

Lectio divina

- att tillägna sig Guds ord i kärlek

(bibelcitater från Folkbibeln 2015)

Lördagen den 6/6 2009 fick jag för första gången tjänstgöra som vigselförrättare. Det gick hyggligt. Man och kvinna blev make och maka utan några större fadäser, så det går an att vara nöjd. I förberedelserna inför vigseln blev jag särskilt uppmuntrad av några rader i Missionskyrkans handbok gällande just vigsel:

Vigselgudstjänsten är, liksom dop och begravning, en församlingens gudstjänst, även då den gudstjänstfirande församlingen i huvudsak består av släkt och vänner. Pastorn är som vigselförrättare – som alltid – i första hand Jesu Kristi tjänare med uppdraget att förkunna evangeliet och företräda församlingen.

Pastorn är alltså i första hand – som alltid – Jesu Kristi tjänare med uppdraget att förkunna evangeliet och företräda församlingen.

När jag ordinerades till pastor svarade jag ja på frågan: *Vill ni, som Guds ords tjänare i församling och samhälle, samla och bygga upp Kristi kropp, genom Guds nåd predika Ordet och undervisa, förvalta sakramenten, utöva själavård samt leda församlingens liv i gudstjänst och mission?*

Guds ords tjänare alltså, med uppdraget att förkunna evangeliet, genom Guds nåd predika Ordet och undervisa. Ordet står i centrum för pastorn därför att Ordet är en gåva till den kristna församlingen. Pastorn har ingen ensamrätt på Ordet. Pastorn har till uppgift att hjälpa människor till ett personligt möte med det levande Ord som riktar sig till alla. Ordet riktar sig till alla därför att Guds kärlek sträcker sig till alla. Genom den Heliga Skrift talar Gud till hela mänskligheten, till varje enskild person. Pastorn får vara med och lyfta fram detta Ord, peka på det, betona det. Alltså ett storslaget, utmanande och alltid aktuellt uppdrag ty Ordet är "levande och verksamt" (Heb 4:12).

Men inte bara pastorn har anledning att vara tacksam. I ödmjuk tacksamhet får vi påminna varandra att frikyrkan bärs upp av en läsartradition som kan inspirera oss idag. Frikyrkans fäder och mödrar var läsare. De umgicks med Ordet och lät det forma deras liv. De tog emot Ordet i tron att det kom från Gud och även förde människan till Gud. Guds Ord för människan i kontakt med Honom som är Ordet.

¹I begynnelsen var Ordet, och Ordet var hos Gud, och Ordet var Gud. ²Han var i begynnelsen hos Gud. ³Allt blev till genom honom, och utan honom blev ingenting till av det som är till. ⁴I honom var liv, och livet var människornas ljus. ⁵Och ljuset lyser i mörkret, och mörkret har inte överunnit det. (Joh 1:1-5).

Om Guds Ord för oss i kontakt med Honom som är Ordet är det angeläget att vara en läsare. Jesus säger om sig själv att Han är livets bröd (Joh 6:48). Han är också Ordet. Alltså är Bibeln det bröd vi behöver. Kanske dessa dagar av påtvingad retreat kan hjälpa oss till ett andligt uppvaknande med förnyad kärlek till Guds Ord? Kanske vi i corona-tid kan inspireras av frikyrkans läsartradition och återupptäcka kärleken till Ordet? Ja, kanske vi kan inspireras av andra delar av kyrkans historia där människor drabbats av den kärlek

som strömmar mot läsaren i Ordet. Här kan du läsa om framförallt två sätt att närma sig bibelordet i kärleksfull uppmärksamhet!

