

De sju nyckelorden

Mats Jirefelt

1. Långsamhet
2. Frihet
3. Enkelhet
4. Bekymmerslöshet
5. Tystnaden
6. Delande
7. Andlighet

Långsamhet:

Långsamhet är en konst som många gånger kan vara svår. I en stressad värld fyllda av intryck, ser vi reklam medier och dylikt som påverkar oss att se hur vi egentligen skall se ut och vad vi alla måste köpa för att vara en normal människa. Allt detta stressar oss människor, alla måsten. Frågan är vad jag egentligen vill ha? Är det inte så att jag skulle vilja omvandla alla **måsten** till vad jag egentligen **vill**. Jag vill inte bli stressad av alla måsten och vad jag behöver eller inte, utan våga vandra i min egen takt och följa min egen vilja. All stress äter upp min frid och gör att jag inte kan vara närvarande i de möten med människor och den natur som Gud har gett oss. Jag kanske inte alltid ser det som vår Herre ger oss, eftersom jag måste skynda mig och vandra i någon annans takt, för att hinna till nästa plats eller möte. Jag vill finna den frid som vår Herre vill ge mig och oss, men hindrar inte stressen mig att finna just Dig. Du som vill visa dig i andra människor och i hela din skapelse. Herre låt mig finna långsamhetens lov, så att jag kan möta dig i min nästa, i naturen och i hela din Skapelse. Gud ge mig möjlighet till vila i min vardag och helg, så att jag kan finna den frid som bara Du kan ge.

Frihet:

Herre jag tror vi alla människor vill finna frihet och lugn i våra liv, men vad betyder frihet för oss idag? En fängelsevistelse kan anses som ett frihetsberövande, men för dem som inget hem har kan fängelset vara det enda frihet de har. Ett fängelse kan vara den enda tryggheten personen har eftersom

det erbjuder både mat, husrum och struktur. När jag såg filmen **”Nyckeln till frihet”** fick ordet frihet en annan betydelse i hur tryggheten plötsligt rycks bort. Det verkliga fängelset är kanske mitt eget knutna jag, som hela tiden vill begränsa mig till vad jag kan och inte kan göra. Jag kanske inte bara skall göra det jag kan göra, utan försöka nå ut på det okända området i det okända. I detta okända område kan jag känna mig osäker och sårbar, men är inte Gud med mig där? Jo, Herren omsluter mig på alla sidor och vill att jag både skall kunna ge och ta emot. Jag kan varken ge eller ta emot om jag bara har knutna händer, händerna måste öppnas för min omvärld. Friheten är att våga ge och ta emot, just här och nu. Friheten ger hopp och mod vara den människa som Gud har skapat mig till. Friheten är svår att finna själv, men tillsammans med Gud och andra finns det möjlighet. Vi måste riva de murar som berövar vår frihet och inse att friheten stäcker sig betydligt längre än vi tror. Det är först när jag kan se att mitt egna knutna jag som jag kan inse att detta är fängelset och genom detta kan jag finna friheten. Friheten finner vi ofta och många gånger i det lilla i tillvaron, de små ljusglimtarna som vi önskar skall bli betydligt fler, Herre hjälp oss att finna dem.

Enkelhet:

Vi människor i vårt samhälle ser många gånger på hur våra grannar har det. Om de köper en ny bil, nya möbler, bygger om och så vidare, då vill vi också ha allt detta och gärna lite finare än grannen. Denna bevakning av hur grannarna har det gör att vi glömmar bort vad vi egentligen behöver. Är det inte så att vi skulle kunna klara oss med att leva lite enklare och inte behöva sträva efter något mer exklusivt. En präst sa en gång i tiden:

”Gå inte på det där med materialismen, den leder oss bara längre och längre bort från Gud och det som han vill ge oss.”

