

# Tidebønnen

af Wilfrid Stinissen ocd

I et helt og lødigt kristent liv er indre bøn og liturgisk bøn knyttet uløseligt sammen. Nogle opdager måske først den indre bøn og derefter langsomt den liturgiske, for andre er det omvendt. Men for enhver, der oprigtigt søger Gud, er det uundgåeligt, at de to former for bøn med tiden vokser sammen og danner en syntese. Den, der lærer Gud at kende, kan ikke andet end opdage, at Han er den, der både åbenbarer sig i stilheden i vort eget indres uudgrundelige dyb, og den, som samtaler med sin skabning gennem ord og tegn.

“Liturgien alene,” siger Det andet Vatikankoncil, “udgør imidlertid ikke hele det åndelige liv. De kristne er kaldet til at bede i fællesskab, men ikke desto mindre må man også gå ind i sit lønkammer for at bede til Faderen i det skjulte (jvf. Matt 6,6), ja, man må, som apostelen siger, bede uophørligt” (jvf 1 Thess 5,17).

## Dialogen mellem Gud og menneske

Den generelle indledning til tidebønnen siger at denne skaber en dialog og en forbindelse mellem Gud og menneske: “Gud taler til sit folk ... og folket svarer med sange og bønner”. Kirkens liturgiske bøn er den ægte jakobsstige, hvor Guds engle går op og ned (1 Mos 28,12; Joh 1,51). I læsningerne kommer Guds frelsende ord til os, men også i selve salmerne (ofte er det jo Gud, der taler til mennesket i salmerne) og vi svarer ved takkende at lovsynge Gud. Den dobbelte bevægelse, opad og nedad, sammenfattes rammende i de første ord i messens Gloria: “Gloria in excelsis Deo, et in terra pax hominibus” (Ære være Gud i det høje, og fred på jorden for mennesker). Vor lovsang går nedefra og opad og giver Gud i det høje æren. Og Guds ord, der taler om sin kærlighed til os, kommer ovenfra og ned og giver fred på jorden til mennesker. Hvilken herlig dialog.

Det, der altid sker ved en dyb dialog, sker også her. De to bevægelser, fra mennesket til Gud og fra Gud til mennesket, flyder langsomt sammen og er til sidst ikke til at adskille. Når Gud “taler fred til sit folk, til sine fromme” (Sl 85,9), forherliger Han sig selv. Alt, hvad Han gør for mennesket, åbenbarer Hans herlighed. “Gloria Dei vivens ho-

mo" (Guds ære er det levende menneske), skriver Irenæus af Lyon (ca. 130-200), når et menneske virkelig lever, når det har det godt på alle måder, udstråler det noget af Guds herlighed. "For et træ kendes på frugten" (Matt 12,33). Er mennesket en god frugt, vidner det om Gud som et godt træ. På den anden side har mennesket det godt, når det glemmer sig selv og lovpriser Gud. Det finder sin dybeste glæde i denne lovprisning. Det "stråler af glæde" (Sl 34,6) når det lovsynger Gud. Da lever mennesket, som det er skabt, som en strøm mod Gud. Da er mennesket i sin rette orden og derfor i fred. Fred er jo ifølge Augustin den ro, der opstår, når alt er i orden.

At disse to bevægelser (mennesket lovpriser Gud - Gud helliger mennesket) falder sammen, ser vi tydeligst hos Kristus. Liturgikonstitutionen taler om hans "store værk, hvor Gud fuldkommen forherliges, og mennesket helliges". Er Ordet blevet menneske for menneskets skyld eller for Faderens skyld? Det er naturligvis en falsk modsætning. Her findes intet enten - eller. Menneskets frelse er Faderens herliggørelse. Nogle bliver stødt, når man siger, at alt er skabt til Guds forherligelse. Hvilken egoisme hos Gud! De forstår ikke, at når Gud forherliger sig selv, er det kærligheden, Han forherliger. Han er jo kærlighed. At forherlige sig selv betyder for Gud at vise sin kærlighed i hele dens glans, at vise at Han aldrig tænker på egen vinding, men bare på sin Søn og på os, som Han har indesluttet i sin Søn. Længere bort fra egoisme kan man næppe komme!

Mennesket vil også forherlige sig selv. I grunden er denne retning ikke helt forkert. Hvis vi var sådan, som vi er skabt til at være, ville vi virkelig søge vor egen ære, vor sande ære. Vi ville fuldt ud elske os selv, for da ville vi elske vort sande, inderste væsen, hvor vi ikke er andet end kærlighed, ren kærlighed som bestandigt giver og modtager. Synden, egoismen har vendt op og ned på alt, så at kærligheden til os selv er på bekostning af andre. Den, som elsker sig selv rigtigt, elsker den kærlighed, han er skabt til.

Når vi i liturgien lovsynger og forherliger Gud, lovsynger vi også Hans billede i os. Der findes intet hovmod, ingen egoisme og ingen ringeagt af andre.

6 Kroppen deltager aktivt i den liturgiske lovprisning. Dermed er al kropslig aktivitet integreret i liturgien. Det er den samme krop, som udfører de daglige sysler og som bøjer sig dybt for Gud i liturgien,

samme stemme, der taler i hverdagen, og som lovpriser i liturgien. Hvis vi bliver klar over, hvilken værdighed vor krop da får og, hvis vi ofte lader den deltage i liturgien, så kommer denne værdighed til at følge os overalt. I liturgien forherliger Gud i sin grænseløse godhed egentlig mere os end vi forherliger Ham. Men for den, der ofte fejrer liturgien - især klosterfolk - består risikoen for at man i stedet for at lade liturgi-ens værdighed følge med ud i hverdagen lader hverdagens banale holdning følge med ind i liturgien.

### Hele gudsfolkets bøn

"Officiet - tidebønnen - er hele gudsfolkets bøn," skriver Paul VI i "Laudis Canticum", den apostolske konstitution, der i 1970 bekendtgjorde den fornyede tidebog. "Den er derfor sammensat og udformet så at ikke kun præster og biskopper, men også klosterfolk og lægfolk skal kunne deltage. Man har taget hensyn til ønsker fra mennesker med forskellige stillinger og i forskellige forhold". "Derfor opfordres alle kristne til at bede tidebøn," fortsætter paven, "også de, der ikke er forpligtede til det". Og videre: "Især Davids salmer, der igen og igen beskriver og forkyn-der Guds handlen i frelseshistorien, skal atter blive Guds folks umistelige ejendom" (sammesteds).

Det har længe været en almindelig opfattelse, at breviaret - tidebønnen - kun var noget for præster og ordensfolk, medens lægfolk kunne nøjes med rosenkransen. Så længe breviaret kun var tilgængeligt på latin, var denne opfattelse måske berettiget. Latin var en barriere mellem præster og lægmænd. Sådan var det ikke i urkirken, hvor latin (eller græsk) var folkesprog. Dengang blev tidebønnen bedt med deltagelse af hele menigheden. Da folk så ikke længere talte latin, opstod forskellige folkelige fromhedsøvelser, hvoriblandt rosenkransen var den mest udbredte. At bede vesper hele familien sammen var før koncilet næsten utænkeligt. Derimod bad man i mange katolske familier rosenkrans hver aften.

Kirken sætter rosenkransen meget højt. På grund af sin enkelhed og meditative karakter vil den altid beholde en privilegeret plads i katolsk fromhedsliv. Men rosenkransen er ikke nogen typisk morgen- eller aftenbøn. Det er ikke så meningsfuldt at bede et led af rosenkransen om morgenen som at bede laudes. Hvis man beder laudes, begynder man dagen med at prise Gud, den korte læsning fungerer som mad for hjer-

nen i dagens løb. I forbønnerne beder man om kraft til dagens opgaver. Desuden ved man, at man ikke beder alene, men sammen med hele Kirken: overalt på jorden beder man samme bøn. Man er ikke overladt til sig selv. Hvis man føler sig træt, søvngig eller adspredt, ved man at andre kompenserer ved deres iver. I et stort kor gør det ikke så meget, hvis nogle sangere føler sig lidt usikre eller hæse. De kan synge med alligevel og behøver ikke at være bange for at ødelægge harmonien.

Når man beder tidebøn, befinder man sig midt i mysteriet. Man er et lem på Kristi mystiske Legeme. Mit lille, individuelle jeg bliver indføjet i en grænseløs sammenhæng. Og bare når jeg har del i noget, der er større end det, jeg umiddelbart oplever som "mig selv", kan jeg virkelig blive "mig selv".

Naturligvis er det de færreste lægfolk, der kan bede hele breviaret. Men højst sandsynligt kan man bede noget af det eller en bid af en del af det. Beder man laudes, kan man for eksempel nøjes med en enkelt salme. Alt for ofte ser vi kun to muligheder: Alt eller intet. Og så bruger vi breviarets længde som påskud til ikke at bede noget af det. Men der findes også en middelvej: Man kan udvælge sig noget og nøjes med det. Det er lægmandens fordel, at han er fri i forholdet til mængden af bøn. Præster og ordensfolk har pligt til at læse hele breviaret. En pligt, der i og for sig er en "sød pligt". At være forpligtet til troskab er en kraftkilde. Men det indebærer også risiko for at slippe så let og hurtigt om ved det som muligt. Lægmanden er derimod ikke bundet til en vis mængde og kan derfor tænke mere på kvaliteten.

