

OWE WIKSTRÖM

# Det blændende mørke

Klassisk åndelig vejledning  
i en ny tid

Boedal

Original edition published in Swedish under the title:  
*Det bländande mörkret* by Libris förlag, Stockholm, Sweden.

Copyright © Owe Wikström og Libris förlag

*Det bländande mörkret* udkom første gang på svensk i 1994  
En revideret udgave udkom i 2007 og en pocketudgave i 2017  
Første danske udgave udkom i 1998 på Forlaget Anis

© i Danmark: Boedal 2023

3. udgave, 1. oplag  
ISBN 978-87-93062-50-4

Oversættelse: Elizabeth Knox-Seith og Leif E. Kristensen

Omslag: David Lund Nielsen

Tryk: Tarm Bogtryk

---

Forlaget Boedal  
Tscherningsgade 7  
3300 Frederiksværk  
post@boedal.dk  
www.boedal.dk

# Indhold

Forord 11

Indledning: At møde sig selv 19

1. del:

AT GÅ PÅ EN INDRE VEJ

1. At elske livet mere end dets mening 31

2. Midlerne 53

3. Vejen 101

1. Savnet – Gud anes 125

2. Forsmagen – Gud lever 137

3. Opgøret – Gud kræver 144

4. Nåden – Gud skænker 151

5. Natten – Gud skjuler sig 161

6. Lyset – Gud blænder 169

7. Vandringen – Gud følger 174

4. Det afslørede mysterium 179

– en miniteologi

2. del:

SEKULARISERING, ÅNDELIG VEJLEDNING  
OG PSYKOLOGI

5. Åndelighed inden for og uden for kirkerne 213

6. Åndelig fordybelse og psykologi 229

Efterskrift: Om nødvendigheden af at bøje sig 249  
– Skitser i Paris

Litteraturliste 257

# Forord

DENNE BOG BLEV oprindeligt skrevet i 1994 på en firkantet, tung computer – en Apple McIntosh – som man skulle made med små disketter. Sammen med notesbøger bar jeg dette uhåndterlige monstrum med mig til det norrlandske sommerhus og til Paris, de steder, hvor jeg læste, skrev og gik rundt og tænkte. Internettet var ikke udbygget endnu. De tre bogstaver www vidste man knap nok, hvad var. Ord som modem, snabel-a, dvd, plasmaskærm og gigabyte var ukendte – det gjaldt også mobiltelefoner, som er årsag til, at vi nu kan nå hinanden kloden rundt. Det, der for nogle år siden kostede en formue – at tale med venner i Australien eller Indien – kan vi nu gøre enkelt og billigt. Vi vinker til venner, der går omkring med kameraet i mobilen i Afrika eller San Fransisco. Nettet har invaderet vores indre. Det eksotiske er snart banalt. Alting er tilgængeligt. Det mærkværdige er forsvundet. Blyanterne ligger længst tilbage i vores skrivebordsskuffer – nu blinker i stedet den tynde streg opfordrende på computerskærmen: Skriv noget!

Ser man sig omkring i busser og tog, taler mere end hver anden i telefon. Folk har mobilen ved siden af sig, når de sover. Andre drømmer om at kunne slippe for den

påtvungne opmærksomhed. Mobilfrie zoner sælges som eksotisk hvile.

Men der er meget andet, der har ændret sig, også siden bogen udkom for anden gang i 2007. Når jeg nu genlæser *Det blændende mørke*, er det tydeligt, at bogen lander i et helt andet samfundsklima end det, der eksisterede i de tidlige 1990'ere. Adskillige forandringer – religiøse, politiske og populærkulturelle – er indtruffet siden da.

Åndelige temaer er blevet synlige på en måde, som ikke var almindeligt dengang. Ikke mindst blev spørgsmålet om Gud i stort set hele 1900-tallet betragtet som uinteressant. Det blev lidt anstrengt, når Gud eller tro blev italesat. Den kulturelle elite forstod religionen enten som private, dunkle følelser eller en slags naiv leg med en fantasiven. Kritikere opfattede troen som barnagtigheder, noget, et modent menneske burde have frigjort sig fra. Det var også tilfældet længe efter, filosofen Ingemar Hedenius i 1950'erne kom med sin skarpe kristendomskritik. Nu har humanisterne eget bogforlag, og kulturelle personer – ikke mindst Hitchens og Dawkins – påviser den intellektuelle slaphed, der ligger i en tro på Gud. Samtidig mødes katolikkerne med respekt, mens evangelikale strømninger opfattes som banale, tankemæssigt mindreværdige.

