

EEN SPIRITUELE TOCHT NAAR BINNEN

Br. René Stockman

uitgeverij
Betsaida
's-Hertogenbosch 2019

Inhoud

Voorwoord	7
Onze roeping tot heiligheid	11
1. Iedere mens is geroepen tot heiligheid	11
2. Een gebroken harmonie die naar herstel smacht	16
3. God brengt herstel door de verlossing van de mens	20
De weg van de zelfontlediging of de <i>kenosis</i>	27
1. In de leerschool van Abraham, Jakob en Mozes	27
2. In de leerschool van Jezus	34
De spirituele tocht kan beginnen	43
1. De relatie met onszelf	44
2. Onze relatie met de medemens	48
3. Onze relatie met God	51
Onze spirituele ontwikkeling	55
1. Loutering of <i>purificatio</i>	55
2. Verlichting of <i>illuminatio</i>	60
3. De eenwording of <i>unio</i>	64
Groeien in intimiteit met God	69
1. De stilte als opstap naar de intimiteit met God	70
2. Het gecentreerde gebed als weg naar de contemplatie	72
3. Het resultaat van het gecentreerde gebed	78
Het Jezus-gebed	81
1. Wat is het 'Jezus-gebed'?	82
2. Hoe kunnen we komen tot het bidden zonder ophouden?	87
3. De waarde van het Jezus-gebed als onophoudelijk gebed	91

Ons eucharistisch bidden	95
1. Grondslagen vanuit de Schriften	95
2. De Eucharistie als weg tot heiliging	99
3. Een eucharistische spiritualiteit	107
Besluit	113
Lectio divina	115
1. <i>Lectio</i>	115
2. Het woord van God	117
3. De <i>lectio divina</i>	119
Bidden tot Jezus aan de hand van Maria	127
1. Maria in het licht van Vaticanum II	129
2. <i>Rosarium Virginis Mariae</i>	131
3. Een korte historische achtergrond	135
4. Heiligen en de rozenkrans	137
Christus ontmoeten in het getijdengebed	143
1. Vanuit een rijk verleden	145
2. Het getijdengebed na Vaticanum II	150
3. Een spiritualiteit van het getijdengebed	156
Het geïncarneerde gebed	163
1. De betekenis van de incarnatie in ons leven als christen	164
2. Door de incarnatie kunnen we Jezus ontmoeten en door Jezus de Vader	168
3. Enige modellen voor ons geïncarneerd bidden	172
Wat vader Triest ons leert over bidden	177
1. Wat we leren uit zijn dagorde	178
2. Wat we leren uit zijn conferenties en homilieën	183
3. Besluit	195

Voorwoord

Gaudete et Exsultate - 'Verheug u en wees blij' (Mat 5,12) is het antwoord van Jezus in zijn Bergrede aan hen die zich vernederd en vervolgd weten. Het werd de titel van een apostolische exhortatie van paus Franciscus waarmee hij ons op weg wil zetten naar een dieper spiritueel leven, een leven dat gericht is op heiligheid. Uitgangspunt van deze oproep tot een heilig leven is het woord van God dat Hij sprak in Leviticus: 'Wees heilig, zoals Ik heilig ben' (Lev 11,44). En ook Jezus herhaalde deze tekst om zijn volgelingen aan te sporen een heilig leven te leiden. Tot deze heiligheid worden allen geroepen, en iedereen mag heilig worden op zijn wijze en in zijn concrete levenssituatie. Het was de oproep die klonk in de concilieconstitutie *Lumen Gentium*, het was de oproep die Franciscus van Sales al neerschreef in zijn *Inleiding tot het godvruchtige leven*, het was ook de droom van de heilige Theresia van Lisieux die het heel poëtisch uitdrukte: 'Iedere bloem moet bloeien, maar ieder op haar wijze'.

Deze oproep is er niet alleen voor priesters en religieuzen, zij die als het ware beroepshalve meer aandacht zouden moeten besteden aan de ontwikkeling van een heilig leven, maar geldt voor allen en deze weg naar heiligheid moet gevonden worden in het dagelijkse leven, bij het verrichten van de dagelijkse activiteiten, in de contacten die men heeft met elkaar. De spirituele dimensie van waaruit onze heiligheid moet groeien is in iedere mens aanwezig, aan ieder ook om er aandacht aan te besteden en het te laten

uitgroeien. Een heilig leven kan ook nooit alleen op eigen rekening worden geschreven, maar is steeds het resultaat van Gods werking in ons, het is vóór alles het werk van de Heilige Geest, het is genadewerk, waarvoor we ons als mens moeten openstellen en er vrije ruimte voor creëren.

