



## De 7 faser på troens vej

### v. Lene Skovmark

#### Genopdagelse af åndelig vejledning

Helliggørelse og kristendom som vej har været nedtonet i den lutherske tradition. At Jesus er vejen bliver ofte reduceret til et dogmatisk udsagn, som man skal tro på. Men Jesus er vejen vi skal gå, han kalder til efterfølgelse og discipelskab. Gennem kirkens historie har fromme mænd og kvinder fulgt vejen i bøn, kontemplation og tjeneste. Ud fra disse erfaringer er der udformet en vejbeskrivelse, som ligger til grund for den klassiske åndelige vejledning og som danner mønster for den åndelige modningsproces.

I artiklen her vil jeg gennemgå faserne på troens vej, som er gengivet i bogen 'Det blændende mørke' af den svenske religionspsykolog Owe Wikström. Det er en forkortet udgave af et kursus om 'Vejmetaforen i kristendommen', som jeg holdt på Folkeuniversitetet i efteråret 2014.

I skemaet her er faserne sammenholdt med [Kristuskranzen](#), hvis perler på eksemplarisk vis symboliserer faserne. Et mønster som gengives i den mystiske tradition. Et mønster som er fælles for enhver der oprigtigt søger det gode liv og følger anvisningerne i deres respektive religiøse tradition. Jesus viser en universel vej mod at overvinde egoet og blive sandt menneske.

DE SYV FASER	KRISTUSKRANSEN	MYSTIKKEN
Savnet (Gud anes)	Guds-perlen	Renselsens vej <i>Via purgativa</i>
Forsmagen (Gud lever)	Jeg-perlen	
Opgørelsen (Gud kræver)	Overgivelses-perlen Ørken-perlen	
Nåden (Gud skænker)	Bekymringsløsheds-perlen De to kærligheds-perler	Oplysningens vej <i>Via illuminativa</i>

Natten (Gud skjuler sig)	Nattens perle	Forenings vej <i>Via unitiva</i>
Lyset (Gud blænder)	Opstandelses-perlen	
Vandringen (Gud følger)	Opstandelses-perlen og Guds-perlen	

## Savnet - Gud anes (Gudsperlen)

Længselen efter fred, kærlighed og lykke ligger til grund for mange menneskers bestræbelser for et bedre liv og en bedre verden. Denne længsel kan beskrives som en hjemlængsel - siden Adam og Eva's forlod Paradisets Have. Det kan tydes på forskellig måde:

### Grundtvig: en dunkel anelse<sup>1</sup>

Grundtvig understreger, at talen om det åndelige liv vækker genklang, fordi mennesket har en dunkel anelse om det mistede guld og det tabte gudsbillede.

"... thi hvem der ikke har *en dunkel Anelse om det aandelige Liv*, vi naturlig fattes, kan ligesaa lidt have Gavn af vor Tale derom, som Heste eller Hunde har Gavn af Alt hvad man vilde sige dem om Menneske-Livet. Her gjælder det imidlertid tilbunds, at *den græder ei for Guld, som aldrig Guld eiede*, og om derfor end ikke Skriften lærde os, at *det ny Liv i Christo kun er en Fornydelse af det oprindelige Menneske-Liv i Guds Billede*, som tabdes i Adam, saa forudsatte dog Savnet af et bedre Menneske-Liv, der kan vare evindeligt, aabenbar ligesaa vel Besiddelsen som Tabet deraf."

### Logos er Guds spor i verden

Alt er skabt ved Ordet (Logos) og alt består ved Ordet (Johs 1,1-4, Kol 2,15-17). Logos er den mening og orden der forbinder alt i verden med hinanden og med Gud. 'Ordets sædekorn', *Logoi spermaticoi* kan spores i alle kulturer og religioner. Professor i teologi, Theodor Jørgensen, beskriver, at alle mennesker i kraft af Logos og gudsbilledet bærer en Kristussignatur.

### Tilværelsens påmindende side

*Positivt påmindende*: Naturen minder om Guds storhed og magt (Rom 1,19-21). Religionerne, kan tydes som gensvar på Guds kalden/dragen. Filosofiens beskrivelse af menneskets sans for det gode, det sande og det skønne. Samvittigheden og det urolige hjerte. Trangen til at finde og skabe mening, personlig udvikling, bestræbelse for fred og retfærdighed.

