

INNLEDNING

Denne boken er skrevet til deg som allerede er kjent med bønn, men som gjerne vil ha inspirasjon til å be mer eller på nye måter. Men jeg vil også gjerne ønske deg som er ny, eller søkende, i bønnens verden, velkommen. Dette er derfor både en smal bok og en bok som er skrevet for en bredere målgruppe.

Går det an? Ja. Boken du leser nå er nemlig ikke som en striglet engelsk park, men kanskje heller som en litt rufsete og romslig norsk hage. Noen vekster er trimmet og stelt ganske bra, andre blomster gror der de vil, fra gammelt av. Jeg håper du vil innstille deg på å utforske bønnens hage sammen med meg, både kjente og ukjente sider av den. Noen steder skriver jeg om aspekter ved bønn som jeg forstår, andre steder er jeg fortsatt på leting etter svar. Kanskje vi kan finne fram til nye innsikter sammen?

Det å be er på mange måter som å gå inn i en hage med ulike steder å hvile. Det er herlige dufter og fullt av farger. Men også hardt arbeid; det er røtter og ugress som må fjernes, skal det bli ny vekst. Hagestell har lange tradisjoner. Bønn har mye lengre historie. Det finnes mange forskjelli-

ge måter å tenke på om bønn og tro. Jeg er opptatt av å finne ut hva vi kan bruke fra disse ulike tradisjonene, enn av å luke ut alt som ikke hører til min egen lutherske erfaring.

Du er velkommen til å lese i den rekkefølgen jeg presenterer teksten. Eller til å bla fram og tilbake mellom kapitlene etter hva du tenker du trenger å lese om akkurat nå. Noen kapitler vil du kanskje lese flere ganger. Andre vil du gløtte raskt gjennom. Bønn er forskjellig fra menneske til menneske selv om Gud er den samme. Og det er rom for å utforske bønnens natur på ulike måter.

Mange har skrevet mye klokt om bønn. Jeg prøver i denne boken å utforske bønn med egne tanker, men i dialog med tekster andre har skrevet. Derfor vil du oppdage at jeg underveis viser til tanker og bøker som beskriver en del av min egen oppdagelsesreise i bønnens landskap.

Bønn er både enkelt og komplisert. Dette har ikke bare med bønnens vesen å gjøre, men med Guds vesen og vårt menneskelige jeg. Det uforklarlige, det sammensatte, det skiftende i oss mennesker i møte med oss selv, med andre og med Gud, gjør livet rikt. Bønnen bærer i seg gjenklang av dette. Og bønnen bærer i seg gjenskinnet av mysteriet Gud.

Om du er ny i bønnens landskap og nå ser litt engstelig på teksten og tenker: «Dette høres vanskelig ut, hva snakker hun egentlig om?», la meg bare forsikre deg om at bønn også er lett. Bønn er rett og slett å si for eksempel: «Jesus? Hvem er du? Hva er du?»

Mer trenger du ikke å vite for å begynne å be. Du trenger

faktisk ikke å vite noe som helst for å begynne å be. Det holder at du på ditt vis vender deg i retning av Jesus.

Men kanskje du leter etter inspirasjon eller kunnskap om ulike måter å be på? Eller hvis du er av dem som har bedt i mange år, så kan det jo være at du har glede av å se utsikten fra ukjente steder eller å studere nye vekster i bønnens hage, før du vender hjem til det du allerede kjenner.

Kanskje Gud er din sterkeste lengsel og du ønsker å finne nye måter å søke ham på? Eller kanskje Gud er en uklart størrelse for deg? Uansett så håper jeg at mitt blikk i denne teksten kan hjelpe deg å få øye på Gud. Vi mennesker er ikke så forskjellige. Et lite gløtt inn i mitt liv kan kanskje gi deg nye perspektiver på mennesker eller situasjoner du møter i ditt liv?

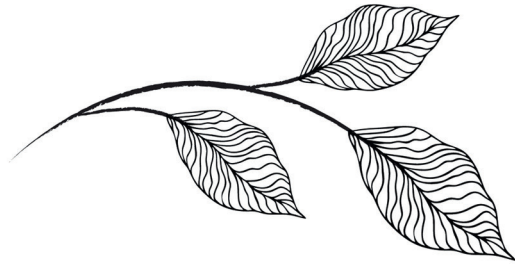
Vi får se. Nå inviterer jeg deg hjem til meg. Et sted må vi begynne.