Den kristne tradition plejer at skelne mellem fælles bøn og individuel bøn. Begge er nødvendige, og Jesus anbefalede begge slags. "Men når du vil bede, så gå ind i dit kammer og luk din dør og bed til din fader, som er i det skjulte. Og din fader, som ser i det skjulte, skal lønne dig" (Matt 6,6). Sådan gjorde Jesus også selv. Hans kammer var ofte naturen. "Han gik ene op på bjerget for at bede. Og da det var blevet aften, var han alene dér" (Matt 14,23). Men Jesus gik også i synagogen, og Han sang salmer med sine disciple. Han sagde da også: "For hvor to eller tre er forsamlet i mit navn, dér er jeg midt iblandt dem" (Matt 18,20).

8 Tidebønnen er en typisk fælles bøn, den har fællesskabskarakter. Den er udformet til at bedes i fællesskab, og den kommer bedst til sin ret, når man beder den sammen med andre. Responsorierne (vekselsange-

ne) er for eksempel lagt til rette for to kor. For alle dem, der beder tidebønnen i fællesskab (ordensfolk), er det vigtigt, at man også tager sig tid til personlig bøn alene, altså en bøn, man går ind i sit kammer for at bede. Det rækker aldrig med fælles bøn alene.

### Både jordisk og himmelsk liturgi

Mange af os lider under, at livet er så småt, så begrænset og så fragmenteret. Vi længes efter vidde, plads og store perspektiver. Det gør ondt at erfare, at livet er smuldret i småstykker, at vi sidder fast i petitesse, medens virkeligheden - aner vi - er uendelig. Egentlig ligner vi alle Thérèse af Lisieux lidt og genkender os i hende, når hun siger: Je choisis tout (Jeg vælger alt)". Vi vil have det hele. Det "holistiske" syn på tingene, som man taler så meget om i vore dage, er i grunden et urmenneskeligt perspektiv. Det vidste allerede den gamle filosofi, når den forklarede at menneskets intellekt er åbent for tilværelsen i sin helhed. Den menneskelige forstand kan ikke lade sig nøje med dit og dat, den falder først til ro, når den forstår det hele.

Takket være massemedierne og deres nyhedsformidling er vor horisont blevet meget bredere. I stedet for at leve i vor egen lille by, lever vi nu i den store verden, og det, der sker på den anden side af kloden, når os ofte hurtigere end det, der sker i vores by. Og alligevel er vi ikke tilfredse. De fleste af os aner, at dette ikke er helheden, at der findes en usynlig virkelighed bag den synlige, og at denne virkelighed måske er mere interessant og mere virkelig end den, vi kan fatte med vore sanser. Dette er alle religioner nok enige om. Hinduismen taler om "maya" (Et sanskrit-ord, der betyder trolddom eller blændværk), verden opfattes i den brahmanske filosofi som et blændværk. Kristne plejer at protestere mod denne opfattelse og forsvare verdens virkelighedskarakter. Men hinduismen mener ikke, at verden ikke er virkelig, men - præcis som kristendommen - at den verden, vi ser med vore øjne, kun er en lille del af virkeligheden. Hvis vi tror, at denne lille del er det hele, eller i hvert fald lever, som om den var det, er vi ikke længere i sandheden. Verden er et blændværk, ikke fordi den ikke er virkelig, men fordi det, vi sanser af den, får os til at tro, at dette er hele virkeligheden.

Den synlige, konkrete virkelighed er i sig selv ikke en hindring eller et slør for det usynlige. For den, der lever i sit dyb, bliver det synlige både en åbenbaring af og en bro til det usynlige. Jo mere renhjertet et

menneskes forhold til den skabte verden bliver, jo mere bliver den transparent for mennesket. Johannes af Korset har sagt noget vigtigt om det: "Det menneske, der ikke behersker sansernes glæder, kommer aldrig til at smage den ophøjede, stedsevarende glæde i Gud gennem Hans skabte væsener og værker ... men et menneske, der allerede har et rent hjerte, finder i alle ting en kundskab om Gud, der er frydefuld og smuk, ren og åndelig, glad og elskende" (*Bestigningen af bjerget Karmel* III, 26,6).

At så mange i nutiden vender sig til hinduismen eller buddhismen kommer af, at man dér har en stærk fornemmelse for den usynlige virkelighed, som ligger bagved, hinsides den synlige. Men denne fornemmelse finde også i kristendommen, i det mindste, dér hvor den leves i sin fylde. Og i kristendommen får denne usynlige virkelighed desuden et konkret indhold. Den er ikke nogen diffus, u håndgribelig virkelighed, den har et ansigt eller rettere mange ansigter, som jeg har et personligt forhold til.

Dette bliver helt tydeligt i tidebønnen. Når vi i vort kammer eller sammen med andre beder eller synger tidebønnen, gør vi det ikke som isolerede individer, men sammen med Kirken i hele verden. Egentlig er udtrykket "i hele verden" alt for småt og begrænset. Tidebønnen beder vi sammen med hele Kirken, også den del, der findes i Himmelen. "Den lovsang, der i evigheden synges i de himmelske boliger, og som vor ypperstepræst, Jesus Kristus, istemte i denne vor landflygtighed, er igennem århundrederne trofast og uafbrudt blevet frembåret af Kirken i en forunderlig mangfoldighed af former," sådan indleder Paul VI "Laudis Canticum". Og i den generelle indledning læser vi: "Når Kirken i tidebønnen lovpriser Gud, forener den sig med den lovsang, der i evighed synges i de himmelske boliger. På denne måde får Kirken en forsmag på den himmelske lovprisning, der lyder for Guds og Lammets trone, som Johannes beskriver det i Åbenbaringen" (Åb 14). Vi synger sammen med alle engle og helgener i et kor, der er meget større, end vi kan forestille os. Men Johannes' Åbenbaring giver i hvert fald lidt brændstof til vor fantasi. Johannes beskriver den himmelske gudstjeneste. Vi ser den talløse skare, som står for Guds trone, og de fireogtyve ældste, der lægger deres krans for tronen og falder ned og tilbeder Gud. Vi hører en lyd "som af vældige vande og som af stærk torden, som sagde: Halleluja! Herren vor Gud, den Almægtige, har taget magten, lad os glæde os og juble og lovprise ham, for nu skal Lammets bryllup stå, og

hans brud har gjort sig rede" (Åb 19,6-7).

### Kristus beder i os

Vi beder ikke bare sammen med alle engle og helgener, vi synger også sammen med Kristus. Det er Ham, der leder lovsangen, Ham, der intonerer: "Lad os lovprise Faderen!" Vi burde ligesom høre Hans fyldige, uovertrufne baryton synges melodistemmen. Vi har lov til at istemme Hans sang og hylde Faderen i og med Ham. "Vi er blevet lemmer på Kristi legeme og skal derfor istemme den bøn, som vor ypperstepræst istemte i sit jordiske liv" (forordet til *Kyrkans daglige bøn*). Som døpte er vi jo viede til præster (se 1 Pet 2,9). Vi har altså ret til at synges med i koret, vi er kompetente, vi behøver ikke at være bange for at synges falsk. "Kom," siger vor Ypperstepræst til alle, som er i tvivl, "lad os tilbede Herren!"

I den hellige Lutgards levned (Flanderns skytshelgen, cisterciensernonne, 1182-1246) berettes en anekdote, der har sammenhæng med tidebønnen. Lutgard var nedslået over sin manglende evne til at bede koncentreret. Pludselig åbenbarede Herren sig for hende og spurgte hende, hvorfor hun var ked af det. "Forstår du ikke," sagde Han, "at jeg fylder hulleme og supplerer det, der mangler?" Tidebønnen er mere Kristi værk end vort. Vi behøver ikke blive desperate, når vi ikke evner at bede den så fuldkomment, som vi gerne ville. Der findes én, som beder den fuldkomment, Jesus Kristus. Ved at istemme Hans bøn, får vor bøn del i Hans bøns fuldkommenhed.

Kristi kærlighed til os er så stor, så absolut, at Han ikke kan andet end at lade os være med til det, der udgør Hans liv: at tilbede, prise og takke Faderen. "Fader, jeg vil," siger Han, "at hvor jeg er, skal også de, som du har givet mig, være hos mig" (Joh 17,24). Han er helt optaget af lovprisningen af sin Fader, og Han ønsker at vi er med Ham også i dette. "Alt mit er dit," siger Han til os. Det er Ham, der indbyder os til at istemme Hans lovsang: "Ophøj Herren sammen med mig, sammen vil vi hylde hans navn!" (Sl 34,4). "I virkeligheden," siger liturgikonstitutionen, "forener Kristus sig i dette stor værk, hvor Gud fuldkommen forherliges, og menneskene helliges, altid med Kirken, sin elskede brud, som påkalder sin Herre og gennem Ham tilbeder den evige Fader".

