

agapenyt

Nummer 2 2011

agape 
når livet gør ondt

Skæld ud på Gud

Gud sættes på pinebænken

Hjælpeløshedens erkendelse

Sådan reagerer vi i krisen

Gud, hvad er du for én?



agape

Agape ønsker på folkekirkelig grund at hjælpe mennesker, som oplever livet problematisk og at inspirere menigheder og fællesskaber til diakoni i praksis. Dette sker ved at samle og servicere frivillige grupper samt via terapi, foredrag, kurser, rådgivning og sjælesorg.

Agape har navn efter det græske ord for kærlighed, og diakoni er det græske ord for tjeneste.

Der er seks ansatte og ca 100 frivillige beskæftiget i Agape.

Se alt om Agape på agape.dk

Medlemskontingent:

Enkeltmedlemmer.....225 kr.

Par.....350 kr.

Studerende/unge under 22.....175 kr.

bladet

AgapeNyt udgives af Foreningen Agape og udkommer fem gange årligt. Næste gang medio juni 2011.

Redaktion:

Landsleder Torben Jensen (ansv.)

Lisbeth Benthin Plougmann

Martin Skipper

Layout:

Informationsmedarbejder Martin Skipper

skipper@agape.dk

Tryk:

Lavpristrykkeriet, Århus

lavpristrykkeriet.dk

Oplag: 3700 stk.

ISSN: 0909-6167

telefonrådgivning

Psyktrolinien er åben hver dag 19-22 på tlf. 2480 3022

Læs mere på psyktro.dk

parrådgivning

Hjælp til alle parforhold på parvis.dk.

sekretariat

Agapes sekretariat tager imod alle henvendelser og kan henvise til en autoriseret psykolog ved spørgsmål om terapi og behandling.

Foreningen Agape

Bredhøjsvinget 1

8600 Silkeborg

T 8680 6022 / sekretariat@agape.dk

Telefontider: mandag - torsdag: 9-15, fredag: 10-14

CVR nummer 18191288

Bankkonto 6190 0003562409

Girokorttype: 73 Kreditnummer 82415653

ansatte

Landsleder Torben Jensen

torben.agape@gmail.com

T 2814 2806

Sekretær Signe Lavdal

sekretariat@agape.dk

T 8680 6022

Informationsmedarbejder Martin Skipper

skipper@agape.dk

T 8680 6022 / 2945 2104 (mobil)

Psykolog, aut. Ole Rabjerg

ole@agape.dk

T 8680 6022

Træffetid: Man - tors: 8 - 8.30

Psykolog Aida Hougaard Andersen

aida@agape.dk

T 8680 6022

Træffetid: Tirs - tors: 13 - 13.30

Fritidsansat Steen Palmqvist

palmqvists@gmail.com

T 8649 4525 el. 2616 8090

bestyrelse

Se oplysninger om bestyrelsen på agape.dk

Formand Steen Møller Laursen / familiekonsulent / Videbæk

Næstformand Poul Helgesen / afdelingschef / Lindved

Kasserer Niels L Eriksen / økonom / Aarhus

Sekretær Ellen Brokhøj / lærer / Holstebro

Heine Holmgaard / sognepræst / Løgumkloster

Herdis Mikkelsen / sygeplejerske / Aarhus

Alice Fuglsang Ambrosen / diakon, afd. leder / Holstebro

Maria Virhøj / psykolog / Aarhus

Forsidefoto: sxc.hu





Landsleder Torben Jensen

Kontrol over tilværelsen

Vi mennesker er tilbøjelige til at kræve kontrol over livet. Vi kræver, at der er styr på årsag og virkning, når livet gør ondt. Det krav opfylder Gud ikke. Vi vil gerne tilslutte os denne sanglinje: "Jeg er i Herrens hænder i alt, som med mig sker". I hvert fald så længe, "det, som med mig sker" er noget behageligt. Hvis det er os selv, der oplever ulykken eller sygdommen, skilsmissem eller den lange depression, så får det unægteligt et mere smerteligt aspekt at synge med på denne sang. For hvor blev meningen og sammenhængen nu af? Var jeg alligevel ikke tryk i Herrens hænder? Lidelsen kommer jo ofte på trods af forbøn, tro og tillid. Enhver snak om årsag og forklaringer giver ikke mening, og dermed er al følelse af kontrol over livet helt fordampet og væk. Kun tomheden er tilbage.

I Bibelens kendte lidelses-fortælling siger Job:
"hvad er et menneske, at du agter ham højt
og retter din opmærksomhed mod ham,
når du hver morgen straffer ham
og hvert øjeblik sender ham prøvelser?"
Jobs Bog 7,17

Tro og skæld ud

I nogle situationer kan det delvist forklares, hvorfor det gik så galt, i andre kan det slet ikke. Men afmagtsfølelsen over for al den lidelse, der får os til at råbe til Gud og skælde ud på ham, udspringer fra dette ene og samme grundspørgsmål: HVORFOR kom det onde og lidelsen med i verden? Og det får vi aldrig svar på.