Lectio divina

Man kan närma sig bibelordet på många olika sätt. Man kan studera det för att lära sig saker. Man kan läsa för att lära. Det ska inte föraktas och ett sådant sätt att läsa bör ha sin naturliga plats i den kristnes liv. Men man kan även läsa för att förvandlas. Man kan läsa på ett sätt som bidrar till att kärleken till Ordet lockas fram samtidigt som det öppnar läsaren för Guds kärlek som alltid strömmar mot Hans älskade. Detta sätt att närma sig bibelordet är tydligt kopplat till både kristen och judisk historia och vi känner det som *lectio divina* – *gudomlig läsning* eller *andlig läsning*. För att förstå dess djupaste innebörd kan vi även beskriva det som läsa Ordet under bön eller framför allt att *bedja Ordet*. Och eftersom Kristus är det Ord som omfattar alla Guds uppenbarelser innebär *lectio divina* helt enkelt att söka Kristus och bli funnen av Honom. Vi vänder oss till Gud och finner att Han är vänd mot oss och ser på oss i oändlig kärlek och bjuder oss in i Hans kärleksfulla gemenskap. Ordet är grunden för mötet. Ordet som är levande och verksamt.

Vi finner ett tydligt exempel på Ordets betydelse för judarna i Nehemjas åttonde och nionde kapitel. Efter år av exil återvänder det utvalda folket till sitt land för att på nytt bygga upp sin tillvaro. Hur läggs då grunden till den nya tillvaron? Vi läser i det åttonde kapitlet (Neh 8:1-6):

¹När sjunde månaden kom och Israels barn bodde i sina städer, samlades folket som en enda man på torget framför Vattenporten. De bad Esra, den skrifflärde, att hämta Mose lagbok som Herren hade gett Israel. ²Då kom prästen Esra med lagen till församlingen, till män och kvinnor och alla som kunde förstå vad de hörde. Det var den första dagen i sjunde månaden. ³Han läste ur den på den öppna platsen framför Vattenporten, från tidig morgon till middagen inför män och kvinnor och alla som kunde förstå. Och hela folket lyssnade till lagboken.

⁴Esra, den skrifflärde, stod på en hög plattform av trä som man hade gjort för detta tillfälle. Bredvid honom stod Mattitja, Shema, Anaja, Uria, Hilkia och Maaseja på hans högra sida och till vänster om honom Pedaja, Misael, Malkia, Hashum, Hasbaddana, Sakarja och Meshullam.

⁵Esra öppnade boken inför hela folkets ögon, för han stod högre än allt folket, och när han öppnade den reste sig alla upp. ⁶Esra prisade Herren, den store Guden, och hela folket svarade med lyfta händer: "Amen, Amen"! Och de böjde sig ner och tillbad Herren med ansiktet mot marken.

I det nionde kapitlet läser vi om folkets syndabekännelse (Neh 9:1-3):

¹På tjugofjärde dagen i samma månad samlades Israels barn till fasta, klädda i sorgdräkt och med jord på sina huvuden. ²De som var av Israels släkt avskilde sig från alla främlingar och kom fram och bekände sina synder och sina fäders missgärningar. ³De reste sig från sin plats, och man läste ur Herren deras Guds lagbok under en fjärdedel av dagen. Nästa fjärdedel bekände de sina synder och tillbad Herren sin Gud.

Dessa exempel visar Ordets betydelse för judarna och den levande relation som fanns mellan läsningen och bönen. Man lägger grunden för den nya tillvaron genom att läsa och lyssna till Guds Ord. De judiska rabbinerna brukade tala om Tora, Lagen, alltså Guds Ord, som Guds närvaro i skapelsen, en närvaro människan kunde tillägna sig genom läsning, meditation och bön. Detta är fundamenten i såväl judisk som kristen *lectio divina*.

Det judiska sättet att förhålla sig till Ordet gick i arv till den kristna kyrkan och delades av såväl de östliga som de västliga kyrkofäderna, även om det utarbetades och formulerades på allvar under medeltiden. Under 1500-talet föll denna bedjande läsning i glömska i stora

delar av kyrkan, men överlevde i olika form i de reformerade kyrkorna, såväl som i många klostergemenskaper. Den skatt som lectio divina är, är alltså fortfarande tillgänglig för kyrkan att glädjas åt och formas av.

