

VIII. CONLATIO ABBATIS ISAAC PRIMA:

De oratione.

NEGENDE GESPREK: EERSTE VAN ABT ISAÄK:

Het gebed.

I.	Prooemium conlationis	1.	Inleiding
II.	Verba abbatis Isaac super orationis qualitate	2.	Uiteenzetting van abt Isaäk over de hoedanigheid van het gebed
III.	Quemadmodum pura ac sincera pariat oratio	3.	Hoe men tot een zuiver en onvervalst gebed geraakt
IV.	De mobilitate animae plumae vel pinnulae conparatae	4.	De beweeglijkheid van de ziel, te vergelijken met een pluusje of veertje
V.	De causis quibus mens nostra adgravatur	5.	Door welke zaken onze geest wordt bezwaard
VI.	De visione cuiusdam senis quam super fratris inquieta operatione perspexit	6.	Het gezicht dat een grijsaard had naar aanleiding van de koortsachtige arbeid van een broeder
VII.	Interrogatio de eo quod maioris difficultatis sit custodire cogitationes bonas quam parere	7.	Vraag over het feit dat het moeilijker is de goede gedachten te bewaren dan ze voort te brengen
VIII.	Responsio de diversis orationum qualitatibus	8.	Antwoord: De verschillende vormen van gebed
IX.	De quadripertita orationum specie	9.	De vier soorten gebed
X.	De ordine specierum quae super orationis qualitate ponuntur	10.	De volgorde van de verschillende soorten gebed
XI.	De obsecratione	11.	De smeekbede
XII.	De oratione	12.	Het wijgebed
XIII.	De postulatione	13.	De voorbede
XIV.	De gratiarum actione	14.	De dankzegging
XV.	Utrum quattuor orationis species simul et omnibus, an singillatim et vicissim unicuique sint necessariae	15.	Of de vier soorten gebed tegelijk en voor allen noodzakelijk zijn, dan wel apart en voor ieder afwisselend
XVI.	Ad quas orationum species nosmet ipsos tendere debeamus	16.	Naar welke soorten gebed wij moeten streven
XVII.	De quattuor supplicationum generibus a domino initiatis	17.	De vier soorten gebed zijn door de Heer gebruikt
XVIII.	De oratione dominica	18.	Het gebed des Heren
XIX.	De eo quod dicit: <i>Adveniat regnum tuum</i>	19.	De woorden: <i>Uw rijk kome</i>
XX.	De eo quod dicit: <i>Fiat voluntas tua</i>	20.	De woorden: <i>Uw wil geschiede</i>
XXI.	De pane supersubstantiali sive cotidiano	21.	Het overwezenlijke of dagelijkse brood
XXII.	De eo quod dicit: <i>Dimitte nobis debita nostra</i> , et reliqua	22.	De woorden: <i>Vergeef ons onze schuld ...enzovoorts</i>
XXIII.	De eo quod dicit: <i>Ne inducas nos in temptationem</i>	23.	De woorden: <i>En leid ons niet in bekoring</i>
XXIV.	De eo quod non debeant alia postulari quam haec tantum, quae orationis dominicae modulo continentur	24.	Geen andere dingen moet men vragen dan alleen wat in de formule van het gebed des Heren vervat ligt
XXV.	De qualitate sublimioris orationis	25.	Een hoger gebed
XXVI.	De diversis conpunctionum causis	26.	De verschillende aanleidingen waardoor iemand in het gebed gegrepen kan worden
XXVII.	De variis conpunctionum qualitatibus	27.	De verschillende vormen van vurig gebed
XXVIII.	Interrogatio de eo quod non sit in nostra potestate profusio lacrimarum	28.	Vraag over het feit dat wij niet naar believen over de gave der tranen beschikken
XXIX.	Responsio de diversitate conpunctionum quae per lacrimas digeruntur	29.	Antwoord: De verscheidenheid van de gevoelens die zich in tranen uiten
XXX.	De eo quod elici non debeant lacrimae, quando non spontaneae proferuntur	30.	Men moet geen tranen trachten op te wekken wanneer ze niet spontaan komen
XXXI.	Sententia abbatis Antonii super orationis statu	31.	Een woord van abt Antonius over de aard van het gebed
XXXII.	De exauditionis indicio	32.	Het teken van de verhoring
XXXIII.	Obiectio, quia praedictae exauditionis fiducia tantummodo sanctis conveniat	33.	Opwerping: Het vertrouwen verhoord te zijn komt alleen aan de heiligen toe
XXXIV.	Responsio de diversis exauditionum causis	34.	Antwoord: De verschillende oorzaken van gebedsverhoring
XXXV.	De oratione intra cubiculum et cluso ostio deferenda	35.	Het gebed moet in de binnenkamer en met gesloten deuren worden verricht
XXXVI.	De utilitate brevis ac tacitae orationis	36.	Het voordeel van een kort en stil gebed

I. PROOEMIUM CONLATIONIS

De perpetua orationis atque incessabili iugitate¹
quod in secundo Institutionum libro
promissum est,
conlationes senis huius
quem nunc in medium proferemus,

1. INLEIDING

De gesprekken van de grijsaard
die ik nu aan u voorstel,
abt Isaäk,
zullen met Gods hulp
de belofte vervullen

id est abbatis Isaac²
domino fauente
conplebunt.

Quibus explicatis
et praeceptis beatissimae memoriae papae Castoris
et desiderio uestro,
o beatissime papa Leonti
et sancte frater Helladi,
satisfecisse me credo,
uoluminis amplitudine primitus excusata,
quae studentibus nobis
non solum sermone succincto narranda praestringere,
sed etiam plurima silentio praeterire
in maiorem modum quam disposueramus
extensa est.

Praemissa namque
super diuersis institutis disputatione copiosa,
quam nos studio breuitatis resecare maluimus,
haec ad extremum beatus Isaac intulit uerba.

II. VERBA ABBATIS ISAAC SUPER ORATIONIS QUALITATE³

1. Omnis monachi finis
cordis que perfectio
ad
iugem atque indisruptam orationis perseuerantiam⁴
tendit,
et quantum humanae fragilitati conceditur,
ad immobilem tranquillitatem mentis
ac perpetuam⁵ nititur puritatem,
ob quam omnem
tam laborem corporis
quam contritionem spiritus⁶
indefesse quaerimus
et iugiter exercemus.

et est inter alterutrum
reciproca quaedam inseparabilis que coniunctio.

nam
sicut ad orationis perfectionem
omnium tendit structura uirtutum,
ita nisi huius culmine
haec omnia fuerint conligata atque conpacta,
nullo modo firma poterunt
uel stabilia perdurare.⁷

2. quemadmodum enim sine illis
adquiri uel consummari non potest
haec de qua loquimur
perpetua orationis iugis que tranquillitas,
ita ne illae quidem uirtutes
quae hanc praestruunt
absque huius possunt adsiduitate conpleri.⁸

die ik in het tweede boek van mijn *Instellingen*
heb gedaan
over het voortdurende, ononderbroken gebed.

Met deze uiteenzetting
meen ik te voldoen
aan de opdracht van bisschop Castor zaliger gedachtenis,
alsmede aan uw verlangen,
hoogwaardige bisschop Leontius
en eerwaarde broeder Helladius.
Maar excuseer bij voorbaat de omvang van dit werk.
Het is langer geworden dan ik van plan was,
ondanks mijn toeleg om kort te zijn
door beknoptheid van taal
en zelfs door aan veel dingen
stilzwijgend voorbij te gaan.

De zalige Isaäk sprak namelijk
eerst uitvoerig over allerlei gebruiken;
maar die heb ik omwille van de korthed weggelaten.
Ten laatste zei hij het volgende.

2. UITEENZETTING VAN ABT ISAÄK OVER DE HOEDANIGHEID VAN HET GEBED

1. Het gehele doel van de monnik
en de volmaaktheid van het hart
bestaat in
het voortdurende en ononderbroken volgehouden gebed.
Het is een streven,
voorzover dit de menselijke zwakheid gegeven wordt,
naar een onbeweeglijke rust van de geest
en een blijvende zuiverheid.
Dáárom is het dat wij alle
lichamelijke
zowel als geestelijke inspanning
onvermoeibaar zoeken
en voortdurende beoefenen.

Er is tussen die beide
een zekere wederkerige band, onverbrekelijk.

Want
zoals de opbouw van al de deugden gericht is
op de volmaaktheid van het gebed,
zo kunnen die deugden ook omgekeerd niet sterk
en stabiel blijven staan
als zij niet door dit hoogtepunt
worden verbonden en samengevoegd.

2. Zoals zonder de deugden
deze
blijvende en voortdurende gebedsrust
niet kan worden verworven of voltooid,
zo kunnen evenmin die deugden,
die de onderbouw vormen van het gebed,
zonder de beoefening van dit gebed tot volheid komen.

et ideo
 nec recte tractare
 de orationis effectu
 nec ad eius principalem finem,
 qui uniuersarum uirtutum molitione perficitur,
 subitanea disputatione poterimus intrare,
 nisi prius
 uniuersa,
 quae illius obtentu
 uel abscidenda sunt
 uel paranda,
 per ordinem
 dinumerata fuerint atque discussa⁹,
 et secundum euangelicae parabolaе disciplinam
 ea, quae ad spiritalis ac sublimissimae illius
 extructionem pertinent turris,
 subputata fuerint
 ac diligenter ante congesta.

3. quae tamen
 nec proderunt praeparata
 nec recte superponi sibimet
 excelsa culmina perfectionis
 admittent,
 nisi egesto prius omni repurgio uitiorum
 et effossis succiduis
 mortuis quae rudibus passionum
 vivae ut aiunt
 ac solidae terrae pectoris nostri,
 immo illi euangelicae petrae
 superiecta fuerint
 simplicitatis et humilitatis
 firmissima fundamenta¹⁰,
 quibus haec turris spiritalium uirtutum
 molitionibus extruenda
 et immobiliter ualeat stabiliri
 et ad summa caelorum fastigia
 confidentia propriae firmitatis
 adtolli.¹¹

4. fundamentis etenim talibus innitentem,
 quamvis passionum imbres largissimi profundantur,
 quamvis ei persecutionum violenti torrentes
 instar arietis inlidantur,
 quamvis inruat et incumbat
 adversariorum spirituum saeva tempestas,
 non solum ruina non diruet,
 sed nec ipsa aliquatenus vexabit impulsio.¹²

III. QUEMADMODUM PURA AC SINCERA PARIATUR ORATIO¹³

1. Et idcirco
 ut eo feruore ac puritate
 qua debet¹⁴
 emitti possit
 oratio,

Derhalve
 kunnen we niet zo zonder meer
 het gebed behoorlijk bespreken
 en meteen maar ingaan
 op het hoogste doel ervan,
 dat de beoefening van alle deugden veronderstelt.
 Eerst moeten we
 ordelijk
 al datgene
 onderzoeken
 wat omwille van dit doel
 dient te verdwijnen
 of juist tot stand moet worden gebracht.
 De parabel van het evangelie leert ons de noodzaak
 om voor de bouw
 van die hoge geestelijke toren
 eerst met zorg het materiaal te berekenen
 en bijeen te brengen (vgl. Lc. 14,28).

3. Dit verzamelen
 zou nog nutteloos zijn
 en nog niet de mogelijkheid geven
 om de hoge spits der volmaaktheid
 zuiver op te trekken,
 als wij niet tevoren het terrein ontdoen van de ondeugden
 en de verzakte,
 vergane puinen van de hartstochten uitgraven,
 om vervolgens op de vaste,
 zogenaamde geschapen grond van ons binnenste,
 als de rots uit het evangelie,
 de sterke fundamenten
 van eenvoud en nederigheid
 te leggen.
 Daarop zal de te bouwen
 toren van geestelijke deugden
 onwrikbaar kunnen staan
 en in vertrouwen op zijn stevigheid
 is hij tot de hoogste hemelen
 op te richten.

4. Als hij op dergelijke fundamenten steunt,
 dan kunnen stortbuien van hartstocht over hem spoelen,
 heftige stromen van vervolging
 hem rameien,
 de woedende storm van de vijandige geesten
 op hem vallen en hem beuken:
 hij zal niet instorten,
 ja de slagen zullen hem zelfs in het minste niet beroeren
 (vgl. Lc. 6,48).

3. HOE MEN TOT EEN ZUIVER EN ONVERVALST GEBED GERAAKT

1. Om het gebed
 derhalve
 te kunnen verrichten
 met de vurigheid en zuiverheid
 waarmee het behoort,

haec sunt
omnis modis
obseruanda.

primum sollicitudo rerum carnalium
generaliter abscidenda est,

deinde nullius negotii causae ue
non solum cura,
sed ne memoria quidem penitus admittenda,

detractationes,
uaniloquia seu multiloquia,
scurrilitates quoque
similiter amputandae,

irae prae omnibus
siue tristitiae perturbatio
funditus eruenda,

concupiscentiae carnalis
ac filargyriae
noxius fomes
radicitus euellendus¹⁵

2. et ita
his ac similibus uitiiis
extrusis penitus et abscisis,
quae hominum quoque possunt patere conspectibus,
tali quae ut diximus
repurgii emundatione praemissa,
quae simplicitatis et innocentiae puritate
perficitur¹⁶,
iacienda sunt primum
profundae humilitatis
inconcussa fundamenta,
quae scilicet
turrem intraturam caelos
ualeant sustinere¹⁷,
deinde
superponenda
uirtutum spiritalis extractio¹⁸
et
ab omni discursu atque euagatione lubrica
animus
inhibendus,
ut ita paulatim
ad contemplationem dei
ac spiritales intuitus
incipiat sublimari¹⁹.

3. quidquid enim
ante orationis horam
anima nostra conceperit,
necesse est
ut orantibus nobis
per ingestionem recordationis
occurrat.

quamobrem

moet men zich
absoluut
aan de volgende punten houden.

Ten eerste dient men zich te ontdoen
van de bezorgdheid voor aardse dingen in het algemeen.

Vervolgens niet alleen geen zorg hebben
voor enige bezigheid of zaak,
maar zelfs de gedachte eraan niet toelaten.

Zich onthouden van
kwaadspreken,
ijdele praat in veel woorden,
lichtzinnigheden.

Vooraf ook de onrust van toorn
of droefheid
grondig verwijderen

en de kwalijke haard
van vleselijke begeerte
en van hebzucht
volkomen opruimen.

2. Wanneer men dan
deze en dergelijke ondeugden,
die ook voor het oog van de mensen zichtbaar zijn,
totaal heeft verwijderd en afgesneden:
wanneer men, zoals wij boven zeiden,
het terrein heeft schoongemaakt,
wat zijn voltooiing vindt
in de zuiverheid van de eenvoud en de onschuld,
dan moet men eerst
het onschokbare fundament leggen
van een diepe nederigheid,
dat in staat zal zijn
om de toren die tot in de hemel reikt,
te dragen.
Dáárop is dan
de geestelijke bouw van de deugden
aan te brengen
en ten slotte
moet men zijn ziel
van alle afdwaling en wispelturigheid
weerhouden,
opdat ze zich aldus langzaamaan
verheft tot de beschouwing van God
en haar blik vestigt op het geestelijke.

3. Alwat
onze geest
vóór het uur van het gebed heeft opgevat,
komt inderdaad onvermijdelijk
ook tijdens ons bidden
in onze herinnering
op.

Zoals we daarom

quales orantes uolumus inueniri,
tales nos
ante orationis tempus
praeparare debemus²⁰.

ex praecedenti enim statu
mens in supplicatione formatur,
eorundem que actuum
procumbentibus nobis ad precem,
uerborum quoque uel sensuum
ante oculos imago praeludens
aut irasci nos secundum praecedentem qualitatem
aut tristari
aut concupiscentias causas uel praeteritas
retractare²¹
aut risu fatuo,
quod etiam pudet dicere,
cuiusquam scurrilis dicti uel facti
titillatione pulsari
aut ad priores faciet uolitare
discursus²².

4. et idcirco
quidquid orantibus nobis
nolumus ut inrepat,
ante orationem
de adytis nostri pectoris
extrudere festinemus²³,
ut ita illud apostolicum possimus implere:
sine intermissione orate,
et:
in omni loco
leuantes puras manus
sine ira et disceptatione.

alias namque
mandatum istud perficere
non ualebimus,
nisi mens nostra
ab omni uitiorum purificata contagio
uirtutibus tantum uelut naturalibus bonis
dedita
iugi omnipotentis dei contemplatione
pascatur.²⁴

III. DE MOBILITATE ANIMAE

PLUMAE VEL PINNULAE COMPARATAE

1. Etenim
qualitas animae
non inepte
subtilissimae plumae seu pennae leuissimae
comparatur.

quae
si umoris cuiuspiam extrinsecus accedentis
corruptione
vitiata non fuerit uel infusa,

willen zijn wanneer we bidden,
zo moeten we ons ook
voorbereiden
vóór de tijd van het gebed.

De gesteltenis van de geest bij zijn gebed
wordt gevormd door wat voorafging.
Als wij ons neerwerpen om te bidden,
speelt het beeld van onze voorafgaande daden,
woorden en gevoelens
voor onze ogen
en maakt ons, naargelang zijn hoedanigheid, toornig
en bedroefd;
of we zijn opnieuw
met voorbijgebeerten of zaken bezig;
we beginnen –
ik schaam mij het te zeggen –
dwaas te lachen van plezier
om een of andere platte grap;
of we vlinderen weer
naar onze vroegere verstrooiingen.

4. Beijveren we ons dus
om vóór het gebed
al datgene van voor de ingang van ons hart
weg te jagen
waardoor we tijdens ons bidden
niet gestoord willen worden.
Zo kunnen we het woord van de Apostel vervullen:
Bidt zonder ophouden (1Tes. 5,17);
en:
Op alle plaatsen
handen heffend die heilig zijn,
zonder toorn of twist (1Tim. 2,8).

Op een andere manier
zullen we dit gebod
niet kunnen volbrengen:
onze geest moet worden gezuiverd
van iedere smet der ondeugden
en overgegeven zijn
aan de deugden als aan zijn eigen goed,
om zich te voeden met
de voortdurende beschouwing van de almachtige God.

4. DE BEWEEGLIJKHEID VAN DE ZIEL, TE VERGELIJKEN MET EEN PLUISJE OF VEERTJE

1.
Men kan de gesteltenis van de ziel
niet ongeschikt
vergelijken
met een licht pluisje of een fijn veertje.

Als daar
van buiten af geen vocht
is ingetrokken
dat het bedorven heeft,

mobilitate substantiae suae
tenuissimi spiritus adiumento
velut naturaliter
ad sublimia caelestia que
sustollitur.

sin vero
umoris cuiusquam
aspargine uel infusione
fuerit praegrauata,
non modo in nullos aërios
uolatus naturali mobilitate
raptabitur,
sed etiam ad ima terrae
concepti umoris pondere
deprimetur.

2. ita mens quoque nostra
si accedentibus uitiiis curis que mundanis
adgrauata non fuerit
noxiae uel libidinis umore
corrupta,

uelut naturali puritatis suae beneficio
subleuata
leuissimo spiritalis meditationis adflatu
sublimabitur ad superna,
et humilia deserens atque terrena
ad illa caelestia et inuisibilia
transferetur.²⁵

unde
proprie satis
praeceptis dominicis admonemur:
*uidete
ne quando grauentur corda uestra
in crapula
et ebrietate
et curis saecularibus.*²⁶

3. et idcirco
si uolumus orationes nostras
non solum caelos,
sed etiam ea quae super caelos sunt
penetrare,
curemus mentem
ab omnibus terrenis uitiiis expurgatam
cunctis que mundatam faecibus passionum
ad subtilitatem perducere naturalem,
ut ita ad deum
oratio eius
nullo uitiorum pondere praegrauata
conscendat.²⁷

V. DE CAUSIS QUIBUS MENS NOSTRA ADGRAUATUR²⁸

1. Notandum tamen
quibus ex causis

dan gaat het
door de beweeglijkheid van zijn substantie
op het minste zuchtje wind
als vanzelf
naar omhoog, de lucht in.

Maar
als het met vocht
is bedekt of doortrokken,
is het zwaar
en wordt
door geen eigen beweeglijkheid
opgenomen om te zweven in de lucht;
integendeel,
door het gewicht van het vocht
wordt het omlaag getrokken, naar de aarde.

2. Zo is het ook met onze geest.
Als hij niet wordt bezwaard
door ondeugden en wereldse zorgen,
niet is bedorven
door kwalijke begeerten,
dan gaat hij
als door de natuurlijke gave van zijn zuiverheid
opwaarts:
op de lichtste aanblazing van een geestelijke overweging
verheft hij zich in de hoogte
en wordt naar het hemelse en onzichtbare
gevoerd,
het nietige aardse achter zich latend.

Daarom
komt de vermaning van de Heer
hier heel juist van pas:
*Zorgt
dat uw hart niet bezwaard wordt
in overdaad
en dronkenschap
en door wereldse zorgen* (Lc. 21,34).

3. Willen we derhalve
dat onze gebeden
doordringen
tot in de hemel
en zelfs tot in wat boven de hemelen is,
zorgen we dan onze geest
te ontdoen van alle aardse ondeugden,
te zuiveren van de droesem der hartstochten,
om hem zijn eigen lichtheid wéér te schenken:
zo zal zijn gebed,
door geen gewicht van kwaad bezwaard,
opstijgen
tot God.

5. DOOR WELKE ZAKEN ONZE GEEST WORDT BEZWAARD

1. Men moet daarbij
op de oorzaken letten

grauari mentem
dominus designauerit.

non enim adulteria,
non fornicationes,
non homicidia,
non blasphemias,
non rapinas,
quae mortalia esse et damnabilia
nullus ignorat,
sed crapulam posuit
et ebrietatem
et curas siue sollicitudines saeculares²⁹.

quae
in tantum
nemo hominum mundi huius cauet
ut damnabilia iudicat,
ut etiam nonnulli,
quod pudet dicere,
semet ipsos monachos nuncupantes
isdem ipsis distentionibus
uelut innoxii et utilibus
implicentur.

2. quae tria licet
secundum litteram perpetrata
adgrauent animam
atque a deo separent
ac deprimant ad terrena³⁰,
est tamen eorum
facilis declinatio
et maxime nobis,
qui tam longa remotione
ab omni saeculi huius conuersatione
disiungimur
et istis uisibilibus curis
et ebrietatibus
et crapulis
nulla penitus occasione
miscemur.³¹

uerum
est alia quoque crapula
non minus noxia
et ebrietas spiritalis
difficilius euitanda,
cura quoque ac sollicitudo saecularis,
quae nos
etiam post omnium facultatum nostrarum
perfectam renuntiationem
et uini epularum que cunctarum
continentiam
et quidem in solitudine constitutos
frequenter inuoluunt³²

(de quibus
propheta:
*expergiscimini, inquit,
qui estis ebrii,*

die de Heer heeft aangegeven
waardoor onze geest wordt bezwaard.

