

# 1 kontakt

med

B A P T I S T K I R K E R N E

Nr. 2

Februar  
Marts

2012

## Fri som en fugl

En glad og sprudlende mand fangede en gang en fugl og satte den i et bur. 'Giv mig min frihed!', skreg fuglen, da han lukkede døren. Overrasket over at fuglen snakkede til ham, stod han og lyttede, mens den fortsatte: 'Jeg er ubrugelig for dig, for jeg har ikke smukke fjer at kigge på, og jeg kan ikke synge smukke sange, og jeg er for lille til at spise. Men hvis du giver mig min frihed, vil jeg til gengæld fortælle dig tre vise ord.'

**Manden gik** med til det, og derefter sagde fuglen til ham:

'1: Sørg ikke over det, som allerede er sket.

2: Ønsk ikke det, som er uopnåeligt.

3: Tro ikke på det, som ikke kan være muligt.'

'Det er virkelig nogle vise ting, du har lært mig', sagde manden. Som aftalt åbnede han døren til buret og gav den lille fugl sin frihed. Manden satte sig og tænkte over fuglens ord, og fuglen fløj op på en gren højt oppe i et træ.

**Efter nogle få minutter** hørte manden fuglen grine. 'Hvorfor griner du?', råbte han. 'Fordi jeg så let fik min frihed tilbage', svarede fuglen. 'I mennesker roser jer selv for at være de klogeste skab-

ninger, og dog har jeg, en lille fugl, snydt dig. I min mave ligger der en diamant på størrelse med et hønseæg. Hvis du ikke havde sluppet mig fri, havde du været en rig mand.'

**Da han hørte** det, blev vores engang så glade og sprudlende mand vred, ked af det og deprimeret. Og jo mere den lille fugl grinede, jo mere vred, ked af det og deprimeret blev manden. Efter noget tid begyndte manden at råbe skældsord efter fuglen, mens han prøvede at indfange den igen. Den lille fugl var aldrig indenfor hans rækkevidde.

**Endelig råbte** den lille fugl: 'Hør på mig, du menneske. Da du gav mig min frihed, fortalte jeg dig tre visdomsord, og alligevel glemte du dem stort set med det samme.

1: Du skal ikke sørge over hvad der allerede er sket, men du sørger stadig over, at du gav mig min frihed.

2: Du skal ikke ønske dig det, som du ikke kan opnå, og alligevel vil du have, at jeg, for hvem frihed er selve livet, frivilligt skal gå i fængsel.

3: Du skal ikke tro på det, som er umuligt, og alligevel tror du på, at jeg slæber rundt på en diamant på størrelse med et hønseæg i min mave, selvom jeg selv kun er den halve størrelse af et hønseæg.' Og med de ord fløj fuglen væk.

**Dette nummer** handler om faste. Faste handler bl.a. om at sætte grænser i ens liv og således blive fri (se side 3 og dernæst side 2). Måske var det "godt begyndt" på fasten at lytte til fuglens tre råd. Hvis vi så tilmed lever dem, dvs. praktiserer en let faste (side 3), og ikke som manden hurtigt glemmer dem igen, kan det være fasten kan gøre os "fri som en fugl." Fornøjelig faste.

Poul A. Beck



## "Se" Jeg er med jer...



Dette billede er malet af Niels Larsen Stevns og hænger i Vrensted Kirke i Nordjylland, nær Løkken. Motivet er fra Johs. 8 om kvinden, der er grebet i hor. Loven kræver hende stenet, og alle de fine og "fromme" mænd kommer med hende for at høre, hvad Jesus kræver.

Men Jesus går ikke ind på deres krav. I stedet bøjer han sig stille ned og skriver sagtmodigt med en finger i sandet. Da de bliver ved med at presse ham, rejser han sig blot og siger: *Den, der er syndfri, kan kaste den første sten.* Så bøjer han sig og skriver videre. Men mændene går bort en efter en. De ældste (og måske de med størst selvindsigt) først!

Det er dette øjeblik, Stevns har indfanget. De overfromme lister bort. Den sidste ses endnu i billedet. Om et øjeblik retter Jesus sig op og siger de befriende ord: *Heller ikke jeg fordømmer dig. Gå og synd fra nu af ikke mere.* Dermed satte han synderen fri, trak en streg i sandet for lovens magt og trækker en grænse for de selvretfærdige. En øvelse i (næste)kærlighed. Fastens indhold fylder på denne måde billedet.

Nederst i billedet aner man det øverste af en dør. Billedet er viseligt placeret over udgangsdøren, så når man gå fra kirke, er det den sidste hilsen, man "ser": Først: Den syndfri kan kaste den første sten. Dernæst: Gå og synd ikke mere. God faste.

Poul A. Beck

## Når du vil bede.

### Februar

Jesus, vort håb  
I os tænder du en lysstråle.  
Den tillader os at komme  
tæt på din barmhjertighed.  
Og selv i vore lidelser  
bringer du til live  
En ånd af indre styrke  
Og af nåde

### Marts

Hellige Ånd  
gør os, gennem ydmyg bøn,  
I stand til at være i fællesskab  
Med de uskyldige,  
Med troende, hvis hjerte er rent.  
Uden at vide det  
reflekterer de for mange  
Kristi kærlighed og  
barmhjertighed

*Br. Roger af Taizé*

### Hjælp os og hold os fast

Himmelske Far, hjælp os til  
ved din Ånd altid at høre  
den sandhed og se den vej,  
som Kristus blev i vores  
verden. Hold os fast ved  
ham, så glæde og kærlighed  
vækkes og vokser i os.

