



## Om forskjellen på spiritualitet og religiøsitet - å kunne skjelne mellom åndene

Av Tove Giske, førstelektor og stipendiat, Diakonissehjemmets høgskole.  
Tove.Giske@haraldsplass.no

### Forskjell på spiritualitet og religiøsitet

I vår tid er det igjen lettare å snakke om tru og åndelege lengslar enn tidlegare. I denne åpenheita kan vi stadig høyre påstanden om at det er forskjell på spiritualitet og religion. Spiritualitet er den indre grenseoverskridande bevisstheit alle mennesker har, og som vi kan utvikle slik at vi blir frie, glade og kjærlige menneske. Om vi fylgjer vårt indre Logos vil det ikkje føre oss inn i religiøse trusforestillingar, men utvikle oss til meir kreative og empatiske menneske som vil vise vår auka glede i arbeid for våre medmenneske. Religion derimot kan hemme utviklinga vår fordi dei ulike religionane set opp dogmer og regler for korleis vi skal tenke og oppføre oss. Foreldre, lærarar og prestar har derfor eit stort ansvar når vi i Norge lærer den oppveksande slekt om den kristne tru, om kva som er rett og galt, kva som er rett å tenke om Gud og menneske og kva som ikkje er sant. Guds-bilde kan føre til at mennesker opplever angst og kjenner seg ufrie, og det kan hindre mennesket sin spiritualitet i å utvikle seg fritt. Vi gjer klokt i å grunde litt på slike påstandar og ikkje vere for snare til å hevde at dette er tull. Kanskje har Guds menighet på jord nokre ganger vorte eit fellesskap som har vore så oppteken av normer at enkeltmennesket har vorte hindra i å bruke sine evner og gaver. Kanskje opplever nokre at det er lettare å fylgje Guds leiing utanfor det kristne fellesskapet enn som ein del av det? Paulus si formaning om å prøve alt som er godt, sant og rett og til å halde fast på det gode (Fil. 4,8, Tess. 5,21) er ei aktuell utfordring også for oss som lever i 2006.

### Å prøve åndene

Samtidig har vi mange formaninger i Bibelen som ber oss om å prøve åndene og oppfordringar om å lære å skjelne mellom det som kjem frå Gud og det som falskt. I 1. Johannes brev, kapittel 4 leser vi:

*Mine kjære, tro ikke enhver ånd! Prøv åndene om de er av Gud! For det er gått mange falske profeter ut i verden. 2 Guds Ånd kjenner dere på dette: Hver ånd som bekjenner at Jesus Kristus er kommet i kjøtt og blod, er av Gud. 3 Men enhver ånd som ikke bekjenner Jesus, er ikke av Gud. Det er Antikristens ånd, som dere har hørt skal komme. Og den er allerede nå i verden.*

*4 Men dere, mine barn, er av Gud og har seiret over dem. For han som er i dere, er større enn han som er i verden. 5 De er av verden, derfor er deres tale av verden, og verden lytter til dem. 6 Men vi er av Gud, og den som kjenner Gud, hører på oss; den som ikke er av Gud, hører ikke på oss. Slik kan vi skjelne mellom sannhetens ånd og villfarelsens ånd.*

For å kunne prøve åndene treng vi å ha kunnskap om den kristne tru, og desse bibel-versa peiker på kor viktig bekjenninga av Jesus som sann Gud og sant menneske er. Versa peiker også på at vi har Guds ånd, og at den er den sterkaste. I tillegg til å kjenne dei kristne sanningane om trua vår, handler det å kunne skjelne åndene også om dei mange vala vi gjer i det daglege liv. Ignatiansk spiritualitet kan hjelpe oss langs ein slik veg.

