

## Kjære medlem av AnamCara - medvandrers!

Årsmøtet i Skien ble en god og inspirerende samling for oss som var med der. For min egen del var det flott å oppleve at det var så mange som bidro på forskjellige måter. Og ikke minst villigheten og den positive holdningen fra alle. Det gir inspirasjon for meg som leder. Nedenfor er det gjengitt mer fra samlingen. Både i form av tilbakemeldinger og ved at noen av innslagene i programmet er gjengitt til glede også for dere som ikke kunne være til stede. Referat fra årsmøtet er også vedlagt.



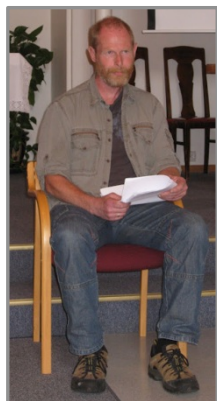
Nå er høsten kommet for fullt. Bladene skinner i gult og rødt, og kveldene begynner å bli lengre. Det er tid for varmere klær og lune kvelder inne. Så nyt livet – med en varm kopp sjokolade, gode samtaler og takknemlighet over alt som kan lune og varme.

En velsignet høst til dere alle!

### ***Fra årsmøtet i Skien***

Takk til alle som bidro så flott i Skien. Særlig Edny, Solveig og Arnt, Håkon, Øyvind, Øystein, Torbjørn, Arnt Sigurd, Anne Kristin og alle dere andre. ☺

Vedlagt dette nyhetsbrevet ligger en sang fra Øystein Frivold og diktsyklusen fra Sunnivaleia som Anne Kristin leste opp. Og nedenfor er gjengitt et av diktene som Torbjørn Kloster delte med oss.



#### **Brønderets tid**

Ett frø blir mange  
Ett par blir flere  
Noen få blir nok til alle  
Du skaper langsomt  
det vi haster igjennom  
Vi går i det synlige Ord  
Vi går i våren  
Vi går i brønderets tid  
*”Se, jeg gjør alle ting nye”*  
-Torbjørn

### ***Fra noen av deltakerne på samlingen:***

Hva jeg fikk ut av årsmøtet: Det gjorde veldig godt å møtes og ha fellesskap, og også møte nye venner. Jeg ser fram til disse samlingene med stor glede, - det er som å treffe familien. Det var flott at så mange forskjellige bidro med innspill og kreativitet, og det kulminerte med vandringen opp til Vealøs kapell, hvor vi ble utfordret på Guds tiltale inn i våre liv gjennom skaperverket. Gud viste oss at Han har mange måter Han ønsker å tale til oss i fellesskapet, - gjennom musikk, dikt, ikonmaling, skaperverket, praktisk omsorg o.a., og at Hans legeme utfyller hverandre med ulike gaver.



Ragnhild 🌹

Det gjorde godt at du sa noe sånt som at hovedfokus i Anam Cara er heller hva vi kan ta imot enn hva vi må gjøre. Klart at ting må gjøres, og at vi må dra diverse lass sammen, i våre forskjellige sammenhenger, men det blir så lett en del av vår identitet at vi må være "flinke". "Even the Church makes demands rather than giving us space and silence, asking us to serve on committees or join groups or give practical support to its many excellent ventures" sier Esther de Waal i en bok jeg kjøpte på Lindisfarne. Ellers synes jeg det var en god variasjon i programmet på årsmøtet, og jeg trivdes fra a til å. Elin

Det var en flott og variert samling vi hadde der borte. Skal jeg trekke frem noe spesielt, så var det veldig spennende å høre Øyvind Borgsøs historie, og få tak i boka hans. Men det som jeg syns var aller finest, var din kjæres beretning/diktlesning fra sin pilegrimstur til Selja. Det var nydelig å høre på – og jeg fikk kjempelyst til å gjøre samme turen. Håkon

Takk for sist. For meg er det oppmuntrende å være med, jeg syns det betyr mye å treffe hverandre. Flott at vi har disse tidebønnssamlingene og samtidig en tur ute i løpet av dagen. Det er kjekt å tenke tilbake på når jeg sitter i varme Mali. Jeg syns det er fint å få være med i dette fellesskapet. Guri

## ***Keltisk preget ikon av Kristus***

Selv delte jeg noen tanker på samlingen i Skien over ikonet jeg har malt av Kristus, hvor fargene for de tre martyriene i den keltiske tradisjonen, det hvite, blå (grønne) og røde, er malt inn i glorien. Her er noen av tankene omkring ikonet – og en meditasjon knyttet til motivet.

