

Gaan voor Go(u)d

'Oefen jezelf in een vroom leven. Oefening van het lichaam heeft wel enig nut, maar het nut van een vroom leven is grenzeloos, omdat het een belofte inhoudt voor dit leven en voor het leven dat komen zal. Deze boodschap is betrouwbaar en verdient onze volkomen instemming.' (NBV 1 Timoteüs 4:7b-9)

Conditie

Als je je lichamelijke conditie op peil wilt houden, dan zul je daar oefeningen voor moeten doen. De bijbel laat zien dat hetzelfde geldt voor onze geestelijke conditie. Uit de wereld van de sport valt daarom voor ons geestelijke leven heel veel te leren. Daarom gebruikt de bijbel ook zo vaak sportbeelden: wedloop, trainen, discipline, wedstrijd, prijs, erekrans enz.

Afvallen

Training is belangrijk omdat er voor gelovigen een groot gevaar is: dat je verslapt, dat je mat van ziel wordt, dat je het geloof verlaat. In de gemeente waar Timoteüs werkt (Efeze), zijn mensen die een dwaalleer verkondigen die blijkbaar gehoor vindt: je moet je onthouden van het huwelijk en van bepaald voedsel om zo op een hoger geestelijk niveau te komen. Zo worden gelovigen afgeleid van het reddende geloof in Jezus Christus. Er wordt een scheiding gemaakt tussen geest en lichaam: het lijkt wel heel 'spiritueel', maar je wordt op jezelf teruggeworpen.

Verkeerde leer

Paulus bindt Timoteüs op het hart om de goede leer door te geven: alles wat God geschapen heeft is goed als het wordt geheiligd door het Woord en door gebed. Is in de kerk van vandaag het gevaar niet groot dat we zoveel waarde hechten aan de werkelijkheid van het gewone leven van alledag, dat we geen oog meer hebben voor de noodzaak van een bloeiend geestelijk leven? Wordt het verlangen om meer met God om te gaan in gebed en om meer te ervaren van het werk van de Geest niet te snel verdacht gemaakt?

Spiritualiteit

Het bijbelse woord 'godsvrucht' betekent: vroom leven, spiritualiteit, leven met God in de kracht van de Geest (Spi-

ritus) van Christus. Het is een belangrijk onderwerp in de eerste brief aan Timoteüs (2:2.10; 3:16; 4:7.8; 5:4; 6:3.5.6.11). En het is ook belangrijker dan veel andere dingen in het leven van Gods kinderen, zoals lekker eten, een goede lichamelijke conditie, seksualiteit, hobbies, je dagelijks werk. Tegelijk zullen al die dingen een nieuwe glans krijgen als ze in relatie worden gebracht met Gods Woord en het gebed. De godsvrucht heeft namelijk een diep geheim: Christus Zelf (1 Tim. 3:16)! Groeien in spiritualiteit is groeien in het liefhebben van Jezus.

Geestelijke oefeningen

Voor het opbouwen en onderhouden van onze geestelijke conditie zijn er geestelijke oefeningen: gebed, bijbellezen, meditatie, vasten, erediensten, kleine groepen, daden van barmhartigheid, liefdevolle trouw, aanbidding enzovoort. Deze oefeningen vragen om een inzet waar we niet altijd zin in hebben. Maar het mag ook wel eens wat kosten: tijd, inspanning, pijn. De bijbel verkondigt geen feel-good-christendom. We worden voortdurend opgeroepen om te vechten, te strijden, te rennen, te zwoegen. Spiritualiteit komt je niet vanzelf aanwaaien: je zult op zijn minst open moeten staan voor de wind van de Geest in je leven.

God belooft wat

Met nadruk staat er: 'Dit is een betrouwbaar woord' (zie ook in 1:15 en 3:1). Het gaat hier om iets centraals. Aan de training in de godsvrucht is een belofte verbonden, niet alleen voor later, maar ook al voor nu. Het gaat om de belofte van leven! Zoals je door lichamelijke conditietraining juist energie krijgt, zo zul je door geestelijke oefening merken dat je leven 'levendiger' wordt: voller van God, met meer liefde voor Christus en met meer hart voor de mensen om je heen. Geestelijke oefeningen kosten inspanning, maar ze geven energie!

Ervoor gaan

Het is belangrijk gebod om je in het beoefenen van een 'goddelijk' leven te laten leiden door:

1. Jezus Laat je oog alleen gericht zijn

Je conditie gaat nooit vanzelf vooruit, wel vanzelf achteruit.

op Jezus en vestig al je aandacht op Hem (Heb. 12:2-3). Jezus is als een Coach die met zijn aansporingen het beste in jou naar boven wil halen. Christus is volledig toegewijd aan de geestelijke groei van zijn volgelingen.

2. Bijbel Woord en gebed horen onlosmakelijk bij elkaar (1 Tim. 4:5; Hand. 6:4). Laat je bidden, als de meest basale geestelijke oefening, geïnspireerd worden door het - als nieuw - lezen van de bijbel.

3. Geest De oefeningen worden niet voor niets 'geestelijke' oefeningen genoemd. Doe ze niet op eigen kracht, maar in de kracht van de heilige Geest. Vraag steeds of hij je wil vervullen en leiden (Efe. 5:18; Gal. 5:16).

Bronwater in de kleine groep

Handreikingen om met elkaar in gesprek te raken over 'Gaan voor Go(u)d':

Ijsbrekers

- Wat doe jij om je lichamelijke conditie op peil te houden?
- Wat was jouw laatste sportieve prestatie?
- Wat zijn jouw goede voornemen ten aanzien van de kleine groep?

Bijbelgedeelten

1 Korintiërs 9:24-27; 1 Timoteüs 4:1-10; 1 Timoteüs 6:11-16; Hebreeënen 12:1-3. Maak ook gebruik van de Gebedsfolder voor de 'Week van Gebed'.

Gespreksonderwerpen

- Hoeveel tijd zou je dagelijks willen uittrekken voor geestelijke training?
- Wanneer werd je in de voorbije weken echt geraakt door het Woord?
- Welke geestelijke oefening speelt in jouw leven de belangrijkste rol (persoonlijk gebed, eredienst, praise-avond, lezen van een dagboek etc.)?
- Hoe kunnen we elkaar helpen om meer discipline te krijgen in de oefening van de godsvrucht?