“ Det er så godt, at de mennesker, som er glade og mærker Gud tæt på, tilbeder, takker og beder. Det skal de da! Jeg er så bare uheldigvis faldet i den anden kategori. Gud vandrer foran de udvalgte i en ildsøjle, og så må vi filistre ellers plaske rundt på de 70.000 favne, vi tidligere har pralet med, vi er sprunget ud på. ”

Læs hele Elisabeth Hartmans artikel side 8.

Der er en, der har overblikket, alle svarene og ansvaret. Og det er Gud. Han, som på én gang er uendelig fjern og ganske nær. En fjern Gud, vi kan relatere os til i tro, og en nær Gud, vi kan skælde ud på. Forklaringen får vi ikke, vi må nøjes med at tro og skælde ud. Tro på det overblik, vi aldrig selv kan få - at det eksisterer. Tro på de svar, vi aldrig selv får at høre - at de findes hos Gud. Og tro på, at det overordnede ansvar, som vi hverken har myndighed eller visdom til at gøre noget ved - alligevel bliver varetaget af ham. Og vi må godt skælde ud på Gud. Han lægger gerne øre til, at vi sætter ord på smerten. Han kan tage det. Han vil godt tage imod, når vi desperat har brug for et sted at placere det ubærlige. På trods af alle de ubesvarede spørgsmål holder han ikke op med at elske os og tale til os gennem sin søn, Jesus.

Personalenyt



Et farvel til diakonikonsulent Egon Madsen

Den 14. februar 2011 var sidste arbejdsdag i Agape for Egon Madsen.

Han har i to et halvt år været ansat i en projektstilling som diakonikonsulent i Agape. Vi vil savne ham både som kollega og som medarbejder på Agapes diakonale sag. Egon siger: Tak for et fantastisk samarbejde med rigtig mange frivillige i Agape. Det har været spændende af være i så forskelligartede miljøer, kirker og foreninger i dansk kirkeliv. Og det

har været rigtig bredt. Tak til alle der har brugt mig. Jeg håber I fortsat vil gøre brug af Agapes mange ekspertiser.

Egon er nu ansat som leder af Fredericia Sømandshjem og Hotel.

Tak til praktikant

Lisbeth Benthin Plougmann, som var praktikant hos Agape i feb-marts 2011, har bidraget væsentligt med artikler og redaktion i forbindelse med dette blad.



Gud sættes på pinebænken



Kirsten Larsen på 22 år er bosat i Aarhus og læser medievidenskab på Aarhus Universitet.

Kirsten havde levet flere år i en tung depression, men der begyndte at være lys forude. Dog skulle lyset ikke få lov at skinne igennem; som 20-årig fik Kirsten besked om, at hendes mor var uhelbredeligt syg af kræft. Herefter fulgte nogle hårde år med et langt sygdomsforløb. Kirstens mor fik fred for sygdommen og døde i efteråret 2010.

Men har freden også sænket sig mellem Kirsten og Gud?

Af Lisbeth Benthin Plougmann

I starten af sin gymnasietid får Kirsten konstateret en depression, som fratager hende al umiddelbar glæde og efterlader hende i et stort sort hul, hvor hun oplever, at der opstår, hvad hun kalder "en ulmende vrede mod livet". Hun er opvokset i et kristent hjem, og som teenager nærrede hun et stort ønske om, at troen ville blive personlig for hende. Den proces skulle vise sig at blive lang, hård og uforståelig.

Hun fortæller, hvordan hendes tro blev sat på prøve – også i forhold til psykologers behandling af depressionen:

"Jeg synes, jeg har haft nogle lidt trælse oplevelser med både kristne og ikke-kristne psykologer. De ikke-kristne mener jo, at hele ens tro er en stor del af grunden til, at man har det skidt - der er så mange ting, man skal leve op til. De kristne derimod "spiller" på, at hvor er det godt, at vi kan lægge alt over til Jesus og læse Salme 139 hver dag og dermed få mere selvtillid og glæde ved livet."

Udmeldingen omkring Salme 139 irriterer Kirsten meget, for hun oplever ikke, at ordene gav hende den beskrevne tryghed, så hun kunne hvile hos Gud.

Skyldfølelse

Da Kirstens mor begynder at vise tegn på sygdom, som i første omgang bliver betegnet som stress og mavesår, er Kirsten sikker på, hun bærer skylden på grund af sin depression, der har taget hårdt på hele familien. Skyldfølelsen vokser, alt imens familie og venner forsøger at forklare hende, at sådan hænger det ikke sammen. Langsomt erkender hun, at det er Gud, der har tilladt sygdommen, som viser sig at være uhelbredelig kræft.

"Det gjorde mig vred - hvad skulle jeg bruge Gud til? Fra den ene dag til den anden holder jeg op med at bede Fadervor. Som straf for det, han gør eller ikke gør, vil jeg ikke have noget med ham at gøre... Det viser sig dog hurtigt, at det er mig, der vender ham ryggen og ikke ham, der vender mig ryggen."