Tidebønnen er derfor virkelig "Opus Dei" i ordets dobbelte betydning: både et værk, som mennesket udfører for Gud (objektiv genitiv),

og et værk, som Gud selv udfører, et Guds værk (possessiv genitiv). Tidebønnen er Sønnens lovsang til Faderen. Den er et element i den guddommelige dialog, som foregår mellem Faderen og Sønnen i Helligånden. Ved at bede tidebøn er vi med i dialogen. Sammen med Sønnen siger vi: "Du er min fader, min Gud, min frelses klippe" (Sl 89,27).

Tidebønnen er altså "vox Christi ad Patrem", Kristus, som taler til Faderen. Men Kristus er aldrig alene: "Han er hoved for legemet, kirken" (Kol 1,18). Hovedet kan ikke leve uden kroppen, vinstokken ikke uden grenene. Han synger ikke solosang for sin Fader. "Jeg vil forkyn- de dit navn for mine brødre, i forsamlingens midte - in medio ecclesiae - vil jeg lovprise dig" (Sl 22,23). Kristus befinder sig i Kirkens hjerte. Han generer sig ikke ved at kalde os brødre (Heb 2,11). Han drager os med sig til Faderen, Han "beder os indenfor hos Faderen".

Ved at forene os med Kristi bøn begynder vi at ligne Ham mere og mere. Hans bøn bliver vor bøn, vi overtager Hans indre indstilling, Hans "sind" (Fil 2,5). Det bliver mere og mere sådan, at det ikke længere er mig, der beder, men Kristus, som beder i mig (se Gal 2,20).

Hvis vi vil vokse sammen, findes der ingen bedre måde end at bede sammen. Ved at bede sammen med Kristus, med Hans egne ord, bliver vi ét med Ham. Tidebønnen åbner os muligheden til at tage Jesu ord i vor mund. Han har jo bedt salmerne, medens Han levede på jorden, og alt, Han har gjort, har en evighedsdimension. Når vi læser: "Du er min søn, jeg har født dig i dag" (Sl 2,7), ved vi, at Jesus har opfattet disse ord som rettede til Ham af Faderen. Vi gør ligesom Han og lader Faderen sige disse ord til os, og så bliver vi sønner i Sønnen, børn i Barnet. Når jeg læser i salme 40: "Se, jeg er kommet - i bogrullen er der skrevet om mig - jeg ønsker at gøre din vilje, Gud, din lov er i mit indre" (8-9), får ordene en helt anden vægt, hvis jeg hører dem som sagt af Kristus. De udtrykker ikke i første række min indre indstilling, men Hans, de åbner en uendelig horisont og indbyder mig til at træde ind i uendeligheden, at lade min lille beredvillighed til at gøre Faderens vilje befrugte og udvides af Jesu fuldkomne lydighed.

I liturgien lytter vi mere, end vi taler, selv om vi dér hele tiden udtaler ord. Ordene, vi siger, har vi ikke produceret selv, de gives os, lægges os i munden. Derfor giver det ro i sjælen at følge de liturgiske forskrifter i stedet for at improvisere efter vor egen smag og ideer. Når liturgien

får lov til at flyde fremad i sin udstukne bane, er den fyldt med stilhed og ro.

Den der synger salmerne i tidebønnen, synger ikke så meget på egne vegne som i hele Kristi legemes navn, ja på Kristi egne vegne. Hvis man holder sig dette for øje, forsvinder mange vanskeligheder for den, der måske fæstner sig ved, at hans egne følelser ikke stemmer overens med salmens. Den bedrøvede og nedtrykte kan møde en lovsang og den lykkelige en klagesang. Hvis det bare var et spørgsmål om andagt, kunne man jo undgå dette ved at vælge en salme, der udtrykker ens egen situation. Men i tidebønnen beder man ikke en privat bøn, man gennemgår i Kirkens navn salmerne i en bestemt rækkefølge. Dette gælder også for den enkelte, der beder en tidebøn i ensomhed. For den, der beder i Kirkens navn, findes der altid anledning såvel til glæde som til bedrøvelse ...

(Generel indledning til "*Kyrkans dagliga bön*").

Det er en del af liturgiens natur, at den skal gentages med regelmæssige mellemrum. Gud kan naturligvis meddele en særlig nåde i den enkelte gudstjeneste, men sin fulde, normale lødighed får liturgien kun hvis den er et regelmæssigt tilbagevendende element i vort liv. For at mødes med Gud i liturgien på et stadig dybere plan, skal vi give os tid til en "indskolingsproces" i liturgiens rytme. Det har stor betydning, at vi bliver fortrolige med den og så at sige lærer dens rytme udenad. Så kan vi fejre den stadig mere kontemplativt og i stadig inderligere forening med Gud.

### Tidebønnens historie

Tidebønnen har rødder i den jødiske bønstradition og har derfor også en ganske særlig karakter. Ved at bede tidebøn eller Davids salmer, genfinder vi vore rødder. Vi beder på samme måde som det gamle Israel, ligesom Jesus og Hans disciple. Disse bønner har en tyngde som vore egne hjemmelavede bønner aldrig kan få.

Israel vidste, at Gud var til stede hver gang folket enstemmigt lovpriste Ham. Israels Gud er den der "troner som den hellige, du, som Israel lovsynger" (Sl 22,4).

I templet i Jerusalem helligedes dagen gennem tre faste bedetider:

1. *Morgenofferet* mellem solopgang og den "tredje time" (kl. 9) med Davids salmer og højtidelige bønner, hvor "Schema Israel" indtog en central plads: "Hør, Israel! Herren, vor Gud, Herren er én. Derfor skal du elske Herren din Gud af hele dit hjerte og af hele din sjæl og af hele din styrke. Disse ord, som jeg i dag befaler dig, skal ligge dig på sinde, og du skal gentage dem for dine sønner; du skal fremsige dem, både når du er hjemme, og når du er ude, når du går i seng, og når du står op" (5 Mos 6,4-7).

2. *Spiseofferet ved middagstid* omkring den "sjette time" (kl 12), som havde en enklere karakter.

3. Det højtidelige *aftenoffer*, som begyndte ved den "niende time" (kl 15) og varede til solnedgang.

På denne måde blev Herrens navn lovprist fra solens opgang til dens nedgang (se Sl 113,3). Israel vidste, at lovprisningen af Gud var meningen med livet. Og da den unge Kirke så langsomt skilte sig ud fra templet og synagogen, forblev den tro mod skikken med at helligholde de traditionelle bønstider.

De kristne vidste, at de samledes i Jesu navn, og at Han var i deres midte, når de bad sammen (se Matt 18,20). Derfor blev bønstiderne helt naturligt knyttet til Jesu liv og gerning. Samtidig steg deres antal. Den hellige Hippolyt (død 235) taler allerede om syv bønstider: fem om dagen og to om natten, nemlig ved midnat og ved hanegal. Om midnatsbønnen siger han: "Stå op ved midnatstid, vask dine hænder med vand og bed. Hvis din hustru er hos dig, skal I bede sammen. Men hvis hun endnu ikke er troende, så træk dig tilbage til et andet rum for at bede, og gå så i seng igen ... På den tid bør man altså bede, for de gamle, fra hvem vi har taget imod denne tradition, har sagt os, at hele den skabte verden på denne tid hviler et øjeblik for at prise Herren; at stjerner, træer og floder står stille et øjeblik, og at engleskarene, der tjener Herren, lovpriser Ham sammen med de retfærdige sjæle. De troende bør altså bede på dette tidspunkt" (*Traditio Apostolica*, nr. 41).

Hver bønstid blev efterhånden knyttet til et mysterium om Kristus og fik dermed sit eget præg. Ved *Laudes*, morgenbønnen, tænker man naturligt nok på Kristi opstandelse. Vi står op med Ham: "Vågn op, du som sover, stå op fra de døde, og Kristus vil lyse for dig" (Ef 5,14).

Ved *Terts* klokken ni husker man på udgydelsen af Helligånden, der

skete ved den tredje time (ApG 2,15), man beder om at måtte modtage Helligånden.

Ved *Sekst*, middagsbønnen, retter man blikket mod den korsfæstede Herre, for at lade sig frelse af Ham. Johannes beretter, at det var ved den sjette time, at Jesus blev korsfæstet (19,14). Samtidig husker man på, at denne frelse er universel, noget, der åbenbares for Peter, da han gik op på taget af et hus i Joppe ved den sjette time (ApG 10), da så han i et syn, at al mad er ren.

Ved *Non*, klokken tre om eftermiddagen, erindrer man Kristi død. Denne hændelse giver Non en særlig inderlighed. Mørket, der havde dækket jorden i tre timer, veg da for lyset. Denne bøn kan sammenfattes i et eneste ord, et eneste navn: Jesus, der betyder Gud frelser. Den bodfærdige røver udtalte dette navn ved den niende time: "Jesus, husk mig, når du kommer i dit rige" (Luk 23,42).

