

1 Ontstaan en samenvatting van de bijdrage

Als onderwerp werd door een kring gesuggereerd iets over de 'geestelijke oefeningen' van Ignatius van Loyola en andere vormen van bidden. Jan Vanden Berghe van de redactieraad had in 1980 een retraite gevolgd bij Pater Georges Neefs, S.J. en wist dus van 'binnenuit' hoe die 'geestelijke oefeningen' verlopen tijdens een dertigdaagse en wat ze met zich mee brengen. Na een lang videogesprek met pater Nicolaas Sintobin, S.J. schreef hij zijn bijdrage. Ik haal er enkele markante zaken uit naar voor.

* De 'geestelijke oefeningen' ontstonden 500 jaar geleden bij de hoofse Baskische ridder *Inigo* die na gewond te zijn tijdens een oorlog een langdurig herstel moest doormaken, tot *christelijke bekering* kwam en de 'vreugde van het evangelie' ontdekte. Als ervaren levensgenieter kwam hij tot het inzicht dat de navolging van Jezus meer een weg naar vreugde is dan een werelds leven, ver van God. Samen met enkele studiegezellen stichtte hij de 'Sociëteit van Jezus', de 'Jezuïeten'.

* Om een geestelijke ervaring te kunnen opdoen schreef Ignatius heel praktische aanwijzingen: 'zijn geestelijke oefeningen'. Deze zijn duidelijk gericht zijn op het *onderscheiden van de Geest*. Het is een manier van mediterend bidden dat hij zelf heeft beoefend.

* Om tot de onderscheiding te komen (ontdekken wat God met jou wil doen) is er een vorm van *onverschilligheid* nodig: een inwendige vrijheid die onbevooroordeeld toelaat te ontdekken wat God echt van je wil. Onze huidige paus Franciscus, een Jezuïet komt herhaaldelijk terug op de 'onderscheiding van de geest' voor de individuele christen maar ook voor de kerkgemeenschap. Niet normen en wetten krijgen dus het laatste woord, maar de barmhartige liefde die weet te onderscheiden wat kan en niet kan. De ervaring van de vreugde is er een gevolg van.

* De 'geestelijke oefeningen' zijn in feite *een vorm van bidden*, naast veel andere vormen. Meer dan in het smeekgebed waar wij God vragen wat er volgens ons moet gebeuren, zijn de 'geestelijke oefeningen' een kader waarin wij mogen geloven dat God ons de weg wil wijzen, op zoek is naar ons en (op zijn eigen vrije wijze) bij ons wil *binnenkomen*. Stilaan zal ons dan wel een en ander duidelijk worden in heel concrete situaties: spreken of zwijgen; je partner verlaten of erbij blijven; op reis gaan of thuis blijven; ... En luisteren naar de 'heilige onverschilligheid' zoals Charles de Foucauld die uitdrukt in zijn gebed van overgave: "*Wat Gij ook met mij doen wilt, ik denk U, als uw wil maar geschiedt in mij en al uw schepselen*".

* Bij de Jezuïeten zijn er heel wat initiatieven om via retraite of digitaal op het spoor te komen van Gods wil over je leven vanuit de Schrift. (Mocht iemand van de aanwezigen een of andere van die hebben meegemaakt, laat die persoon dan zeker aan het woord!)

2 Methodische suggesties voor de bijeenkomst

► Als je over een beamer beschikt en een internetverbinding kan je deze bijeenkomst laten starten met een video waarin Nicolaas Sintobin spreekt over 'de onderscheiding van de geesten' (3'49"):

<https://www.youtube.com/watch?v=wtehhElu3yg> (CTRL+klik)

Een meer uitgebreide video over dit onderwerp van iets meer dan één uur vind je op https://www.youtube.com/watch?v=OOvxLybhtMw&feature=emb_logo.

Sintobin maakt erin gebruik van 'Het verhaal van de pelgrim', een autobiografisch verhaal door Ignatius van Loyola zelf.

► Ook over het *levensgebed* spreekt Nicolaas Sintobin in deze video (14') met de eenvoudige methode 'dank je, sorry, asjeblijf':

<https://www.youtube.com/watch?v=fsQMxORLUuY>

(Sluit aan met een van de initiatieven die Jan op het einde van zijn artikel vermeldt).

Je kan deze beide video's ook zelf voor de vergadering thuis individueel bekijken.

3 Het hele ignatiaanse avontuur is geïnspireerd door de Geestelijke Oefeningen

cf. <https://www.jezuiten.org/ignatiaanse-spiritualiteit/de-geestelijke-oefeningen/>

Als je een sportman of –vrouw wilt worden, moet je je oefenen. Je moet regelmatig trainen, op je voeding letten, bepaalde keuzes maken en je andere dingen ontzeggen. Hetzelfde geldt wanneer je een vreemde taal onder de knie wilt krijgen, leren koken, een muziekinstrument bespelen, autorijden of een computer hanteren: niets gaat zonder oefening. Ook het geestelijk leven niet. Als je vooruitgang wilt maken in het geestelijke, moet je je ook daarin oefenen.

