

Teun de Jager

Christelijke meditatie

‘Niemand komt tot de Vader dan door Mij’

Johannes 14:6

Inleiding

In veel kerken en kringen worden cursussen ‘christelijke meditatie’ aangeboden. In een daarvan wordt bijv. in vier avonden vooral ingegaan op de Lectio Divina, het Ignatiaanse gebed, het contemplatief gebed en de beeldmeditatie¹. Wanneer iemand de predikant daarover aanspreekt, schrijft hij onder meer het volgende terug:

‘Ons woord meditatie is ontleend aan het Latijnse werkwoord ‘meditari’ dat ‘overdenken’ betekent. Het overdenken van Gods Woord en van de gebeurtenissen in de wereld is een goede christelijke deugd, die je ook in de Bijbel tegenkomt (vgl. bijv. Ps. 119:24.77.92 etc. en Luc. 2:19). Het is moeilijk voor te stellen hoe mensen komen tot een indruk van Gods wil en van hun eigen verhouding daartoe als ze niet ‘mediteren’. Talloze gelovigen en geestelijke leidslieden in de geschiedenis hebben zich in stilte en gebed over de Schrift gebogen. Je zou een grote bibliotheek kunnen vullen met alle meditaties die in de loop van de tijd aan het papier zijn toevertrouwd. Het verontrustende aan onze tijd is dan ook niet dat er gemediteerd wordt, maar dat er zoveel afleiding en onrust is, dat er cursussen moeten worden

¹ Het gaat hier achtereenvolgens om meditatie met behulp van een bijbelwoord, het innerlijk tot leven brengen van een bijbelverhaal, het zgn. ‘centrerend’ of ‘contemplatief gebed’ en het mediteren met behulp van iconen.

opgezet om mensen weer tot meditatie te brengen. Ik ben dan ook blij dat er in onze gemeente mensen zijn die rust en tijd zoeken om Gods Woord tot zich door te laten dringen – want dat is wat christelijke meditatie in essentie is.’

Natuurlijk zijn we het graag ermee eens dat het overdenken van Gods Woord nodig is. Maar de vraag is of er bij ‘christelijke meditatie’ niet meer aan de hand is en wat de Bijbel dan hiervan zegt.

Wat mensen zeggen over meditatie

We zijn niet klaar als we zeggen dat christelijke meditatie slechts het overdenken van Gods Woord is om Gods wil te leren kennen. Helaas is er bij ‘christelijke meditatie’ toch meer aan de hand dan op het eerste oog lijkt. Want het gaat bij de meditatie niet om het cognitief begrijpen van Gods Woord, maar om juist alle cognitie los te laten en te komen tot een ervaring (het ‘schouwen’) van God. Voorstanders van meditatie geven ons daar zelf inzicht in, zoals Lex Boot of Thomas Merton².

Boot³ schrijft onder meer:

Over de noodzaak van het loslaten van gedachten en de oefening daarvan: *‘(...) keer steeds weer rustig terug naar het meditatieobject. Wat dat is, is afhankelijk van de soort meditatie die je beoefent. Het kan het bijbelwoord zijn dat op dat moment klinkt, het beeld dat het bijbelverhaal heeft opgeroepen, de icoon die je aandacht vraagt, de mantra, of wat dan ook.’*

‘(...) op de meditatieve weg oefenen we om cognities los te laten (...).’⁴

Over de innerlijke ervaring: *‘(...) een derde niveau van aanwezigheid. Die aanwezigheid heeft betrekking op het transcendent of het spirituele. Veel mensen, zowel binnen als buiten godsdienstige tradities, zoeken vandaag naar spirituele ervaring. Als we mogen afgaan op de verhalen dan lijkt het ook dat veel mensen de afgelopen decennia een dergelijke ervaring van een aanwezigheid hebben opgedaan. Mensen verwoorden deze*

² Ook Sam Harris, atheïst en ‘wetenschappelijk ervaringsdeskundige’, schrijft het nodige over meditatie (bv. ‘Het huidige moment, 2014).