Hij heeft geen overspel genoemd,
geen ontucht,
geen moord,
godslastering
of roof;
daarvan weet iedereen wel
dat ze dood en verdoeming betekenen;
maar overdaad
en dronkenschap
en wereldse zorgen.

Deze dingen
vermijden de mensen van de wereld
zó weinig,
achten ze zó weinig te veroordelen,
dat er,
ik schaam mij het te zeggen,
lieden die zich monniken noemen, zijn,
welke zich met die verstrooiingen
inlaten
alsof ze onschadelijk of zelfs nuttig waren.

2. Wanneer deze drie dingen
letterlijk worden gepleegd,
bezwaren ze de ziel,
scheiden haar van God
en drukken haar neer naar het aardse.
Zo letterlijk genomen zijn ze nog wel
gemakkelijk te vermijden,
vooral door ons
die door zo'n grote afstand
van heel het leven van deze wereld
zijn gescheiden
en absoluut geen gelegenheid hebben
om in die zichtbare zorgen
en dronkenschap
en overdaad
terecht te komen.

Maar
er bestaat nog een andere,
niet minder schadelijke overdaad,
een moeilijker te vermijden
geestelijke dronkenschap,
een andere wereldse zorg en bezorgdheid,
die ons nog
vaak verstrikt,
ook al hebben we volkomen afstand gedaan
van al onze bezittingen,
al onthouden we ons
van wijn en lekker eten,
al leven we in de woestijn.

Hiervan
zegt een profeet:
*Wordt wakker,
die dronken zijt,*

et non a uino.

3. alius quoque:
*obstupescite et admiramini,
 fluctuate et uacillate:
 inebriamini,
 et non a uino:
 mouemini,
 et non ebrietate.*

cuius ebrietatis uinum
 consequenter necesse est
 ut secundum prophetam
 furor draconum sit,
 ipsum que uinum
 de qua radice procedat
 aduerte:
*ex uinea, inquit,
 Sodomorum uitis eorum
 et sarmenta eorum ex Gomorra.*

4. uis etiam
 fructum uitis istius
 atque sarmenti germen
 agnoscere?

*uua eorum uua fellis,
 botrus amaritudinis ipsis),*

quia omnino
 nisi fuerimus
 cunctis uitis expurgati
 et ab omnium passionum crapula sobrii,
 absque ebrietate uini
 epularum que omnium affluentia
 erit cor nostrum
 ebrietate et crapula magis noxia
 praegratuatum.³³

nam
 quia saeculares curae
 etiam in nos,
 qui nullis actibus mundi istius
 admiscemur,
 cadere nonnumquam possint,
 manifesta ratione monstratur
 secundum regulam seniorum³⁴,
 qui
 quidquid
 necessitatem victus cotidiani
 et inevitabilem usum carnis excedit,
 ad saecularem definierunt curam
 et sollicitudinem pertinere³⁵:

5. ut uerbi gratia

si,
 cum possit operatio unius solidi
 necessitatem nostri corporis expedire,
 ad duorum vel trium solidorum adquisitionem

maar niet van wijn (Jl. 1,5).

3. En een andere:
*Verstomt en verstelt,
 waggelt en wankelt:
 weest dronken,
 maar niet van wijn;
 slingert,
 maar niet van dronkenschap (Jes. 29,9).*

Met deze dronkenmakende wijn
 moet dus bedoeld zijn
 de *drakenwoede*,
 volgens de profeet (Dt. 32,33);
 en zie,
 uit welke wortel
 deze wijn voortkomt:
*Van Sodoma's wingerd, zo zegt hij,
 is hun wijnstok,
 uit Gomorra hun ranken (Dt. 32,32).*

4. En wilt ge
 de vrucht van die wijnstok
 kennen,
 het produkt van die ranken?

*Hun druiven zijn druiven van gal,
 hun trossen vol bitterheid (Dt. 32,32).*

Ja,
 als wij niet
 van elke ondeugd gezuiverd zijn,
 van de roes van elke passie ontnuchterd,
 dan zal ons hart
 ook zonder dronkenschap van wijn
 of overdaad van spijs
 bezwaard zijn,
 door een schadelijker dronkenschap en overdaad.

De wereldse zorgen
 kunnen inderdaad
 soms ook ons
 overvallen,
 die ons niettemin van de gebruiken van de wereld
 afzijdig houden.
 Dat blijkt wel duidelijk
 uit de regel der Ouden
 :
 al wat verder gaat
 dan de noodzaak van het dagelijkse leven
 en de strikte behoefte van het vlees,
 hebben zij tot een zaak van wereldse zorg
 en bezorgdheid verklaard.

5. Zo bijvoorbeeld

wanneer wij,
 terwijl het verdienen van één geldstuk
 voor de behoeften van ons lichaam zou kunnen volstaan,
 harder werken

nosmet ipsos propensiore velimus
opere ac labore distendere,

et
cum duarum velamen sufficiat tunicarum
ad usum scilicet noctis ac diei,
trium vel quattuor fieri domini
procuremus,

cum que
unius siue duarum habitatio sufficiat cellularum,
ambitione saeculari
atque amplitudine delectati
quattuor seu quinque cellas
et has easdem exquisiti ornatus
et capaciores quam usus desiderat
extruamus,
passionem libidinis mundialis
in quibus possumus
praeferentes.³⁶

VI. DE UISIONE CUIUSDAM SENIS
QUAM SUPER FRATRIS INQUIETA OPERATIONE
PERSPEXIT³⁷

1. Quod
non sine instinctu daemonum fieri
manifestissima nos experimenta docuerunt.

nam
quidam probatissimus seniorum
cum transiret iuxta cellam cuiusdam fratris
hac animi qua diximus aegritudine
laborantis,
utpote
qui in extruendis reparandis que
superfluis inquietus cotidianis distentionibus
desudaret,
et
eminus
conspexisset eum
gravi malleo
saxum durissimum conterentem
uidisset que Aethiopem quendam
adstantem illi
et una cum eodem
ictus mallei
iunctis consertis que manibus
inlidentem
eum que
ad operis illius instantiam
ignitis facibus instigantem,
diutissime substitit
uel inpressionem dirissimi daemonis
uel fraudem tantae inlusionis
admirans.

en ons uitsloven
om er twee of drie te winnen.

Of,
terwijl aan kleding twee of drie tunieken voldoende is,
een voor de nacht en een voor de dag,
zullen wij ervoor zorgen
eigenaars van drie of vier tunieken te worden.

Een woning van één of twee cellen is voldoende;
maar wij hebben genoeg in wereldse grootsheid
en welvaart
en bouwen er
vier of vijf,
bovendien rijker ingericht
en ruimer dan voor onze behoeften nodig is.
Zo geven we
de hartstocht van het wereldse genot de kans
waar we het kunnen.

6. HET GEZICHT DAT EEN GRIJSAARD HAD
NAAR AANLEIDING VAN DE KOORTSACHTIGE ARBEID
VAN EEN BROEDER

1. Deze dingen geschieden
niet zonder aanstoken van de duivel:
duidelijke ervaringen hebben ons dat geleerd.

Eens kwam
een van de Ouden, een voortreffelijk man,
langs de cel van een broeder
die op de genoemde koortsachtige wijze
aan het werken was.

Hij zwoegde dagelijks druk
aan de bouw en het herstel
van overbodige dingen.

De oude monnik
zag hem uit de verte
met een zware hamer
een harde rots verbrijzelen;
naast hem
ontwaarde hij een soort Ethiopiër,
die zijn handen met de zijne had ineengevlochten
en samen met hem
de hamerslagen
gaf,
terwijl hij hem
met brandende fakkels aanzette
om hard te werken.
Lang bleef de oude monnik staan,
beurtelings zich verbazend
over de aandrang van de wrede duivel
en over de begoocheling
waardoor de ander bedrogen werd.

2. cum enim
nimia lassitudine fatigatus frater
requiescere iam
finem que operi uoluisset inponere,
instigatione spiritus illius animatus
iterum resumere malleum
nec desinere
ab intentione coepti operis
urguebatur,
ita
ut isdem eius incitamentis
infatigabiliter sustentatus
tanti laboris non sentiret iniuriam.

tandem igitur senex
tam dira daemonis ludificatione permotus
ad cellam fratris diuertit
salutans que eum,
quod, inquit, est, frater,
istud opus quod agis?

At ille:
laboramus, ait,
contra istud durissimum saxum
uix que illud
potuimus aliquando conterere.

3. ad haec senex:
bene dixisti
'potuimus'.
non enim solus eras,
cum illud caederes,
sed fuit alius te cum
quem non uidisti,
qui tibi in hoc opere
non tam adiutor
quam uiolentissimus impulsor
adstabat.

et idcirco
morbum ambitus saecularis
nostris mentibus non inesse
non utique
eorum tantum negotiorum abstinentia
conprobabit,
quae etiam si uelimus
expetere uel explere non possumus³⁸,
neque illarum despectus rerum,
quas si adfectauerimus
tam apud spiritaes uiros
quam apud saeculi homines notabiles
prima fronte reddemur³⁹,
sed
cum etiam illa,
quae nostrae subpetunt potestati
et honestate quadam uidentur obnubi,
rigida mentis distractione
respuimus⁴⁰.

4. et re uera

2. Want telkens als de broeder,
uiterst vermoeid,
wilde rusten
en met zijn arbeid ophouden,
zette de boze geest hem ertoe aan
zijn hamer weer op te nemen;
hij dwong hem
zijn ijver voor het begonnen werk
niet op te geven.

Door die prikkels
bleef hij onvermoeibaar staande
en voelde de hardheid niet van dat gezwog.

De grijsaard kon
dit wrede spel van de duivel niet aanzien.
Hij ging naar de cel van de broeder
en begroette hem:
Wat is dat voor een werk
waar gij mee bezig zijt?

We hebben veel moeite
met deze harde rots,
antwoordde de ander,
en we hebben hem
maar nauwelijks stuk kunnen krijgen.

3. Dat hebt ge goed gezegd,
hernam de grijsaard,
wé hebben;
want ge waart niet alleen
toen ge stond te slaan,
doch er was een ander met u,
die ge niet gezien hebt,
die u bij dit werk
niet bijstond
om u te helpen,
maar om u met geweld op te zwepen.

Enkel onthouding van die dingen
die wij, ook al zouden we willen,
niet kúnnen hebben of doen,
bewijst
dus
nog niet
dat de ziekte van de wereldse grootsheid
niet aanwezig is in onze geest;
evenmin volstaat de verachting van die zaken
waarnaar wij niet zouden kunnen streven
zonder onmiddelijk onszelf aan te brengen,
bij geestelijken
zowel als bij hoogstaande mensen in de wereld.
Neen,
daartoe moeten we óók datgene
wat binnen onze macht ligt
en als met een zekere eerbaarheid is omgeven,
met onverzettelijk strenge geest
afwijzen.

4.

non minus haec,
 quae parua uidentur et minima
 quae que ab his qui nostrae professionis sunt
 cernimus indifferenter admitti,
 pro qualitate sua
 adgrauant mentem,
 quam illa maiora
 quae secundum suum statum
 saecularium sensus inebriare consuerunt,⁴¹
 non sinentes
 deposita faece terrena
 ad deum
 in quo semper defixa esse debet intentio
 monachum
 respirare,
 cui
 ab illo summo bono uel parua separatio
 mors praesens
 ac perniciosissimus interitus
 est credendus.⁴²

5. cum que mens
 tali fuerit tranquillitate fundata
 uel ab omnium carnalium passionum nexibus
 absoluta,
 et illi uni summo que bono
 tenacissima adhaeserit
 cordis intentio⁴³,
 apostolicum illud inplebit:
sine intermissione orate,
 et:
in omni loco
leuantes puras manus
sine ira et disceptatione.

hac enim puritate,
 si dici potest,
 sensu mentis
 absorto
 ac de terreno situ
 ad spiritalem atque angelicam similitudinem⁴⁴
 reformato
 quidquid in se receperit,
 quidquid tractauerit,
 quidquid egerit,
 purissima ac sincerissima erit
 oratio.⁴⁵

VII. INTERROGATIO DE EO QUOD MAIORIS DIFFICULTATIS SIT CUSTODIRE COGITATIONES BONAS QUAM PARERE⁴⁶

1. Germanus:
 Utinam simili modo
 atque eadem facilitate,
 qua semina spiritalium cogitationum
 plerumque concipimus,
 etiam perpetuitatem earum

Die dingen schijnen klein en gering,
 en ze worden door mensen van onze staat
 zonder bezwaar toegelaten.
 Maar in werkelijkheid
 bezwaren ze de geest,
 overeenkomstig hun hoedanigheid,
 niet minder dan op hún niveau
 de grotere dingen
 de mensen van de wereld dronken van zinnen maken.
 Ze beletten
 de monnik
 om van het aardse vuil bevrijd
 naar God
 te verzuchten,
 op wie toch altijd zijn aandacht gericht moet zijn;
 want
 zelfs een kleine scheiding van dat hoogste goed
 moet hem vóórkomen
 als de dood zelf,
 als de ergste ondergang.

5. Als de geest
 in een dergelijke rust is gevestigd
 en van de banden van alle hartstochten van het vlees
 is bevrijd,
 als het hart zijn toeleg
 met de grootste vastheid
 op dat ene hoogste goed heeft gericht,
 dán wordt het woord van de Apostel vervuld:
Bidt zonder ophouden (1Tes. 5,17);
 en:
Op alle plaatsen
handen heffend die heilig zijn,
zonder toorn of twist (1Tim. 2,8).

Het gevoelen van de geest wordt dan –
 als men het zo zeggen kan –
 in die zuiverheid
 geabsorbeerd;
 van zijn aardse gesteldheid
 wordt hij omgevormd
 tot een geestelijke, gelijk die van de engelen;
 en al wat hij in zich opneemt,
 al waar hij mee bezig is,
 al wat hij doet:
 het zal het zuiverste en gaafste
 gebed zijn.

7. VRAAG OVER HET FEIT DAT HET MOEILIJKE IS DE GOEDE GEDACHTEN TE BEWAREN DAN ZE VOORT TE BRENGEN

1. Germanus:
 Konden we
 het zaad van de geestelijke gedachten
 maar op dezelfde manier
 en met hetzelfde gemak
 vasthouden

possidere possimus.⁴⁷

cum enim fuerint
siue per memoriam scripturarum
seu per recordationem spiritualium quorumque actuum
uel certe per intuitum sacramentorum caelestium
nostro corde conceptae,
insensibili quadam fuga lapsae
quantocius euanescunt.⁴⁸

2. cum que
alias quaslibet occasiones spiritualium sensuum
mens nostra reppererit,
rursus
aliis inrepentibus
ipsae quoque quae adprehensae fuerant
lubrica uolubilitate diffugiunt⁴⁹,
ita
ut nullam constantiam sui retinens
animus
nec potestate propria
sanctarum cogitationum possidens firmitatem
etiam tunc,
cum eas uidetur utcumque retinere,
fortuito illas
et non de industria
concepisse credatur.⁵⁰
quomodo enim ortus earum
nostro arbitrio putabitur adscribendus,
quarum perseuerantia non consistit in nobis? ⁵¹

3. sed
ne forte
sub huius quaestionis indagine
a coepto narrationis ordine
longius euagantes
expositionem propositam
super orationis statu
diutius retardemus,
suo hanc tempori
reseruantes
de qualitate orationis⁵²
instantissime quaesumus
informari,
praesertim
cum nullo tempore nos ab ea cessare
beatus apostolus moneat dicens:
sine intermissione orate.

et ideo
primum de qualitate eius
desideramus institui,
id est qualis debeat emitti semper oratio,
deinde
qualiter hanc eandem
quaecumque est
possidere uel exercere
sine intermissione
possimus.⁵³

als waarmee we het ontvangen.

Maar zodra ons hart ze,
door de herinnering aan de Schriften
of aan geestelijke werken
of door de beschouwing van de hemelse geheimen,
heeft ontvangen,
zijn ze ongemerkt
ook weer dadelijk verdwenen.

2. Komt onze geest dan
langs andere wegen
weer opnieuw tot geestelijke gevoelens,
dan ontsnappen en ontglippen
ze
andermaal,
doordat zich weer iets nieuws presenteert.
Zo
is de ziel
onstandvastig
en heeft het vermogen niet
om heilige gedachten vast te houden;
en zelfs
wannéer het haar schijnt te lukken ze te bewaren,
dan heeft het er meer van
dat zij ze door toeval ontvangt
dan door eigen inspanning.
Hoe zou men immers het ontstaan ervan
aan onze wil kunnen toeschrijven,
als hun behoud niet in ons vermogen ligt?

3. Maar
door het onderzoek van deze kwestie
zouden wij misschien
ver afraken
van de loop van uw begonnen betoog
en vertraging brengen
voor de beloofde uiteenzetting
over de staat van gebed.
Wij bewaren de vraag
tot het geschikte ogenblik
en verzoeken u met aandrang
ons een beeld te geven
van de aard van het gebed.
We mogen dit wel bijzonder doen
daar de zalige Apostel ons vermaant
om nooit van het gebed af te laten:
Bidt zonder ophouden (1Tes. 5,17).

Daarom zouden wij graag
eerst uw onderricht ontvangen
over de hoedanigheid van het gebed,
aan welke eigenschappen het steeds moet voldoen.
Daarna,
hoe wij dit gebed,
welke het ook is,
zonder ophouden
kunnen
bezitten en verrichten.

non enim
parua cordis intentione
eam perfici posse
et experientia cotidiana
et prosecutio tuae sanctitatis
ostendit,
qua finem monachi
ac totius perfectionis culmen
in orationis consummatione consistere
definisti.⁵⁴

Het vergt
een niet geringe inspanning,
daartoe te komen:
de dagelijkse ervaring
heeft ons dat duidelijk gemaakt,
evenals ook de uiteenzetting van uwe heiligheid,
waar u het doel van de monnik
en de hoogste volmaaktheid
in het volkomen gebed
hebt gesteld.

VIII. RESPONSIO DE DIUERSIS ORATIONUM
QUALITATIBUS⁵⁵

1. Isaac:

Uniuersas orationum species
absque ingenti cordis atque animae puritate
et inluminatione sancti spiritus
arbitror
comprehendi non posse.
tot enim sunt
quot in una anima,
immo in cunctis animabus
status queunt qualitates que generari.⁵⁶

8. ANTWOORD: DE VERSCHILLENDE VORMEN
VAN GEBED

1. Isaäk:

Ik acht het onmogelijk
om zonder een grote zuiverheid van hart en ziel
en de verlichting van de heilige Geest
al de soorten van gebed
te kunnen begrijpen.
Er zijn er immers zoveel
als er in een ziel,
of beter in alle zielen,
staten en hoedanigheden kunnen voorkomen.

2. et ideo

licet sciamus nos
pro hebitudine cordis nostri
uniuersas orationum species
non posse perspicere,
tamen,
in quantum mediocritas experientiae nostrae
adsequi praeualuerit,
digerere eas
utcumque temptabimus.⁵⁷

2.

Ik weet
dat mijn hart de scherpte mist
om al de soorten van gebed
te kunnen onderscheiden.
Niettemin wil ik,
hoe dan ook, proberen
ze te behandelen,
voorzover mijn bescheiden ervaring
toestaat.

secundum mensuram namque puritatis,
in quam mens unaquaeque proficit
et qualitatem status
in quo
uel ex accedentibus inclinatur
uel per suam renouatur industriam,
ipsae quoque
momentis singulis
reformantur:

Naargelang de graad van zuiverheid
waartoe iedere geest is gekomen
en naargelang de gesteltenis
waartoe
invloed van buitenaf hem brengt
of zijn eigen ijver hem vernieuwt,
wijzigt zich ook
ieder ogenblik
het gebed:

et idcirco

uniformes orationes emitti semper
a nemine posse
certissimum est.⁵⁸

en daarom

is het zeker
dat niemand
altijd hetzelfde gebed kan verrichten.

3. aliter enim

quisque supplicat
cum alacer est,
aliter cum tristitiae seu desperationis pondere
praeagruatur,⁵⁹

3. Iemand bidt immers

anders
wanneer hij blij is
en anders wanneer droefheid of vertwijfeling
hem bezwaart;

aliter cum spiritalibus successibus
uiget,
aliter cum in pugnationum mole
deprimitur,⁶⁰

aliter cum ueniam peccatorum,
aliter cum acquisitionem gratiae
seu cuiuslibet uirtutis
exposcit
uel certe extinctionem cuiuscumque uitii
deprecatur,⁶¹

aliter cum consideratione gehennae
ac futuri iudicii timore
compungitur,
aliter cum spe futurorum bonorum
desiderio que
flammat,⁶²

aliter cum in necessitatibus ac periculis,
aliter cum in securitate ac tranquillitate
uersatur,⁶³

aliter cum sacramentorum caelestium reuelationibus
inlustratur,
aliter cum sterilitate uirtutum
ac sensuum ariditate
constringitur.⁶⁴

anders wanneer hij bloeit
in geestelijke voortgang
en anders wanneer de last der beproevingen
hem terneerdrukt;

anders wanneer hij vergiffenis vraagt voor zijn zonden
en anders wanneer hij een genade
of een of andere deugd
zoekt te verwerven
of smeekt
om de uitroeiing van een ondeugd;

anders wanneer de gedachte aan de hel
en de vrees voor het komende oordeel
hem treffen
en anders wanneer de hoop en het verlangen
der toekomstige goederen
hem doen branden;

anders wanneer hij in nood en gevaar
verkeert
en anders in geval van zekerheid en rust;

anders wanneer openbaringen van hemelse geheimen
hem verlichten
en anders wanneer onvruchtbaarheid aan deugd
en dorheid van gevoel
hem beklemmen.

VIII. DE QUADRIPERTITA ORATIONUM SPECIE

1. Et idcirco
his super orationum qualitate digestis,
licet
non quantum exposcit
materiae magnitudo,
sed quantum
uel temporis admittit angustia
uel certe capere tenuitas ingenii nostri
et cordis praeualet hebitudo,⁶⁵
maior nobis
nunc inminet difficultas,
ut
ipsas singillatim
orationum species
exponamus,
quas
apostolus quadripartita ratione distinxit
ita dicens:
*deprecor itaque primo omnium fieri
obsecrationes,
orationes,
postulationes,
gratiarum actiones.*⁶⁶

quae
non inaniter
ab apostolo

9. DE VIER SOORTEN GEBED

1.
Tot zover over de verschillende vormen van gebed.
Het was
niet overeenkomstig de eisen
van deze belangrijke materie,
maar het was
naar de maat van de beperkte tijd
en naar de maat van ons kleine bevattingsvermogen
en trage hart.
Nu staan wij
voor een grotere moeilijkheid
:
we moeten nu de soorten gebed
afzonderlijk
gaan bespreken.

