

Lene Skovmark Kofoed

Opgave i ”Teologi og Sjælesorg”

Kompaktkursus ved Tor Johan Grevbo

# Åndelig vejledning

## - sjælesorgens dybdedimension

København Teologiske Fakultet  
April 2008

# Disposition

## Indledning

Udfordring til sjælesorgen 1

Opgavens indhold og opbygning 1

## Klassisk åndelig vejledning

Åndelig vejledning i andre traditioner 1

Åndelig vejledning i den kristne tradition 2

1 Sjælens renselse og helbredelse 2

2 Kontemplation som vejen og målet 2

3 Den åndelige vejleders kvaliteter og rolle 3

4 Åndelig vejledning i Østortodoks tradition 3

5 Ansatser i dansk protestantisk tradition 4

## Aktualisering af den åndelige vejledning

1 Guds billede som længsel 4

2 Guds billede som potentiale 4

3 Bøn og selverkendelse 6

4 Åndelig vejledning og terapi 5

5 Åndelig vejledning som medvandring 7

6 Afbalanceret spiritualitet 8

## Åndelig vejledning - sjælesorgens dybdedimension

Sjælesorgens dybdedimension 9

En glemt dimension i sjælesorgen 11

Udfordring til luthersk sjælesorg 12

Åndelige vejledning bygger en bro til nyreligiøsiteten 13

Kristuskransen – et redskab i den åndelige vejledning 14

**Konklusion** 15

## **Indledning**

### **Udfordring til sjælesorgen**

I tiden er der en stigende efterspørgsel efter hjælp til at kende sig selv og udvikle sine personlige kompetencer og potentialer. Coaching og mentoring er udbredt i erhvervslivet, og i det nyåndelige miljø opsøger man spirituelle vejledere, clairvoyante og guruer, som kan hjælpe én videre på livsvejen. Også inden for kirken er der en længsel efter fordybelse troen; mange søger spiritualitet, meditation og vejledning i at leve troens liv og vokse som menneske. Sjælesorgen i folkekirkelig sammenhæng udfordres af til at have mere fokus på vækst og modning og kan lade sig inspirere af kirkens egen tradition for åndelig vejledning og spiritualitet. Åndelig vejledning er ikke noget andet end sjælesorg, men kan forstås som dybdedimensionen i sjælesorgen. Man kan også kalde åndelig vejledning for spirituel sjælesorg.

### **Opgavens indhold og opbygning**

Jeg vil i opgaven overveje, hvordan den klassiske åndelige vejledning kan komplimentere den traditionelle sjælesorgspraksis. Først vil jeg præcisere, at jeg ser åndelig vejledning og den spirituelle dimension overhovedet som en naturlig del af sjælesorgen, og bruger begrebet sjælesorg bredt som en dragen omsorg for det hele menneske. Derfor omtaler jeg undertiden åndelig vejledning som sjælesorg.

Først beskriver jeg den klassiske åndelige vejledning i før kristen og i kristen tid, fremhæve den østortodokse kirkes videreudvikling af den oldkirkelige tradition samt berøre menneskesyn og åndelig vejledning i dansk luthersk tradition. Dernæst udfolder jeg aspekter af teologien og den spiritualitet, der ligger til grund for den åndelige vejledning, med vægt på forståelsen af frelse som proces og mennesket som skabt i Guds billede. Endelig belyser jeg, hvordan sjælesorgen i folkekirkelig sammenhæng kan lade sig udfordre og inspirere af den åndelige vejlednings praksis og spiritualitet og slutter med et praktisk eksempel.

### **Klassisk åndelig vejledning**

#### **Åndelig vejledning i andre traditioner**

I de fleste religiøse traditioner og kulturer findes personlige vejledere for det indre liv – shamanen i indiansk spiritualitet, gurun i hinduismen, visdomslæreren i klassiske græske filosofi. Her anses filosofien for at være en "mester af det indre liv", som ledsager mennesker og fører dem til et

højerestående liv gennem deres eget forbillede og retoriske samtaleformer. Alment forstået er sjælesørgeren i antikken en slags livsrådgiver (Clinebell 113, Grevbo 31). Begrebet mystagogi har før-kristen baggrund og betyder oprindelig en indføring i mysteriekultens hemmeligheder. I udvidet forstand er en mystagog den person, som vejleder andre gennem livets mange omskiftelser (Grevbo 334 ff). I den antikke jødedom var målet for vejledningen at bevare og genoprette *shalom*, fred, som en tilstand af helhed i forholdet til Gud, andre mennesker og skaberværket (Grevbo 39).

## Åndelig vejledning i den kristne tradition

Oldkirkens sjælesorg / åndelige vejledning er inspireret af den antikke filosofi. Den åndelige vejledning blomstrede i det 3.-4. årh. med ørkenfædrene og blev yderligere udfoldet i den østortodokse tradition (Moon 29). Op igennem kirkens historie var det overordnede mål for sjælehyrderne at hjælpe til overvindelse af synden og at føre mennesket mod fuldkommenhed for Gud i Kristus. Åndelig vejledning var en form for karakterdannelse, der sigtede mod en ligedannelse med Kristus i Guds folk (Benner 32). Luther selv var personlig involveret i åndelig vejledning gennem samtaler og breve, men først på det seneste er den åndelige vejledning ved at vinde indpas i den protestantisk tradition. I det følgende vil jeg beskrive kernen i den klassiske åndelige vejledning hos ørkenfædrene og i østortodoks tradition.

### 1 Sjælens renselse og helbredelse

I det tidlige munkevæsen var den åndelige vejledning en hjælp til at opnå indre helbredelse, til at blive hel. Munkene søgte ud i ørkenen for gennem sjælens renselse og frigørelse fra de dæmoniske lidenskaber at nå til forening med Gud<sup>1</sup>. Mange søgte vejledning hos disse åndelige fædre og mødre i ørkenen, hvor eleverne skulle ledes til selverkendelse, udvikle dyderne, få kendskab til Gud og nå frem til *apatheia*, sjælens sundhed<sup>2</sup>. *Apatheia*, ”den hellige ligegyldighed”, er ikke udtryk for følelsesløshed, men en tilstand, hvor man ved at iagttage og skelne sine egne tanker og følelser bliver fri fra deres herredømme. Et nyttigt redskab er at føre indre dialog med tankerne<sup>3</sup>. Centralt for den åndelige vejledning er at forsone sig med sine sår. Derved blive man bevidst om undertrykte behov og følelser og fejlagtige grundholdninger som selvovervurdering eller illusionen om, at det altid skal gå os godt i

---

<sup>1</sup> Hjertets renselse er et centralt tema i biblen (og i den kristne erfaring): Matt 23.26 (renselse bægert indeni), Johs 15.2 (grenen, der beskæres), Apg 15.9 (renselse hjertet ved troen). Desuden 2. Kor 7.1, Jak 4.8, 1. Johs 3.3.

