

# lyng



## Yoga i folkekirken

*Det er vores håb, at vi med associationen til lyngens alsidighed, og i tråd med Ribe Stifts vision Kirken er Åben, kan inspirere til debat, samt nye folkekirkelige aktiviteter.*

## INDHOLD

---

### 3 FORORD

Line Søgaard Christensen

### 5 YOGA I KIRKEN

Hans J. Lundager Jensen

### 10 ER KIRKERUMMET HELLIGT?

Elof Westergaard

### 14 KAN VI HAVE YOGA I KIRKEN?

## Hvorfor 'Lyng'?

Med denne titel vil vi gerne drage en parallel mellem lyngens alsidige funktion igennem tiden og den udvikling, folkekirken er i.

Lyngen har igennem tiden haft forskellig betydning og funktioner.

'Kallyno', er lyngens græske navn og betyder den, der fejer rent og smukt. Årsagen er formentlig, at man i gamle dage brugte lynggrisen til fremstilling af fejekoste – de såkaldte lynglimer. Men lyngen havde mange andre funktioner; hedebonden brugte den bl.a. til brændsel, sengeunderlag, tagdæk-

ning, afstivning i lerklinede vægge, og som græsning og vinterfoder til dyrene. Under 1. Verdenskrig begyndte man at kunne tjene penge på lyngen; man brugte simpelthen lyngplanten til fremstilling af lyngmel, som blev eksporteret til Tyskland og brugt til især dyrefoder.

I dag er lyngens funktion primært rekreativt, til glæde ved vandring på den jyske hede, iblandt blomstrende lyng en sensommerdag og under hede-lærkens sang eller langs klitterne ved vestkysten. Men lyngen bruges også

som bunddække på netop heden eller klipperne ved vestkysten for at forhindre sandflugt. Og man kan i dag også sagtens tjene på lyngen – ved køb af lynghonning kan man forlænge og bevare følelsen af den blomstrende lynghede vinteren igennem.

Det er vores håb, at vi med associationen til lyngens alsidighed, og i tråd med **Ribe Stifts vision Kirken er Åben**, kan inspirere til debat, samt nye aktiviteter og måder at bruge kirkerummet på.

# Velkommen til Yoga i folkekirken

## FORORD

---

### *Mini-konference om Yoga i Kirken i Landemodesalen, Ribe Stift, 5. februar 2020.*

Formålet med mini-konferencen Yoga i Kirken var at blive klogere på emnet og have en fælles faglig drøftelse og refleksion.

I Esbjerg har der været Yoga i Kirken ved ungdomspræst Line Søgaard Christensen to gange i Vor Frelser kirke (en gang ifm. festugen 2019 og en gang i januar 2020) og fra august 2021 afholdes det fremover i Grundtvigskirken ca. en gang i måneden samt løbende i Gjesing Kirke. Derudover har stiftspræst for åndeligt søgende, Miriam Florez, også afholdt yoga i Treenighedskirken. Flere andre ønsker desuden at bringe det i anvendelse i andre kirker i Ribe Stift.

I den forbindelse har nogle rejst kritik af sådanne arrangementer og fx spørgsmål som følgende rejses: Kan yoga forenes med kristendom? Er det ikke 'bare' hedensk import og udtryk-

ker et andet menneskesyn? Hvad har yoga med Jesus og opstandelsestro at gøre? Er yogaens fokus på at se indad ikke lige præcis det stik modsatte af kristendom, som altid peger på det fælles? Kan yoga løsrives fra sin hinduistiske arv – og ses blot som en spirituel disciplin, som måske ligefrem kan vække til alternativ kirkegang og fromhedsliv? Er yoga noget, der har hjemsted også i kirken. Og kan man sige noget om, hvad der så særligt gælder for yoga i kirken?

