



## 170303-05 Tio goda ord, retreat på Solliden. Björn Helgesson

### Men först var relationen

Vi har nu gått in i tystnaden och det inre lyssnandet. I denna tystnad ryms våra minnens röster men också Guds tilltal invävt i bibelorden och våra livserfarenheter. Tio goda ord får ledsaga oss under dessa dygn. Vi finner dom i två versioner i moseböckerna. Ord givna av Gud till Israels folk genom Mose som klättrade upp på berget för att möta Gud ansikte mot ansikte. Orden kan uppfattas som befallningar, tio Guds bud, eller som en kärleksrelationens råd för ett gott liv. Någonstans finns en stark förväntan från Gud att hans folk ska sätta honom i centrum, att låta Skaparen vara livets medelpunkt och mål, inte det skapade. Gud vill placera mig i centrum, jag ska inte göra det själv, för då går jag vilse. Långt senare säger Paulus något liknande: "Jag lever, fast inte längre jag själv, det är Kristus som lever i mig." En erfarenhet av fokusbyte men också ett livsprogram, en strävan mot något man aldrig riktigt når fram till.

Men innan buden kom fanns relationen. Innan själva maningarna till ett etiskt liv kommer ett klagörande. Det står: "Jag är Herren, din Gud, som förde dig ut ur Egypten, ut ur slavlägret." Innan Israels folk och deras Gud sluter ett förbund med ömsesidiga förpliktelser finns ett ensidigt bejakande. Den Gud som gång på gång bekräftat sin trohet ställer först inga krav. Inte till Abraham, inte till Isak, inte till Jakob. Först finns den självklara relationen. Jag är Herren din Gud. Ord som låter självklara, bortom diskussion, som en naturlag. Jag är tillvarons grund, också din, vare sig du reflekterar över det eller inte. Så träder en bild fram för mig. Jag ser mina barn. Jag känner dem i min famn, en på vardera arm. Jag är självklar i min identitet som pappa. Vare sig de tänkte på det eller inte. Jag efterfrågade ingen ömsesidighet, ingen motprestation. Vi var självklara genom vår existens. Så är det nog även med Guds grundrelation till sin skapelse, känner jag och tänker jag.

Ömsesidigheten kommer senare. Gud söker den och människan söker den. Barnskapet sträcker sig mot en vuxen relation, myndighet. Den finns med i den sköra balansen mellan fostran och frihet, den resa vi alla gjort i relation till våra föräldrar och ev. barn. Detta finns också med i vår relation med Gud. Jesus sa: Den som har mina bud och håller dem, han älskar mig, och den som älskar mig ska bli älskad av min fader, och jag skall älska honom och visa mig för honom. ... Den som inte älskar mig bevarar inte mina ord. Joh. 14.

När Jesus sedan kokar ner alla Guds goda ord finner vi det dubbla kärleksbudet: "Du skall älska Herren din Gud av hela ditt hjärta och hela din själ och hela din kraft och hela ditt förstånd och sedan kommer ett annat som liknar det: Du skall älska din nästa som dig själv. Väx upp och bli vad du är.

Vi inbjuds att gå från Guds eviga och alltid närvarande kärlek till oss i riktning mot någon form av ömsesidighet. En sorts vänskap trots det stora avståndet. Guds fostran av oss startar inte med "Du skall, du skall inte". Det hela börjar med relation och en beskrivning av vad Gud gör. Han befriar. Det tror jag är ett evigt drag. Gud är den som befriar. Befriar från trældomshuset hur det än ser ut. Jag är Herren, din Gud, som har fört dig ut ur Egyptens land, ur trældomshuset. Låt de orden få följa dig i din egen meditation. Relation före prestation, kärlek före krav, befrielse ur mitt hus av så många slags trældom.



