

Naar het land van de stilte

*Een gids voor de christelijke
contemplatieve praktijk*

Naar het land van de stilte

*Een gids voor de christelijke
contemplatieve praktijk*

Martin Laird o.s.a.

 **CARMELITANA**

© Carmelitana, Gent (www.carmelitana.be)

Oorspronkelijke titel en uitgave: Into the silent land.

The practice of contemplation, Oxford University Press,
New York, 2021 (tiende druk)

Vertaling: Geert Schiettecatte

ISBN: 978-949-2434-29-6

Wettelijk Depot: D/2022/0770/08

Kaft en vormgeving: Press Point.be, Kluisbergen

Druk: BestinGraphics

NUR: 707

Inhoud

DANKWOORD	7
INLEIDING	
God, onze thuis	11
EEN	
De sluier wegnemen: de illusie van het gescheiden-zijn van God	19
TWEE	
De wilde havik van het denken	35
DRIE	
Het lichaam roept tot gebed	49
VIJF	
De drie deuren naar het nu-moment: de weg van het gebedswoord	69
VIJF	
De raadsels van de afleiding	103
ZES	
Van slachtoffer tot getuige: werken met beproevingen	127
ZEVEN	
De liturgie van onze wonden: bekoring, deemoed en mislukking	155
EPILOOG	
Wie ben ik? Een verhaal van monastiek falen	175

Wie wil leren, moet lijden. Tot in onze slaap toe
valt pijn die we niet kunnen vergeten druppel
voor druppel in ons hart, en in onze wanhoop
en tegen onze wil komt wijsheid tot ons,
dankzij de ontzagwekkende genade van God.

Aischylus, Agamemnon 1,177

In rust en inkeer ligt jullie redding,
in geduld en vertrouwen ligt jullie kracht.

Jesaja 30,14

DANKWOORD

Boeken komen tot stand in de wijde, open ruimtes van het alleen-zijn. Zoals elke vruchtbare eenzaamheid is dit toch wezenlijk iets kerkelijks, het geschenk van een gemeenschap. Al bijna 25 jaar is mijn religieuze orde in dit opzicht een smeltkroes van liefde en daarom wil ik in het bijzonder de broeders en zusters van de orde van de heilige Augustinus dank zeggen. In het bijzonder David Brecht o.s.a., John Fitzgerald o.s.a., Mary Grace Kuppe o.s.a., Richard Jacobs o.s.a., Gerald Nicholas o.s.a., Benignis O'Rourke o.s.a., Robert Prevost o.s.a., Raymond Ryan o.s.a., Theodore Tack o.s.a., James Thompson o.s.a., mijn medebroeders van het Sint-Monicaklooster, Hoxton Square, Londen. Deze en vele andere medebroeders zijn al vele jaren voor mij bronnen van inspirerende vriendschap, menselijkheid en wijsheid.

Dankschuld is altijd een voorrecht om te dragen. Het is onmogelijk om de volgende mensen die de voorbije jaren bijzonder helpend zijn geweest genoeg te danken. Dom Vernard (hij ruste in vrede) van de Guadalupe abdij, Aubrey en K. Buxton, Michael Coll, Dom Cyril van Parkminster, Christopher Daly, Kevin Hughes, Betty Maney, Pauline Matarasso, Maria Meister, Carolyn Osiek, Martha Reeves, Polly Robin, Ursula Rowlatt, Tom Smith, Werner Valentin. De universiteit van Villanova was mijn academische gemeenschap en thuis voor de laatste jaren en ik blijf dankbaar voor de vriendschap en steun van het departement van theologie en religiestudies.

Joan Rieck is een uitstekend leraar en heeft me meer bijgebracht omtrent de ware natuur van stilte door het hanteren van een bel dan door al wat in woorden had kunnen gevat worden. Tom en Monica Cornel van The Catholic Worker, Marlboro, New York, blijven mij de keuken en de eenzame plek aanbieden waar ik altijd mag vertoeven.

