

Lesbrief 15 – Verschillende soorten gebed

Jaar 2

Kim Nataraja

In het 9e Gesprek van Johannes Cassianus begint Abba Isaac, één van de Woestijnvaders, hem en zijn vriend Germanus over het gebed te onderwijzen.

Hij legt er om te beginnen de nadruk op dat er verschillende soorten gebed bestaan:

"De apostel Paulus noemt vier soorten gebed. *'Allereerst vraag ik u gebeden, smekingen, voorbeden en dankzeggingen te verrichten voor alle mensen.'* (1 Tim. 2:1). We mogen er zeker van zijn dat deze onderverdeling niet zomaar door Paulus werd gemaakt. Daarom moeten we ons eerst afvragen wat er wordt bedoeld met gebed, met smekingen, met voorbeden en met dankzeggingen."

Abba Isaac gaat verder en geeft gedetailleerde uitleg over deze soorten gebed en over het geschikte moment voor deze gebeden, en hij besluit: "Vandaar dat al deze soorten gebed...voor iedereen waardevol zijn en zelfs erg nodig." Hij laat zien hoe Jezus deze verschillende soorten gebed zelf gebruikte. Daarna geeft hij uitleg over het gebed dat Jezus ons leerde, het "Onze Vader", en hij noemt dit het meest volmaakte gebed. Maar uiteindelijk komt hij bij de meest begerenswaardige van alle gebeden: 'zuiver gebed', 'contemplatie', wanneer wij ons er niet langer bewust van zijn dat wij bidden. Hij citeert de heilige Antonius: "Gebed is niet volmaakt als de monnik zich bewust is van zichzelf en van het feit dat hij in gebed is." Abba Isaac benadrukt dat alle vormen van gebed kunnen leiden tot het 'zuivere gebed'- hiervoor zijn doorzettingsvermogen en vertrouwen nodig.

Vervolgens maant hij hen om: "het voorschrift van het Evangelie op te volgen dat ons de aanwijzing geeft (Mt. 6,6) in onze binnenkamer te gaan, de deur achter ons te sluiten en te bidden tot onze Vader. We bidden in onze kamer als we onze harten volkomen terugtrekken van het geroezemoes van gedachten en zorgen; wanneer we onze gebeden in het verborgene bekend maken aan onze Heer, als het ware in de intimiteit. We bidden met een gesloten deur wanneer wij, met gesloten lippen en in volkomen stilte, bidden tot Hem die onze harten peilt en niet onze stemmen."

Hier beschrijft hij de basis van contemplatie zonder hen te vertellen hoe zij 'in hun binnenkamer' moeten gaan. Maar in het volgende Gesprek legt hij wel uit hoe dit gedaan wordt als Cassianus en Germanus laten merken dat - door de juiste vragen te stellen - zij klaar zijn voor dit soort gebed.

Nu zijn we aangekomen bij de manier van bidden die John Main tot zijn vreugde in Cassianus' onderricht ontdekte: bidden met een 'formula' die tot contemplatie leidt.

Abba Isaac beperkt dit soort gebed niet tot bepaalde momenten van de dag maar spoort Cassianus en Germanus aan tot 'onophoudelijk gebed'. "Je zou, meen ik, voortdurend moeten mediteren op dit gebed in je hart. Je zou niet moeten stoppen met het te herhalen, wat voor werk je ook doet of welke dienst je ook verricht of wanneer je op reis bent. Mediteer hierop terwijl je slaapt en eet en aan de minste van de natuurlijke behoeften gevolg geeft."

Hoewel het belang van deze manier van bidden niet te ontkennen valt, zowel voor ons nu als voor de vroege Christenen toen, moeten we niet vergeten dat het slechts één manier van de vele manieren van bidden is. Laurence Freeman gebruikt het beeld van een gebedswiel: "Denk aan het gebed als een groot wiel. Het wiel draait ons hele leven naar God toe....De spaken van het wiel vertegenwoordigen de verschillende manieren van gebed. Wij bidden op verschillende manieren, op verschillende momenten en afhankelijk van onze gemoedsgesteldheid....De spaken zijn de vormen of uitdrukkingen van het gebed die passen in de naaf van het wiel, wat het gebed van Jezus zelf is... Alle vormen van gebed zijn van waarde. Alle vormen zijn doelmatig. Zij worden ingegeven door het gebed van het menselijk bewustzijn van Jezus, dat in ons aanwezig is door de genade van de Heilige Geest." (Laurence Freeman)