Ved *Vesper* ihukommer man, hvordan Jesus indstiftede nadveren. Denne tidebøn har derfor et eukaristisk præg.

Ved *Komplet* gentager man Jesu sidste ord ifølge Lukas: "Fader, i dine hænder, betror jeg min ånd" (23,46). Man lægger sit liv i Faderens hænder og gør det at falde i søvn til en øvelse i at dø.

Angelusbønnen, der er opstået langt senere i Vesterlandet, opviser lighedspunkter med de tre liturgiske tider laudes, sekst og vesper. Også denne enkle men dybt bibelske bøn, som udvikledes i middelalderen, var et middel til at hellige dagens tre vigtigste tidspunkter, morgen, middag og aften.

### Tidebønnens relation til Eukaristien

Ligesom planeterne kredser omkring solen, så kredser tidebønnen omkring Eukaristien (messen): "Eukaristien er perlen i Kirkens liturgi, men denne perle er indfattet i en ring af bønner, der helliger hele dagen: tidebønnen. Tidebønnen udstrækker messens lovprisning og forbøn til alle døgnets timer" (Biskop Hubertus Brandenburg i forordet til den svenske tidebog). Heraf ser man, hvor forkert det er at springe den daglige Eukaristi over uden alvorlig grund. Det er jo Eukaristien, der er det centrale element i tidebønnen. Ligesom kærlighed hos Paulus er det bånd, som forener alle de kristne dyder (Kol 3,14), således er Eukaristien det forenende bånd i forhold til tidebønnens forskellige led.

På den ene side er tidebønnen en vidunderlig forberedelse til Eukaristien, på den anden strømmer Eukaristiens livgivende vande ud over og befrugter tidebønnen. Eukaristien fejrer man kun én gang i døgnnet, men Kirkens daglige bøn kan man bede hjemme, man kan tage breviaret med på arbejde, i toget ... "Tidebønnen," skriver Pave Paul VI i "*Laudis canticum*", "blev noget af et nødvendigt supplement til det eukaristiske offer, som forbliver gudstjenestens højeste form og sammenfatning. I tidebønnen fik Eukaristien sin fortsættelse og udstraktes til at omfatte hele det menneskelige liv alle døgnets timer."

Der findes også en dyb sammenhæng mellem den indre holdning, vi bør have i Eukaristien, hvor vi sidder ved brødets bord, og i tidebønnen, hvor vi sidder ved "ordets bord". "Luk munden op, så skal jeg fylde den" (Sl 81,11), siger Gud til os, både i Eukaristien og i tidebønnen. I begge dele er det vor modtagelighed for mysteriet, der gør vor deltagelse frugtbar.

### Tidebønnen helliger tiden

Gud skaber af kærlighed. Han kan ikke skabe noget, der ikke er godt for os. I skabelsesberetningen skaber Han tiden allerede den første dag. Han skaber lyset og skiller det fra mørket. "Så blev det aften, og det blev morgen, første dag" (1 Mos 1,5). Tiden er god, for den er skabt af Gud.

Selv om vi alle erfarer, at tiden begrænser os - vi kan ikke gøre alt på én gang, kun det ene efter det andet - så oplever vi alligevel ikke tiden som noget fjendtligt. Vi fatter, at ligesom frugten modner med tiden, må vi også modne med tiden. Vi føler, at vi ikke er færdige, og at tiden giver os en chance til at udvikle os, så vi bliver "et fuldvoksnet menneske, en vækst, som kan rumme Kristi fylde" (Ef 4,13). Derfor er vi taknemmelige over tidens gave.

Da Gud blev menneske i Jesus, trådte den Evige selv ind i tiden. Den Evige blev vor samtidige. Tiden fik en helt ny værdi, fordi Gud selv begyndte at leve i den, Tiden blev hellig, ligesom hele menneskelivet blev helligt, eftersom det blev draget med ind i Guds eget liv.

16 Midt i tidens strøm lever vi som kristne i et evigt nu. Det er altid lige nu, noget afgørende sker, ikke i går og ikke i morgen. "Hæc nox", synger diakonen påskemat: "Dette er den nat" (om hvilken det står skrevet: "Natten skal være lys som dagen, ja mørket skal være ligesom lyset"):

"Hæc dies", synger Kirken i påskemessen, og også vi bør hver morgen, når vi vågner, sige "Denne dag har Herren skabt, lad os juble og glæde os på den" (Sl 118,24). "Hodie" (i dag), synger Kirken på de store høj-tider, og hver dag gentager Kirken i begyndelsen af morgenbønnen: "Om I dog i dag ville lytte til ham!" Især hos Lukas ser vi, hvordan hele frelseshistorien atter og atter koncentrerer sig i nuet: "I dag er der født jer en frelser" (Luk 2,11). "Zakæus, skynd dig at komme ned! I dag skal jeg være gæst i dit hus" (Luk 19,5). "I dag er det skriftord, som lød i jeres ører, gået i opfyldelse" (Luk 4,21). Tiden er ikke længere en kæde af øjeblikke, hvor det ene er vigtigt og det næste ganske ligegyldigt. Nej, hvert øjeblik er et nu, et Guds nu. Hvert øjeblik er beregnet til at blive et møde med Gud og Hans evige nu.

Men vi ved alle, hvor svært det er at opleve tiden på den måde. Vi lever i stedet mest i "divertissement", adspredelse (Pascal). Vi glemmer, at tiden er givet os for at vokse og modnes i kontakten med Gud. Vi drages i forskellige retninger og lever et splittet liv. Vi lægger i praksis mere vægt på fortiden, som vi tygger drøv på, og fremtiden, som vi lægger planer for eller frygter, end på nuet, der er den eneste dør til Gud. Vi har brug for hjælp til at gøre vor banale tid til en frelsens tid. Og Kirken giver os denne hjælp i tidebønnen.

Tidebønnen kaldes på latin "Liturgia horarum", timernes liturgi. Dagens timer indrammes i en liturgi og forvandles til hellige og helligede timer. "At bede tidebøn er at hellige dagens tider," skriver Paul VI i "*Laudis Canticum*". Gennem det nye navn, "*Liturgia horarum*", som tidebønnen har fået efter andet Vatikankoncil, vil Kirken have os til at forstå at hver time, ja hele vort liv, kan og bør blive en liturgi, en gudstjeneste. Hver dag bliver en Herrens dag, hvert år bliver et Herrens år, "annus Domini". "Du kroner året med dine gode gaver" (Sl 65,12). Hjertet i dette år er fejringen af Hans opstandelse. Men hver dag minder det gentagne Halleluja om Kristi og vor egen opstandelse. Vi ved, at man oprindeligt i Rom kun sang halleluja i påsketiden. Men den hellige Benedikt ønskede, at det blev sunget året rundt, med undtagelse af fastetiden.

### Laudes og vesper

Hvis man ikke kan eller vil bede hele breviaret, kan man begrænse sig til en del af det. Så er det nyttigt at vide, at laudes og vesper er de vigtigste. "Laudes," står der i den almene introduktion til tidebønnen,

“der i sin egenskab af morgenbøn, og vesper, der i sin egenskab af aftenbøn, ifølge Kirkens ærværdige tradition udgør de faste punkter i den daglige tidebøn, skal betragtes som de vigtigste tidebønner og fejres som sådan”.

Laudes præges af Kristi opstandelse. Allerede i 200-tallet formaner Cyprian os: “Tidligt skal man bede, for at man gennem morgenbønnen *kan fejre mindet om Herrens opstandelse*” (*De oratione dominica* 35). I nattens løb beder man “Maranata”, Kom, Herre Jesus. Men om morgenen forvandles denne længselens bøn til en stille jubel: “Herren kommer!” “Tidligt om morgenen stod Jesus på strandbredden,” skriver Johannes om den opstandne Herre, der viser sig ved Tiberias sø (Joh 21,4). Herren venter allerede på os, når vi vågner. Han er altid først. Ligesom lyset om morgenen gennemtrænger hele skabelsen, lader vi os gennemtrænge af Kristus, af Hans liv og lys. “Jeg lever ikke mere selv, men Kristus lever i mig” (Gal 2,20). Om morgenen retter vi os helt mod lyset og lader natten og dens mørke bag os. Morgenen er et uovertruffent billede på opstandelse og nyt liv. “Er nogen i Kristus, da er han en ny skabning. Det gamle er forbi, se, noget nyt er blevet til!” (2 Kor 5,17). “Thi Gud, der sagde: ‘Af mørke skal lys skinne frem,’ han har ladet det skinne i vore hjerter til oplysning” (2 Kor 4,6). At åbne sig for Kristi lys betyder at man selv bliver lys i Ham: “Men nu er I lys i Herren” (Ef 5,8).

Den skabte verden, der vågner om morgenen, minder os om “at også skabningen selv vil blive befriet fra trældommen under forgængeligheden og nå til den frihed, som Guds børn får i herligheden” (Rom 8,21): “*Ved ham og til ham er alting skabt*” (Kol 1,16). Derfor bæres den liturgiske bøn også af længselen efter Herrens dag. Hver morgen foregriber laudes den dag, der kommer som en evig morgen, hvor hverken sol eller måne længere er nødvendige for at få lys, “for Guds herlighed oplyser den, og Lammet er dens lys. Folkeslagene skal vandre i dens lys” (Åb 21,23-24).