Geestelijke Oefeningen

Ignatius van Loyola heeft een boekje geschreven dat "Geestelijke Oefeningen" heet. Het is de vrucht van zijn eigen levenservaring. De bron van de Geestelijke Oefeningen is de eigen Godservaring van Ignatius van Loyola. Toen hij merkte dat zijn inzichten ook anderen konden helpen, stelde hij ze op schrift.

De gebedsoefeningen in het boekje van Ignatius gaan hoofdzakelijk over het leven van Jezus. Het langdurig, persoonlijk, stil gebed met het evangelie is het hart van de Geestelijke Oefeningen. Wie de Oefeningen doet beschouwt aandachtig heel het leven van Jezus, van zijn geboorte tot aan zijn dood en verrijzenis. Biddend kijk je naar wat Jezus doet, je luistert naar wat Hij zegt, je treedt met Hem in dialoog. Zo wordt duidelijk hoe jij de Heer kunt volgen en het Evangelie gestalte kunt geven in jouw leven.

Geen boek om te lezen maar om te doen

Jaarlijks doen vele duizenden mensen wereldwijd de Geestelijke Oefeningen van de heilige Ignatius. Het gebed met het leven van Jezus en de geestelijke onderscheiding zijn gericht op het nemen van beslissingen, op het doen van keuzes die leiden tot een meer evangelisch leven. Het boekje van de Geestelijke Oefeningen is niet geschreven om gelezen, maar om gedaan te worden. Het is een doe-boek, een werkboek, een oefenboek. En oefenen doe je het beste onder de begeleiding van iemand die al méér geoefend is. Ook de Geestelijke Oefeningen worden het beste onder deskundige begeleiding gedaan. Als je bidt, doen zich allerlei innerlijke bewegingen voor, positieve zowel als negatieve. Sommige brengen je dichterbij God, andere juist niet. Sommige versterken het innerlijk leven, andere ondergraven het. Naast de eigenlijke gebedsoefeningen geeft Ignatius van Loyola in zijn boekje allerlei richtlijnen om deze innerlijke bewegingen en gemoedstoestanden beter aan te voelen en de positieve van de negatieve te onderscheiden. In de kerkelijke traditie noemt men dit “onderscheiding van de geesten”.

Een dagelijkse uitnodiging tot [ignatiaans gebed](#) vind je in [Gewijde Ruimte](#) (dagelijkse tekstmeditatie) en [Bidden Onderweg](#) (dagelijkse podcast). Een verrassende visuele toepassing ervan vind je op [Verder Kijken](#).

4 Gebeds- en bezinningsmoment

Breng de CD Door de Wereld gaat een lied nr. 15 mee. Het lied nr. 7 erop is Z.J. 610 Vernieuw Gij mij, o eeuwig licht. . Voorzie ongeveer 15'.

1 Zing (beluister) het lied Z.J. 610 Vernieuw Gij mij, o eeuwig licht.

1 Vernieuw Gij mij, o eeuwig Licht!
God, laat mij voor uw aangezicht,
geheel van U vervuld en rein,
naar lijf en ziel herboren zijn.

2 Scherp God een nieuwe geest in mij,
een geest van licht, zo klaar als Gij;

dan doe ik vrolijk wat Gij vraagt
en ga de weg die U behaagt.

3 Wees Gij de zon van mijn bestaan,
dan kan ik veilig verder gaan,
tot ik U zie, o eeuwig Licht,
van aangezicht tot aangezicht.

2 Openingsgebed (door iemand voor te lezen) Frans Cromphout S.J.

Stem ons af, God, op uw tijd.
Niet op de eeuwen
waarmee Gij geacht wordt te rekenen,
niet op duizend jaren
die voor u zijn als één dag.
Leer ons leven op het ritme van de

zeven dagen,
dat Gij zelf hebt vastgelegd.
Dat wij ons toevertrouwen aan de tijd
die verrassingen in zich bergt,
de tijd als een langzaam ontluikende
bloem,

als een moederschoot
die nieuw leven draagt.
We hoeven niet te weten
hoe het zaad ontkiemt en opschiet,
of wanneer de oogst rijp zal zijn.
Wek in ons het vertrouwen
dat de goede grond zal opnemen
wat wij zaaien,

dat zon en regen het zaad zullen
koesteren.
We hoeven het niet te weten,
maar we mogen hopen op de goede
afloop
van wat wij met u begonnen zijn
en Gij met ons.