Også på det politiske plan er der sket meget. I og med Berlinmurens fald i 1989 begyndte den skarpe opdeling mellem østblokkens kommunisme og den vestlige kapitalisme at blive brudt ned. Omkring ti år senere faldt et andet symbol. World Trade Center – længst nede på Manhattan – blev jævnet med jorden i september 2001. Ord, der indtil da kun gav mening for specialister, bruges nu af alle og enhver. Begreber som Al Quida, shiitter, sunnier, imamer

og hijab er nu gledet ind i hverdags sproget. I skrivende stund er USA blevet stadig mere splittet.

Det, som for blot nogle få år siden blev opfattet som en privat, indre spiritualitet, har i stadig højere grad vist sig at have politiske, fascistoide træk. Fundamentalismen – flugten fra friheden – med dens autoritære træk får helt nye dimensioner. Polariseringen bliver tydeligere. Det bliver stadig mere klart, at religion overhovedet ikke vil forsvinde eller bare forblive en privatsag.

På den økologiske arena er naturens katastrofescenarier blevet mærkbare. Spørgsmål, der for ti år siden blev betragtet som unge menneskers naive optagethed af regnskove i fjerne lande, lever nu i ethvert ansvarligt menneskes indre. Den angst, der grænser op til de åndelige livsspørgsmål, gælder ikke længere eksistentialeternes introverte tomhed, men er højst reel og koblet til naturens ødelæggelse. Det er tydeligt, at kloden sveder. Polernes is smelter. Snart vil det være for sent at ændre kursen. Vedvarende energikilder er hverken romantik eller nostalgi, men en meget konkret livsnødvendighed. Verden begynder at føles klaustrofobisk. Oversvømmelser, hedeølger i storbyerne og store temperatursvingninger – hvad er det, der sker med vores verden?

Også på den psykologiske scene har meget forandret sig. Da vi gik ind i det nye årtusinde, var der allerede en vis optagethed af fænomenet stress, men den nærmest eksploderede og fandt i det 21. århundredes første årtier vej ind i livsstilslitteraturen. Da Bodil Jönssons bog *Ti tanker om tid* (1999) og min egen *Langsomhedens lov* (2001) udkom, synes de at have fungeret som en slags magneter. Bøgerne fik stor opmærksomhed og solgte godt, ikke på grund af

deres litterære kvaliteter, men snarere fordi de satte ord på noget, som mange oplevede. For stadig flere var livet ved at blive revet i stykker af en bestandig travlhed med forskellige projekter og en diffus jagen – men efter hvad? Udtryk som udbrændthed og overbelastning blev lige så almindelige som talen om behovet for at tage en timeout.

I takt med at stress fik mere opmærksomhed, gav livsstilsmagasinerne deres bud på, hvordan man kan håndtere det opskruede tempo. Der kom et modsvar til det stressede liv. Næsten alle aviser og ugeblade havde artikler om det gode liv. Bøger om mindfulness, adfærdsterapi og kunsten at leve intensivt her og nu – de solgte i stadig større oplag. Denne drejning ind mod det individuelle eller private blev forstærket ("jeg er religiøs på min måde") af en industri, der hele tiden fortalte om det, som alle bør unde sig selv. Alt fra at bade i mudder eller renovere sit køkken til at rejse til Asien. Men jo mere livsstilsindustrien udbygges, jo mere fokus er der blevet på det enkelte menneskes livsvalg. Politiske og sociale bevægelser vækker ingen større genklang.