<sup>2</sup> Evagrius Ponticus fra det 4. årh.

<sup>3</sup> Et råd er at vogte hjertets dør og ikke slippe nogen tanke ind uden først at have spurgt, hvad den vil: ”er du en af vore eller en af vore modstandere?” Hvis den hører til huset, vil den fylde dig med fred. Er den derimod fjendens, vil den forvirre dig gennem irritation eller ved at vække begær i dig.

livet (Grün 1995:7;10ff). Ørkenfædrene råd er at være ved sårene, se tværs gennem dem og ned til bunden af sjælen og lade Kristus afsløre og hele sjælens sår. Denne renselse af sjælen sker gennem kontemplation<sup>4</sup>.

## 2 Kontemplation som vejen og målet

*Contemplatio* betyder at ”se nøje og opmærksomt på” og er udtryk for den ordløse bøn, hvor hele opmærksomheden rettes mod Gud. I denne form for meditation åbner hjertet sig for Gud og lader sig renses. Kontemplationens mål er *apatheia*, hvor sjælen skuer Gud og hviler i Gud. Det er en vejen mod og samtidig lægedommen for alle de skader og sår, vi bærer med os fra fortiden. Grün beskriver, hvordan vi i kontemplationen trækker os bort fra problemernes plan og vender os mod det rum i os, hvor Gud bor og hvor der er helt stille og sundt, hvor hverken mennesker eller problemer kan træde ind. Her er der sand frihed og virkelig helbredelse (Grün 96-97). Der er både et terapeutisk og åndeligt aspekt i den kontemplative bøn, hvis praksis forudsætter fordybelse i Ordet og deltagelse i kirkens sakramentale liv.

## 3 Den åndelige vejleders kvaliteter og rolle

Den åndelige fader er fyldt af Guds Ånd og drives af Ånden i tænkning og handling. Den åndelige fader kender Guds hemmeligheder og sit eget hjerte, og han går selv gennem en lang og ærlig kamp for at nå til hjertes renhed (Grün 10-11). Han er mystagog, mystisk sjælefører, som leder eleverne frem til kontemplationen, til mødet med Gud og til at blive ét med Gud. Den åndelige vejleder må, som en gartner, skabe bedst mulige vilkår for sjælens modning og vækst (25). Han må give mennesket mulighed for at finde tilbage til sig selv, til at blive den, han / hun er skabt til at være<sup>5</sup>. I en holdning af *apatheia*, med et rent hjerte, kan den åndelige fader lytte til mennesket med kærlig opmærksomhed, uden at hans lytning grumses til af egne lidenskaber. Han er fri fra at overføre sit eget på den anden, fri til virkelig at se og høre den anden (130)

## 4 Åndelig vejledning i Østortodoks tradition

Østortodoks spiritualitet har sine rødder i ørkenfædrenes erfaring og praksis, og har videreudviklet forståelsen af kristenlivets åndelige vækst og udvikling<sup>6</sup>. Spiritualiteten i den

---

4

<sup>5</sup> Et eksempel: en af ørkenfædrene, Abba Joseph, beskriver åndelig vejledning som en hjælp til at finde vejen til livet og kærligheden. Et centralt spørgsmål er: ”Hvor føler jeg mig mest levende, fri, ægte, mest i tråd med mig selv? Hvor åbner nye rum sig i mig? Hvordan skønne Guds vilje?” Guds vilje er ikke lagt på os udefra, men svarer til vores inderste væsen. Guds vilje er til gavn for vor sjæl, den bringer os nærmere vores sande jeg (Grün 1995:51).

<sup>6</sup> St.Gregory Palamas’ lære (14.årh.) udgør grundlaget for moderne ortodoks spiritualitet. Han udviklede læren om

Østortodokse kirke er centreret om sjælens og hele skabningens genoprettelse gennem en fuldendelse af Guds billede i mennesket. Åndelig vejledning indebærer at lede en person til hjertets helbredelse og til et dybere forhold til Gud, og målet er sjælens forening med Gud. Denne proces sker i kirkens sakramentale fællesskab og i følgeskab med en åndelig vejleder<sup>7</sup> (Moon 31;35).

Den åndelig vejleders rolle er at vejlede den kristne i at overvinde synd og udvikle dyderne. Han er som en læge, der viser vejen til helbredelse gennem syndsbeholdelse, skriftemål og forvalter af sakramenterne. Gennem forbøn påkalder han Guds kraft i den søgendes liv; han peger på Ordet og henviser til Helligåndens gerning. Det er primært præsten, som er åndelig vejleder, men det kan også være lægfolk, der kender Gud og selv går vejen. Vi kan lære af andre, som er nogle skridt foran os på vejen, som drikker fra fædrenes kilder og stoler på Helligåndens vejledning (43;45).