Spiritualiteit mag ook niet opgesloten worden en opgesloten blijven in de spirituele dimensie van ons leven, maar moet uitvloeien naar onze hele werkelijkheid als mens, het moet de totaliteit van ons bestaan beïnvloeden. Want een heilig leven zal steeds met God en de mens te maken hebben. Het is Jezus in persoon die we als voorbeeld moeten nemen, die zijn liefde tot en van de Vader liet uitvloeien in zijn liefde tot de medemens. Daarom zullen we net zoals Jezus regelmatig de berg op moeten gaan om er in eenzaamheid met de Vader te zijn en ons daar te laten beschijnen door zijn liefde om dan de berg af te dalen om Gods liefde te laten schijnen in de wereld.

Een waar spiritueel leven zal zich laten kennen aan zijn vruchten. En deze vruchten hebben alles met de liefde te maken: de wijze dat we liefdevol met elkaar omgaan, de wijze dat we onze dagelijkse bezigheden met veel toewijding vervullen, de wijze dat we elkaar verdragen en vergeven. Het komt erop aan dat we de gewone zaken op een buitengewone wijze verrichten. Het is leven naar de geest van de zaligsprekingen die paus Franciscus onze christelijke identiteitskaart noemt, waarin we het ware gelaat van Christus mogen ontwaren als richtinggever aan ons dagelijks leven. Het is ook leven conform de oordeelscriteria die Jezus ons heeft meegegeven in het 25ste hoofdstuk van Matteüs en waar we Jezus zelf mogen herkennen, ontmoeten en beminnen in de medemens die we dienen, met wie we omgaan, met wie we een stuk levensweg afleggen.

Het boek dat we u aanbieden is ontstaan tijdens retraites aan medebroeders en probeert vooral deze eerste beweging in onze weg naar heiligheid te benaderen: de weg van het gebed, de contemplatie, het groeien in de intimiteit met

de Vader. Het is de tocht van Jezus naar de berg, naar de afzondering, om van daaruit vervuld van Gods liefde de wereld in te gaan. Eerst stellen we ons de vraag hoe we ons kunnen openstellen voor deze grote werkelijkheid die we God mogen noemen. En dan komt het erop aan tot een relatie te komen met God, die we Vader mogen noemen en die ons uitnodigt om in zijn liefde binnen te treden. Dit ons openstellen voor en binnentreden in een liefdevolle relatie met God noemen wij bidden. We bewandelen een aantal beproefde wegen hoe we tot gebed kunnen komen. Nee, we geven geen overzicht van zogenaamde gebedstechnieken. Maar wel wegen die ons kunnen helpen om ons biddend toeven bij God te verdiepen. We staan stil bij een aantal klassieke gebedsvormen: het Jezus-gebed dat vooral in de orthodoxe traditie een beproefde gebedswijze is, het eucharistisch bidden dat als het meest intense en meest directe gebed kan worden beschouwd, het bidden met de Schrift via de *lectio divina*, het bidden met de psalmen in het getijdengebed en het bidden tot Jezus aan de hand van Maria. Om zo te komen tot wat we het geïncarneerd bidden noemen, waarbij ons biddend toeven bij God uitmondt waar het steeds moet uitmonden: bij de mens, die ons opnieuw op weg zet naar God. Ik kon het natuurlijk niet laten om even naar onze stichter Vader Triest te gaan om te zien wat hij ons te leren heeft over het bidden en het ontwikkelen van een heilig leven vanuit een spirituele grondhouding.

Het is een spirituele tocht naar binnen, die ons niet opsluit in een zelfvoldaan bestaan, maar die noodzakelijk is om de tweede beweging te maken, de beweging naar buiten, een spirituele tocht die ons juist meer gevoelig en aandachtig moet maken voor de mensen om ons heen, voor de wereld waarin we leven, om deze wereld beter achter te laten dan wij ze gevonden hebben.

Br. René Stockman
Broeder van Liefde
februari 2019