Hun kan nu se, hvordan reaktionen var et forsøg på at holde Gud på pinebænken – en menneskelig reaktion, som i andre relationer kan skabe splittelse, men Gud lod sig ikke gå på af denne reaktion. Sådan forklarer Kirsten, hvordan hun i første omgang forholdt sig til sin vrede mod Gud. En vrede, som var

tæt forbundet med en dyb sorg ved tanken om, at hun i en alt for tidlig alder skulle sige farvel til sin elskede mor.



modelfoto

Vredesudbrud

I efteråret 2010 bliver Gud ikke kun sat på pinebænken, men Kirsten går rundt ved Vesterhavet og råber og skriger til Gud. Hendes mor ligger på det tidspunkt på hospice, og sorgen og vreden er u håndterlig for Kirsten, hvilket får hende til at skriges til Gud i afmagt. Hun har svært ved at sætte ord på, hvad det gjorde ved hende at skælde ud – men det hjalp hende at kunne give Gud den skyld, som hun selv havde båret rundt på. Hun forklarer også, hvordan hendes skrigeri var et resultat af afmagt:

"I flere måneder har forbindelsen mellem min familie, vores omgangskreds og Gud været rødglødende, og der skete alligevel ikke noget – så hvad skulle vi gøre? For mig var det den sidste udvej; jeg kunne ikke mere"

Ydmyghed overfor Guds almagt

I oktober måtte familien sige det sidste farvel til Kirstens mor. Hun er stadig præget af uforståenhed over, at hun så tidligt skulle sige farvel til sin mor. Kirsten fortæller, hun har svært ved at forstå, at Gud brugte sin almagt på denne måde, men hun bøjer sig for den og er på den måde blevet knyttet tættere til Ham:

"Det skal ikke lyde som en solstråle historie, for jeg er stadig vred, men i små glimt får jeg dog lov til at mærke ham igennem venner og kirken."

Hjælpeledsheden erkendelse



Sebastian Kastrup er 22 år, bor i Aarhus og studerer på Handelshøjskolen.

I vinteren 2007 tog Sebastian glad af sted på skiferie sammen med sine gymnasiekammerater. Det var hans livs første skitur, og der var sommerfugle i maven ved udsigt til en uge op og ned af skiløjperne i Østrig. Sommerfuglen blev dog hurtigt afløst af noget helt andet. Sebastian overvurderede sine evner og kom uheldigt ud af et hop, hvilket resulterede i en brækket ryg og mange måneder i sengen.

Af Lisbeth Benthin Plougmann

Ulykken skete, da han efter nogle få dage sætter ned af en stejl bakke, rammer et hul og flyver ud over et hop, hvorefter landingen uheldigvis sker på en stor sten. Sebastian var nybegynder på ski, og det var meningen, at det var én af de mere erfarne skiløbere, der skulle tage turen først, men hun ramte bakken forkert, så Sebastian tog turen som den første. Omstændigheder, der i måneder efter ulykken fik Sebastian til at skælde ud på Gud. Han siger:

”Jeg har bebrejdet Gud – men det har været for min egen skyld; fordi der ikke har været andre at bebrejde. Og i det her tilfælde synes jeg ikke, det var i orden at bebrejde Gud – for han hjalp mig. Men jeg gjorde det i selvforsvar, og det er forløsende at have en anden end sig selv at skælde ud på.”

Taknemmelighed

Fire år efter Sebastians voldsomme styrt i Østrig, sætter han her ord på, hvilken indflydelse den lange sygdomsperiode har haft på hans opfattelse af Gud og hans almagt.

Han fortæller, hvordan han i første omgang mest af alt blev sur på sig selv, fordi han var overmodig på de østrigske skiløjper og var Gud taknemmelig for, at Han holdt hånden under ham, så ulykken ikke kostede ham forligheden:

”Selv om det var hårdt, og jeg var nede, som jeg aldrig har været nede før, så vidste jeg også, at Han ville være nær ved mig. På én eller anden måde gik det op for mig, hvor stor hans almagt er – på et splitsekund – i det jeg fejler, går han ind og holder hånden under mig. Det er nok én af de første gange, jeg har oplevet Gud på så nært hold!”

Stormene gør os til smukkere blomster

I løbet af de fire år er Sebastian blevet opereret tre gange, og hver gang har det medført, at han har været tvunget til at skulle have hjælp til de mest almindelige hverdagsting. I efteråret 2010 gennemgik han en kosmetisk operation for at rette arret, som ikke har helet pænt de forrige gange. Forventningerne om, at arret denne gang kunne blive pænt uden alt for meget besvær, var store, men de forventninger blev gjort til skamme, da lægerne måtte konkludere, at Sebastian ikke kunne tåle den tråd, de havde syet ham med.

