

## Att slå rot - Om den helige Benedikts regel

*Om den helige Benedikt av Nursia (ca 480 - 547) sägs det att han "bodde hos sig själv". Genom den visdom och undervisning som finns i hans klosterregel kan också vi gå en väg till att bli hemma hos oss själva. Vi kan lära oss att slå rot i vårt eget liv, i vår personliga och gemensamma historia, och så växa och bereda rum för kommande generationer. Benedikt vill leda sina lärjungar både till en djup förtrolighet med Kristus och en hållbar gemenskap med våra medmänniskor. Så att vi, som det heter i Regelns avslutning, "alla tillsammans må nå fram till det eviga livet".*

Kanske tycks orden "att bo hos sig själv" först låta lite märkliga... men om vi smakar på dem finner vi att de bär en stor hemlighet/ rikedom. Ja, och en utmaning till oss var och en personligen! För, när vi tänker efter är det väl ofta så att vi "bor" i andras åsikter om oss, i de egna planerna och ambitionerna, i det som människor eller livets omständigheter åsamkat oss... Vi är inte hemma i det som är vår verklighet här och nu.

Det är påven Gregorius den store som i andra boken av sina Dialoger säger detta om den helige Benedikt. Gregorius ger oss en hel del kunskaper om Benedikts liv och person. Dock inte i en modern biografisk mening, Gregorius vill främst visa på Guds närvaro i en människas liv, inte ge information om yttre händelser. På många vis förblir Benedikts person anonym, hela tiden pekande bort från sig själv, visande på Kristus.

Enligt traditionen levde Benedikt mellan 480 och 547. Han föddes i en adelsfamilj i Nursia och for till Rom för att studera, men lämnade staden efter en tid och levde som eremit i trakten av Subiaco. Så småningom kallade en gemenskap honom att bli deras abbot. Hans liv är ingen spikrak framgångssaga... bröderna i gemenskapen ogillade hans hängivenhet och försökte efter en tid förgifta honom. Han genomskådade dem, bad om Guds förbarmade för dem och gav sig av. Bättre gick det dock så småningom, och det samlades många kring honom för att leva för Gud.

Forskningen idag menar att Regeln tillkom sent i Benedikts liv, och kanske är det den som bäst beskriver honom som människa. Regeln är inte särskilt omfattande, 73 korta kapitel. Men, den rymmer allt vad ett mänskligt liv kan innehålla... när man läser den (och försöker leva efter den) förstår man att den tillkommit efter *trial and error*. Benedikt skriver varken för barn som behöver hållas under uppsikt eller helgonlika figurer som skriker genom livet. Han skriver för dig och mig – för människor som kommer försent, säger saker som sårar, gnäller över småsaker... Människor som *också* vill väl, vill lyssna och följa Guds vilja. Han skriver till människor, inte idealbilder.

"Vem du än är" utropar Benedikt i Prologen, vem du än är som vill rikta livet mot Kristus, kom, följ livets väg. Han kallar sin Regel för liten och enkel, ja för nybörjare. Enkel betyder inte urvattnad eller ytlig – enkel är ju inte detsamma som lätt! Enkel däremot i betydelsen att det inte krävs några extraordinära metoder utan daglig trohet, att söka Gud och forma sitt liv efter hans vilja mitt i vardagens allehanda av stort och smått.

Det är en regel som visat sig vara slitstark, inspirerat kristna i och utanför klostren i mer än 1500 år, i olika miljöer och kulturer. En regel som självklart måste tolkas och kommenteras för att bli begriplig. Framför allt behöver den *levas*, för att rikedomen skall framträda.

Livet i klostret är ingenting annat än det kristna livet – i en specifik form. Regeln är tänkt att vara något som ger stadga och konkretion åt detta liv. I en konkret gemenskap, och i gemenskap med hela Kyrkan. Regeln är också tänkt att skapa ett rum där friheten kan växa. Inte en frihet i betydelsen ”gör vad du vill”. Utan frihet som kan liknas vid en orkester; där var och en har ansvar för att framföra sin stämma så väl som möjligt, veta när det gäller ett soloparti och när det är tid att inordna sig och bära de andra.

