

Senioren



- Vårtreffet i Moss
- Seniorstevnet 2014
- Ny redaktør



Smak og se
at Herren er god!



En begynnelse - en slutt

Reidar Larsen 

Da Gud skapte jorden og mennesket, var det begynnelsen på alt. Det var en begynnelse for menneskeheten i fullkommen harmoni. Men synden kom inn i verden og bedervet den. Livet har deretter gått mot et opphør.

Gud er evig, han har ingen begynnelse, heller ingen slutt. Det er vanskelig for oss å begripe, vi kan bare ved tro akseptere det som en realitet. Da han skapte, var hans intensjon en tilværelse uten ende. Men slik gikk det ikke. Jorden består fortsatt, også menneskeheten, men livet i forskjellige former ender alltid med døden. Og tror vi på Gud og hans Ord, vil også jorden opphøre. Mange miljøforkjempere spør også jordens ende på bakgrunn av hvordan ressursene brukes eller misbrukes. Både troende og ikke-troende må leve med at alt i denne verden forgår, det varer ikke.

Tegner vi en linje, har den en begynnelse og en slutt når vi er ferdig med å tegne den. I kontrast til linjen kan vi tegne en sirkel. Sirkelen har ingen begynnelse, heller ingen slutt. Men handlingen har en begynnelse når du begynner å tegne sirkelen. Når linjen møter begynnelsen, er sirkelen fullendt. Handlingen avsluttes når linjen smelter inn i begynnelsen. Det er handlingen som begynner og slutter. Sirkelen som figur, synlig eller usynlig, er alltid der. Du og jeg har en begynnelse og slutt her på jorden, men Gud er evig.

Slik livet er, opplever vi det lineært – med en begynnelse og en slutt. Mellom disse ytterpunktene skjer det mange ting, både positive og negative, som også har sine endepunkter. Alle har liv foran seg, de eldre har som regel kortere tid igjen, mens de yngre har mye lengre tid. Det viktige er hva som kommer til å fylle denne tiden. Til en stor grad bestemmer vi det selv, men ikke alt, fordi det vi sier eller gjør, har sin innflytelse på andre. Ingen liker at andres handlinger har negativ innvirkning på deres liv og planer. Men siden vi ikke er alene i denne verden, og vi er skapt som sosiale vesener, er det også svært viktig at vi tar hensyn til hverandre og til og med samarbeider med hverandre. Det løser mange utfordringer i livet.

I erkjennelsen at vi er skapt av en evig Gud som i kjærlighet har de beste intensjoner for oss, til tross for syndens tilstedeværelse, er våre beste valg hver dag at vi inkluderer ham og samarbeider med ham. Hans ord, Bibelen, er den beste veiledning i dette samarbeidet. Våre bønner er det beste medium for å inkludere ham i våre liv. Og våre erfaringer er den beste forsikring om at Gud er en del av vårt liv. Han vil føre oss inn i en ny verden hvor synd og ondskap for evig er kommet til en slutt. Det er dette vi ser fram til.

Min oppgave som fungerende redaktør fikk en brå begynnelse sist vinter, men nå er den kommet til en slutt. Idet jeg takker for meg, etterlater jeg to oppfordringer fra mine opplevelser i denne perioden:


«Smak og se at Herren er god!» (Sal 34,9). Dette verset ble sitert på vårtreffet i mai. Og så et sitat av Ellen White, gjengitt flere ganger på årets sommerstevne, men her etter min hukommelse: «Vi har ingenting å frykte for framtiden med mindre vi glemmer hvordan Gud har ledet oss i fortiden.»

Hos Gud er tilbudet fortsatt en begynnelse uten slutt. Bare tenk på Moses og Elia i himmelen, og løftet som røveren på korset fikk. ■



Smak og se
at Herren er god!

FOTO: TOR TJERANSEN OG REIDAR LARSEN (FORSAMLING)

Reidar Larsen 

Det var store forventninger knyttet til vårtreffet denne gang. Endelig skulle Seniorforeningen få besøk av generalsekretæren i Det Norske Bibelselskap, Ingeborg Mongstad-Kvammen, en svært opptatt leder som arbeider og står på i den oppgaven som hun har påtatt seg å gjøre. Hun kommer fra Høylandet ved Sandnes i Rogaland og har gjennom årene vært engasjert i det norske kirkeliv på forskjellige måter, som f.eks. leder i speiderbevegelsen, i tensing-miljøet, osv. Nå er hun selvsagt opptatt av å engasjere mennesker i bibelbruk og styrke Bibelselskapets arbeid. Det innebærer å skaffe nye givere og samarbeide med dem i «fundraising» for bibelarbeidet i Norge og i deler av verden hvor det er store behov for bibler på deres eget språk.

Ingeborg Mongstad-Kvammen tok sin doktorgrad i teologi på Jakobs brev 2,1-13. Det var disse versene hun ville gi forsamlingen en dypere

forståelse av. På en engasjerende måte ledet hun oss i tekstarbeid og samtale rundt det. Nedenfor tar vi med noen tanker fra undervisningen.

I den hebraiske tankegang er Salme 34,9 av overordnet betydning: «Smak og se at Herren er god!» Dette var et av de viktigste prinsipper i opplæringen av jødiske barn. Alle jøder var godt kjent med teksten. Og når Jakob skriver sitt brev, er det til jødekristne i diasporaen i Romerriket og spesielt til de som var blitt kristne i det østromerske riket (se Jak 1,1). På denne bakgrunn er brevets oppfordring veldig viktig for mottagerne.