Gud, du, som har skabt os  
og kender os bedre, end vi  
kender os selv, retled os i  
denne konfliktfyldte verden.  
Vær med os, når vi rammes  
af smerte og sorg, når vi  
mister modet - når det bliver  
mørkt i os.

Herre Kristus, hjælp os at  
følge i det spor, du har banet  
gennem frygt og bekymring  
og død. Lad lys og kraft fra  
dig fylde vore hjerter, forny  
vort håb og vort liv, så vi  
bliver til glæde og støtte for  
hinanden.

*Københavns Domkirke*

**kontakt** Kirkeblad for 6 danske baptistmenigheder  
103. årgang

Redaktør: Poul A. Beck, Jegstrupvej 61, 8800 Viborg, tlf.: 8661 4777, beck@paradis.dk

Layout: Jan Carstens, Glentevej 10, 8800 Viborg, tlf.: 2165 2198, c@rstens.eu

Regnskab: Jens Anker Næsby, tlf.: 3049 9660, jens.anker@naesby.dk

Tryk: Born Grafisk Tryk, Viborg

Eftertryk efter forudgående tilladelse er mulig.

Baptistkirken i Danmark - Lærdalsgade 7, st. tv. 2300 København S - www.baptistkirken.dk

# At trække en grænse

Faste hører af og til sammen med et centralt begreb i den tidlige kristne vejledningstradition, nemlig askese. Ordet kommer fra græsk, den unge kirkes sprog, og betyder »øvelse«. Mens askese i vores opfattelse har fået en negativ klang og ofte forbindes med at sulte sig og plage og foragte sin krop, blev ordet oprindeligt brugt i helt profane sammenhænge, fx inden for idræt eller i militæret. Dets betydning er slet og ret *træning*. Ved at bruge dette ord i den åndelige vejledning viser ørkenfædrene i 300-tallet, at virkelig fremgang forudsætter øvelse. Det gælder alt i livet - ikke mindst kærligheden! - og burde egentlig være selvfølgeligt. Uden askese er det ikke muligt at vokse i kærligheden, som er målet for alt menneskeligt liv.

Askese er i denne sammenhæng et godt ord, fordi det gør det klart, at al øvelse indebærer, at man trækker en grænse for sit liv. Og det er i forhold til det gode i livet, vi har behov for at trække grænser. Når vi

taler om at faste eller om askese, så handler det altså ikke om at sige nej til det, en kristen opfatter som »synd«. Al faste tager sit udgangspunkt i kroppens og sindets behov. Det, der er givet af Gud i skabelsen og beriger livet, skal ikke belægges med skyld: Søvn, mad, klæder, seksualitet, relationer, syn, hørelse, tale og meget andet. Men hvis de naturlige behov bliver brugt forkert eller bliver konkurrenter til vores dybere åndelige behov, så virker de imod deres hensigt; så bidrager de ikke til et godt og rigt liv.

Derfor begynder enhver faste med, at vi ser på vores liv og vores måde at leve på. Vi stiller spørgsmål til os selv: Hvad i mit liv risikerer at tage for meget plads? Hvad trækker mig let i en retning, jeg ikke ønsker? Hvad et det, der må dø en lille smule, for at jeg skal kunne leve mere helhjertet? De svar, jeg kommer frem til, hjælper mig med at udskille de områder, hvor jeg har behov for at faste - det vil sige at trække en grænse for mit liv.

## En let faste

»Jeg vælger hellere en let faste, som varer længe, end en som er byrdefuld i begyndelsen og hurtigt holder op,« sagde en af ørkenfædrene. De erfarne ved, hvad de taler om. De ved at den største årsag til, at mange af os nybegyndere mislykkes i vores åndelige øvelser, er, at vi lægger for hårdt ud. Vi vil jo så meget. Vi længes så varmt. Vi bliver udfordret af en inspirerende prædikant, eller af noget vi har læst i fastens begyndelse, og tænker: »Nu skal der virkelig ske noget!« Så strækker vi os efter noget, vi ikke kan nå. Og det eneste, der bliver tilbage, er en dårlig samvittighed.

Den åndelige erfaring understreger *mådeholdet*, ikke mindst når det gælder fasten, og advarer mod de alt for ambitiøse åndelige projekter. Bag disse lurer hovmodet nemlig, og de bliver oftest kortlivede. Hemmeligheden ved al faste ligger i det, der står tilbage og bliver en vane i mit liv. Lidt velovervejet mådehold bliver da uendeligt meget mere virksomt end en storslået indsats, som bare er en engangsforeteelse. Som en anden af ørkenfædrene udtrykker det: "Alt overdivelse kommer fra dæmonerne."

Peter Halldorf

Fra bogen: *Vejledning om fasten.*



Fremgang forudsætter øvelse.  
Det gælder alt i livet  
- ikke mindst kærligheden!