Victoria Bø

Oslo, 2022

I GRØNNE ENGER

Bønnens natur



Jeg sitter på et lyst kvistværelse og skriver. Utenfor vinduet vokser det to villskudd. Høye, tynne kirsebærtrær som strekker seg mot himmelen. De har bare noen få lyserøde bær mellom bladene. Men det er disse to trærne sola skinner på akkurat nå. Bak villskuddene er det en grønn vegg av vekster som fortsatt ligger i skyggen. Det er morgen, og sola har ikke rukket rundt huset, men nøyer seg med å lyse opp bladene på kirsebærtrærne. Noen av bladene har røde tråder i seg. Det kan se ut som om treormer, larver eller noe annet har ålt seg rundt på overflaten, men da har de ikke gjort annen skade enn å gjøre bladene enda vakrere.

Jeg har satt opp takvinduet, så derfor dunker døren bak meg av og til litt dovent mot dørkarmen. Nede i kjelleren i dette gamle huset vi bor i, står det et vindu åpent for utluf-ting. Nå løper trekken fra takvinduet via døråpningen, ned i kjelleren og ut i hagen.

Hagen som ligger rundt huset, er forunderlig. Den er full av spor fra dem som har levd her før. Det går en gammel steinkant rundt en grønn plenflekk ved frukttrærne. Opp mot gjerdet til naboen vokser det bringebærkratt som

noen må ha plantet en gang. Bak det grønne uthuset er det en grunnmur fra noe som kanskje har vært en løe, et minne fra den tiden da det sikkert var utmark og dyr på beite her på åsene ved Oslo.

På samme måte som hagen bærer spor av dem som har levd her før, er bønnens landskap fullt av spennende spor fra mennesker som har tenkt og skrevet og praktisert bønn før meg.

Jeg har mange bøker liggende på pulten. Men nå, med et rolig vinddrag gjennom rommet, og med lys sol på grønne blader med røde tråder, så lurere jeg på om jeg går omveier hvis jeg går til bøkene.

For bønn er det som er *her akkurat nå*.

Kanskje jeg må forklare litt nærmere.

I går kveld åpnet jeg som jeg pleier Salmenes bok i Bibelen og leste en salme. Jeg var kommet til Salme 23. En salme av David. Og David skriver:

*Han lar meg ligge i grønne enger,
han leder meg til vann
der jeg finner hvile.
Han gir meg nytt liv.*

De setningene festet seg i meg: «ligge i grønne enger», «vann der jeg finner hvile».

Jeg skrudde av lyset. Og skrudde det på igjen.

«Ved de stille vannene» skrev jeg ned som mulig tittel til

en bok. «Hva er bønn, og hvorfor skal du be?» kom straks etterpå. To setninger. Som en mild vind i et soverom hvor begge vinduene var lukket og lyset var slukket.

Men i dag, her ved skrivepulten med Bibelen åpen på skrivebordet og lyden fra snekkere som holder på i huset til naboen, nå, akkurat her, så tenker jeg at bønn er samtale. Det er ingen ny definisjon av bønn. Løfter jeg en av bøkene på bordet, finner jeg ordet «samtale» flere steder som forklaring på hva bønn er. Faktisk så formulerte en kristen tenker, Clemens av Alexandria (ca. 150–216), denne forklaringen allerede på 100-tallet: *Bønn er en samtale med Gud*.

Deler vi opp ordet, består det av to elementer: «sam» og «tale». Kanskje er det viktig å starte med det? Bønn er ikke oppramsing eller «enetale», enten man sitter i et rom for seg selv og ber, eller om man snakker med Gud i sitt eget indre midt i en forsamling. Nei, bønn er ikke «ene» selv om man er alene. Bønn er «sam»-tale. Bønnen er altså et fellesskap, et rom, et sted hvor noen møtes.

Hvem møtes?

Kanskje man kan si det slik at Guds ånd, altså Guds uttrykk, som ikke har noen bestemt fysisk form, møter vårt menneskelige indre, det vi kan kalle «ånd», i bønningen. «Ånd» har med liv og pust å gjøre, åndedrett.