³ Lex Boot; ‘Kleine gids voor christelijke meditatie’, 2012

⁴ Boot, pagina 25

*ervaringen bijvoorbeeld als een gewaarwording van een dragende universele energie, een veld van zijn, een 'flow' van liefde in alles wat is, een leegte, de kracht van het nu, een volheid van leven, een besef met alles en in alles te vervloeien, enzovoorts. We bevinden ons in dat veld en het bevindt zich tegelijk ook binnen in ons (...)'.*⁵

*'Gods aanwezigheid is niet op een bepaalde plek te fixeren. In majesteitelijke goedheid en grootheid wordt alles wat is goddelijk doortrokken. De Aanwezige is dicht bij je huid als een kleed om je heen, maar tegelijk tintelt de energetische kracht in de verste verten van dit onbegrensde heelal. In de meditatieve beweging leggen we het accent op de aanwezigheid en inwoning in ons diepste innerlijk. (...) Een aantal meditatiemethoden die in dit boekje aan de orde komen, vooral die van Centering Prayer⁶, is gericht op het inoefenen van dit bewustzijn.'*⁷

Merton⁸ schrijft bijvoorbeeld:

*'Wat wil de contemplatie als 'gebed van het hart' bewerkstelligen? (...) We redeneren niet over geloofsdogma's of 'mysterie's'. We zoeken eerder een rechtstreeks existentieel bewustzijn, een persoonlijke ervaring van de diepste inhoud van het leven en van het geloof door onszelf te zien in Gods waarheid. (...) Concentratie is de zin voor het onvoorwaardelijke. Gebed betekent dan verlangen naar de pure tegenwoordigheid van God (...)'.*⁹

'Zuiverheid van hart gaat dan samen met een nieuwe geestelijke identiteit – het 'zelf' loslaten zoals we het nu kennen in de context van de door God gewilde werkelijkheid – zuiverheid van hart is het verlichte bewustzijn van de nieuwe mens als tegengesteld tot de ingewikkelde en misschien niet al te eerbare illusies van de 'oude mens'. De meditatie is dus gericht op dit nieuwe inzicht, op deze rechtstreekse kennis van het 'zelf' in zijn hogere bestemming. (...) En ja, ons echte zelf is niet gemakkelijk te ontdekken. Het

⁵ Boot, pagina 27

⁶ Ook wel innerlijk of contemplatief gebed genoemd.

⁷ Boot, pagina 29

⁸ Thomas Merton; 'Contemplatief gebed', 2015

⁹ Merton, pagina 64

ligt verborgen in duisternis en 'nietigheid' in dat centrum waar we rechtstreeks van God afhangen'.¹⁰

'De eenmakende kennis van God in liefde is niet de kennis van een object door een subject maar een heel andere en transcendente vorm van kennis waarin ons geschapen 'zelf' schijnt te verdwijnen in God en Hem alleen te kennen. In een passieve zuivering wordt dan het zelf om zo te zeggen ontledigd en schijnbaar vernietigd zodat het niet langer zichzelf kent als onderscheiden van God'.¹¹

'We mogen hier dus zeggen, al is het maar terloops, dat beelden, symbolen, kunstwerken, rituele gebaren en natuurlijk, vooral de sacramenten terecht en doelmatig de stoffelijke dingen in het gebed en de meditatie betrekken. Het zijn even zovele middelen om dieper in gebed te gaan'.¹²

Deze paar citaten maken wel duidelijk dat 'christelijke meditatie' meer is dan het overdenken van het Woord van God. Het uiteindelijke doel is de innerlijke ervaring van de 'eenwording met God'. Bovendien is duidelijk dat dit soort ervaringen (hoewel dan anders genoemd) in alle religies en daarbuiten voorkomen en nagestreefd worden¹³.

Nu kunnen we naar aanleiding hiervan uitgebreid discussiëren over de 'christelijke meditatie', maar het lijkt mij verstandiger God Zelf aan het Woord te laten.

¹⁰ Merton, pagina 65,68

¹¹ Merton, pagina 72,73

¹² Merton, pagina 81

¹³ Zie daarvoor bv ook Sam Harris, 'Het huidige moment'.

Wat Gods Woord zegt

De Bijbel zegt het nodige over de vraag hoe we wel of niet tot God moeten naderen. Ik citeer onderstaand een aantal gedeeltes zonder er uitgebreid op in te gaan. De meeste spreken voor zich.

De wet van de tien geboden begint er – niet voor niets - mee.

'U zult geen andere goden voor Mijn aangezicht hebben. U zult voor uzelf geen beeld maken, geen enkele afbeelding van wat boven in de hemel, of beneden op de aarde of in het water onder de aarde is. U zult zich daarvoor niet neerbuigen, en die niet dienen (...)' (Ex. 20:3-5).

God wil niet dat Zijn volk beelden of afbeeldingen gebruikt in de dienst aan Hem, om tot Hem te naderen. Dat zou namelijk betekenen dat er 'andere goden' in beeld komen, om het zo maar eens te zeggen.

