

Pilgrimsvandring genom staden

Välkommen till en pilgrimsvandring genom staden och dess olika rum och miljöer. En pilgrim går med ett bestämt mål, i det här fallet en kyrka. Själva vandringen och din inre hållning under vandringen har betydelse för din upplevelse. Gå i inre stillhet och med uppmärksamhet och nyfikenhet på det lilla. Sådant som du kanske inte lägger märke till annars. Meditationsstationerna vill vara en hjälp på vägen – tillfällen att påminna dig om Guds närvaro i våra liv och att bönen alltid kan vara vår följeslagare.

Station 1

Torget

Nu är du på torget. Stanna upp, andas djupt. Se dig omkring. Vad ser du? Blunda. Vad hör du? Hur känns marken under dina fötter? Hur känns luften mot din hud?

Torget är en mötesplats och en plats att passera för att komma vidare. Här stannar människor upp för att vila, kanske tar man en kopp kaffe och får en pratstund. Här finns också kyrkan som en påminnelse om Guds välsignelse. Här finns butiker som säljer det vi behöver för vårt uppehälle och här möts flera vägar – torget är en sorts knypunkt för rörelser i staden.

I Gamla testamentet målar profeten Sakarja en lycklig framtidsbild – hur Gud vill att vi människor ska ha det: ”Åter ska gamla män och kvinnor sitta på torgen i Jerusalem, alla med käpp i handen, så gamla är de. Stadens gator och torg ska fyllas av lekande barn.” (Sakarja 8 kapitel)

I nya testamentet, i Apostlagärningarnas 17 kapitel berättas om hur Paulus under en vistelse i Aten talar till stadens folk på en öppen plats som kallas Areopagen. Han berättar om Jesus Kristus och om Gud – att det är i Gud vi lever rör oss och är till. Han knyter an till den erfarenhet av tro som Atenarna har, de gudsmöten de redan varit med om. Han vill hjälpa dem att fördjupa sin tro.

Två olika bilder av torgets betydelse i våra tankar och liv.

Vad betyder torget för dig? Vilka minnen förknippar du med torget? Vilka framtidsbilder av torg bär du på?

Bön: Visa mig Herre din väg och gör mig villig att vandra den. Amen

Station 2

Parken

Nu är du i parken. Hitta en lugn plats, andas djupt och ta in miljön. Se dig omkring – vad ser du? Blunda en stund, vad hör du? Kan du känna några dofter?

Parken är en öppen plats. En plats för lek och gemenskap men också stilla egen tid. Här finns växter och träd, öppna ytor och mer avskilda områden.

I Gamla testamentets inledning finns berättelserna om hur Gud skapar liv på vår jord. Från en öde och tom tillvaro – där det enda levande är Guds andes vind till en frodig och grönskande trädgård med djur och människor. En trädgård som liknar vår park, ett paradiset att längta efter att få leva i.

I Nya testamentet, i Markus 14 kapitel finns en smärtsam skildring från en trädgård, en park strax utanför Jerusalem – Getsemane. Där utkämpar Jesus en mörk natt sin dödskamp. Han gråter, han känner stark ångest, han ber att få slippa det onda som ligger framför honom. Innan gryningen uttalar han orden "Låt din vilja ske, inte min" och så inleds långfredagens skeenden med arrestering, dom och det hårda romerska straffet korsfästning.

Två olika berättelser som har parken/trädgården som miljö – skapelsens Eden och döds smärtans Getsemane.

Vad betyder parken för dig i ditt liv? Vilka parker har gjort intryck och skapat minnen? Kan parken bli en plats för reflexion och växt för din inre liv?

Bön: Visa mig Herre din väg och gör mig villig att vandra den. Amen

Station 3

Skyltfönstret

Nu står du framför ett skyltfönster. Hitta ett ställe att stå där du kan vara ostörd. Vad ser du? Vilka impulser får du? Hur känns det att stå stilla just här?

Skyltfönstret är en ofta upprepade gånger förekommande i stadens rum. Här visas varor och tjänster som vi erbjuds att göra till våra. Skyltfönstret vill locka oss till handling. Vi fattar snabba beslut – eller drömmer oss bort. Skyltfönstret är också en spegel. Vi ser oss själva – hela vår omvärld reflekterad i ytan. Gatan, bilar, cyklar, människor, träd och skogar – allt fångas in i glasets yta och kastas tillbaka till oss.

