

BRANT PITRE

Inleiding tot het geestelijk leven

*Bewandel met Jezus
de weg van het gebed*

Jade 24



INHOUD

Inleiding.....	9
----------------	---

HET GEBED

1. Het mondgebed	21
2. De overpeinzing van Gods woord	32
3. Contemplatie.....	45

DE GEESTELIJKE WEG

4. De eerste stap.....	59
5. De tien geboden.....	70
6. De drie verzoeken	82
7. Vasten.....	93
8. Het geven van aalmoezen.....	103
9. Het gebed des Heren.....	113

ONDEUGDEN EN DEUGDEN

10. De zeven hoofdzonden	127
11. Hoogmoed versus nederigheid	138
12. Afgunst versus barmhartigheid.....	150
13. Woede versus zachtmoedigheid.....	163
14. Hebzucht versus vrijgevigheid.....	174

15. Wellust versus kuisheid	184
16. Gulzigheid versus matigheid	197
17. Luiheid versus ijver	208
18. Verdriet versus geduld	220

HOE KOMEN WE VERDER?

19. Onderzoek van het hart	233
20. <i>Lectio divina</i> en Jakobs ladder	248
21. De strijd van het gebed	261
22. De donkere nacht	273
23. Het levende water	285

Dankwoord	296
-----------------	-----

Noten	298
-------------	-----

Inleiding

Als iemand dorst heeft, hij kome tot Mij; ... hij drinke!

— Jezus van Nazaret (Joh. 7,37-38)

Vele jaren geleden bood een vriend mij gratis een paar boeken aan uit zijn eigen theologische bibliotheek. In die tijd was ik een jonge professor die net was gepromoveerd en een berg studieschulden had. Uiteraard zei ik ja. Wist ik veel dat hij met die “paar” boeken doelde op een verzameling van over de *duizend* stuks! Uiteindelijk stuurde hij mij meer dan vijftig grote dozen die vol zaten met boeken over het Oude Testament, het antieke jodendom, het Nieuwe Testament en het vroege christendom – stuk voor stuk onderwerpen die ik had bestudeerd tijdens mijn promotieprogramma aan de Notre Dame Universiteit.

Een aantal dozen was echter gevuld met boeken over *spirituele* theologie – en daar wist ik vrijwel niets van af. Er zaten werken in van oud-christelijke schrijvers als Johannes Cassianus en Johannes Climacus, van middeleeuwse mystici als Catherina van Siena en Thomas a Kempis, en van moderne geestelijke meesters als Ignatius van Loyola, Teresa van Avila en Johannes van het Kruis.

Toen ik eenmaal was begonnen met het lezen van de klassieke geestelijke literatuur, kon ik er niet meer mee stoppen. Het leek alsof ik jaren in de woestijn had doorgebracht en nu pas water mocht gaan drinken aan een bron. Voor het eerst begon ik iets te leren over de overpeinzing van Gods woord, de contemplatie, de zeven doodzonden, de deugden die daar het tegenovergestelde van zijn, en andere onderwerpen. Toen ik datzelfde jaar het verzoek kreeg om een keuzevak te doceren, wist ik meteen dat het over spirituele theologie moest gaan. Gezien het feit echter

1. Het mondgebed

Wanneer ge bidt, zeg dan: "Vader, uw Naam worde geheiligd."

— Jezus van Nazaret (Lc. 11,2)

Gebed is het kloppende hart van het geestelijke leven. In de loop der eeuwen hebben christelijke geestelijke schrijvers vaak drie hoofdvormen onderscheiden: het mondgebed, de overpeinzing van Gods woord en de contemplatie.¹ Voor dat we kunnen beginnen met het bewandelen van de geestelijke weg die Jezus zijn leerlingen heeft geleerd, is het nodig om eerst vast te stellen wat we onder deze drie soorten gebed verstaan en daarbij duidelijk te maken wat de Bijbel ons leert over elk ervan. We beginnen met het mondgebed.

Op het meest basale niveau kunnen we het mondgebed definiëren als *het gebruik van woorden om met God te communiceren*. In de loop van de eeuwen hebben christelijke geestelijke schrijvers vaak het belang benadrukt van het gebruik van het gesproken woord tijdens het gebed. Laten we bijvoorbeeld de volgende uitspraken in ogenschouw nemen die stammen uit de Oudheid, de Middeleeuwen en de moderne tijd:

Het gebed is van nature een gesprek ... met God.