När jag sökte min väg, och ännu inte mött systrarna här i klostret, minns jag att jag längtade efter att mitt liv skulle vara en helhet. Jag tror att det är just detta Benedikt vill försöka åstadkomma genom sin Regel, att visa en väg hur livet kan levas som en helhet. I alla de olika yttre – inte sällan röriga – omständigheterna.

Och inom oss själva. Att våra olika sidor; goda och dåliga, styrkor och svagheter får komma upp i ljuset. Bli delar av mig själv som jag känns vid och så kan arbeta med i Guds helande närvaro. Ibland kan ju just detta vara påfrestande, men det ligger en välsignelse i det också. Vi längtar ju efter att det splittrade skall bli helt, mellan oss och inom oss.

Ordet munk kommer av *monos* – ensam. Kanske kan man också tänka på att vara en, inte splittrad utan helhjärtad, helhjärtad i tron på Kristus. Det är ingen könsbeteckning, utan en slags ”innehållsförteckning”. ”Så att Gud i allt må bli förhärligad” är ett ledord i för just detta, och ett nyckelord i Regeln.

Ett sätt att sammanfatta Benedikts Regel skulle kunna vara ordet *relation*. Vars och ens personliga relation till Kristus, relationerna mellan medlemmarna i gemenskapen, relationen till mig själv och relationen till de skapade tingen. Alla delarna är nödvändiga för ett fullt liv. Alla delarna är också något som måste få växa under hela livet, och i någorlunda samstämmig takt.

Så jag tänker att vi skulle kunna titta på något av vad Benedikt säger om just dessa delar.

### **Människosyn**

Benedikt tar verkligen människan på allvar – vill att vi ska leva enligt den värdighet Gud har gett oss och ta det ansvar vi kan för vårt liv. Inte mer, men heller inte mindre. Ibland vill vi ju fly undan detta... det kan kännas lättare att stanna kvar i invanda hjulspår, också när vi märker att de inte bär framåt. Han vet att vi har en tendens att luta oss tillbaka, bli bekväma. Men vet också att vi har stora möjligheter inom oss, att människan med Guds hjälp kan gå långt utöver sin naturliga förmåga.

I det sista kapitlet av Regeln står det att vi skall ”skynda mot fullkomligheten”. Det kan ju låta ganska avskräckande... Men Benedikt kräver varken perfektion eller ofelbarhet. Och det är just därför vi behöver en regelkommentar ibland, för att förstå. För det som avses är inte perfektion, inte alls. Utan fullkomlighet i Bergspredikans betydelse – fullhet, mognad, fulländning. Vi skall skynda mot vårt mål, *teleos*, mot Gudslighet.

Och det får vi göra just genom det som livet sänder oss. För när vi lär oss att latinets *perfectio* som Benedikt använder här, hör samman med ett uttryck som betyder ”att ha levt igenom mycket” öppnar sig texten. Vi behöver alla leva igenom mycket, somliga mer än andra; sjukdom, besvikelser, svårigheter – inre och yttre... Var och en kan göra sin egen lista. Det är just i, och genom detta Benedikt vill att vi strävar efter att mer och mer likna Gud.

Detta är en mycket hoppfull syn på livet. Vi behöver inte ständigt leta efter något ”bättre” för att kunna gå framåt på vägen till Gud. Vi behöver inte heller söka någon *quick fix* utan det är i den dagliga troheten Gud vill möta oss.

Den tanken fick mig att se på det här med förebilder på ett nytt sätt. Vi kan öppna ögonen för förebilder som just gått igenom mycket, och som mitt i detta vårdat och bevarat ljuset inombords, troheten i bönen, godheten till medmänniskan... Förmodligen är de fler än vi först tänker, och hör kanske till de ”stillta i landet”. Helt säkert är att de är en verklig skatt. När vi finner sådana förebilder – varför inte fråga ”hur har du gjort, vad har burit dig?” Det kan vara ett praktiskt sätt att leva efter de ”äldres exempel” som Benedikt talar om.

Benedikt kallar klostret för en ”skola i Herrens tjänst”, eller mera ordagrant ”en skola för den tjänst som Kristus utfört”, en skola i Kristuslikhet. Målet är inte höga betyg utan ”ett vidgat hjärta”, ödmjukhet, trofasthet och öppenhet för de andra. Visst är bilden av en livslång skola ganska befriande!?