Skal vi i dag forstå en tekst som denne, må vi bli engasjert i det den sier. Vi må først lese teksten nøye, spørre hvilke personer den omtaler, hvem de er og hva teksten betyr for dem? Dernest må vi også finne hvilken relevans teksten har for oss i vår livssituasjon, med andre ord hva slags holdninger vi har til livet og hverandre.

Jakob 2,1-13 har med forskjellsbehandling av mennesker å gjøre. I Romerriket var det et hierarkisk rangsystem. Øverst var selvfølgelig keiser-

«Det beste SOMMERSTEVNET jeg har vært med på»

en, dernest kom senatorer, riddere og folk med romersk borgerrett. Så kom slaver og frigjorte slaver. Familiene hadde sitt hierarki med husfar på toppen. Vennsbygging (i dag ville vi kalle det nettverk) var også viktig – hvem kjente hvem som var en maktfaktor i det romerske samfunn.

Jakobs brev er adressert til troende i Kristus som lever i denne situasjonen og som muligens allerede hadde antatt samfunnets normer i sine liv. Personene det dreier seg om er åndelige brødre og søstre, rike og fattige, kjente og ukjente, folk som besøker forsamlingen (synagogen). Hvem er hvem? Det er kanskje ikke alltid nødvendig å besvare, men det viktige er om dette har med meg å gjøre. I så fall er det opp til meg å gjøre noe med det.

Hvorfor skrev de kristne brev? Hvorfor skriver vi brev, om enn ikke så mye i dag som for 10-20 år siden? Brevskrivning har avtatt kolossalt; i dag holdes kontakten med slekt og venner mer på Facebook, Twitter, Instagram, sms-tekster, osv. De sosiale mediene har overtatt og har økt tilsvarende og kanskje mer. Hva slags brev blir sendt og mottatt? Det er familiebreve, vennskapsbreve, anbefalingsbreve, brev som gir ris og ros, veiledning og undervisning. Da som nå er brevene limet i samfunnet. En regelmessig kontakt vedlikeholder og styrker både vennskap og bånd som knytter storfamilien sammen (Ef 1,15-17 og 6,21-24; Kol 1,1-4; Jak 2,1).


Ingeborg Mongstad-Kvammens foredrag, basert på hennes forskningsresultat, var fengende for alle som var til stede. Hun vil med glede bli ønsket velkommen tilbake ved en senere anledning. Heldigvis hadde hun det ikke travelt den dagen. Hun var med til middagserveringen og ettermiddagsprogrammet. Da Seniorforeningen hadde et uventet forfall under middagen, stilte hun sporty opp sammen med Tor Tjeransen og ga oss et forhåndsinnblikk med bilder fra Bibelskapets fokusområde for Bibeldagen 2015, Egypt. De hadde begge nylig returnert fra en rundreise i Egypt for å dokumentere aktivitetene i kristne kirker og behovene for bibler der. Den offisielle reportasjen vil vi se i Bibelskapets blad, Bibelgaven, som kommer ut i tilknytning til Bibeldagen 2015. En stor takk til Ingeborg Mongstad-Kvammen og Tor Tjeransen.

Vårtreffet i Moss ble interessant og berikende. Rolf Kvinge som stod i spissen for arrangementet, hadde gjort en formidabel jobb. Dugnadsfolket som stod for både middagen og kakene gjorde en fantastisk innsats. De nærmere 80 deltakerne ble ivaretatt på en omsorgsfull måte, ingen manglet noe. Vi kommer nok igjen! Takk går også til Rolf Kvinges barnebarn Emilie som fremførte et flott musikalsk innslag sammen med sin far, til Per Solberg som kom og sang for oss og Hella Olsen som spilte flygel, og ikke minst Finn Myklebust som begynte samværet andakt. Både sangen, musikken og andakten var en opplevelse av Guds velsignelse. ■



FOTO: HARRY SÆTTEM



Av Reidar Larsen 

Vedkommende som kom med uttalen over hadde vært på flere stevner de senere årene. Også flere andre kom med liknende kommentarer – «sommerstevnene blir bare bedre og bedre». Alle som undertegnede snakket med hadde bare positivt å si om stevnets generelle kvalitetsnivå på presentasjoner, åndelig oppbygging, utflukter, sosiale arrangement og kvalitet på hotellets mattilbud. Det betyr ikke at det ikke var noe man kunne sette fingeren på. Det er alltid rom for forbedringer på et hvert stevne av dette slag. Man kan derfor være trygg på at arrangørene neste gang vil streve etter å høyne standarden på det man evner å kunne klare.

Hva gjorde årets stevne så vellykket?

Først vil jeg si at jeg har ikke noe sammenligningsgrunnlag fordi dette er mitt første sommerstevne, men jeg tror heller ikke at det

vil være riktig å sammenligne med tidligere sommerstevner. Slike arrangement er alltid i utvikling og endring med tiden. Opplevelsen beror mye på forventningene deltakerne kommer med. I tillegg får mange positive og overraskende opplevelser som man ikke hadde regnet med. Den personlige innstillingen er derfor ganske tungtveiende når det gjelder hvor vellykket et stevne blir.

Det betyr ikke at man underkjenner gjennomføringen av de ulike innslag som man hadde tatt ansvar for. De var fremragende presentert hver på sin måte, både med og uten PowerPoint-illustrasjoner. Emnens innhold var fengende i seg selv, og sammen med foredragsholderens/talerens engasjement og entusiasme skapte det interesse og årvåkenhet blant tilhørerne. Det var ikke mange som «skulket klassetimen».

