at bede på. Bøn er at være åben over for Gud. ”Bed uophørligt”, (1. Thessalonikerbrev 5,17), betyder, at bøn er en livsstil, en måde at leve på.

Her vil I blive præsenteret for forskellige muligheder og hjælpemidler til at komme i gang med bønnen. Til sidst vil der være mulighed for at bede sammen.

Fadervor:

Fadervor er den bøn, Jesus lærte sine disciple at bede. Den kommer rundt om alle aspekter af livet. Hvis man beder fadervor, har man sådan set sagt alt, hvad der er at sige.

Fri bøn:

Man kan formulere sine egne bønner til Gud. Sige tak for noget man er glad for (takkebøn). Bede for noget eller nogen man er bekymret for (forbøn). Skælde Gud ud, hvis der er noget, man er vred over (klagebøn). Bede om tilgivelse for, hvad man har gjort forkert. Bede om at Gud vil være med én, når man er bange. Man kan bede Gud om, hvad som helst – der er ikke noget, man ikke kan sige til Gud. Han kender vores tanker, før vi formulerer dem.

Stilhed:

Man kan give sig selv lov til at være stille med vilje. I stilheden vokser der tanker og bønner frem, og man giver sig selv en pause med plads til at lade Gud tale. Stilheden kan være en livlig samtale med Gud.

Lystænding:

Stearinlys er meget stemningsfulde. At tænde et stearinlys kan være med til at give én ro og fokus. Man kan også lade selve lystændingen være en bøn – man kan f.eks. tænde et lys for én, der er syg. Så bliver lystændingen en forbøn.

Meditation:

Meditation kender man også i andre religioner. Kristen meditation er bøn. Man kan meditere/reflektere over et billede eller f.eks. et bibelcitater. Der findes forskellige bøger om emnet til inspiration.

Retræte:

Forskellige kirker og kirkelige organisationer arrangerer retræter. Fra begyndelsen har "retræte" været en praksis i kirkens åndelige liv. Ordret betyder det "tilbagetrækning". For en periode trækker man sig bort fra det almindelige liv for at rette opmærksomheden mod et åndeligt liv. Formålet med retræte er at skifte fokus. Det almindelige daglige liv er fyldt af impulser og tanker, som vedrører familie, arbejde og fritidsinteresser. Som kontrast hertil er retræten en mulighed for at sætte forholdet til Gud i centrum.

Pilgrimsvandring:

Pilgrimsrejser og -vandring har de seneste år fået en renæssance. For mange er det både en ydre og en indre rejse.

Bønnebøger:

Bag i salmebogen findes et afsnit med bønner til forskellige situationer. Der findes desuden en række bønnebøger på forskellige sprog.

Kristuskransen:

Kristuskransen er udformet af den svenske biskop Martin Lönnebo som en hjælp til at leve nær på Gud på en enkel og praktisk måde, og den kan bruges uden særlige forudsætninger. Den består af 12 runde perler, der hver især står for noget centralt i den kristne tro, samt 6 aflange stilhedperler, der skal minde os om Guds nærhed. Hver enkelt perle kan ses som et ikon, dvs. et billede på noget, som er stort og dyrebart og helligt, og som det vil gøre os godt at tænke på og se og røre ved. Du kan læse meget mere om Kristuskransen på dansk på www.kristuskransen.dk