Varje gång vi läser det stycket ur Regeln tänker jag på Tranströmers dikt med orden ”inom dig öppnar sig valv efter valv, du blir aldrig färdig och det är som det skall”. Det är trösterikt. Och utmanande. En del inom oss värjer sig mot det – man vill vara stor, vuxen, klara sig... Och så säger Benedikt ”du är i en livslång skola, kanske behöver du gå om i många klasser, det är som det skall, du har livet på dig, du skall mogna, inte bli färdig”.

### **Kristusbilden**

Så, vi går i skolan i Kristuslikhet.

Hurdan är då bilden av mästaren, Kristus, i denna skola?

För Benedikt är människans liv likt en båge som spänts ut från Gud till Gud. Kristus är den som kallar oss, den som uppehåller oss under hela livet, och den som slutligen fullbordar vårt liv. Han kallar oss till *liv*, till sig själv, han som är *livet*. När Benedikt manar oss att ”skynda mot det himmelska fäderneslandet” är detta för honom (och tex Augustinus) ingen plats, utan en *relation* – Kristus själv. Detta ”himmelska fädernesland” är inget okänt för oss, utan något som tar sin början redan här och nu.

Benedikt använder en mängd bibliska titlar när han talar om Kristus: herde, konung, läkare, fader, för att nämna några. Alla dessa bilder/ titlar är likt en prisma som visar olika delar av Kristusmysteriet för oss, som i olika faser av livet kan få sin särskilda betydelse.

En central tanke i Regeln att ”människan må betänka att Gud alltid ser henne från himlen /att Gud alltid är närvarande i våra tankar”. Det kan ju uppfattas som skrämmande – Gud som en polis, en ständig övervakning. Men så menar Benedikt inte alls. Det handlar om *Guds uthållighet*, han ger inte upp utan följer oss ständigt. Vidare står det att vi alltid ska minnas att vi står ”inför Guds åsyn” – vi lever i Guds blick, hans seende på oss är vårt hem.

Smaka på de orden, Guds kärleksfulla, skapande blick på oss är vårt hem... Det är tur att vi har en livstid på oss att upptäcka vad detta betyder!

Jag tror man kan kalla Regeln Kristusbild för en *underifrån-Kristologi*. Den inkarnerade Guden som i sig själv bär hela mänskligheten, rakt ner i djupet av våra svårigheter, synder, sår och lidanden. Benedikt vill visa att det inte finns någon plats, inre eller yttre som är så långt ner i mörkret att Kristus inte kan möta oss där.

*Kristus, porträtt av Rembrandt. (C) Wikimedia Commons.*

Det mötet kan ske på så många sätt, i bönen eller läsningen...

Men nog så ofta genom medmänniskan. Jesu ord ”det du gjort för en av dessa minsta har du gjort för mig” (Matt. 25) går som en outtalad röd tråd genom hela Regeln. Skolan i Kristuslikhet har många lektioner i att lära sig se och ta emot Kristus i de andra, också när det känns obekvämt.

Det finns ett vackert stycke där Benedikt skriver att ”äldre och visa bröder i hemlighet skall trösta och uppmuntra den ostadige brodern”. Vi kan nog alla känna igen situationer där vi varit just den ”ostadige brodern”, och någon kommit till vår hjälp – med ett ord, en hjälpande hand, ibland kanske bara med en blick. Som gjort att man kommer ett steg vidare, eller åtminstone tar sig igenom dagen.

Lite krasst uttryckt kan man säga att Benedikt vill lära oss att medmänniskan, de andra, inte är ett hinder för vår mycket personliga relation till Kristus utan en nödvändighet. Han vill lära oss att bli människor som inser att vi är en del av en stor väv – vår lilla lokala gemenskap, Kyrkan och i slutändan hela mänskligheten över tid och rum.

En vän till oss som strävar efter att leva efter Regeln mitt i ett upptaget liv med familj, arbete och många engagemang sa så här: ”Jag tänkte mycket över det här med gästfriheten. Jag kan ju inte på det sättet bjuda hem människor till mitt hem hela tiden. Men så insåg jag, jag kan bemöda mig om att le mot alla jag möter, säga ett vänligt ord, intressera mig för taxi-chauffören osv. Det kan vara mitt sätt att försöka leva i gästfrihet.” Vilken förebild! Vi blev alla väldigt tagna av hans ord, och åtminstone jag kände mig förlägen över att själv komma till korta så många gånger.

