

Lesbrief 38 - Het belang van emoties

Jaar 2

Kim Nataraja

Eerder zagen we hoe belangrijk Evagrius het vond dat wij ons bewust worden van onze 'demonen', en hoe we ze kunnen herkennen, erkennen en ze zo van hun macht kunnen beroven. Hij sprak over het 'uitzuiveren van de emoties': de emoties uitzuiveren en omvormen tot hun oorspronkelijke staat van door God geschonken energie.

"Het ascetische leven is de spirituele methode om het emotionele deel van de ziel te louteren."
(Evagrius)

Het is belangrijk in gedachten te houden dat Evagrius niet het onderdrukken van emoties bedoelt, maar spreekt over het zuiveren van die emoties die misvormd zijn door de materiele en emotionele behoeften van het ego die 'onvervuld' zijn. Het is echter noodzakelijk dat ze geuit worden: een uitspraak van Maximus de Belijder beschrijft dit het best:

"Door conflict, irritatie of wrevel te vermijden groei je echter niet, wel door voorzichtig te proberen de misverstanden uit de weg te ruimen en als dat niet mogelijk is, door de persoon in kwestie in je gebed op te nemen, terwijl je de stilte bewaart en absoluut weigert om kwaad van hem te spreken."

Toen God de mens schiep gaf hij ons niet alleen het instinct om te overleven, maar ook een ziel, de zetel van de emoties, om onze ervaringen te verdiepen en te verrijken. Maar het emotionele deel van de ziel kan zowel een hulp zijn als een belemmering. We zagen dat de emoties een belemmering vormen, wanneer ze overweldigd worden door materiele wensen en onvervulde behoeften; ze benevelen het zicht en blokkeren de toegang tot wat de Griekse filosofen de 'nous' noemen, de intuïtieve intelligentie, het meest verheven deel van de ziel, en de plaats waar wij innig verbonden zijn met de Goddelijke Realiteit.

Het overwinnen van 'slechte gedachten' leidt tot 'apatheia', een toestand van emotioneel evenwicht, sereniteit en harmonie. Daar worden we niet langer beheerst door de hartstochtelijke verlangens van ons 'ego' en kunnen we ons bewust worden van het Goddelijk licht binnenin ons. Dit stelt ons in staat om in de Goddelijke Aanwezigheid te verblijven en intuïtief te 'weten' hoe

deze zich verhoudt tot onze gewone werkelijkheid en hoe deze gewone werkelijkheid hierdoor wordt beïnvloedt:

"Het Koninkrijk Gods is de apatheia van de ziel, die gepaard gaat met werkelijke kennis van de bestaande dingen."(Evagrius)

Deze harmonie, deze re-integratie van het hele wezen met de daaruit voortvloeiende spirituele vrijheid, verheft de asceten tot het niveau van 'engelen'. Zoals we zagen, belemmeren de 'demonen' ons en zijn de 'engelen' er om ons te helpen. Daarom zullen de asceten, als zij deze staat bereiken, ook steeds meer waken over het welzijn van anderen en de herschepping in liefde:

"Agape (onvoorwaardelijke liefde) wordt uit apatheia geboren."

De 'praxis' gaat zodoende nooit alleen maar over onze eigen spirituele vooruitgang; in tegendeel, de ervaring van 'onvoorwaardelijke liefde' in het visioen van God leidt tot een toename van barmhartige liefde voor iedereen en leidt tot harmonie en eenheid met allen: *"Gelukkig is de monnik die het welzijn en de vooruitgang van alle mensen met net zoveel vreugde ziet alsof het die van hemzelf betrof."*