## 5 Ansatser i dansk protestantisk tradition

Mens man i østortodoks tradition lægger vægt på helliggørelse og genoprettelse af den faldne skabning, er retfærdiggørelsen central i protestantisk tradition. Helliggørelsen ligger dog implicit i Luthers forståelse af retfærdiggørelse, og tanker om troens vækst findes hos både Luther, Kierkegaard og Grundtvig, som jeg kort vil omtale<sup>8</sup>. Ifølge Luther er legemet bestemt til at blive øvet og brugt til det, som sjælen erkender og ånden tror<sup>9</sup>. *Luther* taler om at leve dåben dagligt og at menneskets liv ikke er væren, men en vorden, som bliver til i forholdet til Gud og næsten. Det ydre ord, må blive til et indre ord, for at det igen kan blive til et ydre ord. For *Kierkegaard* betyder opbyggelse at et menneske bliver ansvarligt for sit liv, tager sig selv på sig og bliver et selv. Det gælder om at blive den, man er, hvilket udgør en bevægelse på stedet og indebærer en opbyggelse af de tre dimensioner, der konstituerer et menneske, nemlig selvforholdet, forholdet til Gud og forholdet til næsten. Hos Kierkegaard kræver inderlighed samtidighed og handling. *Grundtvig* er inspireret af kirkefædrene, især Irenæus, og har dermed fælles træk med Østkirkens teologi. Menneskets gudbilledlighed indebærer, at der kan ske en nyskabelse er mulig på trods af syndefaldet. Med Kristus er der åbnet mulighed for frelse fra synden og for en genoprettelse af hjertets gudbilledlighed. Væksttanken gælder både for den enkelte og for det menneskelige fællesskab.

---

menneskets guddommeliggørelse og den hesykastiske bøn, Jesusbønnen.

<sup>7</sup> Den Kristustroende deltager i forvandlingen af den menneskelige natur og udfoldelse af Kristuslivet, som begynder i dåben og næres i nadveren. Gennem dåben er vi bragt sakramentalt ind i en ontologisk forening med Kristus (Rom 6.3-6, Gal 3.27). Som den inkarnerede Søn får livet fra Faderen, får den troende i forening med ham del i hans livgivende energier. Den troende må lade Helligånden forvandle sindet og lade sig forme efter Guds billede (Rom 12.2, 2.Kor 3.18) (Grün 39).

<sup>8</sup> Med udgangspunkt i Bach's artikel.

<sup>9</sup> I skriftet Magnificat.

## **Aktualisering af den åndelige vejledning**

Fundamentet i den klassiske åndelige vejledning er et positivt syn på mennesket som skabt i Guds billede og forståelse af frelsen som proces. Denne dynamiske opfattelse er aktuel i samtalen med mennesker, som efterspørger spiritualitet og vejledning i at leve troens liv. Med det udgangspunkt bliver den åndelige vejledning en hjælp til at udfolde det sande menneskeliv og til at være tro mod den længsel og de potentialer, Gud har lagt i den enkelte. Jeg vil nævne nogle områder, hvor den åndelige vejledning kan inspirere og komplimentere sjælesorgen i folkekirkelig sammenhæng.

### **1 Guds billede som længsel**

Som skabt i Guds billede har mennesket en længsel efter Gud, men når vi ikke er bevidst om vores grundlængsel, søger vi tilfredsstillelse og anerkendelse de forkerte steder. Ofte er ønsker og adfærd maskerede udtryk for en længsel efter kærlighed og dermed dybest set efter Gud. Der er en åndelig kerne i alle menneskelige længsler og problemer, hvad Benner kalder en hjemlængsel efter det tabte paradys (Benner 111). Clinebell hævder, at der bag alle bekymringer og kriser er en eksistentiel ængstelse, og at der ikke findes noget psykoterapeutisk svar på denne ængstelse. Inspireret af Jung udfolder Clinebell, at et autentisk religiøst liv er den eneste konstruktive måde at håndtere eksistentielle angst på og nå frem til et liv i frihed og fylde<sup>10</sup>. Mennesket må blive bevidst om og udvikle sin åndelige kapacitet, den transpersonale kerne, det højere Selv - leve i evigheden midt i det flygtige liv (Clinebell 108ff.). Sjælesørgeren må se dybt i mennesket og øve sig i at genkende menneskets grundlængsel (Grevbo 2003:63; Stinissen 58)).

### **2 Guds billede som potentiale**

Benner beskriver Guds billede som kernen i vor menneskelighed, og sjælesorgen må søge at fremme den bedst mulige udvikling af dette potentiale (Benner103). Længselen er en higen mod Gud og mod en udfoldelse af Guds billedet som et potentiale, der bærer en guddommelig livskraft og vækstmulighed i sig. Først når mennesket opdager og udvikler guds billedet som deres åndelige kapacitet, kan mennesket leve et fuldt menneskeligt liv (Clinebell 112). I vores lutherske tradition kan vi lade det pessimistiske (og samtidig realistiske) menneskesyn komplimenterer af dette mere

---

<sup>10</sup> Jung taler også om en udfoldelse af guds billedet, som han ser som selvets arketype og åndelig vækst er at opdage dette guds billedet i selvet og integrere det i personligheden. Frelse sker gennem en syntese af de bevidste og ubevidste aspekter af personligheden. For Jung er Gud inderliggjort, mens i kristeligt forstået er den kristne Gud er både immanent og transcendent, frelse ligger i at transcendere sig selv, ligesom det religiøse er ikke noget naturligt, men delagtige i guddommelig natur af nåde.

dynamiske syn på mennesket, som også findes i østortodoks opfattelse af frelse som genoprettelse og fuldendelse af Guds billede i mennesket.

Benner peger på, at vi i sjælesorgen kan hente inspiration fra Jung, som hævder, at der under en tilsyneladende fragmenteret personlighed findes en underliggende, forenet kerne, Selvet, som han også benævner gudsbilledet. Kun ved at mennesket kommer til forståelse af og erfarer denne dybere enhed i personligheden, kan der ske en bevægelse mod personlig integration. Denne livslange proces mod at blive hel kalder Jung for individuation. Vejen mod sjælens helbredelse er en religiøs proces, hvor egoviljen underlægges Guds vilje, og hvor der sker en bevægelse fra egoet hen imod Selvet som det sande centrum for personligheden (Benner 71)<sup>11</sup>.

Med bevidstheden om gudsbilledet som potentiale, bliver den åndelige vejleders opgave at vække det slumrende liv og hjælpe til at opdage sjælens centrum, hvor den Treenige Gud bor. Den åndelige vejleder er som en jordmoder, der ikke selv formidler livet, men skaber en atmosfære, som understøtter fødselen af det nye liv, uden at forcere (på god aristotelisk vis) (Stinissen 13).

