

## Minnesanteckningar\_ht18m3 (20181015)

Terminens tredje samtal. För någon tid sedan hade SVD några artiklar som handlade om bönen som ett slags mentalt verktyg, som skulle kunna jämföras med typ rogivande friskvård. Jag hittade artikelserien när jag googlade på ”sekulär bön”. Rubriken för en artikel var **Tro på Gud? Nej, men lite bön kan väl inte skada**. Det blev också temat för första delen av kvällens samtal.

Deltagarnas erfarenheter och känslor inför begreppet bön varierade stort; alltifrån jag borde be mera och bönen känns som en naturlig del för mig till en meningslös ramsa och jag blir ibland illa berörd och läser ogärna med i Fader Vår.

Flera av oss hade en frikyrklig bakgrund där tron på Gud kunde kännas påtvingad. Många ritualer som förknippades med den miljön, däribland bön, blev därför något man tog avstånd ifrån. (Att sjunga lovsånger och psalmer uppfattades dock ändå som positivt; det finns ju så mycket vacker sakral musik)

Vi talade om vad bönen egentligen är; en lovprisning/tacksägelse eller en önskan/begäran. Måste man tro på en Gud och ha en högre makt i åtanke när man ber? Inte nödvändigtvis! Svenskarnas tro på ”nånting” var också tydligt representerat i vår grupp. Vi kunde förstå, och flera av oss vittnade också om bönen som kontemplativt redskap, t ex i ett kyrkorum. Vi går ofta in i kyrkor när vi är på resa och tänds ett ljus för levande och döda – var det någon som sa. Någon annan vittnade om behovet av att tala med sin avlidne förälder vid graven. Är det kanske också någon form av bön?

Sett ur ett mer evolutionärt perspektiv kom också frågan upp, Varför skapar sig människan Gudar? Varför har vi behov och vill åkalla en högre makt genom bön? En förklaring som gavs i SVD´s artikelserie om kopplingen mellan bönen och anknytningsteorin uppfattades vi som plausibel. Alltså att man vänder sig till omvårdnaden, föräldern, Guden för att tanka trygghet.

Det finns mindre tilltalande delar i den kristna bönen tyckte vi också, typ ”man ska bära sitt ok” och ”jag fattig syndig människa” och att man ber om förlåtelse för något som man inte alls känner sig skyldig till.

Det som skulle bäst skulle kunna vara ett uttryck för ”sekulär bön” är kanske den buddistiska meditationen.

Trots gemensam uppväxt blev min och min brors vägar genom livet helt annorlunda; han såg naturligt på döden och kände därigenom att han var på väg till sin far (alltså Gud) – uttryckte någon.

Bordsbönen ”Gode Gud välsigna maten. Amen” var en rabbelstrof för många av oss som barn. För min del kan jag se värdet av ett lugn och tystnad före måltiden, som inte behövde innebära någon åkallan till Gud. Jag lanserade en egen variant:

*”Låt oss vara uppmärksamma på alla som hungriga och törstiga lider nöd. Vi ska vara tacksamma att vi sitter här i trygg gemenskap och tar del av det överflöd som jorden ger oss. Vi vill gärna hushålla med resurserna på rätt sätt så att vi kan äta oss mätta och dricka oss otörstiga både idag och i morgon. Låt oss maten väl smaka.”* - Ja den kan vi ställa upp på sa någon.

Avslutningsvis nämndes att människors förhållningssätt till varandra är viktigare än vårt förhållande till någon högre makt. Men samtidigt behöver vi slänga ut barnet (bönen) med badvattnet (Gudstro).

Kvällens andra tema var Triggning, särskilt det som sker vid högre lärosäten. En artikel i tidskriften Axess, Håll världen på avstånd av Brendan O'Neill diskuterade vi kring. Författarens tes var att studenter som blir triggade av obehagliga tankar och ord och därför skyddas för sådant är av ondo. Det skjuter upp vuxenlivet om man inte klarar av att hantera sådana uttryck emotionellt.

I princip var nog de flesta eniga om detta även om författaren hade en nedlåtande och raljerande ton. Vi jämförde också med överkänslighet på andra områden och fann likheter, t ex allergier, el- och strålningskänslighet. Varför är inte fransmän känsliga för parfymer? är något man kan fundera över.

Det är så många i Sverige som är överkänsliga nu för tiden. Nästan som att det blir ett uttryck för att få uppmärksamhet eller stoltserande i känslighet. Den som uttrycker en sådan känslighet blir samtidigt väldigt fokuserad på sig själv och kan glömma bort hänsynen till andra i sammanhanget. För överkänsliga personer kan det ibland slå över till att andra, samhället, ska ta hänsyn till just mig. Och förbiser då det egna ansvaret att försöka anpassa sig så gott går till rådande situation. Eget ansvar och samhällsansvar är en avgörande fråga i vår tid – inte bara när det gäller överkänslighet. En aspekt i sammanhanget är hur vi övriga ska förhålla oss till som uppfattar överdrivet överkänsliga personer. Det blir en social balansgång där vi får akta oss för att förstärka beteendet genom fokus därpå och samtidigt ha en tillräckligt respektfull attityd.

Vid nästa samtalstillfälle, 29 oktober:

A-L: Liv efter döden och

M: Vårt liv på jorden omöjligt utan naturen

/Per-Johan