3 De 'Onderscheiding van de geesten' bij Paulus in 1 Kor. 12



In 1 Korintiërs 12:4-11 bespreekt Paulus de gaven van de Geest, de charismata (genadegaven). In dit tekstgedeelte noemt hij er negen, later in hoofdstuk 12 en 14 komt hij nogmaals op de charismata terug. In Romeinen 12:3-8 en Efeziërs 4:11 noemt Paulus weer andere gaven. Dit is de tekst van Paulus in 1 Korintiërs 12 uit de Nieuwe Bijbelvertaling (2004):

Er zijn verschillende gaven, maar er is één Geest;
er zijn verschillende dienende taken, maar er is één Heer;
er zijn verschillende uitingen van bijzondere kracht, maar het is één God die ze allemaal en bij iedereen teweegbrengt.
In iedereen is de Geest zichtbaar aan het werk, ten bate van de gemeente.
Aan de een wordt door de Geest het verkondigen van wijsheid geschonken, aan de ander door diezelfde Geest het overdragen van kennis;
de een ontvangt van de Geest een groot geloof, de ander de gave om te genezen.
En weer anderen de kracht om wonderen te verrichten, om te profeteren, **om te onderscheiden wat wel en wat niet van de Geest afkomstig is**, om in klanktaal te spreken of om uit te leggen wat daar de betekenis van is.
Al deze gaven worden geschonken door een en dezelfde Geest, die ze aan iedereen afzonderlijk toebedeelt zoals Hij wil.

4 Bezinning over de 'scheiding der geesten' (internet)

Het belang van de Gave van de onderscheiding van geesten blijkt direct uit de (kerk)geschiedenis. De meeste problemen van Kerken zijn direct terug te voeren of falend of ontbrekend onderscheid der geesten. Ik noem de Kruistochten. Onder de kreet "God wil het!" gingen de duizenden op weg. Maar God had niets gezegd. Onderweg werden overal de Joden vermoord, en dat was nog maar één van de wrange vruchten van de pauselijke oproep. En dan de Inquisitie: waar was de liefde? Hoe vaak stond niet de eer/het belang van Paus, bisschop, kerkelijk Instituut of hooghartig hervormer méér centraal dan Christus en Zijn Woord? Te vaak werd zo de gave tot onderscheiding der geesten misbruikt, en leidde tot scheiding der geesten. Aldus precies passend in de plannen van de diabolis: verdeel en heers....

Vaak heeft iemand met een bepaalde Bijbelse visie wel gelijk. Maar als dat gelijk wordt uitgeoefend als absoluut, hoe zit je dan met de liefde? God heeft alle mensen verschillend en uniek geschapen. Het is dan ook niet verwonderlijk dat mensen verschillend over dingen denken, en verschillend reageren. Waardoor verschillende aspecten van eenzelfde waarheid aan bod kunnen komen.

Wie nu de eigen visie alleenzalmakend maakt isoleert niet alleen zichzelf, maar ontzegt ook aan anderen het recht op hun deel van de waarheid die immers, als een diamant, vele kanten heeft.

Waar de mogelijkheid op persoonlijke geloofsbeleving en een persoonlijke relatie met God open blijft, zal een Gemeente ontstaan die in de vele verschillende persoonlijkheden van haar leden een weerspiegeling wordt van de veelkleurige wijsheid van God. Veelkleurig! Dat is de bedoeling van God, dat wij elkaar in liefde aanvullen. Samen zijn we Zijn Kerk.

Daarom zegt Paulus: "Denk over uzelf met bedachtzaamheid. Neem als norm het geloof, maar houd rekening met de voor ieder verschillende maat van Gods gave (Romeinen 12, 3)".

Een oproep voor een milde houding jegens medechristenen. Want al ken je de Bijbel uit je hoofd, en heb je elke zondag een persoonlijke openbaring, maar je hebt de liefde niet....

5 Slotgebed (naar Frans Cromphout)

Dat we onze dagen openhouden
voor wat ons onverwacht
kan overkomen:
een ontmoeting, een vaarwel
ontroering om de schoonheid
van mensen of de wereld,
een mens die om troost komt vragen
of ons een ogenblik vrede schenkt.

Dat we onze dagen openhouden
voor wat nutteloos is:
gastvrijheid en welkom,

dankzeggen, stilte,
zomaar een woord
of een gebaar van goedheid.

Dat we onze dagen openhouden
voor U, God
– ook als Gij uitblijft –
voor uw spreken en voor uw zwijgen,
voor U, de God
over wie wij niet beschikken. **Amen.**

6 Herneem eventueel het openingslied

Aan- en opmerkingen aan guido.debonnet@skynet.be