

Pilgrimmens integrale opgave

I gennem de seneste 20 år har pilgrimsvandring til hellige mål fået en ny opblomstring. Tidligere kristne generationer har beskrevet livet på jorden som en pilgrimstid. Denne sidste måde at bruge pilgrimsbegrebet har i moderne tid fået indflydelse på, hvordan man fx taler om religiøse rejser eller små vandringer med sin menighed. Og man kan udvide begrebet til at omfatte en tur i sommerens løb til stranden, en meditativ vandring i skoven eller deltagelse i en retræte. Begge opfattelser af pilgrimsbegrebet har det til fælles, at det giver gode muligheder for at få krop og ånd, energi og sansning, til at samvirke.

Der er gennem de seneste år givet mange bud på, hvordan man tilrettelægger en pilgrimsvandring. Jeg vil snarere prøve at beskrive udfordringen, ved at være pilgrim i moderne tid. For uanset om vi betragter os som pilgrimme, spirituelt søgende eller ivrige kristne, har vi en dybere længsel, som står i et vanskeligt forhold til vor kultur. Lad mig beskrive dette forhold set med pilgrimmens øjne:

Fraspaltningen i vor kultur

Når en pilgrim vandrer hjemmefra, forlader han dagligdagen, men forbliver i tidens kultur. Denne kulturs herskende tankesæt er opbygget gennem de seneste generationer. Forenklet sagt: Vor kultur viser sig i et velordnet samfund med rimelig velstand, gode organisationer (skoler, hospitaler), effektive virksomheder, velfungerende infrastruktur, retsvæsen med love, etik, leveregler og balanceret social kontrol. Samfundet bygger på videnskab, teknologi og psykologi. Det er sekulært. Det er et samfund, som vi grundlæggende er glade for.

Det væsentligste problem med vor kultur er, at der igennem de seneste generationer er sket en fraspaltning af henholdsvis **Instinkt (Drift)** og **Ånd (Gud)**. Gevinsten ved at fraspalte Driftslivet har været, at mennesket kunne disciplineres og blive en effektiv samfundsborger. Fraspaltning af Ånd har frataget mennesket væsentlige dele af individualitetens og kreativitetens udfoldelse. Tilsammen har det bevirket, at mennesket er blevet fremmed for sig selv. Det har medført en fornemmelse af, at man er sat i verden uden grund. Der opstår meningsløshed og ligegyldighed med risiko for depression eller galskab.



Pilgrimmens hovedopgave bliver derfor at fange og forstå instinkterne og ånden. Instinkterne skal man lære at håndtere på voksen-vis i personligheden. Ånd skal man lære at sanse, så man kan støtte sig herpå i sit videre liv. Pilgrimmen overlades således en integral opgave i forhold til det fraspaltede driftsliv og det fraspaltede åndsliv.

Man skal kunne komme hjem fra en pilgrimstur mere helet, end da man tog af sted. Man skal kunne komme hjem med stærkere fornemmelse af sig selv og sin relation til det transpersonlige (ånd). Lykkes dette, bliver også vort samfund helet.

Pilgrimsvandring byder netop på gode muligheder for, at en sådan proces kan lykkes. Lad os se på hvordan, det kan ske.

Den primære oplevelse af drift og ånd

Når man er kommet over de første vandredages eufori ved at være i frisk luft og få kroppen i sving, begynder sanserne at skærpes. Bevidstheden bliver mere åben og følsom. Drifterne fornemmes i sindets skiftende stemninger undervejs – somme tider med stor kraft og til andre tider mere nænsomt.

Nu er det sådan, at pilgrimmen - og det gælder også retrætedeltageren – opdager både drifterne og de mere guddommelige impulser i en skøn blanding. Under selve pilgrimsvandringen gælder det om at omfavne det, der opstår, så de bliver ordentligt erkendt. Den egentlige bearbejdning må vente til du kommer hjem, hvor du bedst kan tage fat på det integrative arbejde. Lad mig i flæng nævne blot få eksempler på, hvad du kan møde:

Du møder **glæden** på en anden måde end tidligere i livet. Som barn fik du måske besked på at dæmpe dig, fordi du og dine legekammerater støjede.

Du opdager **friheden**. Din hverdag bliver let - ingen dikterer dine regler.

Stilheden indfinder sig – uden at du beskyldes for at være doven.

Erotikken vågner - uden at nogen siger uha-uha.

Lidenskab som udtryk for at livsenergien vågner - og du kan give dig hen til den uden at føle svigt - ingen beder dig stoppe.

Sandheden kan træde tydeligt frem - uden at nogen kan nedgøre den eller relativere den.

Sult, Tørst, Vrede, Grådighed melder sig og du mærker den indre kamp for at håndtere dem.