>>

Motto: Slik det begynte - Underveis - Målet

Mottoet var et godt valg for engasjerte adventstipensjonister. Et tilbakeblikk på *slik det begynte* er en nyttig lærdomsøvelse. Det gir en pekepinn på utgangspunkt og opprinnelige identitet og hvordan det står til med oss. Når vi i tillegg blir introdusert til nye historiske fakta, er det en interesse av stor betydning. Selv om man *underveis* har gått gjennom utfordringer som har gitt tilbakeskritt, kan man likevel se at Gud har vært med sine barn til alle tider. Han har ledet dem både gjennom krise og fremgang, han har aldri forlatt sitt folk. *Målet* er fortsatt håpet der framme, og det er drivkraften. Vi er nærmere det nå enn vi noensinne har vært. Og Gud vil ikke svikte. En stor takk til stevnets hovedtalere, Walder Hartmann, Terje Johannessen og Roger Robertsen som ga oss de historiske innblikk og utvikling, og den åndelige oppbygging som vi i stor grad trenger fra tid til annen. Deres bidrag var inspirerende, opplysende og betryggende om Guds ledelse av sitt folk uansett hvor de er. Adventbevegelsen har vært Kristus-sentrert selv om kritikerne har sagt noe annet. Livets vandring med Kristus kan i mange tilfeller være godt, selv om det ikke alltid er smertefritt, når helsebudskapets råd følges. Emnet «Ha det godt lenger», presentert av Per de Lange, var et betimelig innslag selv for helse-modne pensjonister. Presentasjonene var kvalitet på øverste nivå, godt forståelige for enkelt-tenkende mennesker.

Morgenandaktenes åndelige start på dagen «smakte» minst like godt som det etterfølgende frokosttilbud som var lagt ut hver dag i spisesalen. Tilstedeværelsen og deltakelsen på begge var veldig god, kanskje mest på det siste. For øvrig var både lunsj og middag velsmakende opplevelser med flere valgmuligheter; ja, den var bedre enn for to år siden da sommerstevnet var på samme sted, ble det sagt. I tillegg gjorde hotellets personale ekstra stas for deltakerne til middag den siste kvelden da bordene var dekket med hvite duker og servietter. Det ble feststemning av det, og en god og velsmakende konklusjon på et vellykket arrangement som var kommet til avslutningen.



Knytter sosiale og åndelige bånd

For mange blir samværet spesielt når man gjør noe sammen, ikke bare er tilstedeværende lyttere. Allsangstundene med musikkopplevelsene ble som mange ganger før styrkende for fellesskapets bånd og tilhørighet. Spesielt stod Lynn og Reidar Kvinges sang og musikkprogram i en åndelig dimensjon for seg – det var oppløftende for vår åndelige hengivenhet. Sverre Valens ledelse av stevnets første allsangstund med glimt fra hans personlige livserfaringer vekket deltakelsen og sanggløden i alle. Per og Monicas musikalske minikonsert brakte mange inn i en sinnsstemning av undring over sangens- og musikkens mangfoldige uttryksform. Gud visste helt klart hva han gjorde da han nedla disse evnene i mennesket ved skapelsen. Vår takknemlighet går i like stor grad til alle andre som bidro med sang- og musikkopplevelser på sine utvalgte instrumenter.

Gjennom utfluktene kom deltakerne nærmere hverandre både ved fornyende og nye utviklende vennskap. *Folkemuséet på Bygdøy* ga oss meget interessante innblikk i norsk historie og kultur. Det var viktig for mange av nordmennene å få se den første stortingshall gjenkapt på Bygdøy, spesielt siden man i år feirer 200-års jubileum

Det er lagt ut flere bilder fra stevnet på nettsiden www.sdasenior.no

FOTO: HARRY SÆTTEM



for «Norges Grundlov», vedtatt av forsamlingen på Eidsvoll 17. mai 1814. Turen til *Grindakervev*, like utenfor Brandbu på Hadeland, presenterer også viktig norsk kulturhistorie. Stedet ble etablert for 25 år siden på Nordre Grindaker gård i 1989. Sammen med Søsterkirkene på Granavollen ble ettermiddagsturen en spesiell opplevelse av norsk kulturarv. Enten man valgte *Folkemuséet på Bygdøy*, *Grindakervev* og *Søsterkirkene*, og/eller en spaseretur opp Krokkleiva til *Kongens/Dronningens utsikt*, så var responsen overveldende positiv. Turfellesskap er som alltid svært styrkende av vennskapsbåndene.

Takk til alle!

Seniorforeningen i Norge er svært takknemlig til alle som var med til å skape et vellykket stevne. Denne takken går ikke bare til dem som hadde påtatt seg oppgaver og gjennomførte dem på en

fremragende måte, men mest av alt til alle som kom og var til stede – totalt ca. 140 deltakere, hvorav vel en tredel fra Danmark. Eldre mennesker som ofte opplever stive ledd og kanskje til og med er stivnet i sine livsformer, er likevel ikke vanskelige å være sammen med. De er svært medgjørleige og gledelig å snakke med. Deres livserfaring virker utrolig berikende på hverandre. Seniorene som gruppe er et aktivum som er oppmuntrende og sammenbindende. Dette gjelder også alle som ikke kunne være med i år, men som leser dette. Vi håper og ber om at Guds nåde må være med alle til vi møtes igjen. Stevnets yngste deltaker (og hans kone som kom litt senere) var teknikeren. Det var ikke verdens letteste oppgave han hadde, spesielt ikke når systemet virket «kranglete», men han ble ikke mismodig og ga aldri opp.