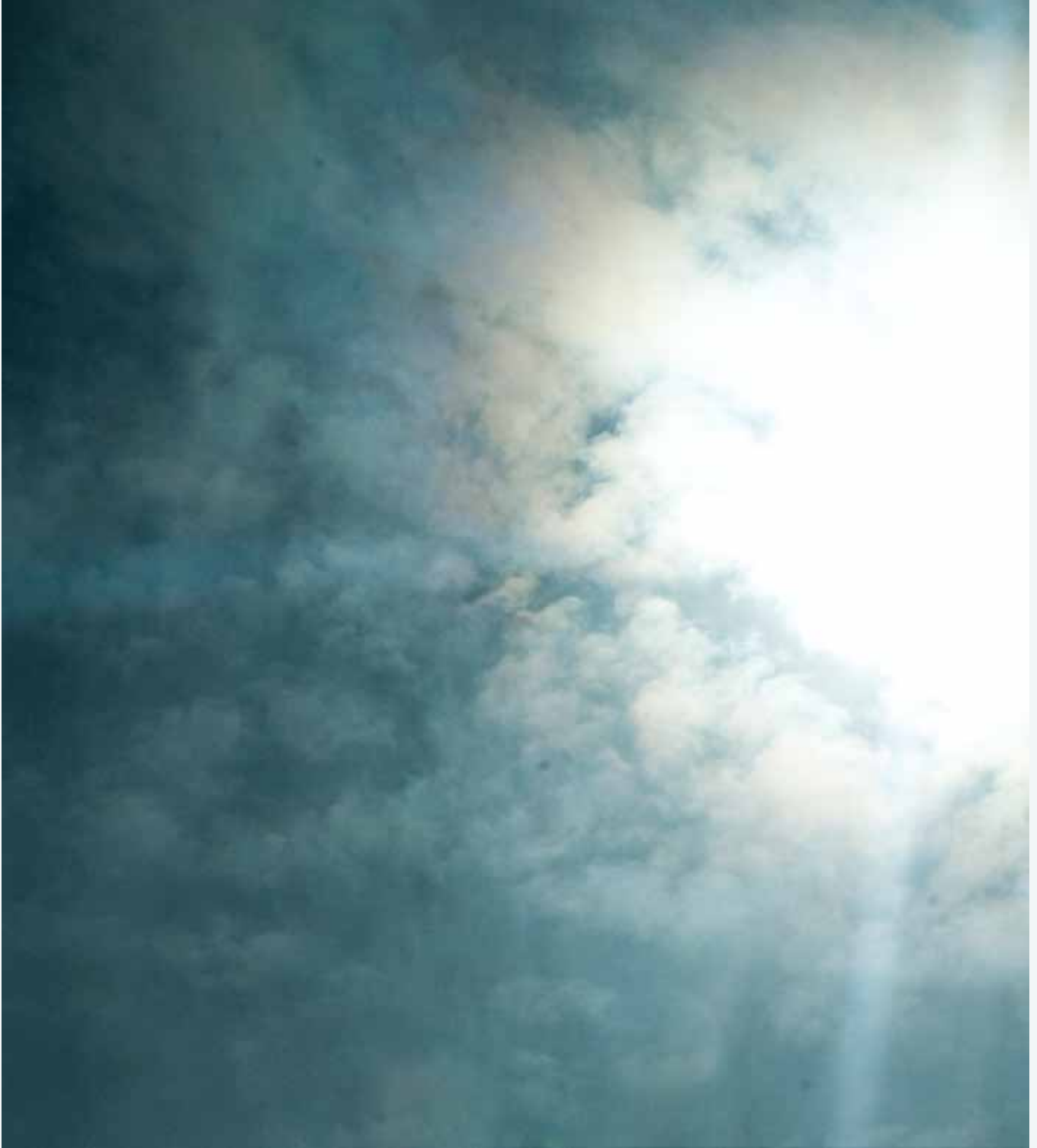
#### **Programmet**

To oplæg: ét af ungdomspræst og ph.d. Line Søgaard Christensen og ét af professor Hans Jørgen Lundager Jensen. Der var efter hvert oplæg mulighed for at stille opklarende spørgsmål.

Efter de to oplæg stod Brian Bannerholt for en opsamlende replik, og derefter fandt en bredere drøftelse om

#### **Deltagere**

Preben Kræn Christensen  
Line Søgaard Christensen  
Hans Jørgen Lundager Jensen  
Elisabeth Tine Aggerbeck  
Miriam Ellendersen  
Anna Marie Erbs  
Elizabeth Dalsgaard Fonsmark  
Ingrid Lisby Schmidt  
Brian Bannerholt  
Laila Bro  
Torben Mørup  
Trine Villumsen  
Pernille Kragh Røhe  
Anne Nissen Andersen  
Jakob Schmidt  
Elof Westergaard



# Yoga i Kirken: hedensk import eller meningsfuldt fællesskab? - Hvorfor i alverden skal vi dog lave yoga i en kirke?

AF LINE SØGAARD CHRISTENSEN

---

*Konceptet 'Yoga i Kirken' skaber både omtale, interesse og splittelse. Når vi fremskridtsvenligt orienterer os mod det, der anses for 'moderne', så bliver folkekirken ofte positivt omtalt som en institution, der følger med tiden, skaber spændende og relevante arrangementer og forstår sig på udbud og efterspørgsel inden for passende rammer.*

**Y**oga i Kirken er et initiativ, der kan vise folk, hvor folkelig folkekirken netop kan være. Interessen og opbakningen til eventet i Vor Frelsers Kirke i Esbjerg Festuge i august 2019 var overvældende, og selvom det var ærgerligt at afvise en folkeskare uden for kirken på grund af pladsmangel, så viser det netop, hvor stor en succes det var – som *Jydske Vestkysten* skrev efter første afholdelse: „Yoga fyldte kirken til bristepunktet“. Det er vigtigt at bevare momentum og sørge for, at en sådan omtale og interesse ikke går i glemmebogen midt i den evige nyhedsstrøm og andre attraktive tilbud.

## **Det konservative kirkefolk**

Naturligvis vil nogle lejre i det kirkelige landskab være negative stemt imod nytænkning, forandring, alternative

ideer og moderne tiltag som fx Yoga i Kirken – alt andet ville være mærkeligt, for det er vel netop det, der er med til at definere vores brede folkekirke. **Der skal være plads til både det traditionelle og konservative og det utraditionelle og progressive.** Men hvis vi udelukkende holder fast ved traditionen, mister vi mange folk, der vil føle sig kirkefremmede og endda uvelkomne i kirken (jf. Heelas and Woodhead og deres tese om den spirituelle revolution). Den massive modstand mod yogisk kropslighed i kirken kan opfattes som en eksklusivistisk tilgang og bliver mødt med undren og følelsen af at være udenfor. Det giver anledning til spørgsmål som: „Hvorfor er vi ikke velkomne i kirken? Er kirken kun for dem, der kommer søndag formiddag?“.



Nogle af de konservative vil sige, at yoga på ingen måde hører hjemme i kirken – men hvorfor? Er det, fordi man har en forestilling om, at yogaen som en form for hedensk import bringer 'det onde', noget dæmonisk, med sig? **Er det en frygt for, at Gud bliver vred og måske fjerner sig fra kirken? Er det, fordi man synes, kirken bliver uren? Er det, fordi man tror, at yoga er det samme som hinduisme?** Er det en frygt for, at yogaen ikke kan adskilles fra sin østlige oprindelse? Er det i virkeligheden, fordi man tror, at yoga er en religion? Er man i så fald bange for, at yoga-folket tilbeder en anden gud i kirken? Eller handler det om, at man *per se* er imod nogen form for forandring og ikke vil have noget nyt ind i kirken, uanset hvad det er – ganske enkelt en kamp for at bevare, holde ved lige, konservere?

