
Tekstlæsning: Markus 1:35-37, 6:30-33 og 45-46

Ganske tidligt, mens det endnu var helt mørkt, stod Jesus op, og han gik bort og ud til et øde sted og bad dér. Simon og de andre skyndte sig efter ham, og da de fandt ham, sagde de: »Alle leder efter dig.«

Apostlene samlede igen hos Jesus og fortalte ham om alt det, de havde gjort, og alt det, de havde lært folk. Og han sagde til dem: »Kom med ud til et øde sted, hvor I kan være alene og hvile jer lidt.« For der var mange, som kom og gik, så de ikke engang havde tid til at spise. Så sejlede de i båden ud til et øde sted for at være alene. Men mange så dem tage af sted, og de genkendte dem, og fra alle byerne strømmede folk sammen til fods, og de nåede frem før dem.

Straks efter nødte Jesus disciplene til at gå om bord i båden og tage i forvejen over til den anden bred, til Betsajda, mens han selv sendte skaren bort. Og da han havde taget afsked med dem, gik han op på bjerget for at bede.

Der gik nok en engel gennem stuen (kvæl den!)

Den danske stand-up komiker Anders Matthesen lavede for nogle år siden et show, der hed "*Tal for dig selv*". Det er et meget velskrevet show, hvor han causerer over mange forskellige emner, blandt andet stilhed. "Jeg er fan af stilhed" siger han, "men det er som regel en kort fornøjelse. Hver gang der opstår nogle få sekunders oase af stilhed, så er der gerne en, der skal springe op på en stol og sige: *der gik nok en engel gennem stuen!* Ja ... og den fik du jo så pænt hurtigt brækket halsen på! Det var flot!"

Jeg morer mig over Matthesens betragtning - for det *er* jo en paradoksaltale måde. Det er en talemåde, man kun tager i anvendelse, når der er en konkret stilhed at kommentere, og den er sådan set et udtryk for, at man finder stilheden positiv. Men det absurde er jo, at den, der siger dette om stilheden, også er den, der bryder stilheden! Når stilhedens engel går gennem stuen, er der desværre ofte en eller flere, der skynder sig at kvæle den.

Stilhed er langt fra en selvfølge for mange

Det er ærgerligt, for stilhed kan det ellers være svært nok at finde. Hvor mange oaser af stilhed oplever du i løbet af en dag? Stilhed er et fænomen under pres. I løbet af en dag står et utal af faktorer på spring for at overdøve stilheden (kvæle englen, så at sige). Hvis ikke man aktivt prioriterer at opsøge stilhed, så kan en hel dag lynhurtigt drukne i larmen af familie, arbejde, skole, morgen-TV, alt mulig TV, radio, mp3, mobiltelefoner - både ens egen og alle mulige andres ringetoner og samtaler, trafiklarm, nyhedsstrøm, osv. Du ved bedre end nogen anden, hvad der til daglig overdøver og kvæler det, der kunne være din stilhed.

Og for nogen er stilhed skræmmende

Men det er jo ikke ensbetydende med, at det er noget, der ærgrer dig. Nogen mennesker bryder sig slet ikke om stilhed. For nogen er stilhed nærmest en skræmmende oplevelse.

☞ Jeg læste for nogen tid siden et interview med en munk, der er ved et af de efterhånden adskillige klostre, hvor almindelige mennesker bestiller en eller flere dages retræte til fordybelse og stilhed.

Det er blevet ret moderne, men mange mennesker aner ikke, hvad det er, de går ind til. Det, som især kommer bag på mange, er den overvældende stilhed, som er en meget dramatisk kontrast til den larmende verden, man trækker sig tilbage fra. For i stilheden kan man høre sine egne tanker, og det er, oftere end man skulle tro, en ubehagelig og skræmmende oplevelse, som til en afveksling altså ikke kan dæmpes eller overdøves med musik, fjernsyn, samtale eller andet. Det er der faktisk en del, der ikke kan holde til. Nogle tager hjem i utide, enkelte må endda søge lægehjælp.