De eksistentielle spørgsmål er vendt tilbage med fornyet kraft, men nu mest indirekte og på et individuelt plan. Det fremgår af den mængde af bøger, der hævder, at det faktisk er muligt for ethvert menneske at forandre sit liv, at man er sit eget projekt. Søgningen efter livsstilscoaches, terapeuter og åndelige vejledere har aldrig været større. Det er travle tider for alle typer af eksperter. Efterspørgslen efter stærke ledere er et bagvendt tegn på åndelig forvirring. Og samtidig med at fundamentalismen inden for både islam og kristendom er blevet styrket, er også mere militante ateistiske grupperinger blevet mere synlige.



Den generelle diskussion om livsspørgsmål, åndelighed og kristen tro er blevet langt mere åben. Ateister og religiøse mødes og debatterer. Multikulturalismen er blevet tydeligere. Ikke mindst de unges flittige rejsen og mange møder med nye religiøse udtryk betyder, at samtalen om tro lander i en anden kulturel kontekst end i slutningen af 1900-tallet. New Age eller privatreligiøst interesserede betragtes ikke længere som "flippede", men stadig flere kombinerer deres interesse for alternativ spiritualitet med kritisk refleksion og et institutionelt religiøst tilhørsforhold. Mange taler om åndelighedens relation til sundhed og velvære. Stadig flere har – uden at skamme sig – både Buddhafigurer og kristne kors på væggene og tager både til hinduistiske Ashrams i Indien og på kristne retræter. Åndeligheden synes stadig mere fortyndet. Spørgsmål om sandhed er mindre vigtige end følelsen af kosmisk forbundethed.

I en del kristne kredse er der en slags ambivalens over for denne nyvakte, men u håndgribelige og diffuse åndelighed. På den ene side opfatter man interessen for åndelige spørgsmål som vigtig og udfordrende. På den anden side synes mange, at det er svært at identificere og forklare, hvad der karakteriserer netop den kristne åndelighed og gøre det i et forståeligt sprog, uden arrogance eller fordømmelse.

Gennem årene har jeg medvirket ved seminarer i forskellige sammenhænge – ikke mindst på skoler, i erhvervslivet og i sundhedssektoren – som har bevæget sig i grænseområdet mellem samfundsanalyse, eksistentielle spørgsmål og etik. Der har jeg observeret en tydelig forskydning. Mens der tidligere var en oprigtig og stor interesse for alternative,

ikke-europæiske eller urgamle civilisationers spiritualitet, ikke mindst buddhisme, sufisme eller kabbala, kan jeg nu registrere en større nysgerrighed over for det kristne åndelige liv. Mange, der kalder sig tvivlere, søgende eller åndeligt interesserede, spørger stadig oftere: "Men hvad er det, vi tror på, vi i den vestlige verden? Hvad går den kristne tro ud på? Hvordan kommer man ind i den?" En del siger: "Vi vil ikke høre om religion ud fra et generelt samfundsperspektiv, men mere personligt. Hvordan tænkte kirkens tidligste forkyndere, hvad siger den kristne mystik, hvad troede de, som byggede vores kirker?"

Denne bog begiver sig derfor lige ind i netop de kristne åndelige traditioner – eller for at udtrykke det fint: Den "skrives ind" i den tradition. Den tager uden omsvøb nogle af de relevante grundtemaer op, når det gælder opdagelsen af og fordybelsen i en kristen livsholdning.

*Det blændende mørke* indeholder ingen gode råd om, hvordan man kan blive lykkelig, mere helstøbt eller leve et meningsfuldt liv. Den giver snarere et vist indblik i den kristne traditions beskrivelse af, hvordan et menneske kan finde sig selv midt i et liv, der er forvirret og svært at gennemskue.

Min tanke er, at mennesket ligner sig selv. Vi fortsætter med at stille spørgsmål om mening og mål. De kristne kirkers tanker om dette er samlet i erfaringen af, at Gud – dette undvigende ord – er blevet menneske i Kristus, og at mennesket gennem tilliden til hans tiltale finder sit egentlige hjem. At savne, søge, ane og finde dette hjem følger en bestemt proces: Det går gennem mørke til lys. Den provokerende tanke om Guds menneskeblivelse er både forudsætningen og målet for denne bog.