### ***De tre martyriene***

*(Fra Cambrai homily, 7-8 århundre)*

#### **Det hvite martyriet:**

Når noen skiller seg fra alt som han elsker til fordel for kjærligheten til Gud.

- Dette handler om å gi avkall også på det som i seg selv er godt, men som blir et hinder for det som er bedre. Jeg kan ikke omfavne alt, jeg må la noe dø

#### **Det blå/grønne martyriet:**

Det blå martyriet er når man gjennom faste og hardt arbeid kontrollerer sine begjær i anger og bot.

- Det handler om å la det i meg som er destruktivt og ødeleggende dø. Til grunn for dette må det ligge en erkjennelse av at ikke alt i meg er godt og vil det gode.

#### **Det røde martyriet:**

Det røde martyriet er når man utholder et kors av destruksjon for Kristus' skyld.

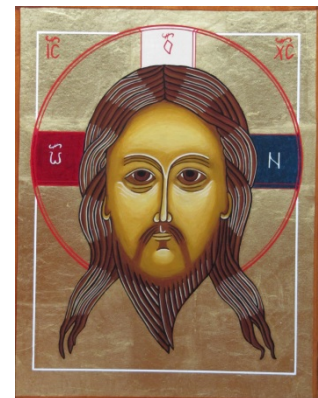
- Det handler om å være villig til å følge Jesus – om så det skulle kreve den fysiske død.

### **Kristus og martyriet**

- Kristus forlot sin himmelske herlighet. Han uttømte seg selv (kenosis) for verden – for oss. Det var i kjærlighet til «verden». Men vi kan likevel si i kjærlighet til Faderen. For denne verden er Faderens verden – den er gjenstand for Faderens kjærlighet. I dette går han inn i det hvite martyriet.

- Kristus motsto fristelsen til å bruke sin makt til å tilfredsstillte de rent menneskelige begjærene da han ble fristet av Djevelen i ørkenen. Dette var ganske sikkert fristelset (eller prøvelser) han også møtte ved mange andre anledninger i livet. Som i Getsemane eller for Pilatus. Dette er det blå martyriet.

- Endelig møtte Jesus det røde martyriet gjennom sin død på korset.



## ***Innlevelse***

*Hvem er dette mennesket som ser på meg med de dype, mørke øynene? Han som har vist oss sitt ansikt og som likevel skjuler seg for oss om ikke hjertet er åpent? Han er bildet av den evige treenige Gud. Større enn forstanden kan fatte. Mer enn hjertet kan romme. Mye mer enn øynene kan se.*

*Likevel har han vist oss sitt ansikt – som et menneskes ansikt. Som et nådens ansikt. Og jeg spør meg selv, hvem er han? Han som ser på meg med de dype, mørke øynene? For det er ikke bare jeg som ser på ham, det er hans øyne som hviler på meg. Og er det hans øyne som hviler på meg, så spør jeg ikke lenger meg selv, da spør jeg ham: Hvem er du? Hvem er du som ser meg med de dype, mørke øynene?*

*Og jeg hører et svar i mitt eget hjerte: Jeg er den som kommer deg i møte. Jeg er det ansiktet du skal få hvile øynene dine i. Jeg er de øynene som ser deg. Jeg er de øynene som ser deg til bunnen av ditt hjerte. Jeg er den som ser dine dyp og dine avgrunner, dine grønne sletter og dine endeløse strender. Jeg er de øynene som ser alt som er å se. Jeg er nådens ansikt. Jeg er de mørke øynene som ser det hele. De mørke øynene som favner alt – og likevel elsker.*