## Gåva eller börda

Vi har gått in i tystnaden för att finna vila från vardagens krav och bruset från de många rösterna. När inflödet begränsas kan vi kanske höra vår egen röst lite tydligare. Tio ord får vi med oss in i tystnaden, tio goda ord. Att vi tar emot de orden som goda är inte givet. Tio Guds bud har i sig ett allvar som också kan oroa. Till de tio orden finns även varningar, hot och löften kopplade. Vi påminns om att Gud inte är ett tamt lejon. Frukten och vänskap kan tyckas ligga långt från varandra, ja, nästan vara motsatser, men människans relation till Gud rymmer båda. För den som går trons väg nöts den skenbara motsättningen bort men detta tar tid. Länge får vi leva med en gåtfull spänning mellan frukten och vänskap. Ett av de vackraste orden av Jesus är när han säger: "Vänner kallar jag er" och ett annat när orden "Så älskade Gud världen att han sände sin son..." når oss. När relationen blir mer självklar tål den att bära Guds dubbelhet. Tio goda ord kan ses som instruktionsboken för livet. När man köper en möbel från IKEA levereras den vanligen som en byggsats med en instruktionsskiss. Skissen manar oss att montera delarna i en viss ordning. Många har liksom jag erfarenheten av att vi velat gena och skruva ihop delarna i en annan ordning. Det går sällan bra utan man tvingas skruva isär alltsammans igen och börja om. Så kan man se på de tio orden. En instruktion från Gud över hur livet är tänkt att levas. Följ denna instruktion så ökar chansen att du får ett liv i balans, ja, ett gott liv. Svårigheterna kommer ändå men om du strävar efter att följa buden står du stadigare när livet börjar svaja.

Traditionellt delas de tio orden upp i två tavlor, två kategorier. Den andra tavlan handlar om hur vi ska vårda relationen med andra: Visa aktning för dina föräldrar, döda inte, begå inte äktenskapsbrott, stjäla inte, sprid inte lögn, odla inte begäret efter andras egendom eller lycka. Ord som är ganska lätta att förstå det rimliga i. Många som vill ha ordning och reda i samhället lyfter gärna dessa bud. Det är goda ord, goda instruktioner. De tre första buden lever mer på undantag och är för många obegripliga. Kanske för att de påstås handla om vår relation med Gud, den Gud man har mycket vaga uppfattningar om. När Martin Luther gång på gång skriver om de tio orden är det till största delen de tre första han stannar vid, ja framförallt det första budet. Du skall inte ha andra gudar vid sidan av mig. Alla de följande buden vilar på och får sin tydning genom det första.

Detta bud handlar om tro. Tron är själva grunden för alla bud. Det är tron på Gud som gör en gärning Gudi behaglig. En handling har sitt värde inför Gud när den grundar sig på tron. Det kan för någon vara en helt ny tanke. Luther tar här fasta på ett ord i Romarbrevet där det står: "Allt som inte sker i tro är synd" (Rom 14:23). Därför skriver Luther: "Tron är den förnämsta gärningen. Alla andra gärningar kan en hedning, jude, turk eller syndare också göra; men att fast lita på att han behagar Gud, förmår blott en av nåden upplyst och stadfäst kristen." Och Luther fortsätter å Guds vägnar: "Det första budet betyder att eftersom bara jag är Gud ska du sätta din lit, förtröstan och tro enbart till mig och inte till något annat. Gud är inte det du kallar Gud, inte heller det du med dina ord och yttre maner tillber utan vad du av hjärtat litar på och den du väntar allt gott från" (fritt översatt). Tro är att vara viss om att vänskapen är verklig. Jag är älskad i liv och död, i framgång och motgång. Jag är Guds. Denna tro är uppfyllelsen av första budet och ur den tron flödar övriga bud. Därför säger Augustinus att det första budets gärningar är tro, hopp och kärlek. Jag är Herre, din Gud, som förde dig ut ur Egypten, ut ur slavlägret. Du skall inte ha andra gudar vid sidan av mig.