Bogen falder i to dele. Den første del er praktisk orienteret. Den beskæftiger sig med nogle af de grundlæggende råd fra den kristne sjælsorgslitteratur – alt fra stilhed til åndelig læsning – og giver en beskrivelse af "Vejen", det vil sige de opdagelser, som det menneske gør, der for alvor søger åndelig fordybelse. Denne vej går ofte fra oplevelse af savn, over en anelse, perioder med oprømthed og tider med bekymring til en dyb og varig glæde over, at man har fundet hjem, har nået sit mål. Andre taler om, at man snarere oplever sig fundet af en Anden, den Hellige.

Den anden del af bogen udgøres af en teoretisk fordybelse i emner inden for teologi og psykologi, mest henvendt til dem, der har sjælesorg eller åndelig vejledning som opgave. I en bibliografi har jeg givet en fortegnelse over de skrifter, der bruges i denne bog, og henvist til almen litteratur om de store kirkers åndelige traditioner samt – for de særligt interesserede – henvist til en del af mine egne bøger om emnet.

Bogen er skrevet med en vis systematik, men den egner sig fint til, at man bevæger sig rundt i den på kryds og tværs. Man kan sagtens springe nogle af afsnittene over, og man kan lægge den fra sig i dage eller uger og vende tilbage senere. Hvorfor skal alle bøger læses fra begyndelse til slutning? Dyk gerne ned lidt her og lidt der. God læselyst!

Krakow i januar 2017  
*Owe Wikström*

## Indledning

# At møde sig selv

*Anelserne om 'noget Andet, noget større'*

IND IMELLEEM KAN VI komme ind i perioder, hvor vi føler os ensomme og triste; vi kan opleve os kastet ud i et rungende tomt univers. Vi kan mærke en diffus bekymring, som undertiden glider over i en angst for det store ingenting. Tiden går alt for hurtigt! Vi føler os så små i forhold til tidens uendelighed. Men vi har ikke noget bestemt, vi kan sætte fingeren på. I det ydre liv kører alting videre som normalt, vi smiler og ler, leger og trives. Og så, midt i alt det almindelige mærker vi et vindpust af uforståeligt vemod. I vores indre ligger en stille uro – ofte glemt, men nu og da bliver vi bevidste om den.

Én tolkning af disse dunkle perioder af uro, strejfene af vemod eller længsel, er, at de udgør rum, hvor Gud møder mennesket og kalder det hjem. I de gamle vækkelsesbevægelser kunne man tale om et menneskes "besøgelsestid" – og at man skulle "agte på den tid, da man blev søgt".

Undertiden fornemmer vi et vemod både inden i os selv og i tilværelsen. Teenagealderens vage undren kan ligge tilbage som i en indre lomme. Men den blomstrer op nu og da. Når alle krampagtige forsøg på at "finde livets mening", "blive god" eller "virkeliggøre sig selv" har vist

sig begrænsede, indtræder en skuffelse over, at alle vores storstilede planer ud fra evighedens synsvinkel blot er som røg, der forsvinder.

De perioder, hvor livsspørgsmålene bliver aktuelle – i studietidens hektiske periode eller når man som midaldrende opdager, at alt er gået så hurtigt – er ifølge en kristen tolkning ikke resultater af tilfældighed eller almindelig livstræthed. De kan også ses som et værk af ”den helt Anderledes”, som vi kalder Gud. Tomhedsfølelsen er altså en *vocatio*, det vil sige et kald.

Det kan lyde sådan her: Mennesket kommer ind i et mørke, som i første omgang virker uudholdeligt. Men for den, som har øjne at se med, indeholder disse tunneller i livet et overvældende lys – et skær fra en anden virkelighed. Mennesket skal derfor ikke flygte fra disse indre rum af uro, ikke være bange for dette mørke. Sådanne nætter er ikke farlige; de rummer en helt anden virkelighed end den, mennesket normalt regner med, ufattelig, men ikke desto mindre sand.

### *Skabelse, livsglæde og efterfølgelse*

Mange mennesker taler om et tiltagende besvær med at tage det roligt. Kalenderen styrer livet, og når man endelig har fri – om eftermiddagen efter arbejdet, i weekenderne eller i ferien – er den også overtegnet af aktiviteter. Roen, stilheden og den enkle trivsel er efterhånden forsvundet. Rastløshed og jag fylder selv fritiden. Samtidig søger man efter mening og mål og kæmper i det stille med de store livsspørgsmål.

