



Recht naar het hart

2020 Vasten Online retraite met St. Jan van het Kruis

Evangelie : De ontmoeting van Jezus met de Samaritaanse (Joh. 4)

« In die tijd kwam Jezus in een stad van Samaria, Sichar genaamd, dichtbij het stuk grond dat Jacob aan zijn zoon Jozef had gegeven. Daar bevond zich de bron van Jakob en vermoeid van de tocht ging Jezus zo maar bij deze bron zitten. Het was rond het middaguur. Toen een vrouw uit Samaria water kwam putten zei Jezus tot haar: "Geef Mij te drinken." [...] De Samaritaanse zei tot Hem : "Hoe kunt Gij als Jood nu te drinken vragen aan mij, een Samaritaanse?" [...] Jezus gaf ten antwoord : "Als ge enig begrip hadt van de gave Gods en als ge wist wie het is, die u zegt : Geef Mij te drinken, zoudt ge het aan Hem hebben gevraagd en Hij zou u levend water hebben gegeven. " Hierop zei de vrouw tot Hem : « Heer, geef mij van dat water, zodat ik geen dorst meer krijg en hier niet meer moet komen om te putten. [...] "Geloof Mij vrouw," - zei Jezus haar, - "er komt een uur dat gij noch op die berg noch in Jeruzalem de Vader zult aanbidden. [...] Maar er zal een uur komen, ja het is er al, dat de ware aanbidders de Vader zullen aanbidden in geest en waarheid." »



1. Meditatie van de week
Een pad van innerlijkheid

We aanschouwden de getransfigureerde Heer op de Tabor, daarna volgden we hem in het besef dat we door hem achterna te gaan, het doel van onze reis, de Karmelberg, zeker zouden bereiken. Maar de weg is lang. Jezus

is moe en we beginnen dorst te krijgen. Net als het volk in de woestijn komen we in de verleiding om bij Christus te klagen: *'Geef ons water opdat we drinken!'* (Ex 17,2) Gelukkig stoppen we bij een bron in Samaria.

• De zoektocht naar een bron

We kunnen ons gemakkelijk vinden in de zoektocht van deze anonieme persoon die 's middags water komt halen. Deze vrouw, die talloze liefdesaffaires achter de rug heeft, is op zoek naar waardigheid, terwijl ze waarschijnlijk ontgoocheld is door het leven en de minachting van de mannen. Evenzo kunnen we soms teleurgesteld zijn in het bestaan, verleid door fatalisme, terwijl we in het geheim toch wachten op een gebeurtenis die ons leven zal veranderen. Deze gebeurtenis, dat is de ontmoeting met Jezus.

Jezus stelt zich op voor deze vrouw, en dus voor ons, in een situatie van afhankelijkheid: *'Geef me wat te drinken.'* Een slimme manier om alle religieuze en culturele vooroordelen op losse schroeven zetten die deze ontmoeting tussen een Joodse man en een Samaritaanse vrouw onmogelijk maakten. **Maar Jezus haalt de grenzen neer en buigt zich voorover om ons te raken;** hij laat ons onze weerstand opgeven, gekenmerkt door angst of minachting voor de ander. Hij stelt ons in staat om hem te geven (aan de ander). Verbazing: ik, ben ik in staat iets aan Jezus te geven! *'Geef me wat te drinken.'* Maar waar ga ik iets vinden om hem te geven? Waar is dan deze bron die de Heer water kan geven? Sint Jan van het Kruis helpt ons hier met zijn prachtige gedicht uit De Bron (vertal. J. Ancet).¹ Hij weet waar deze verborgen bron zich bevindt:

*Of ik de Bron ook ken ! haar wellen en haar stromen,
al is Zij nachtlijk !*

*Die eeuwig-zijnde Bronaar stroomt verholen,
toch weet ik waar haar stroombed ligt verscholen,
al is Zij nachtlijk.*

Sint Jan van het Kruis schreef dit gedicht terwijl hij in de gevangenis zat in Toledo; het enige geluid dat hij hoorde, toen de stad sliep, was de stroom van de rivier de Taag die aan de voet van het karmelietenklooster stroomde. Door deze permanente stroming, kon hij 's nachts een teken van leven merken. Een ijle herinnering aan de verborgen aanwezigheid van God, binnen de beproeving zelf van de beproeving van de totale mislukking. Deze bron onderscheidt Sint Jan van het Kruis vooral in het sacrament van de eucharistie, zoals het einde van het gedicht onthult:

¹ Al is zij nachtlijk *Joannes van het Kruis Mystieke werken Carmelitana*

*Verborgen stroomt die Bron van eeuwig leven
In 't levend brood om leve' aan ons te geven,
al is Zij nachtelijk.*

In de *Bestijging van de Berg Karmel* richt Sint Jan van het Kruis onze zoektocht van de bron naar het innerlijke. De eucharistie ontvangen in gemeenschap neemt ons mee naar de diepten van ons hart ... Daar bevindt zich de bron die we zoeken ...

- **Naar binnen, al over het ervaren**

We zien in het evangelie hoe Jezus het spirituele verlangen van deze vrouw deed ontwaken. Hij ontplooit **een echte pedagogie van de innerlijkheid**: materiële dorst stelt hem in staat de geheime dorst van de Samaritaanse vrouw op te roepen, haar zoektocht naar een zekere en betrouwbare liefde, die haar waardigheid en respect verleent. Deze vrouw zal zichzelf, dankzij de Heer dan ook diep ontdekken, omdat ze aanvaart in waarheid naar zichzelf te kijken. In het geestelijk leven onderwijst en leidt God ons opdat we hem niet buiten onszelf zouden zoeken, maar binnenin. **Het spirituele pad is een pad van inkering dat ons naar de diepten van ons wezen leidt**: daar ontmoeten we God in waarheid en tegelijkertijd vinden we onszelf. Het diepe hart is dus zowel de plaats van onze grootste intimiteit, het heiligdom van ons geweten, maar ook de ruimte waar God verblijft. Dus hoe dichter ik bij God ben in mij, hoe meer ik écht mezelf word.

Het is dus een heel innerlijk avontuur en de heilige Johannes van het Kruis onthult op magnifieke wijze de goddelijke pedagogie waarmee de Heer ons geleidelijk naar ons hart trekt door ons uit te nodigen om ons van het uiterlijke af te maken. **Als God ons vaak in het begin op het pad van het gebed gevoelige genaden schenkt, zullen deze geleidelijk aan verdwijnen**. Dit kan ons in verwarring brengen en ons slecht doen reageren: ofwel, door onszelf te vertellen dat gebed geen plezier meer brengt en dat het beter is om te stoppen; ofwel, door te denken dat we geen vooruitgang meer boeken in het christelijke leven omdat we niets meer voelen. De eerste gedachte betekent een vorm van terugplooiën op onszelf en we zouden ons moeten afvragen: bidden we om onszelf te behagen of om de Heer te ontmoeten en onze naaste beter lief te hebben? Als het gaat om God en onze naaste lief te hebben, moeten we niet stoppen bij ons eigen genot. De tweede gedachte is een beoordelingsfout: onze geestelijke volwassenheid hangt niet af van wat we 'voelen' in het gebed. Integendeel, Johannes van het Kruis bevestigt dat God ons opzettelijk niet zoveel gevoelige genaden meer geeft: het is zo dat we kunnen opgroeien en volwassen worden in het geloof. Een spirituele baby heeft recht op meerdere gevoelige troost. Een volwassene zal zijn troost dieper vinden, wantrouwig over wat hij

wel of niet voelt. **Het belangrijkste is om gebed te beleven op het niveau van geloof en niet alleen in gevoel.**

- **Gods leiding naar het centrum**

« Zo verheft God de ziel van trap tot trap tot het meest innerlijke. (...) Op deze wijze nu onderricht God de ziel en maakt Hij haar geestelijk. Hij begint met haar uit de uiterlijke, tastbare en aan de zintuiglijkheid aangepaste dingen het geestelijke mede te delen ; dit in overeenstemming met de kleinheid en het gering bevattingsvermogen van de ziel.. » (BK II 17, 4,5)

God neemt ons waar we zijn, maar brengt ons verder. Laten we een vergelijking maken met de wijn: hoe kan iemand die het verschil niet kan zien tussen een tafelwijn en een wijn van hoge kwaliteit een grand cru waarderen? Men moet zijn gehemelte beetje bij beetje opvoeden (vgl. Levende Vlam 1, 5). Zo ook leert God ons in het spirituele leven onze gevoeligheid door ze te om te vormen, door het te bekeren. Onze gevoeligheid moet een ervaring van afstand en leegte beleven, zodat een diepere en spirituele gevoeligheid in ons ontwaakt. Als deze diepere gevoeligheid eenmaal is gewekt, zullen we de genaden van God niet meer op dezelfde manier proeven. We zullen niet meer op dezelfde manier bidden: gebed wordt eenvoudiger en ontdaan van redeneringen en indrukken.

