

Lesbrief 43 – De contemplatieve traditie

Jaar 1

Kim Nataraja

Het feit dat meditatie - contemplatief gebed - authentiek christelijk is, kan ook duidelijk gemaakt worden doordat in vele christelijke tradities het stille gebed het centrale punt van de aanbedding vormt. In de traditie van de Karmelieten werd de heilige Teresa van Avila gedurende de eerste twintig jaar van haar spirituele reis erg beïnvloed door een heel populair boek uit die tijd met de titel "Het derde spirituele alfabet" door Francisco di Osuna, een Franciscaner monnik, die aanraadt om te bidden door het herhalen van een spirituele zin. Met hem als gids werd ze geleid van het uitvoerig gesproken gebed naar wat zij noemde "het gebed van stilte" en zelfs naar "het gebed van vereniging". Deze manieren van bidden worden gekarakteriseerd door een steeds dieper wordende innerlijke stilte en verstillings.

Het is een manier om het hart voor God te openen in gebed.

Het "Jezusgebed" dat in het Westen bekend werd in de 19e eeuw door het prachtige boek "De weg van een pelgrim", auteur onbekend, was een vervolg op de traditie van het gebed in de Oosterse orthodoxe kerk die bekend stond als het "Gebed van het Hart". Ook hier wordt de nadruk gelegd op het herhalen van een gebedszinnetje, dat tot innerlijke stilte en verstillings leidt. Zowel deze traditie als die welke John Main opnieuw ontdekte voor ons in de geschriften van Johannes Cassianus, is gebaseerd op het onderricht van de Woestijnvaders – Evagrius Ponticus vormde een belangrijke bron van inspiratie voor hen.

In de 14e eeuw is "De Wolk van Niet Weten", weer door een onbekende Engelse auteur, het boek dat dezelfde vorm van gebed aanraadt. De auteur legt de nadruk op "het doorboren van het hart van God met een vlammeende pijl van liefde". Om dat te kunnen doen, moeten we al onze liefde en aandacht richten op het ene woord. Hij beveelt ons aan om een woord van één lettergreep te nemen, zoals "God" of "Liefde", dat uitdrukking geeft aan de bedoeling in ons hart. De beweging van Thomas Keating, OCSO, met de meditatievorm "Centering Prayer", ontleent haar inspiratie uit dit boek. De auteur van "De Wolk van Niet Weten" verduidelijkt wat achter al het onderricht ligt van de christelijke mystieke traditie, namelijk dat wij de gedachten loslaten door de aandacht te richten op ons woord. 'Hou het in gedachten zodat het daar blijft, wat er ook gebeurt'. Of, zoals John Main altijd zei, 'Herhaal alleen maar je woord'.

Al de genoemde spirituele gidsen vormen een onderdeel van wat bekend staat als de mystieke traditie van de 'via negativa'. God kan niet gekend worden en is niet onder woorden te brengen door onze beperkte rationele manier van denken. Om die reden moeten wij onze gedachten, al onze gedachten, loslaten – het maakt niet uit of ze gaan over wereldse of spirituele zaken - zodat we beter open voor Hem kunnen staan, om beter te luisteren naar "het zachte, kleine stemmetje". De nadruk ligt op de Liefde, op het liefdevol en trouw herhalen van je gebedswoord.

De verschillen in onze tijd tussen, bijvoorbeeld, de traditie van de Karmelieten, "Centering Prayer" en "De wereldgemeenschap voor christelijke meditatie", zijn veel minder belangrijk dan de overeenkomsten tussen de respectievelijke vormen van gebed. Wij mogen dan onze inspiratie uit verschillende bronnen halen, maar wij zijn allemaal betrokken bij het opnieuw verbinden van mensen op het spirituele pad met een authentieke vorm van gebed, dat leidt naar de stilte en het besef van de Aanwezigheid van God in ons hart.