

Jostein Ørum  
SKJØR STILLHET



Skjør stillhet

Jostein Ørum

SKJØR STILLHET

Verbum

TIDLIGERE UTGITT AV FORFATTEREN

*Mitt umulige barn. 25 adventsmeditasjoner, 2012*

*Kjærlighetsarr. Ord til den som har mistet noen, 2014*

*De som så ham. 40 påskebetragtninger, 2015*

*TO. Elske. Ære. Bli, 2016*

*Mens du er ung. 31 dager – 31 tekster, 2017*

*Det kan bli fint likevel. Om Josef, 2018*

Copyright © Verbum 2019

[www.bibel.no](http://www.bibel.no)

[www.verbumforlag.no](http://www.verbumforlag.no)

ISBN 978-82-543-1406-7

Omslag, design og sats: Ellen Lorenzen

Boka er satt med Briosio Pro

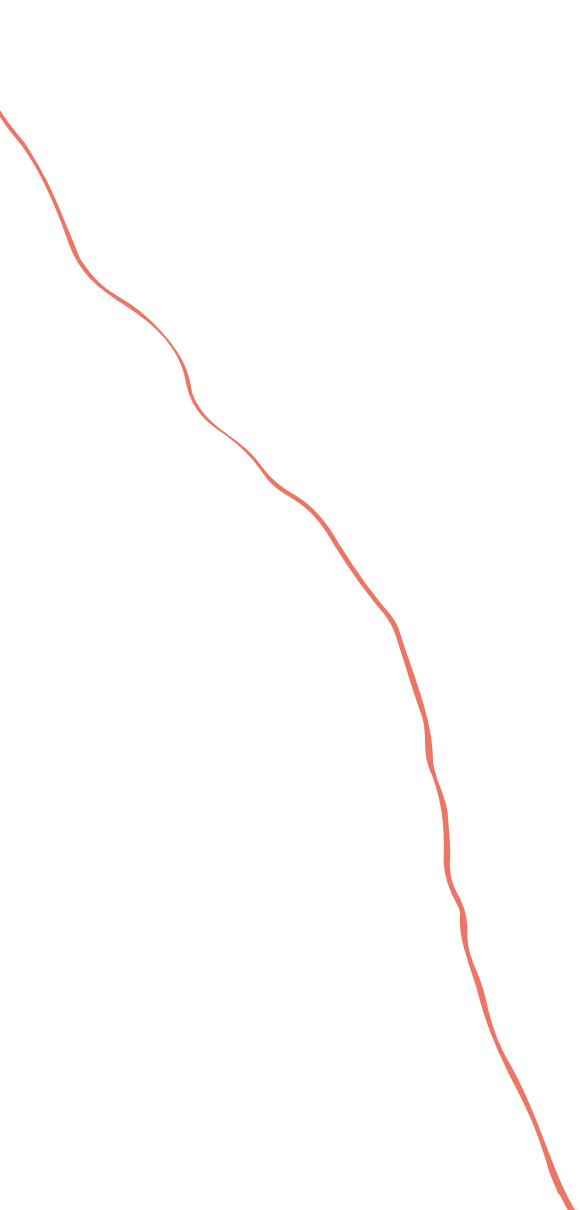
Papir: Magno Volume

Trykk: Livonia Print, Latvia

Alle bibelhenvvisninger er fra Bibel 2011 © Det norske bibelselskap 2011, gjengitt med tillatelse.

*Forfatteren har mottatt støtte fra Det faglitterære fond.*

*Til min mor*



## INNHold

Prolog	11
Innledning	12
Skomakeren i Helsingborg	15
En trapp i skogen	25
Klosteret på toppen av fjellet	37
Slottet i eikeskogen	47
Den hellige øya	59
Grotten	73
Den forlatte landsbyen	85
Ørken og asfalt	97
Eventyret i hytta	109
Til stillhetens fjell	119
Under oliventrærne	135
Hjemme	145

## PROLOG

**P**å et fjell i Midtøsten finner jeg en grotte. Jeg går inn. En gang har noen hugget den ut for å bo i den, men nå er fjellet forlatt. Det er bare meg her.

Jeg setter meg ned for å lese en gammel historie jeg har lest hundre ganger før, om noe som hendte i en annen tid i en annen grotte:

«Foran Herren kom en stor og sterk storm som kløvde fjell og knuste klipper, men Herren var ikke i stormen. Etter stormen kom et jordskjelv, men Herren var ikke i jordskjelvet. Etter jordskjelvet en ild, men Herren var ikke i ilden. Etter ilden – lyden av skjør stillhet.»

## INNLEDNING

Jeg ser på stillheten som en gammel venn jeg ikke fikk til å pleie kontakten med. Vi hadde noe felles, så kom alle årene og livet mellom oss, og nå vet jeg ikke om vi har så mye å snakke om lenger. Men jeg vil gi den en sjanse til, for et sted langt der inne vet jeg at jeg er fattigere uten den.

Stillheten er alle steder. Den var der først. Før alle lyder og all støy kom til og fylte opp tilværelsen, lå stillheten der. Ingen har fjernet den, den ligger alltid i bunnen, helt nederst i haugen av alt det som kalles livet. Men den er skjør. Det gjør noe med stillheten å ligge under lag på lag av støy. Kanskje den er skadet, men den kommer aldri til å dø.

Jeg tror at livet på innsiden kan vokse seg større og rikere enn livet på utsiden. Alle mennesker bærer i seg oseaner og galakser, og dette indre universet kan

vokse eller krympe. Vi kan forspille det eller foredle det. Denne boken er skrevet i overbevisningen om at stillheten utvider og foredler.

Men hvordan finner man stillheten? Ingen kart viser veien til den, men det finnes en og annen varde i det veiløse landskapet, som leder mot den gode stillheten i verden.

For å finne denne stillheten, har jeg de siste årene oppsøkt noen plasser som har vist meg at stillheten fremdeles lever i beste velgående. De står der som varder, og denne boken er en fortelling om tolv slike steder.

Om du vil være med på denne reisen, vil jeg gjerne ta deg med til en skomaker i Helsingborg, til en ensom kjøkkentrapp langt inne på skogen, til et kloster som en gang kostet syttifire tusen soldater livet og til et slott i Östgötaland. Reisen går videre til stedet hvor vikingtiden ble innledet, til et gjennomhullet fjell i Tyrkia og til en fraflyttet landsby under Alpene. Jeg vil ta deg med til østerdalske skoger og til Midtøstens ørkener, videre til et land der ingen kvinner har satt foten på over tusen år, og så til en olivenlund utenfor Jerusalem – før alt sammen ender hjemme hos meg selv, der alle reiser begynner og slutter.



# SKOMAKEREN I HELSINGBORG





## HELSINGBORG, SVERIGE

*Stillheten består ikke i fravær av ord, men i at den enkelte  
tier slik at selve stillheten får tale til ham.*

Hjalmar Ekström (1885-1962)

Om stillheten kan man si mye. Og man kan si ingenting. Kanskje burde man sagt ingenting. Å bruke ord for å si noe om stillhet er egentlig et selvmotsigende prosjekt. Men jeg lar den svenske skomakeren Hjalmar Ekström bli mitt alibi. Han skrev: «Om ord kan vekke lengsel etter å tie med Gud, er de på sin rette plass.» Derfor skriver jeg.

Stillheten er like verdifull enten man har en himmel med i beregningen eller ikke, men jeg tror Gud skjuler seg i stillheten og kan gi seg til kjenne.

Jeg vet at jeg befinner meg på innsiden av en rekke paradokser når jeg skriver disse ordene. Å gi ut en bok om stillhet er det ene. Å oppsøke en kilde til stillhet ved å bruke både flybuss, fly og hurtigtog er et annet. Jeg komprimerer tiden og farer fort, øyeblikkene raser av sted på reisen hit. Jeg fikk kanskje ikke med meg stillheten gjennom sikkerhetskontrollen, og jeg vet ikke om Hjalmar Ekström ville hatt noen som helst forståelse for dette.

Skomaker Hjalmar Ekström levde et usynlig liv i byen Helsingborg, helt sør i Sverige, og når jeg nå står ved havnen her og ser utover sjøen, er det nesten så jeg kan rekke hånden ut og ta på Danmark. Rett foran meg, på andre siden av det smale sundet, begynner det store kontinentet. Kommer man over dit, åpner en større verden seg. Derfra kan jeg da reise hvor som helst; Europa, Asia, Afrika. Jeg trenger ikke fly, ikke båt, det henger sammen. Om jeg krysser sundet, ville jeg blitt koblet på en større verden, mye større enn den jeg kjenner og behersker.

Samtidig er det som om jeg står ved et annet slags sund, ved yttergrensen av meg selv. Og det er her skomakeren kommer meg til hjelp, lik en som bygger bro over mitt indre Öresund. Han er en av dem som varsomt henter om at det kan åpne seg en grenseløs verden bortenfor dette.

Egentlig er jeg i byen for å holde et foredrag om *Kjærlighetsarr*, om den kjærligheten som er så fin at den er vond å miste. Men for meg er det viktigere å besøke hjembyen til skomakeren Hjalmar Ekström, som levde mellom 1885 og 1962.

I forordet til den første utgaven av brevsamlingen hans, som fikk den talende tittelen *Den fördolda verkstaden* (Det skjulte verkstedet), skriver forleggeren

om forfatteren: «Om brevskriverens liv i denne verden er det ikke mye å fortelle.» I dag vil få oppfatte dette som et kompliment.

Hans liv var stille, usynlig for verdens blikk.

Ekström utdannet seg til diakon og jobbet noen få år som dette i Svenska Kyrkan. Han fikk tilbud om å bli prest, noe som var regnet som et avansement, men avsto. I stedet valgte han å bli skomaker. Og han ble ved sin lest.

I skomakerverkstedet levde han et stille og tilbaketrukket liv, men likevel skriver folk fremdeles om ham, i doktorgrader og bøker, blogger og artikler, lenge etter at siste sko er reparert.

Han hadde ikke mye av verken prestisje eller ambisjoner, men han brakte en stillhet med seg. Det ble sagt om Ekström at «det fantes en stor, lys stillhet omkring ham, ja, en strålende stillhet.»

Hjalmar Ekström ble en veileder for mange, både for besøkende i skomakerverkstedet, men også gjennom brev. Slik holdt han kontakt med mange, og det er først og fremst på grunn av disse bevarte brevene at verden kan huske Ekström. Utover å reparere sko, delte han tiden mellom samtaler i skomakerverkstedet og brevskrivning. Og bønn. Mot slutten av livet brukte han

seks-sju timer daglig i bønn. Selv sa han: «Den som vil møte Gud skal bare være stille, og da er det møtet uunngåelig.»

Midt på 1920-tallet fantes det et lite tidsskrift i Sverige som i tittelen røpet noe vår egen tid har vanskelig for å akseptere: *Det fördolda livet* (Det skjulte livet).

I dag spør man seg: Hva er et liv verdt hvis det ikke er kjent? Hva har jeg dersom det ikke eksponeres? Hvem er jeg når jeg ikke har fortalt det til noen? Er en treningstur gyldig om den ikke legges ut på Strava? Vi leker med barna med den ene hånden, mens den andre legger det ut på Instagram. Ja, om man så drar på retreat, legger man ut bilder fra tunet, så folk skal vite at jeg er her.

Hjalmar Ekström virket som medarbeider og skribent i *Det fördolda livet* en kort periode. Han visste at stemmer som hans ikke lett høres langs allfarveien, og i en artikkel herfra skjærer han underfundig inn til beinet av stillheten: «Så lenge mennesket talte, tiet stillheten.»

Han innrømmer at han kjemper en fånyttes kamp for å bli hørt «i denne verden der det ordes så mye, og der hver og en søker å avstedkomme så mye bulder som mulig for å gjøre seg bemerket.»

Det kreves ofte større styrke for å være stille enn for å snakke. Men ikke alltid.

I et av sine siste brev formulerer skomakeren de tre skrittene som setter retning for denne boken og for mine reiser. Han kalte dem: *Stillhet fra det ytre. Stillhet fra det indre. Stillhet til Guds stillhet.*

Under foredraget som brakte meg til byen og til Gustav Adolf-kirken, sto jeg helt framme i koret og snakket. Midt i den delen av foredraget som skulle være stillest og mest ettertenksomt, skar det inn en skjæmmende feedback som fylte rommet og fikk meg til å stanse opp et øyeblikk, før jeg fortsatte og kom i havn. Da foredraget var avsluttet, kom kirketjeneren skamfull mot meg med en iPad i hånden, som han beklagende holdt opp mot meg. Han forklarte at lydanlegget var helt nytt, og det kunne styres fra denne iPaden. «Jeg har ikke rukket å kalibrere det enda», unnskyldte han seg. Å kalibrere er å fininnstille et instrument opp mot et mer nøyaktig instrument. Jeg tok med ordene ut i Hjalmar Ekströms by og innså hvor mye feedback som lett skjærer inn i det som kunne vært stille, fine øyeblikk. Det er derfor jeg må kalibrere meg i stillheten opp mot mer pålitelige og erfarne mennesker enn meg selv.

«Den som sier bare hundredelen av det han har sett, han er hundre ganger mektigere enn han som sier alt han har sett», skrev Hjalmar Ekström. Så, ja, det å snakke om stillhet kan, paradoksalt nok, lett slå beina under den.

Få og små ord er det beste. Ekström og hans like vil helst si lite om seg selv. Men jeg kan si noe om dem. I mange år på reiser, på leting etter stillheten, har jeg møtt og oppsøkt mennesker som, uten å si mye, forsiktig har vist meg en vei videre. Og det lille de har sagt, har vært nok til å røpe: *Det er mer der det kommer fra.*

Det finnes kontinenter på den andre siden av det smale sundet.



# EN TRAPP I SKOGEN

## OPPISTUN BØRLI, EIDSKOG, NORGE

*Vårt morsmål er stillhet.*

Hans Børli (1918-1989)

Jeg sitter i slørblå junikveld og svaler meg ute på trammen. Under meg ligger innsjøen Børen. Veien hit har vært lang. Det har vært en indre reise, og det har vært en ytre reise, men de to henger ofte tett, tett sammen.

I mange år har jeg kun hatt én bok på nattbordet ved siden av Bibelen. Boken er stor og blå og slitt i stykker. Den har vært verden rundt og tilbake igjen. Mellom to ødelagte permer finnes de samlede diktene etter Hans Børli, tømmerhuggeren fra Eidskog.

Det har tatt mange år og mange mil å komme hit, her jeg nå sitter midt i livet, på en fraflyttet husmannsplass ved en innsjø og smaker på stillheten.

For min del begynte det med myrull. Jeg var seksten år og en ivrig hobbyfotograf. Konfirmasjonspengene gikk med til å kjøpe et speilreflekskamera, og jeg tok iblant turen innom biblioteket for å finne bøker om naturfotografering. En ettermiddag kom jeg over en bildebok med en samling fine fotografier fra norsk natur. Innimellom bildene var det strødd ut et og annet dikt av norske lyrikere. Jeg slo opp på en tilfeldig side midt i boken. Der fant jeg et bilde av

myrull, av en av de fremste naturfotografene i landet. Til bildet sto det tryk-  
ket et dikt om myrull av en dikter jeg aldri hadde hørt om, men akkurat der  
begynte denne reisen. Diktet som sprang imot meg bar tittelen *Myrulla på  
Lomtjennmyrene*, og var skrevet av en viss Hans Børli. Jeg leste diktet én gang,  
og det boret seg fast.

Skulle jeg, mot formodning,  
bli salig  
og komme i de saliges boliger,  
da skal jeg si til erkeengelen:  
– Jeg har sett noe  
som var hvitere enn vingene dine, Gabriel!  
Jeg har sett myrulla blømme  
på Lomtjennmyrene  
heime på jorda

Etter dette ble aldri myrull det samme igjen. Heller ikke poesi. Og i alle fall  
ikke stillheten, for man skal ikke sitte lenge i selskap med Børli før man finner  
stillheten.

Halvveis i tenårene bar jeg på en ugrei følelse av å være annerledes. Stillhet  
var ikke noe gutta pratet om, men Hans Børli ble da min første veiviser inn i  
stillheten. Fram til dette hadde jeg kun hatt mitt eget instinkt å lene meg på.  
Eller lengsel, om man heller foretrekker det. Ordene hans var de første jeg  
fant som jeg kunne kjenne meg igjen i.

Nå sitter jeg på en trapp langt inne på Fjellskogen, sør for Kongsvinger, og ser  
utover en liten uendelighet av trær og vann som utgjør grensekogenes stille  
landskap. En gang sto det et hus her, nå er det kun en enslig murtrapp tilbake,  
i et gammelt tun. Denne trappen er alt som står igjen etter huset der Hans  
Børli ble født og vokste opp. Børli selv kalte kjøkkentrammen av grov sement  
for sitt alter, som han alltid vendte hjem til.