*Så åpner jeg mine hender i bønn og tilbedelse. Du hellige Gud. Du nådens ansikt.*

## **Pilegrimsvandring til Lindisfarne**

### ***Sven med følge***



Rundt St. Hans tider reiste vi igjen en gruppe på 20 pilegrimer til Lindisfarne. 4 dager vandring over 10 mil og 4 gode dager på øya i fellesskap med folkene på The Open Gate. De tre første dagene gikk vi i mye regn, og med mange våte sko og føtter. Men når siste dagen stråler med sol og godt vær, er det utrolig hvor fort en glemmer strabasene. Dessuten gjør hvilen når vi er framme oss desto bedre. Er det ikke slik eller i livet også?

### ***Håkon med følge***

I juni drog vi atter en gang i vesterled med en liten flokk med ungdommer. Målet var Den Hellige Øya, Lindisfarne. En tur med moro og mening. Rikelig med anledning for shopping og sight-seeing i Edinburgh, men også lange etapper til fots med gnagsår, blaute sko og godt fellesskap. Det ble, i år som i fjor, en flott tur på mange måter. Det er spennende å se hvordan ungdommene tar dette med tidebønner 3 ganger om



dagen. Det blir en god vane som de trives med. Det er også veldig spennende å få tilbakemelding fra et par av jentene som nok hadde shoppingen som et hovedmål... Butikkløypa var nøye planlagt på forhånd, og de reiste hjem igjen med X antall nye topper i kofferten. Men det som var veldig fint, var å høres deres positive respons, både på dette med tidebønner, og ikke minst oppholdet på Lindisfarne, og vårt lille miniretreat der ute – med innslag av stillhet. Og selv om det kunne være langt og utfordrende å gå for enkelte, så var de veldig godt fornøyde med seg selv da de kom i mål. Slikt vokser man på, det gir mestringsfølelse! Å ta med ungdommer på en tur som dette er både spennende, trivelig og meningsfullt!



## **Veimerke 3. Balanse mellom bønn, arbeid og re-kreasjon**

*Denne gangen minner vi om veimerke nummer 3; balanse mellom bønn, arbeid og re-kreasjon. Ikke minst har setningen om at vi ikke vil overarbeides betydd mye for mange. At re-kreasjon ikke betyr å sitte på sofaen foran TV er kanskje noe vi alle forstår, men det er likevel verdt å tenke over hva ordet betyr. Re-kreasjon innebærer muligheten for gjenskapelse, fornyelse og oppstart på nytt. Et fantastisk godt ord! Balansen mellom bønn, arbeid og re-kreasjon er en velsignet balanse. La oss leve i den daglig.*

**Bønn:** Vi forplikter oss på en fast bønnerytme. Medvandreren kan om ønskelig gi veiledning i forhold til dette. Fellesskapet anbefaler et mønster for daglig bønn og tilbedelse. Fellesskapet (CA&H) tilbyr bøker for hjelp til en slitesterk form for bønn og tilbedelse, men måten man ber på vil kunne variere ut i fra hva slags personlighetstype man er. Fellesskapet oppfordrer til en fornyelse av all slags bønn (Ef 6,18), og vi forsøker derfor stadig å oppdage nye måter å be på. Vi vil leve i alt fra kontemplativ bønn til feirende tilbedelse.

**Arbeid:** Vi ser arbeid som en gave fra Gud. Alle medlemmer i fellesskapet bør arbeide, enten det gjelder gjennom rutinemessige aktiviteter i hjem og fritid, eller det gjelder betalt arbeid. Arbeid som er motivert av verdier som kommer i konflikt med Veimerkene bør man, så langt det er mulig, forsøke å unngå. I ydmykhet aksepterer vi det Gud gir oss. Om vi er arbeidsløse eller usikre på hva som er vår oppgave, søker vi veiledning hos vår Medvandrer. Vi vil ikke jobbe for mye, og står fast mot alt press som prøver å få oss til å gjøre det. Vi vil ikke overarbeides fordi det frarøver enten oss selv, andre eller Gud den tiden vi skulle hatt for dem.