Karmelkloosters verspreid over geheel het Verenigd Koninkrijk hebben met waardigheid en uithoudingsvermogen ondergaan wat ik in dit boek neerschreef. In het bijzonder dank ik de karmelietessen van Birkenhead, Falkirk, Langham, Liverpool, Nottingham, St. Helens, Ware, Wolverhampton, Wood Hall en York. Hun moed, eenvoud, eerlijkheid, hun op God gericht leven en hun vriendelijkheid voor deze hen liefhebbende broer hebben me steeds diep bewogen en ondersteund over de vele jaren.

Schrijvers leren van hun uitgevers dankbaar te zijn om vele goede redenen. Cynthia Read en Julia TerMaat van Oxford University Press in New York waren immens behulpzaam en boden onschatbare editoriale bijstand. Brendan Walsh bij Darton, Longman and Todd in Londen moest hard zoeken voor dit project en was voor mij een warme en menselijke bron van aanmoediging. Elizabeth Wales speelde een belangrijke rol bij het vinden van een thuis voor dit boek.

Inspirerende collecties van gesprekken door Antoinette Warner (Gangaji), *You Are That!*, 2 delen (Boulder, Colorado: Satsang Press, 1995 en 1996) hebben me tot een nieuwe manier

van kijken naar de oude christelijke praktijk van waakzaamheid gebracht (in het bijzonder in de epiloog van dit boek).¹

Bijbelcitaten komen altijd uit de nieuwste Bijbelvertaling (voor deze vertaling volgen wij NBV21).

Hedendaagse gedichten worden aangehaald met goedkeuring van volgende uitgevers: Bloodaxe Books voor de toestemming om aan te halen uit R. S. Thomas, *Collected Later Poems 1988-2000* (Bloodaxe Books, 2000); the Orion Publishing Group voor de toestemming om aan te halen uit

1 [... the ancient Christian practice of awareness.] Hier merken we dat de vertaling van het woord *awareness* moeilijkheden oplevert. Martin Laird verwijst naar Gangaji, die als leraar Papaji (H. W. L. Poonja) had, zelf leerling van Ramana Maharshi. In de neo-hindoeïstische spiritualiteit is het begrip *awareness* de vertaling voor de Sanskriet term *cit*. Vaak treft men ook de vertaling 'consciousness' aan, maar velen vinden deze vertaling misleidend, omdat het woord 'consciousness' méér tot de psychologische sfeer behoort, wat niet bedoeld is met de term *cit*. In het Engels is *awareness* daarom veel beter als vertaling. Hetzelfde probleem stelt zich bij de vertaling van het Engelse *awareness* naar het Nederlands hier. 'De oude christelijke praktijk van gewaarzijn' klinkt onduidelijk; de 'oude christelijke praktijk van bewustzijn' klinkt bevreemdend. 'Bewustzijn' en 'gwaarzijn' kunnen de indruk wekken dat het om de psychologische ervaring van het (zelf)bewustzijn als dusdanig gaat en bijgevolg de afwezigheid daarin van voorwerpen. In feite gaat het om ontvankelijkheid, bewust beleefd, onvoorwaardelijk, zonder te kiezen, liefdevolle gerichtheid naar al wat zich aandient, zonder te analyseren of oordelen, zonder dat een ik grijpt naar een object. Het woord 'aandacht' zou vaak passen, ware het niet dat men aandacht kan verstaan als aandacht voor iets, concentratie op iets, wat net niet bedoeld is. 'Open, onbepaalde, liefdevolle aandacht' zou een goede omschrijving zijn maar is natuurlijk te omslachtig. Daarom hebben we voor deze vertaling meestal de term 'bewustzijn' maar behouden, in de hoop dat de lezer zal bedenken dat het geen lege bewustzijnstoestand is maar een algemene gerichtheid en openheid van het hart, bewuste ontvankelijkheid. In deze zin past de vertaling 'waakzaamheid' best. N.v.d.v.]