Psalmisten sätter ord på den bedjande kyrkans erfarenhet (Ps 119:97-105):

⁹⁷*Vad jag älskar din undervisning! Hela dagen begrundar jag den.*

⁹⁸*Dina bud gör mig visare än mina fiender, de är hos mig för evigt.*

⁹⁹*Jag är klokare än alla mina lärare, för jag begrundar dina vittnesbörd.*

¹⁰⁰*Jag förstår mer än de gamla, för jag håller dina befallningar.*

¹⁰¹*Jag håller mina fötter borta från varje ond väg för att följa ditt ord.*

¹⁰²*Jag viker inte från dina domar, för du undervisar mig.*

¹⁰³*Vad ljuvligt ditt ord är på min tunga, sötare än honung i min mun!*

¹⁰⁴*Av dina befallningar får jag förstånd, därför hatar jag lögnens alla vägar.*

¹⁰⁵*Ditt ord är mina fötters lykta och ett ljus på min stig.*

Så säger den som ber Guds Ord. "Vad ljuvligt ditt ord är på min tunga, sötare än honung i min mun!"

Hur går man då tillväga om man vill praktisera lectio divina? Ramarna för lectio divina som presenteras här är hämtade från Enzo Bianchis bok *Att be med Guds ord*. Innan vi tittar närmare på "hur" kan vi notera vad Enzo själv säger i boken: *Jag kommer därför att försöka presentera en förnyad variant av lectio divina och föreslå en metod som varken är rigid eller absolut, eftersom jag är övertygad om att vi alla har olika sätt att lyssna och be på. Jag är övertygad om att det är den helige Ande som ger rätt verktyg åt var och en* (s. 24).

Vi gör också klokt i att notera vad 1600-talsmunken broder Lorens har att säga till alla som tröttnat på effektiva bönemetoder och bibelläsningsplaner. Han skriver i ett av sina brev: *Sedan jag i flera böcker funnit olika metoder för att närma mig Gud och olika övningar för det andliga livet, kom jag till den övertygelsen, att detta snarare tjänade till att bekymra min ande än till att underlätta det som jag avsåg och eftertraktade, och detta var ingenting annat än ett sätt att helt få tillhöra Gud. Detta fick mig att fatta beslutet att ge honom allt som tack för allt. Efter att sålunda ha givit mig själv helt och hållet till Gud som gottgörelse för mina synder gjorde jag för hans kärleks skull avkall på allt, som inte var han, och så började jag leva som om det bara fanns han och jag i hela världen.*

Just detta känner vi igen hos ökenfäderna. Abba Alonios säger: *Om en människa inte säger i sitt hjärta: "Bara Gud och jag finns i världen", så kan hon inte finna ro.*

Det centrala är alltid överlåtelsen till Gud. Att vara tillgänglig för Guds goda verk. Det handlar om att möjliggöra mötet mellan Gud och människa där den enskilde kan få säga med Jesaja: *Här är jag, sänd mig!* (Jes 6:8). Metoder och övningar ska leda fram till detta. Fram till helgelsen, fram till förvandlingen till Kristuslikhet, fram till det livsförvandlande mötet med Gud. Om metoden/övningen inte gör detta får vi lyfta på hatten och gå vidare. När detta är sagt kan vi titta närmare på praktiserandet av lectio divina. Hur praktiserar man, hur ser ramarna ut?

Vi börjar med **bön**. Allt gott börjar med bön och bönen börjar hos Gud. Vi ber att Den Helige Ande ska leda oss, öppna Ordet för oss. Något som Han gör med glädje. Anden pekar på Kristus. Han tecknar bilden av Kristus för vår inre blick. Vi gör oss redo för det ödmjuka och uppmärksamma lyssnandet och vi kan be med orden:

Herre, helige Gud, ljusets Fader, Du som har sänt din Son till världen, Du som låtit Ordet bli kött, för att uppenbara Dig själv för oss. Sänd Din Helige Ande över mig i denna stund, så att jag kan möta Jesus Kristus i det Ord som kommer från Dig. Låt mig lära känna Honom och älska Honom helhjärtat och så upptäcka glädjen i Ditt rike. Amen.

Sedan öppnar vi den heliga boken och **läser** (tyst eller gärna högt). Vi påminner oss om att det inte är vilken bok som helst. Det är Guds Ord som möter oss. Gud vill tala till oss personligt i denna stund, genom dessa ord. Vi läser texten flera gånger, långsamt och uppmärksamt och därför är det bra om avsnittet inte är för långt. Lyssna med hela din varelse, ditt hjärta, ditt förstånd. Stillhet och tystnad på insidan och runt omkring hjälper till koncentration och lyssnande.