Den kristne tro taler om skabelsens glæde, og Grundtvig

skrev "Menneske først, kristen så". Den åndelige vejledning handler – blandt andet, men ikke kun – om at lære at leve med tilfredshed og ro i netop dette liv.

Humor, lethed og livsglæde ser ved første øjekast ud til at glimre ved sit fravær i dele af den åndelige litteratur. Hos visse ørkenfædre og "åndelige atleter" aner man en slags teologisk legitimering af melankoli. Livet beskrives som én lang lidelse. Mennesket må desværre være i denne syndfulde krop, mens det venter på evigheden. En sådan angst for "verden" og livets glædelige sider går tilbage til gnostisk og platonisk tankegang. Der mente man, at sjælen var låst inde i et ondt, materielt fængsel. Den måtte derfor befries gennem forskellige øvelser. Kropsforagt og idealer som disse sneg sig ind i klostertraditionen og lever fortsat videre i forskellige fromhedsretninger.

Samtidig findes der i den hellige tradition en helt anden side, som betoner tillid, fællesskab, livsglæde og tiltro uden tilskyndelse til egocentrisk selviagttagelse. Både Det Gamle Testamente og evangelierne rummer et ja til livet, en glæde over andre mennesker og kulturens stor skatte. Denne lavmælte, men inderlige glæde over livet, venskabet og naturen findes også i Johann Arndts hyldest til skaberværket og i Frans af Assisis sange til solen og fuglene. Den vælder frem i lovsange til naturen i kirkens liturgier. Den er en konsekvens af, at mennesket ved, at det er skabt, og at livet er en stadig gave. Det "nye liv", som følger med omvendelsen til Kristus, giver tilfredshed med livet. Indsigten i, at livet er et "gudsblås" fører ikke til sortsyn eller pessimisme, men til realisme.

Nogle har dårlig samvittighed, når de er dovne og tager sig en lille lur, når de ser på skyerne, løber i skoven eller

lader en halv dag glide forbi i gode venners selskab. De tror ikke, at dovenskab, hygge og slaphed er foreneligt med et dybt bønsliv eller en stærk tillid til Kristi nærvær og et liv i hans efterfølgelse.

Splittetheden – hvor man skelner mellem en åndelig glæde og en jordisk lykke – er et tegn på, at man ikke har forstået lignelsen om liljerne på marken og heller ikke har hørt Kristus sige: "Hvorfor bekymrer I jer for dagen i morgen?" og ikke har forstået, at Jesus åbenbart undte sig selv og andre at have det godt – det første under, han udførte, var fremstillingen af 600 liter god vin. At overdrive forskellen mellem det jordiske og det åndelige er altså et ikke-bibelsk ideal, som sneg sig ind i den tidlige kirke.

### *At søge forbi det overfladiske*

Søgende mennesker med interesser for livsspørgsmål og også aktive kristne har fortalt, at det kan være svært at få hjælp til at komme ind i, fordybe sig i og vokse i den kristne tro. De bliver stående uden for kirkerne i både billedlig og konkret forstand. De kan godt blive fascineret af det, der foregår ved gudstjenester eller meditationer, men kan ikke rigtig tage indholdet til sig. De har det bedre med en mere generel åndelighed – de har svært ved at se det særlige ved netop den kristne spiritualitet. Men fascinationen har de i behold – de tiltrækkes af kirken, men forholder sig samtidig afventende, ikke mindst fordi mange kristne i deres øjne virker mest interesserede i interne spørgsmål, hvorfor der også er så mange konflikter i kirkerne. De er strandet i en ambivalens eller vag undren over for kirke og religion.

Andre, der betegner sig som søgende, synes, at de står i stampe og bliver holdt fast i deres tøven, selv om de gerne ville tættere på det kristne evangelium eller i det mindste kunne hvile i deres længsel. De kan blive fascineret af mystikere eller Taizé-messer, men er tøvende over for en formuleret tro. Deres kvaler udspringer ikke af indre psykisk spænding eller stress, men snarere af en følelse af meningsløshed og eksistentiel rådvildhed. De søger ikke coaching eller psykoterapi, men indre stabilitet.