De Apostel onderscheidt er vier:

Voor alles vermaan ik u,
zo zegt hij,
smeekbeden te verrichten,
wijgebeden,
voorbeden
en dankzeggingen (1Tim. 2,1).

Zonder twijfel
is deze verdeling
niet voor niets

ita fuisse diuisa
minime dubitandum est.

gemaakt
door de Apostel.

2. et
primitus indagandum
quid obsecratione,
quid oratione,
quid postulatione,
quid gratiarum actione
signetur.

2. We moeten nu
eerst nagaan
wat er wordt verstaan
onder smeekbeden,
wijgebeden,
voorbeden
en dankzeggingen.

deinde perquirendum

Daarna zullen we onderzoeken,

utrum hae quattuor species
ab orante sint pariter adsumendae,
id est
ut omnes simul in unaquaque supplicatione
iungantur,

of men deze vier soorten
tegelijk moet verrichten,
ik bedoel,
alle samengevoegd
in één gebed,

an uicissim singillatim que
sint offerendae,
ut puta nunc quidem obsecrationes,
nunc uero orationes,
nunc autem postulationes
seu gratiarum actiones oporteat promi,

dan wel of ze afzonderlijk, om beurten,
opgedragen moeten worden,
het ene ogenblik bijvoorbeeld smeekbeden,
het andere wijgebeden,
dan weer voorbeden
of dankzeggingen.

an certe
alius quidem obsecrationes,
alius uero orationes,
alius uero postulationes,
alius gratiarum actiones deo debeat exhibere
secundum mensuram scilicet aetatis suae,
in quam unaquaque mens
per intentionis proficit industriam.

Of is het zo,
dat de één God smeekbeden moet aanbieden,
de ander wijgebeden,
een derde voorbeden,
en weer een ander dankzeggingen,
naargelang de maat van rijpheid
waartoe de geesten
door hun ijver en toelag zijn gekomen?

X. DE ORDINE SPECIERUM QUAE SUPER ORATIONIS QUALITATE PONUNTUR

Et ideo
primum proprietates ipsae sunt
nominum uerborum que tractandae
ac discutiendum
quid inter orationem
et obsecrationem ac postulationem intersit,

10. DE VOLGORDE VAN DE VERSCHILLENDE SOORTEN GEBED

We moeten dus
eerst de betekenis
van de namen behandelen
en de verschillen nagaan
tussen wijgebed,
smeekbede en voorbede.

deinde similiter perscrutandum
utrum singillatim sint
an pariter exhibendae,

Daarna onderzoeken we,
of zij afzonderlijk
dan wel tegelijk verricht moeten worden.

tertio indagandum
utrum etiam ipse ordo
qui ita est apostoli auctoritate dispositus
aliquid amplius instruat auditorem,
an simpliciter accipienda sit
ista distinctio
et indifferenter putanda sit

Ten derde is er de vraag,
of ook de volgorde
die de Apostel in zijn uitspraak geeft,
aan de hoorder iets speciaals te zeggen heeft,
dan wel of het enkel gaat
om de onderscheiding
en dat deze volgorde

ab illo
taliter fuisse digesta.

quod mihi
satis uidetur absurdum.

non enim
credendum est
aliquid transitorie
ac sine ratione
spiritum sanctum
per apostolum protulisse.⁶⁷

et idcirco
eodem quo coepimus ordine,
prout dominus donauerit,
singula retractemus.

die hij geeft,
niets ter zake doet.

Dit laatste lijkt mij
vrij ongerijmd.

Het is niet
aan te nemen
dat de heilige Geest
iets toevallig
en zonder reden
door de Apostel heeft uitgesproken.

In de volgorde voornoemd
zullen we nu,
voorzover de Heer het geeft,
de dingen een voor een bespreken.

XI. DE OBSECRATIONE

*Deprecor itaque primo omnium fieri
obsecrationes.*

obsecratio
inploratio est
seu petitio pro peccatis,
qua
uel pro praesentibus
uel pro praeteritis admissis suis
unusquisque conpunctus
veniam deprecatur.⁶⁸

11. DE SMEEKBEDE

*Voor alles vermaan ik u,
smeekbeden te verrichten.*

De smeekbede
is het roepen
en bidden van de zondaar,
die
vol berouw
vergiffenis vraagt
voor zijn fouten van vroeger
en van nu.

XII. DE ORATIONE

Orationes sunt
quibus aliquid offerimus
seu uouemus deo⁶⁹,
quod Graece dicitur *eujchv*,
id est uotum.

nam

ubi dicitur in graeco

*ta;~ eujcav~ mou tw/`` kurivw/``
ajpodwvsw,*

in Latino legitur:

*uota mea
domino reddam,*

quod secundum proprietatem uerbi
ita exprimi potest:

*orationes meas
domino reddam.*

et illud

quod legimus in Ecclesiaste:

*si uoueris uotum deo,
ne moram feceris reddere illud,*

12. HET WIJGEBED

De wijgebeden zijn de gebeden
waardoor wij God iets aanbieden
of toewijden.

Het Grieks spreekt van *eujchv*,
dat is gelofte.

Waar in het Grieks staat:

*ta;~ eujcav~ mou tw/`` kurivw/``
ajpodwvsw,*

heeft het Latijn:

*ik zal mijn geloften
aan de Heer volbrengen* (Ps. 116,14).

De woorden strikt nemend,
zou men kunnen zeggen:

*Ik zal mijn wijgebeden
verrichten voor de Heer.*

We lezen ook nog dit,

in Prediker:

*Als ge een gelofte doet aan God,
stel dan de vervulling niet uit* (Pr. 5,3).

in Graeco similiter scribitur:

eja;n euJvxh/ eujch;n tw/``
kurivw/``,

id est:

*si oraveris orationem domino,
ne moram feceris reddere illam.*

quod

ita ab unoquoque nostrum
inplebitur.

oramus,
cum renuntiantes huic mundo
spondemus nos
mortificatos
cunctis actibus et conuersationi mundanae
tota cordis intentione
domino seruituros.⁷⁰

oramus,
cum pollicemur
saeculari honore contempto
ac terrenis opibus spretis ⁷¹
in omni contritione cordis
ac paupertate spiritus
nos domino cohaesuros⁷².

oramus,
cum promittimus nos
purissimam corporis castitatem⁷³
seu immobilem patientiam
exhibituros esse
perpetuo⁷⁴,
uel cum
de corde nostro
radices irae
siue tristitiae mortem operantis
vovemus
funditus
erundas⁷⁵.

quae
cum
desidia resoluti
atque ad antiqua uitia recurrentes
minime fecerimus,
erimus
orationum nostrarum ac uotorum rei ⁷⁶
dicetur que de nobis:
*melius est non uouere,
quam uouere
et non reddere.*

quod secundum Graecum
dici potest:

*melius est non orare te,
quam orare
et non reddere.*

In het Grieks staat daar evenals zojuist:

eja;n euJvxh/ eujch;n tw/``
kurivw/``,

dat is:

*Als ge een wijgebed belooft aan de Heer,
stel dan de vervulling niet uit.*

Dit wordt

door ons volbracht
door het volgende.

Wij verrichten het wijgebed,
als wij beloven
aan de wereld te verzaken,
te sterven
aan al zijn daden en aan zijn manier van leven,
en met heel de toelag van ons hart
de Heer te zullen dienen.

We verrichten het wijgebed,
als we beloven
van de eer van de wereld af te zien
en aardse rijkdom te versmaden,
om ons met een geheel vernederd hart
en in armoede van geest
aan de Heer te hechten.

We verrichten het wijgebed,
als we beloven
voor altijd
in volkomen zuiverheid
en onverstoortbaar geduld
te zullen leven,
of als we
toezeggen dat we

de wortels van de toorn
of van de droefheid die de dood bewerkt,
totaal
zullen uitrukken.

Als we
het beloofde
niet volbrengen,
maar laks
naar onze oude ondeugden terugkeren,
dan zullen we
aan onze wijgebeden en geloften schuldig zijn.
Dan zal er van ons gezegd worden:
*Beter is het niet te beloven
dan te beloven
en niet te volbrengen,*

wat men volgens het Grieks
aldus kan vertalen:

*Beter is het geen wijgebeden te verrichten
dan wel wijgebeden te verrichten
en niet te volbrengen (Pr. 5,4).*

XIII. DE POSTULATIONE

Tertio loco
ponuntur postulationes,
quas
pro aliis quoque,
dum sumus in fervore spiritus constituti,
solemus emittere,
vel pro caris scilicet nostris
vel pro totius mundi pace
poscentes,
et
ut ipsius apostoli verbis eloquar
cum

*pro omnibus hominibus,
pro regibus
et omnibus qui in sublimitate sunt
supplicamus.*⁷⁷

XIII. DE GRATIARUM ACTIONE

Quarto⁷⁸ deinde loco
gratiarum actiones ponuntur,
quas mens,
vel cum praeterita dei recolit beneficia
vel cum praesentia contemplatur,
seu cum in futurum
quae et quanta praeparaverit deus his
qui diligunt eum
prospicit,
per ineffabiles excessus
domino refert.⁷⁹

qua etiam intentione
nonnumquam
preces uberiores
emitti solent,
dum
illa quae reposita sunt in futuro
sanctorum praemia
purissimis oculis
intuendo
ineffabiles deo gratias
cum inmenso gaudio
spiritus noster instigatur
effundere.⁸⁰

XV. UTRUM QUATTUOR ORATIONIS SPECIES
SIMUL ET OMNIBUS, AN SINGILLATIM ET VICISSIM
UNICUIQUE SINT NECESSARIAE⁸¹

1. Ex quibus quattuor speciebus
licet nonnumquam soleant
occasiones supplicationum pinguium
generari

13. DE VOORBEDE

Op de derde plaats
worden de voorbeden genoemd.
Dat zijn de gebeden
die we voor anderen
verrichten,
als we in vurigheid van geest verkeren.
Ze betreffen
onze dierbaren
of zijn voor de vrede van de gehele wereld,
en,
om het met de woorden van de Apostel zelf te zeggen,

we smeken
*voor alle mensen,
voor koningen
en voor alle hooggeplaatsten* (1Tim. 2,1-2).

14. DE DANKZEGGING

Ten vierde
komen vervolgens de dankzeggingen.
Wanneer de ziel
Gods vroegere weldaden gedenkt
of die van thans beschouwt
of haar blik richt
op alles wat God voor hen
die Hem beminnen heeft bereid,

brengt zij in onzegbare vervoeringen
de Heer dank.

Bij deze toeleeg
komt het menigmaal
tot
een overvloedig gebed.
Want
wanneer onze ziel
met zeer zuivere blik
de beloning beschouwt
die voor de heiligen in de toekomst is weggelegd,
dan voelt zij zich gedrongen
met grote vreugde
haar onuitsprekelijke dank
voor God uit te storten.

15. OF DE VIER SOORTEN GEBED
TEGELIJK EN VOOR ALLEN NOODZAKELIJK ZIJN,
DAN WEL APART EN VOOR IEDER AFWISSELEND

1. De vier genoemde soorten
zijn alle wel
bronnen van vruchtbaar gebed.

(nam
et de obsecrationis specie
quae de conpunctione nascitur peccatorum,
et de orationis statu
quae de fiducia oblationum
et consummatione uotorum
pro conscientiae profluit puritate,
et de postulatione
quae de caritatis ardore procedit,
et de gratiarum actione
quae beneficiorum dei
et magnitudinis ac pietatis eius consideratione
generatur,
feruentissimas saepissime
nouimus
preces ignitas que prodire,
ita
ut constet
omnes has quas praediximus species
omnibus hominibus
utiles ac necessarias
inueniri,
ut in uno eodem que uiro
nunc quidem obsecrationum,
nunc autem orationum,
nunc postulationum
puras ac feruentissimas supplicationes
uariatus emittat affectus),⁸²

tamen prima
ad incipientes uidetur peculiarius pertinere,
qui adhuc uitiorum suorum aculeis
ac memoria
remordentur,⁸³

secunda
ad illos
qui in profectu iam spiritali
adpetitu que uirtutum
quadam mentis sublimitate
consistunt,⁸⁴

tertia
ad eos
qui perfectionem uotorum suorum
operibus adimplentes
intercedere pro aliis quoque
consideratione fragilitatis eorum
et caritatis studio
prouocantur,⁸⁵

quarta
ad illos
qui iam
poenali conscientiae spina
de cordibus uulsa
securi
iam munificentias domini ac miserationes,
quas uel in praeterito tribuit

Want
zowel de smeekbede,
die uit het berouw der zonden ontstaat,
als het wijgebed,
dat uit trouwe offers
en het vervullen van beloften
in zuiverheid van geweten voortvloeit:
de voorbede,
die uit de gloed van de naastenliefde voortkomt,
zowel als de dankzegging,
die uit de beschouwing van Gods weldaden
en grootheid en goedheid
wordt geboren:
alle leiden zij vaak
tot vurige en vlammeende gebeden,
dat is bekend.

Daarom
is elk van die soorten
voor iedere mens
nuttig en noodzakelijk:

een en dezelfde persoon zal
smekingen
en wijgebeden
en zuivere, vurige voorbeden
verrichten naargelang zijn wisselende gesteltenis.

Toch schijnt de eerste soort gebed
meer speciaal de beginners te passen,
die nog door hun ondeugden geprikkeld
en door de herinnering eraan
gepijnd worden.

De tweede
past hun
die in de geestelijke vooruitgang
en in het streven naar de deugd
al een zekere hoogte
hebben bereikt.

De derde
is bijzonder voor hen
die met hun werken
ten volle aan hun beloften beantwoorden
en bij het zien van de zwakheid van anderen
zich door de liefde
gedrongen voelen
voor dezen te bidden.

De vierde
behoort bij uitstek diegenen toe
bij wie
de doorn van een knagend geweten
uit hun hart is uitgetrokken;
die, tot rust gekomen,
met zuivere geest
de weldaden en barmhertigheden van de Heer

uel in praesenti largitur
uel praeparat in futuro,
mente purissima
retractantes
ad illam ignitam
et quae ore hominum
nec comprehendi
nec exprimi potest
orationem
feruentissimo corde
raptantur^{86, 87}

2. nonnumquam tamen
mens,
quae in illum uerum puritatis proficit adfectum
atque in eo iam coeperit radicari,
solet
haec omnia simul pariter que concipiens
atque in modum
cuiusdam inconprehensibilis
ac rapacissimae flammae
cuncta peruolitans
ineffabiles ad deum preces purissimi uigoris
effundere,
quas ipse spiritus
interpellans gemitibus inenarrabilibus
ignorantibus nobis
emittit ad deum,
tanta scilicet in illius horae momento concipiens
et ineffabiliter in supplicatione profundens,
quanta non dicam ore percurrere,
sed ne ipsa quidem mente ualeat
alio tempore
recordari.⁸⁸

3. et inde est,
quod in qualibet mensura quis positus
nonnumquam puras intentas que preces
inuenitur emittere,
quia
et de illo primo et humili ordine,
qui est super recordatione futuri iudicii,
is qui adhuc sub terroris est poena
ac metu examinis constitutus
ita ad horam compungitur,
ut non minore spiritus alacritate
de obsecrationis pinguedine
repleatur,
quam ille
qui per puritatem cordis sui
munificentias dei perlustrans atque percurrens
ineffabili gaudio laetitia que
resoluitur.
incipit enim
secundum sententiam domini
plus diligere,
quia sibimet ampliora
cognoscit indulta.⁸⁹

overwegen,
die Hij hun in het verleden gegeven heeft
of nu geeft
of voorbereidt voor de toekomst;
hun brandend hart
geraakt in vervoering
tot dat gebed
van vuur,
dat de taal van de mensen
niet vermag te vatten
of uit te drukken.

2. Het gebeurt echter
dat de geest
die tot die waarachtige staat van zuiverheid is gekomen
en erin geworteld raakt,

al deze vormen van gebed tegelijk opvat.
Als
een ongrijpbare
en alles grijpende vlam
vliegt hij dan van de ene naar de andere;
hij stort zich uit
bij God in onuitsprekelijke gebeden van zuivere kracht,
gebeden die de Geest voor ons
buiten ons weten
met onuitsprekelijke verzuchtingen
opzendt tot God.
In dat éne ogenblik vat hij zóveel op,
en laat het stromen in een onzegbaar gebed,
als hij op een ander ogenblik
niet onder woorden zou kunnen brengen
of zelfs maar
inwendig zich herinneren.

3. Eveneens geschiedt het
dat mensen
in welke graad zij ook zijn,
zuivere en intense gebeden verrichten.
Want
zelfs in de eerste en nederige graad
die berust op de gedachte aan het toekomstig oordeel,
kan iemand die nog in de schrik voor de straf
en de vrees voor de rekenschap leeft,
voor een ogenblik zózeer getroffen worden,
dat hij uit een overvloedig smeekgebed
niet minder van geestelijk vuur
wordt vervuld
dan iemand
die in de zuiverheid van zijn hart
Gods weldaden overweegt en beschouwt
en in onuitsprekelijke vreugde en blijdschap
opgaat.
Hij begint,
naar het woord van de Heer,
meer te beminnen,
omdat hij ziet
dat hem meer vergeven wordt (vgl. Lc. 7,47).

XVI. AD QUAS ORATIONUM SPECIES
NOSMET IPSOS TENDERE DEBEAMUS⁹⁰

Tamen

expetendae sunt nobis
per profectum uitae
consummationem quae uirtutum
illae potius supplicationum species,
quae
uel de contemplatione futurorum bonorum
uel de caritatis ardore
funduntur⁹¹
seu certe,
ut humiliter
et secundum incipientium mensuram
loquar,
pro acquisitione quarumcumque uirtutum
seu uitii cuiuslibet extinctione
generantur⁹².

aliter enim
ad illa sublimiora quae praediximus
supplicationum genera
peruenire nullatenus poterimus,
nisi per ordinem postulationum istarum
sensim mens nostra fuerit
gradatim quae prouecta.⁹³

XVII. DE QUATTUOR SUPPLICATIONUM GENERIBUS
A DOMINO INITIATIS⁹⁴

1. Has quattuor supplicationum species
ita etiam dominus exemplo suo
nobis initiare dignatus est,
ut in hoc quoque
inpleret illud
quod de ipso dicitur:
*quae coepit Iesus
facere et docere.*⁹⁵

nam

obsecrationis genus adsumit
cum dicit:

*pater,
si possibile est,
transeat a me calix iste,*

uel illud

quod ex persona eius
cantatur in psalmo:

*deus deus meus
respice me:
quare me dereliquisti?*

alia quae his similia.

2. oratio est

cum dicit:

ego clarificaui te super terram,

16. NAAR WELKE SOORTEN GEBED

WIJ MOETEN STREVEN

Toch

zal ons streven zijn voorkeur kennen
en zich door vooruitgang van leven
en volmaakte beoefening van deugden
speciaal op die soorten gebed richten
die
gegrond zijn
op de beschouwing der toekomstige goederen
of op de vurigheid van de liefde;
ófwel –
om bescheidener
te spreken
en maar naar de maat van de beginnelingen –
zich richten op de gebeden
die de verwerving van bepaalde deugden ten doel hebben
of de uitroeiing van bepaalde ondeugden.

Tot de eerstgenoemde hogere
vormen van gebed
kunnen we inderdaad
niet komen
dan door langs de weg van deze smeekgebeden
geleidelijkaan
stap voor stap hogerop te klimmen.

17. DE VIER SOORTEN GEBED ZIJN
DOOR DE HEER GEBRUIKT

1. Deze vier soorten gebed
heeft ook de Heer zelf willen gebruiken,
tot voorbeeld voor ons.

Ook hierin

heeft Hij vervuld

wat er van Hem gezegd wordt:

*Alles wat Jezus begonnen is
te doen en te leren* (Hnd. 1,1).

Hij bezigt de smeekbede

wanneer Hij zegt:

*Vader,
als het mogelijk is,
laat deze beker Mij voorbijgaan* (Mt. 26,39);

of dit

wat in de psalm namens Hem

gezongen wordt:

*God, mijn God,
zie op mij neer:
waarom hebt Gij mij verlaten?* (Ps. 22,2);

en andere dergelijke woorden.

2. Het is een wijgebed

wanneer Hij zegt:

Ik heb U op aarde verheerlijkt,

*opus consummaui
quod dedisti mihi
ut facerem,
siue illud:
et pro eis
sanctifico me ipsum,
ut sint et ipsi
sanctificati
in ueritate.*

postulatio est
cum dicit:
*pater,
quos dedisti mihi,
uolo ut ubi ego sum,
et ipsi sint me cum,
ut uideant gloriam meam
quam dedisti mihi,*
uel certe
cum dicit:
*pater,
ignosce eis:
non enim sciunt
quid faciunt.*

3. Gratiarum actio est
cum dicit:
*Confiteor tibi pater,
domine caeli et terrae,
quia abscondisti haec
a sapientibus et prudentibus,
et revelasti ea parvulis.
Ita Pater,
quia sic fuit placitum ante te,*
vel certe
cum dicit:
*Pater,
gratias ago tibi
quoniam audisti me.
ego autem sciebam
quia semper me audis.* ⁹⁶

quae tamen quattuor
supplicationum genera
licet singillatim
ac diuerso tempore
secundum illum quem comprehendimus modum
idem dominus noster distinxit
offerenda,
tamen etiam simul ea
in supplicatione perfecta
comprehendi posse
identidem suis ostendit exemplis⁹⁷,
per illam scilicet orationem
quam
ad finem euangelii secundum Iohannem
legimus eum
copiosissime profudisse⁹⁸.

*Ik heb het werk volbracht
dat Gij Mij hebt opgedragen
te doen (Joh. 17,4).*
Of dit:
*En terwille van hen
heilig Ik Mijzelf U toe,
opdat ook zij
U toegeheiligd mogen worden
in de waarachtigheid (Joh. 17,19).*

Een voorbede is het
wanneer Hij zegt:
*Vader,
Ik wil dat zij
die Gij Mij gegeven hebt,
met Mij mogen zijn waar Ik ben,
opdat zij mijn heerlijkheid mogen aanschouwen,
die Gij Mij gegeven hebt (Joh. 17,24).*
Of ook,
wanneer Hij zegt:
*Vader,
vergeef het hun,
want zij weten niet
wat zij doen (Lc. 23,24).*

3. Een dankzegging is het
wanneer Hij zegt:
*Ik prijs U, Vader,
Heer van hemel en aarde,
omdat Gij deze dingen verborgen gehouden hebt
voor wijzen en verstandigen,
maar ze hebt geopenbaard aan kinderen.
Ja, Vader,
zo heeft het U behaagd (Mt. 11,25-26).*
Of
wanneer Hij zegt:
*Vader,
Ik dank U
dat Gij Mij verhoord hebt.
Ik wist
dat Gij Mij altijd verhoort (Joh. 11,41-42).*

Maar
al heeft onze Heer te kennen gegeven
dat de vier soorten gebed
afzonderlijk
en op verschillende tijdstippen
kunnen worden opgedragen,
op de manier waarop wij het hebben begrepen:
Hij heeft óók door zijn voorbeeld getoond
dat ze alle tegelijk
in één volmaakt gebed
vervat kunnen zijn,
door het gebed namelijk
dat we
aan het einde van het evangelie volgens Johannes
lezen, waarin Hij
zijn gevoelens rijkelijk heeft laten stromen.

