

## Eenvoudig christelijk | Handout 03 | Zoektocht naar spiritualiteit

**(A)** Wat zie je allemaal staan op de planken als je in een boekhandel op de afdeling 'spiritualiteit' ('lichaam en geest', 'religie', 'zelfhulp') rondkijkt? Zie hierbij 'Eenvoudig christelijk' blz. 31-32.

**(B)** Wat is spiritualiteit? Achter dit begrip kan dus van alles schuil gaan. Maar het begrip komt oorspronkelijk uit de christelijke traditie. 'Spiritus' verwijst namelijk naar de heilige Geest. Spiritualiteit is dus dat wat de Geest in onze levens doet om ons te laten beantwoorden aan het doel waarvoor we zijn gemaakt: (weer) beeld van God zijn.

Twee definities van spiritualiteit:

- *De (theologische) bezinning op de beoefening van de gemeenschap met God, in Christus en door de Geest, met speciale aandacht voor de innerlijke beleving daarvan bij de gelovige, die met heel de gemeente bestemd en geroepen is tot de gelijkvormigheid aan de liefde van Christus en zo tot volkomen toewijding aan God.*
- *Leven in de Geest van Jezus.*

1. *Wat vind je van deze definities?*

**(C)** Als spiritualiteit gaat over wat de Geest in onze levens doet om ons steeds meer aan Christus gelijkvormig te maken, dan is het belangrijk om ons te bezinnen op Bijbelgedeelten die gaan over het werk van de Geest.

Twee Bijbelgedeelten:

### **Galaten 5:13-26 | Leven door de Geest**

13 Broeders en zusters, u bent geroepen om vrij te zijn. Misbruik die vrijheid niet om uw eigen verlangens te bevredigen, maar dien elkaar in liefde, 14 want de hele wet is vervuld in één uitspraak: 'Heb uw naaste lief als uzelf.' 15 Maar wanneer u elkaar aanvliegt, pas dan maar op dat u niet door elkaar wordt verslonden. 16 Ik zeg u dus: laat u leiden door de Geest, dan bent u niet gericht op uw eigen begeerten. 17 Wat wij uit onszelf najagen is in strijd met de Geest, en wat de Geest verlangt is in strijd met onszelf. Het een gaat in tegen het ander, dus u kunt niet doen wat u maar wilt. 18 Maar wanneer u door de Geest geleid wordt, bent u niet onderworpen aan de wet. 19 Het is bekend wat onze eigen wil allemaal teweegbrengt: ontucht, zedeloosheid en losbandigheid, 20 afgoderij en toverij, vijandschap, tweespalt, jaloezie en woede, gekonkel, geruzie en rivaliteit, 21 afgunst, bras- en slemppartijen, en nog meer van dat soort dingen. Ik herhaal de waarschuwing die ik u al eerder gaf: wie zich aan deze dingen overgeven, zullen geen deel hebben aan het koninkrijk van God. 22 Maar de vrucht van de Geest is liefde, vreugde en vrede, geduld, vriendelijkheid en goedheid, geloof, 23 zachtmoedigheid en zelfbeheersing. Er is geen wet die daar iets tegen heeft. 24 Wie Christus Jezus toebehoort, heeft zijn eigen natuur met alle hartstocht en begeerte aan het kruis geslagen. 25 Wanneer de Geest ons leven leidt, laten we dan ook de richting volgen die de Geest ons wijst. 26 Laten we elkaar niet uit eigenwaan de voet dwarszetten en elkaar geen kwaad hart toedragen.

### **Romeinen 8:5-11 | Leven door de Geest**

5 Wie zich door zijn eigen natuur laat leiden is gericht op wat hij zelf wil, maar wie zich laat leiden door de Geest is gericht op wat de Geest wil. 6 Wat onze eigen natuur wil brengt de dood, maar wat de Geest wil brengt leven en vrede. 7 Onze eigen wil staat vijandig tegenover God, want hij onderwerpt zich niet aan zijn wet en is daar ook niet toe in staat. 8 Wie zich door zijn eigen wil laat leiden, kan God niet behagen. 9 Maar u leeft niet zo. U laat u leiden door de Geest, want de Geest van God woont in u. Iemand die zich niet laat leiden door de Geest van Christus behoort Christus ook niet toe. 10 Als Christus echter in u leeft, bent u door de zonde weliswaar sterfelijk, maar de Geest schenkt u leven, omdat u door God als rechtvaardigen bent aangenomen. 11 Want als de Geest van hem die Jezus uit de dood heeft opgewekt in u woont, zal hij die Christus heeft opgewekt ook u die sterfelijk bent, levend maken door zijn Geest, die in u leeft.