Da han flyttet herfra etter andre verdenskrig, tok han med seg et helt univers  
av bilder, detaljer, historier. Plassen Oppistun Børli ved Børen og skogene  
omkring ble stoffet for all diktningen hans, og han forble alltid i disse ram-  
mene. Diktningen hans manet fram skogens stillhet, igjen og igjen og igjen.  
Eller var det motsatt?

Det gamle tunet ligger høyt i landskapet, på en kolle, og om man følger stien ned bakken og inn det gamle tråkket i løvskogen, finner man snart igjen restene av det gamle sommerfjøset. Det er ikke mye igjen av det, men det er ikke vanskelig å se for seg hva disse råtnende stokkene en gang har vært. I diktet *Barnetro* gjenforteller han gripende hvordan han som gutt pleide å gå sammen med moren for å hente mjølkebøttene for å få dem i hus. Skogen trer fram når han beskriver hvordan de satte seg ned i fjøsveggen akkurat her:

I logne godværskvelder  
satt vi der utafør den værslitte fjøsveggen  
og nilydde inn i stillheten.

Den som nilytter inn i stillheten, kan risikere å bli preget av det.

I forkant av hundreårsdagen for Børli's fødsel, i desember 2018, la jeg på sosiale medier ut ett dikt for hver av de siste ti dagene, som en nedtelling. For meg var det bare en artig liten markering av noe jeg syntes var fint, men i etterkant har folk begynt å kontakte meg: så vakkert det var, om jeg vet om dikt som passer til begravelser? Om jeg vet om dikt som passer til bryllup? Om jeg har

hørt om et dikt som ...? Enda mer enn før, har jeg sett at de stille ordene inne fra skogen fremdeles berører og beveger. «Dette er så berikende», skrev en mann jeg knapt kjenner.

Hans Børli pekte på det store i det lille, og ga meg et nytt blick – på myrull, på en bål plass, på en stille kveld. Selv beskrev han de små tingene slik:

Alt dette små små  
som passer i låsen  
og åpner portene for deg  
inn til noe uendelig Stort –

For noen er stillheten en fiende, for Børli var stillheten god. Stillheten han beskriver er alltid frivillig, og verken Børli eller denne boken vil tale lett vint om den ufrivillige stillheten, den som skyldes ensomhet eller sykdom eller annet vi ikke har ønsket oss. I Børli's stillhet vokser man, man visner ikke.

«Stillheten kimer i ørene mine, - jeg kommer liksom så nær meg sjøl», sa Børli. Jeg kommer så nær meg selv i stillheten, sier jeg også, enten jeg sitter her på Hans Børli's kjøkkentram, eller på min egen.



Det finnes en ytre stillhet som baner veien til den indre stillheten. I Norge har vi mye av den ytre stillheten. Vi har god plass. Hver av oss har mange kvadratmeter til rådighet, om vi ser stort på det. Vi har skoger og nasjonalparker. Og ikke minst: allemannsretten. I byene er det parker, og er man så heldig eller uheldig at man bor i den største byen vi har, kan man bare sette seg på en T-bane som bringer en rett til skogs. Skogene og heiene ligger rundt oss på alle kanter, som en stor stillhet å gå inn i.

Når man har ryddet plass og tid og rom for ytre stillhet, vil det åpne seg en vei til indre stillhet. Naturen er et rammeverk hvor stillheten er fri og grenseløs. Hans Børli fikk i livsoppgave å minne oss på at det faktisk finnes veldig mye stillhet. Den er der, og når man finner den, blir man preget av den.

Stillheten ber ikke om mye, bare om å bli strødd ut i små porsjoner innimellom. Stillheten kan da bli tiden mellom tidene, som kan drysse ned i sprekke-  
ne mellom alt annet og trenge inn i det.

I en slik tid mellom andre tider reiste jeg en gang alene til fjells. Det var bare meg der oppe. Helt tomt. Jeg sto ute i den nye snøen, den snøen som demper lyder og gjør alt mykt. Luften var helt stille, ikke et vinddrag. Gradestokken viste fire grader under null. Snøen og stillheten var dyp. Jeg gikk ut i den dypeste snøen og la meg på ryggen. Over meg lyste stjernene intenst, slik de ikke gjør i byen. Jeg gjorde ørene fri fra hette og lue. Og lyttet. Men jeg klarte

ikke finne en eneste lyd annet enn hjertet og blodet som pumpet rundt på innsiden. Jeg lå lenge. Ett enkelt skrik fra en storfugl var den eneste lyden utenfra. Ellers ingen lyder. Ikke et menneske, ikke en stemme. Stillheten var total. Den var nesten håndfast.

Det var en ytre stillhet, den var utenpå, jeg var i den. Men den rant også inn i meg, og krøp inn i blodstrømmen jeg hørte i årene. Det var ikke bare at det var stille, men jeg ble stille.

Stillheten er kongeveien til å ta bolig i seg selv. Når man befinner seg i den, holder man samtidig opp med alt annet. I stillheten har man gjerne sluppet det man hadde i hendene, det som hastet, det som tok oppmerksomheten.

Å holde opp med noe er ofte en god ting. Salmisten skriver: «Hold opp! Kjenn at jeg er Gud.» Mange utgaver av dette verset sier: *Vær stille og kjenn*, men Bibelselskapets nye oversettelse ber oss holde opp. Opphold og stillhet er to sider av samme sak.

Hold opp! Slipp! Stans! Vær mindre! Hysj!

Mesteren sa en gang: «Ett er nødvendig.» Han sa det om en som hadde holdt opp med noe, sluppet alt hun hadde i hendene og satt seg ned for å lytte. Hans Børli brukte det samme uttrykket i et dikt. Jeg liker å tro at han bare utdypet det samme. Han sier det slik:

Ett er nødvendig  
her i denne  
vår vanskelige verden  
av husville og heimløse:  
Å ta bolig i seg selv.

Gå inn i mørket  
og pusse sotet av lampen.  
Slik at mennesker på veiene  
kan skimte lys  
i dine bebodde øyne.

Hos den som våger stillheten, vil det snart være noen hjemme.



# KLOSTERET PÅ TOPPEN AV FJELLET

## MONTE CASSINO, CASSINO, ITALIA

*Man kan rolig påstå at den som forsømmer den ytre  
stillheten, har små sjanser for å oppnå den indre.*

Wilfrid Stinissen (1927-2013)

**K**atedralen hvelver seg over meg. Julivarmen begynner allerede å ta tak, selv om det er tidlig på morgenen. Her inne i kirken er det svalere. Jeg ser opp på det gullforgylte taket, jeg ser malerier som nesten får meg til å miste pusten. Så mye skjønnhet på et sted! Og jeg kaster et blikk til siden. Der sitter familien min. Vi fyller en benk. Vi kunne ligget på stranden, men i stedet ringer klokkene i Monte Cassino til messe for oss. Og jeg tenker: Hvorfor er vi her?

Spørsmålet har to svar, to sider av samme sak. Det dypeste svaret har jeg ennå ingen klare ord for denne dagen, men det handler på en eller annen måte om å ta stillheten tilbake. En snikende mistanke har nemlig festet seg: Jeg er i ferd med å eliminere stillheten fra dagene mine.

Det andre svaret er enklere å si noe om. Dette er nemlig Benedikts sted, Benedikt av Nursia. Der oppe, bak alteret, ligger hans jordiske levninger, og etterpå kan de som vil, bli med meg fram dit.

Monte Cassino er klosteret som ble til en slagmark under andre verdenskrig. På denne fjelltoppen midt mellom Roma og Napoli mistet syttifire tusen soldater livet i bomberegner og harde kamper. Etterpå var hele Benedikts gamle klosteranlegg lagt i ruiner.

I dag finnes det ingen tegn til krig, bortsett fra den enorme krigskirkegården langs veien like før man når toppen. Den italienske staten bekostet oppreisningsarbeidet, og alt ser ut som om det har stått der i århundrer. Bygningene, utsikten og hele området kan ta pusten fra den som finner veien opp i en spiral, oppover og oppover, rundt fjellet.

Hit har jeg altså kommet for å lete etter den stillheten som jeg ser ut til å ha jaget vekk med alle valgene jeg har tatt – bevisste som ubevisste.

Og det er her Benedikt av Nursia kommer inn i bildet. Han ga stillheten gode kår.

Benedikt ble født i den lille byen Nursia i regionen Umbria, midt i Italia omkring år 480. Det ble tidlig skrevet ned historier om livet hans, og Gregor den stores biografi om Benedikt ble en av middelalderens mest leste bøker.

Som ung flyktet Benedikt fra studiene og storbylivets muligheter i Roma, i

frykt for å bli ødelagt av alle fristelsene. Han slo seg ned i fjellene blant en gruppe prester, men valgte snart stillheten og eneboerlivet. Men med årene spredte ryktet om Benedikt seg som ringer i vannet, og folk ble trukket mot ham.

Snart var de mange, og det oppsto en utfordring: Hva gjør man når flere og flere ønsker å slutte seg til fellesskapet?

Det tok ikke lang tid før Benedikt organiserte tilhengerne i små samfunn, med en *prior*, leder, i hvert kloster, mens han selv var *abbed*, far, for dem alle. Parallelt grunnla han skoler for barn. Det vokste rundt Benedikt, og Subiaco, som stedet het, ble en magnet og et åndelig inspirasjonssenter. Men da usanne rykter ble spredt for å undergrave Benedikt og virksomheten hans, forlot han stedet i følge med en håndfull trofaste menn.

I år 529 kom de så til ruinene av et gammelt Apollotempel på høyden Monte Cassino. Her vokste det snart opp noe som skulle komme til å bli arnestedet for klostervesenet i Vesten.

Det var stillheten Benedikt søkte, men heller ikke nå kunne han stanse strømmen av mennesker som kom til ham. Sannsynligvis hadde han ikke noen plan om å stifte en klosterorden, men det hele vokste på seg, og den dag i dag kjen-

ner vi etterfølgerne hans som *benediktinerne*.

Underveis i denne prosessen fant han det hensiktsmessig å skrive ned en *regula*, en klosterregel.

På norsk gir ordet *regel* ofte tunge og strenge assosiasjoner, men en klosterregel er egentlig ikke stort annet enn en veiviser for å ordne et liv i fellesskap. Den sikrer at oppmerksomheten og kreftene brukes på det som er mest nødvendig. Til syvende og sist kan en da finne at ordningen man lever i, kan holde hjertet varmt – og passe stille.

Det var ikke bare at Benedikt av Nursia visste så mye om stillhet, men mest at han etterlot seg en holdbar mal å ordne livet etter.

Jeg står ved en liten hage midt inne i klosteranlegget og ser på en statue som viser Benedikts død. Det sies at Benedikt skal ha forlatt livet stående i bønn, etter å ha mottatt nattverden på skjærtorsdag, 21. mars år 547. Armene er strukket mot himmelen, og to munkebrødre støtter den gamle mannen. Han ble lagt i en grav ved siden av tvillingsøsteren Scholastika, og denne graven var det eneste på dette fjellet som sto uskadd igjen etter de alliertes vold-

somme bombing i den store krigen.

Rundt nettopp denne graven ble den nye katedralen bygget. Etter messen går jeg frem til graven, rett bak alteret i den gylne katedralen, som for å hjelpeløst uttrykke: Ja, jeg tror på denne gamle arven. Ja, jeg tror at stillhet er grunnleggende.

En mann som har holdt både navnet og arven etter Benedikt av Nursia levende, er den tyske kardinalen Joseph Ratzinger. Da han i 2005 ble valgt til pave, tok han navnet Benedict XVI for å trekke en tydelig linje til den benediktinske arven. Noen år senere overrasket han en hel verden ved å bytte ut pavetittelen og makten med et usynlig liv i stillhet.

For dem som hadde fulgt ham lenge, var det kanskje ikke like uventet. Tidligere i livet hadde han nemlig omtalt stillheten omtrent som om han var en selger av den. «Vil du bli kjent med deg selv? Utforsk stillheten!» skrev han lenge før han ble pave. Senere la han litt mer kjøtt på beinet, på sin akademiske måte: «I stillheten er vi bedre i stand til å lytte til oss selv og forstå oss selv; idéer blir født og utvikler dybder ... For at dette skal skje, er det nødvendig at vi utvikler et passende miljø, et slags øko-system, som sikrer en likevekt mellom stillhet og ord, bilder og lyder.»

Men hva er da det motsatte av å utvikle *et passende miljø* for stillhet? Det må være å ta stillheten som den kommer, som man føler for, og la det bli som det blir. For stillheten kommer sjelden av seg selv. Derimot kan den bli livgivende for den som innhegner stillheten med viten og vilje, som et øko-system i sjelen. Stillheten blir et filter som tar bort alle stemmer som lokker og drar, og det man får, er mer enn det man mister.

Benedikts regel har stått seg i femtenhundre år, som et rammeverk, slik at mennesker skal kunne leve, utfolde seg og søke Gud, og et av de kjente ordene etter ham kan oversettes omtrent slik: «Bevar ordningen, så skal ordningen bevare deg.»

På vei ut av Monte Cassino, innrammet oppe på veggen, finner jeg selve nøkkelen til Benedikts arv, formulert i følgende tre ord: *Ora et labora*, bønn og arbeid. Balanse. Livet må stå på to føtter: bønn og arbeid. Det ene uten det andre ville være utenkelig for Benedikt av Nursia. Livet foregår i vekslingen mellom bønn og arbeid, stillhet og aktivitet. For å gjøre dette tydelig, delte han døgnet inn i tre. Denne inndelingen er blitt stående blant de fleste som vil gi seg selv en ramme. Tiden deles mellom bønn og arbeid og hvile, med

omtrent en tredjedel av døgnet til hver av de tre.

Ganske ofte driver jeg rovdrift og lar arbeidet flyte utover grensene sine. Det blir som å stå på et bein. Det går bra en liten stund. Så velter jeg.

Den som står på to føtter, velter ikke så lett.



# SLOTTET I EIKESKOGEN



BJÄRKA-SÄBY,  
ÖSTGÖTALAND, SVERIGE

*Om du ikke ga meg nåden  
å under nattens vakt  
få drikke stillheten,  
synke inn i den  
gjennomstrømmes av den  
hvordan skulle jeg da kunne bevare  
den indre stillheten?  
Uten den kan man ikke høre  
verken menneskene  
eller deg,  
Herre.  
Dom Helder Camara (1909-1999)*

**P**å Oslo S fant jeg lokaltoget nordover. Det var i den travle tiden på dagen. Det regnet ute. Alle som kom inn, var våte. Jeg var sliten. I enden av hver vogn sto det skjermer hvor de siste nyhetssakene flimret og skiftet ustanselig. Jeg klarte ikke la være å se på alle sakene som ikke interesserte meg. Blikket ble dratt mot nyhetene. De samme gikk om og om igjen. Reklameplakatene inne i toget kjempet om oppmerksomheten min i konkurranse med de enda større reklameplakatene på stasjoner vi kjørte forbi. Folk kom og gikk. Småbarn pludret. Et høyrøstet følge kom inn, ikke helt edru. Mye ved dem tydet på at de sjelden var det. De snakket så hele vognen lett kunne høre om deres klammeri med politiet, hva de syntes om konduktøren og hvor mye de hatet ekskjærestene sine. Alt dette tok jeg inn som en svamp og ble mer og mer sliten etter en lang dag. Alle inntrykkene trengte seg inn i mine åpne porer.

Men på den andre siden av midtgangen satt det en ung kvinne. Hun var helt uforstyrret, hun reagerte ikke på noen av lydene eller hendelsene. På ørene hadde hun hodetelefoner. Hun stengte ute alt hun ikke ønsket å la seg

prege av. Ansiktet var fredelig, blikket vendt rolig framover. Hun fylte seg med andre impulser enn meg. Jeg vet ikke hva hun hørte på, men hun fant noe utenfor øyeblikket. Eller innenfor.

Hele veien satt hun der med et fredfullt smil om munnen og enset ikke alt som jaget meg opp. Det var spunnet en stillhet rundt henne. Så gikk hun av toget på stasjonen før meg.

Jeg tok inn all verdens støy, men hun hadde etablert en bakgrunnsstillhet som reddet henne.

Når jeg behøver å skru opp bakgrunnsstillheten i mitt eget liv, reiser jeg til *Nya Slottet*.