*Negativt påmindende*: Følelse af tomhed, det materielle mætter ikke. Eksistentiel angst.

## Forsmagen - Gud lever (Jegperlen)

Den, der lytter til og følger sin længsel kommer til at se et glimt af Gud og mærker hans nærvær. Det kan være stormfuldt med stærke følelser af lykke, glæde eller en stille vished om, at GUD ER. Det kalder Wikström for forelskelsens fase, de stærke følelsers fase.

## Opgørelsen - Gud kræver (Overgivelses- og ørkenperlen)

Efter forelskelsens fase følger en erfaring af åndelig og følelsesmæssig tørke, hvor man ikke længere mærker Guds nærvær. I mødet med det hellige vækker en trang til forandring. Samvittigheden vågner og dermed et stærkt ønske om at følge Guds vilje, forbedre sig selv og forandre verden. Man tager troen alvorligt, lægger vægt på efterfølgelse og bliver frustreret og

<sup>1</sup> Citat fra "Udvalgte skrifter" Bind 8, side 438

anfægtet, når det ikke lykkes. Denne fase kan også beskrives som at være 'under loven' og kommer til udtryk i Luthers kamp for at vinde en nådig Gud. Og i pietismens vægt på sand anger, rette følelser og helliggørelse. Moralsk oprustning (kristen moralsk vækkelse fra 1938 til 50'erne) og de fire absolutter: Absolut ærlighed, Absolut renhed, Absolut uselvskhed og Absolut kærlighed. Kierkegaards beskrivelse af fortvivlet at ville være sig selv. Og i de nyreligiøse bevægelsers fokus på at arbejde med skyggesiderne og overvinde egoet.

I denne fase lærer man at søge trøstens Gud frem for trøsten, at søge Lysets Kilde frem for oplevelser og følelser, søge giveren frem for gaverne. At elske livet mere end dets mening.

### **Kort om åndelig praksis**

Wikström understreger vigtigheden den åndelige disciplin: 'bevar disciplinen/ordenen, så vil disciplinen/ordenen bevare dig!' Når ord ikke længere er nok, går bønnen over i meditation som en kærlighedsfuld opmærksomhed med Gud. Ørkenfædrene beskrev kontemplation som vejen og målet for det kristne liv. Meditation bereder sindet for Guds nærvær og virke. I den kristne tradition er der mange former for meditation: Jesus bønnen, Centrerede bøn, Christfulness, bibelmeditation, fokus på åndedrættet: at drage ånde i Guds Ånde.

### **Ørkenperlen i Kristuskransen**

I Kristuskransen er denne fase afpejlet i Overgivelsesperlen (Dåbsperlen) og Ørkenperlen, som Lønnebo kalder for *askesis*, træning, øvelse. Ørkenen er en velkendt metafor i bibelen: Israels ørkenvandring. De havde oplevet forsmagen ved Guds indgriben og udfrielsen fra slaveriet i Ægypten, og nu førte Gud dem ud i ørkenen, for at sætte dem på prøve (5.mosebog, 8,1-9). Profeterne opholdt sig i ørkenen inden deres tjeneste (Moses, Paulus, Jesus). Jesus blev efter sin dåb (Dåbsperlen ligger lige før!) ført ud i ørkenen, for at fristes af Djævelen (Matt 4,1-11). I det tredje og fjerde århundrede brød fromme mænd og kvinder (ørkenfædrene og -mødrene) op fra den etablerede kirke og drog ud i ørkenen for at søge Gud og tage kampen op med dæmonerne. De udviklede meditationsmetoder og evnen til at skelne tankerne. Deres indsigter og erfaringer danner grundlaget for traditionen for åndelig vejledning.

### **Nåden - Gud skænker (bekymringsløshedspærlen og kærligspærlerne)**

Denne fase kalder Wikström for Vejens absolutte midtpunkt. Vendepunktet, hvor den kæmpende giver op, giver slip og oplever at noget andet bærer. Man får fornyet tiltro til livet og til Gud, rækker ud og finder fodfæste, nyder frugten af de åndelige bestræbelser. Wikström lægger vægt på det objektivt givne *extra nos*, uden for os. Fokus vendes mod, hvad Gud har gjort, Jesu gerning, som er mere stabilt end alle flygtige og krampagtige forsøg på moralsk renselse. 'Der er ingen fordømmelse for dem, som er i Kristus Jesus' (Rom 8,1). Mennesket bliver gjort retfærdige af nåde ved tro på Kristus alene, uden gerninger. Det salige bytte. Jesus tager vores synd og vi får hans retfærdighed.