## Mitt hjärtas röst

När man befinner sig i total tystnad kan en del höra sitt eget hjärta. Vår trogna vän som timma efter timma pumpar runt vårt blod. Hjärtat är helt naturligt vårt liv. I överförd mening talar vi om vårt hjärta också som vår livsviljas och längtans centrum. Frågan blir då hur jag vårdar mitt hjärta och lär mig hjärtats språk. Den



frågan var själva drivkraften för Martin Luther. Bönen som hjärtats språk levde han och försökte hjälpa andra att finna. Genom att inte fly sina känslor och tankar utan istället bejaka fann han en väg till den nåderika Guden som han livet igenom ville berätta om för andra. Våra sår och brister, ja, även vår inre fiendskap med Gud kommer vi inte undan ifrån men det är bara ett avstamp, inte målet. Det Gud vill med oss, är ett liv som levs i tillit och glädje. I mycket av det Luther skrev finns därför ett program för hur vi kan leva vårt liv med Gud och odla denna tillit och glädje. Fly inte din inre röst, börjar han. I den del av psalmboken som kallas böneboken finns några ord av Luther bevarade. Han sa: Du måste lära dig att ropa, och inte sitta där för dig själv eller ligga på bänken, hänga med huvudet och bita och gnaga dig själv med dina tankar, sörja och söka efter hur du kan komma undan, och endast tänka på hur illa det går för dig, hur synd det är om dig, och vilken bedrövlig människa du är. Nej, upp med dig du late, fall på knä eller lyft händer och ögon upp emot himmelen, läs en psalm eller Fader vår. Och lägg fram din nöd för Gud, klaga och ropa till honom, under tårar om så skall vara.

Hjärta och hjärna vill leva sammanvävda. Bara det ena eller det andra innebär obalans. Din hjärna behöver matas med ord från Gud och det räcker med tre texter: Tio Guds bud, Trosbekännelsen och Fader vår. Du får inte rabbla utan måste läsa med både hjärta och hjärna. De tio buden talar om vilket fokus du ska ha i ditt liv. Tron, det första budet, utgör grunden ur vilket övrigt strömmar. Läsningen ger dig också självinsikt som avslöjar det stora glappet mellan hur du faktiskt lever och vad Gud kräver. De tio budorden har fyra ingångar som manar oss att 1. lära oss Guds vilja, 2. tacka Gud för allt han gör, 3. bekänna våra synder och 4. ropa om hjälp. Genom att gå in i varje bud genom dessa fyra dörrar integreras lära och liv. De tio buden leder sedan över till Trosbekännelsen som talar om var vi kan få hjälpen att leva detta liv, men framförallt vem som kan hjälpa oss när vi förtvivlar över vår bristande vilja och förmåga: Fader, Son och helig Ande. Trosbekännelsen leder oss sedan mot Guds hjärta som vi finner i bönen Fader. I den bönen kommer hjälpen oss till mötes. Orden från Gud är gränslöst fyllt med innehåll om vi ger Anden tillfälle att verka. Luther säger: "Än idag suger jag på Pater Noster som ett barn, dricker och äter som en gammal människa, kan inte bli mätt på den." De grundläggande orden är alltid de samma men möjligheterna att förstå dessa ord är obegränsade. Men pladder måste undvikas. Orden ska tuggas långsamt. Orden och mina livserfarenheter ska mötas i mitt hjärta. Martin reagerar starkt på när böner rabblas och hjärtat lämnats vid sidan. Han sa: Hur jämmerligt är det därför inte att en sådan bön av en sådan mästare blir pladdrad och babblad över hela världen utan någon som helst andakt. Det är misshandel. Har man länge bara rabblat dessa tre trons grundtexter förefaller orden tomma, men genom andens läsning öppnar de sig och blir kärleksord.

För Martin var lilla katekesen och andra andaktsböcker ett program för andligt liv, för hjärtats rop. När orden istället användes som ett fostringsprogram för att hålla Sveriges folk i tukt och förmaning tappade vi det centrala. Men hjärtat fortsätter att längta och kanske var det därför som de pietistiska väckelserna kom som en reaktion. Livet med Gud har ett kunskapsperspektiv men det är bara en del. Både hjärta och hjärna ropar efter vänskapen med Kristus. Martin sa: En kristen kan anklagas av lagen som avslöjar hans misslyckanden och gör att han inte vågar tro sig ha en relation med Gud. Frestelser lockar honom, döden fyller honom med fasa. Då skall han veta, att han genom tron har Kristus inom sig, och Kristus har uppfyllt lagens krav, övervunnit alla frestelser.

Att var på retreat är att ge rum för lyssnande, ett lyssnande efter ditt eget hjärta och Guds. Två hjärtan som har samma rytm.