— Johannes Climacus (7^{de} eeuw)²

Het gebed ... is het verzoek aan God om passende goede dingen.

— Johannes van Damascus (8^{ste} eeuw)³

In het mondgebed moeten de geest en het hart aandacht hebben voor wat je zegt.

— Teresa van Avila (16^{de} eeuw)⁴

Aangezien de mens nu eenmaal een lichaam en een ziel heeft, verloopt communicatie van nature via het gesproken woord, waarmee innerlijke gedachten en gevoelens naar buiten worden gebracht. Daarom is het mondgebed altijd beschouwd als een essentieel onderdeel van het geestelijke leven. In de zestiende eeuw noemde de grote Spaanse mystica Teresa van Avila het mondgebed – mits uitgesproken vanuit het hart – “de toegangspoort” tot het innerlijke leven van de ziel.⁵

Waarom is het zo belangrijk om met woorden te bidden? Waarom zou je het mondgebed niet gewoon overslaan en meteen overgaan tot geluidloze overpeinzing of contemplatie? Het antwoord is: Jezus zelf gebruikte, in navolging van de joodse Schrift, woorden tijdens het bidden. Bovendien, toen zijn leerlingen hem vroegen om hun te leren om te bidden, gaf Jezus hun concrete woorden mee die ze moesten opzeggen, en dat was het Onze Vader (zie Lc. 11,1-4). In dit hoofdstuk nemen we even de tijd om Jezus en de joodse wortels van het mondgebed nader te onderzoeken.

DE JOODSE WORTELS VAN HET MONDGEBED

Om het onderricht van Jezus op het gebied van het mondgebed goed te kunnen begrijpen, moeten we beginnen bij het mondgebed in de joodse Schrift.

Het mondgebed in de joodse Schrift

In het Oude Testament gaat het gebruik van woorden om te communiceren met de God van het universum helemaal terug tot het begin van de geschiedenis van de mensheid. In de Tuin van Eden gebruikt Adam woorden om tot God te spreken als hij Hem naderbij hoort komen: “Ik hoorde uw donder in de tuin, en toen werk ik bang, omdat ik naakt ben; daarom heb ik mij verborgen” (Gen. 3,10). Zo gebruikt

ook Abraham woorden om te pleiten voor Lot en het volk van Sodom: "Mag ik zo vrij zijn tot mijn Heer te spreken, ofschoon ik maar stof en as ben?" (Gen. 18,27). Als God aan Mozes verschijnt in het brandende braambos, gebruikt Mozes eveneens woorden die hij tot God richt: "Hier ben ik" (Ex. 3,4).

Soms kan het zijn dat het mondgebed zo zacht wordt uitgesproken dat er haast geen geluid hoorbaar is, zoals wanneer Hanna, de moeder van Samuel, God smeekt om haar een zoon te schenken: "Hanna sprak in haar binnenste en haar lippen bewogen wel, maar haar stem werd niet hoorbaar" (vgl. 1 Sam. 1,13). Als haar bede door God wordt verhoord, reageert Hanna met een van de beroemdste mondgebeden in de hele joodse Schrift, de zogeheten "Lofzang van Hanna":

Om Jahwe juicht *mijn hart*;
om Jahwe wordt mijn hoorn verheven.
Ik doe *mijn mond* open tegen mijn vijanden,
want ik verheug mij in Uw hulp.
(1 Sam. 2,1)

Merk op dat Hanna met God spreekt in haar binnenste, dus vanuit haar "hart". Hiermee wordt niet het lichamelijke hart bedoeld. In de joodse Schrift wordt met het "hart" (Hebreeuws: *leb*) het allerdiepste niveau van de mens bedoeld, het verborgen centrum, de *innerlijke persoon*.⁶ In de Hebreeuwse mensvisie is het "hart" niet alleen maar de zetel van gevoelens, maar ook van herinneringen, gedachten en beslissingen. En wat het belangrijkste is: het hart is datgene wat de keuze maakt om *lief te hebben*. Daarom is spreken vanuit het hart de essentie van het ware mondgebed.