## Undgå billig nåde

Udfordringen for folkekirken og forkyndelsen i dag er at finde en sund balance mellem nåde og love, mellem tro og gerninger. Så nåden ikke fratager mennesket ansvaret for sin del i helliggørelsens proces. Så nåden ikke bliver billig.

*Luther:* Advarer mod at 'gøre Kristi nåde billig og Guds barmhjertighed til en let sag'.

### *Dietrich Bonhoeffer*

*Billig nåde betyder retfærdiggørelse af synden. Fordi alt er af nåde alene, kan alt blive ved det gamle.*

*Billig nåde er nåde uden efterfølgelse, nåde uden kors, nåde uden den levende, menneskevordne Jesus Kristus.*

*Den dyre nåde er den skjulte skat i marken, for hvis skyld et menneske med glæde går hen og sælger alt, hvad han har... Dyr er den, fordi den kalder til efterfølgelse, nåde er den, fordi den kalder til Jesu Kristi efterfølgelse... Dyr er nåden frem for alt, fordi den har været dyr for Gud, fordi den har kostet Gud hans Søns liv.*

Genopdage lovens tredje brug! Loven som vejleder for de troende (helliggørelse).

I mystikken forenes Guds og menneskets bestræbelser i sondringen mellem den aktive vej, *Via activa*, og den passive vej, *Via passiva*. Det er sammenfattet i dette skema:

Fase	Guds 'rolle'	Teologisk	Mystikken
Opgøret	Gud kræver	Under loven - (lov)gerninger	Via activa - mit arbejde 100 %
Nåden	Gud skænker	Under nåden - tro	Via passiva - Guds 100 %

## Bekymringsløshedspærlen i Kristuskransen

Bekymringsløshedspærlen eller Glædespærlen, *Apathia*, den hellige ligegyldighed, en tilstand af indre frihed, hvor man finder balancen mellem at være i begærets og sansernes vold og den ekstreme askese. En tilstand og erfaring, som vi genfinder begrebet ubundethed i buddhismen. Perlen understreger aspektet af troens hvile i nåden og Guds kærlighed. Glæd jeg altid i Herren, vær ikke bekymrede for noget (Fil 4,4-6). For øvrigt er det er tema i salmetraditionen: bred dine nådes vinger, min Jesus, over mig, og lad mig stille hvile i ve og vel hos dig. At mig dagen fryder trods synd og død (DDS 754,3). Glædelig er hver en dag, omend vi måtte græde (DDS 752,3).

## Natten - Gud skjuler sig (Nattens perle)

Wikström: Den åndelige vej fører til en erfaring af tomhed, 'Åndens fattigdom'. Det er Jeg-døden, hvor jeg afdør fra mig selv. Påskennattens stilhed, i graven, hvor Gud synes død, men længselens flamme lyser altid. *Havdyb råber til havdyb; når dine strømme bruser, dine brændinger og bølger skyller hen over mig.* (Salme 42,8), Menneskets urdyb, ligger under sanserne, møder Guds dyb. Det er 'det blændende mørke' (titlen på Wikström's bog): I den mørkeste nat gløder et lys, en troens ild. Det er den nøgne tillid, nøgen tro på Kristus og hans løfter.

Udtrykt i Taizésangen: I mørket går vi, og opsøger Livets kilde. Tørsten vil oplyse vejen.

## Åndens nat i bibelen og traditionen

I Det gamle Testamente beskrives Guds nærvær som skjult. I den brændende tornebusk, i skyen på Sinai bjerg, på ørkenvandringen i en skysøjle om dagen og en ildsøjle om natten. Jobs mørke. Jesus i Getsemane og på korset: hvorfor har du forladt mig?

Uvidenhedens Sky, hvori sjælen bliver ét med Gud<sup>2</sup>. Gud er skjult i en sky af uvidenhed, tanken og forstanden kan ikke nå og begribe Gud, kun kærlighedens spidse pil trænger gennem skyen.