### **Yoga kan være religiøs, men er det ikke nødvendigvis**

Det, vi kender til oprindelsen og udviklingen af yoga, kommer fra forskellige kilder, der inkluderer både gamle tekster, mundtlig overlevering, ikonografi, dans og sang. Yogaen opstod fra forskellige indiske kulturer og traditioner, og selvom yoga ofte associeres med og forstås som bestemt af hinduisme, buddhisme, jainisme og andre mindre kendte religioner, så er de yogiske filosofier, lærer og øvelser meget varierede og danner et massivt net af bifloder.

**Ordet 'yoga' kommer fra sanskrit-rodene yuj, der kan betyde at binde, forene, fastgøre, spænde i åg eller koncentrere sin opmærksomhed på noget.** I yoga forsøger man at forene og skabe balance og harmoni mellem krop og sind. I denne sammenhæng er det dog vigtigt også at kunne skelne mellem forskellige grene og skoler inden for yogaen, da nogle retninger vil opfatte foreningen i yoga som en forening mellem individet og det guddommelige.

Yoga *kan* bruges religiøst (fx Kundalini yoga, Bhakti yoga, Tantra yoga, Kirke yoga/Cross yoga/YogaFaith og Yoga i

Kirken), men yoga *behøver* på ingen måde være religiøs. Forskellige skoler og grene af yogaen har forskelligt fokus. Folk går til yoga af forskellige årsager. For mange mennesker er det en hjælp til at slappe af og reducere stress – simpelthen et tiltrængt afbræk fra en travl og hektisk hverdag med smartphones, job, forskellige relationer, indkøb og et generelt hurtigt tempo i det moderne liv. Nye følelser og tankemønstre kan dukke op, når man vender fokus indad, og det kan hjælpe folk med at give slip på spændinger, bekymringer og det, der ikke er brug for længere. For nogle 'yogis'/'yoginis' er yoga en livsstil, andre oplever det som et spirituelt frirum, mens andre igen ser det som en hobby, en sekulær aktivitet eller træningsform.

### **Et af de store spørgsmål i vores sammenhæng er: udgik yoga fra hinduismen, eller gik yoga forud for religion?**

Det hele afhænger af, hvordan man vælger at definere begreberne. Første gang termen 'yoga' nævnes, er i den ældste vediske tekst *Rig Veda* (forskerne er uenige om dateringen og oprindelsen af Vedaerne, så de anslås til ca. 1700–1100 f.v.t., m.a.o den præ-aksiale periode). Både hinduisme, buddhisme og yoga kan karakteriseres som 'vediske' (da de nævnes i Vedaerne), men selvom de tidligste kilder er de samme, så er yoga en tradition, der går forud for det, man i dag betegner som 'moderne hinduisme' – og det som moderne hinduister regner for deres religion. I øvrigt kan der være stor forskel på, hvordan klassisk østlig yoga ser ud i forhold til moderne vestlig yoga, for yoga kan defineres forskelligt og have forskellig udtryk og forskellig betydning for forskellige grupper og individer. I tillæg hertil er det ikke uvæsentligt at være opmærksom på, at de fleste hinduistiske og vediske traditioner lægger vægt på selverkendelse fremfor at promovere en bestemt form for tro eller tilbedelse af en særlig hinduistisk gud som hovedfokus.

I Upanishaderne, der blev skrevet i midten af det første årtusinde f.v.t. som en del af en spirituel og aksial bevægelse, der lagde mere vægt på indre øvelser fremfor de tidligere arkaiske ritualer, blev grundige forklaringer til yoga-øvelser og meditationer fundet. Den mest anerkendte yogiske tekst er den høj-aksiale *Bhagavad Gita*, der blev skrevet omk. 500 f.v.t., hvori overgangen fra Vedaernes blodige ofre til det indre personlige offer beskrives – her er det nu egoet, der ofres gennem selverkendelse, handling og visdom (jf. Robbert Bellahs kulturevolutionære teori om aksetid). Endnu en yogisk tekst, der er værd at nævne, er Patanjalis Yoga Sutra fra det 2. århundrede e.v.t., der med sine 196 aforismer betragtes af mange som den mest grundlæggende yoga-tekst. Yoga-sutraerne fremhæver, at yoga er centreret omkring en mental oplevelse: „for at berolige sindets fluktuation“. I dag er det stadig netop selveroen i det indre, der får mange folk til at strømme til yoga.

Det er i øvrigt ikke kun i Østen, at man tidligere har forbundet ånd og krop i en religiøs kontekst. I Vesten har blandt andet Sankt Dominikus (1170–1221) været en central figur, da han med *De 9 Bønsformer* udarbejdede ni måder at bede i en bevægelse af ånd og krop i kirken – et skrift som søster Cecilie bragte til videreformidling (1260). Man kan sige, at de kropslige bevægelser bevæger sjælen og bliver til en spirituel form for tilbedelse eller åndelig 'gudstjeneste-praksis', kort sagt en kropsliggjort bøn. Denne bønsform beskriver Dominikus på følgende måde: „sjælen benytter sig af kroppens lemmer til at løfte sig længere ind i overgivelsen til Gud“.