### **3 Bøn og selverkendelse**

Udgangspunktet for det søgende og bedende menneske er oftest at kende Gud, men det er ikke muligt uden at kende sig selv (Benner 99; Grün 1995:13). Derfor er bønningen væsentlig for den åndelige udvikling. Ud over at kende sin værdighed som skabt i Guds billede indebærer selverkendelse også en erkendelse af, at gudsbilledet er formørket af synden. Selverkendelse og syndserkendelse hænger sammen. Det bedende menneske bliver ikke bare fromt, men udvikles gennem bønningen til et modent, sundt og indsigtfuldt menneske, et helt menneske som er blevet sig selv, har realiseret sig selv.

Vejledning i bøn og meditation er en naturlig og nødvendig del af den åndelige vejledning. Fordi menneskets indre rastløshed er åndeligt betinget, må sjælesørgeren hjælpe den søgende til at blive stille for at høre den indre stemme og komme i kontakt med det Sande og med Gud (Leech 120). Med meditation forstås enhver metode, der beroliger og centrerer bevidstheden, og i den psykologiske og åndelige proces mod personlig helhed kan vi i et vist omfang drage nytte af Østens metoder. Udgangspunktet for sjælesørgeren er at vejlede i kristen meditation, men der må være en respekt og forståelse for konfidentens erfaringer med andre meditationsformer som en hjælp på livsvejen.

Gud vil i sin uudgrundelighed altid være skjult bag en maske i verden og i vore liv. Derfor er, hvad Grevbo kalder masketeologien, en udfordring til uafsladelig bøn og meditation, for det skærper

---

<sup>11</sup> Ifølge Jung er bønningen nødvendig for individuationsprocessen (hvor mennesket bliver sig selv). I bønningen kommer mennesket i kontakt med den sunde kerne, indlede sjælens helbredelsesproces. Hjælper med at trænge fra jeg'et til den egentlige personskerne, som forbinder det bevidste med det ubevidste – Gud med mennesket.



lydhørheden over for Guds nærvær. Bøn er en vandring med Gud og er nødvendig for at udholde spændingen mellem det, Gud viser og det, han holder skjult (Grevbo 2006:81).

Åndelig vejledning forudsætter kendskab til den kristne mystiske tradition, og vejlederen må selv leve i bøn og have åndelig erfaring. Han må leve i takt med Åndens impulser og lære konfidenten af lytte til Helligånden (Stinissen 11;101). Et nyttigt råd fra ørkenfædrene lyder, at man som vejleder ved selv at leve i uafsladelig bøn og lytte med et rent hjerte, undgår at overføre sine egne fejl og svagheder på andre.

#### **4 Åndelig vejledning og terapi**

Kontemplationen både afslører og helbreder sjælens sår. Stinissen taler om Helligåndens terapi, hvor Ånden helbreder gennem syndernes forladelse og ved sit umiddelbare virke i sjælen, for eksempel gennem forbøn. Terapi kan dog være nødvendigt for at afhjælpe problemer, der gennem bøn og meditation måtte komme frem i bevidstheden. Derfor må sjælesørgeren være opmærksom på at tilstræbe psykospirituel sundhed og vækst (Benner 86;125).

Ørkenfædrenes psykologiske metoder for selviagttagelse og håndtering af tankerne og det ubevidste, som Grün hævder, står på højde med moderne psykologi (Grün 103). Bearbejdningen af tankemønstre leder tanken hen på kognitiv terapi som et nyttigt redskab i sjælesorgen<sup>12</sup> (Clinebell 120).

Kunsten er at forene det psykologiske og åndelige i sjælesorgen. Benner påpeger, at der mangler modeller og erfaring for, hvordan det kan gøres. Han har selv udviklet Kristoterapi, som er en intensiv sjæle(om)sorg, hvor psykoterapeutiske teknikker kombineres med åndelige øvelser for at facilitere menneskelig og åndelige vækst (Benner 202)<sup>13</sup>.

Psykoterapi har dog sin begrænsning i forhold til den åndelige og menneskelige helingsproces. Terapi kan lede de første skridt mod Gud, berede grobund for åndelig vækst, men selve kristenlivet er betinget af en ny fødsel og tillid til Kristi forløsende gerning.

#### **5 Åndelig vejledning som medvandring**

En åndelig vejleder følger med på et stykke af en andens livsvej. Åndelig vejledning er at være på vej sammen (Benner 103). Som medvandrer må man selv være på vej og have ydmyghed og respekt

---

<sup>12</sup> Rationel-emetive Therapy (RET) er et kristen kognitivt koncept, hvor man blandt andet bruger biblen som korrektiv og en ressource til vækst ressource (2.Tim 3.16). RET kan hjælpe mennesker til at bevæge sig fra stive, destruktive dogmer og til en levende og menneskeligt opbyggende tro (Clinebell120).

<sup>13</sup> Kristoterapien udøves på en to til tre ugers retræte med emner som kendskab til den treenige Gud, identifikation af falske selv og opdagelse og virkeliggørelse af det sande Selv i Kristus. Et andet eksempel på at kombinere åndelig udvikling og terapi er udarbejdet af John Finch, en talsmand for en kristen eksistentiel psykologi, inspireret af Kierkegaard. Målet er at opmuntre personen til at søge hjælp til at finde og udvikle deres sande Selv (Benner 80).

for den andens vej og åndelige erfaring (Stinissen 12). Man kan ikke følge et fastlagt skema, men gå med den anden i levende og gensidig søgen efter Gud, lige her og nu. Grevbo minder om, at menneskelivet er et mysterium, og at fokus i den sjælesørgeriske samtale må være at lede konfidenten til en bevidsthed og fortrolighed om Guds kærlighedsfulde nærvær i alle livets tilskikkelser. Centralt er sakramenternes plads som Guds hemmelighedsfulde mødepunkter med mennesket. I enhver sjælesørgerisk samtale er en mystagogisk dimension og sjælesørgeren som ”mystagogen” udfordres til at hjælpe konfidenten til at aflægge falske gudsbilleder for at nærme sig den Gud, som altid er større end vore forestillinger om ham, *semper major* (Grevbo 334).