Sebastian understreger selv, at frustrationerne ikke er altoverskyggende:

”Jeg har det så godt på mange andre punkter. Kirk Franklin har skrevet en sang, hvor han siger, at stor-



mene er til for at gøre os til smukkere blomster. Det har været hårdt – også nu, selv om jeg ikke længere har ondt! Jeg har også mine øjeblikke, hvor jeg fortæller Gud, at jeg er træt af det og beder ham om at hele arret hurtigere. Men jeg ved, han har styr på, hvor han gerne vil have mig hen. Så jeg har ikke brug for at skælde ud på ham længere. For mig hjælper det ikke noget at gå og fokusere på det. Jeg bliver mere sur på Gud, når der sker dårlige ting for andre mennesker – for da kan jeg ikke gøre hverken fra eller til, og jeg ved ikke, hvordan de har det inderst inde. I de tilfælde råber jeg til Gud for at tvinge ham til at gribe ind.”

Ulykken i Østrig har ganske vist ført til bebrejdelse og skæld ud på Gud, men Sebastian fortæller, at det også blev et skillepunkt i hans forhold til Gud; først da han lå hjælpeløs i sengen, kom han til erkendelsen af, at han havde brug for Gud.

psykologen:

Sådan reagerer vi i krisen

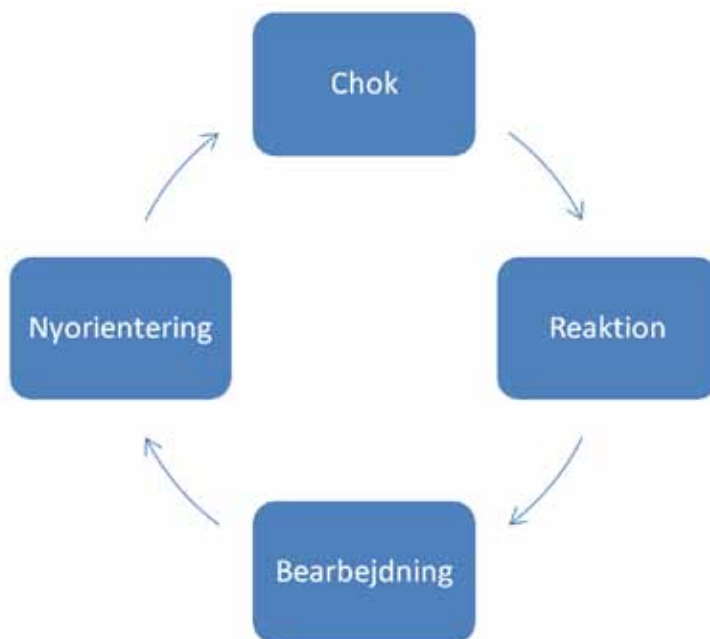


Aida er cand.psych fra Århus Universitet 2004. Hun er ansat hos Agape, hvor hun tilbyder individuel behandling og parterapi til de fleste former for kriser, herunder depression, angst, selvmordstanker, lavt selvværd, stress og sorg.

Sygdom og død kan gøre livet vanskeligt for os og true både eksistens og relationer. Det er et menneskeligt vilkår. Artiklen sætter fokus på, hvordan vi reagerer i krise, herunder hvordan "vrede rettet mod Gud" anskues ud fra religionspsykologisk forskning. Det kan måske hjælpe os til at forstå os selv og hinanden bedre. Vi kan ikke fjerne lidelsen fra jorden, men vi kan turde stå ved og stå ved siden af.

Af Aida Hougaard Andersen

Hvordan reagerer vi, når vi møder de tunge ting i livet? Selvom vi altid vil reagere individuelt, er der også nogle generelle træk, når mennesker er i krise. Der har tidligere været en tendens til at tænke krisereaktioner i meget firkantede forløb, hvor man skulle igennem bestemte faser i den rigtige rækkefølge for at komme godt igennem. Ifølge nyere forskning i, hvordan mennesker rent faktisk oplever det at være i og komme igennem en krise, passer den gamle fasemodel ikke helt til virkeligheden. Det ser mere ud til, at vi reagerer som vist i nedenstående model



Model for krisereaktioner

Modellen illustrerer en cirkulær og fortløbende proces i modsætning til den gamle lineære model med start og sluttidspunkt.

Chokket kommer, når man hører og finder ud af det, der er sket. For eksempel ved den første meddelelse om, at ens ægtefælle er død, men det kan også komme senere, hvor man bliver chokeret over oplevelsen af at være alene. Mange beskriver det som en uvirkelighedsoplevelse, hvor man nok hører budskabet, og forstår det i tankerne, men ikke reagerer følelsesmæssigt. Dette er psykens måde at beskytte os på, så vi i første omgang bedre kan koncentrere os om at handle bedst muligt. Kropligt kan man reagere med svimmelhed,

hjerterebanken, kuldegysninger og lignende.

Reaktionerne er der, hvor det mere går op for os, hvad der er sket, og hvor vi begynder at tage den frygtelige virkelighed ind i bidder. Reaktionerne kan være smerte, længsel, savn, trodsighed, indadvendthed, koncentrations- og hukommelsesvanskeligheder, selvbebrejdelser eller skyldfølelser, genoplevelser af det skete, søvnforstyrrelser, manglende evne til at tage beslutninger, kropslige plager (nedsat immunforsvar, hovedpine, uro), angst og øget sårbarhed, irritation og vrede.