« Naarmate de ziel in haar omgang met God meer tot de geest doordringt, ontbloomt en ontdoet zij zich meer van de methodes der zintuiglijkheid, namelijk van de redenering en van de overweging met de verbeelding. (...) Heeft men eens de smaak en het genot van de geest ontvangen, dan is al het vleselijke smakeloos. Dit wil zeggen : tot het werkelijke smaken draagt geen enkele vleselijke, methode iets bij, en deze voert er ook niet toe. » (BK II 17, 5)

Iemand die een Saint-Emilion heeft geproefd, zal de tafelwijn die hij eerder een grote wijn noemde, niet meer waarderen ... Iemand die zijn relatie met God verfijnt, zal minder de behoefte voelen om dingen in het gebed te voelen. Het afstand nemen van onze gevoeligheid in het spirituele leven geeft ons daarom meer vrijheid om vooruit te gaan. We laten de kwaliteit van ons gebedsleven niet langer afhangen van onze gevoelens. Het gaat er niet om het af te wijzen, maar om het op de juiste plaats te situeren. **We weten in geloof dat God handelt wanneer we hem tijd geven en dat is genoeg.** Het is een teken dat we zijn gegroeid in het spirituele leven. Als we onszelf voorstellen als de doorsnede van een boom, zullen we met Johannes van het Kruis zeggen dat we niet langer leven op het niveau van de "schors" van onze gevoeligheid (het meest externe deel), maar op het meest interne niveau van de geest om ons dichterbij ons diepe hart te brengen waar God woont.

• De middelen van de meditatie om in geest en in waarheid te aanbidden

Om op dit pad van innerlijkheid voort te gaan, moet men de juiste middelen kiezen. Johannes van het Kruis zegt dat het aan het begin van het spirituele leven normaal is om te vertrouwen op draagvlakken om ons te helpen de Heer te bereiken. Maar we moeten oppassen dat we niet meer belang hechten aan die draagvlakken zelf dan aan de aanwezigheid van de Heer. Het is belangrijk om veelbelovende plaatsen te kiezen voor ons gebedsleven en niet voor ons visuele plezier.

« Ofschoon het nochtans beter is te bidden op een voor het gebed meer passende plaats, moet men toch die plaats kiezen, waar de zintuiglijkheid en de geest het minst gestoord worden in hun opgang naar God. In dit verband kunnen wij het antwoord aanhalen van onze Zaligmaker aan de Samaritaanse vrouw, toe zij Hem vroeg wat de meest geschikte plaats was om te bidden : de tempel of de berg. Hij gaf haar toen ten antwoord dat het ware gebed niet afhankelijk is van de berg of de tempel, maar dat de aanbidders in wie de Vader zijn welbehagen heeft, diegenen zijn die Hem aanbidden in geest en waarheid. (Joh 4, 23-24).



Rustige kerken en bidplaatsen zijn inderdaad bevorderlijk en geschikt voor het gebed. Want de kerk mag men niet voor iets anders gebruiken. Toch moet men,

wanneer er sprake is van een zo innige omgang als deze die men met God heeft, een plaats kiezen die de zintuiglijkheid het minst bezighoudt en meesleept. (...) Om ons een voorbeeld te geven koos daarom onze Zaligmaker eenzame plaatsen uit om te bidden, (cfr. Mt 14, 23) vooral die welke de zintuigen niet veel bezighielden, maar de ziel tot God verhieven, zoals de bergen die zich verheffen boven de aarde en die gewoonlijk kaal zijn zonder gelegenheid voor zintuiglijke ontspanning. (cfr. Lc 6, 12). (...)