At Gud altid er større end vores erfaring hidtil udfordrer til en vandring mod en vækst og modning menneskeligt og kristeligt. Ydmygheden ved bevidstheden om erkendelsens begrænsning fører til en frimodig og fleksibel sjælesorg, som stadig opdager nyt og stadig er på vej (Grevbo 2006:79ff.). Grevbo bruger udtrykket viatorisk sjælesorg om at være på vej sammen. ”Viator” på latin er en person, som er vejfarende og samtidig er en budbærer. Sjælesørgeren er som medvandrer med til at bane vej og formidle Guds Ord om kærlighed, tro og håb. Han må midt i brudtheden spejle efter en afglans af Guds billede i et menneskes liv og være åben for at se stadig mere af helheden (Grevbo 506 ff). I den forbindelse understreger Benner, at samtalen som autentisk dialog med konfidenten skaber mulighed for ny indsigt og vækst (Benner 131). Sjælesorgen som vandring og menneskelivet som mysterium gør sjælesorgen til et åndeligt eventyr, som Stinissen udtrykker det (Stinissen 104).

## **6 Afbalanceret spiritualitet**

Sand åndelig vejledning bygger på Guds forløsende nåde og gerning i Kristus og sætter mennesket fri til at leve et fuldt udfoldet liv, som er hensigten fra Skaberens hånd. Det åndelige liv må grundfæstes og næres af det kristne fællesskab, sakramenterne, kristne discipliner (bøn og åndelig læsning, faste m.m.) og leves ud i tjeneste og arbejde. De åndelige fædre og mødre advarer imod selvoptagethed og usundt fokus på åndelige følelser. De farer, der måtte lure, ligger altså ikke i den åndelige vejledning som sådan, men i misforståelser og misbrug – både fra vejlederens og konfidentens side. Jeg vil nævne nogle områder, hvor det især er vigtigt at være opmærksom på at tilstræbe en sund balance.

*Fællesskab og tjeneste.* Clinebell påpeger, at åndelig udvikling og modning ikke er en ensom vandring med Gud til personlig opbyggelse, men sigter mod en fælles søgen mod menneskehedens fornyelse, opbyggelsen af Kristi legeme på jorden, ja, mod en forvandling af hele kosmos (Clinebell 114). Åndelig vejledning har med helbredelse og forsoning at gøre, en forvandling af bevidstheden. Leech understreger, at en sund spiritualitet viser sig ved, at det indre liv kommer til udtryk i det ydre,

og at målet er at gøre fyldst i alle aspekter af tilværelsen. Fra den kontemplative fordybelse må vi, drevet af Kristi kærlighed, bevæge os ud i verden for at afhjælpe lidelse og social uretfærdighed og deltage i Guds riges plan for genoprettelse af skaberværket. Leech henviser til Thomas Mertons tema om, at munken skal være Guds klareste ansigt i verden og taler om Gudsrigets tidsalder, som er både erklæret og virkeliggjort i nadverliturgien. Gudsriget er den standard, som den kristne bør leve efter. Det er ”den nye tidsalder med retfærdighed og *shalom* og glæde i Ånden, som kun kan ses af den, som er født på ny, og som skal forvandle jordens ansigt”. Sund åndelig vejledning bør forberede og bevidstgøre den kristne om kærlighedens kamp mod åndelig ondskab i den faldne verdens strukturer og i hjertes dyb (Leech 182-88)<sup>14</sup>. Tanken om genoprettelse genfinder vi, som nævnt tidligere, desuden i den jødiske tradition og i den østortodokse spiritualitet, hvor mennesket er Guds medarbejder i genoprettelsen af den faldne skabning. Åndelig udvikling er en bevægelse fra selvoptagethed til selvhengivende kærlighed for andre. Efterfølgelse indebærer tjeneste for andre; der sker en moralsk forvandling til bedste for medmennesker (Grevbo 137). I kristen spiritualitet taler man om moral, uden at det er moralisme (Benner 33).

*Helliggørelse - blive hellig og hel.* Sund spiritualitet gør os både hele og hellige (Benner 15). Målet for den åndelige vej er at blive ”helt levende” og være fuldt tilstede i nuet. Målet er at blive fuldt ud menneskelig, leve et engageret liv i kærlighed og hengivelse, fri for skyld, overdreven ængstelse og fra bundethed til fortiden. I den proces bliver mennesket den, det af Gud er bestemt til at være (Benner 15;21)<sup>15</sup>. I den åndelige udvikling er der ikke kun tale om en naturlig udfoldelse, men en nyskabelse i Guds sande billede Kristus selv vinder skikkelse i ens liv (Gal 4.19). Vejen mod at blive fuldt ud menneskelig fordrer villighed til at fornægte sig selv og følge Kristus. Det indebærer praktisering af Guds nærvær (gennem bøn, besindelse og meditation) og overgivelse til Gud. Kristen spiritualitet inkluderer lidelse, mørke og kampe som en mulighed for åndelig vækst. Det fordrer overgivelse, åbenhed og et ”ja” til alt, hvad livet indebærer (90).

Man må i sjælesorgen skelne mellem selvudvikling i gængs forstand og åndelig udvikling i kristen forstand. Inden for kristen tradition er helliggørelse Guds værk, men mennesket bereder vej for Guds helliggørende gerning gennem åndelige øvelser. Gud vil helbrede sjælen og genoprette sit oprindelige billede. Det er udvikling af det sande Selv, eller Selvudvikling i egentlig forstand.

*Frelsens arbejde.* Inden for den åndelige vejledning fastholdes det, at frelsen og væksten sker af

---

<sup>14</sup> Leech forbinder i sit arbejde som anglikansk præst åndelig vejledning med et diakonalt arbejde i et af Londons mest udsatte områder.

<sup>15</sup> Benner tænker sjælesorg i bred forstand. Alle i det menneskelige netværk - forældre, lærere, venner, såvel som præster, åndelige vejledere og sjælesørgere - må have en bedre forståelse for, hvad der medvirker til at vokse som mennesker og som kristne. Vi behøver vejkort for den vej vi gennemgår, når vi søger at følge Kristus.

nåde og er Guds eget værk. Fokus på åndelige øvelser og vækst ikke betyder, at der tale om gerningsretfærdighed eller for stor tillid til menneskets indsats og naturlige evne til at nærme sig Gud (Grevbo 340). Man skelner i den åndelige vejledning mellem menneskets gerning som beredende ("frelsens arbejde" som objektiv genitiv) og Guds frelsende gerning ("frelsens arbejde" som subjektiv genitiv). Østortodoks teologi skelner mellem *via activa* om menneskets indsats gennem åndelige øvelser, og *via passiva* om den passive modtagelse af nåden og frelsen. Eller, sagt med Paulus: "*Arbejd med frygt og bæven på frelsen.... For det er Gud, der virker i jer både at ville og at virke....*" (Fil.2.13). Ved at samarbejde med Helligånden og gennem disciplinen føres mennesket dybere og dybere ind i Guds hemmeligheder (Grün 1995:29).