I stilheden er der større og stærkere kræfter på spil end vi umiddelbart forestiller os. Umiddelbart lyder det måske overdrevet eller utroligt i dine ører, og det er heller ikke sikkert, at du ville reagere på samme måde. Men hvis du ikke har prøvet det, er det ikke til at vide.

Et interessant spørgsmål til overvejelse er, om de mange smarte ting, vi omgiver os med - avancerede telefoner, mp3-afspillere, TV, radio, musikanlæg - bare er det; smarte ting, der gør vores hverdag lettere og sjovere. Eller om de også tjener et andet formål som vores belejlige måder til at undvige en stilhed, vi måske ubevidst opfatter som angstprovokerende?

Men Jesus indbyder os til at udforske stilheden

Uanset hvad, så indbyder Jesus os til at udforske stilheden. I dag har vi læst tre små beretninger fra Markusevangeliet. Beretninger af samme slags findes i alle fire evangelier. Jesus skildres på den ene side som en meget offentlig person; det var vel nærmest uundgåeligt, hans budskab og mission taget i betragtning. Hans forkyndelse og de tegn og undere der skete, foregik alt sammen i en eller anden form for offentligt forum. På den anden side giver alle evangelierne og også et billede af en Jesus, der jævnligt trak sig tilbage for at være alene og bede. Vores umiddelbare konklusion er måske, at det var noget han gjorde *for at hente styrke*. Det kan da også godt være det var, men det står der ikke noget om. I virkeligheden siger sådan en konklusion måske mere om os end om Jesus. Det er en meget typisk menneskelig argumentation for at prioritere tid alene og i stilhed: "*Jeg skal hente styrke og energi til mig selv* så *jeg* har de kræfter *jeg* skal bruge i *min* hverdag. Det er det, *jeg* kan bruge stilhed til."

Jeg tror bestemt Jesus er gået styrket ud af sine små retræter. Men den tilbagetræning og den stilhed, han indbød sine disciple til (og som han indbyder os til), handler om mere end bare at få ladet batterierne op. Det handler om mere end bare at hente nye kræfter og ny styrke. Det handler om mere end *mig*, *min* og *mit* og hvad *jeg* kan bruge i *min* hverdag til at dække *mine* behov.

For i stilheden lærer vi at høre Guds gode stemme

Apostlene samledes igen hos Jesus og fortalte ham om alt det, de havde gjort, og alt det, de havde lært folk. Og han sagde til dem: »Kom med ud til et øde sted, hvor I kan være alene og hvile jer lidt.« For der var mange, som kom og gik, så de ikke engang havde tid til at spise.

Jesu disciple var naturligt nok oppe at køre. Det virkede! Det, Jesus havde sendt dem ud for at gøre og sige, *det virkede!* De havde udrettet ting, de havde sagt en masse rigtige ting, de havde lært folk ting. Og de var svært begejstrede for, vor godt det hele var gået. Selv om kirken på det tidspunkt reelt ikke var opfundet, så lad os alligevel bare sige, at deres kirke var en succes.

De havde ikke en gang tid til at spise, så meget gang i butikken var der. Midt i denne rus af optimisme og travlhed siger Jesus: »Kom med ud til et øde sted, hvor I kan være alene og hvile jer lidt.« Det lyder betænksomt og omsorgsfuldt. Men der er andet og mere på spil. Jeg synes jeg hører et ekko fra det Gamle Testamente - profeten Hoseas ' bog. Han kom med et ord fra Gud til et folk, der på overfladen oplevede stor succes, men som i farten og i realiteten havde glemte Gud. Om det folk siger Gud:

Derfor vil jeg lokke hende, jeg vil føre hende ud i ørkenen og tale til hendes hjerte.

Hoseas 2,16

Det var en tid og en situation, som på mange måder var forskellig fra Jesu tid - og fra vores tid. Og så alligevel ... er Jesu bekymring måske, at disciplene, midt i al succes'en står i fare for at glemme hvad – eller rettere hvem – det hele drejer sig om?