Sedan kommer vi till **meditationen**. Med detta menas att vi reflekterar över texten med hjälp av vårt förstånd och Guds upplysande ljus. Här kan parallelltexter, bibelkommentarer och liknande vara en hjälp för oss att förstå texten på ett djupare plan. När vi mediterar ber vi också att vi ska vara mottagliga för Guds vilja och Hans budskap till oss. Vi ska inte glömma att Bibeln är en helhet där skrift förklarar skrift.

Vi ska söka efter den korsfäste och uppståndne Kristus, som de nytestamentliga författarna gör i GT:s skrifter. De använder GT för att tydliggöra Jesus. Han finns närvarande i varje sida i Bibeln. Lagen, profeterna, de apostoliska skrifterna talar alla om Honom. Vi betraktar Ordet ur olika vinklar, "tuggar" på Ordet i hjärtat och frågar oss vilket objektivt budskap det har till mig. Detta är viktigare än vad som för tillfället berör mig, de känslor som för tillfället fyller mig. Det är det objektiva budskapet från Gud vi söker. Vi ser på Kristus. Inte på oss själva. I detta möte förvandlas vi.

När vi mottagit budskapet föds **bönen**. Egentligen är allt det vi gör en form av bön, men nu får vi möjlighet att ge vår respons på det vi tagit emot. Vi får samtala med Gud, ärligt och uppriktigt, om det som fötts i oss i mötet med Ordet. Tillbedjan och tacksägelse är nyckelord, men var uppmärksam på vilken bön som föds i dig. Ja, bejaka att hela du kan frambäras som en bön, ett gensvar till Honom som kallar på dig i kärlek. I kärlek får du ge dig själv till Honom som älskar dig!

Med Guds nåd kan bönen även leda till **kontemplation**. Kontemplation innebär öppnade ögon. *Saliga är de renhjärtade, för de ska se Gud.* (Matt 5:8). Det innebär också att kunna se allt och alla genom Guds ögon, att på djupet erfara Guds frid och Guds kärlek som uppfyller allt. Kontemplationen är inget vi kan gripa själva. Den är en Guds gåva som vi endast kan förbereda oss för. Läsningen söker det välsignade livets sötma, meditationen anar det, bönen frågar efter det och kontemplationen smakar det.

När det gäller frågan hur lång tid vi ska avsätta till lectio skriver Enzo Bianchi: *Glöm heller inte att den tid du avsätter till lectio måste vara tillräckligt lång. Det går inte att göra det på en kvart. Du måste varva ner och komma till ro i dig själv - det tar säkert mer än några minuter. Lectio kräver åtminstone en timme, enligt fäderna.*

Man gör klokt i att lyssna till dem som gått före, de erfarna. För mig är dock nyckelorden att tiden ska vara tillräckligt lång, inte att den bör vara "åtminstone en timme". Att tala om klockslag och tider när det gäller lectio divina hjälper somliga, men inte alla. För mig handlar lectio divina om att äta Ordet som är livets bröd, och jag sitter inte och tar tid när jag äter en vanlig måltid. Måltiden får vara tillräckligt lång helt enkelt. Att be är att andas och jag sitter inte och tar tid på mina andetag.

När jag mottog dopets gåva på Hönö den 10 juli 1993 fick jag en andaktsbok i vilken Tomas Sjödin skriver: *Att ofta dra sig undan med sin Bibel är lika naturligt som att de älskande söker varje tillfälle att få vara tillsammans. Ibland blir samvaron många långa timmar, ibland bara ett par ord och en kyss. Tiden avgör inte kvalitén på mötet. Jag tycker det är fullt tillräckligt att säga så.*

När vi sedan går vidare i livet och vardagen får vi göra som Herrens mor, Maria: *Men Maria bevarade och begrundade allt detta i sitt hjärta* (Luk 2:19). Detta är viktigt för det skapar i oss en medvetenhet om Guds ständiga närvaro, att Han finns med oss för att låta det frö som sått i våra liv växa och bära frukt. Vi inser att Han faktiskt talar oavbrutet utan att trötta våra öron. Överallt möter du Hans hälsningar till dig. Kanske de förmedlas genom en vän, en livskamrat, en främling? Kanske de förmedlas genom dagstidningen, en film eller en bok som bjuder på oväntade klokskaper?