Om man kjører sørover fra byen Linköping, inn i Östgötalands duvende landskap av innsjøer og de største eikeskogene i Nord-Europa, over kanaler, forbi herregårder, kommer man til det lille stedet Bjärka-Säby og et slott som forvalter stor stillhet. Dette var godseier Oscar Ekmans palass, men nå er det ikke lenger et hjem for rikfolk. Det barokke slottet huser fastboende, og en strøm av gjester fyller stedet året rundt. Herfra spres bøker og et tidsskrift, og mennesker kommer fra hele Skandinavia for å lytte til kloke stemmer på seminarer og retreatter.

Eikeskogene rundt slottet gir ly for både sol og regn, og hagen i engelsk stil er alltid velstelt. Første gang jeg var der, forklarte gartneren: «Innsiden vil gjenspeile utsiden. Ryddig utside gjør det lettere å holde orden på innsiden.»

Kommer man inn i slottet fra vestsiden, befinner man seg med en gang i kirkerommet som Oscar Ekman lot bygge. Det ligner en vakker, liten protestantisk kirke. Men vil man finne det stilleste rommet i slottet, kan man gå alle trappene opp, så høyt man kommer, til Övre Salen. Dette er noe helt annet; et kapell i koptisk stil, uten stoler, uten benker, alltid åpent.

Den som går inn i slottet fra øst, kommer inn i kafeen, og der møter man med en gang to glassmalerier med hvert sitt ordtak. Disse to var Oscar Ekmans valgspåk, og de rommer stedets DNA. Det første er et ekko fra Benedikt og Monte Cassino: *Ora et labora*. Bønn og arbeid. Det andre har en gjenklang fra skomakeren Hjalmar Ekström og andre stillhetssøkere: *Esse non videri*. Være, ikke synes.

Det var på Nya Slottet at veilederen Magnus Malm vekket meg opp med en liten setning: «Et menneske har en iboende motstand mot alt som er viktig.»

Og jeg må innrømme: Det finnes en stor motstand i meg, også mot stillhet. Samtidig har jeg også en lengsel som driver meg mot den. Det er derfor jeg

har kommet hit, til dette slottet i eikeskogen. Motstanden følger alltid etter i skyggen av den gode lengselen.

Hvorfor kjenner jeg en motstand når jeg vil være stille? Og hvorfor kjenner jeg ikke den samme motstanden når jeg setter meg ned for å ta fatt på en ny sesong av en serie på Netflix? Eller mot å gå på Sørlandssenteret?

Når jeg har sittet og meislet ut denne teksten, har den største fienden vært behovet for å fylle opp stillheten med lyder og inntrykk. Jeg har bare behøvd å røre fingrene et par centimeter, så har jeg vært ute i rommet uten grenser: det ensomme fellesskapet på internett. I løpet av en setning kan jeg ha vært innom Instagram, nettbanken og nyhetene. Og e-posten.

Noen ganger vurderer jeg å rive ut ledningen som kobler meg opp til alt, men av en eller annen grunn har jeg ikke gjort det. Hva er det jeg er redd for?

Den amerikanske manusforfatteren Steven Pressfield skriver skarpt og avslørende om kreftene som vil sabotere det gode i mennesket: «Motstanden vil fortelle deg hva som helst for å hindre deg i det du har tenkt.»

Stillheten lar seg lett jage vekk. Den insisterer ikke. Og min indre motstand er stor. For ikke å bli et bytte for mylderet av inntrykk og egen motstand, ven-

der jeg igjen tilbake til gamle Benedikt. Hans regel er ikke spesielt spennende lesning. Stoffet er tørt, prosaisk. Og hvis jeg skal være ærlig: kjedelig. Den er oppsiktsvekkende detaljert: Man arbeider slik og sånn. Nå det kommer gjester, behandler man dem på denne og denne måten. Bønnetidene foregår slik og slik.

Første gang jeg leste teksten, gjespet jeg meg gjennom og stilte spørsmålet: Hvordan har en slik tekst blitt stående aktuell i femtenhundre år? Hvorfor kommer den fremdeles i nye oversettelser og opplag?

Svaret på dette er sannsynligvis enda nærmere for hånden enn jeg hadde innsett. Det er nemlig slik at *du og jeg* er svaret – alle vi som leter etter dypere sjikt. Vi har innsett at vi verken er fromme nok eller flinke nok til å klare dette av oss selv. Vi har oppdaget at vi trenger hjelp for å leve i tråd med lengslene våre – og til å beholde troen. Vi behøver rett og slett noen rammer. Derfor har Benedikts regel fått mange avleggere, i nye språkdrakter og nye former. Alle klostre og kommunitetsfellesskap som senere har vokst fram i Vesten, har hatt et øye til Benedikt, der han foreskriver en balanse mellom bønn og arbeid, mellom fellesskap og alenetid, mellom inntrykk og stillhet.

Når jeg sitter hjemme ved skrivebordet, er det ikke mer enn en armlengdes avstand til en av disse avleggerne, et lite hefte som gir noen gode rammer: «Regel» fra *Ekumeniska kommuniteten i Bjärka-Säby*.

En kommunitet er et fellesskap bundet sammen av et sett retningslinjer for livet. Disse er inspirert av klostrenes regler, men med den store forskjellen at de gjelder folk som lever utenfor klostermurene, gjerne med familie og vanlige jobber.

I de senere årene har det vokst fram en del slike fellesskap utenfor de store kirkene. Det mest kjente er rundt landsbyen og bønnelivet i Taize i Frankrike. Fra de britiske øyer har den keltiske åndeligheten spredt seg til Europa via Iona-fellesskapet. I Norge har miljøet rundt Korsvei-festivalen blitt et viktig sted for mange. De har utviklet *Veigrep*, deres variant av en forpliktende regel for folk med helt vanlige liv, som bor spredt.

På Bjärka-Säby har man formulert verdier man vil leve etter og et tredelt løfte alle medlemmene avlegger, enten de bor i nærheten av slottet eller et annet sted i verden. Man forplikter seg på en bønnestund om dagen, en gudstjeneste i uken og en retreat i året.

Men hvorfor skriver jeg alt dette om regler og rytmer og rammer? Hva har de å gjøre med stillheten jeg leter etter?

I bunn og grunn handler det bare om bakgrunnsstillhet.

Jeg vet at jeg behøver en viss del av dette for å ikke krympe inn, for at ikke livet skal bli som en togtur der alle inntrykkene litt etter litt splitter meg opp,

trykker meg ned og smører meg utover.

Denne arven holder meg fast og hjelper meg til å holde fast i det jeg ikke vil miste.

Det er begrenset plass i et menneskehjerte og ikke mulig å gi full oppmerksomhet til så mye av gangen. Det er nesten umulig å ikke splittes opp. I gjennomsnitt blir hvert menneske i Vesten utsatt for omtrent tre tusen kommersielle budskap hver dag – i tillegg kommer alle ikke-kommersielle inntrykk. Av disse regner en med at 76 trenger gjennom til oss på en eller annen måte, og tolv av dem gjør inntrykk på oss, men det er kun to av budskapene vi husker neste dag. Ulike artikler og rapporter kan gi ulike tall og detaljer, men det store bildet er ikke til å ta feil av: vi står i en enorm strøm av budskap. Øynene og ørene er som låvedører der alle inntrykk raser rett inn. Til hva? Hjertet, sjelen, det indre? Man kan flyte med i strømmen, eller man kan gjøre opprør.

Denne kampen er verdt alt hva vi har kjært, slik at vi ikke mister oss selv.

Stillheten undervurderes ofte, men det er *den* det store slaget står om. I Eku-meniska kommuniteten øver man seg på å gjøre motstand i dette slaget. Og det er nettopp stillhet som er nøkkelen. Regelen deres oppfordrer til å søke «måtehold i omgangen med medier, for å kunne søke *den indre stillheten, som*

*er en forutsetning for et liv i oppmerksom kjærlighet.»*

Om man går inn hovedinngangen på Nya Slottet og følger den brede trappen opp en etasje, finner man det lille bokrommet med de mange bøkene. Her fant jeg et språk for min egen lengsel, og jeg kom ut derfra med så mange bøker at jeg måtte ha hjelp til å bære dem. Å finne alle disse bøkene og navnene spente en himmel over stillheten og åpnet brede porter. Det var som å slå følge med en uoversiktlig stor flokk videre langs veien.

Fra steder som Nya Slottet lyder det en stemme som sier: *Du er ikke alene. Vi er mange. Sammen tar vi brodden av motstanden.*

En lengsel er lettere å bære om det er flere som følger den. En lengsel er lettere å følge om man finner noen som har fulgt den før deg.



## DEN HELLIGE ØYA



## LINDISFARNE, ENGLAND

*Stillheten gir en vidunderlig evne til å observere, klargjøre og konsentrere seg om det som er viktig.*

Dietrich Bonhoeffer (1906-1945)

Jeg sitter på tidevannsøya Lindisfarne, ved Englands østkyst, og ser ut-  
over havet. Det var hit våre forfedre kom seilende den 8. juni år 793 og  
foretok den offisielle åpningen av vikingtiden, da de gikk til angrep på  
klosteret og forsvarsløse munkene her. Etter at de hadde drept stillhets-  
søkerne og plyndret med seg rikdommene som fantes, la de igjen et tvilsomt  
visittkort: behov for forsoning.

Forsoning er alltid et mirakel, og her har mirakelet skjedd. På Lindisfarne og  
andre steder langs Europas kyst, finnes det ikke noe ulmende hat mot dem  
som for tusen år siden herjet og drepte, slik det finnes andre steder i verden.  
Her har man ikke gjemt på det onde som ammunisjon.

En gang i tiden var kanskje den vanligste bønningen i Vest-Europa: *Gud, frels oss  
fra vikingene!*

Men hva skjedde? De fryktede vikingene er blitt et fredelig folk, og blomstene  
de brutalt tråkket ned, er vokst opp igjen.

Husverten vet at vi kommer fra Norge, og etter hvert som frokostene i det bittelille pensjonatet går sin gang, benytter han godmodig og smilende hver eneste anledning til å takke oss for at forfedrene våre kom og gjorde denne øya til en turistattraksjon, slik at han og kona i dag har et levebrød.

I dag er Lindisfarne et forsonings og stillhetens sted. Stillheten og tiden og Gud har leget sår.

*The Holy Island of Lindisfarne*, som stedet egentlig heter, er øy halve døgnet og fastland halve døgnet. Lenger enn noen vet har mennesker søkt ut hit for å finne stillhet. Så snart kristendommen kom til landet, slo kristne munkene seg ned her.

Siden har jeg og mange, mange andre kommet til dette stille stedet, som er litt mindre stille i de timene hver dag som veien er åpen. Da er den lille landsbyen fylt av dagsbesøkende og ansatte i de få og små butikkene.

Men resten av døgnet, i flotiden, hviler stillheten over Lindisfarne. Det er ikke lydfritt, men det er stillhet. Første gang jeg var her, trodde jeg det var støyen fra motorveien jeg hørte som bakgrunnsmusikk ved frokosten. Men husverten kunne fortelle, der han kom med egg og bacon: «Nei, det er bare selene.» Lyden av tusenvis av seler bæres fra sandbankene ute i havet.

Og lyden av fugler! Når vannet synker, åpner det seg et enormt matfat for fuglene. Pilegrimer valfarter til Lindisfarne, men også ornitologer. Fuglekvitter i alle toner og rytmer blir til den evige lindisfarnske symfonien. Det er lyd, men stillhet. I tillegg er det naturens skiftninger og vekslingen mellom rolige enger og dramatisk strandlinje. Alt dette ligger som en ramme rundt meg når jeg besøker stedet. Folk finner stillhet her. Og tydeligvis finner folk også Gud i den.

I en av landsbyens få og trange gater besøker vi vismannen Ray Simpson. Vi sitter med åpne ører i stuen hans og hører ham fortelle om det indre livet og hva han har funnet, på Lindisfarne og i Gud.

En nyttårsaften for noen år tilbake satt han og så på erkebiskopen av Canturburys nyttårstale på tv. Under erkebiskopens tale fikk Simpson en dramatisk opplevelse av viktigheten ved å forenkle livet. Dermed brøt han opp fra livet som prest i Den anglikanske kirke, og flyttet til et stille liv på Lindisfarne. I årene etterpå har han gjennom bøker og samtaler veiledet folk i å orientere livet etter noen veimerker.

Havet er grunt rundt Den hellige øya, og på lavvann krysset vi over fra fast-



landet, barbeint på den sjøbunnen som noen timer hvert døgn kommer til syne. Sekkene var lettest mulig, for ikke å ta unødvendige krefter som vi helst behøvde til vandringen. Hadde de vært tyngre, ville føttene sunket dypere ned for hvert skritt.

Vi gikk sakte. En kilometer, to kilometer, fire kilometer, jeg vet ikke, for oppmerksomheten var rettet mot noe annet. Hele veien over fra fastlandet sto det nemlig reist en rad med veimerker, påler så høye som tre mann, merke for merke så langt øyet kunne se, for å lede vandrere den fasteste leia over upålitelig havbunn. Veimerkene står der og sier beroligende: *Her har det gått mange før deg, dette er en god vei, du finner ingen fastere.*

Stillheten er en slik oppgått sti gjennom livet. Noen har gått den og satt igjen noen merker å peile etter.

Nå har vi blitt tørre på føttene og lytter til hva Ray Simpson har lagt all sin tyngde bak. Han snakker seg varm om viktigheten av å ordne livet, av å ha noen merker å gå etter. Rytme, er et ord han gjerne bruker. Ordene flyter fritt.

Vi spør om han kan oppsummere det hele, slik at enkle nordmenn kan forstå, helst med bare én setning. Etter ett sekunds betenkningstid kommer svaret:

«Bli kvitt overvekt, gjør plass på innsiden.»

«Du må tømmes av det du er fylt av, for å kunne fylles med det du er tom for,» sa Augustin, kirkefaderen. Han og Ray Simpson er enige om den saken.

Bli kvitt overvekt.

Tankene går til andre reiser. Jeg har reist til den andre siden av verden med fulle kofferter, for jeg trodde jeg trengte så mye. Men halvparten av alt jeg hadde med, ble ikke brukt. I tillegg samlet jeg så mange ting på reisen at jeg måtte betale for et ekstra kolli på hjemreisen for å få plass til alt det nye jeg hadde samlet meg. Den nye kofferten var dessuten så tung at ryggen låste seg, og jeg ble satt ut av spill i lange tider. Overvekt er verken bra for hjertet eller ryggen.

Overvekt er det som limer seg fast i oss, men i stillheten kan limet sakte løse seg opp.

Mens overvekt kan veies i kilo på flyreisen, er det annerledes med livet. Her

finnes det ikke like eksakte mål for når nok er nok. Overvekten er det som på ulike måter holder oss fast, det som veier så tungt i oppmerksomheten at vi ikke kommer oss av flekken. Det som hjertet henger fast ved, slik at det ikke kan åpne seg for noe annet. Overvekt holder et menneske tilbake fra det hun kunne vært.

Overvekt kan være alt, stort og lite. Det kan være hverdagens gjøremål, det kan være hobbyer og tidsfordriv, hva vi fyller hodet med, slik at det til slutt blir fullt. Det er tv-serier og sportsutstyr. Det kan være hytte på fjellet, huslån, båt puss, oppussing, vedlikehold, ferier, foreldremøter. Overvekt er også det vi enda ikke har, men bruker dagene på å ønske oss.

Det som legger beslag på tiden, vil etter hvert også legge beslag på hjertet.

Bibelen forteller en historie om overvekt og om hva som kan skje i stillheten.

En mann hadde en sønn, og denne unge mannen levde over evne. Sønnen dro hjemmefra, levde hardt og fylte på livet til det ikke var mer der det kom fra. Så en dag bråstoppet livet. Alle ingrediensene ble skåret vekk. Vennene forlot ham, pengene tok slutt, aktivitetsnivået måtte settes på lavbluss. Han mistet ansikt, han mistet pengene, han mistet nettverket.

Hadde han mistet seg selv også?

Redningen hans, den egentlige redningen, var at han mistet det han hadde. Han mistet tidsfordrivet og tidstyvene. Han mistet til og med mulighetene sine, slik han hadde kjent dem. Borte var alt som fylte hjertet og kalenderen – alt som hadde holdt ham fast. All overvekt var borte.

Men der, i stillheten og ensomheten, kom det en større gave seilende til ham. Lukas skriver det slik: «Da kom han til seg selv.» Han mistet alt – og fant seg selv.

I stillheten kan man komme til Gud og til seg selv. Å komme til seg selv er noe av det største et menneske kan oppleve.

Stillheten er noe så sjeldent som et sted der det oppstår avstand til alt som holder fast, til alt som binder. Der kan vi oppdage vår egen overvekt. Stort blir stort, lite blir lite. Viktig blir stående som viktig, og det uviktige visner.