4. ex cuius textu
quia longum est
uniuersa percurri,
diligens inquisitor
haec ita esse
lectionis ipsius serie
poterit edoceri.

quem sensum
apostolus quoque
in epistula ad Philippenses
has quattuor supplicationum species
aliquantum inmutato ponens ordine
euidenter expressit
ostendit que
debere eas nonnumquam simul
sub ardore unius supplicationis
offerri,
ita dicens:

*sed in omni oratione et obsecratione
cum gratiarum actione
petitiones uestrae
innotescant apud deum.*

per quod uoluit nos
in hoc specialius erudire,
quod
et in oratione
et in obsecratione
gratiarum actio debeat
cum postulatione
misceri.⁹⁹

XVIII. DE ORATIONE DOMINICA

1. Haec itaque
supplicationum genera
sublimior adhuc status ac praecelsior
subsequetur,
qui contemplatione dei solius
et caritatis ardore
formatur,
per quem
mens
in illius dilectionem
resoluta atque reiecta
familiarissime deo
uelut patri proprio
peculiari pietate
conloquitur.¹⁰⁰

2. quem statum
debere nos diligenter expetere
formula dominicae orationis instituit
dicens:
pater noster.

cum ergo

4. Die tekst is te lang
om hem helemaal na te gaan,
maar wie hem
met zorg onderzoekt,
zal al lezende
constateren
dat het is zoals ik zeg.

Dezelfde gedachte
drukt ook de Apostel
duidelijk uit,
in de brief aan de Filippenzen.
Hij somt er de vier soorten gebed op
in een enigszins andere volgorde
en geeft te kennen
dat men ze soms
in één enkel vurig gebed
moet samensmeden.
Hij zegt:

*In alle wijgebed en smeking
moeten uw beden
onder dankzegging
God bekend worden (Fil. 4,6).*

Daarmee wil hij ons
bijzonder leren,
dat
in het wijgebed
en in het smeekgebed
de dankzegging
met de voorbede
gemengd moet worden.

18. HET GEBED DES HEREN

1. Op deze vier
soorten gebed
volgt
een nog hoger en verhevener staat,
die gevormd wordt
door de beschouwing van God alleen
en het vuur van de liefde.
Daar
verliest de geest zich
in overgave
aan zijn liefde,
en allervertrouwelijkst,
in bijzondere aanhankelijkheid,
spreekt hij dan met God
als zijn eigen vader.

2. Deze staat
moeten wij ijverig zoeken,
zo leert ons de formule van het gebed des Heren,
met de woorden:
Onze Vader (Mt. 6,9).

universitatis deum ac dominum
patrem nostrum esse
voce propria confitemur,
profecto
de condicione servili
in adoptionem filiorum
nos profitemur adscitos,¹⁰¹

adicientes deinde:
qui es in caelis,
ut
conmorationem uitae praesentis
qua in hac degimus terra
uelut peregrinam
atque a nostro patre
nos longissime separantem
toto horrore
uitantes
ad illam potius regionem,
in qua patrem nostrum conmorari fatemur,
summo desiderio
properemus
nihil que admittamus eiusmodi,
quod indignos nos
hac nostra professione
ac nobilitate tantae adoptionis
efficiens
et hereditate paterna
uelut degeneres
priuet
et iram nos faciat
iustitiae eius ac seueritatis
incurrere.¹⁰²

3. in quem
filiorum ordinem gradum que prouecti
illa continuo quae est in bonis filiis pietate
flagrabimus,
ut iam
non pro nostris utilitatibus,
sed pro nostri patris gloria
totum inpendamus affectum,
dicentes ei:
sanctificetur nomen tuum,
nostrum desiderium,
nostrum gaudium
gloriam nostri patris esse
testantes,
imitatores effecti illius
qui dixit:
qui a semet ipso loquitur,
gloriam propriam quaerit:
qui autem quaerit gloriam eius
qui misit illum,
hic uerax est,
*et iniustitia in eo non est.*¹⁰³

denique
uas electionis¹⁰⁴
hoc repletus affectu

Met eigen mond belijden wij
dat God, de Heer van de gehele wereld,
onze Vader is:
dat is een getuigenis
dat wij uit de staat van slavernij
zijn aangenomen
als kinderen

Dan voegen we toe:
Die in de hemel zijt.
Daarmee
beschouwen we het verblijf van het leven nu
hier op aarde
als in den vreemde,
ver weg
van onze Vader.
Hartgrondig
moeten we er ons van afkeren
en ons met het grootste verlangen
haasten
naar dat land
waarin we belijden dat onze Vader woont.
Niets mogen we toelaten
dat ons
deze belijdenis
en de adeldom van dit kindschap
onwaardig maakt;
dat zou ons als ontaarde kinderen
van het vaderlijk erfdeel
uitsluiten
en ons de toorn
van zijn gerechtigheid en gestrengheid
op de hals halen.

3. Als wij die gunst en waardigheid
van kinderen hebben bereikt,
zullen we dadelijk branden
van die liefde die een goed kind eigen is
en
onze gevoelens
niet meer op ons eigen voordeel richten,
maar totaal op de eer van onze Vader,
en Hem zeggen:
Uw naam worde geheiligd.
Zo betuigen we
dat ons verlangen,
onze vreugde,
de eer is van onze Vader.
Navolgers zijn we daarmee van Hem
die zei:
Wie uit zichzelf spreekt,
zoekt zijn eigen eer.
Wie daarentegen de eer zoekt van Degene
die hem zond,
hij is geloofwaardig
en er is geen bedrog in hem (Joh. 7,18).

Ook
het uitverkoren werktuig
was vol van dit gevoel:

etiam anathema fieri optat
a Christo,
dummodo familia
ei multiplex adquiratur
et ad gloriam sui patris
salus totius Israheliticae plebis
adcreseat.

4. securus enim optat
interire pro Christo,
qui nouit
neminem mori posse pro uita.
et iterum
*gaudemus, inquit,
quando nos infirmi sumus,
uos autem potentes estis.*¹⁰⁵

et
quid mirum
si uas electionis
pro Christi gloria
et fratrum suorum conuersione
gentis que priuilegio
anathema fieri optat
a Christo,
cum Michaeas quoque propheta
uelit se mendacem fieri
et ab inspiratione sancti spiritus
alienum¹⁰⁶,
dummodo plagas illas
et captiuitatis exitia
quae sua uaticinatione praedixerat
plebs Iudaicae nationis euadat,
*utinam, inquit, non essem
uir habens spiritum,
et mendacium potius loquerer:*

ut praetermittamus
illum legislatoris adfectum¹⁰⁷,
qui cum fratribus suis etiam perituris
non rennuit interire dicens:
*obsecro, domine,
peccauit populus iste peccatum magnum:
aut dimitte eis hanc noxam,
aut si non facis,
dele me de libro tuo
quem scripsisti.*

5. potest autem
congrue satis istud quod dicitur
sanctificetur nomen tuum
etiam taliter accipi:
sanctificatio dei
nostra perfectio est.

itaque
dicentes ei
sanctificetur nomen tuum
aliis uerbis hoc dicimus:
tales nos facito, pater,

hij wenst zelfs vervloekt
en van Christus gescheiden te zijn
als hij Hem daarmee
een talrijke stam kon verwerven,
als hij daarmee tot eer van zijn Vader
het heil van heel het volk van Israël
bevorderde.

4. Gerust durft hij wensen
onder te gaan voor Christus:
hij wist
dat niemand kan sterven voor het leven.
En hij zegt ook:
*Ik ben blij
wanneer ik zwak ben;
maar gij zijt sterk* (2Kor. 13,9).

Maar
wat verwonderen wij ons
dat het uitverkoren werktuig
voor de eer van Christus
en de bekering van zijn broeders
en de gunst van zijn volk
vervloekt
en van Christus gescheiden wenst te zijn,
als de profeet Micha
een leugenaar wil zijn,
verstoken
van de ingeving van de heilige Geest,
als het joodse volk maar ontsnapt
aan de rampen
en de ondergang der gevangenschap,
die hij in zijn profetie had voorzeggd.
*Was ik maar niet een man
die de Geest bezit, zo zegt hij,
sprak ik maar leugen* (Mi. 2,11).

En dan zwijg ik nog
over dat gevoelen van de Wetgever,
die toen zijn broeders ten onder moesten gaan,
niet weigerde tegelijk met hen om te komen.
*Ach, Heer,
het volk heeft zwaar gezondigd.
Vergeef hun deze zonde;
of, zo Gij het niet doet,
schrapp mij uit uw boek
dat Gij geschreven hebt* (Ex. 32,31-32).

5. Men kan het woord
Uw naam worde geheiligd
heel goed
ook in die zin verstaan,
dat God geheiligd wordt
door onze volmaaktheid.

En wanneer we Hem
dus zeggen
Uw naam worde geheiligd,
zeggen we met andere woorden:
Maak ons zó, Vader,

ut sanctificationem tuam
 uel intellegere quanta sit
 uel capere mereamur,
 uel certe
 ut in nostra conuersione spiritali
 sanctus appareas.

quod
 tunc efficaciter inpletur in nobis,
 quando
 uident homines opera nostra bona
 et glorificant patrem nostrum
 qui est in caelis.¹⁰⁸

XVIII. DE EO QUOD DICIT: *ADUENIAT REGNUM TUUM*
 Secunda petitio
 mentis purissimae
 aduenire iam iam que
 regnum sui patris
 exoptat,

uel istud scilicet
 quo cotidie Christus regnat in sanctis
 (quod ita fit,
 cum
 diaboli imperio
 per extinctionem faetentium uitiorum
 de nostris cordibus pulso
 deus in nobis
 per uirtutum bonam fragrantiam
 coeperit dominari
 et deuicta fornicatione
 castitas,
 superato furore
 tranquillitas,
 calcata superbia
 humilitas
 in nostra mente regnauerit),¹⁰⁹

uel certe illud
 quod praestituto tempore
 omnibus est perfectis ac dei filiis
 generaliter repromissum,
 in quo eis dicitur a Christo:
*uenite benedicti patris mei,
 possidete paratum uobis regnum
 a constitutione mundi,*
 intentis illud quodammodo obtutibus
 ac defixis
 desiderans et expectans
 dicens que ad eum:
ueniat regnum tuum.

nouit enim
 testimonio conscientiae suae,
 cum apparuerit,
 mox eius se futuram esse consortem.

dat wij begrijpen
 en beseffen
 hoe groot uw heiligheid is;
 of,
 dat uw heiligheid zich uit
 in een geestelijke levenswandel van ons.

Dit wordt
 dán metterdaad in ons vervuld,
 wanneer
 de mensen onze goede werken zien
 en onze Vader verheerlijken
 die in de hemel is (zie Mt. 5,16).

19. DE WOORDEN: *UW RIJK KOME*
 In de tweede bede
 verlangt
 de geheel zuivere geest
 dat het rijk van zijn Vader
 spoedig komt.

Hieronder kan men het rijk verstaan
 waardoor Christus dagelijks heerst in zijn heiligen.
 Dit geschiedt
 wanneer
 de macht van de duivel
 uit ons hart wordt verdreven
 door het opruimen van de kwalijk riekende ondeugden
 en God in ons
 begint te heersen
 door de goede geur van de deugden:
 wanneer we de ontucht overwinnen
 en de kuisheid
 in onze geest regeert,
 we onze drift bedwingen
 en de vrede gebiedt,
 we onze hoogmoed neerwerpen
 en de nederigheid heerst.

Men kan er ook het rijk onder verstaan
 dat tegen een vastgestelde tijd
 aan al de volmaakten en kinderen Gods
 in het algemeen is beloofd;
 waarvan Christus tot hen zal zeggen:
*Komt, gezegenden van mijn Vader,
 en ontvangt het Rijk dat voor u gereed is
 vanaf de grondvesting der wereld (Mt. 25,34).*

Met de ogen
 om zo te zeggen strak hierop gericht
 verlangt en verbeidt de geest dit rijk
 en zegt tot de Heer:
Uw Rijk kome.

Want hij weet
 door het getuigenis van zijn geweten,
 dat wanneer dit rijk verschijnt,
 hij er deelgenoot van zal zijn.

haec enim
dicere uel optare
criminosorum nullus audebit,
quia
nec uidere tribunal iudicis uolet,
quisque
sub aduentu eius
non palmam
nec praemia suis meritis,
sed poenam
nouit protinus repensandam.¹¹⁰

XX. DE EO QUOD DICIT: *FIAT UOLUNTAS TUA*

1. Tertia supplicatio
filiorum est:

*fiat uoluntas tua
sicut in caelo et in terra.*

non potest esse iam maior oratio
quam optare,
ut terrena mereantur
caelestibus coaequari.

nam
quid est aliud dicere
*fiat uoluntas tua
sicut in caelo et in terra*
quam
ut sint homines similes angelis,
et sicut uoluntas dei
ab illis inpletur in caelo,
ita etiam hi qui in terra sunt
non suam,
sed eius uniuersi faciant uoluntatem?¹¹¹

hoc quoque
nemo ex affectu dicere praeualebit
nisi is solus,
qui deum credit
omnia quae uidentur
uel aduersa uel prospera
pro nostris utilitatibus
dispensare,
magis que eum
pro suorum salute et commodis
prouidum atque sollicitum
quam nos ipsos esse
pro nobis.¹¹²

2. uel certe
taliter accipiendum:

uoluntas dei
salus omnium est
secundum illam beati Pauli sententiam:
qui omnes homines uult saluos fieri

Geen zondaar immers
al dit wagen
te zeggen of te verlangen:

iemand die van het oordeel
geen prijs
of loon voor zijn verdiensten
te verwachten heeft,
doch straf
zodra het komt,
die wenst het niet te zien.

20. DE WOORDEN: *UW WIL GESCHIEDE*

1. De derde bede van Gods kinderen
is:

*Uw wil geschiede
op aarde zoals in de hemel.*

Geen groter gebed kan er zijn
dan wensen
dat het aardse
aan het hemelse gelijk mag worden.

Want
wat zegt
*Uw wil geschiede
op aarde zoals in de hemel*
anders dan
dat de mensen gelijk mogen zijn aan de engelen,
en dat zoals Gods wil
door hen wordt volbracht in de hemel,
zo ook zij die op aarde zijn
niet hun eigen wil mogen doen,
maar allen de zijne?

Ook dit
zal niemand van harte zeggen
dan hij
die gelooft dat God
ons alles op de wereld,
voorspoed zowel als tegenspoed,
tot ons welzijn
geeft;
die gelooft dat God meer
aandacht en zorg heeft
voor het heil en de belangen van de zijnen
dan wij
voor onszelf.

2. Men kan de bede
ook aldus verstaan.

De wil van God is:
redding voor allen,
naar het woord van de heilige Paulus:
Hij wil dat alle mensen gered worden

et ad agnitionem ueritatis uenire.

de qua etiam uoluntate
Esaías propheta
ex persona dei patris
*et omnis, inquit,
voluntas mea fiet.*

dicentes ergo ei
*fiat uoluntas tua
sicut in caelo et in terra*
hoc eum aliis oramus uerbis,
ut
sicut hi qui in caelo sunt,
ita omnes qui in terra consistunt
tua, pater, agnitione
saluentur.¹¹³

XXI. DE PANE SUPERSUBSTANTIALI SIUE COTIDIANO

1. Deinde
*panem nostrum
ejpiouvsion, id est supersubstantialem
da nobis hodie,*
quod alius euangelista
cotidianum
dixit.

illud
nobilitatis ac substantiae eius
significat qualitatem,
qua scilicet
super omnes substantias sit
atque
omnes creaturas
sublimitas magnificentiae eius
ac sanctificationis
excedat,

hoc uero
proprietatem
usus ipsius atque utilitatis
expressit.
nam
cum dicit cotidianum,
ostendit
quod sine ipso
nullo die
spiritalem uitam
capere ualeamus.¹¹⁴

2. cum dicit *hodie*,
ostendit
eum cotidie esse sumendum
et hesternam praebitionem eius
non sufficere,
nisi nobis hodie quoque similiter
fuerit adtributus.

en tot kennis der waarheid komen (1Tim. 2,4).

Over deze wil
spreekt ook de profeet Jesaja,
waar hij de woorden van God de Vader geeft:
*En mijn wil
zal geheel geschieden (Jes. 46,10).*

Als wij Hem dus nu zeggen:
*Uw wil geschiede
op aarde zoals in de hemel,*
dan bidden wij met andere woorden hierom,
dat
zoals zij die in de hemel zijn,
zo ook allen op aarde
door de kennis van U, Vader,
gered mogen worden.

21. HET OVERWEZENLIJKE OF DAGELIJKSE BROOD

1. Dan volgt:
*Geef ons heden
ons ejpiouvsion: overwezenlijk
brood (Mt. 6,11),*
of,
zoals een andere evangelist zegt,
ons dagelijks brood (Lc. 11,3).

Het eerste woord
drukt de voortreffelijkheid
en het edele wezen uit van dat brood.
Het
overtreft alle wezens;

zijn verheven grootheid
en heiligheid
gaat alle schepselen
te boven.

De tweede benaming
drukt de aard
van het gebruik en het nut ervan
uit.

Doordat zij het *dagelijks* noemt,
toont ze
dat wij zonder dat brood
geen dag
geestelijk
kunnen leven.

Het woordje *heden*
toont
dat wij het dagelijks moeten nuttigen;
dat het feit dat het ons gisteren werd gegeven,
niet voldoende zou zijn
als het ons niet ook vandaag
wordt verleend.

omni que nos tempore
hanc orationem debere profundere
indigentia eius cotidiana
commoneat,
quia
non est dies
quo non opus sit nobis
huius esu ac perceptione
cor interioris nostri hominis
confirmare,¹¹⁵

licet istud
quod dicitur *hodie*
et ad praesentem uitam
possit intellegi,
id est:

dum in hoc saeculo conmoramur,
praesta nobis
hunc panem.
nouimus enim
eum his qui meruerint
a te
et in futuro
esse praestandum,
sed rogamus
ut eum nobis hodie largiaris,
quia
nisi eum percipere
quis in hac uita meruerit,
in illa eius particeps esse
non poterit.¹¹⁶

XXII. DE EO QUOD DICIT: *DIMITTE NOBIS DEBITA
NOSTRA*, et reliqua

1.

*Et dimitte nobis debita nostra
sicut et nos dimittimus debitoribus nostris.*

o ineffabilis dei clementia,
quae
non solum nobis
orationis tradidit formam
et acceptabilem sibi
morum nostrorum instituit disciplinam
ac per necessitatem
traditae formulae,
qua se praecepit a nobis semper orari,
irae pariter ac tristitiae
evellit radices,

sed etiam
occasionem rogantibus tribuit
eis que reserat uiam,
qua clemens ac pium erga se
prouocent dei iudicium promulgari,
et quodammodo potestatem tribuit

Moge het feit van deze dagelijkse behoefte
ons doen beseffen
dat we er te allen tijde
om moeten bidden:

geen dag is het niet nodig
dat wij
door het eten en ontvangen van dit brood
het hart van onze innerlijke mens
versterken.

Men kan dat woordje *heden*
echter
ook verstaan
van het tegenwoordige leven.
Dat wil zeggen:

Geef ons
zolang wij op deze wereld zijn,
dit brood.
We weten wel
dat Gij het
in de toekomst
zult geven
aan hen die dat verdienen,
maar wij vragen U
dat Gij het ons heden geeft,
want
als iemand het niet
in dit leven mag ontvangen,
zal hij er ook in het andere
geen deel aan kunnen hebben.

22. DE WOORDEN: *VERGEEF ONS ONZE SCHULD ...*
enzovoorts

1.

*En vergeef ons onze schuld
zoals wij ook aan anderen hun schuld vergeven.*

O onuitsprekelijke barmhartigheid van God!

Hij heeft ons
de wijze van bidden overgeleverd;
Hij heeft ons geleerd
hoe onze zeden Hem aangenaam kunnen zijn,
en door de verbintenis
die vervat ligt in het overgeleverde gebed
waarmee we Hem altijd moeten bidden,
heeft Hij de wortels
van de toorn en van de droefheid uitgetrokken.

Hij heeft ons door ons bidden
zelfs de kans geschonken,
de mogelijkheid geopend,
om de uitspraak van Gods barmhartig en goedgunstig
oordeel uit te lokken
en Hij geeft ons daarbij in zekere zin de macht

qua iudicis nostri possimus sententiam temperare,
ad ueniam delictorum nostrorum
exemplo eum nostrae remissionis
artantes,
dum dicimus ei:

*dimitte nobis
sicut et nos dimisimus.* ¹¹⁷

2. itaque
securus huius orationis fiducia
de suis admissis
ueniam postulabit,
quisque remissus
erga suos dumtaxat,
non erga domini sui
extiterit debitores.

solemus etenim
nonnulli,
quod est deterius,
erga illa quidem
quae admittuntur ad iniuriam dei,
quamvis magnorum sint criminum,
placidos nos et clementissimos
exhibere,
erga nostrarum uero
uel parvissimarum offensionum debita
exactores inmites atque inexorabiles
inueniri.

3. quisquis igitur
in se delinquenti fratri
non ex corde remiserit,
non indulgentiam,
sed condemnationem
deprecatione hac sibimet inpetrabit,
sua que professione
semet ipsum poscet
dirius iudicari dicens:
*remitte mihi
sicut et ego remisi.*

quod cum illi
secundum suam petitionem
fuerit repensatum,
quid aliud subsequetur
quam ut exemplo suo
inplacabili ira
et inremissa sententia
puniatur? ¹¹⁸

ideo que
si clementer uolumus iudicari,
nos quoque erga illos
qui in nos deliquerunt
oportet esse clementes.
tantum enim remittetur nobis,
quantum nos remiserimus eis
qui nobis quacumque malignitate nocuerunt.

om het vonnis van onze rechter te verzachten:
door het voorbeeld van onze eigen vergeving
dwingen we Hem
tot kwijtschelding van onze zonden,
zeggende:

*vergeef ons
zoals ook wij vergeven.*

2. Derhalve kan
al wie vergevingsgezind is,
gerust vol vertrouwen op dit gebed
vergifenis vragen
voor zijn fouten.
Vergevingsgezind wel te verstaan
voor hen die aan hemzelf iets schuldig zijn,
niet aan de Heer.