Desuden er det relevant i denne sammenhæng at nævne højskolemanden, Niels Bukh (1880–1950), der med sin bog *Grundgymnastik eller primitiv gymnastik* udarbejdede en manual for kropslige øvelser til at modvirke stivhed i kroppen. Hans arbejde havde stor indflydelse på både nordisk kropskultur og østlige yogalærers praksis i Vesten. **På den måde er meget af den moderne yoga, vi kender i dag, et sammensat interkulturelt fænomen, da vestlig tænkning, kultur og historie har været med i udformningen af denne yogiske form.**

### Vores tid og folkekirken som kontekst

I vores samfund betragter mange mennesker yoga som et sekulært tilbud, men yoga er fleksibel og kan tilpasses. Det vil sige, at yoga kan præsenteres i en sekulær kontekst uden nogen form for spiritualitet, hvis det er det man vil, men den kan også præsenteres som en spirituel disciplin, der kan knytte an ved enhver form for tro, hvad end det er hinduisme, buddhisme, islam, jødedom, kristendom eller andre former for religion – og naturligvis kan yoga også være noget midt imellem de to poler. Netop fordi yogaen fokuserer på individets selverkendelse, har den en særlig form for tilpasningsevne og universalitet, og det gør, at



vi kan anvende yoga i mange forskellige sammenhænge til forskellige grupper af mennesker. For nogle kristne kan yogaen bruges som en spirituel disciplin til at komme tættere på Gud, og på den måde kan Gud blive en større del af deres liv, og det kan få dem til at samles i kirken og danne nye fællesskaber. Denne spirituelle disciplin kan være en form for bønspraksis, hvor både krop, sind, ånd og kirkerum forenes. **Det altafgørende, hvad angår yoga i den religiøse arena, er uden tvivl hensigten og den måde, hvorpå man vælger at tilpasse yogaen.**

Et event som Yoga i Kirken er med til at vise folkeligheden i folkekirken, og det viser, hvor bred folkekirken kan, tør, og bør være, så der er plads til alle. På den måde bliver fællesskabet større, og flere folk føler sig velkomne og hjemme i folkekirkelige regi.

Denne form for post-aksialitet (eller 'Second Axiality') i et øst-vestligt mix med Yoga i Kirken kan noget specielt. Vi får ro i hovedet, tankemylderet bliver sat på pause for en stund, og vi kommer ned i kroppen og ind i sindet. **Samtidig forkynder kirkerummet i sig selv, for kirkens rum kan give folk en særlig form for ro, og måske det får folk til at tænke på noget, der er større end dem selv, måske det får dem til at mærke den særlige form for samhørighed, kirken kan være med til at markere.** Yoga-kirke-blandingen foregår med stor succes i både ind- og udland, så hvorfor skulle Esbjerg ikke også kunne være med? Efter mit arrangement, Yoga i Kirken, er der blevet åbnet nye døre i mit netværk som ungdomspræst, og jeg har fået nye spændende samarbejder. Desuden udviser mange af de unge (og ældre), jeg taler med, en overvældende stor interesse for Yoga i Kirken – og de ser det som en god, betydningsfuld og spændende vej ind i det kirkelige landskab.

### **Programmet til Yoga i Kirken i festugen 2019 og senere tilføjelser**

Jeg havde valgt at undervise en bestemt form for yoga i festugen, nemlig yin yoga, for at have fokus på ro, stilhed, og fordybelse. Med yin yogaen arbejdede vi med bindevævet i siddende og liggende stillinger i flere minutter ad gangen, mens vi havde mulighed for at vende opmærksomheden ind i os selv og lade musklerne og tankerne slappe af. I begyndelsen af timen læste jeg op fra Efeserne 4,2 (egen oversættelse): „Vær ydmyge og milde, vær tålmodige og bær over med hinanden i kærlighed“. **Passagen blev læst op to gange som en fonetisk og repetitiv hjælp til bevidstheden, så det kunne blive til en form for kristent mantra gennem timen – og måske endda også resten af dagen.** Deltagerne fik tid og ro til at tænke over, hvad ordene egentlig kunne betyde for dem selv i deres liv i dag. Jeg spurgte dem, om de også huskede at være ydmyge, milde, tålmodige over for sig selv, og om de bar over med sig selv i kærlighed.

I løbet af timen guidede jeg deltagerne ind i de forskellige øvelser (uden brug af sanskrit-termer), jeg forklarede forskellige måder, man kunne vælge at skrue op eller ned for intensiteten alt afhængig af, hvor fleksibel kroppen var, og jeg (samt min assistent) viste alternativer til dem, der havde brug for det. Endvidere fortalte jeg om kroppens forskellige øvre og nedre meridianbaner, der blev brugt i de forskellige stillinger, og hvordan vi kunne fjerne eventuelle blokeringer og opnå et frit flow inde i disse baner gennem yin yogaen og de dybe bindevævsstræk. Det blev understreget, at hver meridianbane er tilknyttet et særligt organ og bestemte følelser. Jeg fortalte deltagerne, hvor deres meridianbaner løb i kroppen, samt hvilket organ og følelser, der var forbundet med de enkelte baner, og jeg guidede dem til at mærke efter i både krop og sind. Alt afhængig af hvilken stilling vi var i, og dermed hvilke meridianbaner, der blev brugt, opfordrede jeg deltagerne til at give slip på bl.a. had, manglende selvtillid, angst, stress, rod, vrede, irritation og stivhed (i krop og sind), og i forlængelse heraf guidede jeg dem til at skabe plads til hhv. kærlighed, selvtil-

lid, ro, afspænding, orden, medfølelse, glæde og fleksibilitet (i krop og sind). Jeg mindede deltagerne om yin yogaens 'regler' (herunder: gå til grænsen, find stilhed, luk øjnene, hold stillingen i længere tid og kom langsomt ud af stillingen igen) samt vigtigheden af et godt, langsomt og roligt åndedræt. Jeg lagde desuden vægt på, at de som en form for åndedrætsvisualisering skulle trække vejret ind i hjertet, skabe plads rundt om hjertet på flere forskellige måder og på deres udåndinger give slip. Vi sluttede timen af med en afslappende afspænding og en kropsscanning, og derefter repeterede jeg verset fra Efeserne 4,2 to gange, så de blev mindet om budskabet og blev opfordret til at tage det ind i hjertet og med ud i deres liv. Afslutningsvis takkede jeg for, at de var kommet og viste opbakning og interesse. Mange af deltagerne har efterfølgende efterspurgt flere Yoga i Kirken-events, og jeg får løbende mange forespørgsler om nye datoer.