En spesiell takk skal gå til alle som har vært villig til å stå på for Seniorforeningen og hjelpe til på en eller annen måte. Vi kan ikke legge skjul på at det er tungt for en forening å fungere uten en formann, men styret har likevel prøvd å holde et normalt aktivitetsnivå. Som sekretær for Seniorforeningen vil jeg på vegne av styret takke vår kasserer, Richard Vagn Jensen, for det arbeidet han har gjort for at Sommerstevnet skulle bli vellykket. Han foreslo program med tema og motto, kontaktet foredragsholdere, hadde den umiddelbare kontakten med Sundvolden Hotel og fikk i stand gunstige avtaler med dem, sendte meldinger hit og dit, holdt styret orientert, og han forhåndsbesøkte flere steder som mulige mål for utflukter. Styrets involvering har vært å støtte ham og godkjenne hans resonneringer og forslag. Styrets overveininger er selvfølgelig viktige, men Richard har gjort grovarbeidet som er svært tidkrevende. Tusen takk, Richard! Uten at du ble spurt tok du ansvar og gjorde en god formanns jobb. Det står det respekt av.

Over alt dette bøyer vi oss for Gud, vår Far og Skaper, og takker ham for hans store kjærlighet, som ved Jesus Kristus, vår Frelser og Herre, har vist oss sin uendelige nåde, og som ved Den Hellige Ånd gir oss veiledning og innsikt, visdom og styrke hver eneste dag i våre liv. All ære tilkommer vår treenige Gud. ■

1989



2014

HØSTTREFF • SØNDAG 5. OKT. KL. 11:00 • AKERSGT. 74

Bli med på høsttreff med flott jubileumsprogram i Betel, Oslo.

Foredrag av Sigmund Evensen, seniorrådgiver og tidligere leder for *Wycliffe Bibeloversettere i Norge*. Tema: «Med Bibelen til alle folk! Fra tale til skrift – 20 års erfaringer fra isolert folkegruppe i Papua Ny-Guinea.»

Jubileumsmiddag i den vegetariske restauranten på Kurbadet.

Mimreprogram og minikonsert med *The Ambassadors* fra Filippinene. Det hele avsluttes med kaker og forfriskninger ved fire-femtiden.

Alt dette får du for kr 100,- som betales ved ankomst.

Påmelding snarest til Richard V. Jensen, telefon 32752589 / 92493322, eller Marit Berglund, telefon 63841335 / 90128965.

HJERTELIG VELKOMMEN!



**SYVDEDAGS
ADVENTISTSAMFUNNETS
SENIORFORENING**

Velkommen til ny redaktør



FOTO: TOR TJERANSEN / ADAMS

I det jeg avslutter min andre og siste utgave av *Senioren* (3/14) som fungerende redaktør, ønsker jeg å si velkommen til Trygve Andersen som bladets nye redaktør. For de som ikke kjenner Trygve har jeg bedt ham fortelle litt om seg selv og sin bakgrunn. Vi i Seniorforeningen gleder oss og ønsker ham Guds velsignelse i redaktør oppgaven.

Reidar Larsen

Trygve Andersen:

■ Jeg er født og oppvokst på Strømmen, litt øst for Oslo, og har vært adventist hele livet. I menighetssammenheng har jeg vært mest aktiv innen sang og musikk. Vi hadde et gammelt orgel (harmonium) hjemme som jeg lærte å spille på i barndommen. Det ble til litt mer musikkutdanning i ungdommen, og nå har jeg vært organist i Strømmen menighet i over 50 år. Har ellers vært med i Adventsangerne siden starten for 35 år siden, og har spilt fløyte i Samnor-orkesteret siden starten for 20 år siden. Har ellers vært aktiv i Strømmen menighet på de fleste områder, fra det praktiske som «vaktmester» og tekniker, til sekretær og kasserer, og også forstander en periode.

■ Jeg er av gammel adventistslekt, alle mine besteforeldre ble adventister rundt år 1900 i Oslo. Min farfar og farmor, Olaf og Guri Andersen, og

min morfar og mormor, Johan og Klara Johansen, var alle aktive i menigheten i hovedstaden for hundre år siden. Min far, Harald Andersen, dro som ung mann til Skodsborg og gikk på misjonsskolen der, med Erik Arnesen som rektor og veileder. Han forsøkte seg som misjonsarbeider, men valgte i stedet praktisk yrke som møbeltapetserer og gikk i lære hos sin far. Min mor, Klara, var fra den store Johansen-slekta, hennes far var fisker og vaktmann på den lille øya Malmøykalven i indre Oslofjord, som var samlingssted for mange adventister på 1920-30-tallet på somrene.


■ Jeg ble gift med Solveig Norheim for snart 40 år siden, og vi har to barn, Idar og Benjamin. Solveig er også av solid adventistslekt. Norheim-familien ble adventister på 1890-tallet, i Stavanger. Og de har satt spor etter seg både i Danmark, Norge og i USA. Solveigs far var Dr. Filip Norheim som de fleste av dere kjente, og hennes mor er Elida, som fremdeles er aktiv i menigheten i Mysen, og i Seniorforeningen. Ester Norheim på Skodsborg var Solveigs tante.

■ Jeg er utdannet elektronikk-ingeniør, og har hatt to yrkeskarrierer. Én i databransjen, hvor jeg

Forts. side 12

Fra MAGNE ROSÉNS liv

En reise med Gud

Reidar Larsen 

At Gud kaller og leder mennesker, er det ingen tvil om hos den troende. Noen ganger foregår det så stille og umerkelig at de fleste ikke tenker at det er Guds måte å gripe inn i menneskers liv på. Men andre ganger kan det være ytre dramatiske hendelser som Gud må ordne opp i, og som tydelig viser at han har overblikket og vet hva han gjør. Du og jeg som brikker i hans hånd må bare være lydige og la ham få styre våre bevegelser i livet. Følgende historie om pastor Magne Yngvar Rosén faller inn i denne kategorien. Han har selv fortalt den til undertegnede flere år før han døde.