R. S. Thomas, *Collected Poems 1945-1990* (J. M. Dent, onderdeel van de Orion Publishing Group); de Godsmith Press voor Peter Kavanagh, New York, voor de toestemming om aan te halen uit Patrick Kavanagh, *Complete Poems* (The Goldsmith Press, 1988); Broughton House Books voor de toestemming om aan te halen uit Pauline Matarasso, *The Price of Admission* (Broughton House Books, Cambridge UK, 2005); A. P. Watt Ltd. voor Michael B. Yeats voor de toestemming om aan te halen uit *The Poems of W. B. Yeats*, ed. J. Finneran (New York: Macmillan Publishing Company, 1983); uitsneden van 'The Pentecost Castle', uit *New and Collected Poems 1952-1992* van Geoffrey Hill, herdrukt met toestemming van Houghton Mifflin Company, U.S.A. en Penguin Books Ltd., UK. Uiterste inspanning werd ondernomen om de Canadese rechthebber van Geoffrey Hill's 'The Pentecost Castle' op te sporen. Indien de Canadese rechthebber rechten wil doen gelden, diene hij de auteur te contacteren.

INLEIDING

God, ons thuisland

Laten we heenvliegen naar ons geliefde thuisland.

Augustinus, De stad Gods

Wij zijn gemaakt voor contemplatie. Dit boek gaat over het cultiveren van de talenten die nodig zijn voor deze meest subtiele, eenvoudige en onderzoekende van alle geestelijke kunsten. Gemeenschap met God in de stilte van het hart is een door God gegeven vermogen, zoals het vermogen van de rododendron om te bloeien, van het jong om te vliegen, en van het kind tot zelfvergeten overgave en vreugde. Als de genade van God, die de gulle kracht van onze levens doorvloeit en vereenvoudigt, dit vermogen niet voltooit terwijl wij leven, dan zullen de armen van God, die ons omvatten wanneer wij het omvormende mysterie van de dood binnentreden, dat zeker doen. Deze zichzelf schenkende God, het Zijn van ons zijn, het Leven van ons leven, maakte twee gegevens van het menselijke leven één met zich: wij zijn gemaakt om met Hem gemeenschap te hebben, en we zullen allen de dood smaken.

Of we nu het *unum necessarium*, het 'enig noodzakelijke' (Luc. 10, 42), gedurende de tijd van ons leven ontdekken, of deze bewustwording enkel tot ons zal doordringen zoals zij tot Tolstoi's Ivan Illyich kwam die, uiteindelijk verzoend met zijn droevige, mislukte leven de dood tegemoet kon treden en in grote vreugde om zijn ontdekking uitriep: 'En de dood, waar is de dood?... De dood is niet meer'¹, God is ons thuisland. Het leiding gevende instinct van de mens is gericht op God. Zoals de heilige Augustinus het stelde: 'We moeten naar ons dierbare thuisland vliegen. Daar is de Vader, daar is alles.'²

Dit boek is bezield door een praktische bekommernis: een gids en aanmoediging aanbieden om onze vertrouwdheid te bevorderen met dit thuisland dat de grond is van ons diepste zelf. In zijn *Spreuken van licht en liefde* zegt Jan van het Kruis: 'De Vader sprak slechts één woord. Dit woord was zijn Zoon. Hij spreekt het voortdurend in eeuwig stilzwijgen, en in stilte moet het door de ziel vernomen worden.'³ In zijn zevende brief zegt dezelfde Spaanse broeder: 'Het is allernoodzakelijkst voor ons dat wij ons tegenover deze grote God het stilzwijgen opleggen.... De enige taal die Hij verstaat is het zwijgen van de liefde.'⁴ Stilte, dat is wat wij dringend nodig hebben; stilte is onontbeerlijk als wij God willen horen spreken in eeuwige stilte; onze eigen stilte is noodzakelijk als God ons moet horen.

1 Leo Tolstoi, *De Dood van Ivan Illyich*, vert. L. Solotaroff (New York: Bantam Books, 1981), 133-134.

2 Augustinus, *De Stad Gods*, IX, 17, vert. H. Bettenson (Harmondsworth, UK: Penguin Books, 1972), 364. Augustinus haalt waarschijnlijk Plotinus aan, *Enneaden* I.6.8.

3 Jan van het Kruis, 'Spreuken van licht en liefde', b 21, in *Mystieke werken*, vert. J. Jacobs - J. Peters (Gent: Carmelitana, 1975), 1097.