### **Gemenskapen**

Benedikt säger att han skriver för *cenobiter* – de som vill leva i gemenskap, under en regel och en abbot/ abbedissa. Han kallar cenobiterna för det starkaste slaget av munkar. Inte de bästa eller framgångsrikaste.

Utan de starkaste – och starka är de just genom det gemensamma livet. Det är styrkan i att veta att man är en del av ett vi. Jag är med och bär de andra, och de i sin tur bär mig. Så är det i klostret, i kyrkan och ja, i hela mänskligheten – vi är bara starka när vi ser att vi hör samman med de andra.

Benedikt förutsätter en gemenskap vars medlemmar har olika åldrar, temperament, begåvningar, svagheter och svårigheter... Hans människosyn är som sagt mycket realistisk. Det finns inga fromma skönmålningar eller enkla lösningar. Däremot ett stort hopp. Och tillit till människans förmåga att vända om när vi gjort fel, växa i kärlek, tålamod och vilja till det goda.

När Benedikt talar om den inbördes kärleken använder han alltid ordet *caritas*. Det är intressant att veta att ordet är härlett ur *carus*, som handlar om att något har ett pris, ”hur mycket är något värt”.

Benedikt kräver inte sympati, eller att man ”tycker om” varandra. Däremot är han tydlig med att bröderna skall värdera varandra högt och vara beredda att låta det gemensamma livet kosta något. Inget liv och ingen gemenskap är utan svårigheter eller prövningar. Alla som lever/ lev

i familj eller annan varaktig gemenskap (som i en församling) känner igen sanningen i hans ord tror jag.

En av mina medsystrar brukar säga att ”vi behöver känna till tillräckligt om varandra för att kunna fråga om något, visa intresse eller ha något att tala om”. Det är en fin hållning i vardagens gemenskap tycker jag.

För oss är uttrycket ”försoning och kärlek” viktigt, det kommer från vår ursprungsspiritualitet Mariadöttrarna. Det uttrycker just detta, att låta livet kosta mig något – bland annat genom att lära sig be om förlåtelse och förlåta, se att det finns en helande kraft i detta. En kraft som sträcker sig långt bortom det egna lilla sammanhanget.

En medsyster sa träffande ”vi blockerar Andens liv när vi hotar, förnedrar och vägrar be om förlåtelse”. Försoning innebär ju att laga, sätta ihop – varje litet steg vi tar är till hela mänsklighetens nytta. Att öppna för Andens liv i och mellan oss. Ett mycket konkret sätt kan vara att efter en konflikt som fler blivit vittne till säga ”vi har mötts, talat om det som hände och bett varandra om förlåtelse”. Oavsett om man är den som varit iblandad eller stått bredvid är det en mycket kraftfull gest. Bekvämt eller lätt är det ju inte, men det bygger förtroende och gör det möjligt att våga gå vidare tillsammans.

Som vi nog alla erfarit finns det ett spänningsfält mellan gemenskap och ensamhet, mellan ord och tystnad. Vi behöver lära oss att vårda alla delar. Och vilket som är den största utmaningen kan vara så olika för oss. För alltför många kan det finnas för mycket ensamhet och tystnad. En småbarnsförälder däremot törstar efter just detta. Här blir det så tydligt att vi behöver varandra. Ge någon en väg ut ur ensamhet, ge någon en möjlighet att få njuta av den. Tänka på ordet *caritas/ carus*, om det får kosta mig något...

Vi benediktioner avlägger löfte om *stabilitet* – att förbli i just denna gemenskap, och på en plats. Att förbli, bli kvar... det går emot mycket av tidsandan just nu tror jag. Men det har rötter ner till fundamentet av vår tro – till Jesu ord i Johannesevangeliet ”bli kvar i mig så blir jag kvar i er” (Joh. 15:4). För oss får det sin praktiska form här i klostret, men det är något vi alla är kallade till. Det är inget stillastående. Tvärtom ett växande – Jesu ord fortsätter ju med talet om vinstocken och grenarna.

