



# Blistrup Kirke



Foto: Pixabay

## SOGNEPRÆSTEN HAR ORDET

### Livets formål

Læs om indbyggerne i Okinawa og deres høje alder. De kender til begrebet *ikigai* – deres formål. Hvordan kan vi implementere *ikigai* i vores liv?

*Læs videre på bagsiden*

**Korsang i Blistrup Kirkelade starter torsdag den 18. januar 2024 kl. 16-17.30**

*Bemærk ændret ugedag og nyt klokkeslæt.*

Er du interesseret i at blive del af koret, så skriv en mail til Blistrup Kirkes organist og kantor Carsten Johs. Mørch – [carstenjmorch@gmail.com](mailto:carstenjmorch@gmail.com)



Foto: folkekirken.dk



Foto: Arne List, Wikimedia Commons



Grafik: Helsingørsk Kirke

Læs mere om aktiviteterne i Blistrup Kirke i foråret på

[www.blistrupkirke.dk](http://www.blistrupkirke.dk)

*Se bagsiden*

# Livets formål

AF SOGNEPRÆST TINA BUCHWALD



Jeg kigger ned på min sofa med skam. Min tidsrøver. Den er alt, alt for magelig. Den lokker og frister. Det er faktisk helt skandaløst. Det burde være forbudt.

Nu kommer tiden, hvor aviser og blade fyldes af alt, som nytåret sætter i gang af tanker om fornyelse. Vi taler om klimaskam – at man godt kan eller i hvert fald burde føle skam, når man sætter sig i et fly på grund af dens påvirkning af miljøet.

Måske vi også skulle tale om nytårsskam. For vi vil så gerne gøre tingene bedre end sidste år. Så ud kommer vi myldrende i vandretøj eller træningstøj ud på stier og veje. Ind på bordet kommer råkosten, og nu skal kødet fremover i skammekrogen. Og al den vin? Det skal være slut nu. Men der er faktisk intet nyt under solen. Sådan har det været i mange år. Mange af jer husker nok kaptajn Jespersens motionsregime – en sund sjæl i et sundt legeme. Filosofen Feuerbach lancerede i 1850 begrebet ”Der mensch ist was er isst“ – Mennesket er, hvad det spiser. At spiser man en sund mad, er man et sundt menneske; groft forenklet. Sådan tænkte man i slutningen af 1800-tallet. I dag ved vi godt, det er meget snæversynet. Der er mange faktorer og tilfældigheder, der gør, at mennesker bliver syge, og ingen bør sidde med en følelse af, at man ikke gjorde det godt nok. At man ikke levede i overensstemmelse med sundhedsreglerne, og at karma derfor ramte én. Husk: Vi er jo ikke buddhister (læs Lukas 13,1-5).

Der er et nyt begreb, med forskeren fra Harvard Universitet, David Sinclair, i spidsen, der har sat sit mærke i verden: ”longevity-begrebet”. Der skabes TV-serier

om begrebet. Og jeg sluger dem råt. Bøgerne, Tv-serierne. Alt. Man rejser til Japan, og udfritter indbyggerne i Okinawa om hemmeligheden bag deres alder. Mange af indbyggerne er blevet 100 år. De fortæller glad og gerne om deres liv, der er simpelt på så mange måder. De spiser ikke fast food. Måden de laver mad på, er enklere med mange grøntsager og minimalt kød. Smør eller mælk rører de sjældent. Tofu spiser de meget af. Socialt samvær er vigtig for de gamle. De mødes på kryds og tværs. Spiller og griner sammen. Og så lever de alle målrettet efter, at hver dag skal give mening. Hver dag skal de udrette noget. Det er deres *ikigai* – deres formål. Om det er at rense bedet for ukrudt eller gå på markedet og handle. *Ikigai* ændrer sig med alderen.

Kirkegang er også en form for *ikigai*. Her mødes vi og får en lille snak. Der er lavet undersøgelser på Syddansk Universitet med Niels Christian Hvidt i spidsen, som viser, at de faste kirkegængere har et bedre helbred. Deres blodtryk er lavere. De er mindre stressede. Kirkegang er vores *ikigai*.

Vi er sat her på jorden med et mål; en retning. Må du, høj som lav. Ung som gammel. Troende eller ikke troende gå ind i det nye år med en lyst til at finde dit *ikigai*. Godt nytår!



Tina Buchwald  
thvb@km.dk  
blistrupkirke.dk