### Broder Ignatius som vegleiar

Ignatiansk vegleing har røtene sine tilbake til den spanske adelsmannen Ignatius Loyola (1491 – 1556) som var ein kjend katolsk prest og åndeleg



vegleiar. I arbeidet med bibeltekstane la han vekt på å gå inn med heile seg. Han bruke fantasi og evna til å forestille seg ting slik at tekstane talte til heile han og ikkje berre til intellektet. Den åndelege vegleingstradisjonen etter han legg derfor stor vekt på erfaringslæring. I boka "Kærlig opmærksomhed" av Lambert (1999), vert vi ført inn i 62 nøkkelord innan ignatiansk spiritualitet. Eit av dei er "Skelen mellom ånderne" (s. 101 – 104) og vi gengir her dette avsnittet og håper at det kan gi praktisk hjelp til å leve ut ein sunn spriritualitet i tråd med Guds gode plan for liva våre.



"Ignatius ville ikke være Ignatius, viss han kun ville levere en forståelsesmodel for en skelen mellom ånderne. Han finder også et sted til indøvelsen av denne skelen: samvitti



ghetsransagelsen. Det er en kultivering av den åndelige smagsnerve.

Billedet av smagen, hhv eftersmagen var nærliggende for Ignatius selv, for sådan begyndte hans egen erfaring med at skelne mellom ånderne. Da han lå på sygelejet med en alvorlig knælesion, gjorde han en avgjørende oppdagelse: De ridderromanene, som han "var vill med", som han selv skriver, begeistrede han kun under læsningen, men bagefter "var under ligesom udtørret og i dårlig humør". Når man derimot optog helgenlegenderne og Den hellige Skrift i sig, så "vedblev han med at være tilfreds og glad, også når han var holdt op med dem". Ignatius betoner udtrykkelig: "Dette var den første overvejelse, han anstillede over Guds sager. ....

Samvittighedsransagelsen er for Ignatius tiden og stedet til "eftersmagen" og til utvikling af den åndelige smagsans. Det gjelder om i ens eget liv at lære at skelne smagen af det gode fra smagen af det onde. Ignatius anfører tre skridt her til: Fornemmelsen - erkende - tage stilling. Diss grundtrin er indeholdt i "Regler til at kunne skelne mellom ånderne". Efter disse regler skal man nogenlunde kunne opdage og erkende de forskjellige sindsrørelser, som fremkaldes i sjælen. Det gode skal man opdage og erkende for at tage vel imod dem, de slette for at afvise dem. For Ignatius var denne smagsudvikling ikke kun en åndelig øvelse, som han tog sig spesiell tid til, men han praktiserte den bestandig: ved enhver samtale, ved enhver avgjørelse. Han vidste, at han derved ikke havde lov til at stole alene på sin egen skelnevne, for han havde erfaret, at han ganske vist havde været blind, men at Guds Ånd hjalp ham til stadig at kunne se klarere: "I denne tid behandlede Gud ham, ligesom en skolelærer behandler et barn i undervisninga". Det er oppmuntrende at turde tro, at Guds Ånd sjølv lærer en denne skelnen. På sin åndelige vej har Ignatius fundet en række nyttige insigter og kriterier til "nogenlunde" at kunne skelne mellom åndernes forskjellige bevægelser.

1. Med de gode og slette bevægelser er det som med medvind og modvind: Den, der sejler i retning af Gud, får medvind av Helligånden

der sejler i retning af det afskyelige, får medvind af den onde ånd, men stærk modvind af Guds Ånd. Derfor er spørsmålet om ens eget livs grundretning så vigtigt. Konkret sagt: Den, der er drunker, bliver kraftig opmuntret af sine drikkebrødre; men hvis han siger "nej tak" så bliver han gjort til grin som tøsedreng - og omvendt bliver han så støttet af de "ædruelige".