I bearbejdningen forsøger vi at komme overens med situationen og på en eller anden måde forholde os til det, der er sket. Det kan gøres via gåture, samtaler, dagbogsskrivning, projektarbejde, terapi og meget andet.

Nyorienteringen er der, hvor vi igen løfter blikket, ser ud mod verden og kan tage livets opgaver og gaver til os. Dette forudsætter som regel, at det vanskelige i en eller anden grad er bearbejdet og dermed integreret på en meningsfuld måde i vores livshistorie.

Respektér forskellighed

I starten vil man det meste af tiden arbejde med chok og reaktionsoplevelser og derefter fortsat opleve reaktionerne samtidig med at bearbejdningen begynder. Med tiden vil man begynde forsigtigt at "kigge ud" for efterhånden at kunne møde omverdenen igen med mod og smil. Der er altså snarere tale om forskellige processer i krisens forløb end bestemte faser. Man skal ikke befinde sig et bestemt sted i cirklens (se modellen) på et bestemt tidspunkt, men kan

måske mærke noget fra alle fire processer i længere tid. Det handler om at finde sin vej gennem krisen i sit eget tempo.

Det er ikke sådan, at alle skal igennem bestemte følelser af sorg eller vrede. Det vil være forkert at forvente, at vi som mennesker skal reagere ens. Ligeledes er der stor forskel på, hvor lang tid det tunge fylder i hverdagen. Når vi møder hinanden i sorg eller krise, må vi altså være opmærksomme på ikke at presse en bestemt teori ned over hovedet på hinanden. Det vil ofte opleves krænkende og uempatisk. I stedet kan vi lytte til den andens livsberetning og forholdemåde, for at den anden oplever sig set og hørt.



Når vi oplever tab, stilles vi ofte overfor eksistentielle udfordringer. Fundamentet under os er revet væk, og vi står ramte og skal forsøge at finde fast grund under fødderne igen. Det tager tid at få dannet et nyt billede af verden, som vi kan leve i og med. De store spørgsmål i livet kan mase sig på. Vi konfronteres i en eller anden grad med, at ting her i livet ikke er fordelt efter retfærdighedsprincippet hverken de hårde eller de gode ting. Og det er også denne smerte, der udfordrer os, nemlig smerten over det meningsløse.

Vrede mod Gud

Religionspsykologisk forskning viser, at når krisen rammer, kan tro både styrke og svække den psykiske robusthed. Troen kan udgøre en negativ ressource i retning af øget stress og nedsat selvværd, hvis sygdom og lidelse tolkes som Guds straf og Gud ses som den dømmende i krisesammenhængen. Det kan være vældig hårdt oveni lidelsen at gå med forestillinger om, at jeg er særlig skyldig og udset til Vorherres vrede og straf.

Modsat har man også fundet, at det er forbundet med psykisk stabilitet, livskvalitet og øget livslængde, når Gud ses som den, der går med ind i lidelsen, og hvor troen bliver en kilde til håb. Umiddelbart vil man altså i religionspsykologisk sammenhæng opfatte "vrede mod Gud" som en u hensigtsmæssig religiøs håndtering. Forskningsmæssigt ses nemlig nogle negative virkninger af det at rette sin vrede mod Gud som fx *et dårligere helbred og større psykisk lidelse*. Dette er fundet ved sammenligning med mennesker, hvor vreden

ikke fylder og som derfor i højere grad oplever troen som et sted, hvor de kan hente styrke og håb ind i krisen. Hertil kan man indvende, at det ikke kan undre, at det er forbundet med større psykisk velbefindende, hvis man i en krise har fokus på Guds kærlighed og omsorg, end hvis man tynges af frustrationer og vrede.

Samtidig viser den religionspsykologiske forskning også, at bønner til Gud er en af de væsentligste, og mest udbredte ressourcer i håndteringen af en krise, og der er fundet positive virkninger af troen på, at Gud har ansvaret, uanset hvad der sker. Generelt vil man psykologisk set forbinde det med højere selvværd, at vi ikke bare tillægger os selv ansvaret for vanskelighederne i livet, men retter det mod et sted udenfor os selv.

En forsigtig konklusion herpå må derfor være, at når vreden opstår, er der positive virkninger ved det at have et sted at rette sin vrede hen frem for at tillægge sig selv skylden. Desuden kan man pege på, at det er en ressource i arbejdet med vreden over lidelsen, at man henvender sig til Gud, sådan som man nu har det og altså også med sin vrede. Og at det på sigt er det sundeste både for krop og psyke at kunne slippe vreden.

Referencer

N. C. Hvidt: Tro og helbred, Teologiske perspektiver på religiøs coping. Tidsskrift for Forskning i Sygdom og Samfund 6. Århus, 2007, s: 97-127
P. La Cour: Religionspsykologi og klientarbejde. Psykolognyt, 21, 2010, s. 10-16

Gud, hvad er du for én?