Ja, kanske professor Dumbledores tröstande och vägledande ord till Harry Potter i skönlitteraturens värld kan bejakas som en hälsning från högre ort? Harry som insett att han tragiskt nog faktiskt har en hel del egenskaper som gör honom lik ärkefienden Lord Voldemort söker vägledning hos rektorn och fadersgestalten professor Dumbledore och möts av orden: *Det är våra val i livet, Harry, som visar vilka vi egentligen är, mycket mer än våra medfödda egenskaper* (Harry Potter och Hemligheternas kammare, s. 418). Kan det vara en hälsning från det eviga Ordet som manar dig att säga ditt helhjärtade ja till Honom? Oavsett vad vi svarar på det får vi bejaka att Ordet flödar mot oss likt strömmande vatten, ständig rörelse, utan att dränka oss. Allt är skapat genom denna rörelse, allt hålls vid liv genom denna rörelse.

Vi inser att Han som själv är Ordet inte enbart använder ord för att tala. Hans tal har inga begränsningar. Han talar i vindens susning, i regnets trummande mot taket, i solens värmande strålar. Kanske du möter Hans kärleksfulla hälsning under promenaden då rytmen av det naturliga promenadsteget sammanfaller med bönen som föds i hjärtegrunden: *Till Din ära, till Din ära!*

Gudsordets ständiga flöde vittnar om Guds närvaro. När vi upptäcker detta blir det naturligt för oss att samtala med Honom, att tacka Honom och tillbe Honom. Kanske vi med tiden även kan utbrista tillsammans med broder Lorens: *Jag vänder min lilla omelett i stekpannan av kärlek till Gud. När den sedan är färdig och om jag inte har något annat att göra, böjer jag mig till jorden och tillber min Gud, som gett mig nåden att få tillaga den, och därefter reser jag mig upp lyckligare än någon kung. När jag inte kan göra något annat, är det tillräckligt för mig att ha lyft upp ett strå från marken av kärlek till Gud.*

Så talar den som bejakat det eviga och levande Ordets inbjudan till kärlekens gemenskap. Det är upp till oss att hörsamma dess kallelse. Vi kan göra det med Psalmistens ord:

¹⁰Jag söker dig av hela mitt hjärta. Låt mig inte villas bort från dina bud.

¹¹Jag gömmer ditt ord i mitt hjärta för att jag inte ska synda mot dig.

¹²Lovad är du, Herre! Lär mig dina stadgar.

¹³Med mina läppar förkunnar jag din muns alla domar.

¹⁴Jag jublar över dina vittnesbörds väg som över stora skatter.

¹⁵Jag ska begrunda dina befallningar och tänka på dina vägar.

¹⁶Jag har min glädje i dina stadgar, jag glömmmer inte ditt ord (Ps 119:10-16)

Om Ignatius och de andliga övningarna

Ett annat sätt att nalkas bibelordet har tydliga kopplingar till lectio divina, men präglas av en större öppenhet för Guds Andes förmåga att använda vår fantasi. Det är därför naturligt att betona vikten av vägledning i samband med detta, gärna personlig vägledning tillsammans med en medvandrare och god lyssnare.

En nyckelperson gällande detta andra sätt att använda Bibelordet är *Ignatius av Loyola*. Ignatius, Jesu sällskaps grundare, föds 1491 på slottet Loyola i norra Spanien. Han är ungefär 30 år när den stora vändpunkten i hans liv kommer. Hittills har han varit soldat och framförallt ägnat sig åt att söka sin ära i vapenövningar. Som soldat deltar han i försvaret av staden Pamplona mot fransmännen. Under striderna skadas Ignatius svårt av en kula som träffar honom i högra benet. Denna händelse tvingar honom att helt ändra levnadssätt. Under sin långvariga sjukdom vill han fördriva tiden med att läsa riddarromaner - den tidens kiosklitteratur. Men när sådana inte finns tillgängliga måste han motvilligt hålla till godo med helgonlegender och betraktelser över Jesu liv.

