



Böneapostolatet

Linköpings kloster 2023



O Gud,

I Din blick vill jag vila varje ögonblick av mitt liv.

Djupt förankrad i Din kärlek och nåd,

vill jag öppna mig för uppståndelsens frid och låta den
genomströmma hela min varelse.

I trofasthet mot min kallelse till stillhet och bön,

ber jag om hjälp att värna den avskildhet jag behöver för att
utforska denna väg och för att läkas och mogna.

Med Kristus som förebild vill jag leva i lyhördhet
mot din heliga Ande och söka enkelhetens glädje i allt.

Jag lämnar mitt livs bittra örter som ett offer på Ditt altare,
greppar bekymmerslöshetens pärla,

sveper ömhetens skyddande, blå mantel, omkring mig

och överlämnar mig i tillit till Dig som är

Vägen, Sanningen och Livet.

Låt mig ära Dig i allt!

Amen

Av: Marie-Louise Aspernäs
Linköpings klostets Bönepostolat

Inledning

För Linköpings kloster är Jesu bön den största förebilden för det bönen liv som utforskas här. Det är givetvis inget unikt för detta kloster. Genom hela kyrkans historia har Jesu liv varit förebilden för alla som känt en särskild dragning och kallelse till ett liv i bön.

Ofta har klostren varit platser som representerat just bönen i kyrkans liv. I luthersk tradition har under lång tid klosterväsendet varit frånvarande och bönen liv ifrågasatt. Betoningen i luthersk spiritualitet har legat mer på omsorgen om nästan, att *gå ut* och göra alla folk till lärjungar, än på *att gå in* i kammaren och be i det fördolda. Att som Maria sitta vid Jesu fötter och lyssna till hans ord – inte bara på fritiden – utan på heltid och livstid har inte premierats. Ändå har bönen alltid funnits i kyrkans liv. Bön är som vattnet. Det kan inte stoppas. Det hittar alltid sina vägar, även om stockar och stenar tillfälligt blockerar dess flöde.

Bönen människor hittar också alltid varandra. När törsten blir tillräckligt stark springer oväntade bönekällor fram. Vid dessa källor samlas de törstande, *bedjarna*. De släcker sin törst hos Kristus, Källan, och dricker sig samtidigt törstiga efter mer av det liv bara han kan ge. Ur Andens stilla strömmar blir de själva till källor för världen och de sammanhang dem lever i, (Joh. 4:13-14).

Linköpings kloster är och vill vara ett hem för den eller dem som gjort bönen till sitt centrum. Det är bönen som utgör klostrets primära bidrag och tjänst i kyrkan. I mån av möjlighet bereds rum för dem som under en kortare eller längre period vill dela bönen liv. Klostret vill vara en ”böneskola” och på så sätt stödja bönen olika kallelser i kyrkan. Böneapostolatet är ett konkret uttryck för just det.

Linköpings kloster verkar inom Svenska kyrkan. Böneapostolat är en del av klostrets liv i bön och välkomnar alla som vill vara med, oavsett samfundstillhörighet och livsform. Inte heller detta är något unikt. I klosterlivets historia finns många exempel på hur människor på olika sätt och i olika grad av engagemang varit associerade med klostren och blivit till stor välsignelse för kyrka och samhälle.

Det är en välsignelse för klostret att dela denna bönen gemenskap med andra i Svenska kyrkan, men också från systrar och bröder från andra samfund, både i och utanför Sveriges gränser.

Bakgrund

Böneapostolatet tog sin början när tre vänner sommaren 2014 sökte sig samman för att be. De kom överens om att varje morgon vid åttatiden inleda dagen med bön för varandra. Ur den bönen växte snart en gemensam längtan fram att också be för kyrkan och världen. Efter något år togs en folder fram med böneintention för varje månad i syfte att stödja bönen i vardagen.

Sedan dess har fler önskat vara med och idag består Böneapostolatet av femtio personer från olika platser både i och utanför Sverige.

Böneapostolatet är en del av klostrets apostoliska tjänst för kyrkan.