Afslutningsvis kan jeg fortælle, at jeg har afholdt Yoga i Kirken i Vor Frelzers Kirke én enkelt gang mere, nemlig i begyndelsen af januar 2020, hvor *Jydske Vestkysten* endnu en gang bragte historien på forsiden af avisen – denne gang med overskriften „Yoga med Jesus er populært: Booking-system gik i sort“. Eventet blev afholdt med et nyt tema og dertilhørende nye øvelser, og derudover valgte jeg at inkludere tre bibellæsninger, der passede til temaet (herunder en inclusio-struktur med Jer 29,11 repeteret som indledning og afrunding samt Jos 1,9 i midten), og en kort velsignelse. Første gang i Vor Frelzers Kirke var deltagerantallet estimeret til over 100, og flere måtte desværre gå igen, da der ikke var plads. Derfor oprettede jeg et bookingsystem gangen efter, så ingen skulle gå forgæves. Denne gang var der 50 ledige pladser, da kun midtergangene blev brugt.

Tilføjelse: per august 2021 afholder jeg nu Yoga i Kirken i Grundtvigskirken i Esbjerg ca. én gang månedligt med plads til 60 deltagere. Flere af stolene bliver midlertidigt fjernet fra kirkerummet, så der er plads til mange yogamåtter. Som noget nyt er det i samarbejde med organist Helene Hersbo, der bidrager med meditative musikstykker i løbet af timen på orgel og/eller klaver, hvoraf ét af stykkerne er over en salme. **Dette kan hjælpe med at give en helt særlig stemning i rummet og samtidig også tilføje endnu en vigtig dimension til Yoga i Kirken, nemlig kirkemusik, hvilket kirkeyogafolket også tidligere har efterspurgt og nu altid giver en positiv respons på.** Nogle gange har der yderligere været flere forskellige musikalske samarbejder bl.a. blokfløjte- og tværfløjtespiller samt sanger – det er dog i denne sammenhæng vigtigt at nævne, at det var sang uden ord, en form for meditativ og melodisk vokalisering akkompagneret af klaver, for at bevare det meditative rum. Yoga i Kirken er netop tænkt som den forholdsvis 'ordlette' oplevelse med fokus på den enkeltes indre fordybelse, og derfor vil sang *med* ord potentielt provisorisk forstyrre sindets øvelse i at give slip på unødvendige tanker. Endnu et par nye elementer tilføjet til kirkeyoga-liturgien er et relevant tematisk citat fra litteraturen/teologien samt en





afsluttende bøn lige inden velsignelsen, der stadig er placeret som det sidste led i seancen. Desuden er lysene på alteret tændt.

Med Yoga i Kirken skaber vi et fællesskab, hvor folk kan forene krop, sind, ånd og rum via en kombination af bl.a. øvelser, oplæsning, forkyndelse, indre refleksion, meditativ musik, bøn og velsignelse.

Fra januar 2023 bliver Yoga i Kirken nu også afholdt i Gjesing Kirke ca. én gang i måneden med plads til ca. 30 deltagere, og organist Lars Ole Mathiessen spiller meditativ musik. Sideløbende dermed fortsættes det succesfulde samarbejde med Grundtvigskirken 4-6 gange om året.

**Yoga i Kirken er meget populært, og der kommer kontinuerligt mange nye interesserede folk til, der ser det som en god og betydningsfuld måde at komme i kirke på.** Der er udsolgt hver gang med 'venteliste' (deltagerne videreformidler selv deres billetter i Facebook-gruppen ved evt. afbud), og første gang det blev afholdt i Gjesing Kirke, blev der udsolgt på tre minutter. Det er uden tvivl et meningsfyldt og relevant initiativ, der har stor opbakning fra folk, der endda deltager på tværs af sogne.

Line Søgaard Christensen  
Ph.d., cand.theol, sognepræst  
v/ Gjesing Kirke samt RYT Yoga Alliance akkrediteret  
yogalærer (200 Hatha, 100 Nidra, 50 Yin); tidligere  
ungdomspræst i Esbjerg (2019-2022).

Artikel skrevet efteråret 2019 med revision februar 2023.

# Er kirkerummet helligt?

AF HANS J. LUNDAGER JENSEN

---

*Baggrunden for artiklen her er et spørgsmål: 'Kan man have yoga i kirken?'. Dette kan betyde: Kan kirken – det kristne univers – rumme yoga, eller er yoga grundlæggende uforenelig med ordentlig kristendom?' Men det kan også betyde: 'Selv hvis yoga måtte være forenelig med ordentlig kristendom, bør det så finde sted i en kirke?' Det er forestillinger 'omkring' dette andet spørgsmål, det følgende drejer sig om.*

**H**vad der kan eller ikke kan finde sted i en kirkebygning, hænger uundgåeligt sammen med en fornemmelse af at kirkerummet er noget særligt. Og så følger, også næsten uundgåeligt, forestillingen om at det særlige ved kirkerummet skulle bestå i dets 'hellighed'. Så: Er kirkerummet helligt? **Dén diskussion forudsætter en afklaring af hvad 'helligt' vil sige.** Og dét åbner for en tidsmaskine der fører os langt tilbage i tiden, tilbage til en tid før kristendommen.

## **Templer: hellige huse**

Forestillingen om at kirken er et helligt sted, har umiddelbart en baggrund i Det Gamle Testamente. Templet i Jerusalem var helligt. Et tempel, der er endnu vigtigere i Det Gamle Testamente, er Åbenbaringsteltet – den helligdom israelitterne fortælles at have haft under deres tid i ørkenen. Det er beskrevet i Mosebøgerne (i 2., 3. og 4. Mosebog) – og med mange flere detaljer end Salomos tempel og de

templer i Jerusalem der kom efter dette. Åbenbaringsteltet var i alt væsentligt også et tempel, selv om det var af en særlig slags. Det var beregnet på at kunne transporteres, tages ned og sættes op igen et andet sted. Templet i Jerusalem var som andre templer bygget i sten. Men de to bygninger havde samme funktion. (Om der har eksisteret et Åbenbaringstelt, eller om der er tale om en litterær fiktion fra en ideel fortid, er usikkert).