De fleste av oss eldre husker pastor Magne Rosén (1920-2012), men det kan være godt for dem som ikke kjente ham å få vite litt om hvordan han opplevde Guds kall og ledelse inn i den gjerning som ble hans livsreise. Han ble født og vokste opp på Jevnaker, men kom ikke fra en adventistfamilie. Det var derfor ikke nærliggende at han skulle bli adventistpredikant. Etter endt skolegang i 1935 skulle han begynne som læregutt i Aftenpostens litteraturavdeling. Det ga håp om en lys framtid. Det var broren som skaffet ham denne jobben; men da broren ble alvorlig syk og døde i mai samme året, ble det ikke noe av det likevel.



BILDET AV MAGNE ROSÉN ER STILT TIL RÅDIGHET AV FAMILIEN

I denne situasjonen begynner Gud å legge forholdene til rette for å få Magne Rosén inn på det spor som han ser at Magne er egnet for. Samme sommer fikk han derfor et brev fra onkel Oskar Rosén med tilbud om å bli sponset på en internatskole som lå på Odins Rydning ved Jessheim. Dette var Onsrud Misjonsskole, men Magne visste ikke noe om hva slags skole det var. Onkel Oskar hadde nemlig blitt adventist under et lengre opphold i USA en tid før dette, men var nå tilbake og vel etablert i Moss. Høsten 1935 reiste Magne med tog fra Oslo Øst til Jessheim og videre med drosje til Onsrud. Han ankom på en lørdag og møtte mange gutter og jenter som var pyntet fordi lørdag var adventistenes sabbat. Men ennå visste han ikke noe om verken sabbat eller andre ting om adventistene. Han trodde de deltok i en begravelse. Slik var hans første møte med adventistene. På Onsrud skulle hans liv ta en helt annen retning.

Etter hvert ble han introdusert til både

solnedgangsandakter og andre sider ved deres tro og liv. Han fikk bo sammen med Alf Lindblad, som var 13 år eldre. Han tok seg av Magne og ble som en far for ham. I løpet av seks år på Onsrud så Magne Guds ledelse, ble døpt og visste hva han var kalt til å bli. Veien til denne gjerning ble mer spennende enn normalt på grunn av 2. verdenskrig som var brutt ut. Krigsutbruddet utsatte også begynnelsen på predikantgjerningen litt.

Etter Onsrud Misjonsskole fikk han jobb en tid på Hotel Terminus, bak Stortinget i Oslo. Grunnen til ansettelsen var at Magne hadde lært å snakke tysk etter et tre-måneders opphold på adventistenes skole, Marienhöhe, i Darmstadt i 1937. Hovedjobben var som oversetter.

Under en nattevaktjeneste som han og en annen hadde på hotellet, ble de kl. 00.30 tatt på fersk gjerning for å lytte på krigsnyheter fra BBC. Hotellets direktør, som eide radioen, anmeldte dem for at han selv ikke skulle komme i vanskeligheter. Men Rosén og den andre nattevakten stakk av midt på natten for å unngå å bli arrestert. Magne valgte å flykte nordover til Trondheim med jernbanen gjennom Østerdalen fordi alle togene gjennom Gudbrandsdalen var overfylte. Med en liten koffert fylt av personlige eiendeler gikk han på toget og fant seg en klappstol i korridoren utenfor en togkupé. Derfra hadde han god oversikt over de reisende på perrongene ved hvert stasjonsstopp.

Da toget gikk fra Kongsvinger, så han to tyske kontrollører som kom på toget, og det betydde at han ville bli anholdt, siden han var på flukt. Med kofferten gikk han bakover i toget i håp om å unnsnippe. Han tenkte på å hoppe ut i fart, men måtte oppgi det på grunn av risikoen for å havne i det kalde vannet i Glomma med døden til følge. Han ba til Gud om hjelp og gikk andre veien igjen fra vogn til vogn.

I én kupé satt det bare tyske offiserer av høyere rang, og én var dekorert med Jernkorset fra 1. verdenskrig. Han satt ved vinduet, lengst borte

fra kupédøren, men det var en tom plass på andre siden av bordet overfor ham. Det hang kun en offisers frakk på knaggen. Dette fortonet seg som «løvens hule» for Magne, men med bønn i hjertet gikk han inn og spurte høflig på tysk om plassen var ledig. Det var den, og han ble invitert til å sitte ned. De andre i kupéen fortsatte sine samtaler.

Magne hostet en del etter en bihulebetennelse og prøvde derfor å sitte mest mulig bortgjemt i sitt hjørne mens han fortsatte å be til Gud om beskyttelse. Da kontrollørene kom til kupéen, og banket og ba om identifikasjon, reiste offiseren med Jernkorset seg og sa med myndig stemme:

«Vi trenger ingen kontroll her!» og med henvisning til alle offiserene av høyere rang, lukket han døren. Magne kunne se fra sitt lille kikkhull mellom klærne at kontrollørene bak vinduet i døren pratet litt rådville sammen, men tydelig bestemte seg for å gå videre. Hans bønner var blitt besvart.

