

PRÆSTETANKER er en lille serie skrevet af forskellige præster, som Folkekirken i Aarhus bringer i denne tid på det sociale Medie Facebook. Her har de 2.maj 2020 bragt mit lille skriv. I anledningen af Bededag, har jeg gjort mig nogle tanker om, hvad bøn er.

I nogle få sekunder var jeg det nyeste menneske i verden, og jeg trak vejret helt instinktivt. Lige fra det øjeblik, hvor jeg blev født, har jeg trukket vejret. Når jeg sover trækker jeg vejret, når jeg spiser og cykler – hele tiden trækker jeg vejret uden, at jeg tænker over det. Det sker bare - men når jeg bliver bange eller presset, så sker der noget med luften i mig. I denne seneste tid har jeg talt med mange mennesker, som er bange, og som frygter for fremtiden. I deres fortællinger genkender jeg følelsen af, at ængstelighed sætter sig i brystet. Pludselig er min vejtrækning overfladisk og jeg tager mere luft ind, end jeg lukker ud. Vores kroppe reagerer på det, som vi alt for ofte tror, kun fylder i vores hoved. Bliver vi fanget af vores frygt, så forsvinder vores fokus fra det nu der gælder, fra den dag, der ligger lige foran os som mulighed. Det kræver mod, at stå op til en til en forandret virkelighed. Det at bede en bøn er en form for vejtrækningsøvelse. Når jeg beder fadervor indleder jeg en samtale med Gud, som minder mig om, at livet både er en gave og en opgave. Jeg tror på, at Gud har skabt mennesker til at leve i fællesskaber. Fællesskaber er – ligesom frihed, fred og kærlighed, ikke er noget, som man kan nyde alene med sig selv. Alt det smukke i livet er noget, som man ikke kan kræve eller eje – det er noget, vi kan dele med hinanden. Når jeg beder fadervor, så bliver jeg mindet om den store sammenhæng, som jeg er en del af. Jeg bliver mindet om, at det er velsignelser, jeg skal tælle - ikke komplimenter, kilometer eller kalorier. Min bedste anbefaling mod ængstelighed og frygt for fremtiden er sang og bøn. Begge dele fylder meget i vores gudstjenester i kirken, som vi lige nu må undvære. Men en bøn kan vi bede alle steder. Både derhjemme og under åben himmel - alle steder, hvor vi trækker vejret.

Har du lyst til at beskæftige dig mere med bøn, så vil jeg anbefale denne lille bitte bog BØNNER PÅ VEJEN. Jeg har en lille stak af udgivelsen, og hvis du bor i Malling Sogn, så vil jeg gerne give dig et eksemplar. Du kan skrive mig en email på [cnb@km.dk](mailto:cnb@km.dk) med din adresse, så vil jeg dele dem ud, indtil jeg ikke har flere.

Hilsen Christine Bugge

