

Lesbrief 40 De traditie en beoefening van Christelijke Meditatie (3)

Lesbrief 40 De traditie en beoefening van Christelijke Meditatie (3)

door Kim Nataraja

Vervolg

inleiding Laurence Freeman: "In de tweede helft van de vorige eeuw leidden de 'Conferenties' van Johannes Cassianus John Main terug naar de meditatiepraktijk in de Christelijke traditie, die hij eerder al ontdekte toen hij als jonge man in het Oosten verbleef. De twee conferenties 'Over Gebed' van Cassianus bewegen zich van een algemeen overzicht van de gebedstheologie naar een specifieke aanbeveling hoe er ten diepste mee om te gaan. In 'Conferentie IX' beschrijft hij het hele spectrum van gebed – de vele expressies ervan – maar hij laat ook zien hoe al deze vormen samenkomen in het 'bezielde gebed', de mystieke ervaring van eenheid met het gebed van Jezus zelf. Deze theologie bevindt zich in het hart van de Christelijke meditatie. John Main zag dat we tijdens de meditatie voorbijgaan aan een egocentrische focus op 'mijn gebed', waardoor wij in staat zijn te komen tot een levend besef dat het Christelijk gebed gecentreerd is in het gebed van Jezus. 'We weten niet hoe te bidden, maar de Geest bidt in ons'.

In 'Conferentie X' beschrijft Cassianus het monologistisch gebed – het gebed van één woord – dat de basis werd van het Jezusgebed in de Orthodoxe Kerk. Om redenen, die hier te veel tijd nemen om uit te leggen, verloor de Westerse Kerk het gevoel voor deze eenvoudige methode die voor de Orthodoxe Kerk, de maatstaf werd en zou blijven voor een levend geloof.

Cassianus – door beide Kerken erkend als heilige – beschrijft de formule of mantra als een weg tot de eerste Zaligspreking. Door 'afstand te nemen van alle rijkdom aan gedachten en verbeelding' komen we direct tot die armoede van geest, waardoor wij kunnen binnengaan in het Koninkrijk van God – het Koninkrijk of de Godservaring, die volgens Jezus in en onder ons is. Verder beschrijft Cassianus de verschillende gemoedstoestanden waar we doorheen gaan en waar we soms mee moeten worstelen terwijl we steeds weer met vertrouwen en liefde terugkeren naar het woord. We kunnen zeggen dat de hele Christelijke mystieke traditie met haar vele scholen en grote leraren een gevolg is van dit fundamentele inzicht. Op het laatst zegt Cassianus dat zijn eigen meditatiepraktijk niet zo gemakkelijk was als hij had gedacht, maar dat hij hierdoor de Schriften met nieuwe ogen leerde lezen en het leek alsof hij ze zelf had geschreven. Tot slot beaamt hij dat de bijzondere eenvoud van dit gebed van het hart het universeel maakt. Het is niet slechts een gebed voor geschoolden, maar voor iedereen. Nu kunnen we er misschien aan toevoegen – en zoals deze conferentie aantoont – dat het ook voor alle leeftijden is.

Zo'n duizend jaar later werd deze zelfde traditie zichtbaar tijdens de bloei van de 14de-eeuwse Engelse mystieke traditie. De Cloud of Unknowing (De wolk van niet weten) werd voor een select publiek geschreven, maar is sindsdien één van de meest invloedrijke en populaire werken over contemplatief gebed in deze traditie. Zijn onderricht over het 'ene kleine woord' en het 'naast je neerleggen van gedachten' ligt volledig in lijn met de Woestijnspiritualiteit en het onderricht van John Main. Traditie, zoals b.v. een dogma, ontwikkelt zich en we kunnen zien dat deze gebedstraditie in wezen constant is gebleven.

Daarnaast merken we op dat ook de geest van de Kerk evolueert. Iedereen – en niet alleen monniken en nonnen – kan bidden en mediteren. Tegenwoordig is meditatie democratisch. Niemand wordt ervan buitengesloten en als we het beoefenen evestigen we de universaliteit van het evangelie en van het geloof in Jezus.”

(wordt vervolgd)