I Røros måtte Rosén overnatte til neste dag for å få tog videre til Trondheim. Men på Røros var det ny kontroll av de reisende da toget

ankom stasjonen. Han gikk bakover i toget og ut på motsatt side og fortsatte i skyggen av toget til han var utenfor det opplyste stasjonsområdet. Det gikk bra, men han kunne ikke være helt sikker på om han var blitt observert og ble skygget. Han gikk til et lite pensjonat hvor han hadde bodd sommeren 1938 da han kolporterte. Damen som åpnet, kjente ham igjen og ga han den ene ledige sengen på et dobbeltrom. Han prøvde å være stille for ikke å vekke den eldre mannen som allerede sov.

Det var vanskelig å sovne, for han følte seg ikke trygg på at ikke noen ville komme og banke på for å sjekke hvem han var. Tryggheten og søvnen kom da han hørte den gamle mannen, som tilsynelatende sov, lå og ba til Gud: «Kjære Gud, bevar denne unge mannen som prøver å sove ...» Neste morgen var den eldre mannen gått, og Magne tok toget til Trondheim uten at det var flere kontroller. Fra Trondheim tok han hurtigruten til

... og det betydde at han ville bli anholdt, siden han var på flukt

GREGOR AV NAZIANZ

Kunnskapsrik og kontemplativ

Av Ove S Berntsen 



Forts. fra side 9

Nord-Norge, hvor han ville være tryggere.

Guds første kall til Magne Rosén som bibelarbeider og pastor/evangelist var til Sandefjord for å være under Erling Bjaanes' ledelse. Men flukten nordover endret dette. Han kom først til Stamsund, og videre derfra til Leknes. I Lofoten arbeidet han sammen med Paul Frivold i ett års tid. Etter vellykket innsats ble han bedt om å oppta evangelisk arbeid på Senja. Her døpte han 12 mennesker i første omgang, og hans videre arbeid resulterte i at Indre Senja menighet ble stiftet. Etter denne oppmuntrende starten virket han en kortere periode i Sigerfjord i Vesterålen.

Han hadde et studieopphold på Emmanuel Missionary College i Washington DC i 1949-51. Etter hjemkomsten ble Sør-Norge hans virkefelt. Han gjorde tjeneste i Arendal, Stavanger og Kristiansand S før han kom til Larvik, Drammen, Lillehammer og Skogli som kapellan. Så ble det Sarpsborg og Trondheim før han igjen kom til Lillehammer og Skogli som kapellan. Deretter gjorde han tjeneste i Hamar før han ble bedt om å være preceptor og bibellærer på Tyrifjord Høyere Skole. Til slutt var det Tønsberg og Elverum som stod for tur, inntil han ble pensjonist i 1985. Han fortsatte imidlertid å holde sabbatsprekener med jevn mellomrom helt til noen få år før han døde. Magne Rosén var en omsorgsfull ektefelle for Jenny (som døde bare få uker etter han) og en god far for deres fire barn. Han skapte trygghet i familien selv om deres hjem alltid var «provisorisk», som han uttrykte det fordi de flyttet så ofte. Hans målbevisste fokus var på det «permanente» hjem som er det evige hjem i himmelen og på den nye jord (Åp 21,1-5). Det formidlet han, ikke bare til familien sin, men til alle menneskene som lærte ham å kjenne. Han angret aldri på at han valgte å reise gjennom livet med Gud. ■

jobbet med opplæring av servicepersonell på de store datamaskinene i Norsk Data på 1980-tallet, og et par år med programvare-support i et annet datafirma på 1990-tallet. Og én karriere i skoleverket, som lærer i elektronikk, data og realfag, og etter hvert som skoleadministrator, senest assisterende rektor på Tyrifjord før jeg valgte å gå av med pensjon for noen år siden.

■ Som pensjonist har jeg fortsatt litt engasjement for TVS, men driver ellers med hus og hage, og litt mer arbeid i menigheten.

■ Ellers har jeg også samlet på og restaurert gamle radioer og båndopptagere, og har det siste året gjort et lite prosjekt med å digitalisere gamle lydbånd som jeg har fått tak i fra flere hold. Det har ført til at jeg har en ganske stor samling av taler og sang og musikk fra 1950-60-tallet som er meget interessant i adventisthistorisk sammenheng. Om noen av dere har gamle lydbånd liggende vil jeg gjerne at dere tar kontakt.

■ Som noen har merket seg har jeg de siste par årene engasjert meg litt i adventisthistorie. Jeg har mange gamle adventistbøker etter min familie. Spesielt har jeg interessert meg for Matteson og hans forfatterskap, og jeg har også sett spesielt på sanghistorien vår, og har en solid samling av sangbøker. Dette har også blitt til en del gudstjenester og artikler i Adventnytt, og det har nok ført til kallet om å bli redaktør av Seniorene. Så vil tiden vise hva som kan komme ut av det. Jeg håper at det er mange av dere som vil bidra med stoff til bladet. ■

Gregor ble født i år 329 i Nazianz i Kappadokia. Han var den eldste sønn av Gregor av Nazianz den eldre og Nonna. Gregor blir omtalt som en av de tre kappadokiske kirkefedrene; de andre er Basilius den store og Gregor av Nyssa. Sammen stod de for den endelige seier over den arianske villfarelsen. Gregor av Nazianz, Basilius, Johannes Krysostomos og Athanasius er de fire store greske kirkelærere.

Gregor var en produktiv taler og forfatter, og han skrev et av de tidligste systematiske arbeidene om preste- og bispeembetets natur, hva som gjør en kandidat skikket, og hvordan han bør utøve gjerningen. Kallet er til syvende og sist en byrde som overgår menneskets bæreevne, og må utøves i frykt for den dom som venter.