Benedikt använder på många ställen i Regeln ord som iver, skynda, löpa, väg... Ord som talar om en riktning framåt. Inte en flyktig förändring från det ena till det andra, utan ett målmedvetet vandrande framåt på trons väg i gemenskap med de andra. ”Kärleken är det som driver dem att gå vidare” skriver han i kapitlet om lydnaden. Och här används ordet *amor* för kärlek – Kristi kärlek till oss, och vårt (ofta fattiga) gensvar är det som driver oss. Ett annat nyckelord är att ”aldrig misströsta om Guds barmhärtighet”. Guds, och medmänniskans, barmhärtighet är det som på en och samma gång hjälper oss att bli kvar och gå vidare.

Att ”bli kvar”, det betyder ju inte att det kan finnas situationer eller relationer som är destruktiva och där det bästa är att bryta upp. Benedikt är medveten också om detta. Ett ord som lyser med sin frånvaro i Regeln är ”avsiktliga förödmjukelser”, Benedikt tar helt avstånd från sådant. Det kan vara viktigt att komma ihåg, när vi ställs inför svåra situationer. Han betonar att i situationer eller relationer som blivit destruktiva måste man handla med omdöme och urskiljning. Veta att alla människor bär på olika grad av trasighet och försöka skapa en situation där så mycket som möjligt kan bli helt och helat. Någon gång kan det vara helt nödvändigt att bryta upp för att kunna förbli i det som är vår sanna identitet och kallelse – att

följa Kristus. Det är något helt annat än att vilja ha ombyte, förändring eller att vardagen känns tråkig.

### **Omvärlden, de skapade tingen**

De som besökt oss har sett stenen med de latinska orden utanför kyrkporten. ”Så att Gud i allt må bli förhärligad” i svensk översättning. Orden står inte i något av de stora kapitlen om exempelvis ödmjukheten eller den inbördes lydnaden. Utan i ett kapitel som tar upp hur man ska gå till väga om klostret skall sälja något man tillverkat. För mig är detta typiskt för Benedikt och Regeln. I de vardagliga, jordiska, sammanhangen fogar han in ett ord som belyser en hel livshållning. Det finns inte en andlig sfär i livet och en icke-andlig. Alla uppgifter och situationer, också dem vi kanske uppfattar som tråkiga, kan vara ett sätt att lova Gud. Överallt kan vi öva oss på att komma ihåg att vi lever i Guds kärleksfulla blick.

Benedikt vill också att alla klostrets redskap och tillhörigheter skall behandlas som ”heliga altarkärl”. Det är en inkarnerad syn på materien, allt det vi behöver använda i våra dagliga liv – datorer, grytor, tvättmaskiner, bilar... Detta skall ses som redskap i Guds tjänst, ja som tillhörande Gud, och det betyder att vårt arbete när vi använder dem är (skall vara) en Gudstjänst.

Bön och arbete kompletterar varandra, de är inte konkurrenser i det andliga livet. Som ni nog anat försiggår en stor del av lektionerna i Benedikts skola på köksgolvet, vid datorn, att hjälpa någon som är sjuk, i kassakön. Var och en kan komplettera från sin egen vardag... Men vi behöver bönen. För en benediktin är bönen av psaltarpsalmerna en verklig ryggrad i livet. Hur det kan gestaltas i ett liv utanför klostret... det kan bara var och veta utifrån sin situation. Men det är värt att ta bedjandet av psalmerna på allvar. De är på en gång bön, förkunnelse, teologisk skola. De lär oss att vidga blicken och hjärtat. Lär oss att inget är för stort eller för litet för att rymmas i Guds närvaro.

Så, för att återvända till Gregorius beskrivning av Benedikt. Det berättas att Benedikt kort före sin död fick en syn eller vision. Han stod högt uppe i ett tron och såg hela världen sammanfattad i en enda solstråle.

Men det var inte skapelsen som blivit liten för honom utan hans själ som blivit så vidgad. Det är detta vi alla är kallade till – tillsammans.

### **Syster Ingrid Robinson OSB**

*Föredraget hölls första gången online i KPNs och Bildas serie Katolsk folkbildning online, den 15 april 2026.*