En gang fikk jeg en leksjon i perspektiv. Det skjedde på en parkeringsplass langt oppe i en ubebodd dal en lørdags kveld da min yngste sønn var spebarn.

Nyfødte barn har ikke et fullt utviklet syn. Det tar tid å utvikle både nærsynet, langsynet og det imellom. Når storebrødrene hans hadde pleid å legge seg ivrige helt opp i ansiktet på lillebror for å komme nærmest mulig, hadde vi forsøkt å si noe om dette: Er du for nær, ser han deg ikke ordentlig. Er du for langt unna, ser han deg heller ikke ordentlig. Denne kvelden måtte jeg et lite øyeblikk legge fra meg babyen vår på bakken før vi satte oss i bilen. Og med en gang, som alltid, var en av storebrødrene over ham. De snakket sammen. Og klukklo. Den minste så på storebroren og lo den deiligste latteren som fins. Så kom en annen av brødrene til og ville oppnå det samme i det han bøyde seg ansikt til ansikt. Men samme hva han gjorde, kom det ingen latter fra lillebror. Ingen respons. Så sa den eldste, som da var seks år, forklarende: «Du må stå i riktig størrelse.»

Man må ha passe avstand.

Stillheten er en posisjon å stå i som ofte gir passe avstand. Livet og alt som følger med, kommer i rette proporsjoner, i rett størrelse, og det er en stor sjanse for at vi da innser hva vi behøver å ta med oss videre, og hva vi like gjerne kan la stå igjen.

Når stillheten slipper til, fremstår ting slik de egentlig er. Skjønnheten danser

uten slør, jeg ser meg selv uten speil, gåter åpner seg og sangene strømmer fritt.

Og da, når alt kommer på en viss avstand, og vi ser på livets ulike bestanddeler med et klarnet blikk, kan vi komme fram til minst to ulike oppdagelser:

*Oi, var det så fint!*

*Å, var det så lite viktig!*

Dette vil skje av seg selv for den som går inn i stillheten. Det er omtrent umulig å ikke sortere i eget liv når man gir stillheten armslag.

Og man kan alltid komme lenger.

Utenfor kysten av Lindisfarne, bakenfor klosterruinene og nedenfor kirken, finnes det enda en liten tidevannsøy, som er skilt fra den store øya ved høyvann. Denne kalles for Cuthbert's Island, etter den hellige Cuthbert, som levde her for tretten hundre år siden. Få, om noen, britiske helgener er så elsket. Han er et av de hellige menneskene som har kommet ut av stillheten for å sette et avtrykk i verden. Til denne bittelille øya pleide Cuthbert å trekke seg tilbake. Han søkte seg hit for å få avstand til menneskene og forstyrrelsene. Tidevannet ble innhegningen hans om stillheten. Men etter hvert ble selv

dette stedet for bråkete for munken, og han trakk seg videre ut til den ytterste øya i synsranden, Farne, hvor ingenting lenger kunne nå ham.

Men Cuthberts øy er langt nok vekk for meg. Midt på den lille øya, som ved høyvann er lite mer enn en knatt, knapt stor nok til å leke gjemsel på, er det reist et kors. Mens jeg sitter her og kikker over mot kirken og ruinene fra det gamle klosteret, kommer spørsmålene: Hva er mitt tidevann? Hvilken avstand tar jeg ut? Hva er overvekten som holder meg fast?

Å skape litt stillhet i dagene kan i alle fall være en god start.



# GROTTEN

## DEYRULZAFARAN, MARDIN, TYRKIA

*Når mennesket tier, blir det i stand til å lytte til det språket som er så svakt at det minste bråk kan overdøve det, men likevel så sterkt at det toner gjennom evighetene: stillhetens ordløse språk, som til og med er alle ekte ords kilde.*

Hjalmar Ekström (1885-1962)

**P**å et fjell i Midtøsten finner jeg en grotte. En gang har noen hugget den ut for å bo i den, men nå er fjellet forlatt. Det er bare meg her.

Etter middagsbønnen på Deyrulzafaran, går jeg alene opp i fjellet bak klosteret. Jeg har noen timer til rådighet. På en måte er jeg på bortebane: Jeg har aldri vært i dette området før, og jeg har aldri vært i kirken som fortsatt lever akkurat her. På en annen måte er jeg på hjemmebane: Den store stillheten som hviler over stedet, er kjent og trygg.

Fjellet består av to åser, skilt av et skar der stien går. Dette er den syrisk-ortodokse kirkes hellige fjell. På avstand ser fjellet bak Deyrulzafaran-klosteret ut som om det er hjemsoekt av skygger. Mørke flekker dekker åssidene. Jo nærmere man kommer, jo mer uvanlig er det. De mørke flekkene blir til hull, og kommer man enda nærmere, ser man at den myke bergarten er gjennomhullet av grottene til menn og kvinner som har bodd på dette fjellet. En gang

var hulene på fjellet befolket, det var et helt samfunn som levde her i stillhet og fellesskap, syvtusen menn og kvinner på det meste, munkene på det ene fjellet og nonnene på det andre fjellet. Nå er det kun to menn igjen.

I århundrer var dette fjellet navet i kirken, før biskopen og biblioteket måtte flykte til Damaskus for mange kriger siden.

Her er det uthogde rom og boliger, kjøkken, kirker og lagerrom, alt meislet ut av berget. Hele fjellet er som en liten by.

Det er her jeg oppdager «den skjøre stillheten».

Jeg finner en grotte. Fremdeles har jeg mange timer til jeg må være nede igjen ved klosteret. Rommet i grotten er på størrelse med en norsk studenthybel. Et vindu er til og med skåret ut av sandsteinen. I det ene hjørnet har stein etter stein rast ned og dannet en liten røys. En gang for lenge siden ble denne boligen hugget og hakket ut av en mann som kom for å søke stillheten. Hvor mange har det bodd i akkurat dette rommet? Munkene befolket fjellet i århundrer. Har det bodd én her? Har det bodd ti her? Har det vært en kø, slik at når en eldre munk døde, sto en yngre klar til å overta med en gang? Jeg vet

ikke, og jeg kjenner ingen som kan fortelle meg det. Det eneste mennesket jeg møter her oppe, er en sauegjeter som passerer forbi med geværet sitt. Jeg prøver et forsiktig nikk. Han bare stirrer undrende tilbake på meg.

Jeg går inn og setter meg ned på det harde steingulvet. Prøvende lener jeg ryggen mot veggen. Fra sekken henter jeg opp min helt nye bibel. Det har akkurat kommet en ny oversettelse av Bibelen. Den utgaven som snek seg under huden på meg, har blitt varsomt revidert, og hver historie jeg nå leser, leser jeg med en nysgjerrighet. Det er som å komme tilbake til det barndomshjemmet der en kjente hvert rom, men som nå har blitt pusset opp.

Jeg tenker: Hva passer bedre enn en grottefortelling? Og jeg blar opp i Første Kongebok, kapittel nitten. Profeten Elia har gjemt seg. Han også har funnet en hule i Midtøsten. I motsetning til meg, er han sliten og redd, lei av livet og antagelig lei av Gud – i alle fall lei av å prøve å følge Gud. Da kommer Herrens ord til ham. Han får et tilbud han ikke kan avslå: å møte Gud.

«Gå ut og still deg på fjellet for Herrens ansikt, så vil Herren gå forbi.» Elia gjør som han får beskjed om. Han stiller seg foran hulen, og det kommer en storm. Gud, er du i stormen? Nei, Gud var ikke i stormen og de knuste klip-pene.

Så ristet jorden under Elia. Gud, er du i jordskjelvet? Nei. Deretter tennes en

ild ut av ingenting foran mannen som venter på Gud. Gud, er du i ilden? Nei.

Men så: «etter ilden – lyden av skjør stillhet.»

Jeg stanser opp. Her er det noe nytt! I den oversettelsen jeg vokste opp med, sto det å lese at Gud kom i «en svak susing». Men nå står det: *skjør stillhet*. Jeg aner en skjult skatt gjemt i disse to ordene.

Skjøre ting går lett i stykker. Man bør ikke fare hardhendt med stillheten.

I skjør stillhet møtes mennesker og Gud. Gud er ikke skjør, men stillheten kan være det, som det sprø fjellet i berget jeg sitter på. Eller som en sommerfugl.

Jeg ser på klokken og går nedover mot klosteret igjen. Under meg og foran meg ligger endeløse sletter som har tilhørt mange ulike riker gjennom historien, ettersom den ene krigen etter den andre har flyttet grenser fram og tilbake, og den ene erobreren etter den andre har tegnet kartene på nytt.

I gamle dager kaltes det Mesopotamia, *landet mellom elvene*. Eufrat og Tigris

danner en slags grense for dette området, og her sto de første kjente sivilisasjonenes vugge. Deyrulzafaran ligger helt sør og langt øst i dagens Tyrkia. I sør kan jeg skimte Irak. Syria ligger litt lenger vest.

I disse områdene har også noen av de eldste kristne samfunn i verden levd i en ubrutt lenke siden midten av det første århundre. Men de blir stadig færre.

Den kristne troen springer ut fra Midtøsten, og forbausende ofte: ut fra *stillheten* i Midtøsten. Den som leser og leter i Bibelen og i de første kristne skrifterne, oppdager at mye av handlingen utspiller seg i stillheten, i de øde, tørre områdene bortenfor hovedveiene, utenfor byene, østover fra Middelhavet.

Ingen vet om kirken vil overleve de neste årene her. Jeg hørte en munk hviske ut sin spådom på taket av et søsterkloster rett over grensen i sør: «Om fem år er det ingen kristne igjen i dette landet.» På den tyrkiske siden ser det også mørkt ut i horisonten, men ikke bekmørkt, som det gjør om man ser den fra Irak.

Innenfor en ganske liten radius i dette området som kalles Tur Abdin, samles fremdeles en del mennesker til bønn. I Mardin, den største byen i området, feiret jeg påskedagsgudstjeneste med fire hundre mennesker, og dagen derpå var det like mange til påskefest i Abrahamklosteret i nabobyen. Etter gudstjenesten samlet alle familiene seg på gravene, til piknik og fest, og mens



biskopen gikk rundt og velsignet menneskene og gravene, fant de levende styrke i eksemplene til de døde som levde og holdt ut i troen.

Men de er få, de som ber sammen i denne klosterkirken. Kun en liten flokk samles daglig til bønnetidene. Flammen brenner fortsatt, men den får mindre og mindre oksygen.

Jeg innser at jeg er øyenvitne til at kristentroen mister fotfeste i et område den har vært lenge, lenge. Klosteret under meg er i ferd med å bli til et museum, det er som å gå omkring i norske skoger og snuble over rester av gamle husmannsplasser og tenke: *Her levde det en gang en bonde som strevde og slet*, og med bare litt fantasi er det mulig å forestille seg hvor jordet lå, hvor den lille låven var og hvor familien må ha hatt ildstedet sitt. På samme måte kan jeg her se staller, kirkerom, boliger i fjell, bønnesteder.

På vei til parkeringsplassen blir det ekstra tydelig, for jeg må passere klosterbutikken. Den ligger i porten nedenfor klosteret og er ren og moderne. Her holdes besøkende igjen lengst mulig, særlig på vei inn, slik at de får lagt igjen mer penger enn de hadde tenkt, for det er myndighetene som har hånden om denne. Kommer man forbi dette punktet, derimot, er Deyrulzafaran et sted som fremdeles er til for stillhet og bønn.

Bygninger kan falle sammen, og de kan bli til museer. Men stillheten kan aldri det. På Deyrulzafaran er det snart bare stillheten tilbake. Men der stillheten er, der er Gud.

Jeg tenker om meg selv at jeg er nokså godt bevandret i den store kristenheten. Det kjennes som om vi er en stor familie, men fram til denne dagen på Deyrulzafaran, er det aldri noen som har fortalt meg om syrianerne, som de syrisk-ortodokse helst kaller seg, eller om det yrende livet som en gang fantes i dette i området. Ingen av historiene om heltene og helgenene i denne kirken har nådd meg. Ingen av bøkene fra denne tradisjonen er å finne blant alle hyllemeterne hjemme. Er det fordi de er så stille?

Dessuten har ingen fortalt meg om Efraim Syrer.

Han er giganten i den syrianske tradisjonen, både som kirkefader og helgen, poet og lærer. Noen kalte ham *Syrernes sol*. Andre har kalt ham *Den hellige ånds harpe*. De troende jeg møter her, snakker som om de forutsetter at alle vet hvem Efraim er. Han uttrykker seg kun i et billedlig språk som kanskje har en lenger vei til vestlige hjerter enn til østlige, men i et avsnitt om bønn åpner han en dør til stillheten som vi kanskje kan forstå, selv om jeg må lese ordene flere ganger:

«Til deg, Herre, løfter jeg min tro med min stemme, for bønner og forbønner blir begge unnfanget i sinnet og *født i stillheten*, uten stemme.»

Bønner blir født i stillhet. Innsikter også. Visjoner fødes i det stille. Det begynner i stillheten. Stillheten ligger like under overflaten i det aller meste. Kanskje ikke nødvendigvis som stedet der alt skjer, men heller som stedet der det meste begynner.

Alt som vokser, gjør det stille. Hvetekornet i min barndoms dal fant veien gjennom stillhet. Gresset utenfor stuevinduet sprenger seg lydløst ut og opp. Selv et menneske spirer stille under morens hjerte. Alt dette levende og livsviktige er også skjørt. Som stillheten.

Jo viktigere, jo skjørere.



## DEN FORLATTE LANDSBYEN

MONASTERIO DI BOSE,  
MAGNANO, ITALIA

*Men sinnets stillhet  
er når vi lever best, innen  
hørevidde av stillheten  
vi kaller Gud.  
R.S. Thomas*

**O**m det en dag skulle hende noe viktig i livet mitt, vil jeg gjerne få det med meg. Jeg vil være der når det skjer.

Jeg hadde bestilt leiebil på flyplassen i Milano, og for sikkerhets skyld hadde jeg tatt en kopi av førerkortet, men da jeg skulle hente ut bilen, innså jeg at førerkortet lå igjen i kopimaskinen hjemme, og jeg fikk ingen bil. Og klokken viste midnatt. I stedet måtte jeg tilbringe natten på en hard benk mens jeg ventet på første tog til Ivrea neste morgen. Her fant jeg en taxisjåfør som ikke helt visste hva han skulle gjøre da jeg spurte om han kunne ta meg til Monastero di Bose. Dette stedet hadde han aldri hørt om. Det er kanskje ikke rart, for i mange år var det ikke mer enn en forlatt, liten landsby, med falleferdige bygninger som ingen lenger bodde i. Men til slutt fant sjåføren målet, og han kunne sette meg tilfreds av ved porten. Innenfor fant jeg en stillhet som rommet overraskelser.

«Kom med meg til et ensomt sted hvor vi kan være alene, og hvil litt!» sa Jesus til vennene sine. Monastero di Bose i Magnano mellom Torino og Milano nord i Italia, er blitt et slikt sted.

I 1963 begynte en gruppe studenter i Torino å samles noen kvelder i uken for å be kveldsbønn og lese Bibelen sammen. De møttes hjemme hos økonomistudenten Enzo Bianchi, og med tiden vokste det fram en drøm om et kommunetivsliv i gruppen.

De fant et hus i den fraflyttede og forfalne landsbyen Bose, men da dagen kom for å flytte inn, viste det seg at Enzo Bianchi var alene. De andre trakk seg da det kom til stykket.

Nå levde han her alene, under de aller enkleste forhold, samtidig som han besøkte steder som kunne hjelpe ham med å etablere gode rammer for det livet han lengtet etter.

Etter tre år alene, fikk Enzo Bianchi selskap. Tre menn og en kvinne sluttet seg til ham, to katolikker, to protestanter. Med årene kom det flere og flere. I dag teller stedet et syttitalls fastboende. Fellesskapet trekker til seg besøkende fra hele Europa og regnes for å være et av de mest vitale klosterfellesskapene i vår tid.

Monastero di Bose ligner lite annet. Dette er et kloster, men her lever kvinner og menn side om side, munkar og nonnar. Blant beboerne finnes både katolikker, protestanter, reformerte og ortodokse, og nattverdbordet er åpent for alle. I Bose stilles det ingen spørsmål om bakgrunn og kirketilhørighet. Og *brødrene og søstrene*, som de kaller seg, går kledd i vanlige klær, mørke, enkle og billige. Bare i kirken tar de på seg hvite kapper.