Luther om den skjulte Gud:

Men der er ogsaa en anden Maade at kende Gud paa: "Korsets Theologi". Her lærer vi den skjulte Gud at kende, som bedrøver og lægger Kors paa os; han, som er skjult i Afmagt og Skam, i Kristi Kors og i vort Kors, uforstaaelig for vor Forstand og Følelse, ja for vor saakaldte Moral. Det er den Gud, som kan aabenbare sig i Lys, netop fordi han er skjult; det er Faderen, som skjuler sit Fadersind under Virkelighedens Haardhed og det, vi kalder Livets "Tilskikkelser"; Faderen, der skjuler sig i vor Herres Jesu Ringhed, Lidelse og Død; hvis Godhed vi maa tro, fordi den, som alt hvad der er af Aand, ikke udendvidere ligger klart i Dagen. Det er den under Strængheden skjulte Kærlighed..... (Af **Tage Schack**. *Tidehverv*, 1926, s.3-9.)

### **Nattens perle i Kristuskransen**

*Kenosis* (udtømning), tomhedens perle. Jesus gav afkald på at være Gud lig, udtømte sig selv og blev lydige til døden på et kors (Fil 2,6-8). Jesus lægges i jorden som et hvedekorn og dør for at give liv til mange. Hvedekornets lov gælder også hans efterfølgere. Du må miste dit liv for at frelse det. (Johs 12,24-26). Noget må gå til grunde for at det nye liv kan vokse frem.

### **Lyset - Gud blænder (Opstandelsesperlen)**

Wikström: 'Formålet med og frugten af hele denne åndelige 'tunneloplevelse' er det fri, nydende og elskende menneske, som endnu mere evigtgyldigt og klart vil kunne se og elske Livet, i stedet for at søge dets mening.' Ånde frit og leve ubekymret. Blive som børn med en åben og modtagende holdning. Se alting som var det første gang, uden at dømmes. 'For det menneske, der har oplevet troens renselse i natten, bliver verden en Guds bolig. Med troens øjne ser man det guddommelige i hverdagen. Ser alle ting i Gud og Gud i alle ting. Møder det eviges nærvær i alle ting og i alle mennesker, og i de opgaver, vi udfører. Det åndelige liv er nu det samme som det almindelige liv - skabelsen som en åbenbaring af Gud, *teofani*.'

### **Vandringen - Gud følger (Gudsperlen)**

Vandre i opstandelsens Lys, vandre i Ånden i tjenende kærlighed, i stedet for at udnytte og begære for sin egen skyld. Målet er at gudsbilledet udfoldes, så vi er medskabere og genspejler Guds lys og kærlighed i verden. Målet for den kristne vej er at blive menneske fuldt ud - blive helt sig selv, den, man er skabt til. At blive helliggjort. Helliggørelse er svaret på menneskets dybeste længsel efter at blive hel.

Grundtvig kalder kristenlivet for et Kristusliv. '*det ny Liv i Christo kun er en Fornyelse af det oprindelige Menneske-Liv i Guds Billede*'. Udtrykket "menneske først, kristen saa" bruges af Grundtvig til at understrege det universelle ved at være menneske. Det kan indebære, at alle mennesker – uanset om de har levet før Kristus eller lever i sammenhænge, hvor de ikke har mødt den kristne forkyndelse – er skabt af Gud, i hans billede og ubetinget elsket af ham. At være menneske er guddommeligt uanset, hvilken religion, tro eller ikke-tro, man tilslutter sig.

---

<sup>2</sup> Bogtitel af ukendt forfatter fra det 12.århundrede

## Kristuskransen

Efter Nattens perler kommer opstandelsens perle. Død og opstandelse, mørke og lys, nat og dag. Vinter og sommer. Rytmer og processer i naturen danner mønster menneskelivet.

Vandringen ender ved Gudsperlen. Målet for vandringen er at blive forenet med Gud i kærlighed, at blive Gud lig. 'komme i himmelen' eller rettere finde Himmelen på jorden, leve det himmelske liv på jorden. Den himmel, du går imod, bærer du i dit hjerte.

