

# Lesbrief 23 – Mededogen

Jaar 2

Kim Nataraja

De christelijke Woestijnvaders en – moeders uit de 4e eeuw, wiens onderricht de basis vormde voor van het verzameld werk van Johannes Cassianus, vormden ook het fundament voor Meditatie vanuit de Christelijke Traditie. John Main, onze oprichter, ontdekte deze manier van bidden opnieuw in de geschriften van Cassianus: 'De Gesprekken', met name in de hoofdstukken negen en tien.

De voornaamste deugd waartoe al het geestelijke werk van de Woestijnvaders en – moeders leidde, was de deugd van mededogen; alleen het sterker worden van de liefde voor anderen wordt gezien als een betrouwbaar teken van geestelijke groei. Deze "woestijn" manier van leven zou leiden tot een volkomen transformatie van ons wezen, een transformatie tot in het vuur van de Liefde.

"Abba Lot ging Abba Jozef opzoeken en zei tegen hem: Abba, ik doe zoveel mogelijk wat ik kan, ik zeg de voorgeschreven gebeden op, ik vast een beetje, ik bid en ik mediteer, ik leef in vrede en ik zuiver mijn gedachten zo goed mogelijk. Wat kan ik nog meer doen? Toen stond de grijsaard op en strekte zijn handen naar de hemel uit; zijn vingers leken op tien lantarens van vuur en hij sprak tot hem: Als je wilt, kun je volkomen vlam worden." God, de goddelijke energie, is Liefde. Meditatie zal ons ook leiden naar de diepe ervaring van deze liefde binnenin ons eigen wezen – en ook wij zullen daardoor getransformeerd worden.

Alles wat de Abba's en Amma's deden en leerden kwam voort uit mededogen voor diegenen die nog steeds gevangen zaten in hun demonen. "Een broeder vroeg Abba Sisoës: Wat zal ik doen, abba, want ik ben van het rechte pad afgeweken? De ouderling antwoordde: Ga weer terug. De broeder zei: Dat heb ik gedaan, maar ik heb opnieuw gezondigd. De ouderling zei weer: Ga steeds weer terug naar het rechte pad. De broeder vroeg: Tot wanneer? De grijsaard antwoordde: Totdat je hetzij door de deugd hetzij door de zonde wordt gegrepen."

Hun weigering om over anderen te oordelen is ook een teken van mededogen. Zij zagen in dat het beoordelen van anderen in werkelijkheid een resultaat was van onze eigen onopgeloste verwondingen en dat het vaak ging om gedrag dat wij zelf ook kunnen vertonen. Deze tendens is bovendien voortgekomen uit de ingeslepen gewoonte om voortdurend onszelf te beoordelen. Pas als we onszelf aanvaarden zoals we zijn, met al onze tekortkomingen, kunnen we anderen aanvaarden en liefhebben.

Niet alleen beschouwden zij het beoordelen als schadelijk voor diegene die het deed, maar bovendien sluit ons oordeel een ander op in een bepaald gedrag op een bepaald moment in de tijd; het laat geen mogelijkheid tot verandering toe in die ander. Maar veranderen behoort altijd tot de mogelijkheden. Abba Xanthias zei 'De dief hing aan het kruis en werd gerechtvaardigd door een enkel woord; en Judas, die tot het aantal apostelen werd gerekend, raakte al zijn inspanningen in één enkele nacht kwijt en daalde van de hemel af in de hel'.

Mededogen is daarom het ware fundament en de vrucht van hun praktijk - en van onze praktijk. Het wordt zelfs beschouwd als belangrijker dan het gebed: "Het kan gebeuren dat tijdens ons gebed een broeder ons komt bezoeken. Dan moeten we kiezen: of we onderbreken ons gebed, of we stellen onze broeder teleur doordat we weigeren hem te woord te staan. Maar de liefde is groter dan het gebed. Gebed is één van de vele deugden, terwijl de liefde alle deugden in zich heeft". (Johannes Climacus).