



Hvordan forstå Morgen- og aftenbønnen?

Af Carsten Hjorth Pedersen

Som en hjælp til at forstå, hvad der menes med teksten i *Katekismus Updated*, gives her nogle forklaringer. I hvert afsnit citeres først teksten fra *Katekismus Updated*, dernæst følger forklaringen.

Morgenbøn

Om morgenen, når du vågner, kan du slå korsets tegn og sige:

I Faderens, Sønnens og Helligåndens navn.

Sig derefter Trosbekendelsen og Fadervor.

Hvis du vil, kan du også bede denne bøn:

Tak, kære Far i Himlen, ved Jesus Kristus, at du i nat har beskyttet mig mod fare og ondskab. Jeg beder dig om, at du i dag vil bevare mig fra at synde og fra alt ondt, så mit liv og alt, hvad jeg gør, må være dig til ære. Jeg lægger mig selv, mine kære og alt mit i dine hænder. Lad din hellige engel være hos mig, så den onde fjende ingen magt får over mig. Amen.

Gå så trygt i gang med dagen, efter at du måske har sunget en salme, mindet dig selv om De ti Bud eller lignende.

Forklaring

Det kan være godt at have et kristent ritual morgen og aften. Måske disse, måske ét, du selv laver ved at bruge større eller mindre dele af forslagene til morgenbøn og aftenbøn. Et sådant ritual skal ikke forstås som en "trylleformular", der skal siges på en bestemt måde for at virke. Men som hjælp for én selv til at få forholdet til Gud ind i faste rammer.

Det med at slå korsets tegn nævnes både i forbindelse med morgenbønnen og aftenbønnen. På hjemmesiden www.katekismusprojekt.dk → [Materialer](#) finder du en lille artikel, der beskriver og forklarer, hvad der ligger i denne enkle handling, som har været til hjælp for mange.

Ideen med at sige Trosbekendelsen og Fadervor nævnes både i forbindelse med morgenbønnen og aftenbønnen. Trosbekendelsen siges for at fastholde, hvem jeg tror på, og for at blive opmuntret og opbygget derved. Fadervor bedes i forvisning om, at den rummer alt, hvad et menneske har brug for at bede Gud om – også denne dag.

Derefter følger et forslag til en lille bøn, man kan bede. Bønnen pointerer, at alt, hvad Gud giver – også beskyttelse i nattens løb – skyldes Jesus Kristus. Det slås fast i Kol 1,15-17.





Endnu vigtigere end at blive bevaret for farer og lidelser er det at blive bevaret "fra at synde og fra alt ondt, så mit liv og alt, hvad jeg gør, må være dig til ære." Livets mål er ikke min trivsel – selv om det også er vigtigt – men *Guds ære*. At Gud får ære vil sige, at vores liv peger hen på ham, ikke ved, at vi er vellykkede, men ved, at vi lever i syndernes forladelse og efter hans vilje.

Derved bliver livets mål også *medmenneskers ve og vel*. Derfor den næste sætning: "Jeg lægger mig selv, mine kære og alt mit i dine hænder." Morgenbønnen minder om, at Djævelen er ude på at forhindre, at vores liv bliver til ære for Gud og til gavn for vores medmennesker. Djævelens mål er derimod, at vi lever for os selv og afguderne. Derfor bønnens ord: "Lad din hellige engel være hos mig, så den onde fjende ingen magt får over mig." Englevagt er ikke primært beskærmelse mod de fysiske, men nok så meget mod de åndelige farer.

Det med evt. at sige De ti Bud skal ses i sammenhæng med at få hjælp til at gøre Guds gode vilje blandt mennesker.

Har du lyst til at læse et digt eller synge en salme, der drejer sig om katekismus, findes der flere forslag på www.katekismusprojekt.dk → Sange og salmer.

"Gå så trygt i gang med dagen!" er en opmuntring til at tage fat på dagen. Det er ikke meningen, at vi skal leve i religiøse ritualer dagen lang. Vi skal ud og virke blandt mennesker i Guds verden.

Aftenbøn

Om aftenen, når du går i seng, kan du slå korsets tegn og sige:

I Faderens, Sønnens og Helligåndens navn.

Sig derefter Trosbekendelsen og Fadervor.

Hvis du vil, kan du også bede denne bøn:

Tak, kære Far i Himlen, ved Jesus Kristus, at du i dag har bevaret mig. Jeg beder dig om, at du vil tilgive mig alle mine synder. Jeg beder om, at du i nat nådig vil bevare mig. Jeg lægger mig selv, mine kære og alt mit i dine hænder. Lad din hellige engel være hos mig, så den onde fjende ingen magt får over mig. Amen.

Læg dig derefter trygt til at sove.

Forklaring

Aftenbønnen følger samme skema som morgenbønnen. Se ovenfor.





Som morgenbønnen satte fokus på vores forhold til Gud, gør aftenbønnen det også. Dels i form af en tak for, at Gud har bevaret mig i dag, og en bøn om, at han vil gøre det i nat. Denne "bevarelse" går på at blive bevaret som *Guds barn*, men også på at blive bevaret mod fristelser og ondskab samt fysisk eller psykisk skade og lidelse.

Samtidig er aftenbønnen udtryk for en realistisk erkendelse af, at ingen dag går til ende, uden at vi synder imod Gud, medmennesker og os selv. Derfor bønnen om, "at du vil tilgive mig alle mine synder." - Det tema, som også Guds ord, dåb, nadver og skriftemål kredsede om.

Som vi lagde os selv, vore kære og alt vores i Guds hånd for dagen, lægger vi det også i hans hånd for natten. Og som vi bad om beskærmelse mod den onde fjende – Djævelen – om dagen, beder vi også om det om natten.

I forvisning om, at Gud hører bøn, kan vi derefter trygt lægge os til at sove.