Den opprinnelige landsbyen huser i dag de kvinnene og mennene som tilhører klosterfellesskapet. På den ene siden av den lille byen er det bygget en kirke, på den andre har det blitt reist gjestehus for alle som kommer hit, for kortere eller lengre tid. For å komme mellom kirken og gjestehusene, er det laget en gangvei rundt landsbyen, langs markene omkring Bose. Tvers over rydningen står fortsatt den gamle landsbykirken, San Secondo. Bak den, langt bak, kneiser hvite alper mot himmelen.

Det har vært noen øyeblikk som bokstavelig talt har satt kurs for livet mitt. De fleste av disse har funnet sted i stillheten. Et av de øyeblikkene som har forandret mest for meg, fant sted her, i den forlatte landsbyen. Det tok ikke mange sekunder.

En dag, i stillheten etter kveldsbønnen, var det som om livet ble slynget ut i en ny bane – ikke dramatisk, men avgjørende. Ikke tydelig med en gang, men i ettertid forsto jeg at det skjedde der og da, i et øyeblikk i stillheten. Og jeg var der da det skjedde. En tanke kom dalende og fikk lande. Jeg var en landingsstripe med klare og rolige nok forhold til at et fly med viktig cargo kunne lande.

I de fleste andre øyeblikk blåser og bråker det så mye at denne landingsstripen må holde stengt.

Denne kvelden under Alpene kom den avgjørende tanken som gjorde meg til forfatter. For andre kan disse små øyeblikkene i stillhet ha født den klare tanken om hvem en skal dele livet med, at familien skulle bryte opp, at det er tid for å rydde opp etter seg i livet. Hva som helst. Jeg har også hatt slik øyeblikk i stillheten. Man kommer i en posisjon som den walisiske landsbypresten og poeten R. S. Thomas kaller «innen hørevidde av stillheten vi kaller Gud.»

Hvis man blir stille, kan man høre noe viktigere enn lydene.

Men gode tanker kommer selvfølgelig ikke bare i stillheten. De kan komme til enhver tid, på alle tidspunkt og steder. Fine tanker er ikke bundet til stillhet, ikke i det hele tatt. Og Gud er ikke begrenset til stillheten – eller til noe

som helst annet. Det er bare det at mennesker har en begrenset evne til å få med seg det viktige. Derfor stillhet. Begrensningen ligger på vår side.

Når vi blir stille, kan vi høre. Uten stillheten mangler vi ofte rommet å ta imot Gud i. Den sveitsiske legen, teologen og forfatteren Adrienne von Speyr sa: «Mennesket har den fryktelige kapasiteten at det gjennom sitt endeløse prat kan få Gud til å stilne.»

I møte med Gud står ord ofte i veien. Stillheten gjør sjelden det. Tvert imot.

En gang mislyktes Jesus. Og det hadde med stillhet å gjøre.

Jesu liv var, så vidt vi vet, ingen ferie. Det var ingen jakt på fritidsopplevelser, heller ikke på selvrealisering. Han og vennene gikk stadig på kryss og tvers av landet, fram og tilbake, til mange steder. Dagene var ofte fulle, og det var en kø av folk omkring dem som forventet noe. «Fra alle byene strømmet folk sammen til fots», forteller Markusevangeliet. Lite tyder på at det var et rolig liv.

Og en dag gikk det altså ikke etter planen. Vennegjengen hadde samlet seg for å oppsummere alt de hadde vært med på, og midt i denne travle hverdagsligheten kommer Jesus med en invitasjon: «Kom med meg til et øde sted hvor vi kan være alene, og hvil dere litt!»

Jesu venner trakk seg tilbake med mesteren. De dro ut med båten, til et øde sted, for å være alene. Men det ble med forsøket. Da de la til land sto det noen tusen mann og ventet på dem. Det er jo ikke det man håper på, om man drar for å oppsøke stillheten sammen med Jesus.

Det stille prosjektet deres varte bare en liten båttur over Gennesaretsjøen, før pågangen ble for stor og Jesu medfølelse for menneskene igjen tok overhånd. «Han fikk inderlig medfølelse med dem, for de var som sauer uten gjeter.» Og han fortsatte med å undervise og å gjøre en liten matpakke til et helt måltid for mange mennesker.

*Før* dette skjer, går det i ett, og *etter* at dette skjer, går det også i ett. Men akkurat mellom *før* og *etter* finnes det en mulighet til å være alene med Jesus og hvile litt, på et sted adskilt fra resten av livet. En båttur kan fungere til dette, på samme måte som et retreatsted, en stue, en hage eller en lunsjpause.

Den første gangen invitasjonen ble gitt, kan vi altså forsiktig slå fast at resultatet var mislykket, men det er likevel mange lærdommer å hente fra denne fortellingen. La oss prøve med to: For det første finnes det midt i livet alltid en stående invitasjon til å trekke seg tilbake til stillheten for å hvile med Gud. Dette er alltid nødvendig.

For det andre: Om man har en aldri så god plan, må man alltid kunne la seg avbryte, av for eksempel medfølelse. Det kan nemlig bli til brød for mange.

Stillheten er ikke alltid det viktigste.

På mange måter er ikke Bose et stille sted. Latteren og nysgjerrige samtaler fyller plassen. Etter hver bønnetid går det en strøm av mennesker fra kirken, rundt landsbyen og til måltidet. Gjestfriheten er stor og måltidene inntas i små spiserom, med plass til passe mange rundt bordene, mange nok til en god samtale, få nok til at ingen skal forsvinne i mengden. Spisebordene er kvadratiske, og ingen sitter øverst og ingen sitter nederst. To-tre av brødrene og søstrene er alltid til stede ved hvert måltid, i hvert rom, ved hvert bord.

Og under disse måltidene forstår jeg det endelig: Stillhet leder ikke til et sosialt liv. I vekslingen mellom stillhet og fellesskap vokser gleden og gjestfriheten fram.

I Bose, som i mange andre klostre, er det to stille tider; den *lille* og den *store*.

*Den lille stillheten* er ettermiddagens stille tid, hvor man er for seg selv og lar andre være i fred. Man forstyrrer ikke hverandres stillhet. Nattens stillhet er

*Il grande silenzio*, som de kaller den i Bose, *den store stillheten*. Denne inntreffer etter kveldsbønnen, og varer til etter frokost neste dag.

I denne tiden lar man hverandre i fred. Stillheten blir et miljø som den enkelte kan hvile og vokse i. Den konstante strømmen av inntrykk og stemmer skrur av. Sansene hviler i stillheten, slik at de kan åpne seg igjen neste dag. Man tar ikke lett på stillheten.

I slike rammer er det mye plass til overraskelser. I løpet av et par minutter i Monastero di Bose fant jeg en ny kurs, og livet endret seg. Det begynte i stillheten, men hvor endte det opp? I kjølvannet av dette er livet blitt travlere. Barna har blitt større, og livet krever mer. Det er alltid noe å ta tak i, en deadline som venter, en henvendelse å svare på, et foredrag å holde.

Jeg kan ikke unngå å se ironien: Livet etter det som ble unnfanget i stillheten er en virvelvind i forhold til det som var før, og stillheten kommer sjelden av seg selv. Hva skjedde med stillheten? Alt begynte der, men så gikk vi hver vår vei, stillheten og jeg.

Om livet skulle veies i en gammeldags vekt, med to vektskåler, er jeg redd

det ikke ville balansere. Ofte kjennes det som om vekten tipper over, den ene skålen er for tung. Det ligger for mye i den.

Men kanskje det egentlig er enklere enn som så? At det ikke har med mengden av innhold i vektskålen å gjøre. Kanskje kommer det rett og slett bare an på om det også ligger nok stillhet i den andre skålen til å utligne?

Når vektskålen rommer tilstrekkelig med stillhet, vil jeg oftere få det med meg om det skulle skje noe viktig i mitt eget liv.

Så enkelt som det. Så vanskelig som det.





## ØRKEN OG ASFALT

## WADI EL NATRUN OG KAIRO, EGYPT

*Svøp deg i stillhet som du svøper deg inn i din hvite kappe. Stillheten er din beskyttelse. Uten den er du utsatt for mange farer.*

Wilfrid Stinissen (1927-2013)

**D**en strie og kranglevorne Teofilos, patriarken av Alexandria, la en gang veien ut i ørkenen. Han kom for å møte eneboeren Pambo. Munkene kom til eneboeren med bud fra patriarken om å få et gullkorn, men Pambo lot seg ikke imponere av storfint besøk og forble taus. «Si et ord til oppbyggelse for patriarken!» tryglet sendebudene. Pambos svar var nøkternt: «Blir han ikke oppbygd av stillheten min, kan han heller ikke bli det av ordene mine.»

Egyptis ørken har i syttenhundre år trukket på folk som lengter etter stillhet. Da jeg steg over terskelen til Makariosklosteret, visste jeg at bønnens flamme hadde brent sammenhengende på dette stedet siden år 360, siden *Makarios den store* en dag slo seg ned i Saltdalen, Wadi El Natrun, i ørkenen mellom Kairo og Alexandria. I dag finnes det fremdeles en rekke klostre i dette området, men det fantes en tid hvor det var mange flere.

Makarios kom for å være alene i stillheten, og han regnes for å være den før-

ste som bosatte seg i Saltdalen, men det tok ikke lang tid før han fikk selskap av tusener.

Heller ikke Makarios ønsket å bli et midtpunkt, men omkring stillheten hans vokste det fram en bevegelse, som på sin helt egen måte ble et fellesskap av stillhetssøkere.

Fra slutten av trehundretallet fant det sted en masseflukt fra lydene og inntrykkene og normene som preget samfunnet. Mottrekket ble stillhet.

Det trer fram et mønster: Gud er å finne i ørkenen. Moses er i ørkenen og kommer ut for en busk som brenner, men ikke brenner opp, og Gud gir seg til kjenne. I førti år befinner Guds folk seg i ørkenen og får daglig mat fra himmelen mens de lar seg lede av en ildsøyle om natten og en skystøtte om dagen. Profeten Elia rømmer ut i ørkenen – og møter Gud i den skjøre stillheten. Døperen Johannes holder til i ørkenen og kalles den største av alle. Jesus trekker seg tilbake til ørkenen i førti dager før den offentlige tjenesten tar til.

Og videre i historien: Da forfølgelsene av de kristne tok slutt omkring år 300, ble troen på Jesus statsreligion. Kirken ble privilegert, det ble en fordel å være kristen, og mange opplevde at kirken ble tam og uten brodd. Derfor gjorde mange et lydløst opprør og søkte ut i stillheten. Ørkenen ble et kraftsentrum.

Noen dagsreiser inn i det gamle Egypt søkte skarer sammen. Stillheten rundt dem viste seg å ha en enorm tiltrekningskraft. Folk ble dratt mot den.

Menneskene som slo seg ned i ørkenen, kaller man i dag for ørkenfedre og ørkenmødre. Fedre og mødre gir en arv videre. Mer enn noe annet, er stillhet arven disse etterlot.

Det som skjedde der ute i ørkenen, var så uhørt og usett at stillhetssøkerne ble berømt. Folk kom for å se og høre. Midtøstens ørken ble forandret fra ødemark til in-sted. Folk ble sugd ut av byene for å søke Gud og for å oppleve dem som hadde lagt verdens støy bak seg.

Denne letingen fikk mange ulike utslag. Noen ble eneboere, andre gikk i kloster og noen levde strengt asketisk.

Stillheten de søkte, kan jeg forstå, men noen av formene den fikk, er mer fremmed.

Jeg innså dette tydelig en gang jeg klatret opp på en søyle i ørkenen. I dag er steinstøtten knekt og gnaget ned av tidens tann, men en gang strakte den seg noen titalls meter mot himmelen og var et hjem for Simon, med tilnavnet den yngre. Alt han ville, var å søke Gud i stillheten, opp og vekk fra folk,

men i stedet ble han en attraksjon som trakk til seg horder. Folk krysset kontinenter for å se Simon. I Mellom-Europa har man funnet souvenirmynter fra Den hellige Simon på fjellet Mons Mirabilis utenfor byen Antiokia, som i Romerrikets glansdager var nest etter Roma i rang og størrelse.

Søylen hans ble høyere og høyere, slik at han kunne komme lenger og lenger vekk fra alle som forstyrret ham. Det ble laget en forsyningsrampe, hvor man kunne komme opp til ham med matforsyninger.

Stillheten har en pris, og det blir ikke alltid som man har tenkt. Det fortelles at Simon mot slutten av livet opplevde noe de færreste er forunt: mens han sto der på søylen sin og søkte Gud i stillheten, ble det bygget en katedral rundt ham. I levende live ble han innbygget i en kirke.

De færreste vakte tilsvarende oppsikt, de fleste forble anonyme mennesker som søkte stillhet og et helt hjerte, men de ble likevel del av en stor kraft, en vind som blåste fra ørkenen.

Det går fotspor ut i ørkenens stillhet, men det kommer også en strøm tilbake, en strøm av inntrykk som stille former dem som vil lytte.

Da den svenske biskopen Martin Lönnebo havnet værfast på en middelhavsøy, fikk han god tid.

Han hadde tidligere vært i Egypts ørken – og fått merker av det. Han hadde bedt med ørkenens folk, og kjent deres åndelighet på kroppen og i fingrene. Kopterne bærer bønnekranser med knuter. For hver knute, én bønn. Kyrie eleison. Miskunne deg over meg.

På samme måte har katolikkene sin *rosenkrans*, og mens Lönnebo satt og ventet på denne øya, bestemte han seg for å gi også protestantiske nordboere en krans å be med. Bønner å ta og føle på. Denne fikk navnet *Kristuskransen*, og er et armbånd med ulike perler i ulike farger og former for ulike bønner. Der finnes Gudsperlen, som minner om hvem Gud er og hva Gud er. Så følger jeg-perlen: identitet, selvbilde, jeg er et elsket barn. Følger man perlene kranse rundt, har man vært innom kjærligheten og livets hemmeligheter, dåp og håp, nattens mørke og bekymringsløshetens blå perle. Men mellom alt dette ligger stillheten. Brune, ruglete stillhetsperler er plassert mellom hver av de andre perlene, som ørkenens tørre sand. En tredjedel av perlene er stillhet.

Biskop Martin kaller dem «tegn for den stillheten som er kjærlighetsfull oppmerksomhet. Pust inn hellig nærvær, pust ut alt som splitter og uroer. Pust inn godhet, pust ut ondskap, pust inn livsmot, pust ut oppgittethet.»

Stillhetsperlene ligger der som fartsdumper. De hvisker: *Nå er du ferdig med noe, vent litt før du går videre, kom i takt med deg selv først.*

Men det finnes aldri en garanti for at ytre stillhet skal lede til indre stillhet. Man kan *ha* det stille uten å være stille, og man kan *være* stille uten å ha det stille. Antonius den store ble kristenhetens første superstjerne og den viktigste av alle ørkenens eneboere. Selv verdens mektigste mann, keiser Konstantin i Konstantinopel, henvendte seg til ham, og brevvekslingen kan leses i skriftene om Antonius. Biografien om ham ble den første storselgeren i den kristne verdenen. Han sa: «Den som sitter alene i stillheten har unnsuppet tre kriger: å høre, å snakke, å se. Men det er fremdeles én krig han stadig må kjempe: mot sitt eget hjerte.» Den indre stillheten kan man ikke nødvendigvis skru av og på som man finner for godt. Hjertets bulder vil alltid følge med på lasset. Men man kan også snu om på det: Stillheten er noe man kan ta med seg hvor som helst.

Det er lett å si at det er enklere å fa tak i stillheten på fjellet enn i byen, at den er mer tilgjengelig i ødemarken enn på torget. Men det er ikke alltid helt sant.

Den største stillheten kan finnes på de minst stille stedene. Et av de mest

bråkete stedene på jorden er Kairo, den store byen som fra luften nesten går i ett med ørkenen rundt, brun som sanden.

Støyen tar aldri slutt blant de tjuefire millioner menneskene som kaller denne byen *hjemme*, men av alle mennesker jeg har møtt, har ingen båret stillheten så tydelig med seg som Mama Maggie.

Maggie Gobran har levd hele livet i Kairo. Hun var universitetslæreren fra overklassen som solgte alt hun eide, og ga både pengene, tiden og kreftene til de fattige i slummen. Millioner av mennesker kjenner henne som Mama Maggie. Jeg har møtt henne noen ganger, og det er som om hun konstant står i stormens øye. Folk står i kø rundt henne, de sitter og venter i kirker når hun kommer for å si noe til dem, hun har hundrevis av medarbeidere som venter å få en bit av henne, gjester kommer for å møte henne. Til tross for dette, til tross for alt, er det en stillhet i alt hun gjør. De siste årene har hun blitt en berømt person i Midtøsten og over hele verden. Hun har mottatt store priser for arbeidet sitt, men hun vet godt at uten en stor porsjon stillhet alene med Gud før dagen begynner, er hun ingenting. En sjåfør venter på henne tidlig hver morgen og kjører henne til kirken, der hun kan sitte alene i stillhet før dagen begynner. Dette er hennes første avtale hver dag.