Elisabeth Hartman
bor i Aarhus,
hvor hun læser
filosofi på
universitetet.



af Elisabeth Hartman

Jeg er sådan én, der ved, at bøn forandrer. Jeg er sådan én, som derfor siger, vi beder for lidt. Jeg er sådan én, der formaner, at bøn altså starter hos den enkelte i lønkammeret. Jeg er sådan én. Og så er jeg ikke mindst sådan én, der ikke beder.

Siden bådulykken i Mandal (i Norge, august 2010, hvor fire unge mænd fra Danmark mistede livet, Red.), som for mig ramlede sammen med lidt for mange nye kapitler i mit liv, har jeg adresseret mange tanker til en gud med navnet "kæregud<indsæt bekymring>amen", som vistnok er identisk med mit eget bekymringsunivers, hvor mantraet gentages med den smarte effekt, at dets indsatte bekymring derved tidobles. Den gud kan jeg godt bede til, men jeg beder ikke til Gud, for han tager ikke mig seriøst.

Det ved jeg fra lang tids erfaring. Det er så godt, at de mennesker, som er glade og mærker Gud tæt på, tilbeder, takker og beder. Det skal de da! For de er hans udvalgte folk; det er dem, han har planer for - planer om lykke, og ikke om ulykke, siger Herren.

Jeg er så bare uheldigvis faldet i den anden kategori. Guds planer, som er højere end mine planer, går på min ulykke. Gud vandrer foran de udvalgte i en ildsølje, og så må vi filistre ellers plaske rundt på de 70.000 favne, vi tidligere har pralet med, vi er sprunget ud på.

Jeg er sådan én, der har styr på tilværelsen. Jeg er sådan én, der ved, hvad jeg vil. Jeg er sådan én med mange jern i ilden. Jeg er sådan én. Og så er jeg ikke mindst sådan én, der ikke kan kontrollere fremtid, liv, død, angst og søvnløshed.

Siden ulykken i Mandal har mit bekymringsunivers været fyldt med tanker om det netop nævnte. Kæregud<indsæt bekymring>amen har ikke hjulpet mig synderligt, men har tværtimod givet mig et tynget sind som tak for, at jeg gentagne gange henvendte mig. Gud? Han kan godt hjælpe, men han tager mig ikke seriøst.

Ellers ville jeg ikke have det sådan her! Ellers ville han ikke lade så mange folk lide så meget efter den ulykke. Vi er i den uheldige kategori.

Jeg er sådan én, der siger, vi må skælde ud på Gud. Jeg er sådan én, som kan finde rundt i Jobs bog. Jeg er sådan én, der siger, at Gud kan holde til alt. Jeg er sådan én, der først lige har opdaget, at det er sandt.

For et par uger siden forstod jeg, at kæregud<indsæt bekymring>amen intet godt gjorde mig. Jeg forstod, at guden var mig selv: At jeg febrilsk forsøgte at kontrollere det, som er Guds ansvar; nemlig fremtid, liv, død, angst og søvnløshed.

Ergo: Idet jeg ikke selv kan kontrollere det, som plager mig; og idet Gud ikke kontrollerer det (men dog godt kan), er der vitterligt intet tilbage. Andet end i boblende vrede at knække sammen på gulvet og råbe: "Gud, hvad i alverden er du for én?"

Han er den eneste, som er mægtig nok til at kontrollere fremtid, liv, død, angst og søvnløshed. Derfor er det hans ansvar; derfor er han den eneste, jeg skal skælde ud på. Og efter at have gjort det, sov jeg i ni timer for første gang i et par måneder - hvilende i Guds favn; den Gud, som jeg var sikker på, ville mig det onde. Men hvor skulle jeg ellers sove?

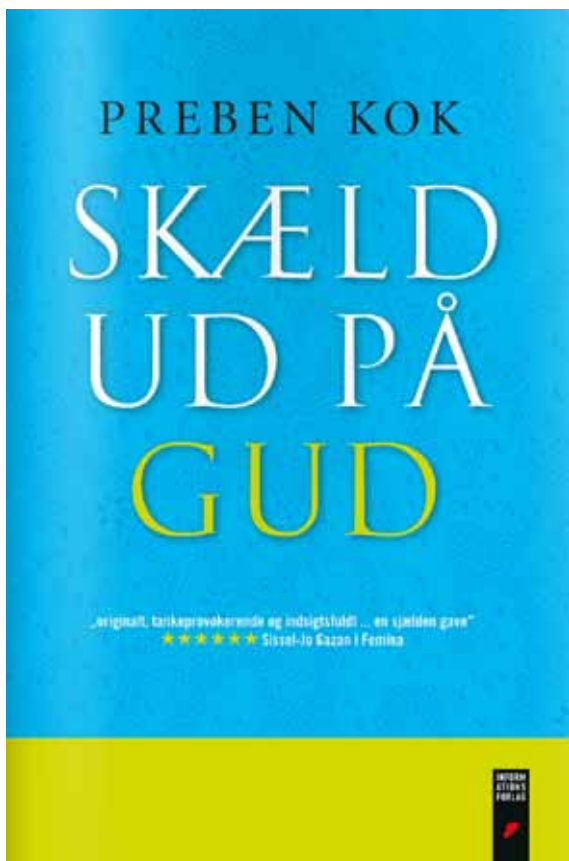
Jeg er sådan én, der er positiv. Jeg er sådan én, som irriterer mig over brokkeri og sure miner. Jeg er sådan én, der lige har skrevet en ret negativ artikel. Jeg er sådan én, der lige har været

bundærlig. Godt, der er bibelsk belæg for at være det. Og godt, der er bibelsk belæg for, at de, der græder, skal trøstes

Illustration

"Stumper" af Helle Noer, www.galleri-noer.noernet.dk
Lavet til minde om Henrik, Nikolaj, Thomas og Jacob, der forsvandt i havet ud for Mandal i Norge onsdag den 18. august 2010.