**Faktisk er der intet hebraisk ord for 'tempel' i Det Gamle Testamente. Det ord der bruges oftest, er det almindelige ord for 'hus'.** Templet og Åbenbaringsteltet var huse, dvs. boliger. Et hus er en bygning eller en konstruktion, der er beregnet på at blive beboet. Det særlige ved templer var deres beboer, nemlig Gud (som i Det Gamle Testamente hedder Jahve). Her vil jeg for nemheds skyld tale om en særlig slags religion, 'tempelreligion', som noget der var fælles for Det Gamle Testamente og for dets naboer.



Tempelreligion var det almindelige i Det Gamle Testaments omverden. De største af templerne var enorme, kostbare, farvestrålende, synlige på lang afstand. Ruinerne af nogle af dem kan besøges endnu i vore dage: det gigantiske tempelkompleks i Luxor i Egypten med mange templer; Parthenon og Hefaistos-templet i Athen; Pantheon i Rom; templerne i Palmyra (før de blev ødelagt af Islamisk Stat – de skal nu være under genopbygning). Tempelreligionen var overalt, og alle byer havde et eller flere templer – boliger til de lokale guddomme. Tempelreligionen var grundlæggende polyteistisk: Der var mange guddomme; mange af dem boede på jorden; nogle kunne bo i flere udgaver i forskellige templer. **Oprindeligt har Jahve-templet i Jerusalem ikke været så meget anderledes: Her boede Jerusalems gud, på sit lille ‘hellige’ domæne, omgivet af den store, brede ‘profane’ verden; ‘profan’ vil blot sige ‘ikke-hellig’.** Et af de sikre tegn på, at templer var boliger for guddomme, var i øvrigt, at de duftede godt: Hvor der var guddomme, var der også røgelse.

Fordi templerne var boliger for guddomme, var de omgivet af strenge regler. Guddommene selv beboede et inderste kammer (i Det Gamle Testamente kaldet ‘det allerhelligste’), oftest inde i en statue. Da de var guder, ikke mennesker, kunne der ske dramatiske ulykker, hvis mennesker, der jo var profane, kom dem for nær. Templet var derfor også en beskyttende zone omkring guddommen – så menneskene ikke kom ud for en ulykke. Derfor var templer forbudt område for almindelige mennesker (præster kunne komme der, hvis de overholdt visse, strenge regler, bl.a. ikke at larme). I Det Gamle Testamente er der et særligt korps af tempeltjenere, ‘levitter’, hvis opgave det var at sørge for at lægfolket ikke kom for tæt på gudeboligen.

I Det Gamle Testamente kunne lægfolk altså ikke komme ind i den egentlige bolig. Men de kunne godt opholde sig i den åbne forgård, der hørte til templet. Det var frem for alt oplagt i forbindelse med familiers fællesmåltider, såkaldte ofringer, hvor fedtstykker fra et slagtet dyr blev brændt på et fritstående alter. Men også dette alter var helligt – dvs. det var kun præsterne, der kunne berøre det. Og ude i forgården var der plads til sang: kor af tempelsangere, der

ikke var præster, men dog religiøst personale, kunne synge lovsange og bønner til Gud.

Ikke kun boligen var hellig, men også både boligens inventar (pagtens ark, en syvarmet lystestage og flere andre genstande) og det personale der kunne komme ind i boligen, nemlig præsterne. Og ‘gudstjeneste’ er her i bogstavelig forstand en tjeneste for Gud; præsterne er tjenere for den guddom, der bor i sit hus. **Og også familiers offermåltider er en form for gudstjeneste – de foregår i nærheden af Guds hus, og i dem indgår en ydelse fra offerdeltagerne til guddommen, nemlig de fedtstykker der brændes på alteret som offergave.**

I Det Gamle Testamente kan hellighed også bruges til at beskrive Gud selv, og tilmed, i bestemte sammenhænge, Guds folk, Israel. i det sidste tilfælde er hellig blevet en løsere betegnelse for ‘udvalgt’, ‘pagtsfolk’, et folk med en særlig tilknytning til Gud. Men grundbetydningen har været egenskaben ved den bolig, Gud har.

### **Forsamlingssteder, synagoger: profane steder**

Grunden til at en kirke ikke ligner et tempel, er også historisk og går tilbage til før kristendommens oprindelse. I Det Gamle Testamente kan man se, hvordan en ny religionsform og en ny gudstjenesteform baner sig vej, en form der kom til at vende op og ned på tempelreligionen og på gudstjenesteformen.

Denne nye form bliver til den jødiske synagoge-gudstjeneste. Den foregår ikke i et tempel, men består i at en gruppe forsamlers sig, får et stykke tekst læst op af en religiøs leder og får tekststykket forklaret, mens forsamlingen reagerer med bøn, knæle, svar (‘amen!’). **Det er dette forløb, der underforstås i det græske ord ‘synagoge’, der egentlig betyder ‘forsamling’, ikke et specielt hus til religiøse forsamlinger.** Denne slags gudstjeneste foregik netop ikke på et helligt område, men et sted til formålet ude i den profane omverden. Og den behøvede ikke en permanent bolig – dvs. den var fleksibel på en måde som selv Åbenbarings-teltet ikke kunne have været.



Model af Jerusalem og Herodes tempel på Israel Museum, Jerusalem



Tempelbjerget, Jerusalem

Også synagoger blev ganske vist med tiden til permanente huse, undertiden til pragtbygninger lige som de antikke templer, og med tempellignende træk, lige som i de kristne kirker. Men mens templer i tempelreligionen var nødvendige for gudstjeneste, er bestemte huse ikke nødvendige for synagogegudstjenesten; den foregår når tilstrækkeligt mange mennesker er forsamlede, tekster læses op og formularer fremsiges. Og dette kan i princippet foregå hvor som helst. Der kræves ingen altre, kostbart inventar, røgelse, præster, ofringer.