Wat leer je uit deze Bijbelgedeelten over leven door de Geest?

Welke kenmerken van christelijke spiritualiteit kun je uit deze Bijbelgedeelten halen?

**(D)** Tom Wright schrijft het volgende over spiritualiteit:

Veel mensen vandaag horen het woord 'spiritualiteit' als reizigers in een woestijn die nieuws van een oase horen. Dat is niet verbazingwekkend. Het scepticisme dat we de laatste tweehonderd jaar onderwezen hebben gekregen, heeft onze wereld geplaveid met beton. Mensen schamen zich toe te geven dat zij diepe en sterke 'religieuze' ervaringen hebben gehad. Terwijl ze vroeger naar de kerk zouden zijn gegaan, hun gebeden gezegd, op de een of andere manier God vereerd zouden hebben, en wat ze deden opgevat zouden hebben als deel van de schering en inslag van de rest van hun leven, was de stemming in de westerse wereld tussen grofweg 1780 en 1980 heel anders. (blz. 28)

1. Herken je dit?
2. Waar kom jij het verlangen naar spiritualiteit (verdieping, bezinning, rust, stilte etc.) tegen?
3. 'Ik ben spiritueel, niet religieus'. Wat vind je van deze uitspraak?

De christelijke uitleg van de hernieuwde interesse voor spiritualiteit tamelijk simpel. Als iets als het christelijke verhaal echt waar is (met andere woorden, als er een God is die we het duidelijkst in Jezus kunnen leren kennen), dan is dit precies wat we moesten verwachten, omdat we in Jezus een glimp opvangen van een God die van mensen houdt en wil dat zij die liefde kennen en beantwoorden. (blz. 33)

1. Wat zegt het menselijke verlangen naar spirituele betekenis over ons?
2. Waarom zouden mensen zichzelf "heel" willen voelen?
3. Hoe proberen mensen dit buiten religie om te bereiken?
4. Welke elementen zijn van belang voor een gebalanceerd leven?

## **Wikipedia**

### **Het spirituele en het religieuze**

Wat doorgaans met "religie" wordt aangeduid en wat met "spiritualiteit" wordt aangeduid ligt vaak erg dicht bij elkaar. In strikte betekenis wordt er het bewustzijn mee aangeduid, dat de menselijke ziel of het menselijke innerlijk zijn oorsprong in een goddelijke of andere transcendentie heeft of in relatie staat tot een hogere werkelijkheid. De spiritualiteit is een bijzondere, maar niet noodzakelijk confessioneel begrepen religieuze levenshouding van een mens, die zich op het transcendente of immanente goddelijke Zijn concentreert respectievelijk op het principe van de transcendente waarheid of hoogste werkelijkheid.

### **Confessionele spiritualiteit**

Aanhangers van orthodoxe religies beschouwen spiritualiteit als een deel van hun religieuze ervaring. Zij zijn meer geneigd spiritualiteit te contrasteren met de seculiere "wereldsheid" dan met de rituele expressies van hun religie. Spiritualiteit is dan veeleer een bezinning op een element uit de religie, waartoe zij behoren. Zo kan sprake zijn van bijvoorbeeld een charismatische, een eucharistische of een franciscaanse spiritualiteit.

### **Spiritueel maar niet religieus**

In de "New age beweging" wordt spiritualiteit doorgaans afgezet tegen de georganiseerde religie, en ligt de betekenis van de spiritualiteit in de actieve en vitale verbinding met de kracht of het wezen van het diepere zelf.

**(E)** Spiritualiteit heeft ook te maken met spirituele oefeningen. Anders gezegd: als je wilt groeien in spiritualiteit is het belangrijk dat je, naast dat je hierin alles verwacht van de heilige Geest, je ook actief inzet voor die groei. Daar zijn spirituele oefeningen voor bedoeld:

- Bijbellezen
- Bidden
- Mediteren
- Eenvoudig leven
- Barmhartigheid doen
- Stilte beoefenen
- God aanbidden

1. Welke oefeningen spelen in jouw leven een rol?
2. Waarin zou je willen groeien?