Skyltfönster nämns inte i bibeln men det finns speglar. I Jakobs brev första kapitel finns en hemlighetsfull liknelse. Den som hör Guds ord men inte låter det få betydelse i sitt liv är som en man som ser sitt ansikte i en spegel men som så fort han går därifrån glömmer sitt eget utseende, vem han är.

Och i första korintierbrevet 13 finns de kända orden om att vi nu ser tillvaron som en gåtfull spegelbild men att vi ska få se ansikte mot ansikte. Det är ett löfte till oss.

Guds ord, Gud själv är den sannaste reflexionen av oss själva, vår tillvaro, hela skapelsen. Och en gång ska vi få möta Gud utan hinder eller gränser och vara ett med verkligheten. Vi är Guds barn och vi har fått den heliga anden som gåva.

I en psalm finns dessa ord;

Kristus, du som ser bortom fasader och skyltfönster,

som känner allas hjärtan,

förbarma dig över oss!

Vad betyder skyltfönster och speglar för dig? Hur inverkar de på din vardag? Vad ser du när du ser din egen spegelbild? Vad längtar du efter?

Bön: Visa mig Herre din väg och gör mig villig att vandra den. Amen

Station 4

Vattnet

Du har nu stannat upp en stund vid vattnet. Det lugna, porlande vattnet. Vattnet påminner oss om livet. Utan vatten, inget liv. I den kända herdepsalmen, psaltaren 23, kan vi läsa: "Herren är min herde, ingenting skall fattas mig. Han för mig i vall på gröna ängar, han låter mig vila vid lugna vatten".

Nu får du vila en stund vid det lugna vattnet. Ta in dofterna och ljuden. Se dig omkring! Kanske ser du andra förbipasserande, kanske ser du några barn som leker vid vattnet, eller några änder som sakta kommer seglande fram på vattnet? Eller så är du helt ensam. Vilken minnen väcks till liv i dig? Vad betyder en ringlande älv och en strandkant för dig? Påminn dig om Guds omsorg om dig. Gud vill föra dig till lugna vatten där du får ro.

Älven var en förutsättning för stadens framväxt. Både för att hämta dricksvatten, laga mat och tvätta, men senare också för stadens industrialisering. De flesta städer och samhällen ligger vid ett vatten eller ett vattendrag. Vad betyder det?

Vattnet är inte bara en förutsättning för livet, det kan också hota livet. Stora vattenmassor i rörelse bär på en enorm kraft och kan ödelägga hela samhällen. På ett stormande hav känner man sig plötsligt väldigt liten. I bibeln är vattnet både en bild för livet men också för kaos. Det lugna vattnet ger liv och ro, men det brusande havet är en makt som vi inte kan kontrollera. I bibelns skapelseberättelse berättelse skapar Gud ordning ur oordning, kosmos ur kaos.

"I begynnelsen skapade Gud himmel och jord. Jorden var öde och tom, djupet täcktes av mörker och en gudsbild svepte fram över vattnet." Det står inte att Gud skapar djupet. Han skapar himmel och jord, det mörka djupet tycks redan finnas där. Men Gud sätter en gräns för havet. Gud sätter en gräns för kaosmakten. Det som hotar och förstör har inte övertagit. Bibelns sista bok, Uppenbarelseboken, talar om det himmelska landet. Johannes berättar: "Jag såg en ny himmel och en ny jord. Ty den första himlen och den första jorden var borta, och havet fanns inte mer" En gång kommer Gud att besegra allt det som förstör och splittrar i våra liv. Då skall det bara finnas "lunga vatten där vi får ro"

Bön: Visa mig Herre din väg och gör mig villig att vandra den. Amen

Station 5

Trappan

Nu har du gått en bit ner för en lång trappa. Tittar du bakåt leder trappan brant uppåt och framför dig fortsätter den ner en bit till. Så är det med trappor. De går både uppåt och neråt beroende på vår utgångspunkt och vårt perspektiv. Så kan det kännas också i våra liv, att vi befinner oss i en trappa. Kanske upplever du att trappan går uppåt? Är det bra? När du nya höjder med ny utsikt och nya vyer? Eller är det bara slitsamt och tungt i benen? Kanske upplever du att du går nedför en trappa? Hur känns det i så fall? Går det nedför därför att stegen är lätta, eller går det nedför därför att du

upplever att det mesta av livet ligger bakom dig? Kanske känns det som att det var ett tag sedan du stod på höjden och nu har du mest gått nedåt ett tag?

