

## Avskildheten - den laddade ensamheten

Under ett antal gudstjänster i vår kommer jag att predika över de andliga disciplinerna. Jag ska strax komma tillbaka till varför, liksom till vad *"de andliga disciplinerna"* är för något. Jag kommer att sträva efter några saker: För det första vill jag att var och en av dessa gudstjänster ska kunna stå på egna ben. Det ska vara möjligt att komma på en gudstjänst och få ut något av just den gudstjänsten. Men dessa olika gudstjänster kommer ändå att höra ihop och min förhoppning är att några av mina lyssnare skulle vilja praktisera denna undervisning. Därför är min andra strävan att dessa gudstjänster ska bli praktiska och utmanande för ditt vardagsliv.

För det tredje vill jag sträva efter att den undervisning vi ger vid dessa tillfällen ska vara intressant för människor i olika lägen av livet. Jag vill att också den ovane besökaren ska få något med sig hem, även om ämnet för dagen skulle vara "fasta", "bön" eller kanske "bibelläsning". Men när jag har sagt detta vill jag också säga att denna förkunnelse är riktad på ett särskilt sätt till dig som längtar efter att få komma närmre Gud, lära känna verkligheten bakom orden, få ett mer levande andaktsliv, mer spänst och utmaning i din kristendom. Jag utmanade den som lyssnade på min förra predikan på tre punkter:

- Jag bad dig att prioritera dessa gudstjänster i vår, för att jag tror att du kommer att ha nytta av dem.
- För det andra bad jag dig att ta ett beslut att växa i mognad och insikt och erfarenhet.
- För det tredje utmanade jag dig att, som en praktisk konsekvens av detta beslut, sätta undan en kvart om dagen för att söka Gud i tystnaden. Inte för att läsa din önskelista utan för att lyssna och för att göra dig medveten om Guds närvaro.

Det är inte för sent att gensvara på dessa utmaningar. Du kan börja när som helst. Temat för denna gudstjänst är: **"Avskildheten"**, med underrubrik, **"den laddade ensamheten"**.

Min övertygelse är att den som lyssnar till detta och praktiserar det kommer att må bra av det. Det gäller alla människor i allmänhet i ett samhälle där tempot ständigt skruvas upp och där effektivitetskraven knäcker alltfler. Framförallt är detta en viktig undervisning för den som vill leva som kristen. Viktig för att avskildheten och ensamheten då också blir en mötesplats. För dig handlar det om att hitta den tystnad i vilken Gud talar. Jesaja profeterade om Jesus: *"Han ropar inte, han höjer inte rösten, hans stämman hörs inte på gatorna."*, Jes 42:2.

Men låt oss inte börja där. Låt oss börja bortom detta. Låt oss börja med frågan: **Vad är egentligen en kristen människa kallad till?** Lyssna till några bibelversar:

*"Nej, låt oss i kärlek hålla fast vid sanningen och växa i alla avseenden så att vi förenas med honom som är huvudet, Kristus."*, Ef 4:15.

*"Var fullkomliga, så som er fader i himlen är fullkomlig."*, Matt 5:48.

*"Sannerligen, jag säger er: den som tror på mig, han skall utföra gärningar som jag, och ännu större. Ty jag går till Fadern..."*, Joh 14:12.

Ett antal häpnadsväckande bibelversar, inte sant? Det mest häpnadsväckande av allt är förstås att de alla handlar om vad Gud vill göra i våra liv!

Jag vet inte hur du reagerar på sådana bibelställen, men jag vet hur jag själv reagerar. Jag slås alltid av den avgrundsdjupa klyfta som ligger mellan mitt eget liv och sådana ord. Och vid

den klyftan blir vi lätt stående. Dessa ord verkar omöjliga. Att bli fullkomlig. Att växa upp till Kristus. Att göra det han gjorde. Och ännu större ting. Ska detta verkligen tas på allvar?

Och om det inte ska tas på allvar – hur ska det då tas?

Men just där, vid klyftan mellan boken jag läser och livet jag lever ligger att antal bibelversar och väntar på att få bli lästa. Ord som handlar om att lära, att öva sig och om att växa. Lyssna till några av dem:

*”Jag går hårt åt min kropp och tvingar den till lydnad, för jag vill inte predika för andra och själv komma till korta.”*, 1 Kor 9:27.

*”Men befatta dig inte med de gudlösa amsagorna. Öva dig i gudsfruktan.”*, 1 Tim 4:7.

*”Anpassa er inte efter denna världen, utan låt er förvandlas genom förnyelsen av era tankar, så att ni kan avgöra vad som är Guds vilja: det som är gott, behagar honom och är fullkomligt.”*, Rom 12:2.