## **Åndelig vejledning - sjælesorgens dybde dimension**

### **Sjælesorgens dybde dimension**

Grevbo hævder, at den åndelige vejledning hjælper til at dykke ned i kirkens eget skatkammer og kan således befrugte en mere konventionel og ensidig sjælesorgstænkning (Grevbo 337ff, Clinebell 113). Den åndelige vejledning bygger på bibelens dynamiske udfoldelse af kristenlivet og Jesu kald til efterfølgelse og discipelskab. Derfor må spiritualiteten også være en nødvendig og naturlig dimension i sjælesorgen. Den åndelige vejledning er ikke blot en raffineret overbygning, men er dybde dimensionen i sjælesorgen, for den udfolder Guds intention med mennesket. Den er kernen, hvor alle andre former for sjælesorg stråler ud fra (Clinebell 115).

I sjælesorgen må man søge at finde den helhed og balance, der ligger i det oprindelige begreb *cura animarum*, og lade de forskellige former for sjælesorg komplimenterer hinanden (Benner 21,204). Benner peger på, at den oprindelige praksis og forståelse af sjælesorg, *cura animarum*, indebærer et aspekt af både helbredelse og omsorg (cure og care). Helbredelsen (for synden) sigter mod genoprettelse af et velvære, som er mistet (healing og restoration) og sker gennem omvendelse, bekendelse og syndernes forladelse og psykologisk arbejde (som hos ørkenfædre og i nyere terapi). Omsorgen sigter mod at understøtte åndeligt og menneskeligt velvære og nære vækst (nurture), hvilket netop er centralt i den åndelige vejledning. I kirkens historie har begge betydninger været betonet, men i moderne sjælesorg kan der være tendens til vægtlægge helbredelsen og underbetone den åndelige dimension. Der mangler intensitet og målrettethed i sjælesorgen, og i samtalen er der ofte tale om en mere støttende relation fremfor at sigte mod forvandling (28). Leech hævder, at åndelig helbredelse og vækst er kernen i al pastoral omsorg og rådgivning og præstens opgave er at give mulighed for personlig vækst mod moden og livgivende tro (Clinebell 103).

Et væsentligt emne er forholdet til lidelse og kriser (Clinebell 111). I moderne sjælesorgspraksis kan der være en tendens til at have fokus på overvindelsen af en krise, mens man i den åndelige vejledning går bag om krisen og ser den som en anledning (nødvendighed) for åndelig vækst og personlig modning. Åndelig vejledning er en hjælp til at se Gud i alt og at udfolde troens liv midt i livets omstændigheder. Åndelig vejledning er livshjælp.

### **En glemt dimension i luthersk sjælesorg**

Til trods for at den åndelige vejledning er en ældre praksis end psykoterapien og anden kristen rådgivning, har denne type sjælesorg ikke fået meget opmærksomhed inden for den protestantiske tradition. Det er der mange årsager til.

I protestantisk sammenhæng er der en udbredt ængstelse for, at gerninger skal træde i stedet for Kristus som eneste mediator mellem Gud og mennesker (Clinebell 113; Benner 30). En ensidig understregning af de reformatoriske formalprincipper - Skriften alene, Kristus alene, troen alene - kan virke begrænsende på udfoldelsen af troens liv. Nåden må ikke blive billig, men oprejse og drive til efterfølgelse af Kristus. Kunsten er at tale moral uden at det fører til gerningsretfærdighed.

Når den åndelige vejledning virker fremmed på mange, skyldes det blandt andet indflydelse fra dialektisk teologi med dens vægt på den proklamatoriske forkyndelse som et opgør med en psykologisering af troen og en for stor betoning af den menneskelige erfaring og følelses betydning i gudsforholdet. Dette opgør havde sin berettigelse i forhold til en pietistisk farvet erfarings- og behovsteologi, men, som Grevbo iagttager, blev barnet (vigtige aspekter i sjælesorgen) kastet ud med det pietistiske badevand (Grevbo 433)<sup>16</sup>. Det objektivt givne i den kristne åbenbaring fremhæves på bekostning af den religiøse erfaring og troens fordybelse, hvorved talen om helliggørelsen og troen som vej blev mistænkeliggjort eller glemt (Wikström 33)<sup>17</sup>.

Endelig udgør den videnskabelige teologiske uddannelse en væsentlig del af årsagen til præsternes manglende kendskab til kirkens spirituelle tradition. Før udskillelsen af den teologiske uddannelse fra klostermiljøet i middelalderen udgjorde fromhedslivet en naturlig del af studiemiljøet og den teologiske selvforståelse. Grevbo påpeger, at præster lærer teologiske ”korrektheder”, men har under uddannelsen fået lidt eller måske ingen hjælp til at udfolde deres egen tro, og de mangler ord for og erfaring af en levende og moden tro. Tro er begrænset til tillid og helliggørelse til et dogmatisk begreb (Grevbo 1999:3). Tabet af åndelig praksis og personlig troserfaring er det vanskeligt at råde bod

---

<sup>16</sup> Grevbo nævner et eksempel på Barth's tilbøjelighed til at afvise trosytringer under henvisning til Guds nådeshandling i Jesus Kristus som tilstrækkelig til frelse fra synd (Grevbo 334).

<sup>17</sup> Se desuden afsnittet om Åndelig vejledning i mit teologiske speciale

på for de teologiske uddannelses-institutioner, som ellers gør et hæderligt forsøg.