Det vigtigste led i Laudes er Benedictus, Zakarias’ lovsang. Dér hilser vi Kristus som Solen, der står op over os: “Solopgangen fra det høje vil besøge os for at skinne for dem, som sidder i mørke og i dødens skygge.” Sammen med Zakarias synger Kirken om “vor Guds inderlige barmhjertighed”, som gør, at Han “har besøgt og forløst sit folk”. Når det Gamle Testamente beskriver Guds indgriben i menneskets liv, an-

vender det gerne ordet “besøge”. Guds besøg befrier os, så at vi kan “tjene ham uden frygt i fromhed og retfærdighed for hans åsyn alle vore dage”. Og alt dette sammenfattes i, at Han skal “lede vore fødder ind på fredens vej”, den fred nemlig, som er livets fylde og er den messianske gave frem for alle andre.

På den måde er laudes, der egentlig skal begynde ved daggry og afsluttes ved solopgang, et billede på det kristne liv. Alle væsentlige elementer er med: Guds barmhjertighed og mildhed, Kristus som Lyset, syndernes forladelse, hellighed og fred. Morgenbønnen med dens lyssymbolik har til og med sat sit præg på den kristne arkitektur. Ikke bare har alle kirker deres kor mod øst, men i de romanske klosterkirker var der ofte et lille, smalt vindue - undertiden tre ved siden af hinanden - mod øst i den halvrunde apsis. Gennem dette vindue faldt det første solskin ind i kirken netop under laudes.

Kirkens liturgiske aftenbøn, *vesper*, præges af taknemmelighed over den forgangne dag og af glæde. Hvorfor denne glæde? Om aftenen, når solen går ned, og det bliver mørkt, tænder man lyset. Dette lys minder om påskensnattens “lumen Christi”. Lyset er den opstandne Herre, som er midt iblandt os. Altså både begynder og slutter vi dagen med blikket rettet mod den opstandne Herre: Om morgenen symboliseres Han af sollyset, om aftenen er det os selv, der tænder lyset, og lader Ham lyse over vore liv. Om morgenen er det naturen selv, som tænder lyset, og vi lader det bare ske; om aftenen må vi selv tage initiativet og lade Ham lyse midt i mørket. Allerede i de først århundreder fejrede man en lysgudstjeneste om aftenen, “lucernarium”, hvor man sang “Phos hilarion” (venligt lys), den ældste kristne lyshymne.

Ikke bare lyset, man tænder om aftenen, peger på Kristus, men også selve *aftenen*. Allerede det gamle Israel forbandt aftenen med påskefesten. Det var jo om aftenen, at påskelammet blev slagtet. Det var ligeledes om aftenen at Jesus fejrede den sidste nadver, og det var om aftenen, at Han, Guds lam, døde for verdens synder. “Tag imod min bøn som et røgelsesoffer og mine løftede hænder som et aftenoffer!” (Sl 141,2). I dette salmevers har kirkefædrene genkendt Jesu bøn, Han er den nye pagts ypperstepræst og på korset frembar han med opløftede, udstrakte hænder aftenofret, ofret af sig selv, til Faderen.

Højdepunktet i vesperen er Marias lovsang, *Magnificat*. Ligesom Zakarias’ lovsang om morgenen, så er *Magnificat* aftenens store lov-

sang, der takker Gud for vor frelse. Den tidligste kilde til Magnificats plads i vesperen er den hellige Benedikts ordensregel.

Maria står i frelseshistoriens centrum. Hendes folks gamle sange munder ud i hendes lovsang, og hendes lovsang bliver Kirkens nye sang. Når vi istemmer denne sang, placerer vi os midt i den strøm af nåde, der begynder med Marias: "Mig ske efter dit ord!"

Maria, den ydmygste af alle mennesker, bærer hele Kirkens bøn. Ved skumringen starter den nye dag. Maria, Kirkens urbillede og udspring, er altid den første, når det gælder om at lovprise og takke.

Zakarias' lovsang passer godt til morgenen. Morgentimen indbyder til tjeneste, til aktiv indsats: "At tjene ham uden frygt". Aftenen derimod indbyder mere til taknemmelighed: "Min sjæl højlover Herren, og min ånd fryder sig over Gud, min frelser". Om morgenen er det manden Zakarias, der leder os ind i tjenesten, om aftenen er det kvinden Maria, der leder os ind i taknemmeligheden.

"Laudes og vesper," siger Kirken i den almene indledning, "skal derfor gives en fremtrædende stilling som hele menighedens bøn. De, der bor under samme tag, skal lægge vægt på at fejre dem sammen og offentligt, men også den enkelte kristne opfordres til at bede dem, også når de ikke kan deltage i den offentlige gudstjeneste."

En stor fordel ved Kirkens bøn - en fordel den har til fælles med rosenkransen - er at den let kan tilpasses forskellige menneskers behov og muligheder. Har man for eksempel god tid som pensionist, så kan man bede hele breviaret. Har man mindre tid, kan man nøjes med laudes og vesper. Erfaringen viser, at det er sværere at nå vesper end laudes, for mange er det på det tidspunkt, de kommer hjem fra arbejde og skal lave mad. Måske vil man derfor hellere bede komplet lige inden man går i seng. Eftersom komplet bare tager nogle minutter, er der næppe nogen, der kan påstå, at de ikke har tid til denne korte bøn.

Og den, som måske ikke når hverken det ene eller det andet, kan alligevel åbne sig og tage imod frugterne af Kirkens daglige bøn. Man kan, måske med en lille skudbøn, slutte sig til alle de brødre og søstre, der verden over beder hele tidebønnen, og som har dette som deres vigtigste "officium", deres "tjeneste", deres arbejde. De gør det netop for alle, der ikke gør det, ikke kan gøre det. Kirken er et legeme, og lemmerne tjener hinanden med forskellige opgaver. "Jerusalem, på dine

mure stiller jeg vægtene; aldrig skal de tie, hverken dag eller nat" (Es 62,6). Gud har kaldet nogle i Kirkens store familie til at være "professionelle" i bøn. Det er ikke forkert at støtte sig på og ligesom hvile i deres bøn. Vist skal alle kristne stræbe efter et regelmæssigt liturgisk liv, men ind i mellem findes der måske ingen anden mulighed end helt kort i sit hjerte at tilslutte sig dem, der har tidebønnen som deres daglige pligt og livsopgave, og som fast og bestemt kaldes dertil af klokkernes klang. Det kan være en lille tidebøn at gøre korsets tegn og tænke, at "nu beder de vesper i klostrene".

Misundelse eller konkurrence eller nogen som helst tanke om, at den ene har det bedre end den anden bør ikke forekomme i Guds familie. Hver og en tjener vi hinanden med den nådegave, vi har fået. Der ligger også en slags ydmyghed i at kunne tage imod andres tjenester. Selv om jeg ikke selv kan bede tidebønnen, ved jeg med sikkerhed, at den bedes et sted i "legemet", Kristi mystiske Legeme. Og jeg kan tage imod den fred og tryghed, det giver at vide, at en bønnens kappe omhyller hele verden - dag og nat uden ophør.

*"Vi skal bede vor skytsengel bistå os ved vor daglige tidebøn, så at vi beder den med værdighed, opmærksomhed og andagt og at den på den måde må blive Gud velbehagelig og bære frugt for os og for andres sjæle."*

*Johannes XXIII*

*Oversat af Charlotte Olden-Jørgensen  
fra det svenske tidsskrift "Karmel"*

## Om at bede med Psalteret

Følgende er et kapitel fra Wilfrid Stinissens nye bog: "Ordet är dig nära". Udkommer i nærmeste fremtid på dansk.

Psalteret (Davids salmer) er selve grundstammen i tidebønnen. Gud taler til os gennem sit ord, og Gud selv giver os også de ord, som vi svarer med. Han lægger os ordene i munden. Hvorfor skulle vi selv producere fattige ord, når Gud gør det så let for os og giver os sit eget ord?

### At bede med Guds egne ord

Det er let at få smag for salmerne, når vi er bevidste om, at det er Gud selv, der har givet os disse bønner. Alt, hvad Gud gør og giver, har en åbenhed, en bredde og en vidde, der gør, at hver og en kan føle sig hjemme dér og bevæge sig frit. Spiritualitetens og mystikkens historie viser, hvordan salmerne er blevet tolket på mange forskellige måder.

En af hemmelighederne ved salmernes åbenhed og mangetydighed er, at Gud i Psalteret - ligesom i resten af Bibelen - taler i billeder. Det, som er typisk for billeder, er, at de forener to tilsyneladende uforenelige egenskaber: de er nemlig både *konkrete* og *åbne*. Et abstrakt begreb forbliver altid "abstrakt" og gør derfor altid et uvirkeligt indtryk. Virkeligheden er jo altid konkret. At sige, at Gud er god og barmhjertig, er ikke altid virksomt, men lignelsen om den fortabte søn lader næppe nogen uberørt.