4 Jan van het Kruis, brief 22, in *Mystieke werken*, 103.

Stilte is nodig omdat, zoals Maggie Ross het gedurfd zegt: ‘Verlossing gaat om stilte.’⁵

Deze wederkerige stiltes vormen het terrein van het land van de stilte. Maar anders dan bij andere landschappen is er geen definitieve kaart voor dit land van de stilte. Jan van het Kruis, een van de grootste cartografen van het geestelijke leven, geeft dit aan bij het begin van zijn eigen poging om deze stilte in kaart te brengen in *Bestijging van de berg Karmel*. Vóór het werk begint, toont Jan ons in een schets waar zijn boek over zal gaan. Hij schetst de berg Karmel als een geestelijke berg, symbool voor de ziel. Dicht bij de voet ervan schrijft hij: ‘Hier is geen weg meer, want voor de gerechte bestaat er geen wet; hij is zichzelf tot wet.’⁶ Jan verdedigt hier geen soort van wetteloosheid, een doe-wat-je-maar-wil-levensstijl. Hij geeft eerder aan wat de intrinsiek onnaspeurbare natuur van de stilte is. Pauline Matarasso vat de essentie hiervan in haar gedicht ‘Binnenste buiten’:

Ik kijk naar stilte.

Het is niet, zoals ik vernam, een bergtop
met natuurlijke treden en haken nagelaten
door dapperder klimmers.

...

Anders dan wat ze zeggen is er geen kaart
(misschien hebben ze het over een andere plek)
maar alleen overgave...⁷

5 Maggie Ross, *The Fountain and the Furnace: The Way of Tears and Fire* (Mahwah, NJ: Paulist Press, 1987), 17.

6 Jan van het Kruis, ‘Berg der volmaaktheid’, in *Mystieke werken*, 1085.

7 Pauline Matarasso, *The Price of Admission* (Cambridge: Broughton House Books, 2005), 72.

Wij treden het land van de stilte binnen door de stilte van de overgave, en er bestaat geen kaart van de stilte die om overgave draait. Er zijn wél vaardigheden die ons leren om onszelf voor te bereiden op overgave, en op die manier dit incognito land te ontdekken. Bovendien is er de gemeenschappelijke ondersteuning van medepelgrims, levenden en doden, wier wijsheid tot ons komt in talloos veel geschriften en langs talloos veel gebaren van mededogen. Zij leren ons wat het betekent om 'in geloof te wandelen, zonder te zien' (2 Kor. 5,7). Dit boek gaat over sommige van die vaardigheden, en over hoe de christelijke traditie aangeeft dat wij deze zouden kunnen ontwikkelen dankzij de praktijk van de stilte.

De praktijk van de stilte — wat ik de 'contemplatieve praktijk' zal noemen — kan niet herleid worden tot een spirituele techniek. Technieken zijn in de mode vandaag. Zij suggereren een zekere controle die een bepaalde uitkomst mogelijk moet maken. Zij hebben zeker hun plaats. Maar dat is niet wat de contemplatieve praktijk doet. Het onderscheid mag gering zijn, maar het is belangrijk. Een geestelijke praktijk maakt ons eenvoudigweg bereid zodat iets kan plaatsvinden. Zo bijvoorbeeld doet een tuinier niet echt de planten groeien. Een tuinier oefent zekere vaardigheden in het tuinieren uit die de groei vergemakkelijken, die zelf boven de onmiddellijke controle van de tuinier uitgaat. Op vergelijkbare wijze kan een zeiler niet de wind produceren die de boot nodig heeft. Een zeiler oefent zekere vaardigheden uit die het geschenk van de wind gebruiken om hem thuis te brengen, maar er is niets dat de zeiler kan doen om de wind aan het waaien te brengen. Zo is het ook met de contemplatieve praktijk: deze is geen techniek, maar een vaardigheid. De vereiste vaardigheid is innerlijke stilte.

Er zijn twee contemplatieve praktijken van fundamenteel belang in de christelijke traditie: de praktijk van de stilte (ook wel meditatie genoemd, stil gebed, contemplatief gebed enz.) en de praktijk van de waakzaamheid of open aandacht.⁸ Deze contemplatieve vaardigheden zijn geen importproducten uit andere religieuze tradities; ook de christelijke contemplatieve traditie heeft heel wat daarover te zeggen. Terwijl andere religieuze tradities ook belangrijke dingen over elk van deze praktijken te zeggen hebben, zal dit boek blijven binnen de christelijke traditie en zich in het bijzonder richten tot hen die naar de christelijke traditie gaan om begeleiding en inspiratie te vinden voor hun contemplatieve pad.