Stanna upp ett slag. Slut ögonen. Var befinner du dig i ditt liv nu, just denna dag?

Kanske har du sett tavlan som ibland kallas för "Ålderstrappan" eller "Livstrappan". En människas olika perioder i livet avbildas på en trappa. I 50-årsåldern står människan som högst. Mannen skall glädjas åt sin ståtliga cylinderhatt och käpp och kvinnan åt barnbarnen som nu har kommit. Men vid födelsen och döden är människan längst ned. Kanske tänker vi så ibland. Men varför skulle man inte kunna se livet som en omvänd trappa, en trappa som först leder nedåt och sen uppåt? Mitt i livet är vi som mest fast i allt det jordiska, vid födelsen och döden är vi högst upp - närmast himlen! Fundera på det.

En detalj som finns med i flera versioner av tavlan är en ängel som står under trappan. Ängeln breder ut sina vida vingar över oss. Mitt i allt ditt slit är du inte ensam. Det finns någon som går vid din sida.

I Första Moseboken i Gamla testamentet berättas det om att patriarken Jakob får se en stege eller en trappa i en dröm. "I drömmen såg han en trappa som ledde från jorden ända upp till himlen, och Guds änglar gick upp och ner för den" I drömmen får Jakob uppleva en mötesplats mellan himmelen och jorden. Den drömmen pekar fram mot Jesus som förenar himmelen och jorden. I Johannesevangeliet står det: "Sannerligen, jag säger er: ni skall få se himlen öppen och Guds änglar stiga upp och stiga ner över Människosonen" Jesus är själv trappan som binder ihop himmel och jord. Du behöver inte klättra upp längst livstrappan. Varken cylinderhatt eller käpp får dig att komma närmare Gud, men Gud kommer närmare dig. Han har stigit ned mitt i din tillvaro, din värld.

Bön: Visa mig Herre din väg och gör mig villig att vandra den. Amen

Station 6

Bron

Du står nu mitt på bron. Kanske känner du att den svajar lite. Så kan det kännas också i våra liv. Vi är osäkra på om vi står stadigt på jorden. Var har du din trygghet? Vad är det som håller dig uppe? Vem är det som bär dig? Blunda och känn rörelsen i bron. Men var inte rädd, den bär dig!

I Simon & Garfunkels låt Like a bridge over troubled water talas det om att bli buren. I den svenska texten står det så här:

*"När du är trött, du vill fly
Och oron viskar att din dag skall aldrig gry.
Jag är hos dig, känn handen kring din hand.
Var stilla, var ej rädd.
Som en bro över mörka vatten skall jag bära dig.
Som en bro över mörka vatten skall jag bära dig"*

Vågar du bli buren, eller litar du alltid till din egen förmåga? När vi ser tillbaka på jobbiga perioder i våra liv kan vi nog ibland känna att vi blev burna. Även om det inte kändes så när vi befann oss mitt i det jobbiga. En vän eller kanske Guds vakande hand höll oss uppe. Det finns en känd berättelse om att bli buren av Guds kärlek.

En natt hade en man en dröm. Han drömde att han gick längs en strand tillsammans med Gud. På himlen trädde plötsligt händelser från hans liv fram. Han märkte att vid varje period i livet fanns spår i sanden av två par fötter: det ena spåret var hans, det andra var Guds. Han märkte också att detta

inträffade under hans mest ensamma och svåra perioder av sitt liv. När den sista delen av hans liv framträdde såg han tillbaka på fotspåren i sanden. Då såg han att många gånger under sin levnadsvandring fanns det bara ett par fotspår. Detta bekymrade honom verkligen och han frågade Gud om detta. "Herre, Du sa den gången jag bestämde mig för att följa Dig att Du aldrig skulle överge mig utan gå vid min sida hela vägen. Men jag har märkt att under de allra svåraste tiderna i mitt liv har det funnits bara ett par fotspår. Jag kan inte förstå att Du lämnade mig när jag behövde Dig mest. HERREN svarade: "Mitt kära barn jag älskar dig och skulle aldrig lämna dig under tider av prövningar och lidande. När du såg bara ett par fotspår - då bar jag dig.