Herhaaldelijk
gebeurt immers
wat nog erger is:
dat wij ons heel welwillend en genadig
tonen
ten aanzien van
wat tot onrecht van God geschiedt,
al gaat het om grote zonden,
maar dat wij harde, onverbiddelijke eisers
zijn
inzake de kleinste beledigingen
die óns worden aangedaan.

3. Maar al wie
zijn broeder die tegen hem misdoet,
niet van harte vergeeft,
zal door dit gebed
geen vergiffenis voor zichzelf ontvangen,
doch een veroordeling;
hij zal door zijn belijdenis
vragen
om hard geoordeeld te worden:
*vergeef mij
zoals ook ik vergeven heb.*

Als hem
volgens zijn bede
wordt vergolden,
wat zal er dan anders gebeuren
dan dat hij overeenkomstig zijn eigen voorbeeld
met een onverbiddelijke toorn
en een onherroepelijk vonnis
gestraft wordt?

Willen wij derhalve
genadig geoordeeld worden,
dan moeten wij ook
genadig zijn jegens hen
die ons misdagen hebben.
Want zóveel zal ons vergeven worden
als ook wij vergeven aan hen
die ons wát voor kwaad ook hebben aangedaan.

4. quod formidantes nonnulli,
cum in ecclesia haec oratio
ab uniuersa plebe concinitur,
hunc locum taciti praetermittunt,
ne scilicet semet ipsos obligare
potius quam excusare
sua professione uideantur,
non intellegentes
quod frustra
cavillationes has
iudici omnium praetendere
moliantur,
qui quemadmodum iudicaturus sit
supplicibus suis
uoluit praemonstrare.

dum enim
erga eos
non uult inmitis
atque inexorabilis
inueniri,
formam sui iudicii
designauit,
ut
quemadmodum nos ab illo iudicari cupimus,
ita nostros fratres,
si quid in nobis deliquerint,
iudicemus,
*quia iudicium sine misericordia ei
qui non fecit misericordiam.*¹¹⁹

XXIII. DE EO QUOD DICIT: *NE INDUCAS NOS IN TEMPTATIONEM*

1. Deinde sequitur:
et ne nos inducas in temptationem,
de quo non minima nascitur quaestio.

si enim oramus
ne permittamur temptari,
et unde erit in nobis
uirtus constantiae conprobanda
secundum illam sententiam:
*omnis uir
qui non est temptatus,
non est probatus,*
et iterum:
*beatus uir
qui suffert temptationem?*

non ergo hoc sonat
ne inducas nos in temptationem,
id est:
ut non permittas
nos aliquando temptari,
sed:
ne permittas
nos in temptatione positos superari.¹²⁰

4. Er zijn er die uit vrees hiervoor,
wanneer het Onze Vader in de kerk
door het gehele volk gezongen wordt,
aan deze plaats stilzwijgend voorbijgaan,
om niet het idee te hebben
zich schuldig te maken
in plaats van zich van schuld te ontdoen.
Ze begrijpen niet
dat ze
met dergelijke spitsvondigheden
de Rechter van allen
tevergeefs een rad voor de ogen willen draaien:
Hij heeft ons
in ons gebed vooraf willen tonen
hoe Hij zal oordelen.

Omdat
Hij niet wil
dat wij Hem hard
en onverbiddelijk
zouden bevinden,
heeft Hij ons zijn wijze van oordelen
aangegeven,
opdat
wij onze broeders,
als ze iets tegen ons hebben misdaan,
precies zouden oordelen
zoals wij graag door Hem geoordeeld worden,
*want onbarmhartig zal het oordeel zijn voor hem
die geen barmhartigheid heeft bewezen* (Jak. 2,13).

23. DE WOORDEN: *EN LEID ONS NIET IN BEKORING*

1. Daarna volgt:
En leid ons niet in bekoring.
Dit houdt een niet geringe kwestie in

Als wij bidden
om niet bekoord behoeven te worden,
hoe zal dan de deugd in ons
op haar standvastigheid beproefd worden?
Het woord zegt immers:
*Een man
die geen bekoring verdragen heeft,
is niet beproefd* (Sir. 34,11);
en ook:
*Zalig de man
die de bekoring verdraagt* (Jak. 1,12).

Leid ons niet in bekoring
betekent dus niet:

Laat niet toe
dat wij ooit bekoord worden,
maar:
Laat niet toe
dat wij in de bekoring overwonnen worden.

2. temptatus est enim Iob,
sed non est inductus in temptationem.

non enim dedit
insipientiam deo
nec ad illam ad quam trahebatur
temptatoris uoluntatem
ore impio
blasphemus
intrauit.

temptatus est Abraham,
temptatus est Ioseph,
sed neuter illorum inductus est in temptationem,
quia nullus eorum
consensum praebeuit
temptatori.

denique sequitur:
sed libera nos a malo,
id est,
ne permittas
nos a diabolo temptari
supra id quod possumus,
sed fac
cum temptatione et exitum,
ut sustinere possimus.¹²¹

XXIII. DE EO QUOD NON DEBEANT ALIA POSTULARI
QUAM HAEC TANTUM, QUAE ORATIONIS DOMINICAE
MODULO CONTINENTUR¹²²

Videtur ergo
qualis nobis
ab ipso qui per illam exorandus est
iudice
orationis sit modulus et forma proposita,
in qua
nulla diuitiarum petitio,
nulla memoria dignitatum,
nulla potentatus ac fortitudinis postulatio,
nulla corporeae sanitatis
seu temporalis uitae mentio
continetur.

nihil enim caducum
uult a se,
nihil uile,
nihil temporale
aeternitatem conditor
inplorari.

itaque
magnificentiae eius ac munificentiae
maximam inrogabit iniuriam,
quisque
his sempiternis petitionibus praetermissis

2. Job bijvoorbeeld is bekoord,
maar niet in bekoring geleid.

Want hij heeft geen onvertogen woord
tot God gericht (vgl. Job 1,22)
en hij ging niet
door goddeloze,
lasterlijke taal in
op de wil van de bekoorder
waarnaar hij getrokken werd.

Abraham is bekoord,
Jozef is bekoord,
maar geen van beiden zijn zij in bekoring geleid,
omdat zij geen van beiden
aan de bekoorder
hun instemming hebben gegeven.

Ten slotte staat er:
Maar verlos ons van de Kwade,
dat is:
Laat niet toe
dat wij door de duivel
boven onze krachten bekoord worden,
maar bepaal
met de bekoring ook het einde,
zodat wij ze kunnen doorstaan (1Kor. 10.13).

24. GEEN ANDERE DINGEN MOET MEN VRAGEN DAN
ALLEEN WAT IN DE FORMULE VAN HET GEBED DES HEREN
VERVAT LIGT

Zo ziet ge
wat voor model en vorm van gebed
ons gegeven wordt
door de Rechter zelf
die we ermee moeten bidden.

Geen vraag om rijkdom,
geen gedachte aan waardigheden,
geen verlangen naar macht of kracht,
geen vermelding van lichamelijke gezondheid
of van het tijdelijke leven.

Hij die de eeuwigheid gegrond heeft,
wil niet dat wij Hem om
iets tijdelijks,
iets vergankelijkjs,
iets minderwaardigs
vragen.

Men doet dus
zijn grootheid en goedheid
de grootste belediging aan
als men
deze beden die het eeuwige betreffen, achterwege laat

transitorium aliquid et caducum
 ab eo maluerit postulare,
 et offensam potius
 quam propitiationem
 iudicis sui
 vilitate orationis
 incurret.¹²³

en liever vraagt
 om iets voorbijgaands en vergankelijk.
 Door een dergelijk minderwaardig gebed
 zal men bij de Rechter
 eerder ongenade
 dan verzoening
 vinden.

XXV. DE QUALITATE SUBLIMIORIS ORATIONIS¹²⁴

Haec igitur oratio
 licet omnem uideatur
 perfectionis plenitudinem continere,
 utpote quae
 ipsius domini auctoritate
 uel initiata sit
 uel statuta,
 prouehit tamen
 domesticos suos
 ad illum praecelsiorem
 quem superius commemorauimus
 statum
 eos que
 ad illam igneam
 ac perpaucis cognitam uel expertam,
 immo ut proprius dixerim ineffabilem
 orationem
 gradu eminentiore
 perducit,
 quae
 omnem transcendens humanum sensum
 nullo non dicam sono uocis
 nec linguae motu
 nec ulla uerborum pronuntiatione
 distinguitur,¹²⁵
 sed quam
 mens
 infusione caelestis illius luminis inlustrata
 non humanis atque angustis
 designat eloquiis,
 sed conglobatis sensibus
 uelut de fonte quodam copiosissimo
 effundit ubertim
 atque ineffabiliter
 eructat ad deum,
 tanta promens
 in illo breuissimo temporis puncto,
 quanta
 nec eloqui facile
 nec percurrere mens
 in semet ipsam reuersa
 praeualeat.¹²⁶

25. EEN HOGER GEBED
 Het ziet er dus naar uit
 dat dit gebed
 wel alle volmaaktheid bevat:
 het gezag van de Heer
 heeft het immers zelf
 ingevoerd
 en voorgeschreven.
 Het verheft echter
 hen die ermee vertrouwd zijn,
 óók tot die hogere
 staat
 waarover wij boven gesproken hebben;
 het brengt
 hen
 op een hoger plan
 tot dat vlamme
 gebed,
 dat maar zo weinigen kennen en ervaren,
 en dat, om het precies te zeggen, onuitsprekelijk is.

Dit gaat alle menselijk voelen te boven;
 er is geen enkel stemgeluid
 of beweging van de tong
 of uitspraak van woorden
 meer te onderscheiden.

De geest
 drukt het niet uit
 in enge, menselijke bewoording,
 maar door een hemels licht overstraald,
 in een totale concentratie,
 laat hij het stromen
 als een overrijke bron
 en stort het uit voor God
 op een onuitsprekelijke manier.
 In het uiterst korte ogenblik dat dit gebed duurt,
 brengt de geest zoveel uit
 dat hij het,
 weer tot zichzelf gekomen,
 nauwelijks onder woorden kan brengen
 of in gedachten nagaan.

2. quem statum
 dominus quoque noster
 illarum supplicationum formula,
 quas
 uel solus in monte secedens

2. Van deze toestand
 heeft ook onze Heer
 een verwant beeld gegeven
 in het gebed
 dat Hij

uel tacite
fudisse describitur,
similiter
figurauit,
cum
in orationis agonia constitutus
etiam guttas sanguinis
inimitabili intentionis profudit exemplo.¹²⁷

heeft verricht,
alleen en afgezonderd op de berg,
of in stilte,
of ook
toen Hij
in zijn doodsstrijd bad,
waarbij Hij – onnavolgbaar voorbeeld van intensiteit –
zelfs bloeddruppels zweette (vgl. Lc. 22,44).

XXVI. DE DIUERSIS CONPUNCTIONUM CAUSIS¹²⁸

1. Quis uero possit
diuersitates
et causas ipsas
atque origines
conpunctionum
quantalibet experientia praeditus
sufficienter exponere,
quibus inflammata mens atque succensa
ad orationes puras ac feruentissimas
incitatur?¹²⁹

quarum pauca,
quantum potuerimus
ad praesens
per inluminationem domini reminisci,
exempli gratia proponemus.

nonnumquam etenim
psalmi cuiuscumque uersiculus
occasionem orationis ignitae
decantantibus nobis
praebuit.¹³⁰

interdum
canora fraternae uocis modulatio
ad intentam supplicationem
stupentium animos
excitauit.¹³¹

2. nouimus quoque
distinctionem grauitatem que
psallentis
etiam adstantibus
plurimum contulisse feruoris.¹³²

nec non
exhortatio
uiri perfecti
et conlatio spiritalis
frequenter
ad uberrimas preces
iacentium erexit affectum.¹³³

scimus etiam
fratris seu cari cuiuslibet
interitu

26. DE VERSCHILLENDE AANLEIDINGEN WAARDOOR IEMAND IN HET GEBED GEGREPEN KAN WORDEN

1. Wie kan,
hoeveel ervaring hij ook heeft,
enigszins voldoende uiteenzetten,
op wat voor verschillende manieren,
door hoeveel oorzaken
en gronden,
de geest getroffen kan worden,
zodat hij in vlam wordt gezet
en tot het zuivere en vurige gebed
geraakt!

Iets ervan,
voorzover ik het mij
voor het ogenblik
kan herinneren,
zal ik geven bij wijze van voorbeeld.

Soms
vormde
een vers van een of andere psalm
die ik zong,
aanleiding tot een gebed van vuur.

Andere keren
zette de welluidende stem van een medebroeder
een bewonderend gemoed
aan
tot intens gebed.

2. Ik heb het meegemaakt
dat de waardigheden de ernst
waarmee iemand psalmodieerde,
ook de omstanders
tot grote vurigheid bracht.

Vaak
ook
wekte een aansporing
of een geestelijk gesprek
van een volmaakt man
ontmoedigde harten op
tot een overvloeiend gebed.

Ik heb voorts ervaren
dat ik door de dood
van een broeder of van een dierbare

non minus nos
ad plenam conpunctionem
fuisse raptatos.¹³⁴

recordatio quoque
teporis ac neglegentiae nostrae
nonnumquam nobis
salutarem spiritus invexit ardorem.¹³⁵

atque in hunc modum
nulli dubium est
occasiones innumeras
non deesse,
quibus per dei gratiam
tepor ac somnolentia nostrarum mentium
ualeat
excitari.¹³⁶

XXVII. DE UARIIS CONPUNCTIONUM
QUALITATIBUS¹³⁷
Quemadmodum uero
uel quibus modis
istae ipsae conpunctiones
de intimis animae conclauibus
proferantur,
non minoris difficultatis est
indagare.¹³⁸

frequenter enim
per ineffabile gaudium
et alacritatem spiritus
saluberrimae conpunctionis
fructus emergit,
ita
ut etiam in clamores quosdam
intolerabilis gaudii immensitate
prorumpat
et cellam uicini
iucunditas cordis
et exultationis penetret magnitudo.¹³⁹

nonnumquam uero
tanto silentio
mens
intra secretum profundae taciturnitatis
absconditur,
ut omnem penitus sonum uocis
stupor subitae inluminatiois
includat
omnes que sensus
adtonitus spiritus
uel contineat intrinsecus
uel amittat
ac desideria sua
gemitibus inenarrabilibus
effundat ad deum.¹⁴⁰

niet minder
gegrepen kon worden
in een totaal gebed.

Ook de herinnering
aan mijn lauwheid en nalatigheid
heeft me soms
een weldadige vurigheid van geest gebracht.

Zo staat het dus
buiten twijfel
dat het ons niet ontbreekt
aan talloze gelegenheden,
die door Gods genade
de lauwheid en luiheid van onze geest
vermogen
wakker te schudden.

27. DE VERSCHILLENDE VORMEN
VAN VURIG GEBED
Het is niet moeilijk
na te gaan,
hóe,
in wat voor vorm,
die vurige gebeden
uit de binnenkamer van de ziel
te voorschijn komen.

Dikwijls
brengt de geest
de weldadige vruchten van een vurig gebed
voort
in onuitsprekelijke vreugde en blijdschap,
zózeer
dat hij zelfs kreten
doet slaken
van onverdraaglijke, onmetelijke blijdschap
en dat de vreugde van het hart
en de grote jubel
dóórdringen tot in de cel van de buurman.

Soms echter
wordt de ziel
gehuld
in het geheim van een grote stilte
en een diep zwijgen:
de plotselinge verlichting
doet dan de stem totaal
verstommen,
de geest raakt in verrukking,
alle gevoelens
houdt hij in
of geeft hij geheel op
en in onuitsprekelijke verzuchtingen
stort hij zijn verlangens
uit bij God.

interdum uero
 tanta conpunctionis abundantia
 ac dolore
 suppletur,
 ut alias eam digerere
 nisi lacrimarum evaporatione
 non possit.¹⁴¹

Soms ook
 wordt de geest
 zó hevig getroffen,
 door zo'n vloed van smart vervuld,
 dat hij het niet anders
 dan door tranen
 kan verwerken.

XXVIII. INTERROGATIO DE EO QUOD NON SIT IN
 NOSTRA POTESTATE PROFUSIO LACRIMARUM

1. Germanus:

Hunc equidem conpunctionis affectum
 ex parte aliqua
 mea quoque exiguitas
 non ignorat.

28. VRAAG OVER HET FEIT DAT WIJ NIET NAAR BELIEVEN
 OVER DE GAVE DER TRANEN BESCHIKKEN

1. Germanus:

Deze gevoelens van gegrepenheid
 zijn mij,
 hoe klein ik ook ben,
 toch niet onbekend.

frequenter enim
 recordatione delictorum meorum
 obortis lacrimis
 ita sum
 hoc ineffabili
 ut praefatus es gaudio
 uisitante domino
 uegetatus,
 ut desperare me illorum ueniam
 non debere
 laetitiae ipsius magnitudo
 dictaret.

Dikwijls
 kwamen bij de herinnering van mijn zonden
 de tranen
 en werd ik
 door het bezoek van de Heer
 zózeer tot die onuitsprekelijke vreugde
 waarvan gij spreekt,
 opgewekt,
 dat de grote blijdschap zelf
 me gebod
 niet aan de vergeving
 te wanhopen.

quo statu reor
 nihil esse sublimius,
 si reparatio eius
 nostro subiaceret arbitrio.¹⁴²

Ik geloof
 dat niets boven deze toestand zou gaan
 als wij hem naar believe
 konden oproepen.

2. nam

nonnumquam cupiens
 ad similem me lacrimarum conpunctionem
 totis uiribus
 excitare
 omnes que errores meos atque peccata
 ante oculos statuens
 ubertatem illam fletuum reuocare
 non possum,
 et ita
 oculi mei
 in modum cuiusdam durissimae silicis
 praedurantur,
 ut nulla prorsus ex eis umoris gutta
 destillet.

2. Maar

soms wens ik
 die tranen van berouw
 in mij op te wekken
 met heel mijn kracht
 en stel ik mij al mijn fouten en zonden
 voor ogen
 zonder dat het mij evenwel gelukt
 te schreien;

mijn ogen
 blijven hard
 als steen,
 geen traan
 bevochtigt mijn gelaat.

et ideo
 quantum mihi
 in illa lacrimarum profusione
 congaudeo,
 tantum doleo
 quod illam,
 cum uoluero,

Enerzijds
 dus
 verheug ik mij
 in die tranen,
 maar anderzijds doet het mij tegelijkertijd verdriet
 dat ik ze niet
 te voorschijn kan roepen

recuperare non possum.¹⁴³

XXVIII. RESPONSIO DE DIVERSITATE
CONPUNCTIONUM QUAE PER LACRIMAS
DIGERUNTUR¹⁴⁴

1. Isaac:

Non omnis lacrimarum profusio
uno adfectu
uel una uirtute
depromitur.

aliter enim
ille emanat fletus,
qui peccatorum spina
cor nostrum compungente
profertur,
de quo dicitur:

*laboraui in gemitu meo,
lauabo per singulas noctes lectum meum:
lacrimis stratum meum rigabo,*

et iterum:

*deduc quasi torrentem lacrimas
per diem et per noctem:
et non des requiem tibi,
neque taceat
pupilla oculi tui.*¹⁴⁵

aliter
qui de contemplatione aeternorum bonorum
et desiderio futurae illius claritatis
exoritur,
pro qua etiam
uberiores lacrimarum fontes
de intolerantia gaudii
et alacritatis immensitate
prorumpunt,
dum sitit anima nostra
ad deum fortem vivum dicens:

*quando ueniam
et apparebo ante conspectum dei?
fuerunt mihi lacrimae meae panis
die ac nocte,*

cum heulatu cotidie
et lamentatione proclamans:

*heu mihi,
quod incolatus meus
prolongatus est,*

et:

*multum incola fuit
anima mea.*¹⁴⁶

3. aliter profluunt lacrimae,
quae absque ulla quidem
letalium criminum
conscientia,
sed tamen
de metu gehennae
et terribilis illius iudicii recordatione
procedunt,
cuius terrore propheta percussus

wanneer ik dat wil.

29. ANTWOORD: DE VERScheidenHEID VAN DE
GEVOELENS DIE ZICH IN TRANEN UITEN

1. Isaäk:

Niet alle tranen
zijn het gevolg
van één gevoelen
of van één deugd.

De ene keer
vloeien ze
omdat onze zonden
ons steken
als dorens.

Daarvan wordt gezegd:

*Ik ben afgetobd door mijn kreunen;
elke nacht besproei ik mijn sponde,
bevochtig ik mijn kussen met tranen (Ps. 6,7);*

en:

*Laat tranen stromen als een beek,
overdag en des nachts.
Gun u geen rust,
en de pupil van uw oog
kome niet tot stilte (Kl. 2,18).*

Een andere keer
komen ze op
door de beschouwing van de eeuwige goederen
en het verlangen naar de toekomstige heerlijkheid.
In dit geval
stromen de tranen overvloediger,
wegens de ondraaglijke vreugde,
de mateloze blijdschap.

Dan dorst onze ziel
naar de machtige levende God, zeggend:

*Wanneer zal ik komen
en verschijnen voor Gods aanschijn?
Dag en nacht
zijn tranen mijn brood (Ps. 42,3-4).*

Jammerend

en klagend roept zij dagelijks:

*Wee mij,
dat mijn verblijf in den vreemde
zo lang is (Ps. 120,5).*

*Ver weg
moet ik wonen (Ps. 120,6).*

3. Weer anders vloeien de tranen
waarbij men weliswaar
geen enkele dodelijke zonde
op zijn geweten heeft,
maar die toch
voortkomen
uit de vrees voor de hel
en de gedachte aan het verschrikkelijk oordeel.
De profeet, door deze vrees geslagen,

orat ad deum

*non intres, inquiens,
in iudicio cum seruo tuo:
quia non iustificabitur
in conspectu tuo
omnis uiuens.*¹⁴⁷

est etiam

aliud lacrimarum genus,
quod non pro sua conscientia,
sed pro aliena durtia
peccatis que
generatur:

quo Samuhel
Saulem,

quo illam quoque ciuitatem Hierusalem
uel dominus in euangelio
uel in praeteritis Hieremias
fleuisse
describitur,
ita dicens:

*quis dabit capiti meo aquam,
et oculis meis fontem lacrimarum?
et plorabo
in die et in nocte
interfectos filiae populi mei.*¹⁴⁸

4. uel certe

quales illae sunt lacrimae,
de quibus in psalmo centesimo primo canitur:
*quia cinerem sicut panem manducaui,
et poculum meum cum fletu miscebam.*

quas

certum est
non illo adfectu promi,
quo in sexto psalmo
ex persona paenitentis
emergunt,
sed pro anxietatibus uitae huius
atque angustis
et aerumnis,
quibus iusti in hoc mundo positi
deprimuntur.

quod etiam

psalmi ipsius
non solum textus,
sed etiam titulus
euidenter ostendit,
qui

ex persona pauperis illius
de quo in euangelio dicitur:
*beati pauperes spiritu,
quoniam ipsorum est regnum caelorum,*
ita describitur:

*oratio pauperis,
cum anxius fuerit,
et coram deo*

bidt aldus tot God:

*Treedt niet
in het gericht met uw dienstknecht,
want geen levende
is voor uw aanschijn
rechtvaardig (Ps. 143,2).*

Voorts

zijn er nog de tranen
die niet voor eigen geweten
vergoten worden,
maar voor de hardnekkigheid
en zonden van anderen.