Bog anmeldelse

Af Lisbeth Benthin Plougmann



Sygehuspræst Preben Kok har skrevet bogen "Skæld ud på Gud" om sjælesorg i det moderne samfund.

Preben Kok har tidligere medvirket i "Skriftestolen" på DR2 og beskæftiger sig nu med supervision af læger og sygeplejersker.

"Jeg kan, skal og vil selv"-mentaliteten præger mange. Stress er blevet en folkesygdom, og familielivet bærer mere præg af fravær end nærvær. Vi glemmer, at der er en grænse for, hvad vi som mennesker kan – og skal klare!

Preben Kok arbejder hver eneste dag i grænselandet mellem liv og død – et grænseland, som han beretter om i sin bog "Skæld ud på Gud". Denne titel kan for nogen virke grov og frastødende, men den rummer på bedste vis Preben Koks ærinde; at vi må placere skyld og ansvar det rigtige sted – hvilket i nogle situationer giver os en trang til at skælde ud på ham, der har ansvaret – Gud.

Skyld, ansvar og tro er hovedemnerne i denne fængende bog om sjælesorg i det moderne samfund. På én og samme tid formår Preben Kok at holde sig til kristendommens centrale budskab om kærlighed og nåde og gå i clinch med omfattende emner som stress, parforhold og illusionen om det perfekte menneske. Den første del af bogen beskriver indtrængende, hvordan vi som mennesker bliver nødt til at give op og erkende, at Gud er den største. Og hvordan vi først, når vi kommer til den erkendelse, kan overgive os fuldstændigt til Gud og frivilligt synke ned i magtesløsheden – som er det sted, hvor Guds kraft folder sig ud.

Preben Kok skriver: "Hvis vi i alvorlige situationer ikke tillader os at være lige så spontane, som et lille barn er spontant, hvis ikke vi skriger, som et lille barn skriger, så opdager vi ikke Guds storhed."

Men den barnlige spontanitet er ganske enkelt ikke velset i vores moderne samfund. Samfundet accepterer ikke, at magtesløshed er en væsentlig del af vores virkelighed. Kontrol er i manges øjne vejen frem. Problemet med kontrol er bare, at på et tidspunkt hører den op, og vi må som mennesker give slip – og give op, og så sætter smerten ind, når vi kun har os selv at bebrejde for nederlaget.

Bogen igennem gør Preben Kok opmærksom på samspillet mellem psykologi og religiøsitet. Han vedkender sig psykologiens arbejdsredskaber til at hjælpe mennesker i kriser, men gør også opmærksom på, at ikke alt kan formuleres; "Psykologien prøver at hjælpe folk til at finde løsninger på deres problemer. Jeg prøver at hjælpe folk med at leve med deres nederlag."

Selv om der er stof til eftertanke i bogen, er den ikke på nogen måde tung og svært tilgængelig. Derimod formår Preben Kok med historier fra den virkelige verden at fastholde fokus – selv om han når vidt omkring i sin associationsrække. Den lange associationsrække er anbefalelsesværdig at følge!

BogInfo

Titel: Skæld ud på Gud
Forfatter: Preben Kok, sygehuspræst
Forlag: Informations Forlag
Udgivelsesår: 2008

nyheder

Agapehuset fyldt med frivillige



Lørdag 26. februar var omkring 35 af Agapes 100 frivillige samlet til Visionsdag.

Sogne- og arresthuspræst Leif Kristiansen fra Silkeborg belyste frivillighed og forskellighed ud fra et bibelsk perspektiv, hvorved

han gjorde opmærksom på, at vi alle er sat i et kald, hvor Kristi kærlighed tvinger os til at leve i tjeneste for hinanden.

I løbet af dagen var der desuden fokus på videndeling på tværs af arbejdsgrænene til stor inspiration for alle.

Portræt af Agapes nye formand

Mit navn er Steen Møller Laursen. Jeg er 43 år gammel, gift med Charlotte og vi har tre børn i alderen 12-16 år. Vi bor i Videbæk og knytter til ved Indre Mission her i byen.

Til dagligt arbejder jeg som familiekonsulent i Indre Mission.

Oprindeligt er jeg uddannet ingeniør og har igennem jobs i den tekniske verden beskæftiget mig mere og mere med ledelse og ledelsesopgaver.

I fritiden kan jeg lide at gå ud med kameraet og finde de gode motiver. Det giver mig mange gode oplevelser.