Bön: Visa mig Herre din väg och gör mig villig att vandra den. Amen

Station 7

Höjden

Du har nu kommit upp på en liten höjd. Här har du en fin utsikt över staden. Det är något speciellt med att bestiga en topp, även om det bara är toppen på en mindre kulle. Att gå upp för ett berg kan vara både tungt och jobbigt, men när man väl har kommit upp på höjden så förändras perspektiven. Vi kommer ur våra vanliga hjulspår. Det som vanligtvis hör till alla måsten och krav kan vi lämna för ett tag. Det kan t.o.m. vara så att de känns futtiga och banala. Vi har fått nya perspektiv.

Bibeln berättar om många höjder och berg. Här sker ofta Gudsmöten. Profeten Elia möter Gud i en stilla susning på berget Horeb. Moses får ta emot budorden på berget Sinai. Jesus drog sig flera gånger undan till ett berg eller en höjd för att be. På ett berg höll han sin s.k. Bergspredikan. På Förklaringsberget fick Petrus, Jakob och Johannes skåda Jesu gudomliga natur när han strålade i ett ljus som var vitare än någon jordisk blekning.

På höjden får vi vara ensamma med oss själva och Gud. På höjden vidgas perspektiven. Samtidigt kan vi inte stanna på höjden för alltid, vi måste gå ner igen. Ner till samhället och ner till den vardag vi kallas att leva i.

Bön: Visa mig Herre din väg och gör mig villig att vandra den. Amen

Station 8

Pilgrimsvägmärket

Du står nu vid pilgrimsvägmärket. Det finns många olika pilgrimsleder. Genom Oslo går S:t Olavsleden som slutar i Trondheim och Nidarosdomen. En annan känd pilgrimsvandring är den som leder till aposteln Jakobs grav i Santiago de Compostela i Spanien. Pilgrimsvandringarna har speciella mål, ofta är det något helgons grav som är målet. Man kan också se hela livet som en pilgrimsvandring, en vandring mot himmelens land. Enligt bibelns perspektiv är vi gäster och främlingar här på jorden. Främlingar som söker sig hem igen. Kanske är det därför det kan vara så svårt att hitta sin plats i tillvaron. Vi hör egentligen inte hemma här. Vi är bara ute på en utflykt - en resa. Det gäller att inte tappa bort sig på den resan, att inte glömma bort varifrån vi egentligen kommer. I Filipperbrevet står det: *"Vårt hemland är himlen, och därifrån väntar vi också den som skall rädda oss, herren Jesus Kristus"*

Bön: Visa mig Herre din väg och gör mig villig att vandra den. Amen

Station 9

Kyrkogården

Nu är du på kyrkogården. Hitta en plats där du kan vara ostörd. Stanna upp, låt din kropp få vara i vila. Var närvarande i denna stund. Lägg märke till din andning lyssna utåt lyssna inåt.

Begravningsplatser har funnits i alla tider. Att vilja hedra sina döda och skapa minnesplatser är ett utmärkande mänskligt drag och återfinns i alla kulturer. En kyrkogård kan vara en plats för sorg och samtidigt en vacker tillflyktsort som ger utrymme för tacksamhet och stillhet.

Jesus är ofta radikal, nästan chockerande i sitt sätt att handla och tala. I Lukas 9 kapitel berättas det om hur han kallar människor att bli hans följeslagare. En person vill svara ja men säger att han först ska gå och begrava sin far. "Låt de döda begrava sina döda men gå själv och förkunna Guds rike", svarar Jesus honom. Kanske handlar det om brådskan i att föra ut det viktiga budskapet om livet och framtiden. Uppmaningen är; fastna inte i det förgångna. Se framåt! Handla medan du lever och har tid. Och lita på mig, säger Jesus. Jag går med dig.