Zo staat er
van Samuel

dat hij weende om Saul (vgl. 1Sam. 15,35).
In het evangelie weent de Heer
om de stad Jeruzalem (vgl. Lc. 19,41 e.v.),
zoals Jeremia dit reeds in het verleden
had gedaan:

*Wie zal mijn hoofd een watervloed geven
en mijn ogen een tranenbron? Dan zal ik
dag en nacht
de doden van de dochter van mijn volk
bewenen (Jer. 9,1).*

4.

Dat zijn ook de tranen
waarvan in psalm 102 sprake is:
*want ik eet as als brood,
en met tranen meng ik mijn drank (Ps. 102,10).*

Hier komen

de tranen
niet voort
uit gevoelens van berouw,
zoals in psalm 6
het geval is,
maar uit de benauwenissen van dit leven,
uit de angsten
en ellenden
die de rechtvaardige in deze wereld
drukken.

Dit

toont
niet alleen de tékst
van genoemde psalm 102,
maar ook het opschrift.

Dat spreekt over de arme
van wie in het evangelie wordt gezegd:

*Zalig de armen van geest,
want aan hen behoort het rijk der hemelen (Mt. 5,3).*

Het luidt als volgt:

*Gebed van een arme,
als hij benauwd wordt
en hij voor God*

*effuderit precem suam.*¹⁴⁹

XXX. DE EO QUOD ELICI NON DEBEANT LACRIMAE,
QUANDO NON SPONTANEA PROFERUNTUR¹⁵⁰

1. Ab his ergo lacrimis
multum distant illae
quae obdurato corde
de siccis oculis
exprimuntur.

quas licet
non penitus infructuosas esse
credamus
(bono enim proposito
earum adtemptatur emissio,
ab his praesertim
qui necdum
uel ad scientiam peruenire perfectam
uel
pristorum seu praesentium uitiorum
potuerunt ad purum
labe
mundari),¹⁵¹

ab his tamen
qui in affectum iam transiere uirtutum
nequaquam debet hoc modo extorqueri
profusio lacrimarum
nec exterioris hominis
magno opere
adfectandi sunt
fletus,
qui
etiamsi fuerint utcumque producti,
numquam pertingere
illam spontanearum lacrimarum
poterunt ubertatem.

2. Magis enim
supplicantis animum
suis conatibus
detrahentes
humiliabunt
atque ad humana
demergent
et ab illa caelesti sublimitate
deponent,
in qua adtonita
mens orantis
indeclinabiliter
debet esse
defixa,
eamque conpellent
precum suarum intentione laxata
erga steriles et coacticias
lacrimarum guttulas
aegrotare.¹⁵²

zijn jammerklacht uitstort (Ps. 102,1).

30. MEN MOET GEEN TRANEN TRACHTEN OP TE WEKKEN
WANNEER ZE NIET SPONTAAN KOMEN

1. Een groot verschil met deze tranen
vormen die
welke men uitperst
uit droge ogen
bij een ongevoelig hart.

Wij zijn niet van mening
dat ze helemáál onvruchtbaar zijn.
Ze worden immers
met goede bedoeling beproefd,
vooral door hen
die nog niet
tot de volmaakte kennis zijn weten te komen
en nog niet
geheel
van de smet
van hun vroegere of tegenwoordige ondeugden
zijn gezuiverd.

Maar laten degenen
die al tot de liefde voor de deugden zijn gekomen,
zich een dergelijk geweld
niet aandoen;
zij moeten de tranen
van de uitwendige mens
niet kunstmatig
zoeken;

als zij ze al voortbrengen,
dan zullen ze
toch nooit kunnen worden
tot die spontane overvloed van tranen.

2. Neen,
eerder zal de inspanning
die men ervoor doen moet,
de geest van hem die zo bidt
naar beneden trekken;
zij zal hem tot het menselijke
vernederen,
aftrekken
van de hemelse hoogte
waarop hij
in zijn bezieling
onveranderlijk
moet
blijven;
zij zal hem dwingen
de intensiteit van zijn gebed te minderen
om zich te vermoeien
met een paar onvruchtbare,
geforceerde tranen.

XXXI. SENTENTIA ABBATIS ANTONII
SUPER ORATIONIS STATU¹⁵³

Et ut orationis uerae
percipiatis adfectum,
non meam
uobis,
sed beati Antoni sententiam
proferam.

quem
ita nonnumquam in oratione
nouimus perstitisse,
ut eodem in excessu mentis
frequenter orante
cum solis ortus coepisset infundi,
audierimus eum
in feruore spiritus proclamantem:
 quid me inpedis, sol,
 qui ad hoc iam oreris,
 ut me ab huius ueri luminis
 abstrahas claritate?

cuius etiam
haec quoque est
super orationis fine
caelestis
et plus quam humana sententia:
 non est, inquit,
 perfecta oratio,
 in qua se
 monachus
 uel hoc ipsum quod orat
 intellegit.¹⁵⁴

et
ut nos quoque
secundum mensuram tenuitatis nostrae
huius admirandae sententiae
superadicere aliquid audeamus,
orationis quae exauditur a domino,
in quantum experti sumus,
indicia proferemus.¹⁵⁵

XXXII. DE EXAUDITIONIS INDICIO¹⁵⁶

Cum orantes nos
nulla interpellauerit
haesitatio
et fiduciam petitionis nostrae
quadam desperatione
deiecerit,
sed
obtinuisse nos
ipsa orationis effusione
quod poscimus
senserimus,

31. EEN WOORD VAN ABT ANTONIUS
OVER DE AARD VAN HET GEBED

Om u te doen gevoelen
wat het ware gebed is,
zal ik u
geen woord van mijzelf,
maar van de zalige Antonius
citeren.

Deze
bleef
zo lang in gebed,
dat hij vaak in geestverrukking
nog aan het bidden was
wanneer de zon begon op te komen:
ik hoorde hem dan
in het vuur van zijn geest uitroepen:
 Waarom hindert gij mij, zon?
 Komt gij nu al op
 om mij van het heldere,
 ware licht af te trekken!

Van hem
is ook
dit hemelse
en meer dan menselijke woord
over het toppunt van het gebed:
 Niet volmaakt
 is het gebed
 waarin de monnik
 zich bewust is
 van zichzelf
 of van het feit dat hij bidt.

En
om het nu te wagen
aan dit bewonderenswaardig woord
iets toe te voegen
van eigen kleine maat,
zal ik u de tekenen
van gebedsverhoring door de Heer aangeven,
inzover ik ze ervaren heb.

32. HET TEKEN VAN DE VERHORING

Wanneer bij ons gebed
geen enkele aarzeling
tussenbeide komt,
geen zekere twijfel
onze vraag haar vertrouwen
ontneemt:
wanneer wij integendeel
door de stroom zelf van ons gebed
voelen
dat we verkregen hebben
wat we vragen:

non ambigamus
preces nostras
ad deum
efficaciter penetrasse.

tantum enim
quis exaudiri
atque obtinere merebitur,
quantum
uel inspicere se a deo
uel deum crediderit posse praestare.¹⁵⁷
inretractabilis namque
est domini nostri illa sententia:
*quaecumque orantes petitis,
credite quia accipietis,
et ueniet uobis.*

betwifelen we dan niet
dat ons gebed
met goed gevolg
tot God is doorgedrongen.

Want in die mate
zal iemand verhoord worden
en verkrijgen,
waarin hij gelooft
dat God naar hem ziet
en dat God machtig is te schenken.
Onherroepelijk
is dit woord van de Heer:
*Alles wat ge in het gebed vraagt,
geloof dat ge het verkrijgt,
en ge zult het verkrijgen (Mc. 11,24).*

XXXIII. OBJECTIO, QUIA PRAEDICTAE EXAUDITIONIS
FIDUCIA TANTUMMODO SANCTIS CONUENIAT¹⁵⁸

Germanus:

Hanc exauditionis fiduciam
nimirum de conscientiae puritate
credimus emanare.

33. OPWERPING : HET VERTROUWEN VERHOORD TE ZIJN
KOMT ALLEEN AAN DE HEILIGEN TOE

Germanus:

Dit vertrouwen verhoord te zijn
komt, menen wij, voort
uit de zuiverheid van geweten.

ceterum nos,
quorum cor adhuc
peccatorum spina
conpungit¹⁵⁹,
quemadmodum eam habere possumus
nullis patrocinantibus meritis,
quibus exaudiendas orationes nostras
fiducialiter¹⁶⁰ praesumamus?¹⁶¹

Maar
ons
steken nog
de dorens van de zonde:
hoe zouden wij dan die zekerheid kunnen hebben?
We hebben geen verdiensten
om het vertrouwen te rechtvaardigen
dat onze gebeden verhoord zullen worden.

XXXIII. RESPONSIO DE DIUERSIS EXAUDITIONUM
CAUSIS¹⁶²

1. Isaac:

Diuersas
exauditionum causas esse
secundum
animarum
diuersum ac uarium statum¹⁶³
euangelica siue prophetica testantur eloquia.¹⁶⁴

34. ANTWOORD: DE VERSCHILLENDE OORZAKEN VAN
GEBEDSVERHORING

1. Isaäk:

Er zijn verschillende
oorzaken van gebedsverhoring,
naargelang
de verschillende en afwisselende gesteltenissen
van de zielen;
zo getuigen de evangelieën en de profeten.

habes enim
in duorum consensione¹⁶⁵
fructum exauditionis
dominica uoce
signatum secundum illud:
*si duo ex uobis consenserint super terram
de omni re quamcumque petierint,
fiet illis a patre meo
qui in caelis est.*

Zo bevat bijvoorbeeld
de eensgezindheid van twee mensen
de vrucht der verhoring;
de Heer
heeft het gezegd:
*Wanneer twee van u eensgezind op aarde
iets vragen – het moge zijn wat het wil –
zullen zij het verkrijgen van mijn Vader
die in de hemel is (Mt. 18,19).*

habes aliam

Andere oorzaken vindt ge:

in fidei plenitudine¹⁶⁶
 quae grano senapis
 comparatur.

*si enim habueritis, inquit,
 fidem sicut granum senapis,
 dicetis monti huic:
 transi hinc,
 et transibit,
 et nihil impossibile erit
 uobis.*

2. habes
 in adsiduitate orationum¹⁶⁷,
 quam propter indefessam
 petitionum perseuerantiam
 inportunitatem
 sermo dominicus nominauit:
*amen enim dico uobis,
 quia si non propter amicitiam,
 uel propter inportunitatem eius surget
 et dabit ei
 quantum opus habuerit.*

habes
 in elemosynarum fructu¹⁶⁸:
*include, inquit,
 elemosynam in corde pauperis,
 et ipsa exorabit pro te
 in tempore tribulationis.*

habes
 in emendatione uitae
 et operibus misericordiae¹⁶⁹
 secundum illud:
*dissolve conligationes inpietatis,
 solve fasciculos deprimentes.*

3. et post pauca
 quibus infructuosi ieiunii
 sterilitas castigatur:
*tunc, inquit,
 inuocabis,
 et dominus exaudiet te:
 clamabis,
 et dicet:
 ecce adsum.*

nonnumquam sane exaudiri
 etiam tribulationum nimietas¹⁷⁰
 facit
 secundum illud:
*ad dominum
 cum tribularer
 clamaui:
 et exaudiuit me,*
 et iterum:
*ne adflixeritis
 aduenam,
 quia si clamauerit ad me,
 exaudiam eum,*

in de volheid van het geloof
 dat met het mosterdzaadje
 wordt vergeleken.
*Als gij geloof hebt
 als een mosterdzaadje, zo staat er,
 dan kunt ge tot deze berg zeggen:
 Verplaats u van hier,
 en hij zal zich verplaatsen;
 en niets zal u
 onmogelijk zijn (Mt. 17,20);*

2.
 in het volhouden van het gebed:
 dit onvermoeibaar
 aanhouden met vragen
 heeft het woord van de Heer
 lastigheid genoemd.
*Ik zeg u:
 als hij al niet uit vriendschap zal opstaan,
 dan toch wegens de lastigheid van de ander,
 en hem alles geven
 wat hij nodig heeft (Lc. 11,8);*

in de vrucht van de aalmoes.
*Sluit uw aalmoes, staat er,
 in het hart van de arme,
 en zij zal voor u bidden
 in de tijd van beproeving (Sir. 29,15);*

in de betering van leven
 en de werken van barmhartigheid,
 volgens dit woord:
*Slaakt de zondige boeien,
 neemt af de drukkende lasten (Jes. 58,6),*

3. en na enkele zinnen,
 waarin hij de nutteloosheid
 van een onvruchtbaar vasten hekelt,
 zegt de profeet:
*Dan zult ge Hem aanroepen
 en de Heer zal u verhoren;
 om hulp smeken
 en Hij zal u zeggen:
 Hier ben ik (Jes. 58,9).*

Ten slotte wordt het gebed
 soms eenvoudig verhoord
 omdat de nood te hoog wordt,
 volgens dit woord:
*Tot de Heer
 riep ik
 in mijn nood,
 en Hij heeft mij verhoord (Ps. 120,1).*
 En dit andere:
*De vreemdeling
 moogt ge niet verdrukken,
 want als hij tot Mij roept,
 zal Ik hem verhoren;*

quia misericors sum.

uidetis ergo
quot modis
obtaineatur
exauditionis gratia,
ut nullus
ad inpetranda ea
quae salutaria sunt
et aeterna
conscientiae suae desperatione
frangatur.¹⁷¹

4. ut enim
miseriarum nostrarum contemplatione
concedam
nos omnibus
quas supra memorauimus
penitus destitutos esse
uirtutibus¹⁷²
et
nec illam nos habere
laudabilem duorum consensionem
nec illam fidem
grano senapis comparatam
nec illa opera pietatis¹⁷³
quae propheta describit,

num uel inportunitatem¹⁷⁴
quae omni uolenti
subpeditat
habere non possumus,
per quam etiam solam
datum se dominus
quidquid oratus fuerit
repromittit?

et idcirco
absque haesitationis infidelitate
precibus insistendum est¹⁷⁵
obtenturos que nos
earum iugitate
cuncta quae
secundum deum
poposcerimus
minime dubitandum.¹⁷⁶

5. Hortatur enim nos dominus
volens ea
quae sunt aeterna caelestiaque
praestare,
ut eum
inportunitate nostra
quodammodo coartemus,
qui inportunos
non modo non despicit
nec refutat,
sed etiam invitat
et laudat,
eisque

want Ik ben barmhartig (Ex. 22,21.27).

Ge ziet dus
op hoeveel manieren
de genade van de verhoring
verkregen wordt.
Daarom mag niemands geweten
wanhopen
en het onmogelijk achten
de dingen te verwerven
die betrekking hebben op het heil
en de eeuwigheid.

4. Het is waar:
naar onze ellende kijkend
geef ik toe
dat wij van alle
bovengenoemde
deugden
totaal verstoken zijn
:
we hebben niet
de lofwaardige eensgezindheid,
geen geloof
als van het mosterdzaadje,
geen goede werken
zoals de profeet die beschrijft.

Maar lastig zijn,
kunnen wij dát niet?
Dat ligt binnen het bereik
van ieder die wil.
En de Heer heeft beloofd
dat Hij zelfs enkel om die reden
alles zal geven
waarom men Hem bidt.

Zonder aarzeling derhalve
die ongeloof betekent
moeten we volhouden met bidden;
we mogen er volstrekt niet aan twijfelen
dat wij
door het voortdurend gebed
al wat wij vragen
verkrijgen,
als het overeenstemt met God.

5. De Heer,
die ons het eeuwige en hemelse
wil schenken,
spoort ons aan
om Hem
door onze lastigheid
als het ware te dwingen;
Hij keert zich niet af
van de lastigen,
weigert hen niet; integendeel,
Hij komt hun tegemoet,
Hij prijst hen,
Hij belooft hun

praestitutum se
quidquid perseveranter speraverint
benignissime
pollicetur
dicens:

*petite, et accipietis:
quaerite, et invenietis:
pulsate, et aperietur vobis,
omnis enim qui petit accipit,
et qui quaerit inuenit,
et pulsanti aperietur,*

et iterum:

*omnia quaecumque
petieritis in oratione
credentes
accipietis,
et nihil impossibile erit uobis.*¹⁷⁷

6. et idcirco
si cunctae nos
exauditionum
quas praediximus causae
omnino deficiunt,
saltem animet
inopportunitatis instantia¹⁷⁸,
quae absque ulla
vel meriti uel laboris difficultate
in cuiuscumque uolentis sita est potestate.

pro certo autem
non exaudiendum se
supplicans quisque non dubitet,
cum se dubitauerit exaudiri.¹⁷⁹

quod autem
infatigabiliter sit domino supplicandum,
etiam illo beati Danihelis docemur exemplo,
quod exauditus a prima die
qua coepit orare
post primum et uicensimum diem
consequitur suae petitionis effectum¹⁸⁰.

unde nos quoque
non debemus
a coepta
orationum nostrarum intentione
cessare¹⁸¹,
si nos exaudiri tardius
senserimus,
ne forte
aut exauditionis gratia
dispensatione domini
utiliter differatur
aut angelus
diuinum ad nos beneficium delaturus
a facie omnipotentis
egressus
resistente diabolo
demoretur:
quem certum est

vol mildheid
dat Hij hun
alles zal schenken
wat ze met volharding hopen:

*Vraagt en ge zult verkrijgen;
zoekt en ge zult vinden;
klopt en men zal u opendoen.
Want al wie vraagt, verkrijgt;
wie zoekt, vindt;
en voor wie klopt, zal men openen* (Lc. 11,9-10).

En nogmaals:

*Al wat gij
in vertrouwvol gebed
zult vragen,
zult gij verkrijgen,
en niets zal u onmogelijk zijn* (Mt. 21,22; 17,20).

Al ontbreken ons
dus ook
alle redenen
die ik heb opgesomd
om verhoord te worden,
laat tenminste
het middel van lastig aandringen ons bezielen:
dat ligt zonder enig probleem
van verdienste of moeite
in het vermogen van ieder die wil.

Maar men behoeft er niet aan te twijfelen
dat men zeker níet verhoord zal worden
als men eraan twijfelt
dát men verhoord wordt.

De Heer onvermoeibaar smeken:
dat leert ons ook het voorbeeld van de heilige Daniël:
vanaf de eerste dag dat hij begon te bidden
was hij verhoord,
maar pas na de eenentwintigste dag ontving hij
het effect van zijn gebed (vgl. Dan. 10,2 e.v.).

Zo moeten
ook wij
onze toeleg
op ons eenmaal begonnen gebed
niet laten varen
als we merken
dat we niet meteen worden verhoord.
Misschien
wordt de genade van de verhoring
door een beschikking van de Heer
om ons bestwil uitgesteld;
of mogelijk wordt de engel,
die van voor het aanschijn van de Almachtige
is uitgegaan
om ons een goddelijke gunst te brengen,
door de tegenstand van de duivel
opgehouden;
en hij kan ons

transmissum
muneris desiderium
ingerere non posse,
si nos
a propositae petitionis intentione
cessasse
reppererit.¹⁸²

quod etiam
supra dicto prophetae
procul dubio
accidere potuisset,
nisi uirtute inconparabili
in primum atque uicissimum diem
orationum suarum perseuerantiam
protelasset.

8. ab huius igitur
fidei confidentia
nulla penitus desperatione
frangamur,
cum orata nostra nos obtinuisse
minime senserimus¹⁸³,
nec haesitemus
super domini sponse dicentis:
*omnia quaecumque
petieritis in oratione
credentes
accipietis.*¹⁸⁴

retractare¹⁸⁵ namque
nos conuenit
illam beati euangelistae Iohannis sententiam,
qua ambiguitas huius quaestionis
euidenter absolvitur:
*haec est, inquit, fiducia
quam habemus ad eum,
quia quidquid petierimus
secundum uoluntatem eius,
audit nos.*

9. ergo
super his
tantum plenam nos
et indubitabilem iussit
exauditionis habere fiduciam¹⁸⁶,
quae
non nostris commodis
nec solaciis temporalibus,
sed domini congruunt uoluntati.

quod etiam in oratione dominica
admiscere praecipimur dicentes
fiat uoluntas tua,
tua scilicet,
non nostra.¹⁸⁷

si enim
et illud apostoli
recordemur,

het verlangde geschenk
dat hij heeft meegekregen,
beslist niet overgeven,
als hij bevindt
dat wij
de toeleg op ons voorgenomen gebed
hebben laten varen.

Dit had
zonder twijfel
ook de profeet
kunnen overkomen,
als hij niet met een onvergelykelijke deugd
zijn gebed in volharding
had voortgezet
tot de eenentwintigste dag.

8. Laten wij ons dus niet
door de minste wanhoop
schokken
in dit gelovig vertrouwen
als we constateren
dat we niet krijgen waarom we bidden,
niet twifelen aan de belofte van de Heer:
*Al wat gij
in vertrouwwol
gebed
zult vragen,
zult gij verkrijgen* (Mt. 21,22).

We moeten
vaak denken
aan de zin van de heilige evangelist Johannes,
waarmee aan iedere onzekerheid op dit punt
een einde wordt gemaakt:
*Dit is het vertrouwen
dat wij op Hem stellen:
als wij Hem iets vragen
volgens zijn wil,
verhoort Hij ons* (1Joh. 5,14).

9.
Met deze laatste woorden zegt Sint Johannes ons
dat we alleen maar een volledig
en onwrikbaar vertrouwen
in de verhoring moeten hebben
als het gaat over zaken
die niet onze tijdelijke belangen
en voldoening dienen,
maar de wil van de Heer.

Ditzelfde laat ook het gebed des Heren
ons erbij zeggen:
Uw wil geschiede,
de úwe,
niet de onze.