Som alle hennes forgjengere i rekken etter ørkenfedrene, er hun drevet av jakten på et rent hjerte, og hun forsto tidlig at det første skrittet i den retningen er stillhet.

På en måte har Mama Maggie gått så langt inn i stillheten at jeg knapt kan relatere til den her jeg sitter på min plass i verden. Men på den annen side er hele livet hennes en stemme fra stillhetens vidder som sier: Kom!

Fra talerstolen på Global Leadership Summit i megakirken Willow Creek i Chicago la hun i 2011 lavmælt fram sitt manifest for stillhet. Stemmen hennes er alltid lav, og man må konsentrere seg for å høre hva hun sier, man må bli stille. Klesdrakten er hvit, aldri noe annet enn hvit. Som en engel. Som snø. Som stillhet.

I rampelyset, på den store scenen, virket hun fullstendig malplassert. Men lavt, på gebrokket engelsk, trengte hun verken Power Point-presentasjoner, snedige punchlines eller isbrytende vitser for å fange oppmerksomheten. Midt i lyskasternes sentrum leverte hun en veibeskrivelse til stillheten:

«Først må hele du bli stille,  
slik at du kan lytte til ordene.  
Så må tungen din bli stille,  
slik at du kan lytte til tankene dine.  
Så må tankene dine bli stille,  
slik at du kan lytte til hjerteslagene dine.  
Så må hjertet ditt bli stille,  
slik at du kan lytte til din ånd.  
Så må din ånd bli stille,  
slik at du kan lytte til Guds ånd.  
For slik – i stillheten – forlater du de mange,  
for å være sammen med Den ene.»

Mama Maggie viser at man kan finne stillheten hvor som helst. Ethvert menneske kan bli en skaper av stillhet. Omgivelsene vil alltid gi oss mange begrensninger, uansett hvordan de ser ut, men rett under overflaten ligger alltid stillheten.



# EVENTYRET I HYTTA

## LIA GÅRD, KOPPANG, NORGE

*Menneskets ulykke kommer av at det ikke kan sitte stille og rolig ensom i et rom.*

Blaise Pascal (1623-1662)

Første gangen jeg var her, satt jeg i baksetet. Det er mange år siden nå. Bilen kjørte oppover Østerdalen, og ved Koppang tok den av til høyre. Jeg visste ingenting om hvor vi var på vei, jeg fulgte bare med. Det var trær, trær, trær. Vi bodde noen dager i en ombygget låve, og en av dagene ble vi tatt med på omvisning. Litt ovenfor tunet tuslet vi inn på en byggeplass. Jeg kunne se at det her var i ferd med å bli bygget en merkelig stor bygning til å ligge så langt inne på skogen. Vi ble vist inn i skallet av Leca-blokker, inn i det som en dag skulle bli en kirke, fikk vi høre. Og hvor ung og ureflektert jeg enn var, snek det seg inn en slags fornemmelse om at dette skulle komme til å bli et forbløffende sted.

Noen år senere var jeg tilbake igjen på Lia Gård, og jeg skjønte med en gang at jeg hadde hatt rett. Oppe i dalsiden over Storsjøen ligger Nylia som et festningsverk for stillheten. Å komme hit er stillhet. Bygget er felt inn i naturen selv, som en blanding av solid norsk natur og et sydlandsk klosterbygg.

Nedenfor, rundt tunet, ligger det opprinnelige småbruket, som sakte men



sikkert har blitt til et hvilested for så mange mennesker. Hver eneste liten bygning tjener en hensikt som kapell, som gjesterom, som lekerom for barn og så videre. Omkring ligger et stille landskap man kan ta i bruk. Mellom furutrærne kan en vandrer risikere å snuble over skogskapell, eneboerhytter, en liten gresk-ortodoks kirke – eller en stavkirke. Det er plass nok til alle, og det er kirker nok til alle. Og ikke minst: Det er mer enn nok av stillhet til alle.

Man kan komme til dette stedet i skogen alene, man kan komme med familien sin for å delta på familieretreat, man kan komme i grupper, man kan følge et opplegg i en ledet retreat – eller rett og slett bare søke tilflukt her. Jeg har forsøkt alle disse variantene, og jeg husker ikke lenger hvor mange ganger jeg har vært her.

En gang kom retreatlederen den første kvelden med et Norgesglass fullt av grumsete vann. Vannet var mørkt og uklart, og det ble plassert midt på bordet foran oss. Deltagerne satt i de gode, dype stolene rundt bordet, og mens vi satt der i ring, oppdaget vi hva som var i ferd med å skje. Grumset falt til bunn. Vannet klarnet. Snart kunne vi se gjennom det. Etter enda en liten stund var vannet klart som bekkene i dalsiden utenfor. Det gikk et sukk gjennom rommet, og et beskjemmet smil. *Selvfølgelig, så enkelt er det, det er slik stillheten virker på oss.*

Det klarer, vi kan se gjennom, ikke bare Norgesglass, men også oss selv.

Etter samlingen reiste vi oss for å gå inn i stillheten. Retreatlederen reiste seg også, løftet glasset, tok det under armen og gikk. Og på et lite øyeblikk var vannet like grumsete som før.

Retreatsteder fylles opp av mennesker som vil søke Gud i stillhet og i en rytme. Flere og flere slike steder kommer til. Det ser ut til at mange søker til kirkens gamle røtter og leter etter stemmer som har noe å si oss langs veiene tilbake til oss selv. Først og fremst tilbyr disse stedene en ramme, et program for helgen, en plan for dagen, en bønnerytme, måltider til faste tider, en gitt bibeltekst å drøvtygge – alt i en ramme av stillhet.

I vårt protestantiske nord har vi lagt nesten hele troslivet inn i vårt eget hjerte – og det er som om vi selv har båret vårt eget bønneliv. Tett ved sida vår går Jesus, og ingen former har vi behøvd. Alt som har luktet ytre tro og former, har vi myst mot med kritiske øyne. Ingen krav vil vi ha. Ingen ting skal vi gjøre for å bli frelst. Dette er de frie menneskers og de frie bønners land. Men et eller annet sted underveis er vi mange som har funnet ut at det ikke var så lett likevel. Jeg klarer ikke å bære dette, jeg orker ikke å be slik i lengden. Det blir

utmattende å hele tiden skulle være den som formulerer sin egen tro. Vi har innsett at Ordet ble menneske, Gud ble kropp. Troen kan feste seg i kroppen og alt som er utvendig. Det ytre er en god venn for det indre. Det ytre legger til rette for en indre samling. Derfor har bruken av tidebønner, retreatar og stillhet langsomt blitt ytre hjelpere som leder flere og flere innover til nye, spennende landskap.

Det er ikke så vanskelig å fylle all tid med lyder og hendelser og inntrykk. Det vanskelige er å ikke gjøre det. Stillheten må erobres. Et menneske må ta aktive valg for å komme seg vekk fra all støyen som ligger rundt omkring. Dette hevder psykologen Olga Lehmann, som skrev sin doktorgrad om nett-opp stillheten: «Cultural Psychology of Silence». Fra sitt sekulære ståsted i academia bruker hun store ord: «Stillheten kan åpne nye rom i oss selv, og gi oss åpenbaringer om vår egen eksistens.»

Hun har funnet at stillheten er et godt redskap for å forstå oss selv, men påpeker at vi ofte blir redde når det blir helt stille rundt oss. Da blir tankene mer høyrøstede, og vi tvinges til å forholde oss til følelseslivet vårt. Når det blir stille rundt oss, blir det en kontrast til inntrykksstrømmen vi lever i det meste av tiden. Plutselig er vi sårbare.

«Taushet er gull, sier vi, men vi vil helst ta ut gullet uten å betale prisen, som er stillhet. Vi kan ikke lure oss unna følelsene våre. Når vi opplever angst og usikkerhet, skylder vi noen ganger på stillheten, men det blir helt feil adresse.» Sier psykologen.

«I stillhet og tillit skal deres styrke være», sier den gamle profeten Jeremia. Ja, det finnes en styrke å hente i stillheten: styrken etter å ha sett seg selv i et annet lys, styrken etter å ha sett tankene komme sterkere til syne mot et bakteppe av stillhet, styrken etter å ha kommet til seg selv.

Jeg kjemper ikke for et stille samfunn, men jeg vil gjerne ha litt stillhet i samfunnet. Jeg kjemper ikke for et stille liv, men jeg har tro på hva små doser med stillhet innimellom kan føre til. Og jeg tror at stillhet kan gjøre verden bedre.

I boken *Ringens brorskap* har Tolkien skildret denne gode stillheten. Frodo og de andre reisende er innlosjert i Tom Bombadils hus. Bombadil har rollen til en gåtefull skikkelse som vet alt og makter alt. Ved bordet dukker Marigull opp, en kvinneskikkelse, som tar til å synge for gjestene:

«Da de hadde spist, sang Marigull mange sanger for dem, sanger som tok lystig til oppe mellom åsene og sakte dalte ned i stillheten; og i disse stillhetene så de inni seg sjøer og vann, videre enn noen de visste om, og når de stirret ned

i dem, så de himmelen under seg og stjernene lik edelsteiner i dypet.»

Så vakker kan stillheten være.

Én gang lånte jeg eneboerhytten på Lia Gård. Det var vinter, og snøen lå meterdykk utenfor veggene.

Jeg fulgte stedets stille puls og bodde alene, tilbaketrasket i skogen. Maten hentet jeg oppe på kjøkkenet. Foran peisen satt jeg lange stunder fordypet i gamle tekster om det indre livet og om mennesker som har valgt stille veier.

En dag hadde husfolket lagt ved en liten melkesjokolade i matforsyningene, en av de små fra Freia med et folkeeventyr på innsiden av emballasjen. Jeg har både kjøpt og spist mange av disse og ofte lest eventyret trykket på sjokoladepapiret. Men denne dagen brettet jeg ut papiret skikkelig. Foran en brennende peis i en liten hytte hadde jeg god tid og fant noe nytt, jeg hadde tid til å finne noe nytt. Det fantes nemlig *en brett til* på emballasjen. Innenfor neste brett sto det trykket: «Eventyret venter på innsiden.»

Det kjentes som et vinddrag i ryggen. Eventyret venter på innsiden. Slik er det. Man kan finne mye på utsiden, fantastisk mye, men selve eventyret begynner på innsiden. Og livet på innsiden kan en dag vise seg å ha blitt større enn det som er på utsiden.

Jeg har gjemt på emballasjen. Den ligger på skrivebordet, under den gjennomsiktige skrivebordsmatten, og hver gang jeg løfter opp den bærbare pc-en, blir det tomme melkesjokoladepapiret synlig. En gang iblant tar jeg det fram og ser på det. Ikke fordi jeg har så lyst på melkesjokolade, men fordi jeg har så lyst på eventyret på innsiden. Livet på innsiden er det ingen som kan ta fra oss, men vi kan ødelegge det selv, eller skusle det vekk.

Stillheten er ikke alfa og omega for det indre livet, men den er viktig. Den er ikke den eneste veien, men den er trolig den viktigste veien.

I stillheten finner man rett som det er *en brett til*.

# TIL STILLHETENS FJELL

## ATHOS, EGEERHAVET

*En person som er stille, blir en kilde til nåde for den som lytter.*

Basieios den store (330-379)

Flyet lander i Tessaloniki. Det er sent, siste buss har gått. Jeg finner en drosje som kan ta meg de 120 kilometerne ned til havnebyen Ouranopolis før natten. Temaet for samtalen med sjåføren gir seg selv. Det er ikke vanskelig for Josif å gjette hvilket ærend en utenlandsk mann har i Ouranopolis: Athos, *Det hellige fjellet*.

Mange kaller Athos også for *Stillhetens fjell*. Hver dag kan inntil hundre ortodokse menn og inntil ti ikke-ortodokse menn få innvilget visum til den selvstyrte republikken. Min nye venn, sjåføren, har vært der flere ganger enn han kan huske. Det er tjue klostre på Athos, og han har sovet i alle utenom ett, sier han stolt. Han forteller og forteller, om stillhetens fjell. Det er mørkt, men jeg ser at øynene hans gløder mens vi kjører sørøstover.

Athos, *Det hellige fjellet*, er en halvøy, en smal og frodig landtunge som strekker seg ut i Egeerhavet. Selv om det er fastland, må alle besøkende komme sjøveien. Over land er det ingen adgang. De aller fleste tar båten fra Ouranopolis – *den himmelske byen*.

Om bord er det mange munker. Noen av dem er på vei hjem til det stedet de har bundet seg til for resten av livet. Andre av dem skal bare på besøk til fjellet som ortodokse kristne lengter til. Alle har store skjegg og er kledd i svarte drakter. De ser til forveksling like ut for mine øyne. Vi andre utgjør en mer brokete forsamling. Vi har kun én ting felles: vårt *diaminitrion*, papiret som gir oss adgang til den staten som offisielt heter *Det hellige fjellets autonome monastiske stat*.

Skyene ligger tungt over den langstrakte ryggen, og måkene følger båten. Fra havet får man etter hvert øye på noen spredte bygninger, før de første klostrene omsider kommer til syne; ett her og ett der. Bak klostermurene på Athos lever det to tusen menn.

Båten går i land i havnebyen Dafni. Jeg finner bussen. Den går mot den bitte-lille landsbyen Karyes. Dette er knutepunktet og den eneste byen på Athos. Her er en kirke, et torg, et par matbutikker, en baker, et postkontor og et parlament; her utgjør en leder fra hvert av de tjue klostrene munkerepublikens nasjonalforsamling. Dessuten er det en liten snuplass som fungerer som rutebilstasjon. Minibusser står oppstilt og frakter pilegrimer og munker til og

fra de ulike klostrene.

Herfra er det bare noen minutters gange, forbi bakeren og ut av byen til klosteret Koutoumoulous, der jeg skal sove den første natten. Etter først å ha blitt ignorert av likegyldige munker for deretter å håndtere noen språklige utfordringer, får jeg tildelt en seng i et rom som jeg skal dele med tre menn fra Rhodos. De er vennlige, men de snorker. Det hadde vært bedre om det var omvendt, tenker jeg mens jeg venter på at klokkene skal ringe til morgenbønn klokken tre.

Over sengen henger det et innrammet og kunstferdig skrevet ordtak som fanger inn historien til hundretusenvis av menn som opp gjennom århundrene har søkt seg til dette stedet: «Du må dø før du dør, slik at du ikke dør når du dør.» Hit kommer mennesker for å overvinne sin selvpptatthet og for å la hjertets dypere sjikt gjøre seg gjeldende. Rundt alt dette ligger det en ramme av stillhet.

For noen er Athos en kuriositet, for andre er det provoserende. Mange ser på stedet som et levende museum, men for millioner av mennesker er Det hellige fjellet det viktigste stedet i verden. Ja, for ganske mange er det til og

med som for min drosjesjåfør. Jeg spør hvorfor han kommer tilbake år etter år. Han svarer: «Det er som paradiset.»

Et menneske som har smakt på den store stillheten, vil sannsynligvis ikke slå seg til ro med noe mindre.

Athos ligner ikke på noe. Livet på Det hellige fjellet følger sin egen målestokk. For en vestlig besøkende, fra en kirke som strever med å være i takt med tidsånden, er Athos en kontrast. Her er man ikke opptatt av å følge med i tiden. Tiden og skikkene har stått stille på Athos. Form og farge, lære og liturgi har stått uendret gjennom kriger og millennier. På en annen måte enn i vår kultur innser man fornuftens begrensninger og bøyer seg for mysteriene. Opplysningstiden kom aldri hit.

Og bare for å understreke hvor total annerledesheten er: Her brukes til og med en annen tidsregning. På Athos gjelder den julianske kalenderen.

Dessuten er døgnet annerledes. Dagen er slutt om lag klokken nitten, og den begynner ved tretiden, på det vi kaller natten. Tidspunktet varierer noe fra kloster til kloster, men det er i det store og det hele det samme som foregår. Og dette er selve kjernen, selve den brennende flammen på Athos, for da møtes alle, munk og gjester, til en gudstjeneste som varer i nesten fire timer.

Den andre dagen pakker jeg sekken og vandrer østover, nedover mot havet. Besøkende på Athos får kun bo én natt på hvert sted, og man får ikke utstedt visum for mer enn tre netter.