I bønningen møter vår ånd Guds ånd.

Vil vi gå enda dypere, går det an å si at Guds ånd er til stede i oss som tror på ham, når vi ber. Dermed kan vi

kanskje si at Guds ånd så å si møter seg selv i bønnen. Men innledningsvis kan vi nok holde oss til at bønnen er en samtale som skaper et møtested, et fellesskap mellom oss og Gud.

Mange forbinder bønn med å be for noe spesielt eller med faste ord, for eksempel «Fadervår», bønnen som nå heter «Vår Far». Og kanskje at folk som ber, sitter med foldede hender. Ja, det er slik vi er mest vant til å tenke på bønn: mennesker som sitter med foldede hender, alene eller sammen med andre. Men bønnen i seg selv er usynlig. På samme måte som musikk. Eller vind. Gjennom denne boka vil jeg oppmuntre deg til å utforske bønnen med dens mange uttrykksformer og utallige gjenspeilinger av et menneskes samtale med Gud. Selv om vi er mennesker med en fysisk form, kan vi be uten ord eller fysiske fakter; vi kan be med vår «ånd», med det innerste av oss selv, det vi ofte kaller «hjertet». Det betyr ikke at det er best å be uten ord, vi kan selvfølgelig bruke vår naturlige stemme, konkrete ord, lyder, latter, sang, klage og gråt. I samtale med Gud kan vi faktisk bruke alle de uttrykksformene vi har som mennesker.

I denne boken kommer jeg til å ha «merkelapper» eller «navn» på ulike måter å be på. Men det er først og fremst som en hjelp for å tenke rundt bønn, det er ikke oppskrifter eller en begrensning av hva bønnen er. Jeg begynner med å betrakte bønn som «samtale» mellom Gud og mennesker. Menneskelige samtaler er av alle slag. Noen ganger oppsummeres et helt livs samtale i et eneste kort blick.

Andre ganger er samtaler bare en uttømming av frustrasjoner og slit. Ofte er samtaler fylt av latter. Enda oftere er samtaler bare tomt prat.

Og siden våre menneskelige samtaler har så forskjellig karakter, burde det vel ikke forundre oss at samtalen med Gud har adskillig flere aspekter?

Min dialog med deg gjennom denne boken tar utgangspunkt i at Gud lever og kan nås gjennom bønn. Nå kan det jo hende du lurer på om Gud i det hele tatt eksisterer. Eller at du har erfaringer som gjør at du kjemper med bønn. Men jeg håper du blir med inn i bønnens landskap og dette terrenget jeg har satt meg fore å utforske. Kanskje et forsøk på å be, eller å be på nye måter, kan gi deg nye eller bedre erfaringer?

Bønnen, samtalen med Gud, kan vi aldri fullt ut analysere eller forstå. Bønnen begynner med Gud. Den følger ikke vanlige menneskelige mønstre. Samtalen med Gud er som en vind som blåser dit Gud vil og viser seg på de måter han vil, ofte på måter som overrasker oss. Gud lar seg ikke forklare med menneskelige merkelapper eller kategorier.

Jeg gløtter opp fra det jeg skriver og merker at jeg har vært et stykke inne i tankelandskapet nå. Lyden av snekkeren som trekker ut spiker får meg tilbake til livet her og nå. Jeg hører hvordan noen andre klipper gresset et sted, hører snekkeren kaster plankene i en haug i nabohagen.

Verdens samtale med seg selv pågår slik. Det er lyder, stemmer og støy.

Samtalen med Gud ligner. Men samtidig er den en helt annen. For eksempel så leste jeg altså et salmevers i går som fikk meg i gang med å skrive. I dag når jeg skriver dette, oppdager jeg noe jeg aldri har tenkt på før: Hjemmet vårt står midt i grønne enger. Det er en plutselig innsikt, Bibelens ord kommer tett på mitt liv. Jeg *bor* jo i grønne enger. I dag er det hus og hage og bilvei og annen bebyggelse. Men fra gammelt av var det grønne enger her, slik som i Salme 23.

Plenen, med sitt noen ganger høye gress, er et yndet sted for ekorn, for patruljerende katter og fløytende fugler. Det er en moderne plen på overflaten. Men i jordsmonnet er det gamle, grønne enger. Jeg har bare aldri i min travelhet tenkt på det.