De specifieke focus van dit boek zal liggen op de praktische moeilijkheden die velen onder ons ondervinden wanneer wij proberen stil te zijn: de innerlijke chaos die heerst in onze hoofden, als een wilde cocktail-party, waar wij de ontstelde gastheer van zijn. Vaak zijn we er ons niet eens van bewust hoe uitermate overheersend dit innerlijke lawaai is, tot we proberen de deur van de stilte te openen.

De eerste twee hoofdstukken zetten de bakens uit voor deze praktische overwegingen. Hoofdstuk 1 kondigt de fundamentele stelling aan dat eenheid met God niet iets is dat we kunnen proberen te verwerven; God is altijd reeds de grond van ons zijn. Het kan er enkel om gaan dat we ons hiervan bewust worden. Hoofdstuk 2 laat zien waarom de meesten onder ons het grootste deel van hun leven onbewust blijven van deze werkelijkheid. Het is uitgerekend deze lawaaierige, chaotische geest die ons onwetend houdt over de diepere werkelijkheid van God als de grond van ons zijn.

8 [the practice of watchfulness or awareness, vgl. noot 1 op blz. 9. N.v.d.v.].

Deze onwetendheid is alles doordringend en maakt ons tot die spreekwoordelijke diepzeevisser die naar kleine visjes hengelt terwijl hij op een walvis staat.

De volgende hoofdstukken hebben het over de fundamenteën van de contemplatieve praktijk en hoe deze te maken hebben met de uitdagingen van het omgaan met beproevende emoties en de wereld van de afleidingen, zo gevaarlijk aantrekkelijk en subtiel. Ons voortdurende referentiepunt zal zijn hoe de contemplatieve praktijk de innerlijke stilte voedt, ons de kunst van het loslaten leert, en helpt om onze gevechten met grotere helderheid en evenwicht te beleven.

Doorheen dit boek gebruik ik diverse citaten om de worstelingen die we doormaken te verbinden met een levende traditie van wijsheid. Hiermee hoop ik aan te tonen dat de heiligen en wijzen van de christelijke traditie hebben nagedacht, en hun bevindingen over de hunkering en de gevechten die we allen meemaken hebben gedeeld. Sommige van deze schrijvers zijn welbekend, anderen minder; sommigen zijn oud, anderen tijdgenoten. Los van de weldaad van hun wijsheid zullen we zien dat precies door het doorleven van onze eigen crisissen en doorbraken wij ingewijd worden in de levende traditie die hen voedde. Al is de ontdekking van dit stille land heel persoonlijk en kan niemand dit voor ons doen, zij is tegelijk toch diep gemeenschappelijk: vreemd genoeg ontdekt niemand de eenzaamheid van de innerlijke stilte enkel uit zichzelf.

God is ons thuisland. Heersende visies van vandaag lijken echter nogal overtuigd te weten wat God denkt, welk land God aan de ene schenkt en van de andere afneemt. Landen van ideologie, landen van agressie en geweld, landen van tribaal egocentrisme die de landen van hoop en glorie dreigen

te overrompelen, en indrukwekkende ceremonies naar zichzelf toeleiden. Dit boek daarentegen gaat uit van de oude christelijke visie dat het fundament van elk land de stilte is (Wijsh. 18,14), waar God eenvoudig en onophoudelijk *zichzelf* schenkt. Deze Zelfgave manifesteert zich in de schepping, in het volk van God en zijn geïnspireerde (zij het strompelende) zoektocht naar een rechtvaardige samenleving, en — meest van al, volgens de christelijke zienswijze — in Jezus Christus. Dit is het thuisland waarnaar elke geestelijke pelgrim voortdurend wordt geroepen, ‘thuis geroepen’, zoals de heilige Augustinus zegt, ‘van het lawaai dat rond ons is naar de vreugden die stil zijn. Waarom lopen wij druk rond... zoekend naar God, die hier bij ons thuis is, als het enige wat wij willen is: met Hem te zijn ?’⁹

Deze vreugde die zo stil is, is reeds in ons. Haar ontdekking is kostbaar boven alles uit. R. S. Thomas drukte dit uit met misleidende eenvoud:

Maar de stilte van de geest
is wanneer wij best leven, binnen
luisterende afstand tot de stilte die we God noemen...
Het is een aanwezigheid dus,
waarvan de randen onze randen zijn, die ons wegroepen
buiten onze eigen perken.¹⁰

Deze stilte doordringt alles, van de meest innerlijke diepten van het menselijke zijn, waarvan de randen Gods randen zijn, tot de wijdsten omarming van menselijke compassie. ‘Wat te

9 Augustinus, *Over de Drie-eenheid*, VIII, 7, 11 (eigen vertaling van de auteur).

10 R.S. Thomas, *AD*, in *Collected Later Poems 1988-2000* (Tarsset, Northumberland, UK: Bloodaxe Books, 2004), 118.

doen,' vraagt R.S. Thomas, 'dan ietsje dichterbij te schuifelen tot zo'n alomtegenwoordigheid, door stil te blijven?' Laat ons daarom naar huis reizen, naar de stilte van onze eigen peilingen, door stil te worden.

EEN

De sluier wegnemen: de illusie van het van God gescheiden zijn

*Indien de deuren van de waarneming gezuiverd
werden, zou alles aan de mens verschijnen
zoals het is: oneindig.*

William Blake

Een jonge gevangene snijdt zichzelf met een scherp mes om emotionele pijn te overstemmen. ‘Zo lang als ik me kan herinneren,’ zegt hij, ‘heb ik deze innerlijke pijn gekend. Ik kan er niet aan ontkomen, en soms snijd of brand ik mezelf opdat de pijn elders gevoeld mag worden, aan de buitenkant van mezelf. Dit bij zichzelf erkennend, besloot hij om toenadering te zoeken tot de Prison Phoenix Trust, die het zichzelf tot doel stelt om zich tot de geestelijke noden van de gevangenen te richten door hen te leren bidden en hun gevangencellen om te bouwen tot kloostercellen. Na geleerd te hebben hoe te mediteren en na geoefend te hebben gedurende meerdere weken, tweemaal per dag, spreekt de jonge gevangene ontroerend over wat hij heeft geleerd. ‘Ik laat je graag weten dat

na slechts vier weken van meditatie, een half uur in de ochtend en een half uur 's nachts, de pijn niet meer zo erg aanvoelt. Voor het eerst in mijn leven kan ik een kleine vonk in mezelf waarnemen van iets dat ik kan koesteren.'

Een andere gevangene ervaart hoe hij meer mens wordt. Het bewustzijn dringt tot hem door dat 'alle wezens, hoe reactionair, angstig, gevaarlijk of verloren ze ook zijn, zich kunnen openen voor het heilige in hen en vrij worden. Ik ben vrij geworden, zelfs in de gevangenis. De gevangenis is het volmaakte klooster.'¹

De geestelijke bevrijding waarvan deze gevangenen spreken, is niet iets wat zij verwierven. De betekenis van hun getuigenis is dat zij het 'heilige binnenin' duidelijk eerder ontdekten dan verwierven. Het onderscheid tussen verwerven en ontdekken lijkt misschien haarkloverij, maar het is belangrijk om te zien dat wat de tweede gevangene het 'heilige binnenin' noemt niet van buitenaf tot hem komt. De contemplatieve oefening van de meditatie, die ik in dit boek de contemplatieve praktijk zal noemen, verwerft niets. In die zin — en dat is belangrijk — is het geen techniek, maar de opgave van diep gewortelde weerstanden, die het heilige toelaat om zich geleidelijk aan te openbaren als een eenvoudig, fundamenteel gegeven. Vanuit dit loslaten ontstaat wat de heilige Paulus ons 'verborgen zelf' noemt: 'Moge Hij door zijn Geest de kracht geven zodat je verborgen zelf sterk mag worden' (Ef. 3,16).² Nogmaals: de contemplatieve praktijk maakt dit 'verborgen zelf' niet,

1 Zie Elaine MacInnes, *Light Behind Bars*, in *The Tablet*, 17 augustus 1996, 1071-72.

2 NBV 21: 'Moge Hij vanuit zijn rijke luister u innerlijke kracht en sterkte schenken door zijn Geest.'