Gregor var en tid hjelpebiskop for sin far, inntil faren døde i 374. Det neste året administrerte han embetet til en etterfølger ble valgt, for han ville ikke selv bli byens biskop. Han foretrakk alltid eneboerlivet, og etter at hans helse brøt sammen i 375, tilbrakte han de neste fem årene i et kloster i Seleukia.

Etter at kristenforfølgeren keiser Valens døde i 378, vendte freden tilbake til kirken. Men det var behov for reformasjon, spesielt i Konstantinopel. I mer enn tretti år hadde hovedstaden vært dominert av arianere, slik at de ortodokse ikke engang hadde noen kirke. Nabobiskopene

sendte i år 379 bud etter Gregor for å gjenreise menigheten. Nok en gang protesterte han, men gikk til slutt med på det, selv om den lærde og kontemplative mannen fant intrigene og volden i Konstantinopel ytterst frastøtende. Til tross for hans åpenbare fattigdom, og at han ble eldet før tiden, var de neste fem årene de viktigste i hans liv. Arianismen ble forkastet på det store konsilet i 381. Det ble bekreftet at vedtakene fra Nikea var autentisk kristen lære, og både i dette og andre doktrinære vedtak spilte Gregor en viktig rolle. Det var i denne perioden han holdt sine berømte prekener om treenigheten som ga ham tilnavnet Theologos, teologen; det vil si den som har innsikt i troen og forståelse av Kristi guddom.

Han ble så utnevnt til erkebiskop av Konstantinopel av keiser Theodosios. Men opposisjonen mot Gregor tok ikke slutt, intrigene ble så motbydelige at han ga opp etter få ukers forløp. Gregor passet ikke som biskop, det var forkynnelsen og pennen som var hans redskaper. Han hadde evnen til å begeistre sine tilhørere, men han skal også lett ha blitt mismodig.

De siste årene av sitt liv trakk han seg tilbake til hjembyen og benyttet tiden til å lese og skrive, mens han levde et asketisk liv og gledet seg over blomster og trær. Gregor ble beskrevet som en sympatisk, fredelig og omsorgsfull person. Han døde i 389/90. ■



Ha det godt lenger – med mosjon

Definisjonen på et godt mosjonsprogram er bruk av mest mulig muskler samtidig, i en rytmisk bevegelse som vi kan opprettholde i flere minutter, men som gir minst mulig støt, rykk og andre belastninger på skjelett og muskler. Blant anbefalte aktiviteter kommer spaserturen øverst – med eller uten staver og rullator. Andre svømmer, sykler, går på ski eller tar del i mosjonsgrupper.

Per de Lange, DrPH 

Hvor mye?

Anbefalt intensitet ved trening kan regnes ut som en funksjon av alder og hvilepuls. Men tommelfingerregelen for de fleste er «svette-tale»-testen. Du står på til du blir varm og gjerne svetter litt, men ikke så hardt at du ikke kan holde en samtale i gang. Tung pust indikerer nemlig at man har krysset den anaerobe terskelen i energiproduksjonen, slik at oksygenforbruket blir lite effektivt, mens melkesyreproduksjonen tiltar. Og slikt gjør etter hvert litt vondt.

Ved intervalltrening beveger man seg imidlertid frem og tilbake over denne anaerobe terskelen, som for eksempel på tur i ulendt terreng. Grete Waitz kalte det fartslek: Først 20 rolige skritt, deretter 20 raske skritt, fulgt av 20 rolige skritt osv. Idet man slapper litt av igjen, reverseres nemlig melkesyreproduksjonen. Melkesyra blir faktisk substrat i den høyeffektive aerobe energiproduksjonen inne i mitokondriene, små brødlignende organeller i cellene. Intervalltrening er kommet mye i fokus de siste årene som særlig nyttig ved vektmeistring og for å styrke kondisjonen.

En kjedelig side ved mosjon er at nytten er vesensforskjellig fra en bankkonto. Kondisjonsfordelen fra en god søndagstur blir ikke stående på konto til neste søndag. Tvertom kan «kapitalen» skrumpe allerede etter et par døgn uten mosjon. Derfor bør vi bevege oss de fleste dagene i uken, heller enn bare som skippertak i helgene. Idrettshøyskolen anbefaler en daglig halvtime pluss litt ekstra i helgen. Men halvtimen kan godt splittes opp i flere mindre økter.

På tur med hele kroppen

Når du går, benyttes musklene i fot og bein, hofter og rygg, mage og bryst, armer og skuldre, ja, selv nakke og hode. Vekselsvis strammes og strekkes de idet du beveger deg fra fot til fot, samtidig med at hele kroppen er med på å opprettholde balansen. Leddene i rygg og hofter får svinge frem og tilbake, noe som ikke minst er godt for ryggen.

I gamle dager spaserte vi, pent og anstendig. I dag går noen og slenger, mens andre marsjerer i stram takt. Alle gangartene har sine fordeler.

Fleksibilitet er en nøkkelfaktor for å ha det godt. Uttøyningen bør skje med en varm kropp, for bl.a. å minske risikoen for skader. Strekking av en muskel som har arbeidet, motvirker muskelens tendens



til å trekke seg sammen etter bruk. Heller enn «gyngestrek» anbefales langsomme og kontrollerte bevegelser, hvor de aktuelle muskler strekkes ut i noen sekunder.

Godt treningsutstyr kan virke motiverende, men egentlig trenger man bare løst og ledig tøy. Skoene er imidlertid viktig for den som går. Investeringene bør legges i gode mosjons sko som gir støtte og har riktig stivhet eller mykhet.