2. I mistrøstens, forvirringens og usikkerhedens tid skal man ikke simpelt hen kaste en avgjørelse, som man har truffet "i godt vejr" over bord, men vente, til man igjen i ro og mak kan beslutte sig.
3. Meningen med åndelige vanskeligheter i forbindelse med at træffe avgjørelser er at gjøre det klart, at det ikke står i ens egen magt at skaffe sig virkelig åndelig trøst.
4. Det onde forholder sig som en ægteskabsbryter, der ikke vil opdages. Dette viser sig tydeligst ved, at ikke så sjelden forsvinder de værste fristelser og anfægtelser, så snart de kommer frem i dagens lys.
5. Det gjelder om tydelig og beslutsomt at træde ubøielig opp imod de ødelæggende, negative tendenser. Det er farlig at forhandle og købslå. Viss man rækker Fanden en lillefinger, tager han hele hånden, heder det i folkemunde.
6. Særlig farlig er fristelsen til det onde under det godes udseende. Overdreven indsats for andre kan føre til indre udbrændthed, og skridt på vejen til selverkendelse kan blive til bestandig og frugtesløs selvanalyse. Derfor råder Ignatius til nøye at lægge mærke til tankernes forløp, om de indre tilbøjeligheter virkelig både i begyndelsen, i midten og i slutningen er gode. Såleis er det også vigtigt ved en særlig stærk indre berøring af Guds Ånd at skælnemellom, hvad der egentlig hører til den gode kerne, og kva der derefter så at sige har sneget sig ind, fordi hjertes dør er åben.
7. Der kan eksistere en slags åndelig sjølv-overbevisning, som endnu kun søger ens egne følelser hhv. kvier sig ved at tage skridtet i tillit. Man ved ikke, at det holder en åndelig ung igjen og igjen at gjøre noget, som "ængster en lidt".

Med hensyn til enkle tommelfingerregler og spørsmål i forbindelse med at træffe avgjørelser kan det siges: Det taler for at det stammer frå Guds Ånd, når eg har "en god fornemmelse" ved et forehavende, også sjølv om det kan være nok så vanskelig og smertelig; når det "passer til Jesus"; når man føler sig i "godt selskab" af rettekafne mennesker; når tro, håb og kærlighed vækkes; når noget godt indføjer sig i en allereie truffet godt grundlæggende avgjørelse ol. Hvad der derimod snarere kommer frå den onde ånd, er det, der bestandig stiller store krav til en og kun kan udføres med magt, det, der er umådeholdent og virker sensationelt arrangert, det, som man kun kan gøre med stadig modvilje og væmmelse, det, der virker smålig og spidsfindigt og som hårkloveri, det, der verken er konkret eller har nogen jordforbindelse, det, der er ukærlig og virker destruktivt, det, der berøver bønne og stillheden mening og glæde, det, der ikke passer til Jesu sindelag og måde at handle på. Der kunne anføres endnu mange fleire anvisninger og regler til at træffe avgjørelser i Ignatius' ånd. Men alt dette erstatter ikke ens egen vej, kultiveringa af ens egen åndelige smagssans og ens egen erfaring. Ignatius taler sjølv om den "erfaring", der er blevet rigtig bemærket og husket, og som hjelper os til at gå Guds veje. Det er en gave, at han har bevaret sine erfaringar til andre."

## Avslutning

Ved å fylgje den vegen Ignatius tegner opp for oss kan vi utvikle vår sanne spiritualitet som gjer oss til heile og kjærlege menneske. Denne prosessen skjer av Guds nåde og til Hans ære, innanfor dei gode grensene som han har gitt oss for livet. Såleis vert sunn og sann spiritualitet ikkje ståande som motsetnad til å tru på Gud, men som ein sentral del av den kristne heilagginga.

## Litteratur:

Lambert W. (1999) Kærlig oppmerksomhet. Træk af den Ignatianske Spiritualitet. København: Ansgarstiftelse Forlaget.

Opptrappingsplan for psykisk helse 1999 - 2006. URL: <http://odin.dep.no/hod/norsk/dok/regpubl/stprp/030005-030014/hov001-bn.html>