**Hvile:** Den tiden man bruker til hvile og rekreasjon er like viktig som den tiden man bruker til arbeid og bønn. Jesus minner oss på at sabbaten ble skapt for menneskets skyld, og ikke menneske for sabbaten (Mark 2,27). I Bibelen ble selv jorda gitt en sabbat hvert 7. år (3 Mos 25,3-5). Behovet for hvile er en del av skaperverket (1 Mos 2,1-3). Å sette av tid for denne hvilen, som både er hellig og nyskapende, bør være en del av den enkeltes personlige Veimerker.

### **Ressurser:**

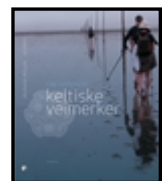


**Ray Simpson, *Din rytme din bønn*** (Verbum 2007)

En bok med keltisk-inspirerte tidebønner fra Aidan- og Hilda kommuniteten på Englands hellige øy, Lindisfarne. Den kan brukes av den enkelte og i fellesskap.

**Ray Simpson, *Keltiske veimerker*** (Verbum 2008)

Hva kan vi lære i dag av den keltiske kristne tradisjonen? Boka gir et spennende bilde av våre keltiske røtter og utfordrer til et fornyet trosliv.



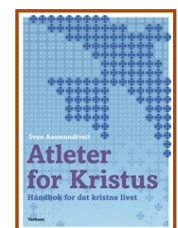
***Sanger fra Lindisfarne*** (Verbum 2009)

Med *Sanger fra Lindisfarne* får du nye sanger vestfra. Tekstene er inspirert av den keltiske arven, og de enkle melodiene er fine å synge i fellesskap. Sammen med sangene får du også små glimt inn i den keltiske tradisjonen.

**Sven Aasmundtveit, *Atleter for Kristus***

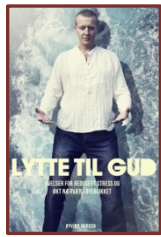
**- *Håndbok for det kristne livet*** (Verbum 2010)

Mange ønsker et mer disiplinert trosliv og en tydeligere kristen identitet. Denne boka gir, i en enkel form, mulige mønstre for et liv med større rom for Kristus. Med utgangspunkt i hverdagen skisserer forfatteren forskjellige måter å utvikle troens liv. Boka gir en innføring i både eldre og nyere tradisjoner og gir deg forslag til ulike "treningsprogram", der du kan ta utgangspunkt i hvor du befinner for



øyeblikket.

Denne åndelige treningen har ikke som mål å tilfredsstille Gud, men å øve kropp, sjel og ånd til liv med Gud og fellesskap med andre mennesker.



### Øyvind Borgsø, *Lytte til Gud*

<http://www.borgso.no/meditasjoncdboker.html>

"Denne boka er et bønneredskap av de sjeldne. Forfatteren Øyvind Borgsø gir oss innblikk og veiledning i enkle og praktiske bønnemetoder.»

### Musikk:

Sangene som er oversatt fra fellesskapene på Iona og Lindisfarne har avfødt flere innspillinger på CD. Ikke minst en stor takk til Jon Kleveland for dette. Nedenfor er noen av de mest kjente.



### Hjemmeside

Vi minner om hjemmesiden vår:

<http://www.anamcara.no/>

Her finner du hjemmesidene til Anamcara i Danmark: [www.anamcara.dk](http://www.anamcara.dk)

Og hjemmesiden til moderfellesskapet CA&H: <http://www.aidanandhilda.org.uk/>

### Guds fred!

04.10.2012

Sven Aasmundtveit

På vegne av ledelsen i Anam Cara; Tom Martin Berntsen, Jan Løkkeborg, Laila Nordstrand Berg