Linköpings kloster vill genom Böneapostolatet:

- stödja bönens kallelser i kyrkan
- vara ett sammanhang för den som längtar efter ett djupare liv i Gud
- erbjuda en form för den personliga och gemensamma andakten
- bekräfta längtan efter liv i bön
- bidra till världens förvandling

Upplägg

Böneapostolatet är öppet för alla som längtar efter ett djupare liv i bön. Den som vill är välkommen att ansluta när som helst under året. Anmälan görs enkelt genom klostrets hemsida. Upplägget är enkelt och anpassat för ett aktivt liv. Foldern med årets böneintentioner är tänkt som ram och stöd för den personliga och gemensamma bönen.

Bedjarna (böneapostlarna) har olika yrken, bakgrunder och livsformer. Det som förenar är den dagliga bönen och en gemensamt längtan att utforska ett liv i bön. Vi ber var för sig och ändå tillsammans. Osynligt krokar vi arm i bön vid dagens början och låter månadens gemensamma böneintention följa och förvandla oss.

Bön är verksam och förändrar den som ber och de sammanhang som bedjaren finns i. Detta finns det många exempel på i evangelierna. Böneintentionerna är formativa och formulerade på ett sätt aktivt involverar bedjaren i bönen. I stället för att till exempel ”be för klimatet”, ber vi om nåden att ”vara fredens instrument.” I stället för att ”be för klimatet”, ber vi om nåden att vandra varsamt mot jorden.”

Inför varje ny månad skickas en hälsning från klostret med en kort introduktion till den Böneintentionerna är formativa. kommande månadens böneintention. Den som vill kan också följa klostrets bön vid dagens början genom ljudfil på klostrets hemsida.

I klostrets morgonbön nämns varje böneapostel vid namn samt de stift inom vilka de bor och verkar liksom deras biskopar.

Vid slutet av året får varje bedjare i böneapostolatet frågan från klostret om man önskar förnya sin överlåtelse inför det kommande året. För att fortsätta vara med behöver bedjaren aktivt uttrycka sin vilja genom att svara klostret.

Året som gått

I takt med att böneapostolatet allt mer spridit sig och fler önskat vara med, beslutade syster Therése efter julretreaten 2022 att från och med 2023 ge böneapostolatet mer tid och utrymme i klostrets arbete. Det innebär att andra delar av arbetet i klostret behövde begränsas. Till exempel mottagande av gäster, vilket varit en svår förändring, då många önskar besöka klostret. Likaså halverades mejltiden från två dagar i veckan till en. Detta för att frigöra mer tid till böneapostolatet. Böneapostolatet har under året vuxit till ett femtiotal personer och finns idag i elva av Svenska kyrkans tretton stift. Bland dessa är en böneapostel bosatt i England och verksam i Anglikanska kyrkan. Under året har också delandet av erfarenheter ur bönen från bedjarna ökat, vilket varit väldigt fint och bidragit till att sammanhanget och kontakterna stärkts.

Böneintentionerna

År 2023 har böneintentionerna fortsatt att präglas av en skapelsemedevenhet där en hållbar livsstil utforskats. Kroppen och sinnena har fortsatt ha en naturlig plats i bönen; att *se* Kristus i vår nästa, att *höra* fågelsången, att *känna* jorden under våra fötter. Bönen slipar människans sinnen och människans sinnen slipar bönen, allt i syfte att hjälpa oss leva i Guds närvaro och återspegla Jesu liv till fred och läkedom för hela skapelsen. Årets förbönsintentioner har också gett uttryck för vad ett liv i bön innebär och har på så vis bidragit till en slags böneskola.

<i>Januari</i>	Att minnas min plats i universum
<i>Februari</i>	Att upptäcka enkelhetens glädje
<i>Mars</i>	Att se Kristus i min nästa
<i>April</i>	Att genomströmmas av uppståndelsens frid
<i>Maj</i>	Att ära Gud i allt
<i>Juni</i>	Att höra fågelsången
<i>Juli</i>	Att känna jorden under mina fötter
<i>August</i>	Att vänskapen med Kristus får mogna
<i>September</i>	Att våga ta steg i det okända
<i>Oktober</i>	Att vara fredens instrument
<i>November</i>	Att leva i vaksamhet och väntan
<i>December</i>	Att bereda rum för Kristus

Inspiration och fördjupning

Utöver foldern med ordningen för morgonbönen och böneintentionerna har olika ämnen tagits upp till fördjupning och inspiration genom:

Månadshälsning

Ljudfiler

Högläsning ur boken *En liten vägledning om enkelhet*

Tydligare förteckning på böneapostlarnas namn

Inlägg på Instagram med koppling till böneintentionerna

Framåt

År 2024 fyller Linköpings kloster 10 år och därmed också böneapostolatet!