## I. De andliga disciplinerna.

Det är nu vi kommer in i ämnet. Det är här undervisningen om de andliga disciplinerna tar sin början. Hos dem som läst märkvärdiga ord om ett annat slags liv men som inte vet hur man hittar dit.

För länge sedan visste den kristna kyrkan något som den nästan glömt. Den visste något om att söka Gud. En kunskap som gick i arv, från generation till generation.

Det finns nog skäl till att vi glömt. Förutom en inneboende motvilja att lära och öva och en orealistisk dröm om enklare genvägar förekommer många missförstånd och missbruk i fråga om de andliga disciplinerna.

Historien har många historier. Den kan berätta om en man som bestämde sig för att inte äta varm mat på sju år, för att tukta sin egen kropp. En annan utsatte sin kropp för giftflugor när han sov i ett kärr i sex månader. Någon ägnade sig åt att räkna hur många år det kunde gå utan att han såg en kvinna. Simeon Styliten klättrade på 300-t upp på en 18 meter hög pelare där han satt isolerad på en plåt som mätte sex decimeter tvärs över i trettio år... Olika andliga övningar blev ibland ett uttryck för egna ambitioner, för stolthet eller för ren galenskap. Så kom reformationen med sin stora befriande upptäckt: allt är av nåd. Ingen kan förtjäna Guds kärlek.

Detta var befriande, förlösande och gott, men tyvärr kastades ofta barnet ut med badvattnet. Eftersom vi inte kunde förtjäna frälsningen behövde inget göras från vår sida. Så glömdes ofta ett fantastiskt gammalt arv bort. Nämligen en kunskap som var god och sund och som handlade om hur man utvecklas som kristen.

Låt oss se vad vi kan upptäcka tillsammans. Låt oss glömma gammal galenskap, men låt oss fråga efter det som är sunt och riktigt. Hur söker man Gud? Hur kan man öva sig i gudsfruktan? Hur kan man bli mer som Jesus?

I kyrkans gamla skattkammare ska vi gräva fram några fantastiska sanningar. Det kommer att handla om tystnad och avskildhet, om stillhet och om fasta. Det kommer att handla om bibeltro och bibelbruk. Det kommer att handla om gudstjänsten och om tillbedjan. Det kommer att handla om att tjäna andra, om bön, om meningsfulla relationer och om att ta sig an det som skaver i själen, om enkelhet och förnöjsamhet och om en del annat.

## II. Tystnaden och ensamheten

Låt mig nu säga något om ensamhet och om tystnad.

### 1. Den som vill förstå vad Jesus lärde måste studera hur han levde

Man kan inte förstå Jesu liv i offentligheten om man inte studerar hans tid i avskildheten. Jesus inleder sin offentliga tjänst med att dra sig undan och vara i avskildhet i öknen i fyrtio dagar. Innan han utväljer de tolv lärjungarna är han i ensamhet med Gud en hel natt. Efter sitt brödunder där han mättat tusenden drar han sig undan i stillhet. Evangelierna är fulla av sådana beskrivningar. Det är lätt för oss att konstatera att avskildheten och tystnaden var viktig för Jesus.

### 2. Olika slags ensamhet

Ensamheten och tystnaden kan vi uppleva på många olika sätt. Första gången det står i Bibeln att något inte var bra är när Gud ser en ensam människa: *"Herren Gud sade: "Det är inte bra att mannen är ensam..."*, 1 Mos 2:18.

Människan blir till genom en relation och växer och utvecklas i relation till andra människor. Den påtvingade ensamheten är ofta svår och ångestladdad. Att vara ensam är att vara utanför. Som i den gamla dansleken: *"Skära, skära havre"*. Plötsligt stannar musiken, alla finner en partner men någon blir ensam kvar i ringens mitt under det att alla pekar på henne och sjunger: *- Fy skam, fy skam, för ingen ville ha na.*

Vårt behov av gemenskap, att få vara med, är ett grundläggande mänskligt behov. Därför ska man inte alltid dra sig undan: *"...låt oss inte försumma våra sammankomster, som några brukar göra, utan uppmuntra varandra, och detta så mycket mer som ni ser att dagen närmar sig."*, Hebr 10:25. Och: *"Vi hör inte till dem som drar sig undan och går förlorade, utan till dem som tror och räddar sitt liv."*, Hebr 10:39.

Som alltid handlar det om att hitta balans. Studera balansen i Jesu liv. Balansen mellan torget och öknen. Balansen mellan festen och fastan. Balansen mellan samtalet och tystnaden.