En inderdaad,
laten wij ook nog denken
aan het woord van de Apostel,

quoniam
quid oremus secundum quod oportet
nescimus,
 intellegimus
 nos nonnumquam
 saluti nostrae contraria
 postulare¹⁸⁸
 et commodissime
 nobis
 ab eo
 qui utilitates nostras
 rectius quam nos
 ac ueracius intuetur
 ea quae poscimus
 denegari.

quod
 illi quoque
 magistro gentium accidisse
 non dubium est,
 cum oraret
 auferri a se
 angelum Satanae,
 qui utiliter
 ad colafizandum eum
 adpositus fuerat
 domini uoluntate,
 dicens:

propter quod
ter dominum rogauit
ut discederet a me.
et dixit mihi:
sufficit tibi
gratia mea:
nam uirtus
in infirmitate
*perficitur.*¹⁸⁹

quem sensum¹⁹⁰
 dominus etiam noster
 orans
 ex persona hominis adsumpti,
 ut formam quoque orandi nobis
 quemadmodum cetera
 suo praeberet exemplo,
 ita cum oraret
 expressit:

pater,
si possibile est,
transeat a me calix iste:
uerumtamen
non sicut ego uolo
sed sicut tu,

cum utique
 eius a patris uoluntate
 non discreparet uoluntas¹⁹¹.
 11.

uenerat enim
alvare quod perierat,
et dare animam suam

dat
wij niet weten
hoe wij behoren te bidden (Rom. 8,26),
 en we begrijpen
 at we soms
 dingen kunnen vragen
 die met ons heil in strijd zijn,
 die
 ons
 tot ons grootste voordeel
 worden geweigerd
 door Degene
 die onze belangen
 juister
 en waarachtiger kent dan wijzelf.

Dit is
 ongetwijfeld
 ook het geval geweest
 van de Apostel der heidenen,
 toen hij bad
 dat de satansengel
 van hem zou worden weggenomen,
 die hem tot zijn nut
 door de wil van de Heer
 was toegevoegd
 om hem te tuchtigen.

Tot driemaal toe,
 zegt hij,
heb ik hiervoor de Heer te hulp geroepen,
opdat hij van mij zou weggaan.
Maar Hij sprak tot mij:
Mijn genade
is u genoeg;
want de kracht
openbaart zich eerst ten volle
in zwakheid (2Kor. 12,8-9).

Deze gedachte
 heeft ook onze Heer
 uitgedrukt,
 toen Hij vanuit de mens die Hij heeft aangenomen,
 bad.
 Want Hij heeft ons ook dáárin
 een voorbeeld willen geven
 zoals in al het andere.
 Hij bad aldus:

Vader,
als het mogelijk is,
laat deze beker Mij voorbijgaan.
Echter:
niet zoals Ik wil,
maar zoals Gij wilt (Mt. 26,39).

En toch
 verschilden zijn wil niet
 van die van zijn Vader.
 11.

Want Hij was gekomen
om te redden wat verloren was
en zijn leven te geven

redemptionem pro multis,

de qua ipse dicit:

*nemo tollit animam meam a me,
sed ego pono eam a me ipso:
potestatem habeo
ponendi eam,
et potestatem habeo
iterum sumendi eam.*¹⁹²

ex cuius persona¹⁹³

super unitate uoluntatis suae
quam cum patre iugiter possidebat
per beatum quoque Dauid
in psalmo tricensimo nono
ita cantatur:

*ut facerem uoluntatem tuam:
deus meus volui.*

nam¹⁹⁴

et si de patre legimus:

*sic enim dilexit deus mundum
ut unigenitum filium suum
daret,*

et de filio nihilominus inuenimus:

*qui dedit semet ipsum
pro peccatis nostris.*

12.

et quemadmodum de illo refertur:

*qui etiam proprio filio
non pepercit,
sed pro nobis omnibus
tradidit eum,*

ita de isto narratur:

*oblatus est
quia ipse uoluit.*

et ita

patris ac filii uoluntas una
per omnia designatur,
ut etiam in ipso
resurrectionis dominicae sacramento
operatio non dissona fuisse
doceatur.

nam sicut

resurrectionem corporis eius
patrem operatum
beatus apostolus praedicat
dicens:

*et deum patrem
qui suscitauit eum a mortuis,*

ita filius

suscitaturum se
templum sui corporis
protestatur

*solvite, inquiens, templum hoc,
et ego in tribus diebus
suscitabo illud.*¹⁹⁵

13. et idcirco

als losprijs voor velen (Mt. 18,11; 20,28).

Van dit laatste zegt Hij:

*Niemand neemt Mij mijn leven af,
maar Ik geeft het uit Mijzelf.
Macht heb Ik
om het te geven
en macht
om het terug te nemen* (Joh. 10,18).

Over die eenheid van wil met de Vader,
die Hij voortdurend bezat,
zingt

de heilige David

in psalm 39,

sprekend in zijn persoon:

*om uw wil te volbrengen;
mijn God, ik wil* (Ps. 40,9).

En lezen wij enerzijds van de Vader:

*Want zozeer heeft God de wereld liefgehad,
dat Hij zijn eniggeborene zoon
gegeven heeft* (Joh. 3,16):

anderzijds vinden wij ook van de Zoon:

*Die zichzelf gegeven heeft
voor onze zonden* (Gal. 1,4).

12.

En zoals het van de Vader heet:

*Die zelfs zijn eigen Zoon
niet heeft gespaard,
maar hem voor ons allen
heeft overgeleverd* (Rom. 8,32),

zo wordt er van de Zoon gezegd:

*Geofferd is hij
omdat hij het zelf wilde* (Jes. 53,7).

De ene wil van de Vader en de Zoon
wordt in alles uitgedrukt:
ook

in het geheim van 's Heren verrijzenis
was hun werking niet verschillend.

De Vader heeft,

zo predikt de zalige Apostel,
de verrijzenis van 's Heren lichaam
bewerkt,

waar hij zegt:

*en door God de Vader,
die Hem van de doden heeft opgewekt* (Gal. 1,1).

Maar ook de Zoon getuigt

dat Hij

de tempel van zijn lichaam

zal opwekken:

*Breekt deze tempel af
en in drie dagen
zal Ik hem doen herrijzen* (Joh. 2,19).

13. En daarom,

his quae praediximus
 exemplis dominicis eruditi
 cunctas obsecrationes nostras
 simili nos quoque debemus
 oratione concludere
 et hanc uocem
 cunctis petitionibus nostris
 semper adiungere:
uerumtamen
non sicut ego uolo
*sed sicut tu.*¹⁹⁶

Satis vero constat
 illum trinae curvationis numerum,
 qui solet in congregationibus fratrum
 ad concludendam synaxin celebrari,
 eum
 qui intento animo supplicat
 observare non posse.¹⁹⁷

XXXV. DE ORATIONE INTRA CUBICULUM ET CLUSO OSTIO DEFERENDA¹⁹⁸

1. Ante omnia sane
 illud euangelicum praeceptum
 diligentius¹⁹⁹
 obseruandum est,
 ut
 intrantes in cubiculum nostrum
 cluso ostio nostro
 oremus patrem nostrum.²⁰⁰

quod a nobis ita inplebitur.

intra nostrum cubiculum supplicamus,
 cum
 ab omnium cogitationum
 sive sollicitudinum strepitu
 cor nostrum
 penitus amouentes
 secreto quodammodo
 ac familiariter²⁰¹
 preces nostras
 domino
 reseramus.²⁰²

2. clauso oramus ostio,
 cum
 strictis labiis
 omni que silentio²⁰³
 supplicamus
 non uocum,
 sed cordium scrutatori.²⁰⁴

in abscondito oramus,
 quando
 corde tantum
 et intenta mente²⁰⁵

door deze
 voorbeelden van de Heer onderricht,
 moeten ook wij al onze smekingen
 met een soortgelijk gebed
 besluiten
 en aan al onze vragen
 steeds dit woord
 toevoegen:
Echter,
niet zoals ik wil,
maar zoals Gij wilt (Mt. 26,39).

Vandaar de drievoudige buiging
 waarmee op de bijeenkomsten der broeders
 de synaxis besloten wordt.
 Maar het is wel duidelijk
 dat iemand
 die met al zijn aandacht aan het bidden is,
 daar niet op letten kan.

35. HET GEBED MOET IN DE BINNENKAMER EN MET GESLOTEN DEUREN WORDEN VERRICHT 1.

Met een zeer bijzondere ijver
 moeten we het voorschrift van het evangelie
 in praktijk brengen,
 dat we
 onze binnenkamer moeten ingaan
 en de deur sluiten
 om tot onze Vader te bidden (vgl. Mt. 6,6).

Dit moeten we doen als volgt.

We bidden in onze binnenkamer
 als we
 ons hart geheel
 van alle drukte van gedachten
 en zorgen
 afkeren
 en om zo te zeggen onder vier ogen
 in alle vertrouwelijkheid
 de Heer
 onze beden
 voorleggen.

2. We bidden met gesloten deur
 als we
 met gesloten lippen
 in alle stilte
 Hém smeken
 die niet de stemmen,
 maar de harten doorgrondt.

We bidden in het verborgene
 als we
 enkel in ons hart
 en met de toelg van onze geest

petitiones nostras
 soli pandimus deo,
 ita ut
 ne ipsae quidem aduersae ualeant potestates
 genus nostrae petitionis
 agnoscere.²⁰⁶

3. propter quod
 cum summo est orandum
 silentio²⁰⁷,
 non solum ne fratres adstantes
 nostris susurris uel clamoribus
 avocemus
 et orantium sensibus
 obstrepamus,
 sed ut ipsos quoque
 inimicos nostros,
 qui orantibus nobis maxime insidiantur,
 lateat
 nostrae petitionis intentio.

ita enim
 praeceptum illud inplebimus:
ab ea, quae dormit in sinu tuo,
*custodi claustra oris tui.*²⁰⁸

XXXVI. DE UTILITATE BREUIS AC TACITAE ORATIONIS²⁰⁹

1. Ob quod
 frequenter quidem,
 sed breuiter
 est orandum,
 ne inmorantibus nobis
 inserere aliquid
 nostro cordi
 insidiator possit inimicus.

istud namque
 est sacrificium uerum,
 quia

sacrificium deo
*spiritus contritus:*²¹⁰

haec
 salutaris oblatio,
 ista sunt pura libamina,
 istud *sacrificium iustitiae*,
 istud *sacrificium laudis*,
 hae sunt uerae ac pingues hostiae,
 ista sunt *holocaustomata medullata*,
 quae
 contritis et humiliatis cordibus
 offeruntur,
 quae quae
 hac qua diximus
 disciplina et intentione spiritus
 exhibentes
 efficaci poterimus uirtute

onze beden
 aan God alleen kenbaar maken,
 zodat
 de vijandige machten er niet eens in slagen
 de aard van onze beden
 te achterhalen.

3. Daarom ook
 moeten we
 in de grootste stilte bidden,
 niet alleen om de aanwezige broeders
 niet door ons gefluister of onze kreten
 af te leiden
 en hen niet te storen
 in hun gebed,
 maar ook
 om de bedoeling van ons gebed
 verborgen te houden
 voor onze vijanden,
 die ons speciaal belagen als we bidden.

Zo
 zullen we het voorschrift vervullen:
Voor haar die in uw armen rust,
bewaak de poort van uw mond (Mi. 7,5).

36. HET VOORDEEL VAN EEN KORT EN STIL GEBED

1. Daarom
 moet men vaak,
 maar kort,
 bidden.
 Want als wij het lang rekken,
 kan de belager
 iets in ons hart
 naar binnen brengen.

Dat
 is het ware offer:

Een vernederde geest
is een offer voor God (Ps. 51,19).

Dat
 is de heilzame gave,
 de zuivere offerande,
 dat is *het offer van gerechtigheid*,
het offer van lof (Ps. 51,21).
 Dat zijn de ware en vette gaven,
de offers vol van merg (Ps. 66,15),
 die
 met een vernederd en deemoedig hart
 worden opgedragen.
 Als wij die aanbieden,
 op de manier
 en met de toeleg van geest
 waarover we gesproken hebben,
 dan kunnen we met daadwerkelijke kracht

cantare²¹¹:

*dirigatur oratio mea
sicut incensum in conspectu tuo:
eleuatio manuum mearum
sacrificium vespertinum.*

2. quod etiam nos
oportuna commonet
devotione persolvere
horae ipsius ac noctis aduentus:

de quo quidem
licet pro tenuitatis nostrae mensura
multa prolata uideantur
diu que sit protracta conlatio,
pro sublimitate tamen
ac difficultate materiae
paucis admodum
credimus disputatum.²¹²

3. His sancti Isaac sermonibus
stupefacti potius
quam repleti
uespertina synaxi celebrata
sopore
paululum membra laxavimus,
primo que diluculo
sub placito
plenioris tractatus
iterum reuersuri
ad nostra discessimus
tam de praeceptorum acquisitione
quam de promissorum securitate
gaudentes.

excellentiam siquidem orationis
nobis tantummodo praemonstratam,
ordinem vero
atque uirtutem,
qua etiam perpetuitas eius
uel acquirenda est
uel tenenda,
necdum nos integre percepisse
illis disputationibus
senseramus.²¹³

zingen:

*Laat mijn gebed
voor U als een reukoffer opstijgen,
mijn opgeheven handen
als een avondoffer zijn (Ps. 141,2).*

2. Maar het uur van de naderende nacht
vraagt ons
om dit nu zelf
met toewijding te gaan verrichten.

In verhouding tot ons bescheiden vermogen
lijken wij
er veel over gezegd te hebben
en ons gesprek is lang geweest.
Maar in verhouding tot de verhevenheid
en moeilijkheid van de stof
was het, dunkt ons,
heel weinig.

3. Deze rede van de eerbiedwaardige Isaäk
liet ons
meer verstomd dan verzadigd.
Nadat wij de vespers hadden gevierd,
gunden we onze leden
wat slaap.
Met de aangename gedachte
de volgende morgen vroeg
terug te keren
voor een vollediger uiteenzetting,
gingen wij naar ons eigen verblijf,
verheugd
over wat wij geleerd hadden
en over wat ons vast beloofd was.

De verhevenheid van het gebed
was ons getoond;
maar de handelwijze
en deugd
waardoor men
tot het voortdurende gebed komt
of daarin blijft:
wij begrijpen
dat we dáárvan in dit eerste gesprek
nog niet alles hadden vernomen.

NOTEN

Hierin wordt verwezen naar:

- *Das Glutgebet*: zwei Unterredungen aus der sketischen Wüste. Aus dem Lateinischen des Johannes Kassianus ausgewählt, übertragen und kurz erläutert von EMMANUEL VON SEVERUS. Düsseldorf : Patmos, 1966
- *Das Ruhegebet* : ein Einführung nach Johannes Cassian. Übertragen und eingeleitet von PETER DYCKHOFF. München : Kösel, 1992.

Voor deze twee boeken is gekozen om de volgende redenen:

- De vertaling van VON SEVERUS laat duidelijk zien, waar die van VAN DE KAR tekort schiet;
- de vertaling van DYCKHOFF biedt een boeiende actualisatie van de tekst;
- de opmerkelijk uiteenlopende titelkeuze daagt des te meer uit tot eigen tekstonderzoek.

¹ ... über die immerwährende und unaufhörliche Stete des Gebets (Severus 23).

Dyckhoff vertaalt kortweg met: *Ruhegebet*, en verstaat daaronder: een manier van bidden, ja een christelijke vorm van mediteren, welke de aanroeping van God tot inhoud heeft. Door deze bijkomende religieuze dimensie ervaart de bidder niet alleen zoals bij manieren van mediteren die geen bidden zijn, ontspanning voor lichaam en geest, maar ook vervulling in het geloof en daarmee een ontwikkeling van de ziel (27).

² Abba Isaac is waarschijnlijk Evagrius Ponticus, de geestelijke leermeester van Cassianus, die hij in de nitrische woestijn ontmoette. Als eerste heeft deze de leringen van de woestijnvaders gesystematiseerd. »De geest is van nature op het gebed aangelegd« - uit zichzelf alleen echter komt de mens niet tot bidden want gebed is en blijft gave Gods. Het is de grootste van Zijn gaven, en er is niets waardevoller op aarde (Dyckhoff 118). Dat Cassianus hem als Isaäk opvoert heeft wellicht te maken met het feit, dat vanuit Gen. 24,63[: Isaäk was uitgegaan om te bidden in het veld tegen het nalen van de avond] aan hem een voorbeeld kan worden genomen. Of is het toevallig dat deze collatie eindigt met het vieren van de vespers (*vesperatina celebrata*)?!

³ Lebensaktivität durch Ruhe: das Ruhegebet (Dyckhoff 27).

⁴ ... die stete und ununterbrochene Ausdauer im Gebet (Severus 24).

⁵ ... nach der unbeweglichen Stille und unwandelbaren Lauterkeit des Gemüts (Severus 24; volgens hem omschrijft Cassianus met *tranquilitas mentis* het met opzet door hem vermeden begrip *alpapveia*. Het heeft voor hem dezelfde betekenis als *puritas cordis* (zuiverheid van hart, dat wil zeggen: het volledig zonder hartstochten zijn) en *caritas* (volkomen liefde, dat hij gelijk stelt met het Rijk Gods). Dat hij het woord *mens* consequent vertaalt met *Gemüt* is een verlegenheidsoplossing die beide woorden niet volledig recht doet. Het woord *mens* 'ist der *innere Mensch*, von dem die Briefe des heiligen Paulus sprechen, es bezeichnet also das höchste geistige Sein des Menschen, ja die Gesamtheit aller seelisch-geistigen Fähigkeiten, die *innere Ganzheit des Menschen*, den *innersten Wesenskern der Person*, die *innerliche Wesenstiefe*, in der alle seelischen Fähigkeiten zu lebendiger Einheit zusammengefaßt sind, das Organ, durch das der Mensch die Fähigkeit besitzt, göttliches Leben in sich aufzunehmen, die *feine Seelenspitze* des heiligen Franz von Sales, den *Seelengrund* und das *Seelenfünkeln* der mittelalterlichen Mystik, die *Gotttoffenheit* und das *In-Gott-Begründetsein des Menschen*'. Het middeleeuwse woord *gemoed* had nog niet de huidige connotatie met gevoel: het gevoel was één en doorgaans niet de maatgevende laag die ermee werd aangeduid. Daarom is het terecht dat in de middeleeuwen *mens* niet werd vertaald met *geest*, zij het dat het wel overeenkomt met het nieuwtestamentische *pneuma* (100-101).

Vandaar Dyckhoff: 'Ziel eines durch das Ruhegebet auf Gott ausgerichteten Lebens und Zeichen für die Vollendung des Herzens ist die beständige und ununterbrochene Verbindung mit dem Urgrund Liebe (= Gott)'.

⁶ Deshalb suchen wir unermüdlich nach jeglicher Mühe des Leibes wie nach der Zerknirschung des Geistes und üben uns stetig darin (Severus 24).

Durch den geistlichen Schulungsweg erfährt der Übende innerhalb seiner menschlichen Begrenzungen mehr und mehr eine unbewegliche Ruhe des Geistes und gleichzeitig eine Reinigung des Nervensystems und Bewußtseins. Deshalb beziehen wir in die Übungen auch den Körper mit ein, während der aktive Geist es lernen muß, weniger aktiv zu sein (Dyckhoff 28).

Dus: terwijl Severus *contritio spiritus* vertaalt met *Zerknirschung des Geistes* en Dyckhoff deze nader invult met: *dat de actieve geest moet leren minder actief te zijn (!)*, volstaat Van de Kar met *geestelijke inspanning*!. Vanuit *contritio* als afgeleide van *con-tero* (= ineen, stuk wrijven, verbruizelen) valt dit niet goed te praten.

⁷ Denn wie das Gefüge aller Tugenden auf die Vollendung im Gebet hinzielt, so kann dies alles keinen sicheren Halt haben, wenn es nicht in diesem Gipfel als Krönung geeint und zusammengefaßt ist (Severus 24).

So trägt auch jegliches lebensunterstützende Tun zur Vollkommenheit des Gebetes bei; ein solches Handeln kann aber nur Erfolg haben, wenn es im gleichen Urgrund wie das Gebet fest verankert und mit dem Geist geeint ist und zusammenklingt (Dyckhoff 28; met *levenondersteunend doen omschrijft hij wat volgens hem met deugden wordt bedoeld*. Het is iedere activiteit die leidt tot heelzijn van mens en schepping naar goddelijk plan).

⁸ Wie man nämlich die Tugendkräfte ohne die immerwährende und beständige Stille des Gebets, von der wir hier sprechen, weder gewinnen noch vollenden kann, so kann man nicht zur Vollendung gelangen ohne die Voraussetzung der Stille (Severus 24).

In diesem Sinne können Aktivitäten nur aus der immerwährenden und beständigen Ruhe des Gebetes gelingen. Ohne die Voraussetzung dieser Ruhe kann weder eine Kraft gewonnen noch erfolgreich umgesetzt werden (Dyckhoff 28).

⁹ Daher ist es uns auch nicht möglich, in der rechten Weise über die Wirkung des Gebetes zu sprechen und ebensowenig zu seinem höchsten Sinn voranzuschreiten, der in der Entfaltung aller Tugenden gipfelt, wenn wir nicht vorher alles, was um des Gebetes willen entfernt oder herbeigeschafft werden muß, nacheinander aufgezählt und erörtert haben (Severus 24).

Um in der rechten Weise über die Wirkung des Gebetes zu sprechen wie aber auch über das Ziel, das in der Freisetzung und Entfaltung der Lebenskräfte besteht, muß zunächst bewußt gemacht und erörtert werden, was entwicklungshemmend und entwicklungsfördernd ist (Dyckhoff 28).

¹⁰ Doch ist diese Vorbereitung unnütz, und die erhabenen Firste der Vollkommenheit lassen sich darauf nicht aufbauen, wenn nicht zuvor die völlige Reinigung von Lästern vollzogen, Schutt und Trümmer der Leidenschaften ausgehoben und dem lebendigen und festen Erdreich unseres Herzens, diesem Felsen des Evangeliums (Lk. 6,48), die starken Grundmauern der Einfalt und Demut eingebaut sind (Severus 25).

Doch ist diese Vorbereitung unnütz, und die wahren Lebenselemente können sich nicht entfalten, wenn Stresse und Verspannungen nicht zuvor durch einen Reinigungsvorgang aufgelöst werden.

Durch den mit dem Ruhegebet gleichzeitig verbundenen Reinigungsweg werden alte unverarbeitete Eindrücke gelöst, Abfälle und tote Trümmer der Gefühle eliminiert, auf daß mehr und mehr der lebendige und feste Boden unseres Herzens wie ein Felsengrund (Lk. 6,48) zum tragfähigen Lebensfundament wird (Dyckhoff 29).