Samtidigt är Jesus fast förankrad i sitt folks tro och tradition. Han hämtar inspiration och kunskap från människor som sedan länge är döda. Ur Jobs bok och Psaltaren t ex, båda i Gamla testamentet vars texter är betydligt äldre än Jesus själv.

I Psaltaren, som är fylld av böner och sånger och som Jesus använde, precis som alla judar finns bland annat bönen i Psalm 30

"Jag vill lovsjunga dig Herre, ty du drog mig upp ur djupet

och lät inte mina fiender triumfera.

Herre, min Gud, jag ropade till dig och du gjorde mig frisk.

Herre, du förde mig upp ur dödsriket,

du gav mig liv, du räddade mig från graven."

I dessa ord tror jag att Jesus såg sin egen framtid – liv bortom lidande och död. Och kanske kan du själv känna igen dig. Att känna att tillvaron är så mörk och svår att graven öppnar sig har nog de flesta av oss människor erfarenhet av. Och också att få uppleva att ljuset återvänder tillsammans med livet.

Och i Jobs boks 19 kapitel utbrister Job – "Jag vet att min befriare lever. Jag vill se honom med egna ögon". Just så som vi som tror på den levande Kristus kan ropa ut vår längtan. Britt G Hallqvist skriver "Ej så som man möter en främling på gatan,

nej, så som man ser på en vän.

En vän man har drömt om i nätter och dagar

och äntligen finner igen. (Sv ps 313)

Detta är några texter som handlar om livet och döden – och livet som föds på nytt efter döden. Det är ett starkt budskap som kan vara svårt att våga tro på. Men kyrkan har i alla tider burit den tron vidare och människor har vågat lita på orden som säger att livet är mer än det vi ser här och nu. Att meningen med livet är kärleken vi har till varandra och till Gud och att kärleken inte hindras av några gränser.

Vad är dina egna minne och erfarenheter av begravning och kyrkogård? Vad väcker din sorg? Vad väcker din tacksamhet?

Bön: Visa mig Herre din väg och gör mig villig att vandra den. Amen

Slutstation 10

Kyrkan

Nu är du framme vid målet för vandringen. Du står framför kyrkan. Du har varit på vandring ganska länge. Hur känns det i kroppen, i dina ben och fötter, i ryggen? Kanske är du trött och behöver vila, kanske vill du fylla på med vatten och något att äta. Kanske vill du be en bön i tacksamhet över det du just varit med om?

Kyrkorummet är en mötesplats oss människor emellan och mellan Gud och människa. Här har bön och lovsång, bekännelse och förlåtelse, sång och måltid ägt rum sedan generationer tillbaka. Kyrkan är ett hem och en plats att hämta kraft, en plats att återvända till och att utgå ifrån. Är kyrkan öppen? Gå in och hitta en plats där du kan känna dig som hemma.

Lukas berättar i sitt andra kapitel om hur Jesus föräldrar tog med honom till templet i Jerusalem när han var nyfödd ungefär som vi kan ta med våra barn till kyrkan för att de ska döpas. När de kommer till templet är det två personer som tar emot dem och som förstår att detta inte är vilket barn som helst utan ett barn som de har längtat efter, Messias. De heter Symeon och Hanna. Hanna tackar och prisar Gud och talar om för alla som väntar på Jerusalems befrielse att nu har messiasbarnet fötts. Symeon ber en bön i tacksamhet till Gud för att han har fått vara med om detta. Nu är han beredd att lämna jordelivet. Och räddningen gäller inte bara hans eget folk - judarna, utan alla människor!

När besökte du en kyrka för första gången? När var den senaste gången? Vad upplevde du då? Vad är det du söker i kyrkan, vad hoppas du på? Var har du ditt andliga hem?

Bön: Visa mig Herre din väg och gör mig villig att vandra den. Amen

Sista stationen är vid Margaretakyrkan. På anslagstavlan uppe vid porten finns en hälsning till pilgrimen. Man kan få komma in och tända ljus om kyrkan är öppen. Kanske få ett pilgrimsbevis. Om kyrkan är stängd kan man skicka ett sms till Kristina på 45915323 så tänder jag ett ljus och skickar beviset.