Mens jeg går gjennom det ville landskapet på sølete grusveier, ser jeg rett som det er små og store boliger for en eller flere munk.

Skyene ligger lavt. I et lite glimt får jeg se selve toppen av Athosfjellet, som strekker seg to tusen meter opp over havet. Veiene er sølete, på de høyeste punktene ligger det snø fra natten tidligere. Ivironklosteret, et av de største klostrene på Athos, kneiser i terrenget nede ved sjøen, og jeg får øye på det lenge før jeg ankommer.

Jeg går gjennom porten og finner det jeg tror må være velkomstområdet, men ikke et skilt antyder at jeg har kommet rett, ikke en munk er å se, men jeg venter. Jeg har tid til det. Omsider kommer munken med ansvar for gjestehuset. Han ser ut til å like oppgaven sin bedre enn hans munkebror fra kvelden før.

Jeg blir tilbudt de lokale spesialitetene som alle gjester blir tilbudt til velkomst i alle klostre på Athos: *loukoumi*, en type søt og ganske stor geleklump rullet i melis, og *ouzo*, en kruttsterk brennevin med smak av lakris.

Jeg får en nøkkel, låser meg inn på rommet, og oppdager at det er et enerom. Og stillheten tar tak i meg.

Før middagen går jeg ut til havnen nedenfor klosteret. Legenden forteller at Maria, Jesu mor, drev i land akkurat her etter en storm ute på det åpne Middelhavet, noen år etter alt det Bibelen forteller om. Hun syntes det hun så her var så overveldende vakkert at hun umiddelbart ba sin sønn om få denne plassen. Legenden forteller videre at en stemme da lød fra himmelen: «Måtte dette stedet for alltid være din eiendom og din urtehage, et paradisi og et tilfluktsted for dem som søker frelse.» Da Athos noen århundrer senere ble befolket av eremitter og munke, ble Guds mor halvøyens ubestridte herskerinne og beskytter – og eneste kvinne i munkenes liv. Ikke siden år 972 har det vært kvinner på Athos.

Fra Ivronbukten går det en sti langs havet, eldgammel og opptråkket av munke, muldyr og moderne pilegrimer. Den slynger seg gjennom tunneler av løvtrær, langs små stup, over strender, til et lite kloster, Stauronikita. Bygningene minner om en borg, og noen vil nok si at det er nettopp slik det er: en borg som vokter stillheten og bønnene. Om det noen gang har vært et sted designet for stillhet, så er jeg her nå.

I klosterporten blir jeg stående et øyeblikk og se meg omkring. Ikke en lyd, annet enn fra fottrinnene til en hund som har fulgt etter meg i en time på høflig avstand. Plutselig står det en sortkledd munk rett ved siden av meg og smiler. Hvor kom han fra? Han inviterer meg inn på gjesterommet og spør om jeg vil ha litt vann. Det er ingen ting jeg heller vil ha. Mens jeg drikker, forteller Fader Paisios sin historie. For noen år siden var han en ung, vellykket advokat i Athen. Han hadde alt, men hadde ikke funnet det han ville ha. Lykken hadde ikke fulgt med verken jobben eller pengene, bilen eller feriereisene, ikke en gang vennskapene. For ti år siden kom han hit i en frihelg, til dette lille klosteret. Øyeblikkelig ble han grepet av det han møtte. Han dro tilbake til Athen og avvirket livet slik han hadde kjent det. Nå ser han på meg med stor ro i blikket: «Om de tilbød meg alle banker i verden, ville jeg sagt: Nei takk! Jobb, penger, ting er uviktig. Det er det enkle livet som gir det meg det eneste som er verdt å ha.» Fader Paisios er fortsatt ganske ung, men nå er han i tillegg lykkelig. Han har funnet stillheten, og han svømmer i den.

Min tredje og siste natt har jeg ingen plan for. I flere uker forsøkte jeg å sende e-poster og ringe til de ulike klostrene, for å høre om det var plass til meg, men ingen svar kom, ingen tok telefonen. Jeg får improvisere.

Jeg går på en minibuss tilbake til Karyes og finner bakeren. Der kjøper jeg et



utvalg av nattens bakst, og på vei ut av bakeriet blir jeg revet med av tre rumenere. De lar meg ikke velge, men drar meg med inn i en bil mot Vatopedi, det aller mest besøkte klosteret på Athos.

Mine nye, rumenske venner er like forventningsfulle som tiåringer på vei til Legoland. Hvert eneste år kommer de tilbake til Athos og særlig til akkurat dette klosteret: «Dette er det viktigste stedet for vår sjel», sier de i munnen på hverandre. «Det er som å bli ladet opp, som et batteri.» De slipper meg ikke før de ser at jeg har fått et rom. Selv stiller de seg bakerst i køen. Noen timer etter kommer en av dem bort til meg og gir meg en pose før han løper av gårde. Den er full av bøker, bilder og kors han ville jeg skulle ha. Jeg gjør en lynrask hoderegning over verdien av alt han har gitt meg, før jeg snur meg for å si at dette var altfor mye. Men han er borte. Jeg rakk ikke en gang å si takk.

Etter måltidet kommer en eldre gresk munk bort til meg i den skumrende klostergården. «Du skal få snakke med fader Matthew», sier han. Munken er usikker på sin egen engelsk og vil gi meg en å snakke med.

Vi finner fader Matthew, en amerikaner som har bodd tjuefem år innenfor disse klostermurene. Bortsett fra drakten, minner mannen mest om en trailersjåfør som har glemt å barbere seg i et halvt liv. Jeg spør om han har tid, og

jeg kjenner meg til bry. Det er som om jeg forstyrrer stillheten han har valgt. Men mens jeg snakker med ham, opplever jeg klostervesenets lakmustest framfor noen: gjestfriheten. Stillhet uten gjestfrihet er lik et tett rom som ikke får luft inn.

Matthew har lagt verden bak seg, men han prøver ikke å stenge den ute. Han gir meg sin tid. Han lytter, lar øynene hvile på meg.

Det er noe jeg vil finne et svar på – om det finnes et svar. Hva kan jeg ta med herfra? Hva kan jeg lære av ham? Jeg – et menneske med huslån og velstand; med et arbeid å gå til og en familie å forsørge. Han – en mann som har valgt å ikke ha familie og ikke eie noe som helst, som lar alle livets detaljer dreies om bønnen og om Gud. Kan en mann som har valgt stillheten i klosteret også ha noe å melde om fellesskapet med andre utenfor murene? Matthew setter skapet på plass: «Ved å ha et eget bønneliv, åpner du deg for det som venter i gudstjenesten. Og ved å feire gudstjeneste, åpner du for ditt eget bønneliv.» Det er alltid en vekslings mellom å tro alene og tro sammen med andre, mellom fellesskapet og stillheten.

Fader Matthew snakker rett fram, som om han snakket om biler eller fortalte en vits: «Det viktigste er å ha et fast bønneliv, med daglig bønn. Stabilitet vil

gjøre noe med deg», sier han. «Snakk med Gud. Fortell ham om livet ditt. Og be gjerne Jesusbønnen.»

Be Jesusbønnen, sier Matthew. Be Jesusbønnen, sier alle jeg snakker med på Athos. Det er dette enkle rådet de gir. Ikke noe hokuspokus, ikke noe: Bli som oss! Bare: Be Jesusbønnen!

Jesusbønnen er ropet som steg opp fra jordens laveste sted. I byen Jeriko satt tiggeren Bartimeus og slyngnet en bønn mot himmelen: «Jesus, ha barmhjerthet med meg!» *Kyrie, eleison!* Etter århundrers bruk, har bønnen fått denne ordlyden: *Herre Jesus Kristus, miskunne deg over meg!* På Athos er dette selve *bønnen*. For mange den eneste bønnen. Og noen ber den hele tiden.

Jeg ble en gang kjent med en mann som hadde levd i stormens øye. Han hadde vært vekkelsespredikant i en av de største menighetene i vår del av verden. På store møter i Amerika og i Afrika hadde han ofte talt til tusener av mennesker på én gang. «Men jeg ble så trøtt av det», sa han til meg. Nå brukte han livet på å hjelpe mennesker inn i stille farvann. Han fortalte at han også brukte Jesusbønnen. En gang hadde han lånt en hytte og ikke gjort noe annet enn å be denne korte bønnen, titusen ganger på en uke. Han hadde holdt

tellingen. Så dro han hjem og ble en hjelper på andres vei innover det indre landskapet.

Det var fra Athos at *hesykasmen* spredte seg; en retning som, kort sagt, skulle gjøre bønnen ett med den bedende. I dette bønnelivet besto ordene av Jesusbønnen alene. Retningen spredte seg ut i verden fra trettenhundretallet av. Ordet *hesykasme* betyr helt enkelt: *stillhet*.

For disse er det så enkelt som dette: Bønnen er en bærer av stillhet. Stillheten er rammen for livet til Matthew og de totusen andre munkene på Det hellige fjellet.

På en måte har Matthew valgt stillheten, men det er likevel ikke nødvendigvis et rolig liv. Det er folk og bråk. Dette ene klosteret alene hadde femti tusen besøkende i fjor, fire hundre mennesker sitter rundt det samme bordet til hvert måltid, og hver dag kommer folk for å snakke med munkene. Likevel hersker det stor stillhet her; man har klart å sette grenser omkring stillheten.

For de fleste, munkes eller trailersjåfører, er livet alltid en blanding. Fader Matthew setter ord på det hele, kanskje både for munkenes og pilegrimenes

del: «Vi ser mer og mer av hvem Gud er. Når vi lever i dette, i stillheten og bønningen, er det som om vi klatrer oppover et høyt fjell og får se mer og mer av utsikten utover. Og fjellet tar aldri slutt.»

I stillheten er det alltid mer: Høyere. Dypere. Videre.

# UNDER OLIVENTRÆRNE

## GETSEMANE, JERUSALEM, ISRAEL

*Naturligvis snakker vi ikke om å avstå fra å tale, men om den indre stillheten, den stillheten som gjenoppretter oss selv og leder oss til et sted der vi får være oss selv og får stå ansikt til ansikt med det vesentlige.*

Enzo Bianchi (1943-)

**J**erusalem, Jerusalem.  
Byenes by ligger der den alltid har ligget: på Sionklippen, midt i en kar-  
rig fjellørken. Der den rager opp, får den oss til å tenke på himmelen –  
og samtidig får den oss til å tenke på det motsatte. Folk har kjempet og dødd  
for denne byen, og den har falt og reist seg med kampene og århundrene.

Som en skogbunn sakte vokser seg høyere av stadig nye års lag med jord og  
humus fra råtnede blader og barnåler, er Jerusalem formet og hevet av erob-  
ringer og maktskifter gjennom alle tider. Murer har falt over murer. Som en  
følge av dette, vil en nysgjerrig pilegrim oppdage at han slett ikke går i Jesu  
fotspor. De brosteinene Jesus fra Nasaret en gang bar sitt kors på, ligger nem-  
lig omtrent ti meter under dagens gatenivå. Ett sted, nær Klagemuren, ble jeg  
vist en trapp som gikk dypt ned, til jeg endelig kunne stå på en liten, bevart  
strekning av den veien som en gang bar skrittene til Guds sønn.

Men det som fremdeles er ved det samme, er at man kan gå ut av byporten og ned i Kedrondalen, der den graver seg ned mellom byen og berget. Det finnes riktignok bilveier og kirker, men landskapet ligger der, og det er ikke vanskelig å forestille seg en annen tid her i dalen.

Ved foten av Oljeberget er det bygget en kirke der det til alle tider har ligget en olivenlund. De eldste trærne befinner seg ved kirken, noen av dem har røtter som strekker seg ned til tiden før Kristus. De samme røttene bar trærne Jesus søkte ly under. Menneskene som så dette, er for lengst døde, men disse trærne står her, som de eneste overlevende vitnene til Jesu liv.

Rett over gaten fra kirken kan man, om man er heldig, bli låst inn i en hage der det står flere trær. Rundt hagen er det murer som holder bilene og de fleste turistene borte.

Jeg låses inn og har en time på meg.

Omtrent her lå stamstedet til Jesus fra Nasaret og vennene hans. Mellom noen trær i nærheten av der jeg står nå, knelte han livredd og fortvilet en torsdags kveld, og det var kanskje akkurat her vennene hans var så trøtte at de ikke orket å holde ham med selskap. Til denne olivenlunden kom et fakkeltog i mørket for å arrestere ham som mange trodde var Messias.

Det var her Jesus pleide å oppsøke stillheten.

Som vi vet, ba Jesus også andre steder og på andre måter, men når alt sto på spill, valgte han denne olivenhagen. Lukas skriver i opptakten til lidelsesfortellingen: «Så gikk han ut og tok veien mot Oljeberget som han pleide, og disiplene fulgte ham. Da han var kommet fram til stedet der ...»

Det var hit han pleide å gå. For Jesus var stillheten og trærne i Getsemane en ramme for det stille stedet i ham selv der livet og døden, skyggene og lyset kunne få et riktigst mulig perspektiv.

Alle trenger et Getsemane. Alle trenger et sted å vende tilbake til når det bryter på.

Men stillheten er ikke bare mild. Den har i seg en del som kan gjøre vondt. Ofte kaller vi den taushet. Getsemane forteller om en slik stillhet.

Jeg leser fra et brev som aldri var ment for mine øyne: «For meg er tausheten og tomheten så stor at jeg ser uten å se og lytter uten å høre, tungen beveger

seg i bønn, men sier ikke noe.»

Hun som skriver dette heter Agnes Gonxha Bojaxhiu. Vi kjenner henne som Mor Teresa. Hun skriver til en nær venn. For noen år siden kom boken *Kom og vær mitt lys* på norsk. Boken er en samling brev hun sendte til nære venner og rådgivere gjennom 66 år, og de overrasket lesere over hele verden da de kom ut. Ord som *tørke*, *mørke* og *ensomhet* går igjen når den store kvinnen beskriver hvordan hun har det. Selv Mor Teresa kjempet med en taus Gud. Siste halvdel av livet hadde hun knapt noen opplevelse av Guds nærvær i det hele tatt.

Fortellingen om Getsemane, er en slik fortelling om Guds stillhet, om en Gud som ikke svarer og ikke griper inn. Et lite døgn etter det som skjedde her, utbryter han fra en høyde innenfor bymurene der oppe: «Min Gud, min Gud, hvorfor har du forlatt meg?» Stillhet igjen.

Jeg går dit opp.

Fra Getsemane gikk Jesu – og nå min – vei opp til byen, gjennom byporten. Derfra velger jeg Via Dolorosa, Lidelsens vei. Ved enden av denne veien står den kirken som kan vurderes på to måter: kirkene i vest kaller den for *Gravkirken*, mens kirken i øst kaller den for *Oppstandelseskirken*. Jeg skulle mange

ganger ønske at jeg tilhørte Østkirken.

Denne kirken er sannsynligvis bygget over den klippen som en gang minnet om en hodeskalle og fikk navn deretter: Golgata. Går man inn i kirken og opp til høyre, kommer man til stedet hvor korsfestelser pleide å skje, og hvor Jesus fra Nasaret ble henrettet mellom to forbrytere mens han lurte på hvorfor Gud hadde forlatt ham. Følger man den naturlige veien og strømmen gjennom kirken, går man ned og kommer et steinkast bortenfor Golgatahøyden til en bitteliten kirke inne i kirken, som en kinesisk eske. Det får meg til å tenke på et overdådig lysthus, eller som en kake skåret i fire stykker; denne kirken er nemlig delt inn i fire kapeller som møtes på midten, med en inngang fra hver sin side. Det var her Josef av Arimateas grav var, det var her den døde Jesus ble lagt en fredag kveld, og det var denne graven som var tom en søndag morgen. Det var altså her livet vant over døden.

Og dermed ble all stillhet badet i et annet lys.

Stillheten er ofte veksten og ventingen før man forstår.

Da krigerkongen Karl den Store fikk høre historien om det som skjedde i Getsemane og på Golgata, da Jesus ble arrestert og senere drept, ble han rasende. «Hadde jeg bare vært der, skulle jeg knust dem med mine legioner», sa

han, 800 år etter at det skjedde. Gud var der, men han gjorde ingen ting. Gud ventet til søndag morgen, og da fikk stillheten mening. Han var nær, og han var stille på samme tid. Det er ikke Gud som er stum. Det er heller ikke jeg som er døv. Men det er sånn Gud er.

Med Bibelens Gud er ofte ting snudd opp ned: Urett møtes med tilgivelse, hat møtes med kjærlighet, forspilte liv møtes med nye muligheter, den siste skal bli den første, tap blir seier, død blir liv, den største skal være alles tjener. Men også dette: å løse problemer er ofte ikke måten å møte dem på.