Alene eller i fellesskap

Mosjonens bonus er en utvidet mulighet til sosialt samkvem. I flere nærmiljøer, foreninger og kirker har man mosjonsgrupper med regelmessige samlinger, til inspirasjon og motivasjon. Andre foretrekker å gå alene eller med hunden. «Og hunden er helt enestående,» fortalte en vandrende røyke-avvenner. «Den forstår alt jeg sier – og det med dyp sympati.» Derfor heter et slagord: «Alle burde gå en daglig tur med hunden, enten man har eller ei.»

Oldtidens grekere påstod at vandring klarnet sinnet. Aristoteles, Platon, Sokrates og Ordo Vagorum drev vandreskoler med sine disipler for å få klare tanker i læringsprosessen. Da John Wesley utarbeidet prekenene som ble selve grunnlaget for metodismen, fant han stor nytte i daglige spaserturer. Gange har lange kulturelle tradisjoner, fra «apostlenes hester» til pilegrimsvandringene.

I dag sitter vi for mye, slik at en daglig spaseretur er blitt en hovednøkkel i behandling av alt fra hjertelidelser, sukkersyke, høyt blodtrykk, overvekt, kalksvinn og kreft til depresjon, sorg og demens. Daglig mosjon hjelper for det meste. Den som kunne lage en pille med samme gode nytte som mosjon, ville snart bli millionær. Men en daglig spaseretur er fortsatt gratis!

«Når man spaserer, får viljen og musklene fungere og samarbeide med minimalt forbruk av energi. Dermed får intellektet anledning til å fungere i forholdsvis stor frihet,» sa Oliver Wendell Holmes, en amerikansk lege og forfatter på 1800-tallet. ■

Senioren

Organ for

**SYVENDEDEGAS
ADVENTISTSAMFUNNETS
SENIORFORENING**

Adresse: Akersgata 74
0180 Oslo

Bank: 3000 26 41867

Org.nr: 997 229 231

Nett: www.sdasenior.no

Sekretær

REIDAR LARSEN

Bergsengvegen 71, 2372 Brøttum
Telefon 62 12 26 66 - 943 32 898,
reidar.larsen@adventist.no

Kasserer

RICHARD VAGN JENSEN

Glimerveien 19, 3340 Åmot
Telefon 32 75 25 89 - 924 93 322
hrv.jensen@gmail.com

Redaktør for «Senioren»

REIDAR LARSEN (dette nummer)

Fra og med neste nummer:

TRYGVE ANDERSEN
Solliveien 13, 1472 Fjellhamar
Telefon 67 90 43 24 - 970 33 601
trygand@gmail.com

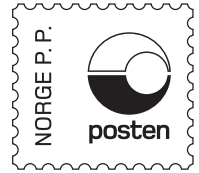
«Senioren» kommer ut fire ganger i året og sendes til alle medlemmer av SDA Seniorforening. Medlemskap tegnes ved å sende kr 200 til bankkonto nummer 3000 26 41867.

Gaver til bladet eller foreningens aktiviteter, sendes til samme konto-nummer. Mange takk!

Oppsigelse av medlemskap gjøres via sekretæren.

Tips, artikler og bildestoff sendes redaktøren.

Returadresse
Senioren
R. V. Jensen
Glimmerv. 19
3340 Åmot



.....
Ove S Berntsen 



Når fullendelsen er fullført

Den som har forsøkt å være god, vet hvor vanskelig det er. Og Jesus sier til og med at jeg skal være fullkommen, slik min himmelske Far er fullkommen (Matt 5,48). Hva vil det si å være fullkommen?

Ordet er *teléos*. Det er ikke en tilstandsrapport, ikke et abstrakt begrep, ikke et monument, ikke ufeilbarlighet. Ikke engang seier over synd. Tanken er at vi har et mål, en hensikt med vårt liv, en idé – som er gudsbildet. Det er å være moden, fullendt, fullført. Og Jesus forklarer at det er å elske, tilgi, be for og søke det beste for fienden.

Et av gudsbevisene i middelalderen var det *teleologiske bevis*: Det vil si at det er en plan i universet, en hensikt med alt. Det er en iboende tendens til å virkeliggjøre sin eksistensgrunn: Øyet er til for å se, eikenøtten blir eiketreet, stjernene går i baner. Alle prosesser er formålsrettet.

Hva er menneskets hensikt, vår idé? Er mennesket et gudsbevis når vi lever slik som Jesus beskriver?

Jeg er *fullkommen* når jeg oppfyller hensikten med at jeg ble skapt.

Hver og en av oss er *unik*. Og så sier Jesus at jeg er mest meg selv, mest i samsvar med Guds mening og hensikt med oss, når jeg er nådig og barmhjertig, god og trofast, når jeg elsker og ber for mine fiender. Fortapelsen er å være mistet, at man ikke er det man var ment å være. Gudsidéen med vårt liv er forspilt.

Å være fullkommen er ikke å være i mål, det er å ha *målet* i oss. Det er å ha godheten, omsorgen og velviljen som livsprinsipp. Det er å leve etter sin oppskrift.

Da er vi barn av vår Far i himmelen, som det står i teksten.

Og i en annen tekst: «Se, hvor stor kjærlighet Faderen har vist oss: Vi får kalles Guds barn, og vi er det ... Mine kjære, nå er vi Guds barn, og det er ennå ikke blitt åpenbart hva vi skal bli. Vi vet at når han åpenbarer seg, skal vi bli ham lik, for vi skal se ham som han er» (1 Joh 3,1-2).

Da er *fullendelsen* fullført.