



Biskopsmötets meddelande till församlingarna

Kallelse till ett andligt liv

Andligheten är en naturlig del av den kristnas dagliga liv. Vi kallar kyrkans medlemmar att stärka sitt andliga liv och ger konkreta exempel. Bakgrunden till kallelsen är den begäran som kyrkomötet i maj 2023 framförde till biskopsmötet, om att utifrån framtidsredogörelsen *Välsignelsens signaler* fortsätta det teologiska arbetet kring vad spiritualitet är i vår tid och kan vara i framtiden.

1. Kontakten med andra

Gudstjänsten är centrum för kyrkans andliga liv för både församlingen och den enskilda kristna. Helgdagens gudstjänst inbjuder alla till en gemensam fest. I församlingen kan vi stödja och uppmuntra varandra. Att vara närvarande och möta sin nästa är ovärderligt. Upplevelsen av helighet och genuint andligt stöd förverkligas också i digital miljö. Psalmer, andliga sånger, religiös litteratur, konst, tideböner och mässor samt deltagande i församlingens sammankomster stärker vår tro och ger oss kraft i vardagen. De gör individen till en del av en större kristen gemenskap.

2. Bön

Bönen är människans sätt att leva och vara inför Guds ansikte. Det är en stund för att stilla sig i kontakt med Gud. Det är bra att försöka hitta en lämplig tid och plats och ett lämpligt sätt att be. Bönen kan vara en fritt formulerad inre bön, eller till exempel bönen Fader vår eller någon annan känd bön som läses högt. Dagliga bönestunder, morgon- och aftonbön enligt Katekesen samt bordsbön är exempel på andligt liv i vardagen utifrån kyrkans tradition. Bönen kan till exempel kombineras med en vandring i naturen,

som kan vara ett sätt att stilla sig i kontakt med Gud. Biskopsbrevet [Bön och längtan](#) uppmuntrar också till att stärka bönelivet i människornas vardag

3. **Bibeln är det andliga livets bröd**

Bibeln är en helig bok där vi kan höra Guds röst. Den ger svar och perspektiv på livsfrågorna, men utmanar oss också att tänka efter och ifrågasätta. Bibelns ord ger glädje, tröst och hopp åt varje människa och åt hela vår värld. Det lönar sig att läsa Bibeln regelbundet och fundera på innehållet. Vi tolkar Bibeln genom budskapet om Jesus Kristus. Han kommer till oss genom ordet. Bibelläsningen kan inledas med till exempel Psaltaren eller Nya testamentet. Det är också bra att läsa biskopsbrevet [Bibeln och kyrkan](#). Mera material finns samlat på webbplatsen [Webbkyrkan – Evl.fi](#). Det är också värt att bekanta sig med poddar och digitalt material – ett bra exempel är [Piplian Raamattukurssi - Piplia](#).

4. **Tro och förtröstan**

Det andliga livets utgångspunkt är den heliga Anden, som föder tro genom evangeliets budskap och sakramenten. Den heliga Anden hjälper oss människor att ta emot Guds kärlek och förnyas i vårt inre. Som kristna tror vi att det bakom livets lidanden och ångest går att se en älskande Gud som vill oss väl. Det är inte alltid lätt att känna igen det goda som Gud gett oss. Därför kan det vara bra att skriva ned saker man är tacksam för till exempel i en dagbok. Det kan hjälpa oss att se Guds godhet i vardagen.

5. **Tjänst**

Kristus kallar oss att älska vår nästa och tjäna varandra. Kärleken förmedlas genom goda gärningar gentemot våra medmänniskor, hemma och i samhället. Samtidigt kommer den till uttryck i form av tacksamhet till Gud. I det andliga livet förmedlas det goda från Gud på det här sättet genom varje kristen till andra människor. De tio buden beskriver på vilket sätt en människa ska älska Gud och sin nästa. Budorden initierar en ständig kamp för det goda och en förnyelse av det egna livet. Den kristna verkar som ett redskap för kärleken till nästan som en del av en större gemenskap, församlingen. Genom att hjälpa andra synliggör vi Guds kärlek i världen. Vi kan också tillsammans

söka nya sätt att i digitala miljöer stödja dem som är i behov av hjälp och som saknar gemenskap.

6. **Sakramenten**

Kyrkan och sakramenten, nådemedlen, hör samman. Gud ger oss sin nåd genom Bibelns ord och sakramenten. Dopet och nattvarden är konkreta exempel på nåden: vatten, brödet och vinet berör kroppen i materiell form. De hjälper oss att i tro förtrösta på Gud. Genom att tända ett (dop)ljus på vår egen dopdag kan vi påminna oss om dopets gåva och dess betydelse. Varje kristen är kallad att ta del av nattvarden och begrunda vad den betyder i våra liv.

7. **Andlig tillväxt**

Det går att öva sig i det andliga livet. Vi kan ständigt lära oss nya saker om Gud och oss själva. Stödet och uppmuntran från andra kristna är en viktig del av andligheten. I synnerhet barn och unga behöver stöd i sin andliga tillväxt. Inom den kristna traditionen talar man även om andliga vägledare, som kan vara viktiga medvandrare. En erfaren vägledare visar vägen framåt och varnar för extrema fenomen. Genom att delta i tysta retreats och pilgrimsvandringar eller träffa en andlig vägledare kan vi fördjupa vår tro.

Vi är alla kallade att leva ett liv där vi kan växa till i tro och kärlek. Andligheten är inte enbart individuell utan också ett liv i gemenskap, där vi stöder och uppmuntrar varandra. I det här arbetet är vi inte ensamma, för Kristus är med oss.

Helsingfors den 5 december 2024

Biskoparna i Evangelisk-lutherska kyrkan i Finland