Mens jeg vender tilbake til oliventrærne i Getsemane, innser jeg at stillheten til syvende og sist er et sted for dypt *fellesskap* med Gud, et fellesskap bortensfor spørsmål og svar. Et menneske vil helst høre et svar, men sannsynligvis er ikke det Guds førsteprioritet. Vi vet egentlig ikke hva Gud ser etter, men jeg tror kanskje Gud ser etter et folk som tror, selv når himmelen er taus.

På tusen bedehus finnes malerier av det som skjedde i Getsemanehagen, men hvor er skitten på knærne? Hvor er smerten ved å ikke bli hørt? De fleste

bildene jeg har sett, viser en Jesus som kneler rakrygget ved en passende stein, kledd i en melkehvit og ren kjortel i måneskinnet. Håret og skjegget ligger velstelt. Men hvor er disharmonien?

I stillheten kommer det ikke alltid svar. Iblant kommer vi ut av den med flekker på knærne og støv i ansiktet, og kanskje ikke så mye annet. Men den som har et Getsemane å gå til, vil kanskje til slutt innse: Gud var her likevel.





HJEMME

## EN LITEN ÅS, SØR I NORGE

*I Guds stillhet kan man være ordløs, stille, uten krav.*

Martin Lønnebo (1930-)

Det finnes et tredje paradoks. Tidlig i denne boken fant vi to av dem: Å skrive om stillhet. Og å lete etter den med fly og hurtigtog. Her er et tredje: Å i det hele tatt reise bort for å finne stillhet.

Der jeg bor, ser det slik ut: Huset er brunt, det står i en hage. I huset er det mange rom. Ofte er det rotete der, noen ganger er det ryddig. I garasjen står det sykler og gressklipper og ganske sjelden en bil. Over garasjen er det et rom hvor jeg skriver disse ordene. I hagen vokser det blomster og ugress. Det ligner på de fleste andre hjem, og det rommer livet mitt. Dette er mitt sted.

Dersom jeg skulle være avhengig av å komme meg vekk til et annet sted for å finne stillhet, har jeg et stort problem. Den som jager fra sted til sted etter stillheten, vil ikke finne den, like lite som man kan finne skatten av gull ved enden av regnbuen. Den vil alltid ligge litt bortenfor, bare litt videre. Skatten er kanskje heller å finne når man *står stille* under regnbuen.

«Veien til evigheten går over gardstunet heime», sa Hans Børli, for å gi ham ordet en aller siste gang. Man *må* ikke til et annet sted.

For å utvinne stillhet, holder det at man begynner å hakke seg ned i det berget man allerede står på. Det går årer av stillhet over alt.

På stedene jeg har fortalt om i denne boken, støter to ulike grupper sammen: De flyktige møter de rotfaste. Folk som meg strømmer til og drar igjen, men stedene holdes oppe av mennesker som har bundet seg fast her. Noen har forpliktet seg og sagt: *Dette er mitt sted. Jeg hører ikke til noen annen plass. Dette er det punktet hvorfra jeg skal bevege verden.* Man har investert livet sitt på én plass.

Ingen steder ville noensinne blitt stillhetsoaser dersom alle var på leting etter å finne dem. Den virkelige og varige stillheten er tilgjengelig for den som forblir.

Likevel tror jeg at det iblant kan være noe å hente, noe å lære, noe å løftes av i møte med andre steder og mennesker. Jeg har reist mange steder for å finne stillhet. Noen av dem har jeg skrevet om her, mange ikke. Men om jeg ikke

kunne ta med noe av det jeg har funnet hjem, ville det være uten annen verdi enn øyeblikkets flukt.

Selv om jeg har reist hit og dit, er jeg sikker på at den stillheten som til syvende og sist er verdt noe, finnes over alt, også rett foran meg, i det vanlige livet mitt. Den er tilgjengelig i alle liv, i alle hjem, rundt alle kjøkkenbord. Om man var nødt til å reise vekk for å finne stillhet, ville det hele vært meningsløst.

Menneskene jeg har møtt og stedene jeg har vært, har blitt merker som peker ut en tydelig vei: tilbake til meg selv. Alt jeg har funnet på reiser ut i verden, har bare vist meg noe som også var tilgjengelig hjemmefra.

IKEA sier det enkelt i et av sine slagord: *Hjemmet er verdens viktigste sted.*

Hjemme har jeg et liv. Når ikke ankeret mitt er der, ender jeg opp med å drive rundt – som lite mer enn en evig gjest.

Vi går rundt i hagen og peker på alt som må gjøres, vi går inne og drømmer om å snu rundt på kjøkkenet. Vi spør: Hvordan kan dette bli det hjemmet vi ønsker? Hvordan kan det ytre bli fint og hensiktsmessig?

Men hjemme er også stedet som utgjør rammen for det meste av det indre livet mitt. Hjemme er også stedet for det store spørsmålet: Hvordan kan vi

fremheve stillheten, slik at vi ikke lever dagene så høylytt at vi ikke får med oss det som er viktig? Hvordan kan dette hjemmet bli en hage hvor det indre livet kan vokse, blomstre, springe ut?

Om jeg ikke velger det, vil det heller ikke skje. Som min første arbeidsgiver, en klok mann i den andre enden av yrkeslivet, sa til meg før jeg begynte i jobben: «Det du ikkje planlegg gjort, vert ikkje gjort.» Stillheten kan planlegges.

Hjemme er mitt sted.

Benedikt av Nursia klinger i bakgrunnen av hele denne lille boken. Avtrykkene han satte var dype, og de har fremdeles ikke grodd igjen. Men det var ikke fordi han gjorde livet lett for folk. Om noen kom til ham og ville gå i kloster, lot han dem banke på en stund, for å se hva motivasjonene var laget av. De første dagene og ukene skulle bestå av vanskeligheter og krenkelser. Vordende munkar skulle møte avvisning og utelukkelse på en måte som i dag virker nesten sadistisk, omtrent som uvennligheten som befalet utviser i de barskeste militærfilmene. Deretter måtte den ene terskelen etter den andre forseres for å riste i stykker idealer og romantiske forestillinger, fram mot den siste hindringen, i regelens femtiåttende kapittel, den store forpliktelsen: «Før han blir mottatt, skal han i alles nærvær i kirken love stabilitet ...» *Stabilitas loci*

har blitt et begrep av stor betydning. Det stabile stedet.

Hva vil det si? En munk avla løfte om å bli værende i det aktuelle klosteret livet ut. Når man avla et løfte for livet, skulle det omfatte eiendomsfellesskap, gudstjenesteliv, fattigdom og sølibat, men også tilhørighet til ett og samme kloster for resten av livet. Man bandt seg fast til en livslang horisont fra samme punkt.

Dette var nytt og en av de store, radikale idéene i Benedikts tenkning. I tidligere tider, i århundrene før Benedikt, hadde munkar snarere levd et omflakkende liv.

Vandrende munkar var utbredt, og de hadde et dårlig rykte. De verken bidro eller skapte noe, men skummet andres fløte. De kaltes *gyrovager*, og så stort var problemet, at Benedikt allerede i regelens aller første kapittel gikk i strupen på dem. «De drar fra sted til sted hele livet, og besøker forskjellige klostre i tre eller fire dager av gangen. De er alltid på vandring, aldri i ro. De er slaver av sin egen vilje og ganens fristelser.» I neste setning: «Det er bedre å tie enn tale om deres elendige vandring.»

Det var noe upålitelig ved gyrovagene, noe så løst at det ikke var noe å bygge på i dem. Den som ikke hører til et sted, er ikke verdt å stole på.

Et menneske behøver stabilitet i flyktighetens tid.

Ved *stabilitas loci* faller sjelen og hjertet til ro. Når valgmulighetene innskrenkes, oppstår det en frihet. Når kroppen er i ro, har sjelen bedre forutsetninger for å følge etter.

Den som velger ett sted, lukker mange dører. I vår tid har *FOMO* nærmest blitt en diagnose: *fear of missing out*, frykten for å gå glipp av noe. Den som binder seg til ett sted, må alltid øve seg på å gå glipp av mye annet, på alle andre steder. Men gjennom stabiliteten vil det åpne seg en stor frihet. Den vil legge seg som en dyp kjøle under båten. Og med denne kjølen kan man seile tryggere, friere, stødigere. Bølgene har ikke like stor makt over oss lenger.

Stillheten er nesten alltid rett rundt hjørnet. Men det er også forstyrrelsene.

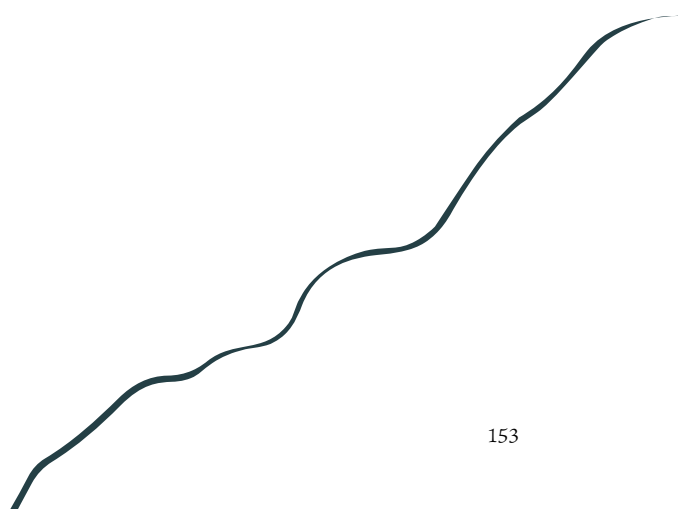
Hjemme er stillheten den konstante salderingsposten. Den haster ikke og lar seg ikke måle i kroner, og den egner seg også dårlig på en sjekkliste over gjøremål på kjøleskapet.

Men jeg gjør noen forsøk. For meg hjelper det med ytre rammer; som en bønn og et ord fra Bibelen, et tent lys, en fast stol å sitte i – en slags ordenning rundt det hele, for tankene flyter konstant rundt, og inntrykkene stopper aldri. Det hjelper også med blanke felter i kalenderen, og jeg øver meg på å ikke å gripe alle muligheter.

Det behøves gjerder rundt stillhetens blomster. Og da vil stillhetens blomster blomstre av seg selv.

«Bevar ordningen, så bevarer ordningen deg», er et av ordene fra Benedikts tradisjon, som fremdeles ligger der som en livbøye femtenhundre år senere. Jeg skriver det om: Bevar stillheten, så skal stillheten bevare deg.

Dermed er denne reisen kommet til veis ende, på samme sted som den begynte, og jeg lander i et siste paradoks: Stillheten finner jeg hjemme, og i stillheten finner jeg et hjem.





## KILDELISTE HENVISNINGER

## KILDELISTE

- Bibelen, *Bibel 2011*, Det Norske Bibelselskap.
- Tidsskriften Pilgrim. Sturefors, 1/2010.
- Hjalmar Ekström. *Den fördolda verkstaden* (Skellefteå: Bokförlaget Artos, 2003).
- Hans Børli. *Samlede dikt* (Oslo: H. Aschehoug & Co, 1995).  
© Beathe Kristin Børli Karterud
- Ray Simpson. *Veimerker* (Oslo: Verbum Forlag, 2008).
- Sebastian Brock. *Det upplysta ögat. Världen sedd genom den helige Efraim syriern* (Södertälje: Anastasis Media, 2007).
- Benedikt av Nursia. *St. Benedikts regel* (Follese: Efram Forlag, 2009).
- Ekumeniska Kommuniteten i Bjärka-Säby. *Regel* (Sturefors: Ekumeniska Kommuniteten i Bjärka-Säby, 2011).
- Steven Pressfield. *The war on art* (New York: Black Irish Entertainment LLC, 2012).
- Enzo Bianchi. *Ord av spiritualitet* (Skellefteå: Artos & Norma Bokförlag, 2007).
- R. S. Thomas. *Counterpoint* (Hexham: Bloodaxe Books, 1990).
- Per Beskow. *Ökenfädernas tänkespråk* (Storuman: Artos 1982).
- Athanasios av Alexandria. *Antonios liv* (Skellefteå: Artos Bokförlag, 1991).

- Martin Lönnebo. *Kristuskransen* (Oslo: Verbum Forlag, 2000).
- William Dalrymple. *I skyggen av Bysants* (Oslo: H. Aschehoug & Co, 2000).
- Anne Margrethe Mandt og Håkan Berg. *Raus rasteplass* (Son: Kom Forlag, 2009).
- J. R. R. Tolkien. *Ringenes Herre* (Oslo: Tiden Norsk Forlag, 1999).
- Sven H. Gullman. *Athos. Det heliga berget* (Skellefteå: Artos & Norma Bokförlag, 2004).
- Wilfrid Stinissen. *Göm dig vid bäcken Kerit: Livet i Karmel* (Skellefteå: Artos & Norma Bokförlag, 2010).

## HENVISNINGER

- s. 7: Hjalmar Ekström. *Den fördolda verkstaden* (Skellefteå: Bokförlaget Artos, 2003), 7.
- s. 7–10: Tidsskriften Pilgrim. Sturefors, 1/2010, 40–46.
- s. 10–13: Hans Børli. *Samlede dikt* (Oslo: H. Aschehoug & Co, 1995), 204, 149, 371, 245, 267.
- s. 10: Lukas 10,38–42.
- s. 13: Salmenes bok 46,11.
- s. 15: Enzo Bianchi. *Ord av spiritualitet* (Skellefteå: Artos & Norma Bokförlag, 2007), 109.

- s. 15: Ray Simpson. *Veimerker* (Oslo, Verbum Forlag, 2008), 19.
- s. 15: Tidsskriften Pilgrim. Sturefors, 1/2010, 22.
- s. 16: Lukas 15,11–32.
- s. 20: Første Kongebok 19,11–12.
- s. 20: Tidsskriften Pilgrim. Sturefors, 1/2010, 18.
- s. 22: Sebastian Brock. *Det opplysta ögat. Världen sedd genom den helige Efraim syriern* (Södertälje: Anastasis Media, 2007), 9–11.
- s. 26: forfatterens oversettelse fra den svenske utgaven av Dom Helder Camaras hymne. Tidsskriften Pilgrim. Sturefors, 1/2010, 27.
- s. 27: Steven Pressfield. *The war on art* (New York: Black Irish Entertainment LLC, 2012).
- s. 29: Ekumeniska Kommuniteten i Bjärka-Säby. *Regel* (Sturefors: Ekumeniska Kommuniteten i Bjärka-Säby, 2011), 14.
- s. 30: R. S. Thomas. *Counterpoint* (Hexham: Bloodaxe Books, 1990), oversatt av Hans Johan Sagrusten for denne boken.
- s. 30: Enzo Bianchi. *Ord av spiritualitet* (Skellefteå: Artos & Norma Bokförlag, 2007), 7.
- s. 31: Tidsskriften Pilgrim. Sturefors, 1/2010, 18.
- s. 32: Markus 6,30–44.
- s. 34: Red. Per Beskow. *Ökenfädernas tänkespråk* (Storuman: Artos 1982), 70.
- s. 35: William Dalrymple. *I skyggen av Bysants* (Oslo: H. Aschehoug & Co, 2000), 66.
- s. 36: Martin Lönnebo. *Kristuskransen* (Oslo: Verbum Forlag, 2000), 22.
- s. 36: Athanasios av Alexandria. *Antonios liv* (Skellefteå: Artos Bokförlag, 1991), 105.
- s. 40: Intervju med Olga Lehmann i avisen Vårt Land, 25. oktober 2017.
- s. 41: Jesaja 30,15.
- s. 41: J. R. R. Tolkien. *Ringenes Herre* (Oslo: Tiden Norsk Forlag, 1999), 138.
- s. 43: Sven H. Gullman. *Athos. Det heliga berget* (Skellefteå: Artos & Norma Bokförlag, 2004), 12ff.
- s. 43: Enzo Bianchi. *Ord av spiritualitet* (Skellefteå: Artos & Norma Bokförlag, 2007), 110.
- s. 48: Enzo Bianchi. *Ord av spiritualitet* (Skellefteå: Artos & Norma Bokförlag, 2007), 109.
- s. 49: Lukas 22,39.
- s. 49: Mor Teresa/Brian Kolodiejchuk MC (red.). *Kom og vær mitt lys* (Oslo: Luther Forlag, 2008).
- s. 51: Hans Børli. *Samlede dikt* (Oslo: H. Aschehoug & Co, 1995).
- s. 52: Benedikt av Nursia. *St. Benedikts regel* (Follese: Efreml Forlag, 2009), 61 og 116–117.