## Ordet som befriar

---



Vi har sökt oss till tystnaden för att höra bättre. Tio goda ord gavs till oss, vi som är Guds avbild. Vi som människor blir till något varje stund och är ämnade för relation med Gud i både ord, handling och tystnad. Denna relation är given redan i vår mänsklighet. Kanske fördold, kanske övervuxen av en massa kvävande vanföreställningar om Gud eller om oss själva. Kanske sövd av det flöde med missbrukade ord som ständigt sköljer över oss. Luther beskrev den kristna gudsrelationen med ordet tro. Detta öppna ord som väntar på att fyllas. Den tro Martin fann har tre dimensioner. Först finns tacksamheten mot Gud som gett mig livet. Tacksamheten är knuten samman med tilliten till att Gud vill mig väl och ger mig det jag verkligen behöver - även när jag inte förstår eller livet gör ont. Tacksamhet och tillit. Den tredje delen i tron är glädjen över uppdraget jag fått att förvalta skapelsen. Förvaltarskapets handlingsplan lyder: Se, analysera, handla och fira. Tacksamhet, tillit och glädje som trons tre uttryck. Denna tron är främst en gåva men också vår gärning då tron blir stadfäst i oss genom bönen som är vårt aktiva svar. En bön som kan grundas i de tio goda orden, trosbekännelsen och Herrens egen bön.

Synden är den direkta motsatsen till det som präglar en rätt gudsrelation. Trons motsats är otro med dimensionerna otacksamhet istället för tacksamhet, rädsla istället för tillit och missmod istället för glädje. Vi ser denna övergång från tro till otro redan hos Adam och Eva. Otron har trätt in hos dem redan innan de äter den förbjudna frukten. Brottet mot förbudet att äta från ett visst träd bottnar i att de inte längre tror Gud om gott. Istället för att i tillit räkna med att Guds förbud bottnar i omsorg börjar de tro att Gud är snål och därför nekar dem denna frukt. Hos Adam och Eva har tacksamheten, tilliten och glädjen ersatts av otacksamhet, rädsla och missmod. Adam och Eva gömmer sig när Gud närmar sig. De gömmer sig även för varandra. Vi är också Adam och Eva då vi lever med denna misstänksamhet mot Gud men i oss finns också spår av tilliten - och längtan efter den.

Det är i hjärtat allt händer. Hjärtats första språk är bönen, bön grundad i bibelordet, de goda orden. Här återupprättas erfarenheten av Gud som alla goda gåvors givande. En tunn tråd av tillit och glädje spinns genom vårt självuppfyllda liv. Tio goda ord lästa i bön förvandlar oss, säger Luther. Tron kommer till liv med sin tacksamhet, tillit och glädje. Han fortsätter: Ur denna grund flödar nu kärleken till Gud och hans lov. Ty ingen kan lova Gud som inte först älskar honom. Och ingen kan älska Gud om han inte första lärt känna honom på ett underbart, kärleksfullt sätt. Det kan bara ske genom hans verk som vi upplever, känner och erfar i vårt inre. Då man upplever hur denne Gud är, han som ser ner i djupet och hjälper just de fattiga, förkastade, eländiga, jämmerliga, övergivna och dem som ingenting är, då blir han oss så innerligt kär, då flödar hjärtat över av fröjd, och hoppar och dansar i den varma glädjen som Gud ger. Det är då den Helige Ande är närvarande, det är han som på ett ögonblick skänker denna erfarenhet av överväldigande kunskap och lust.

Kvalitet är viktigare än kvantitet. Be som du kan, inte som du bör, lär oss reformatorn. En avslappnad hållning som inte är ett heltidsarbete men väl en livshållning. Be dig igenom de tio goda orden. Gå genom de fyra dörrarna in i orden gång på gång. Umgås med vad Gud vill med oss: du ska, du ska inte. Tacka Gud för vad han hela tiden gör bland oss i med oss, Bekänn och klargör att du inte ännu är framme och ropa på hans hjälp

Du ska inte ha andra Gudar vid sidan av mig, du ska inte missbruka Herrens din Guds namn, tänk på vilodagen så du helgar den, hedra din fader och din moder, du ska inte mörda, du ska inte begå äktenskapsbrott, du ska inte stjäla, du skall inte bära falskt vittnesbörd mot din nästa, du skall inte ha begär till din nästas hus, du skall inte ha begär till din nästas hustru. Ur ordens skuggor träder Jesus fram som vår vän.