### **Udfordringen til luthersk sjælesorg<sup>18</sup>**

Religionspsykologen Owe Wikström hævder, at hvis kirken ikke tilgodeser menneskets behov for åndelig vejledning, “reduceres den snart bare til en religiøs organisation, som forvalter en interessant historisk og kulturel arv” (Wikström 15). Den åndelige søgen er et udtryk for en oprigtig længsel efter at finde sig selv som en del af en helhed og at udfolde livets muligheder. Denne længsel er et grundvilkår, som kirken til enhver tid må bestræbe sig på at møde (Benner 13). Benner hævder, at den moderne søgen efter spiritualitet er opstået, ikke kun som reaktion på materialismen, men også på den etablerede religions manglende relevans i Vesten. Denne manglende relevans kan skyldes, at kirken ofte har svar, som det moderne menneske ikke efterspørger, for eksempel en for snæver forståelse af synd og frelse.

I den lutherske tradition er fokus i sjælesorgen ofte på trøst og syndernes forladelse. Centrale temaer for den sjælesørgeriske samtale er sorg, anfægtelse og tvivl, og målet bliver at genvinde tilliden til Gud gennem tilsigelsen af syndernes forladelse. Der kan være en tendens til at reducere evangeliet til at dreje sig om tilgivelse og håb om frelse, forstået som evigt liv. Denne, hvad man kunne kalde punktuelle form for sjælesorg, åbner ikke for muligheden for vækst og discipelskab, der ligger implicit i den kristne tro.

Mange moderne mennesker oplever sig ikke som syndere i traditionel kirkelig forstand (forbundet med følelse af skyld), men erfarer synd som en følelse af indre brudthed. På grund af svigtende kærlighed under opvæksten er den psykiske konstitution skadet, de er så at sige ikke færdigskabte. Sjælesørgeren må formidle den guddommelige kærlighed, som kan genoprette personligheden. Tilgivelse og muligheden for skriftemål er vigtigt og nødvendigt som led i den personlige helingsproces, men der bør også lægges vægt på frelsens aspekt af genoprettelse og forligelse (Stinissen 68). Synd kan også betragtes som glemsel. Åndelig længsel og stræben udspringer af en bevidsthed om at vi har glemt, hvem vi er og hvor vi hører til (Leech 68,85).

En anden tendens er en snæver forståelse af læren om retfærdiggørelsen, hvor der lægges vægt på den passive modtagelse af Kristi retfærdighed<sup>19</sup>. Læren om retfærdiggørelsen, at vi frelses af nåde, er i sig selv frisættende, men Luther selv understreger, at den passivt tilregnede retfærdighed skal

---

<sup>18</sup> I dette afsnit forholder jeg mig ikke til Luthers egen sjælesorg, men til sjælesorgen, som den har taget form i den lutherske tradition, særligt i begyndelsen af 1900-tallet med påvirkning fra tidehverv og psykoterapien.

<sup>19</sup> Denne snævre opfattelse af frelsen kan ligge i en vægtlægning på det forenske aspekt af frelsen, som er kendetegnet for ortodoks lutherdom. Her omtales frelsen i juridiske termer: Kristus betaler ved sin død skylden for menneskehedens synd og mennesket modtager frelsen (syndernes forladelse) ved tro på hans stedfortrædende offer. Det skaber en tendens til at mennesket bliver stående ved tilsigelse af ordet og tilgivelse uden anvisning på en vej at gå i efterfølgelse.

udfoldes i livet, så mennesket faktisk bliver retfærdigt<sup>20</sup>. Hos Luther er der ikke nogen selvstændig lære om helliggørelsen, men helliggørelsen er indeholdt i og en frugt af retfærdiggørelsen. Vi må vove at tale luthersk om retfærdiggørelsen og fremhæve både det passive og aktive aspekt. Vi må blive, hvad vi i Kristus allerede er, nemlig retfærdige.

Udfordringen for sjælesorgen er at give sund vejledning i efterfølgelse og troens gerninger, at tilstræbe en sund balance mellem retfærdiggørelse og helliggørelse. Åndelig vejledning kan opfattes som åndelig mentoring, hvor vejlederen faciliterer personlig udvikling, hjælper konfidenten til at finde deres grund i Gud og leve ud fra den grund. Inspireret af missionsbefalingen, må pastoral omsorg dreje sig om gøre til disciple.

I vores lutherske folkekirkelige og tradition med betoningen på individets frelse og menneskets syndighed og begrænsning, kan talen om åndelig udvikling, sjælens renselse og efterfølgelse umiddelbart virke overvældende, for nogle måske endda kætterisk. Men disse dynamiske perspektiver er et gavnligt spejl for kirkens teologi og sjælesørgeriske praksis og kan vække til besindelse på skjulte og måske ubevidste motiver bag vores vægtlægning på den rette lære. Kan der bag en stædig fastholden af menneskets syndighed og frygt for gerningsretfærdighed i virkeligheden ligge en tilbøjelighed til åndelige magelighed og manglende mod til at udfolde det gudgivne liv? I mødet med spiritualiteten i andre kirkelige traditioner, udfordres vi til at tænke større om menneskets muligheder og større om Guds frelestanker for jorden og menneskeheden.

### **Åndelig vejledning bygger bro til nyreligiøsitet**

Der er en umiddelbar modsætning mellem det kristne syn på mennesket som synder, der frelses af nåde og den nyreligiøse tillid til, at mennesket kan frelse sig selv. I mødet med det søgende menneske er det imidlertid vigtigt at forstå den stærke betoning af menneskets muligheder som en ofte berettiget reaktion mod kirkens tilbøjelighed til at umyndiggøre mennesket og fratage det en mulighed for at tage ansvaret for sin egen udvikling og verdens gang. Den nyreligiøse søgen og optagethed af Østens meditationsformer kan skyldes, at kirken har forsømt at udfolde sine egne åndelige skatte. På den måde kan den nyåndelige bevægelse udfordre kirkens teologi og grundlaget for den sjælesørgeriske praksis. Den åndelige vejledning spiller en vigtig rolle i spændingsfeltet mellem en punkuel forståelse af sjælesorgen på den ene side og betoningen af selvudvikling i det nyreligiøse miljø på den anden. I nedenstående skitse har jeg forsøgt at vise, hvordan den åndelige vejledning med fokus på åndelig vækst kan danne bindeled mellem de to opfattelser.

---

<sup>20</sup> I sit skrift ”Den dobbelte retfærdighed” (refereret i mit teologiske speciale).

Luthersk tradition

Mennesket kan ingenting selv  
og må relses af nåde.