Alla de sakerna som vi skaffar ger inte oss möjlighet att få frid eller bli nöjda. Det kommer hela tiden nya saker som vi behöver och till sist är det sakerna som bestämmer över våra liv. För den personen som väljer att leva ett enklare liv kan istället glädja sig åt andra människor och de glädjestunder vi har tillsammans. Tänk att ett enklare liv ofta ger äkta vänskap och ett liv tillsammans med Gud. Låt oss därför möta den Gud som faktiskt levde sitt liv här på jorden, i all enkelhet och faktiskt föddes i ett stall.

Bekymmerslöshet:

Ordet bekymmerslöshet talar om frihet och är ett fantastiskt ord egentligen, med mycket karaktär och glädje. Hur som helst är ordet för mig en utopi

eftersom jag troligen aldrig har varit fri från bekymmer någon gång i livet, men visst är bekymmer till för att lösas. Bekymren kanske jag inte kan lösa på en gång, men om ett bekymmer delas mellan varandra är det lättare att lösa. Jag tror på ett delande av bekymmer med varandra, för de kan faktiskt både stärka och ge oss ny kunskap. Bekymmer är kanske någonting som formar oss människor, så att vi kan finna lösningar på de problem vi möter längs livets stig. Hur som helst skulle det vara fantastiskt om vi någon gång i livet kunde få vara helt bekymmerslösa. Jag tror faktiskt att vi kan uppleva detta i vissa situationer när vi fullständigt kan koppla av och befinna oss i ett tillstånd där vi är fullständigt närvarande i nuet. Detta tillstånd tror jag vi kan komma till genom att vandra tillsammans, meditera och vara i kontemplation i möte mellan människa och Gud. Dessa stunder värderar jag högt för att jag just i dessa stunder kan möta mig själv i mitt innersta och samtidigt också kan känna Guds närvaro. Detta leder till att stärka oss själva och vår tro. Gud ger oss styrka så att vi kan klara av de bekymmer som vi möter längs livets stig. Låt oss därför rikta våra blickar mot vår Gud som redan har beträtt vår väg och gör oss villiga att följa den.

Jag tänker också på den tiden när vi ligger i vår mammas mage, då är vi bekymmerslösa. Vi har allt som vi behöver mat, värme mm. Denna tid som normalt brukar vara i nio månader kan nog upplevas som paradiset, där vi kan uppleva frid och bekymmerslöshet, men efter nio månader drivs vi ut från detta, för att möta livet och allt vad det kan ge oss.

Tystnaden:

Tystnaden är någonting som vi många gånger önskar oss, men det finns också tillfällen när tystnaden blir jobbig. Tillfällen när vi verkligen önskar tystnaden är kanske när vi befinner oss i stimmiga lokaler, ute i trafiken eller när vi skall sova. Vi vet säkert alla hur jobbigt det är när en granne har fest och spelar musik alldeles för högt och själv skall man upp och jobba tidigt på morgonen. Vid dessa tillfällen önskar i alla fall jag att det kunde få vara tyst, men visst finns det tillfällen när tystnaden nästan blir pinsamt jobbigt. Jag vet själv när jag kommer hem till vår bostad och det är alldeles tyst. Inga tjoande lekande barn, ingen hund som välkomnar en hem eller någonting annat. Jag har kommit hem och är alldeles ensam med tystnaden. Många gånger sätter jag då på radion eller vår TV för att få lite ljud i bostaden. Efterhand kommer allt fler familjemedlemmar hem och hemmet börjar då låta som det brukar göra. Först så känns det skönt med ljudet, men efter en stund blir ljudnivåerna allt för höga, många gånger får jag be de andra i familjen att inte föra så mycket

oväsen. Tänk att det är så svårt att vara nöjd, men visst har både ljudet och tystnaden något att ge och lära oss. Tystnaden är kanske i verkligheten inte så tyst och bullret inte så högt som vi tycker. Om vi lyssnar på tystnaden kan vi faktiskt höra någonting, för tystnaden är inte riktigt tyst. De små ljuden som vi kan höra är de ljuden som naturen ger oss och kanske också ett tilltal från Gud.