Derimod er tekster oftest nødvendige. Nogle af disse tekster bliver senere til Det Gamle Testamente. Og der kræves nogle personer, der har adgang til disse tekster, som har et eksemplar, og som kan læse dem og læse dem op. **Denne form for religion afviser for det første mange guder og for det andet at guder skulle have boliger på jorden.** Der er én Gud (i det mindste kun en rigtig guddom), og hvis han bor nogle steder overhovedet, er det i himlen. At dyrke ham er at samles, huske på ham, kende til hans historie og følge hans regler, dvs. leve på den måde som han har foreskrevet.

Det betød en fundamental ændring i forholdet imellem rummet og menneskene. I templerne var det vigtigt at almindelige mennesker *ikke* kom – i det mindste ikke kom for tæt på. I forsamlingsstederne var det naturligvis afgørende, at der overhovedet kom nogle.

### Kirker

Ud af synagogerne vokser kirkerne. De tidligste kristne menigheder var i begyndelsen ikke til at skelne fra andre jøder; også de forsamlede sig hvor de kunne. Først i private huse, senere også på martyrerne gravpladser (og her begyndte de at adskille sig fra de andre jøder). De tekster, de læste op, var dels fra Det Gamle Testamente, dels deres egne. Men også her var læsningen ledsaget af en forklaring der gjorde det læste relevant for tilhørerne; også de fik reg-

ler for hvordan de skulle leve deres liv, nu de var kristne. Efter oplæsnings-gudstjenesten, der var for de døbte og andre interesserede, kom så det rituelle måltid, nadveren, der kun var for de døbte.

Da kristendommen først blev accepteret som lovlig religion i Romerriget og senere fik monopol-status, var de små, private forsamlinger ikke nok. Der måtte også store bygninger til, der kunne huse mange mennesker – store, farverige bygninger med billeder og udsmykninger, der kunne bjergtage og fascinere, og med et fast, kompetent og ikke mindst synligt personale til de gudstjenstlige handlinger. Det var uundgåeligt, at de nye kristne bygninger gentog elementer fra de gamle templer – som de også til at begynde med var i konkurrence med. Og kristendommens udbredelse og udvikling hænger i høj grad sammen med udbredelse og udvikling af bygninger: mere og mere pragtfulde, indtil de fantastiske katedraler i gotik, renaissance og barok – dem som vi er mange der vil rejse langt for at opleve og beundre. Forskere taler med rette om 'argumenter i sten', som allerede oldtidens templer havde været. Kristendommens bygninger var prædikener om Guds storhed og kristendommens vidunderlighed, som det var svært at sige imod. Og så var også disse kirker stadig steder hvor der skulle læses op af bibelske tekster, holdes tale ('prædike'), bedes og synges.

Kirkebygningen og kirkerummet blev derfor til som et kompromis imellem tempel og anti-tempel. Og dette gælder endnu i dag. Man kunne – og kan – lægge vægten på anti-tempel. I så fald vil man afvise ideen om at bygningen og rummet skulle være helligt. **Hvis begrebet 'hellighed' overhovedet er relevant, er det som en beskrivelse af den særlige stemning der kan, eller bør, indfinde sig i og med forsamlingen.** Og så er 'hellig' mest beslægtet med forestillingen om en 'ånd', noget immaterielt og flygtigt. Man kunne – og kan – også lægge vægten på det tempelagtige.

I så fald kan også kirkebygningen og -rummet siges at være 'helligt'. Selv om det ikke i bogstavelig forstand er et hus for Gud, så er det dog et sted hvor Gud, eller en udløber, en del, af Gud er til stede. I romersk-katolske kirker kan man have den indviede hostie på alteret. I så fald er Kristus materielt, faktisk, til stede i bygningen.

### Det protestantiske paradoks

Reformationen var på mange måder et forsøg på at afvikle megen af den religiøsitet, der havde samlet sig sammen i kristendommen i løbet af middelalderen – herunder og ikke mindst kirkebygningernes tempel-prægning. Kirker skulle være steder for prædikener og salmesang. Synagoge-modellen blev reaktiveret. Kirkerummet skulle indrettes sådan, at deltagerne i gudstjenesten kunne koncentrere sig om prædikenen, der ofte var lang. Derfor skulle de kunne sidde ned. Kirkebænkene definerede fra nu af kirkerummet: **I realiteten blev en kirke først og fremmest et rum med rækker af siddepladser, en skolestue, et forelæsnings-auditorium.**

Kirkerummene havde indtil da været åbne rum. Der kunne være siddepladser langs siden eller stole; men der var også dele af rummet der ikke var optaget, hvor man kunne gå eller stå, samtale eller knæle i ensom læsning eller bøn. Der var forskel på hvor meget folk gik op i gudstjenesten, og også for de seriøst fromme var der plads – i bogstavelig forstand. I middelalderkirkerne kunne 'skibet' bruges til mange forskellige ting, ud over gudstjenester ('messer'), også selv om der var puritanske røster der ville forhindre alt for lystige begivenheder. Men fra og med reformationen skulle al aktivitet være religiøs og kollektiv: Alle skulle samtidig deltage i gudstjenesten; alle skulle høre, synge, rejse sig og sætte sig.