At billeder og symboler ud over deres konkrete betydning også er åbne, ved vi alle. Et billede peger i én retning, men sætter ingen grænser. At Jesus er Guds lam eller Juda løve kan tolkes på mange måder, der kan synes at være indbyrdes modsigende, men som i grunden ikke er det.

Der findes en hemmelighed til, der forklarer den følelse af frihed og grænseløshed, vi får, når vi læser Psalteret. Salmernes bønner er et led i en historie, Israels historie, og det gør, at alt, som siges, er forbundet med fortid og fremtid. Alt peger både bagud og fremad. Bagud måske næsten til menneskehedens begyndelse. Når jeg beder salme 139: "Mine knogler var ikke skjult for dig, da jeg blev formet i det skjulte, blev

vævet i jordens dyb", går mine tanker af sig selv til det første menneske, som Gud formede af jorden. Når jeg beder: "Fjenden forfølger mig, han træder mig i støvet" (Sl 143,3), handler det ikke om en abstrakt fjende. Alt hvad jeg har læst og ved, om hvordan Israel er blevet forfulgt af sine fjender, især egypterne, vækkes til live og indgår i indholdet i ordet "fjenden".

Men mange ord peger også fremad mod Kristus og hans rige. Når jeg læser: "Herren genopbygger Jerusalem og samler Israels fordrevne" (Sl 147,2), kan jeg ikke lade være at tænke på det himmelske Jerusalem, som Herren vil opbygge, og på hele menneskeheden, som jeg håber, Han kommer til at samle dér.

Vi forstår Augustin, når han siger: "Psalterium meum, gaudium meum" (Mit Psalter, min glæde). Ingen anden bønnebog kan sidestilles med den, Gud selv har skrevet til os.

### Vi beder med samme ord som Jesus

Jesus har i sit jordiske liv selv bedt salmerne. Det sammen kan siges om Jomfru Maria. "Jesus deltog," siger den almene introduktion til *Kyrkans daglige bøn*, "som man med rette antager, i de offentlige gudstjenester både i synagogen, hvor Han gik hen, som Han plejede (Luk 4,16) og i templet, som Han kalder et bønnens hus, og også i de enkelte bønner, som fromme jøder plejede at recitere dagligt. Han udtalte de traditionelle velsignelser af Gud ved måltiderne, sådan som det udtrykkeligt berettes i fortællingerne om bispisningsunderet, om den sidste nadver og om måltidet i Emaus."

Jesus befalede, at vi skal gøre det, Han gjorde. Han sagde ofte, at vi skulle bede 'i Hans navn', når vi anvender samme ord som Han. Det er noget stort at vide, at de salmer, jeg nu beder, er blevet sunget af Jesus, at Han har gjort dem til sin egen bøn, til udtryk for sine egne følelser, for sin kærlighed til Faderen, sin tillid, sin glæde, men også for sin angst, sin harme og sin protest mod uretten.

Det lyder ikke hyklerisk at bede: "Skaf mig ret, Herre, for jeg vandrer retsindigt" (Sl 26,1), når vi ved, at det er Jesus, der beder sådan. Og så kan også vi bede det, for vi er jo i Ham, "filii in Filio" (sønner i Sønnen) og vi beder 'i Hans navn'.

Men kan Jesus have bedt en salme, der er en syndsbeholdelse? Kan

Han have sagt: "Gud, vær mig nådig i din godhed, udslet mine overtrædelser i din store barmhjertighed! Vask mig fuldstændig ren for skyld, rens mig for synd!" (Sl 51,3-4)? Jo vel kan han det. En sådan bøn passer endnu bedre i Hans mund end i vor. Han har jo taget hele menneskeheds synden på sig, "Ham, der ikke kendte til synd, har Gud gjort til synd for os" (2 Kor 5,21).

Når vi beder Psalteret tilslutter vi os altid Hans bøn. Af og til er det let at genkende Jesu bøn, at høre Ham synge eller sukke. Kan man andet end at tænke på Ham, når man beder: "De ser på mig med skadefryd, de deler mine klæder mellem sig, de kaster lod om min klædebon" (Sl 22,18-19)? Eller: "Jeg skal ikke dø, men leve og fortælle om Herrens gerninger" (Sl 118,17). På en eller anden måde handler hele Psalteret om død og liv, og ingen har gennemlevet overgangen fra død til liv så bevidst og dramatisk som Jesus. Det er jo påskemysteriet, Hans "pascha", det vil sige overgang fra død til liv, der er det centrale Kristusmysterium.

### Hævnsalmerne

Det er nok noget sværere at genkende Jesu bøn i de såkaldte hævnssalmer. Hvordan kan Han, der priste de sagtmødige, tage sådanne ord i sin mund? Jesus er ikke bare et sagtmødt Guds lam. Han er også den, der slynger forbandelser i ansigtet på farisæerne. Når man læser Hans syvfoldige veråb: "Ve jer, skriftlærde og farisæere, I hyklere" hos Matthæus (23,13-33), forstår man, at Han ikke havde nødtigt at springe visse, for vore ører anstødelige vers i hævnssalmerne, over. Han var også fortrolig med disse! Er der så stor forskel på forbandelserne i Psalteret og Hans ord til farisæerne: "Slanger! Øgleyngel! Hvordan vil I undgå at blive dømt til Helvede?" (Matt 23,33). Johannes er heller ikke synderligt blid mod de "mange antikrister, som er udgået fra os, men ikke er af os" (jvf. 1 Joh 2,18-19).

Når Jesus anklager farisæerne, og når Han beder hævnssalmerne, er det ikke for Ham en måde at afreagere på. For os er det måske sådan, og det kan være velgørende at give luft for sine indestængte aggressioner overfor Gud i form af bøn. Jesus så dybere. Fjenderne var for Ham aldrig personlige fjender, men fjender af Guds folk, og dermed Guds fjender. Fjenderne var mennesker, som søgte at forhindre Gud i at virkeliggøre sin frelsesplan. Ikke at reagere mod sådanne fjender ville være

grusomt mod menneskeheden. For Jesus gælder det at skubbe alle hindringer til side, så at Guds kærlighed frit kan strømme ud over menneskeheden.

Men Jesus ser endnu dybere, Han ser, hvordan disse fjender er marionetter i Satans magt, og hvordan der foregår en kosmisk kamp mellem lyset og mørket, "thi for os står kampen ikke mod kød og blod, men mod myndigheder og magter, mod verdensherskerne i dette mørke, mod ondskabens åndemagter i himmelrummet" (Ef 6,12).

Det er heller ikke *personer*, Jesus vil rydde til side, men nogle *personers handlemåde*. Når Han fordømmer de gudløses gerninger, søger Han samtidig deres hjerter. Og det er tilladt at håbe, at Han også vil "finde" dem, og at de tager imod Ham.

Israels gamle bønnebog gennemgår en total forandring, når Jesus gør det til sin egen bønnebog. Man kan nu ikke længere indvende, at Psalteret tilhører det Gamle Testamente, og vi lever i det Nye Testamente. Psalteret får nu et nytestamentligt præg. Ved at Kirken beder det, bliver indholdet "Kristificeret". Når vi beder det, hører vi Kristus bede og opdager samme dybde i teksten som Han.

Gud vidste fra begyndelsen, at Psalterets bønner først ville få den fulde betydning, de "latent" bar på, når Ordet var blevet kød og selv havde udtalt dem.

Har man én gang lært sig at genkende Kristi bøn, bliver læsningen af Psalteret en kilde til stadig nye opdagelser. Man bliver aldrig færdig med den.

### "En lovsang til vor Gud"

Psalteret er en uvurderlig gave til Israel og til Kirken. Og det allerfineste, det allerhøjeste ved denne gave er, at den lærer os at prise og lovsynge Gud. "Det er godt at takke Herren og at lovsynge dit navn, du den højeste" (Sl 92,2).

Mennesket er mest sig selv og virkeliggør sine højeste potentialer når det priser og takker Gud. Da er mennesket lykkeligt, da træder det ind i "sin Herres glæde", da er det præcis, som det var Guds hensigt: helt fri for sig selv og rettet mod ham. Ingenting er så helbredende som at lovsynge Gud. I og med lovsangen genoprettes menneskets oprindelige retning, den vertikale. Når mennesket priser Gud og dermed forlader

sig selv, kommer det hjem til sig selv. Mennesket er jo skabt som relation til Gud, som "ekstase", som en dragen ud af sig selv. Når mennesket priser Gud for Hans egen skyld, "propter magnam gloriam tuam" (for din store herlighed), genvinder mennesket sin paradisiske tilstand og bliver til fulde det, det egentligt er. "Jeg vil synge for Herren, så længe jeg lever, jeg vil lovsynge min Gud, så længe jeg er til" (Sl 104,33-34). Når man behager Gud ved at prise Ham, bliver man også selv glad.