Lønnebo beskriver rejsen som verdens længste rejse - fra splittelse til helhed, periferi til centrum, overflade til dyb, egoisme til universalisme, fra ligegyldighed til kærlighed, fra fravær til nærvær, fra uro til fred, midt i uroen.

## Vidnesbyrd fra de forskellige faser

### Savnet

*For nogen år siden begyndte jeg at praktisere mindfulness.... det har hjulpet mig med at give slip og mærke efter hvad der røre sig i mig. Det førte mig til buddhismen og jeg er blevet meget beriget af den "Hold op med at forsøge at forstå, hvad du føler, bare føl. Bare være opmærksom!" Jeg blev mindre bange for livet og i starten af året begyndte jeg på Kemplers Familieterapeutuddannelse. Men jo mere Kempler og meditation tager fat på mig, jo større bliver min længsel efter Gud. Jeg kan ikke forklare det. Det er som om min intuition fornemmer, at heling kun finder sted på en helt anden måde. Det er her hvor Guds mysterium kommer ind....*

*... det jeg søger er noget at tro på uden at skulle erklære sin tro til en bibel eller fortælling, men alligevel have trøsten i at der findes højere magter. Men kan man det? Kan man bede til de højere magter og blive hørt uden at tiltale dem i en religion? Kan man håbe og tro på dem uden at binde sig til en bog, hvor man kun kan stå inde for halvdelen? ....Og alligevel ønsker jeg så inderligt at tro på noget, at bede til noget men der er alt for mange ting, ved religiøse tekster og fortællinger der afholder mig....*

### Forsmagen

*'Gud Er'. Det blev nærmest lagt ned i mit hjerte. Som et anker, der forbandt mig Gud - og har gjort det siden.*

*Det skete i den første måned på hospitalet. Det var sommer og jeg havde lagt mig på græsplænen ude foran stuerne. Der var også en lille have hvor patienterne kunne komme og sidde og kigge på blomsterne. Jeg lå med ryggen ned mod jorden og så op i himlen. Pludselig mærkede jeg den mest usigelige ... fred og kærlighed udstråle fra mit hjerte*

og gå igennem hele min krop og sjæl. Ordene er utilstrækkelige - de slår simpelthen ikke til, men jeg havde en fornemmelse af at det var Jesus der var 'med mig i hjertet' og at han var med mig 'alle dage' og at alting nok skulle 'blive godt'.

### **Opgøret (fra fængslet)**

*Det er Gud, der har dømt mig, ikke dommerne - han har en mening med det. Først blev jeg vred, ville gerne løslades, eller ha mindre, var skuffet. Gud ser, at jeg har brug for de 5 år til at blive et bedre menneske, få et bedre liv. Min hjerne skal 'klikkes på plads'.... jeg er magtesløs, det eneste jeg har er Gud.*

### **Natten**

*Samtidig – og det lyder måske mærkeligt - tænker jeg på sidste forår med lidt vemod. Det var rigtig svært at være i sorgen, men åbnede også op for mange andre ting - eller, at noget åbnede sig for mig, er vel mere præcist. Den åbenhed (eller hvad man nu skal kalde det) kan blive skubbet til side i hverdagen. Ikke glemt, bare skubbet lidt væk. En anden måde at sige det på er måske, at jeg lod mig falde; jeg tænkte, at nu må det vise sig, om der er trøst; om man bliver grebet; om kærligheden er der – og det var overvældende. Det er lidt paradoksalt, for det var en svær tid, men lige præcis den oplevelse kan jeg savne. Selvom erfaringen jo selvfølgelig stadig er der.*

Bodil Jørgensen i KD. Under en filmoptagelse blev hun påkørt af en traktor og døden nær.

*Jeg kæmpede en helt nat, og så kom den stærke forståelse af, at Gud er der, hvor det hele braser sammen og snurrer rundt og verden bliver sort. Vi er så vant til at holde vores små verdener i gang med arbejdsliv og familie men når hele verden styrter sammen, er Gud der. Jeg var i et mellemrum mellem livet og døden og der var Gud. Gud var i intetheden sammen med mig. Jeg have ikke troet, at det ville være sådan, men jeg erfarede det. Alt det, som er sket er så meningsløst, voldsomt, sort, dystert, og der var Gud.*