Når livet gør ondt, at række et menneske en hjælpende hånd i det, som er svært og værdierne "nærvær", "ærlighed" og "respekt" har i en del år været det som Agape har villet kendes på. Jeg vil fortsat arbejde på, at dette skal være kendetegnet for Agape, både udadtil og indadtil, herunder bestyrelsens arbejde, medarbejdernes arbejde, udvalg og kurser.

Jeg vil arbejde for, at Agape må være det sted, hvor man naturligt henvender sig, når man har ondt i livet, og at Agape er den organisation man kommer til, når man søger oplysninger om spændingsfeltet mellem tro og psykologi. Og at Agape må være spydspids på dette område.

Og sidst men ikke mindst, vil jeg arbejde for, at Agape ikke slipper det arbejde, der er grundlagt med hensyn til udbredelse af diakoni i menigheder og fællesskaber. At vi må opmuntre til udøvelse af praktisk diakoni i hverdagen ude i lokalnetværkene.

Psykisk lidelse, SELVHJÆLPSGRUPPE

En gruppe i hovedstadsområdet er ved at blive startet op.

Savner du et mindre forum, hvor du kan mødes med ligestillede, der har en psykisk lidelse, så kontakt Martin Skipper på skipper@agape.dk

Læs om:

Skyld og tilgivelse i næste TEMA-blad

- Hvor kommer skylden fra? Teologen svarer
- hvordan opfattes disse begreber ud fra en almindelig ikke kirkelig synsvinkel? En filosof og en psykolog svarer.

- selvtilgivelse. Psykologen skriver.

- beretning fra en klient om ikke at kunne få tilgivelse

- interview med sognepræst Flemming Baatz, Århus

Bliv medlem af Agape, og få bladet TEMA hver gang. Næste blad udkommer medio maj.



Videoklip om Agape på YouTube

Vil du være med til at lave et videoklip om Agapes aktiviteter, så henvend dig til informationsmedarbejder, Martin Skipper på skipper@agape.dk

kurser • inspiration

Læs mere om økonomi, indhold og tilskud på agape.dk.



Styrk dit selvværd - bryd dit mindreværd

Følelser - hvor kan de være svære at håndtere! Både de gode og de tunge. Der er ingen tvivl om, at Gud har skabt os med hele skalaen af følelser med det formål, at de skal gøre os godt - skabe glæde og vækst i livet. Det kan dog ske, at vores følelser bliver så blandede og komplicerede, at livet slår revner - eller simpelthen går i stå.

Kurset afholdes i **Silkeborg** fra september 2011 - januar 2012

Underviser: Aut. psykolog Suh Bjerg Jacobsen

INFO: Der arbejdes på at lave et kursus i hovedstadsområdet en gang i efteråret 2011.



Retræte, "TimeOut"

Tilbagetrækning. En mulighed for at skifte fokus. Rette opmærksomheden mod det åndelige. Lytte til stilheden. Lade Gud komme til. Nogle dage i stilhed, læsning, bøn og meditation. Retræteledere: Carsten Dalsgaard og Ingolf Henoch Petersen.

- 17.-20. april: Påskeretræte i den stille uge. Fra palmesøndag til onsdag før påske.
- 1.-4. september: "Følg din længsel", Hellig Kors Kloster, Vestjylland
- 4.-6. november: "Følg din længsel", Skovhuset, Sdr. Vissing



Sjælesorg og Familierådgivning

Kurset giver pædagogiske og psykologiske redskaber til at udøve sjælesorg i menighed og samfund samt mulighed for personlig udvikling og udvidet indsigt i eget liv.

- øget kendskab til eget liv og ægteskab og frimodighed til at bruge sig selv.
- redskaber til bedre at tage hånd om ægteskabs- og familielivet.

Kurserne afvikles i **Tersløse**, Vestsjælland og i **Holstebro**, Vestjylland.

Juni 2011 til maj 2012, fordelt på ni samlinger.



Sjælesørgerisk Familierådgivning II

Dygtiggørelse som sjælesørger, primært i forhold til menigheden. Undervisning i de dynamikker, der er til stede i en menighed. Indsigt i egen personlighed - stærke og svage sider - hvordan de kommer til udtryk i din menighed - og hvorfor.

Steen Palmqvist leder og underviser på SFR II

Kurset foregår på "Sjellebro", Mørke, Djursland

Maj 2011 til januar 2012, fordelt på otte samlinger.

foredrag



**Psykolog
Ole Rabjerg**

Vrede, sorg, stress, skyld.



**Familierådgiver
Steen Palmqvist**

Parforhold, sex, konflikt, krise, familie



**Landsleder
Torben Jensen**

Tjenesten/diakoniens centrale plads i kristendommen, etik/politik og kristendom, lykken, lidelsen.

Find kontakt-
oplysninger på
agape.dk

agape

Næste "AgapeNyt"
udkommer medio juni 2011

nårlivetgørondt



PP DANMARK

ID nr. 42839
magasinpost UMM

Foreningen Agape, Bredhøjsvinget 1, 8600 Silkeborg