En del kristne taler undertiden om sorgen over deres egen snigende ligegyldighed. Tidligere, siger de, havde de en lidenskab, både religiøs og politisk. Men nu forbliver de hellere i en slags livsbetragterposition. De er blevet tilskuer, omtrent som når man sidder i teatret. De ser de engagerede stå på scenen: mystikere, buddhister, fundamentalister, fremgangsteologer, helgener eller politiske aktivister, men selv sidder de tilbagelænedede i deres åndelige teatersæder. Heri ligger der nogle gange en skam over mistede idealer. De spørger sig selv: Hvor blev gløden af?

Nogle fortæller om, at usikkerheden, den galopperende sekularisering og forbrugerismen har ført til, at de oplever en slags trivialisering og forfladigende markedstilpasning af det kristne budskab. De stemmer, der taler om veje til en mere dybtgående og inderlig gudsrelation, har man svært ved at høre i den almindelige larm. De søger en enkel og klar åndelighed, der ikke blot "bruger Gud" for at få trøst eller finde en mening, men som snarere bæver ved mødet med det Hellige. De synes, at talen om personen Jesus Kristus er blevet udvandet og banaliseret. Samtidig mener de, at flere af den kristne tros begreber er blevet tømt for indhold og er blevet rutine, kun ord. Alt for ofte går de



derfor skuffede fra en gudstjeneste – hvis de overhovedet stadig går i kirke. De føler sig stadig mere fremmede over for de organiserede kirker, men samtidig mærker de en længsel efter at kunne hengive sig til et fællesskab. De sørger derfor både over deres svigtende tro og over deres følelse af fremmedgørelse i forhold til den kirke, de engang værdsatte.

Når jeg har deltaget i den kirkelige videreuddannelse, psykoterapikurser og andre typer af seminarer, er det nogle gange kommet til at handle om stilhedens, meditationens og bønnens plads. Hvordan kan vi beskrive den vej eller den proces, som et menneske gennemgår, når det forsøger at tage sin kristne tro alvorligt? Præster vidner om, at den teologi, som de har lært ved fakulteter eller på seminarier, har været ensidigt intellektuel og historisk, og at den sjælesorg, de har studeret, har været alt for psykologisk orienteret. Alt dette opleves som nødvendigt, men det er ikke tilstrækkelig kundskab i en samtalsituation, hvor nogen spørger om hjælp til at finde eller udvikle en personlig tro. Man bliver overladt til sig selv, når det drejer sig om at forstå sin egen og andres åndelige udvikling. Der mangler instrumenter til at "se Guds handlende kraft i menneskers liv", til at lære mennesker det praktiske "liv i Kristi efterfølgelse", til at undervise om den åndelige læsning, eller hvordan man erfarer styrken i den hellige stilhed. Derfor er præster på egen hånd begyndt at læse bøger fra forskellige åndelige traditioner.

For nogle har denne blanding af skuffelse og længsel ført til en interesse for skønlitteratur og russiske ikoner, for pilgrimsvandring, musik og liturgi. Men oftest er man blevet ladt alene med at finde litteratur om åndelig erfa-

ring. Psykologiserende modeller er ubearbejdet smeltet sammen med kirkens tradition. Og undertiden lader det til, at selve den kirkelige og frikirkelige mentalitet – med dens bureaukrati, aktiviteter og internt skjulte konflikter og spændinger – meget effektivt er i stand til at forhindre et åndeligt liv.

I denne bog vil jeg knytte an til disse problemfelter og derigennem bidrage til at skabe en vis klarhed. Men jeg kan ikke påberåbe mig at udrede eller give svar på alle spørgsmål. I den første del forsøger jeg, i en mere personlig stil, at introducere en række klassiske sjælesorgstemaer og oversætte dem til vores tid. I den anden del diskuterer jeg principielt, hvad åndelig vejledning egentlig "er", og knytter dette sammen med psykologi, postmodernitet og sekularisering. Dette er for den mere teoretisk interesserede.