Når vi jubler over Gud, deltager vi i Jesu jubel over sin Fader. Denne jubel er Hans grundindstilling: "I samme stund jubede Jesus i Helligånden og sagde: 'Jeg priser dig, fader, himlens og jordens Herre, ...'" (Luk 10,21).

Ved at man i lovsangen igen og igen giver slip på sig selv og opsluges i Gud, bliver man også igen og igen født påny: man lever i opstandelsens glæde. Så kan man også bære meget. Man kan sandelig ikke anklage salmisten for, at han fortrænger eller skyer den hårde virkelighed. Der findes næppe andre bønner i menneskets historie, hvor man så uhæmmet giver udtryk for sin smerte, sin fortvivlelse og sit oprør.

I Psalteret befinder vi os altid på to planer samtidigt. På det ondes plan med dets menneskelige og kosmiske triumfer - og på Guds plan, hvor Hans almagt og barmhjertighed triumferer overalt. På det ene plan bliver alting bare værre og værre, og vi er på vej mod den endelige undergang, på det andet plan er alting på vej til at blive godt, ja alt er på en eller anden måde allerede godt.

Som illustration til dette passer et citat fra et menneske, der lever meget nær Gud: "Selv om jeg befinder mig i menneskelig smerte eller midt i min egen elendighed og svaghed, er Hans herlighed alligevel samtidig så lysende klar, ligesom i en anden dimension. Vist er det forgængelige, det synlige, det af og til smerteligt sanselige, en virkelighed. Men den usynlige herlighed, der uafledigt strømmer frem fra evigheden, der er midt iblandt os, er en endnu virkeligere virkelighed. Her er dommen allerede afsagt. Det, der ikke kan bestå i evighed, har allerede mistet sin eksistens. Synden har ingen reel eksistens, synden er bare, at mennesket lukker øjnene for sandheden. Men hvor meget mennesket end lukker øjnene, er sandheden og den virkelige virkelighed alligevel det, den er. Helliggørelsesprocessen, livet i saligprisningemes ånd, er lidt efter lidt at få sine øjne åbnede, indtil de til sidst kan se, at alt er godt. Alt er virkelig godt, alt er rent, hvis bare vore øjne er åbne.

At stole på Gud er ikke længere en dyd, for der kan ikke længere findes andet end håb. Hele verden hviler i en vugge af tryghed og ømhed, og intet kan skille den fra Guds kærlighed i Kristus Jesus. Ved Ham, med Ham, i Ham er alt herlighed uden ende."

I Psalteret findes begge planer. Man kan kalde dem den *provisoriske* virkeligheds plan og den *endegyldige* virkeligheds plan. På det ene plan ser man periferien, på det andet den dybere dimension; på det ene plan anvender man sine menneskelige øjne, på det andet låner man Guds øjne. Men disse to planer er ikke ligeværdige. Klagesalmerne plejer at munde ud i forhåbning, oprøret fra begyndelsen af salmen smelter langsomt bort og giver plads for hengivelse. Klagen er en vej til større tillid.

Også Israel ved, at den egentlige virkelighed er god, at alt hviler i Guds hånd og derfor i grunden er godt. Det fremgår af selve det navn, disse poetiske sange har fået. På hebraisk kaldes de "*tehillim*", det vil sige lovsange, og på græsk "*psalmoi*", sange til akkompagnement af psalter. Selv om der klages og sukkes en del, kaldes samtlige tekster for "lovsange". Midt i alt mørket lovsynger vi Gud, fordi Han er Lys og fordi "lyset skinner i mørket" (Joh 1,5).

Mange af vor tids mennesker genkender bedst sig selv i klagesalmerne. De finder størst trøst i at udtrykke deres sorg og fortvivlelse for Gud. At få afløb for deres indestængte følelser gør dem godt og giver dem trøst. Og det er udmærket. Jesus har selv sagt: "Kom til mig, alle I, som slider jer trætte og bærer tunge byrder, og jeg vil give jer hvile" (Matt 11,28). Men hvis religionen *kun* tjener til at trøste os i vor nød, risikerer den at gøre os en bjørnetjeneste. Så befries vi aldrig fra vor egen lille, trange verden. Så kan religionen let blive et bedøvelsesmiddel, som lindrer vor smerte, en slags opium, netop det, man i vor tid ofte har anklaget religionen for at være.

Vi ser i Evangeliet at Jesus utrætteligt helbreder syge, men samtidig ønsker Han også at gøre alle til sine disciple til mennesker, der frivilligt tager deres kors på sig og følger Ham ind i døden. Han vil befri os fra os selv. Selv giver Han sit liv hen for os, men Han ønsker, at vi gør det samme for Ham. Han ved jo, at for den, der ikke vil give, findes der ingen glæde. Han ønsker, at vi skal have del i Hans egen glæde, som er en givende glæde. Den udgør Hans lyksalighed, som Han har fælles med sin Fader. Han taler af erfaring, når Han siger: "Det er saligere at give end at få" (ApG 20,35).

Netop dette lærer vi af Psalteret. *Vi har lov* til at klage og sukke ind i mellem, vi har behov for at tale ud. Men Psalteret er alligevel ikke en samling klageviser. Tyngdepunktet ligger på lovsangen. Når vi lover og priser Gud, "giver" vi os selv og får lov til at erfare, at det er "saligere" at give end at få. Der findes en forunderlig balance mellem klage og lovprisning i Psalteret, men med en markant overvægt af lovsang. Vi er ikke skabte til at klage, men til at lovprise.

At Gud har skabt os på denne måde har ikke sin årsag i, at Han har behov for vor lovsang for at være lykkelig. Der mangler sandelig ikke lovsang i Treenigheden, hvor Faderen tømmer sig selv i forherligelse af Sønnen og Sønnen i forherligelsen af Faderen. Det er for vor skyld, at Gud har skabt os til lovsang. En tekst fra den katolske liturgi udtrykker dette på en fuldendt måde: "Uden vor lovprisning er du den, du er, men i nåde lader du os takke dig og gør *lovsangen til en frelsens kilde* gennem Jesus Kristus, vor Herre."

Hvis vi ikke føler os hjemme i Psalterets verden, hvis vi ikke gerne beder med salmerne, burde vi spørge os selv, om vi egentlig interesserer os for Gud. For hvis vi ikke gerne priser Gud, er det antageligt fordi, vi endnu ikke har fattet, hvem Gud er. Hvis vi er begyndt at ane noget af Guds herlighed og storhed, af de "store ting" Han har gjort mod os, må vi strømme over af glæde og taknemmelighed. Så bliver vi ligesom de islandske gejsere, der pludselig udspyer varmt vand. Så er vi taknemmelige for, at der findes lovsange, skrevet af et folk, som ved, hvad jubel er (Sl 89,16), lovsange, hvorigennem vi får luft for vor beundring, og som hjælper os til ikke at glemme det gode, Han har gjort (Sl 103,2). Israels lovsange er jo samtidig "ihukommelse": man prise Gud for naturen, for at Han har skabt mennesket så stort, men fremfor alt for de vældige gerninger, Han har gjort for sit folk. Det gælder for hele Bibelen, men i særdeleshed for Davids salmer, at den er menneskets gode hukommelse. Den opfrisker vor hukommelse og giver os således brændstof til vor lovsang.

"Mennesket er det eneste væsen, der er fange af sin fortid," skriver den franske filosof Paul Ricoeur (født 1913). Sådan kan det synes, og på et vist niveau er det sandt. Vi bærer alle rundt på en del sår, der er en følge af, hvad vi har oplevet og gjort. Men på et andet niveau er det overhovedet ikke sandt. I stedet for at fængsle os kan erindringen også befri os. Ved siden af den narcissistiske erindring, der får os til at slik-

ke vore sår, findes der også en påske-erindring, en erindring om opstandelsen, som retter os mod Guds velgerninger og får os til på en måde at deltage i Guds egen erindring: Han kommer jo sin pagt ihu. Denne erindring om opstandelsen befrier os fra vor onde fortid, den er til og med i stand til at opdage Guds "besøg" i det svære, der har ramt os. Denne gode erindring gør os til "eukaristiske" mennesker, det vil sige mennesker, der er sprængfyldt af taknemmelighed og lovsang. Vi har fået denne erindring om opstandelsen ved vor dåb, men de fleste af os bruger den for lidt. Vi er så glemsomme. Vi er ligesom Israel, der hele tiden fristedes til at glemme Guds velgerninger og igen og igen havde behov for profeter, der mindede dem om alt, hvad Gud havde gjort: "Mit folk, husk dog, ... husk" (Mika 6,5).

Salmerne er sådanne profeter. De frisker op på vor hukommelse og hjælper os til ikke at være glemsomme. På den måde frigør de kilden til lovsangen og er selv denne lovsang. Hver gang vi beder en takke- eller lovprisningssalme, skifter vi fra vor narcissistiske erindring til vor påske-erindring.