Dermed opstod et paradoks. På den ene side var rummet kun et forsamlingsrum, *ikke* et helligt sted, *ikke* et tempel eller noget der lignede. Men på den anden side kunne rummet i praksis *kun* bruges til gudstjeneste, dvs. til et religiøst formål. Med andre ord: **Man fik et rum der i den teologiske teori ikke var specifikt religiøst, og som i praksis kun kunne være religiøst.**

Deraf muligheden for en evig svingen hid og did imellem to ekstremer. På den ene side kan man på protestantisk vis insistere på, at rummet ikke er anderledes end alle andre rum: Gud og gudstjenesten kan kaldes hellig – men selve huset er bygget af sten og menneskelig kraft og er ikke andet end det. En tidligere dansk biskop skal efter sigende have sammenlignet kirkerummet – uden for gudstjenesten – med et offentligt lokum. Det kan dårligt undgå at virke stødende. Men der er en god kristen asketisk-puritansk tradition, der går helt tilbage til oldkirken, for at betragte hele verden som en stinkende grav (ordentlig teologi vil her tilføje: den *menneskelige* verden, ikke naturens verden ...). Hvis alle huse egentlig, dybest set, er lokummer, hvorfor så ikke også kirken, hvis den ikke adskiller sig fra alle andre huse?

Og på den anden side er kirkerummene for de fleste det modsatte. Selv om røgelsen endnu ikke er kommet tilbage til danske folkekirkekirker, er fornemmelsen af at der hænger en slags guddommelighed i rummet, svær at lægge fra sig. De fleste vil sænke stemmen, gå langsomt, kontrollere deres krop, tage hatten af, når de går ind i en kirke. Det er den adfærd, der passer sig for den, der nærmer sig en guddom: Ud af den brændende tornebusk lød der til den nysgerrige Moses: „Tag dine sandaler af, for det sted, du står, er hellig jord“ (2 Mos 3,5). Selv om 'Guds hus' ikke kan siges at være Guds hus i oldtidens forstand, så vil det stadig, for mange, være andet og mere end bare et hus. Hvis ikke det er Guds, så måske Helligåndens – hvis ikke massivt, så luftigt? Hvis ikke meget, så måske lidt?

### Graderet hellighed?

Formodentlig har tempel-forestillingerne en god fremtid for sig. De kan udtyndes og udvandes og teologisk tales ned. Det er de ofte blevet i kristendommens 2.000-årige historie, og dog vil de ikke gå væk. Men også i oldtiden kunne man tale om grader af hellighed i templerne. Det inderste kammer, hvor guddommen faktisk var til stede, var 'det *aller*helligste'. Derimod var bl.a. forgården, som lægfolket havde adgang til og hvor ofringerne fandt sted, blot almindeligt hellig. Dén skelnen svarer nogenlunde til forskellen imellem koret og skibet i en traditionel kirke.

Hvis det giver mening at betragte (eller fornemme) kirken som hellig, vil det måske også give mening at betragte noget som mere helligt end andet. Alteret vil i så fald og uundgåeligt være mere helligt end prædikestolen eller kirkebænkene – svarende til at lægfolk kan prædike, men ikke forstå sakramenterne. Og så kan et svar på om kirkerummet er helligt, være:

(1) Det er det, hvis vi accepterer at vi aldrig helt kommer ud af tempel-fascinationen, og at vi heller ikke ønsker at komme ud af den.

(2) Kirkerummet er helligt i forskellig grad: Noget er mere helligt end andet. 'Skibet', kirkerummet, kan bruges til mange ting, herunder fromhedspraksisser af mange slags, og kun eklatant blasfemi er på forhånd uacceptabelt. Koret derimod er et område der kun bruges til gudstjeneste. Skibet vil i så fald være et frihedens rum, koret et bundethedens. Man må meget mere i skibet end i koret. Sådan er det også i dag, under højmessens, selv hos meget 'lutheranske' præster. De kan tale fra prædikestolen, eller et andet sted, nede i skibet. I koret afholder de sig (i hvert fald normalt) fra at prædike. Dermed markeres at der er steder, og tidspunkter, hvor det er passende at lægge bånd på trangen til at tale.

Hans J. Lundager Jensen

Professor, dr.theol., religionsvidenskab, Aarhus Universitet

# Kan vi have yoga i kirken?

AF ELOF WESTERGAARD

---

*Det korte svar er ja, men kun under forudsætning af at det sker i en klar kristen sammenhæng. Desuden er kommunikation og dialog mellem præst, ansatte og menighedsråd vigtigt.*

Yoga har i manges øren en tæt relation til østens religioner, og derfor vil mange måske tro, at når vi bringer yoga ind i kirken, så vil vi også bringe de østlige religioner ind i kirken. Yoga har imidlertid mange former og bruges både i en åndelig bønsspraksis i forskellige religioner og som redskab i forbindelse med afstresning, afspænding og oparbejdelse af smidighed. Der er således ikke knyttet en bestemt religion eller praksis til yoga.

Betragtet som et redskab kan yoga finde hjemsted i kirken.

Yoga kan i sammenhæng med bl.a. bibeltekst og kirkerummet skabe et andet sprog for forkyndelsen, det kan betragtes som en andagtsform, en form for kristen meditation, som i vores tid giver mulighed for at kombinere ånd og krop. Inddragelsen af bibellæsning, som angivet i Line

Søgaard Christensens praksis eventuelt også med en velsignelse, placerer tydeligt denne meditationsform i en kristen kontekst.

Da yoga for mange umiddelbart giver associationer til østlige religion, er det vigtigt med den nødvendige teologiske refleksion, såfremt man som præst og/eller menighedsråd ønsker at tilbyde en sådan praksisform i kirken. Da vi lever i en tid, hvor skellet ikke primært går mellem forskellige kirkelige retninger inden for folkekirken eller mellem forskellige kristne kirker, men mellem kristendom og andre religioner, er der fra de præsters og menighedsråds side, som tilbyder yoga i kirken, brug for en tydelig og klar kommunikation. Det er her også vigtigt, at emnet tages op i menighedsrådet og blandt præstekolleger, eventuelt også på provstikonventer.



## FOTOKREDIT

---

Side 12. Wikimedia Commons, Berthold Werner  
Side 12. Wikimedia Commons, Andrew Shiva