Om ons hierop opmerkzaam te maken zei de Apostel ook: Ziet, uw lichamen zijn levende tempels van de Heilige Geest die in u woont. (1 Kor 3, 16). Tot deze beschouwing voert ons een woord dat wij hebben aangehaald van Christus, namelijk: de waarachtige aanbidders moeten aanbidden in geest en in waarheid (Joh 4, 24). » (BK III 39-40)

Laten we er dus voor zorgen dat we deze week onze spirituele dorst versterken en God niet zoeken in muren, maar in het centrum van onszelf. En daar, in ons hart, laten we hem aanbidden in geest en in waarheid.

fr. Jean-Alexandre van het Lam, ocd (klooster Avon)

2. Drie spirituele wegen voor deze week

1. Welk beeld spreekt me het meeste aan over mijn geestelijke dorst?

2. Ik neem de tijd om te kijken naar de plaatsen waar ik gewoonlijk bid: helpen ze mij om me in te keren? Zou ik klaar zijn om ze te veranderen?

3. Welke plaats geef ik aan het gevoel in mijn gebed? Hoe kan ik groeien in geloof?

3. Bid elke dag van de week

Maandag 16 maart: om God te behagen

«Maar Hij ging midden tussen hen door en vertrok.» (Lc 4, 30)

« Jezus Christus, die in dit leven geen ander genot smaakte en ook naar geen ander genot verlangde dan de wil te doen van zijn Vader.

Dit noemde Hij zijn spijs en zijn voedsel. » (BK I 13, 4 vgl. Joh. 4, 34)

Wat zijn de innerlijke impulsen die mij leiden om te handelen en vooruit te gaan? Mijn genot of het verlangen om God te behagen?



Dinsdag 17 maart: de zoetheit van Jezus' woorden

«Thans volgen we U van ganser harte ; wij eerbiedigen U en zoeken U»

(Dan 3, 41)

«En de Samaritaanse vergat het water en de kruik omwille van de zoetheit van Gods woorden.»

(Levende Vlam 1,6 citeert Joh 4, 28)

Ik herbeleef in mijn geheugen een belangrijk moment van mijn gebedsleven en ik maak er gebruik van om me opnieuw te concentreren op de liefde van Jezus.

Woensdag 18 maart: de herinnering aan God

«Wees dus op uw hoede en zorg er voor, dat gij niet vergeet wat gij met eigen ogen gezien hebt. Laat dat uw leven lang niet uit uw gedachten gaan (...)» (Dt 4,9)

«Probeer God altijd tegenwoordig te hebben en in uzelf de zuiverheid te bewaren die God u leert.» (Spreuken b, nr.63)

Hoe waak ik over mijn hart, over de gedachten die erin wonen? Ik wek in mij de herinnering aan God op.



Donderdag 19 maart : het geloof van de heilige Jozef

«Ook de belofte aan Abraham en zijn nakomelingen, dat zij de wereld zouden erven, steunt niet op de wet, maar op de gerechtigheid van het geloof.» (Rom 4, 13)

(...) de ziel wordt in dit leven met God verenigd (...) alleen door het geloof, (.) de hoop (.) en de liefde.» (BK II 6, 1)

Met de hulp van de heilige Jozef verricht ik een akte van geloof in God in een concrete situatie.

Vrijdag 20 maart : de ware liefde van God

«Gij zult de Heer uw God beminnen met geheel uw hart, geheel uw ziel, geheel uw verstand en geheel uw kracht.» (Mc 12, 30)

« Een ziel die in liefde leeft, maakt niet moe en wordt niet moe.»
(Spreuken b, nr. 18)

Is Gods liefde voor mij een dagelijkse kracht geworden, een vitale energie?



Zaterdag 21 maart: mijn manier om God te beminnen

« Liefde wil ik, geen offers, want vertrouwd zijn met God is meer waard dan enig offer» (Hos 6,6)

«Als de ziel zich immers veel gelegen laat liggen aan de zoetheid van gevoelige godsvrucht, zal zij er nooit in slagen de stap te zetten naar de krachtige geneugte van de geest, (...）」 (BK III 40, 2)

Wat is mijn manier om de Heer lief te hebben in mijn gebedsleven?
Hoe kan ik vooruitgang boeken?