Min hektiske hverdag hviler altså allerede i et fredelig terreng som Gud har lagt ferdig. Kanskje dette er en del av min samtale med Gud. I dag har jeg fått et nytt blikk på hjemmet mitt, på livet jeg lever akkurat her. Jeg har tenkt at det er så mye travelhet, så mye strev i livet mitt, men hvilen, den er her, det er jo hvile her jeg bor!

Du lar meg ligge i grønne enger.

Noen ganger er det en del av samtalen med Gud å få slike nye indre bilder, ny forståelse, nye, milde forbindelseslinjer mellom eget liv og Guds ord. Ja, bønnesamtalen pågår også på den måten. I går kom Gud med et ord da jeg leste en av salmene i Bibelen. I dag skriver jeg ned min respons i form av refleksjoner som jeg deler videre med deg som leser teksten akkurat nå.

VÅRRENGJØRING

Hvordan svarer Gud på bønn?



Jeg har gått ut i sola, drukket kaffe og kommet inn igjen med nye tanker. Snekkerne driver fortsatt på. Sola har flyttet seg. Den har funnet det store kirsebærtreet i hagen nord for huset vårt. Alle disse mektige trærne. Jeg tenker på en jeg kjenner som fortalte om et eiketree, et tre av det store slaget, et tre han likte å gå forbi og stanse litt ved. Jeg forestiller meg at det må ha vært et av disse trærne som stod her allerede da munkene bodde på Hovedøya i Oslofjorden. Han sa at han så på det store eiketreet, og tenkte: *Slik er du, Gud.*

Gud er som eiketreet: fullt av liv, fullt av lys, fullt av greiner, urokkelig. Bibelen gir oss mange bilder på hvem Gud er. Og mange tenkere før oss har grunnet på Guds natur. Augustin, den intellektuelle tenkeren og retorikeren, som ble kristen som 32-åring og siden biskop, skriver i år 398:

Du er uendelig høy og god, mektig, ja allmektig, barmhjertig og rettferdig, den mest skjulte og likevel allesteds nærværende. Vakker og sterk er du, urokkelig og ufattelig, selv uforanderlig, men forandrer alle ting. Aldri er

du ny og aldri gammel, men fornyer alt og lar de hovmodige bli gamle uten at de selv vet om det. Alltid er du virksom og alltid i ro. Du samler, men trenger ingenting. Du bærer og fyller og verner alt; du skaper, gir vekst og fullender. Du søker, enda du selv ikke mangler noe. Du elsker uten lidenskap, er nidkjær og likevel trygg. Du angrer uten smerte, blir vred og er enda rolig. Du forandrer dine gjerninger, men ikke din rådslutning. Du tar det du finner, men har aldri mistet noe. Du trenger aldri noe, men gleder deg over vinning. Aldri er du gjerrig, men krever dog renter. Noen ofrer til deg mer enn de plikter, så de har til gode hos deg, men hvem har noe som ikke er ditt?

Det er noen litt gammelmodige ord i oversettelsen. Men Augustin beskriver mysteriet Gud.

Gud er mysteriøse motsetninger for oss mennesker fordi vår menneskelige forståelse er begrenset.

Bønn er samtale, men fordi det er en utveksling mellom Gud og menneske, kan den virkelig forandre og forundre oss.

Den britiske forfatteren, tenkeren og Oxford-professoren C.S. Lewis sier i sin innføringsbok om kristendom fra 1952, *Mere Christianity*, som på norsk heter *Se det i øynene*, at hvis Gud finnes, så kommer vi ikke forbi ham og hans sønn. «Vi må gjøre vårt valg. Enten var, eller er, denne mannen Guds sønn, eller han var gal eller noe verre. Du kan slå

ham i hodet med at han var en tåpe; du kan spytte på ham og drepe ham som en demon; eller du kan falle for hans føtter og kalle ham Herre og Gud.» Hvis en allmektig Gud virkelig regjerer og er til, så må enhver velge om vi vil leve vårt liv med ham eller uten ham. Det er mange som velger det siste. Eller er det Gud som velger å skjule seg for dem, slik at de ikke fullt ut skal se ham? Disse tingene er vanskelige. Er det vi som roper på Gud, eller er det Gud som kaller på oss? Bønnen begynner med Gud. Men begynner troen med Guds henvendelse til oss? Eller er det vi som med vår frie vilje velger ham? Mange har tenkt forskjellig her. Men vi kan holde fast på at alle mennesker er invitert til å tro, invitert til å be.