Retfærdiggøres af tro

Åndelig vejledning

Mennesket frelses af nåde,  
men arbejder på frelsen.

Helliggøres som frugt af  
retfærdiggørelsen

Nyreligiøsitet

Mennesket kan frelse sig selv

Selvudvikling



Punktuel sjælesorg	Åndelig udvikling, vækst	Åndelig udvikling
Evigt liv hinsides	Evigt liv udfoldes her og nu flere - og fuldendes hinsides.	Livet udfoldes gennem liv. Reinkarnation.

Åndelig vejledning kan med sine rødder i bibelen og i den kristne tradition være til inspiration

for sjælesorgen. Med betoningen af åndelig udvikling og vækst kan den åndelige vejledning imødekomme menneskers søgen efter en vej at gå og efter helhed i tilværelsen.

### **Kristuskransen - et redskab i åndelig vejledning**

Kristuskransen er en bedekrans i luthersk tradition og er et fortrinligt redskab i den åndelige vejlednings praksis. Jeg har i flere år holdt workshops og kursusforløb i Kristuskransen som indføring i kristen spiritualitet primært som et tilbud til søgende mennesker. Jeg citerer fra min introduktion til kurserne:

”Kristuskransens ophavsmand er den svenske biskop Martin Lønnebo, som har hentet inspiration fra den kristne mystik og Østens spiritualitet. Han oplevede i den ordrige protestantiske tradition et savn efter ritualer og symboler. Perlerne forbinder det fysiske og det åndelige og har dermed appel til hele mennesket. De er som porte ind til Gudsrigets mysterier. En krans udtrykker det åndelige liv som en vandring, som en helhed, hvor alle livets erfaringer hører med og er med til at modne os som mennesker. Kransen afspejler Jesu liv og er en vandring i Jesu fodspor.

Kransens 18 perler symboliserer aspekter af troen som en vandring. Vandringen begynder med overgivelse og tillid til Gud. Der er perler for ørkenerfaringer, for bekymringsløshed og glæde og for Guds kærlighed i Jesus Kristus til os og gennem os til verden. Vejen går til Nattens perle, hvor vi dør fra os selv og slipper vores forestillinger om Gud og videre til opstandelsen, hvor Kristuslivet vokser frem. Det er helliggørelse. Målet for vandringen er kærlighedens forening med Gud og et fuldt udfoldet liv i tjeneste for andre.”

Kristuskransen falder på et tørt sted. En deltager udtrykte, at perlerne faldt ned i nogle huller i

hendes liv. Hun havde måttet gøre op med en streng religiøs opvækst og havde søgt mange år i det nyreligiøse miljø. Da hun fik Kristuskransen, oplevede hun, at perlerne faldt ned i nogle huller i hendes

liv. Hun havde manglet et kristent sprog for sin længsel og åndelige erfaring, og kransen blev vejen tilbage til en fortrolighed med kristendommen.

## **Konklusion**

Den åndelige vejledning udfordrer sjælesorgen i folkekirkelig sammenhæng til en bevægelse fra at være krisehjælp til livshjælp med tilbud om støtte til åndelig og menneskelig vækst. Den åndelige vejledning er en del af kirkens egen tradition og en naturlig del af sjælesorgen og rækker ud til de søgende med et kvalificeret bud på åndelig udvikling på nådens grund. Tanken om troens udvikling og vækst genfindes i dansk protestantisk tradition hos Luther, Kierkegaard og Grundtvig, og det giver mulighed for at udvikle et eget perspektiv i den åndelige vejledningspraksis i folkekirken.

En almengørelse af den åndelige vejledning som et kompliment til sjælesorgen er ønskelig. Den enkelte sjælesørger må være bevidst om den åndelige vejledning som en dybde dimension i sjælesorgen, men må samtidig kende sine kompetencer og begrænsninger. En mulighed kunne være at danne et netværk af personer med forskellige kompetencer inden for sjælesorg og åndelig vejledning, hvor man kunne henvise til hinanden. Et sådant netværk kunne være inden for en enkelt menighed eller på tværs af kirkelige retninger og foreninger. For at imødekomme den øgede efterspørgsel efter spiritualitet inden for såvel som uden for kirken, kunne der på de kirkelige uddannelsesinstitutioner og på kirkelige konferencer udbydes flere kurser og workshops i åndelig vejledning samt vejledning i personlig åndelig praksis.

## **Litteratur**

### **Kursuslitteratur**

Grevbo, Tor Johan S. 2006. Sjelesorgens vei. En veiviser i det sjelesørgeriske landskap – historisk og aktuelt. Luther forlag.

### **Sekundær litteratur**

Bach, Marianne (red). 2004. Åndelig vejledning – en del af den kirkelige tradition. *Marianne Bach. Det kristne menneskesyns betydning i åndelig vejledning.* 9-22. Aros Forlag.

Benner, David G. 1998. Care of Souls. Revisioning Christian Nurture and Counsel. Baker Books, Michigan.

Clinebell, Howard. 1984. Basic types of spiritual care and counselling. 103-37.  
Leech, Kenneth. 1994. Soul Friend.

Grevbo, Tor Johan S. 1999. *Moden og sund tro. Et mørklagt tema satt under teologisk og religionspsykologisk belysning.* HPT 1/1999. 3-12.

Grevbo, Tor Johan S. 2003. Guds masker i sjelesorgen. Skriftserien KONONIA, nr.5/2003. 2. opplag 2006.

Grün, Anselm. 1994. Bønn og selverkjennelse. Atheneum A/S Vinterbro. Oversat til norsk.

Grün, Anselm. 1995. Åndelig veiledning som livshjelp. Peterstiftelsen. Oversat til norsk.

Moon, Gary W. / Benner David G. Edited 2005. Spiritual Direction and the Care of Souls. 11-54; 171-244. Inter Varsity Press, Illinois.

Stinissen, Wilfrid. 1996. Andens terapi. Om andlig vägledning og själavård. Bokförlaget Libris, Örebro.

### **Anden litteratur**

Wikström, Owe. 1998. Det blændende mørke. Forlaget Anis. Oversat til dansk.

Skovmark, Lene. 2004. ”Hvordan kan kirken møde den nyreligiøses længsel efter helhed”. Teologisk speciale. Københavns teologiske Fakultet.