Det är nu som han gör sitt livs genomgripande andliga erfarenheter. Han börjar lära sig att skilja på de inre rörelser i själen som kommer från Gud och de som drar människan bort från Gud. Detta "andarnas urskiljande" är kärnan i de s.k. *Andliga övningarna*.

När Ignatius blir frisk igen beslutar han sig för att leva ett nytt liv. Han sätter sin ära i att göra stora saker för Jesu skull. Som fattig pilgrim ger han sig av till det Heliga landet. Men det händer mycket på vägen och hans andliga erfarenheter fördjupas. Ignatius börjar förstå att det Heliga landet inte är slutmålet för hans vandring. "Guds större ära", inser han, betyder för honom att "hjälpa själarna" och att vinna andra för Kristus. När han återvänt ifrån Jerusalem samlar han, med hjälp av de *Andliga övningarna*, en grupp likasinnade. 1534 avlägger de gemensamt löften på Montmartre i Paris och 1540 stadfäster påven den nya orden: *Jesu sällskap* (Jesuitorden). När Ignatius, ordens förste generalföreståndare, dör i Rom 1556 har orden redan över 1000 medlemmar.

Ignatius bok "Andliga övningar" är en handledning för en 30 dagar lång reträtt. Boken bygger på hans egna erfarenheter och är tänkt som en slags instruktionsbok för mötet mellan Gud och människan. I början beskrivs alla människors verkliga situation: var och en har sitt mål i Gud och skall sträva efter att ordna sitt liv enligt Guds vilja, till sin egen och andras räddning. Reträttens dagliga meditationer över Jesu liv är därför inte i första hand menade som inre uppbyggelse, utan de vill hjälpa människan att forma hela sitt liv i Jesu efterföljelse, t ex när det gäller att välja arbetsuppgift eller livsform.

"Inlevelsebön"

Ignatius inspirerar till att låta bibelordet tala till oss på ett personligt sätt. Det handlar inte bara om att läsa texten. Det är också viktigt att leva sig in i det som sker. Läs meditationstexten långsamt ett par gånger, så att du memorerar huvuddragen i berättelsen. Be om Andens ledning och lägg sedan ifrån dig texten och låt händelsen växa fram inom dig. Använd alla dina sinnen: se, lyssna, känn, förnim o.s.v. Tänk dig att du var med. Följ dialogen mellan dem du möter i berättelsen. Kanske identifierar du dig med någon person i texten. Delta i samtalet. Ta god tid på dig, så att Anden får levandegöra Kristus för ditt inre. Låt det som sker leda till bön där du samtalar med Jesus och låter dig älskas av Honom.

Var inte rädd för att låta Guds Ande använda din fantasi och tala genom den. Detta skiljer sig lite från lectio divina där textens objektiva budskap är viktigare än vad våra känslor för

tillfället säger. Det är viktigt att komma ihåg att detta fria sätt att förhålla sig till bibelordet också kan föra på villovägar – våra känslor och vår fantasi kan spela oss spratt ibland – och därför är det viktigt med vägledning. Vi kan behöva hjälp att se vad vi ska lyssna till och vad vi ska lämna därhän.

När det blir lugnt och stilla omkring oss så får bibelordet en möjlighet att sjunka djupare in i våra hjärtan och Guds Ande får möjlighet att tala till oss och verka i oss. Gudsordet får ge liv och näring. Vi ges möjlighet att lyssna på ett sätt som vi kanske inte har möjlighet till i vanliga fall. Det är inte nödvändigt att åka på retreat för att detta skall ske. Men för en stressad och otålig nutidsmänniska så kan det vara en hjälp. I dessa corona-tider kan vi dock istället ta emot uppmaningen till "social distansering" som en inbjudan till personlig retreat i vardagen och särskild uppmärksamhet inför Ordet. Det finns mycket att hämta under ytan. Mycket att lyssna till. Ordet vill tala till dig och till mig på ett personligt sätt. Det vill locka oss att bli bedjande läsare. Välkommen att bejaka inbjudan!

Thomas Jonsson