Om vi henvender oss til Gud i bønn, om vi starter samtalen med ham, kanskje bare med det enkle spørsmålet «Er du der, Gud?», må vi se oss om etter hvordan Gud svarer. En enkel måte å betrakte bønnesvar på er å se for seg at Gud gir tre svar: «Nei», «Ja» eller «Vent». Det kan ha mye for seg å tenke slik. Men vi burde kanskje også se utenfor de vanlige kommunikasjonsformene og svarformene vi er kjent med. For eksempel så forventer vi ikke røyksignaler som svar hvis vi henvender oss til noen med en e-post. I samtalen med Gud får vi noen ganger direkte svar – ja eller nei. Men andre ganger kan svaret oppleves som røyksignaler som stiger opp fra en helt annen kant enn den vi ønsker å se mot.

La meg komme med et eksempel:

Jeg har lenge bedt Gud om hjelp i en situasjon. Jeg har, når jeg tenker over det, servert Gud minst tre måter han kunne svare meg på. Vi kan si det slik at jeg har gitt Gud min bønnebeskjed i tre kommunikasjonskanaler: Jeg har skrevet en melding, jeg har postet et håndskrevet brev, jeg har sendt ham en Snap.

Men Gud svarte ikke.

Hvor var Gud i samtalen da?

Jeg sitter jo her og ber og ber, snakker og snakker til Gud.

Men det kommer ikke noe svar.

Eller kommer svaret, men ikke i en form som jeg forstår?

De siste dagene har jeg begynt å lure på om Gud kanskje allerede har svart? Og det for lenge siden. Det kjennes nemlig ut som om noen har tatt en vårrengjøring i sjelen min – luftet ut, banket tepper, sett på om vinduene trengte en puss, reparert en løs skrue i verandadøren, strammet til noe som var falt fra hverandre, festet en list. Uten at jeg har lagt merke til det. Jeg har ventet på brev eller melding. Men Gud har svart meg på et helt annet plan.

Jeg ventet på et konkret bønnesvar på et konkret problem. Helst med det samme. Isteden har Gud gått rundt i meg og sett at der var det noen verdensbilder som hang på skjeve, som han mildt har rettet opp. Så har han sittet i skrivestolen min og merket at den var i ferd med å falle sammen, og har netthendt strammet løse deler. Gud har til og med sett de skitne rutene mine og mildt vasket dem rene så jeg kan se klart en stund. Og Gud steller fortsatt

med innsiden min, merker seg at bildene henger skjevt på veggene igjen, justerer dem på ny.

Jeg personifiserer og «menneskeliggjør» Gud i veldig stor grad her. Men du skjønner kanskje hva jeg forsøker å si. Jeg ventet på et konkret bønnesvar. Jeg venter fortsatt på et konkret bønnesvar.

Jeg vet ikke hva som kommer til å skje med det jeg strever med.

Men det er ikke så viktig lenger. For Gud har skapt en endring i meg gjennom «en vårrengjøring». Og jeg merker at jeg puster lettere, det er fredeligere i meg, jeg er gladere. Jeg kjenner at det ikke haster med svar. Og at det jeg ba om, egentlig var en rask avklaring på en måte jeg kunne forstå. Isteden har jeg fått en generalopprydding som jeg trengte og kan ha glede av i lang tid.

Gir dette eksempelet mening?

Jeg håper det. Hensikten min er å vise at bønn er samtale, og at Gud ikke er en taus partner i samtalen. Gud svarer på bønn. Men vi må holde utkikk etter andre svar enn akkurat dem vi bestiller. Noen ganger får vi nøyaktig det vi vil ha og ber om. Men andre ganger gir Gud oss noe annet, noe mer. Og noen ganger svarer han ikke. Eller gjør han det?

Jeg må ha litt påfyll av kaffe. Men jeg er straks tilbake. Jeg funderer på noen spørsmål når det gjelder Guds svar på bønn.