### **Skriftemål: Alla bud är stöld**

Du skall älska Herren din Gud av hela ditt hjärta och hela din själ och hela din kraft och hela ditt förstånd OCH du skall älska din nästa som dig själv.

Så sammanfattar Jesus de tio buden. Gud, min nästa och jag är sammanlänkade. Endera genom kärlek eller genom hat. Föraktar jag mig själv skadas också relationen till min nästa. Låter jag inte Gud vara centrum i mitt liv kommer min självbild gå vilse. Allt sitter ihop. Kärlek eller hat är kittet.

Tio bud. Tio goda ord. Fördelade på två tavlor. En av tavlorna har tonvikten på vår Gudsrelation. Den andra tavlans bud tycks handla om min relation till medmänniskan och mig själv. Genom att vi är skapade till Guds avbild finns vår längtan till Gud nedlagd i oss och därmed också en dragning till att följa Guds lagar. Därför finner vi den andra tavlans bud invävd i de flesta kulturernas traditioner och etiska mönster vare sig man känner treenig Gud eller inte. Budet att inte stjäla är universellt.

Kanske kan alla etiska bud sammanfattas med just budet om att inte stjäla. Alla brott mot medmänniska, Gud och skapelse är en form av stöld. Om jag dödar någon stjälar jag dennes liv och den dödes föräldrar bestjäls på sin glädje. När jag far med osanning om någon stjälar jag den personens heder. När jag begår äktenskapsbrott stjälar jag kärleken från min partner. Jag stjälar men får bara aska i mina händer. När begäret efter mer egendom gör mig gränslös stjälar jag från kommande generationer. När jag själv intar Guds plats stjälar jag Guds ära men får bara den eviga döden i mina händer. Jag är en tjuv. Kanske även du. Låt oss be och bekänna.

### **Skriftemål: Gör ingen bild**

Du skall inte göra dig någon bildstod eller avbild. Dessa rader finns bland de tio goda orden. Vi finner dem inte i Luthers katekes och man kan fråga sig varför. Tidigt valde kyrkan att tona ner detta bud och istället dela upp det sista budet om att ha begärelse på två, nionde och tionde budet. Varför blev det så?

Svaret finner vi i Jesus. Men det anas också i själva skapelseberättelsen. Gud själv gör människan till sin avbild. Det viktiga i förbudet är inte avbildandet utan tillbedjan. Bara Gud skall tillbes, inte det skapade. Guds kreativitet och skaparförmåga tycks vara en del av gudsligheten vi människor fått del av. De möjligheter till evolutionär variation som Gud lagt in i tillvarons grundlagar avslöjar en stor konstnär. Vi är skapande för att Gud är skapande. Också i gamla testamentet finns skapandet med, ja, Gud uppmanar människan att skapa det skönaste man kan när det första bärbara templet tillverkas under Mose ökenvandring genom Sinai. Nej, skapa är inte fel, inte heller det skapande som är avbildande. Det är tillbedjan av det skapade som är det stora brottet, det ständigt återkommande vägvalet som leder till undergång. Bara Gud skall tillbes, varken människa eller annat skapat.

När Gud sänder sin son till oss möter vi Guds avbild, en avbild som vi manas att tillbe. Som kristna ber vi i första hand till Gud - i Jesu namn, men det finns ingen svartsjuka i treenigheten. Att be till Fadern, att be till Sonen, att be till Anden är att be till den ende Guden. I tillbedjan av Jesus ber vi till Guds avbild varför detta förbud tonas ned för att inte missförstås. Meningen är att inte tillbe något skapat, Vare sig ett politiskt system, en folkgrupp, de sköna konsterna eller vår egen kropp. All synd grundas i att vi låter något annat ta Guds plats. Det är själva ursynen. Gud är den vi väntar allt gott ifrån. När jag själv tar Guds plats som källan till allt gott har jag gått vilse. I den gropan faller vi alla. Låt oss be och bekänna.