Gemenskapen är vår rätta miljö. Men ibland ska vi välja att dra oss undan. Ibland ska vi söka ensamheten – och tystnaden. Den tystnad i vilken Gud viskar. Utan den riskerar vi att bli ytliga och utarmade. Att ständigt leva offentligt är att alltid leva inför andras blickar. Men ibland behöver man gå åt sidan för att söka Guds ansikte.

Paulus säger att det är i gemenskap med andra vi förstår hur stor Guds kärlek är; hur hög och djup och lång och vid Guds kärlek är. Men det är först i ensamheten vi förstår hur personlig den är. Man kan knappast leva ett liv i andlig utveckling utan ensamheten och tystnaden.

### 3. Men tystnaden är en svår sak.

Många av oss upplever sällan verklig tystnad. Vi omges av ljud. Ljud från staden, från våra elektriska maskiner som surrar och piper, ljud från familjen och grannarna, från radio och TV. Vad händer då om det blir tyst?

Många flyr tystnaden. Ofta är det en flykt från den egna oron och kanske från den existentiella ångesten. Tystnaden och avskildheten påminner oss om döden och förgängelsen. Tystnaden är lite skrämmande.

I tystnaden möter vi oss själva. Om du vill veta vad du har fyllt ditt liv med den senaste tiden ska du sätta dig i ett mörkt rum och låta allt bli tyst. Om du blundar får du veta. Plötsligt startar en film. Din tanke far åt alla håll. Du ser bilder och tänker tankar som du fyllt dig med.

Detta är ofta mycket avslöjande. I tystnaden och ensamheten blir det bara du och Gud och kanske kan det då visa sig att det bara finns mycket lite av "du och Gud".

Det sägs att hörseln är den sista sinnesförmögenheten som lämnar oss när vi dör. Det är en mycket svår sak för oss att stänga av alla ljud och bara vara stilla. Men samtidigt oersättligt. Vill du växa som kristen måste du lära dig att dra dig undan ibland och bara vila i tystnaden. Det är först där du upptäcker verkligheten i löftet från Jesus: "*Jag skall be Fadern, och han skall ge er en annan hjälpare, som skall vara hos er för alltid: sanningens ande... Jag skall inte lämna er ensamma, jag skall komma till er.*", Joh 14:16,18.

## Avslutning och utmaning

I samband med att jag vid min förra predikan utmanade andra till 15 minuters tystnad bestämde jag mig förstås också själv för att ta sådan tid. Jag lade då märke till tre saker:

**1. Det var svårt.** Mina tankar sprang åt alla håll. Jag såg verkligen filmen om allt jag fyllt mig med den senaste tiden. Och mycket av allt detta som var helt utan värde.

**2. Sanningen kom ikapp.** För nästan precis ett år sedan fick jag ett svårt besked angående min hälsa. Mitt hjärta hade tagit stryk och jag var inte längre frisk. Faktum var att det hotade mitt liv och att det kanske fortfarande gör det, fast jag nu m.h.a. bra mediciner och god läkarhjälp och mycket förbön mår bättre. När jag bestämde mig för att vara tyst och söka Gud i stillhet, utan att prata själv hela tiden, upptäckte jag att jag slarvat. Jag hade tagit en mun full av mediciner varje dag och försökt jag leva som om ingenting hänt. När jag blev tyst kom sanningen ifatt och jag mötte min egen dödsångest på ett mycket konkret och obehagligt sätt. Det var dags för det.

**3. Det tredje jag upptäckte var att jag började be.** Plötsligt, utan att jag tänkt på det, i olika situationer kom jag på mig med att be. Jag blev känsligare, mer berörd av nöd och lidande omkring mig.

Så långt mina erfarenheter.

Det skulle vara mycket intressant att få lyssna till dina.

Jag tror att du kan hitta former som passar för dig när det gäller att hitta ensamheten och stillheten. Kanske ska du ta utmaningen om 15 minuter i tystnad och ensamhet varje dag. Kanske kan du hitta en stilla stund på bussen. En del människor ställer klockan på ringning och går upp en stund mitt i natten, tänder ett ljus och låter tystnaden bli ett rum för gudsmötet. Åk på en retrit några dagar. Ta en weekend med Jesus. Hitta det som fungerar. Köp gärna en anteckningsbok och fånga de tankar Gud ger dig. Detta ger sig inte självt. Du väljer det. Jesus sa om Maria: "*Maria har valt det som är bäst och det skall inte tas ifrån henne.*", Luk 10:42.