Wat afgoderij in de Bijbel is, wordt door Mozes duidelijk gedefinieerd in Deuteronomium 12, waar het volgende staat:

*'(...) **U mag tegenover de Heere, uw God, niet doen zoals zij.** (...) wees dan op uw hoede dat u niet, nadat zij van voor uw ogen weggevaagd zijn, in dezelfde valstrik komt, en dat u niet vraagt naar hun goden, door te zeggen: Zoals deze volken hun goden gediend hebben, zo zal ik het ook doen. **U mag ten aanzien van de HEERE, uw God, niet doen zoals zij'** (Deut. 12:4, 30-31).*

De betekenis hiervan is eenduidig: we mogen niet tot God naderen op een manier die de ongelovigen gebruiken om tot hun goden (in de onzichtbare wereld) te naderen. Het gaat dus om de wijze waarop (de methode) we met God in contact willen komen en Hem willen ervaren. Als we dit doen op een 'heidense manier' dan ervaren we niet God, maar de goden, de demonen. Terwijl we menen dat de ervaring van God komt.

Ook de Heer Jezus Zelf waarschuwt voor een heidense manier van naderen tot God als Hij zegt:

*'Als u bidt, gebruik dan geen **omhaal van woorden** zoals de heidenen, want zij denken dat zij door de veelheid van hun woorden verhoord zullen worden. Wordt dan aan hen niet gelijk (...)' (Matth. 6:7-8).*

De uitdrukking ‘omhaal van woorden’ komt alleen maar hier in het NT voor. De Heer Jezus legt Zelf de link naar het ‘heidense bidden’, waarbij woorden zonder betekenis¹⁴ herhaald worden.

Paulus komt tot dezelfde conclusie als Mozes, wanneer hij aan de Korinthiërs over afgodendienst schrijft.

*‘Daarom, mijn geliefden, vlucht weg van de afgodendienst. (...) Wat zeg ik hiermee dan? Dat een afgod iets is, of dat een afgodenoffer iets is? Nee, ik zeg dit omdat wat de heidenen offeren, zij dat aan demonen offeren en niet aan God, en **ik wil niet dat u met de demonen gemeenschap hebt**. U kunt niet de drinkbeker van de Heere drinken én de drinkbeker van de demonen. U kunt niet deelhebben aan de tafel van de Heere én aan de tafel van de demonen (1 Kor. 10:14, 19-21).*

Uit de context is duidelijk dat Paulus schrijft over de christelijke eredienst van de Korinthiërs. De heidenen offeren aan hun goden; ze gebruiken methoden en middelen om met de goden (in werkelijkheid demonen) in contact te komen. Paulus betoogt dat de Korinthiërs niet die methoden en middelen mogen gebruiken in hun dienst aan God, omdat zij daardoor dan ook de demonen zouden dienen. Vermengen van de christelijke dienst aan God met heidense methoden is niet toegestaan: je kunt ‘niet deelhebben aan de tafel van de Heer en de tafel van de demonen.’ Je kan wel denken dan gemeenschap met God te hebben, maar in werkelijkheid heb je gemeenschap met demonen. Wat je ervaart komt van hen en niet van God. Vandaar dat Paulus het uitroept: ‘(...) **ik wil niet dat u met de demonen gemeenschap hebt**’ (vers 20b).

De Spreukendichter wist van de twee wegen die de mens kan gaan. De ene weg wordt gepropageerd door vrouwe Dwaasheid en de andere, de weg die Wijsheid aanwijst, is de weg van het verstand en van het inzicht.

‘De hoogste Wijsheid (...) Verlaat de onverstandige dingen en leef, en begeef u op de weg van het inzicht’ (Spreuken 9:1, 6).

‘Vrouwe Dwaasheid is onrustig (...) Wie zonder verstand is, tegen hem zegt zij: Gestolen water is zoet, en in het geheim genuttigd brood is aangenaam. Maar men weet niet dat daar gestorvenen liggen, haar genodigden liggen in de diepten van het graf’ (Spreuken 9:13-18).

¹⁴ SV heeft ‘ijdel verhaal van woorden’; KJV: ‘vain repetitions’.

'Een mens die van de weg van het verstand afdwaalt, zal in gezelschap van de gestorvenen rusten' (Spreuken 21:16).

Als mensen – of ze nu christen zijn of niet – de weg van het verstand verlaten, komen ze terecht in het domein van de gestorvenen en de geesten. We kunnen alleen maar tot God naderen door Jezus Christus, Die het gezegd heeft: *'Ik ben de Weg, de Waarheid en het Leven. Niemand komt tot de Vader dan door Mij'* (Johannes 14:6).

Oude Sporen 2017