Delande:

Det finns många saker som vi delar utan att kanske tänka på det. Vi delar luft, vatten och vår planet, som är en Guds skapelse. Jag tror också att vi delar gemenskap med varandra på olika sätt, för att vi är beroende av varandra på många sätt. Vi har också möjlighet att välja hur vi vill dela med oss till varandra. En del människor har väldigt svårt att dela med sig eller låna ut saker till andra. Det finns så många murar som skiljer oss från varandra, så att vi inte väljer att dela med oss, inte ens av det mest elementära. Vi har fått lära oss att skilja mellan mitt och ditt, vilket egentligen är en klok tanke för att vi inte skall stjäla från varandra. Denna tanke blir mer och mer extrem så att vi vakar mer och mer av det som är vårt, utan att vilja dela med sig. Människan blir mer och mer bunden kring sina egna ägodelar, men det var ju inte detta som Gud ville med oss. Redan Johannes döparen proklamerade detta i Lukasevangeliet när han sade:

”Den som har två skjortor skall dela med sig åt den som ingen har”

Johannes vill visa oss på att delandet är vägen till den sanna lyckan. Denna lycka handlar om glädjen att ge till andra och också få ta emot från andra. Jag brukar säga att delandet är dubbel glädje för då ges utrymme för både deltagande och gemenskap. Vi har alla en plats tillsammans, där vi hjälps åt för att återskapa skapelsen i världen. Vi är inte bara en utan ett i skapelsen. Delandet hör också ihop med när Jesus instiftade nattvarden, det delades både bröd och vin i gemenskap tillsammans. På samma sätt delar vi också gemenskap mellan varandra och med Gud. Gud uppmanar oss till att dela med varandra, lyssnar vi till detta eller vill vi försöka hitta en egen väg?

Andlighet:

Andlighet är för mig en väldigt stor fråga. Jag tror att alla i Guds skapelse bär på någon form av andlighet. Därför tror jag inte riktigt på ateism, ingen står utanför detta. Ett exempel på detta är när ett barn ligger på sjukhus och läkarna säger att de närmsta 24 timmarna är avgörande för liv eller död. Vilken förälder riktar då inte tankarna till Gud för stöd och hjälp. Jag har svårt att tro att en förälder inte skulle be och även tända ett ljus, även om de tycker det är

för säkerhets skull. Kan vi ni inte då bara bejaka vår andlighet och våga förlita oss på Gud genom vår vandring i livet. Jag vill hävda att livet är en gåva från Gud, vare så vi vet det eller inte. En person sade till mig en gång: "Om du har funderat på att ringa till Gud, så har han redan ringt dig." Gud försöker att nå var och en av oss genom sin skapelse, i ord och handling, men lyssnar vi? Genom att vandra tillsammans med Gud kan vi få kontakt med vår skapare som älskar oss över allt annat.

Efterskrift:

Jag tror det är viktigt att göra någonting exempelvis vandra eller arbeta med någonting i sin egen takt, för att både kunna förstå sig själv och Gud. Därför är pilgrimsvandringen så viktig, den ger oss möjlighet att vandra i egen långsam takt för ge njutning och upplevelser på färden. Jag tror att den stress vi upplever, gör att vi missar målet och möjligheten att både se, höra och känna olika upplevelser längs vägen. Vår önskan att få upplevelser som vi annars missar är stor i vårt stressade samhälle. Ibland kan jag önska att livet kunde få vara som för björnen Baloo i Djungelboken, allting skall ske utan bekymmer och besvär, som han sjunger i sången. Livet är kanske inte så enkelt, men visst är det en önskan och strävan för oss människor som kämpar mot klockan. Låt oss därför vandra i vår egen takt, med en önskan att vägen är målet och inte en destination.