Folder för 2024 skickas som vanligt från klostret med förteckning över bedjarnas namn till dem som vill fortsätta. Detta mot en frivillig gåva. Varje gåva behövs och tas emot i stor tacksamhet för att täcka omkostnaderna för material och porto samt möjliggöra böneapostolatets arbete och fortsatta utveckling, vilket liksom allt klostrets arbete sker helt ideellt.

Ljudfilerna med bönen vid dagens början är tänkt att fortsätta, likaså månadsutskicken, med förhoppning om bidra till stöd i bönen och stärka sammanhanget och relationen till klostret.

Nytt för nästa år är att en enkel bordskalender tagits fram med kommande års böneintentioner och bilder från klostrets vardag. Kalendern är tänkt att både kunna ges som gåva för att sprida information om Linköpings kloster samt vara en egen "reminder" om månadernas böneintentioner. Kalendern går att beställa genom klostret.

Under våren planerar klostret en endags Mariavandring. Herrens moder Maria är ju en av det kontemplativa livets främsta förebilder. Vad passar då bättre än att under jubileumsåret vandra med henne och tacka Gud för klostrets första tio år? Mer information om vandringen samt länk till anmälan kommer finnas på klostrets hemsida före årsskiftet.

Som ett steg i tro inför böneapostolatets *kommande* tio år arbetas det på att foldern nu också ska tas fram på engelska. Översättningsarbetet pågår med stor hjälp av en i böneapostolatet.

Till sist

Böneapostolatet har vuxit fram i all enkelhet och gror stilla i det fördolda. Låt oss med förtröstan på Guds fortsatta ledning i denna bönetjänst, be om Guds välsignelse och öppenhet i våra hjärtan så att bönens Ande får verka i och genom oss, till Guds större ära, kyrkans förnyelse och till människors och hela skapelsens hjälp och glädje. †

/Syster Thérèse

Böneapostlar berättar

Så förunderligt det är att upptäcka hur årets olika böneintentioner sakta genomsyrar ens liv. Jag är tacksam att jag med hjälp av böneapostolatets intentioner, fördjupning och inspiration får ett språk för min djupaste längtan.

Att på detta sätt dela bönen gemenskap är välsignat.

Jag är så glad över möjligheten att be med andra och själv vara buren i förbön. Det är fint att vara en del av något större som tillsammans skapar något kraftfullt. Jag uppskattar månadernas intentioner eftersom det ger bönen ett tydligare fokus än att hoppa från tuva till tuva. Jag använder inledningen av vår gemensamma bön, "Denna stund är din..." många gånger under dagen för att stanna upp i arbetet och samla ihop mig inför Gud.

Det är en god erfarenhet att bära varandra i bön. Dag för dag. Ibland när jag inte har bett, vilar jag i böneapostolatets bön, som ytterst är Jesu bön i oss. Det är verkligen som ett ankare för mig.

I min nya tjänst som kyrkoherde har jag implementerat månadens böneintention och gemenskap i församlingens lunchbön.

Jag uppskattar ordningens enkelhet. Att veta varandras namn och att vi tillsammans ber med varje månads intention öppnar nya perspektiv. Det är förunderligt.

Jag upplever att bönen gör mig mer uppmärksam på okända dörrar. Det är som att nyfikenheten över Guds närvaro kittlas tack vara vår enkla bön.

Jag älskar ordet "böneapostel". Det är det enda jag skulle vilja vara resten av mitt liv. Linköpings kloster står för en längtan om ett heligt liv för kyrkan och visar på en helighetslängtande väg.

Det känns tryggt att få tillhöra böneapostolatet. Som en hemvist när så mycket flämtar runt om i världen.

Genom böneapostolatet har jag fått en större längtan att läsa Bibeln. Tidigare kände jag ibland att jag "borde" läsa Bibeln. Nu känner jag att jag vill läsa Bibeln och jag gör det med en förnyad nyfikenhet.