Jeg kan ikke sige mig fri for en mistanke om, at det Hoseas taler om, er det, Jesus gør. Han lokker os ud i ørkenen. Han lokker med lige at få hvilet ørerne og ladet batterierne op. Han lokker med at få mødt de behov, som vi i farten kan få øje på, at vi har. Men der er en større dagsorden bagved. Vi lokkes ikke bare ud i stilheden for at samle os om os selv, samle kræfter eller samle tanker. Vi lokkes ud i stilheden med det formål, at *lytte* og at *være*. Vi lokkes ud i ørkenen for at Gud kan tale til vores hjerte. Jeg tror personligt at det primært var derfor Jesus søgte ud i stilheden; for at Gud kunne tale til hans hjerte. For at *lytte til* Gud og for at *være sammen med* Gud. Uforstyrret og uden det evindelige spørgsmål: *hvad kan jeg bruge det til?*

☞ Jeg så for en del år siden et interview med sangere Placido Domingo. Det var et personligt interview, hvor han fortalte om sit privatliv. Blandt andet at et af hans børn netop havde fundet en kæreste, og at de unge mennesker havde travlt med at fortælle, hvor glade de var for hinanden, og hvor godt de passede sammen, og hvor mange fælles interesser de havde, og hvordan de så ens på mange ting osv. osv.

"Jeg havde bare et spørgsmål til dem" siger Domingo så: "Kan I finde ud af at være stille sammen? Hvis I kan være stille sammen over længere tid, så skal alt det andet også nok gå! Hvis I kan finde ud af, bare at sidde og se på hinanden og uden ord eller en masse handlinger vide, at I elsker hinanden, så er der ikke det, I ikke kan overkomme sammen."

Hvis vi ser på vores egne relationer, hvad end det er parforhold eller venskaber, så går vi jo (forhåbentlig) heller ikke rundt og spørger os selv konstant: "Hvad kan jeg bruge det her forhold til?" Jeg ved godt, at der findes personer, der har så kynisk et forhold til andre mennesker, men det er nok ikke flertallet.

De fleste af os kommer heller ikke hjem og spørger vores ægtefælle: "Hvad kan du bruge mig til?" (selv om der givetvis sidder en og anden og *ønsker* sig sådan en ægtefælle!) Igen: det kan ikke udelukkes at *nogen* kunne finde på det, men de fleste af os har ikke noget særligt ønske om at *blive brugt*. Vi vil gerne hjælpe hinanden og være til rådighed for hinanden, men vores venskaber og parforhold er (igen: forhåbentlig) bygget på mere end pragmatiske fordele. Vi vil gerne elske og elskes.

Jeg tror at Jesus selv søgte ud i stilheden, og lokker os ud i samme stilhed for at være sammen med Gud og for at han kan tale til vores hjerte. Og jeg tror noget af det første, han vil fortælle os er, at han ikke ønsker at vi skal have et forhold til ham, der bare bygger på pragmatiske fordele: Gud frelser os, vi tjener ham. Stilheden er stedet, hvor vi lægger alle dagsordener ... *alle dagsordener* til side, og bare *er* med det ene formål *at være*.

Så find og grib din stilhed - og lad Gud finde dig der

Rent praktisk, så er stilhed i virkeligheden ikke stilhed, hvis ikke du lytter. Omvendt kan en ramme af mere eller mindre fysisk larm godt være en slags stilhed, hvis du formår at lytte. Stilhed behøver ikke at være absolut, lydløs ro. Stilhed er ikke nødvendigvis noget, du skal *finde*; stilhed er noget, du vælger at *gøre*. Jeg vil gerne opmuntre dig til at lade dig lokke af Jesus med ind i den "stilhed", hvor Gud kan tale til dit hjerte, og hvor du ganske enkelt bare *er* og *lytter*. I løbet af en dag er der som regel flere små oaser af stilhed, end vi aner - de skal bare opdages og gribes:

- Måske vågner du før alle andre i huset og har derfor nogle minutter for dig selv, enten det er på badeværelset eller ved morgenbordet eller et tredje sted.
- Måske kunne arbejdsdagens første kop kaffe være et lille stille øjeblik (se kaffebønnen på bethel.dk).
- Måske er den halve time bag rattet i morgenmyldretiden Guds gave til dig. Sluk radioen, lad være at stresse, grib stilheden - lyt!
- Måske skulle vi af og til stryge bordbønnen eller bordverset og i stedet begynde måltidet med nogle øjeblikkes stilhed?
- Måske kunne du finde (eller indrette) et sted i hjemmet som "stillested". Jeg læste om en familie, der lever på meget lidt plads, men som har udpeget en særlig stol i hjemmet som "stillestol". Når man sætter sig i den stol, ved alle at det betyder "Jeg vil gerne være alene - lad være at forstyrre mig." (Det ville ikke virke hjemme hos os, det skal jeg være den første til at indrømme, men det er jo ikke det samme, som at det ikke kunne virke andre steder!)
- Når ungerne er lagt i seng og der er ryddet op efter aftensmaden, vasketøjet er ordnet, vinduerne er malet, badeværelset er gjort rent, og du i øvrigt er træt efter en lang arbejdsdag, hvad er så mest afslappende: at tænde for en kasse, der smider 50 eller 100 billeder i hovedet på dig hvert sekund ... eller at lade være?

- Måske tager du en eller flere gange om ugen en løbetur eller svømmetur eller andet. Hvorfor ikke kombinere det med at være stille og lytte? Det er alligevel svært at snakke, når man dyrker sport. Når du er i fitnesscenteret, er det jo dit valg, om du vil se fjernsyn mens du løber på løbebåndet, eller om du vil lytte efter Guds stemme.
- Gå en tur om Damhussøen, tag i Dyrehaven, Frederiksberg Have eller Kongens Have, tag til Amager Strand, eller find en bænk omme bag Tivolisøen (de har åbent i denne uge). Eller sæt dig ind i en kirke - den her eller din lokale folkekirke. Byen har *masser* af små oaser af stilhed. Det er sværere at vælge, end det er at finde dem.
- Prøv at sætte en dag af, hvor du bevidst forsøger at spare mest muligt på dine ord. Sig kun det, som er absolut nødvendigt. Læg mærke til, hvor hjælpeløs man føler sig, fordi vi har gjort os selv så overdrevet afhængige af vores egne ord. Det kan virke lidt skræmmende, men det kan også være enormt sjovt. Hvis du er rigtig vild, så prøv at gennemføre en dag i fuldstændig tavshed. tag det som en oplevelse! Lær og lyt!

Konklusion

Det var bare et lille idekatalog. Stilhedens engel besøger os mange flere gange om dagen, end vi lægger mærke. Alt for ofte har vi alt for travlt med at få den kvalt.

Måske oplever du det svært at finde stilhed. Måske ønsker du ikke at finde stilhed, fordi du - bevidst eller ubevidst - finder stilhed skræmmende. Måske er du ikke helt tryk ved, hvordan dine egne tanker ville lyde, hvis du kunne høre dem.

Uanset hvad, så inviterer Jesus dig ind i stilheden. Umiddelbart er det sundt af og til at hvile ørerne. I stilheden finder vi en hvile, som vi har brug for. Men det er mere end det at finde. Jesus lokker os ikke blot ind i stilheden for at vi kan hvile ørerne, men også for at vores ører skærpes, så vi lærer at høre Gud tale til vores hjerte.

At lytte i stilhed er en vidunderlig og vigtig form for bøn, som en larmende verden desværre er ved at sende i glemmebogen. Hvis ikke stilhedens skønhed helt skal fortabe sig i glemsel, så kræver det en bevidst indsats.

Stilhed er et aktivt tilvalg, ikke en heldig tilfældighed. Lad os øve os i at finde og vælge de oaser af stilhed, Gud skaber for os hver dag. Og når stilhedens engel går gennem stuen, så lad os hilse den velkommen og passe godt på, ikke at komme til at kvæle den.

Den er den skrøbeligste af alle engle!