Barmhjertighed overrasker dig. **Taknemmelighed** overvælder dig.

Ja, du kender disse følelser – og endnu flere fra dine pilgrimsture.

Umiddelbart registrerer du dette som følelser. Senere ser du dem som potentialer.

Hvis du omhyggeligt undersøger de følelser, der kommer i spil, vil du opdage, at de har forskellig lødighed. Du får mulighed for at undersøge, *hvorfra* de kommer. Nogle er kommet fra sindets skygge-sider, andre fra dybere lag i din karakterstruktur. Dette kan fx være vrede, skam, angst, mindreværd og tvivl. Opgaven for disse er at tage dem til dig, så du kan håndtere dem. De skal integreres i din normale hverdag, så de ikke styrer dig, men så din bevidsthed kan forblive klar og du kan handle relevant.

Ånd

Ånd er tabubelagt. I vore samfund plejer vi at overlade det åndelige til bl.a. kunstnere, præsterne og kirkerne. Men derved medvirker vi netop til den fraspaltning, som vi taler om.

Som pilgrim har man gode muligheder for at fornemme ånd. Det sker typisk i nærværet med en medvandrer, i venskaberne, i sympatierne eller i den hjælp, som man enten modtager eller yder. For nogle af os får pilgrimsålet et magisk betydning.

Når du undersøger dine personlige indsigter fra pilgrimsturen, kan du opdage, at nogle af dem har en mere guddommelig karakter. De ejes ikke af dig. De er kollektive. De er transpersonlige. Det gælder fx dybe glæde, frihed, stilhed, sandhed, barmhjertighed og taknemmelighed. Opgaven med disse er at finde ud af, hvordan du kan stille dig, for at det åndelige bedst arbejder igennem dig. Det kræver ikke megen anstrengelse. Får du ændret din indstilling til ånd, vil du blive beriget. Helingen er i gang.

Det integrale aspekt

Når jeg siger, at man skal integrere Instinkt og Ånd, er det ikke alene et spørgsmål om at kunne registrere eller at kunne forstå dem. Det handler ikke om analytiske færdigheder.

For at foretage en integration skal man komme overens med de registrerede fænomener. Man skal frem til, at man beslutter sig til at fusionere med dem. Herved ophører din nuværende forståelse af dig selv, ligesom fænomenerne ophører i deres nuværende form. I er ikke længere 2 adskilte størrelser, men der er opstået noget nyt. Du er blevet en ny. Dine synapser i hjernen er begyndt at danne ændrede tankemønstre. Du har helet dig selv og du er derved godt i gang med at hele den splittelse, der er pågået igennem det 20-århundrede.

Integration

Integration er at komme overens med den virkelighed, som man sanser.

Eksempel: Et murersvend kan opleve et hus som bestående af en sokkel, der er 10 meter på den ene led og 5 meter på den anden. Hvis husets målestok er korrekt, vil murersvenden se det som 10 m og 5 meter, i alt 15 meter – eller som en sokkel på i alt 30 meter, der skal mures. En bygmester ser det som $10 \times 5 = 50$ kvadratmeter. Hos bygmesteren er der således sket et skift i dimension fra dimensionen meter til dimensionen kvadratmeter.

Bygmesteren håndterer ikke kun længder (afstande regnet i meter), der skal mures; men han ser flader (arealer regnet i kvadratmeter), der skal bebygges. Han kan arbejde med mere komplekse forhold. Bygmesteren har integreret de 10 meter og de 5 meter og indset, at integralet er et areal på 50 kvadratmeter.

Konklusion

Populært sagt består pilgrimmens opgave i at hele sig selv og dermed medvirke i heling af samfundet.

Den ene udfordring, der venter pilgrimmen, består i at integrere sine instinkter (drifter) i egen livsudfoldelse. Den anden udfordring består i at forstå, at ikke alle følelser ejes af pilgrimmen, men kan være transpersonelle, der kommer som åndens gaver.

Det integrale arbejde - som fortsætter hjemme efter pilgrimsturen – vil ændre tankesættet i retning af at kunne håndtere større kompleksitet. En hjerneforsker vil beskrive det på sin måde. Jeg vil kalde det heling, fordi det er at genforene sig med noget, som gennem generationer er blevet fraspaltet. Andre vil kalde det livsfylde. Nogle vil sige, at de har fundet sig selv. Mange vil beskrive det som fornemmelse af en mere sand og ægte tilstedeværelse på den jord, som vi betræder. Kristne vil glimtvis genkende noget af det, som Jesus talte om.

God pilgrimsvandring! Jeg ønsker, at sommerens aktiviteter viser dig dine instinkter og giver dig en god kontakt med ånd.

Bent Jul

20. juni 2019

#