Kirken har i tidebønnen ordnet det sådan, at også de salmer, der egentlig er mere klageviser end lovsang, alligevel får en lovsangskarakter. Alle salmer afsluttes jo som lovsange med "ære være Faderen og Sønnen og Helligånden". Dette kan vi takke den hellige Benedikt for. Det var ham, der bestemte, at alle salmer skulle afsluttes med lovprisningen "Ære være Faderen ...", hvor alle rejser sig og bøjer sig ærbødigt for Treenigheden.

### **"Dit hjerte banker og svulmer" (Es 60,5)**

Den bøn, vi selv fremstiller, er ofte ret trang, fordi vort hjerte er trangt. Vort trange hjerte skal åbnes, udvides. "Vi har åbnet vort hjerte," skriver Paulus til Korintherne, "der er ikke trangt hos os, men der er trangt i jeres hjerter. Nu skal I gøre gengæld ... og også åbne jer for os" (2 Kor 6,11-13). Psalteret er en nøgle, som åbner vore hjerter. Den fører os ind i grænseløsheden både i tid og rum.

Når vi beder med Psalteret, er vi ikke udleveret til vore subjektive følelser. Vi går ind i en objektiv bøn, som gives til os. Dette kan virke umoderne og overhovedet ikke tilpasset nutidsmenneskets behov. Vi vil være spontane, når vi beder, og ærlige overfor Gud. At læse bønner op, som andre har forberedt, forekommer os falsk. Jesus var derimod

ikke bange for, at vor bøn skulle blive falsk, da Han selv "forberedte" en bøn til os, nemlig Fadervor. Han vidste, at vi på bønnens område er som børn. Ligesom et barn har behov for at høre sine forældre og lære tale og skal undervises i grammatik for at kunne udtrykke sig både forståeligt og korrekt, så findes der også en bønnens grammatik, som vi indlærer ved hjælp af på forhånd formulerede bønner.

Hvis vi er helt overladt til os selv, forbliver vor bøn utrolig fattig, selvcentreret og i grunden *uærlig*. Det er vanvittigt at tro, at vi er ærlige, når vi giver udtryk for alt, der i dette øjeblik farer gennem vore hoveder. Mennesket er mere end de tanker og følelser, det oplever nu. Freuds frie associationer giver ikke noget retfærdigt billede af mennesket. Der findes dybere lag i det, og for at opdage dem behøver mennesket andres hjælp. Som de små vi er i bønnen, har vi brug for hjælp af de store i bønnen, for at bønnen langsomt kan stige op fra større dyb end os selv.

I grunden findes der ingen virkelig modsætning mellem subjektiv og objektiv, forudsat at man tager ordet "subjektiv" eller "subjektivitet" i dets fulde betydning. Den objektive bøn, jeg finder i Psalteret, hjælper mig til at opdage mig selv, min "subjektivitet", det der konstituerer mig som subjekt, nemlig min relation til Gud og til menneskeheden. Der findes mere i mig end det, der falder mig ind, når jeg spontant udtrykker mig til Gud. En objektiv bøn kan give mig adgang til dette "mere". Den fremmedgør mig ikke, men personaliserer mig. Den lukker op for min subjektivitet. Det, jeg beder om, alt det, jeg giver udtryk for, når jeg beder Psalteret, fandtes egentlig inden i mig, men jeg vidste det ikke. Når jeg læser eller synger salmeversene, genkender jeg indholdet som mit eget og får lov at erfare genkendelsens glæde. Jeg erfarer, at jeg er meget bredere, videre og mere rummelig, end jeg troede. Jeg har et hjerte, der rummer hele universet.

At bede med Psalterets ord, fordrer en vis ydmyghed. Man beder med ord, som ikke umiddelbart er ens egne. Man erkender sin afhængighed af andre. Man gør det, Jesus har gjort hele sit liv: Man siger "Amen", "Ja, Fader", man bekræfter det ord, som Faderen har talt, man betror sig til det givne ord. Man afstår fra at bede med egne ord for i stedet at bede med ord, man har fået, og giver Gud "af Hans egne gaver". Man åbner sit hjerte og venter på det, der kommer, på det, som Gud selv lægger i den bedendes mund.

## En universel bøn

Psalteret er Kristi bøn, det er Ham, der er Psalterets "jeg". Og Kristus er det universelle menneske, Han har identificeret sig med ethvert menneske. Alt menneskeligt har Han taget på sig. Han repræsenteres ikke alene af fine, fromme og "dydige" mennesker, men også af udstødte, psykisk syge, fortvivlede og "syndige" mennesker. Det er Ham, som taler for dem i Psalteret.

Hvorfor skulle det være afgørende, at de følelser, salmen udtrykker, er i harmoni med mine følelser lige nu? Er jeg så selvoptaget, at jeg ikke kan åbne mig for andres følelser, for det, der bor i mine medmennesker og derfor også i Kristus? Skal jeg ikke gøre ligesom Han og åbne mig for mine brødre og søstre og føre deres tale i min bøn? Netop den uoverensstemmelse, jeg oplever mellem salmen og min egen sindstilstand, er en udfordring, der indbyder mig til at gå ud af mit eget trange hus og leve mig ind i det, som andre tænker og oplever.

På den måde opdager jeg en af bønnens dybeste dimensioner, at den altid også har en stedfortrædende karakter. Så længe jeg ikke aflægger min elfenbenstærnsholdning, er min bøn ikke rigtigt kristen. Jeg er kaldet til at stille mig til rådighed for alle, som ikke er i stand til at udtrykke deres sorg, angst, oprør og fortvivlelse til Gud. Psalterebønnerne giver mig en anledning til at lukke alt dette ind i mit hjerte og dér forvandle det til bøn. Jeg lærer at græde med dem, der græder (Rom 12,15). Jeg lærer at bære andres byrder og på den måde opfylde Kristi lov, som er kærlighed (Gal 6,2). Jeg stiller min tunge og min mund til rådighed for andre, der bliver stumme, så snart de står overfor Gud.

Takket være denne bøn, står intet menneske længere udenfor bønnens verden. Alle er medinddragne, alle er med. En sådan bøn bliver rigtig "katolsk", det vil sige altomfattende og universel.

I stedet for at bede: "Gud, forbarm dig over alle, der lider," beder jeg salme 6: "Herre, straf *mig* ikke i din vrede, og tugt *mig* ikke i din vrede! Vær *mig* nådig, Herre, for *jeg* er svag, helbred *mig*, Herre, for *min* krop sygner hen, og *min* sjæl er grebet af rædsel" (v. 2-4). Jeg siger "jeg" og "mig", og en overfladisk tilhører kunne tro at jeg bare tænkte på mig selv. Dette "jeg" er ikke mit private jeg, men den lidende menneskeheds jeg, hans jeg, som Pilatus pegede på, da han sagde "Se, hvilket menneske". Netop fordi jeg vil være ét med Ham, Kristus, og alle, Han

repræsenterer, kan jeg sige "jeg" uden, at det gør min bøn til en "jebøn".

Når vi lader salmernes "jeg" udvides til et universelt jeg, til menneskehedsens jeg, bliver vi også mindre chokerede over hævnssalmene. Når vi kan sætte os i andre menneskers sted, også de, der torteres, og hvis menneskelige værdighed fornædres, og vi så bærer deres ord frem for Gud, er det ikke så underligt, at vi protesterer voldsomt. I hvert menneske findes der en sund fornemmelse for retfærdighed, en indsigt i at det onde, der har forstyrret tingenes orden, skal straffes, for at ordenen kan blive genoprettet. Læren om skærsild og helvede er den kristne bekræftelse af denne medfødte indsigt og viser, at protesten mod uret og undertrykkelse findes hos Gud selv.

Hvis jeg bad om hævn for den vold og den uret, jeg personligt er blevet udsat for, ville min bøn måske ikke være helt dadelfri. Jesus lærer os jo ikke at slå igen, når nogen slår os. Men Han har ikke forbudt os at forsvare et medmenneske, der udsættes for vold, tværtimod ønsker Han, at vi er parate til at give livet for den anden. Eftersom "jeget" i Psalterbønnen ikke kun er mit personlige jeg, men også hele menneskehedsens, er min bøn om hævn i grunden en kærlighedsgerning: jeg protesterer mod det onde, som min broder eller søster bliver udsat for, og ønsker, at retfærdigheden vil ske fyldest.

Der findes ingen følelse, der ikke finder sit udtryk i Psalteret. Netop derfor er Psalteret en slidstærk bønnebog. Man bliver aldrig træt af den. Den uendelige variation af tanker og følelser, man møder dér, gør, at man kan bede den i en uendelighed. Efter to tusind år har Kirken endnu ikke fået nok.

Psalterets universelle rækkevidde gør den også til en *økkumenisk* bønnebog. Intet menneske kan forblive uberørt af den. Faktisk anvendes den i alle kristne samfund, og kristendommen har den til fælles med Israel. Ingenting peger så tydeligt og så konkret på vore gammeltestamentlige rødder og på vor forbundethed med vore ældre brødre og søstre fra Israel som netop dette, at vi beder til Gud med de samme ord.

Alle kristne danner - sammen med jøderne - et eneste stort kor, hvis fælles sang i sig selv er en bøn om enhed, om man er sig det bevidst eller ej.