¹¹ Darauf vermag dieses Gebäude geistlicher Tugenden aus solchem Baustoff unerschütterlich errichtet und im Vertrauen auf seine Festigkeit zur letzten Himmelshöhe aufgeführt zu werden (Severus 25).

Einzig und allein darauf kann Leben gelingen, verglichen mit dem Aufbau des hohen und geistigen Turmes, der unerschütterlich errichtet und im Vertrauen auf seine Festigkeit über seine begrenzte Dimension hinauswachsen kann (Dyckhoff 29).

¹² Ruht er auf solchen Grundfesten, so mögen sich überreiche Ströme von Leidenschaften ergießen, ungestüme Sturzbäche von Verfolgung wie Sturmböcke auf ihn einrennen, es mag der wütende Sturm der feindlichen Geister hereinbrechen, kein Einsturz wird diesen Bau zugrunde richten und kein Angriff selbst ihn bedrohen (vgl. Mt 7,24ff. und Lk 6,48f.) (Severus 25).

Ruht er auf einem solchen Fundament, kann ihn kein zerstörender Einsturz treffen und nicht einmal der Angriff irgendwie beunruhigen; auch heftigste Erschütterungen und trügerische Anfeindungen vermögen ihn nicht ins Wanken zu bringen (Mt 7,24-25) (Dyckhoff 29, die daarbij opmerkt, dat ik door de ervaring van diepe rust niet koud en gevoelloos word, maar eerder gevoeliger, scherphorender en meevoelender voor de zorgen van anderen. Tegelijk echter - en dat symboliseert de 'cassianische toren' - krijg ik stabiliteit, die grondvoorwaarde is, om in het leed en de vele op- en neerbewegingen van het leven stand te kunnen houden).

¹³ Wie ein reines und aufrichtiges Gebet bereitet wird (Dyckhoff 30).

¹⁴ ... mit der gebührligen Glut und Lauterkeit aussprechen (Severus 25).

¹⁵ Zuerst müssen wir die Unruhe um die Dinge des Fleisches ganz allgemein abschneiden; sodann keine Sorge um irgendein Geschäft oder Anliegen, ja nicht einmal einen Gedanken daran, im Innern zulassen. Verleumdungen, Geschwätz oder Geplapper und auch Possen (poetsen) muß man gleichfalls unterdrücken. Vor allem muß die Verwirrung durch Zorn oder Traurigkeit von Grund auf ausgemerzt und der schädliche Zunder der fleischlichen Begierde und der Habsucht mit der Wurzel ausgerissen werden (Severus 25-26);

In und durch das Gebet erfahren wir eine tiefere Ruhe und

- werden frei von allem, was unsere Aufmerksamkeit ungut fesselt,
- Sorgen um private oder berufliche Anliegen wie auch nur die Gedanken daran nehmen ab,
- alles dumme und unnötige Geschwätz, vornehmlich alles Gerede über andere, hört auf,
- Verwirrung durch Traurigkeit läßt die Seele nicht mehr zu,

- alle Sucht nach Befriedigung unserer rein egoistischen Bedürfnisse wird von der Wurzel her ausgerottet.

(Dyckhoff 30; opvallend dat hij niet spreekt van *moeten*: het is een gedragen doen, een doen dat als het ware ondersteund wordt vanuit de rust als gevolg van het gebed).

¹⁶ Haben wir diese und ähnliche Laster, die auch den Blicken der Menschen offenbar sein können, aus unserem Innern ausgestoßen und abgeschnitten, dann ist die oben genannte Läuterung vorgenommen (aangepakt), die durch die Lauterkeit der Einfalt und Unschuld vollkommen wird (Severus 26);

Solche und ähnliche ungueten Eigenschaften werden allmählich aus unserem Inneren ausgestoßen, was zu einer größeren Reinheit des Herzens führt (Dyckhoff 30).

¹⁷ Dann müssen wir nun als erstes den unerschütterlichen Grundstein tiefer Demut legen, der fähig ist, den bis zum Himmel strebenden Turm zu tragen (Severus 26);

Gleichzeitig wird dadurch das unerschütterliche Fundament einer Persönlichkeit gelegt, das einen immer höher werdenden Turm zu tragen vermag (Dyckhoff 30).

¹⁸ Darauf schichten wir das geistliche Gebäude der Tugenden ... (Severus 26);

Aus dem ständig klarer werdenden Quellgrund entwickeln sich lebensfördernde Handlungen (Dyckhoff 30).

¹⁹ ... und bewahren die Geisteskraft vor allem Umtrieb und Ausschweifen auf schlüpfrigem Pfade, damit sie allmählich beginne, sich zur heiligen Schau Gottes und zur geistlichen Sicht emporzuheben (Severus 26, die aantekent, dat contemplatio voor Cassianus zowel de alledaagse betekenis kan hebben van aanzien, aanschouwen als ook aanduiding kan zijn voor het hoogste zicht dat er voor een mens is, het zien Gods. In de laatste zin gebruikt hij het woord steeds als vertaling van Qewriwa van zijn griekse voorbeelden Origenes en Evagrius Ponticus. De onderscheiding tussen actief en contemplatief leven kent hij ook wel, de toepassing evenwel van deze onderscheiding op vormen van kloosterlijk leven stamt uit de middeleeuwen. Voor Cassianus valt alle streven naar volkomenheid, alle ascese en alle zelfheiliging onder het »actieve leven«, dus niet alleen de dienst aan de naaste en de zielszorg. De hoogste trappen van het contemplatieve leven verwacht hij pas bij de voleinding in het hiernamaals (101-102));

... Die dazu erforderliche Energie und Intelligenz wird davor bewahrt, von der natürlichen Richtung abzuweichen, so daß das Bewußtsein allmählich beginnen kann, in einen größeren geistigen Horizont und in Gottesbewußtsein hineinzuwachsen (Dyckhoff 30, die verduidelijkt: Die gewonnene Ruhe in der Meditation führt zum Abbau von Blockaden, und der Meditierende hat dadurch anstrengungslos Zugang zu seinen Lebenspotentialen. Leben selbst möchte ohne Anstrengung und intellektuelle Steuerung ins Leben kommen. Die dazu notwendige Kraft wird als Energie bezeichnet und die im Schöpfungsplan vorgegebene Richtung »Intelligenz«).

²⁰ Denn was unsere Seele vor der Stunde des Gebetes aufgenommen hat, tritt uns beim Beten notwendig durch die Einwirkung der Erinnerung entgegen. Die Verfassung, in der wir uns beim Beten befinden wollen, müssen wir schon vor der Zeit des Gebetes bereiten (Severus 26);

Was unseren Geist vor dem Ruhegebet beeindruckt, steigt in ihm wieder hoch, wenn er betet. Wir müssen [uns?] also in etwa die Verfassung, in der wir uns beim Beten befinden wollen, schon vor der Gebetszeit bereiten (Dyckhoff 31).

²¹ Aus dem vorausgehenden Zustand wird ja das betende Gemüt geprägt, und während wir dem Gebete obliegen, wird vor unserem Auge das Bild der früheren Taten, Worte und Empfindungen sein Spiel treiben und uns je nach dem, was vorging, zornig oder traurig machen oder vergangene Begierden und Anliegen wiedererwecken (Severus 26);

Denn das Gebet wird von dem inneren Zustand, in dem wir uns vor dem Beten befanden, mitgeprägt. Und wenn wir uns dann zum Ruhegebet hinsetzen, wird vieles, was wir früher gefühlt, geredet, getan oder unterlassen haben, in uns lebendig und hält uns vorübergehend gefangen. Entsprechend vergangener Eindrücke können wir dann Unbehagen fühlen, deprimiert sein, oder nicht verwirklichte Anliegen und nicht erfüllte Wünsche werden wiedererweckt (Dyckhoff 31, waarbij hij aantekent, dat hoe dan ook het »rustgebed« de toestand verbetert die ik in het gebed meebreng. Behalve dat ik steeds van Gods helpende liefde zeker mag zijn, ligt dat bijzonder aan mijn bereidheid tot overgave in gebed. Is er geen dringende situatie maar geheel aan mijzelf om het in te richten, dan is het raadzaam de tijd voor de meditatie vrij te houden van alle hektiek en inspanning, om zo een gunstige voorwaarde te scheppen de rust in te komen. Lichte lichamelijke ontspannings- of adem oefeningen ter inleiding zijn aan te bevelen).

²² ... oder es wird uns – man schämt sich das zu sagen – durch den Kitzel irgendeiner törichten Rede oder Tat zum Lachen reizen oder sogar veranlassen, auf früheren Bahnen umherzuschweifen (Severus 26-27);

Möglicherweise wird uns sogar eine frühere komische oder lustige Situation von neuem zum Lachen reizen; oder wir kehren in Gedankengänge zurück, in denen wir einmal herumirrten, ohne ein Ziel gefunden zu haben. Dieses Wiedererleben und Auflösen von unverarbeiteten Eindrücken sind wertvolle, wegbereitende Schritte (Dyckhoff 31).

²³ Was wir also beim Beten nicht an uns herankommen lassen möchten, das wollen wir vor dem Gebet schnell von den Zugängen unseres Herzens wegstoßen ... (Severus 27);

Um nicht von all dem während des Betens wieder neu belastet zu werden, müssen wir schädigende Gefühle, Gedanken oder Handlungen meiden (Dyckhoff 31).

²⁴ Anders werden wir dieses Gebot nicht erfüllen können, wenn nicht unser Gemüt von aller Ansteckung durch Laster geläutert und, der Tugend gleichsam als seinem natürlichen Eigenwert ergeben, immerfort sich in der Schau des allmächtigen Gottes weidet (Severus 27).

Das [= bidden zonder ophouden, overall reine handen heffen zonder toorn en strijd] gelingt allerdings nur, wenn unser Bewußtsein nicht verschattet ist und unsere Handlungen, dem naturgemäß Guten entsprechend, lebensunterstützend sind, so daß Gottes liebende Gegenwart in allem transparent wird (Dyckhoff 32).

²⁵ Ebenso wird auch unser Gemüt, falls es nicht durch hinzukommende Laster und Weltsorgen beschwert und durch die Nässe schädlicher Lust verdorben ist, durch den sozusagen natürlichen Vorzug seiner Lauterkeit beim leichtesten Anhauch geistlicher Übung zu den Höhen emporgezogen und, indem es das Niedrige und Irdische läßt, in die Welt des Himmels und der unsichtbaren Güter versetzt (Severus 27-28, die hierbij opmerkt dat in de woorden »sublevata levissimo spiritualis meditationis afflatu« nog iets doorkomt van de volle betekenis van het woord *pneuma* uit het Nieuwe Testament en de oudchristelijke literatuur. »Pneuma« is meer dan »geest« in het moderne taalgebruik. Het is de levende en de doen-levende adem Gods, door welke God niet slechts de schepping leven inblies, maar door welke hij als gave van zijn, het goddelijke leven de mensheid na de hemelvaart van Christus zijn heil bemiddelt. Die pneumatische breedte dient men zoals hier blijkt te bedenken als Cassianus het woord »geestelijk« gebruikt. Dat hij *meditatio* vertaalt met *oefening*, is niet alleen om zo in de lijn te blijven van het rooms-latijnse spraakgebruik, maar ook omdat bij auteurs uit monastieke kringen in de betekenis van *meditatio* alle wezenselementen van het Griekse als *skew* zijn opgenomen (102-103));

So ist es auch mit unserer Seele. Wenn sie nicht belastet oder beschwert ist durch materielle Verstrickungen oder triebhaftes Verhalten, wird sie aufgrund ihrer Wesensreinheit durch den leichtesten Meditationsimpuls emporgezogen. Von aller Erdschwere befreit öffnen sich die Grenzen zu einer anderen Dimension der Wirklichkeit (Dyckhoff 32, die hierbij opmerkt, dat we ons door het »rustgebed« niet ver-laten op een grenzeloos Niets, maar ons ver-laten op Jezus Christus. Uit deze overgave scheppen we nieuwe energie, moed en ook de vreugde om onze levensopdracht nieuw door Hem en met Hem en in Hem te vervullen).

²⁶ Severus tekent aan, dat deze zin niet zonder de in het volgende hoofdstukje gegeven verklaringen moet worden verstaan. Dan blijkt dat ze niet semipelagiaans is bedoeld (103).

²⁷ Wenn wir also mit unseren Gebeten nicht nur bis zum Himmel, sondern auch über ihn hinausdringen wollen, müssen wir Sorge tragen, daß unser Gemüt, von allen Lasten gesäubert und von der Hefe der Leidenschaften gereinigt, dann zu solcher natürlichen Feinheit geführt werde, daß sein Gebet, von keiner Last der Sünde beschwert, zu Gott aufsteigen kann (Severus 28);

Um die Entgrenzung zwischen den beiden Wirklichkeiten erfahren zu dürfen, muß dieser Reinigungsprozeß stattfinden, der uns von allen Hindernissen befreit. Nur dann kann unsere Seele ihre natürliche Schwerelosigkeit (*gewichtloosheid*) zurückgewinnen, und unser Gebet wird, wie von selbst, zu Gott emporsteigen (Dyckhoff 33).

²⁸ Hindernisse auf dem Weg (Dyckhoff 33).

²⁹ ...das Gemüt beschwert ... [durch] Schwelgerei, Rausch und alle irdischen Sorgen (Severus 28);

... die Seele am Boden festgehalten durch Rausch, Trunkenheit und weltverstrickende Sorgen (Dyckhoff 33).

³⁰ Sehr viele Menschen verlieren sich hierin und wissen nicht um die überaus verheerenden Folgen; manche meinen noch, ihr diesbezügliches Tun sei unschädlich oder sogar eine Stärke. Gerät man durch eigene Schuld in eine dieser Abhängigkeiten, belasten sie die Seele gravierend, nehmen ihr die Kraft zum Aufschwung, drücken sie zu Boden und trennen sie somit von Gott (Dyckhoff 33).

³¹ Durch die Praxis des Ruhegebotes wird jedoch ihre Vermeidung leicht, indem der Anlaß geringer wird, in übergroße Sorgen um rein Materielles, in Trunkenheit und Rausch hineinzugeraten (Dyckhoff 33).

³² Aber es gibt einen anderen, nicht minder schädlichen Rausch und eine schwerer zu vermeidende Trunkenheit und eine irdische Sorge, die uns selbst nach der völligen Dahingabe unseres Vermögens und auch bei der Enthaltung von Wein und jeglicher Schwelgerei selbst beim Leben in der Einsamkeit häufig überfällt (Severus 29);

Es gibt aber auch eine andere Art von Rausch; es gibt ein geistiges Betrunkensein, das schwerer zu meiden ist, und es gibt bestimmte weltverstrickende Sorgen, die uns häufig überfallen, selbst wenn wir immer wieder das Loslassen und die Hingabe üben (Dyckhoff 34).

³³ Denn wenn wir nicht von allen Lasten gesäubert und nicht nüchtern vom Rausche vieler Leidenschaften sind, so wird dies alles auch ohne Weinrausch und Speisenüberfluß unser Herz mit Trunkenheit und noch schädlicherem Rausch beschweren (Severus 29);

Man kann auch durch Leidenschaften, Bitterkeit und Gier in Rausch geraten. Wenn wir nicht von all dem frei und ernüchtert sind, kann das Herz auf gefährliche Weise dumpf (*onbezielid, bedompt, duf, dof*) und betrunken sein – auch ohne übermäßiges Essen und berauschende Getränke (Dyckhoff 34). Het gaat hier dus om de ware ontnuchtering!

³⁴ De waardering van de Ouden behoort tot de schoonste trekken van het monnikendom. Omdat in de Zoon de Vader wordt gezien (vgl. Joh. 14,9), zien de christenen zich steeds opnieuw in het geestelijke vaderschap begenadigd (Severus 103).

³⁵ Auch diejenigen, die bereits diesen geistigen Schulungsweg gehen, können aufgrund von Macht- und Besitzstreben in weltverstrickende Sorgen geraten. Eine alte Regel besagt, daß zu hoch gesteckte materielle Ziele, die nur durch ein übermäßiges, nahezu krankhaftes Engagement erreicht werden können, neue Unruhe schaffen und wiederum in noch größere Abhängigkeiten führen (Dyckhoff 34).

³⁶ Beispiel: Wenn wir aus Profilsucht und reinem Geltungsdrang uns übermäßig für einen aufwendigen Lebensstil abrackern, leisten wir der Kraft Vorschub (bevorderen wij de kracht), die die echten Werte zerstört und somit die geistige Entwicklung blockiert (Dyckhoff 34).

³⁷ Von der Gefahr ruheloser Arbeit (Dyckhoff 35).

³⁸ Daß die Krankheit weltlichen Verlangens nicht in unseren Gemütern ist, beweisen wir also nicht schon durch die Enthaltung von solchen Geschäften, die wir, selbst wenn wir wollen, nicht suchen oder gar ausführen können; ... (Severus 31);

Um zu beweisen daß Geltungssucht und Machtstreben vom Ursprung her keine menschlichen Eigenschaften sind, genügt es nicht, entsprechende Verhaltensweisen zu meiden; ... (Dyckhoff 35).

³⁹ ... auch nicht durch Verachtung dessen, wodurch wir, wollten wir darauf ausgehen, bei geistlichen wie weltlichen Menschen auf den ersten Blick gezeichnet wären, ... (Severus 31);

... es genügt ebenfalls nicht, sich zu enthalten, um nicht von anderen kritisiert oder gar verachtet zu werden. Das bedeutet letztlich noch kein Freisein (Dyckhoff 36).

⁴⁰ ... sondern nur, wenn wir auch das ganz entschiedenen Sinnes von uns weisen, was in unserem Machtbereich liegt und was man scheinbar ohne Unehre erlangen kann (Severus 32);

Erforderlich ist, daß diese Bedürfnisse im tiefen Inneren eliminiert werden. Der Meditationsweg verhilft zu dem notwendigen Reinigungsvorgang, so daß das der Natur des menschlichen Geistes Uneigene abgebaut (*afgebroken*) wird und das zur Verfügung stehende Potential sich lebensrichtig entfalten kann (Dyckhoff 36).

⁴¹ Tatsächlich beschweren diese Dinge, die klein und ganz geringfügig erscheinen und von Leuten unserer Berufung gleichgültig hingenommen werden, in ihrer Eigenart das Gemüt nicht weniger als jene größeren, an denen sich der Sinn der Weltleute ihrem Zustand gemäß gewöhnlich berauscht (Severus 32);

Tatsächlich beschweren oft kleine und scheinbar unwichtige Dinge, die von den meisten gleichgültig hingenommen werden, in ihrer hemmenden Eigenart die ganzheitliche Entwicklung des Menschen: nicht weniger als jene größeren, die zu gefährlichen Abhängigkeiten führen (Dyckhoff 36).

⁴² Sie lassen nicht zu, daß der Mönch, befreit vom Erdenstaub, nach Gott verlange, an dem sein Blick allzeit hängen sollte, da ihm doch selbst eine geringfügige Trennung von diesem höchsten Gut als sofortiger (*onmiddelijke*) Tod und völlige Vernichtung gelten muß (Severus 32);

Sie lassen dann die auf das Höchste gerichtete Spannkraft der Seele erschlaffen (Dyckhoff 36).

⁴³ Gründet das Gemüt in solcher Stille und hat es sich aus den Netzen aller fleischlichen Leidenschaften gelöst, und haftet schließlich die Aufmerksamkeit unseres Herzens dem einen höchsten Gut fest an ... (Severus 32, die *over intentio cordis* opmerkt, dat hij dit bij Cassianus vaak voorkomende woord niet dan aarzelend met »Aufmerksamkeit« heeft vertaald, omdat dat woord gemakkelijk te verstandelijk of alleen in de zin van *mening* wordt opgevat, terwijl het bij Cassianus veel rijker van betekenis is, »das Hingewandtsein (*toegekeerdheid*) des ganzen Menschen, mit Auge, Ohr und Sinn« beduidt (104));

Wenn dagegen das Nervensystem von allen Stressen und Verspannungen gereinigt und der Geist in der ihm eigenen tiefen Ruhe gegründet ist, so daß all sein Sinnen und Trachten auf Gott ausgerichtet ist ... (Dyckhoff 36).

⁴⁴ De wortels voor het beeld en de gedachte van het leven van de christen als *engelgelijk*, *engelachtig* liggen in het Nieuwe Testament. Vandaaruit is de inhoud rijk en omvattend. »Weil die Gabe des Gottesgeistes den Christen erfüllt, wird er engelgleich, mit den Engeln zur Bürgerschaft der Himmelsstadt berufen, an deren Liturgie er mit den Engeln teilnehmen darf. Die Berufung zur Gottesschau, zum Gotteslob, zur Gottesvermählung in der gottgeweihten Jungfräulichkeit, das öffentliche wie das private Gebet, die Berufungen und Ordnungen des Christenlebens bringen dies zum Ausdruck« (Severus 104).

⁴⁵ Wenn in dieser Lauterkeit – soweit man das sagen kann – der innerlichste Kern des Gemütes untergegangen und vom irdischen Dasein zu geistlicher und engelgleicher Ebenbildlichkeit neugestaltet ist, so wird, was er dann in sich aufnimmt, erwägt und tut, ganz lauter und echtes Gebet sein (Severus 32);

Wenn Geist und Seele einen intensiven Reinigungsprozeß durchgemacht haben, wenn sie von oberflächlichem irdischen Verlangen befreit und in die geistige Dimension übergegangen sind, wird ausnahmslos alles, was Geist und Seele in sich aufnehmen, erwägen und veranlassen, zum reinen, aufrichtigen Gebet (Dyckhoff 37).

⁴⁶ Entstehen gute Gedanken aus freiem Willen? (Dyckhoff 37).

⁴⁷ Könnten wir doch in ähnlicher Weise und mit derselben Leichtigkeit, mit der wir die Samenkörner geistlicher Gedanken empfangen, sie auch immerfort besitzen! (Severus 32);

Wie ist das eigentlich mit den Gedanken? Könnten wir nicht unsere reinen Empfindungen und die hieraus entstehenden geistlichen Gedanken, die wir spontan und leicht empfangen, dauerhaft besitzen? (Dyckhoff 37; Prachtig hoe hij hier »semina spiritualium cogitationum concipere« weergeeft!)

⁴⁸ Denn sobald wir sie durch Beherzigung der Heiliger Schriften oder durch Innwerden irgendwelcher geistlicher Taten oder aber durch Betrachten himmlischer Geheimnisse in unserem Herzen empfangen haben, zerfallen oder vergehen sie wie in unmerklicher Flucht um so schneller (Severus 33);

Sobald wir sie in unser Herz aufgenommen haben und uns ihres Inhaltes bewußt geworden sind – vielleicht angeregt durch die Heiligen Schriften, Erinnerungen an Gutes in unserem Leben oder durch Kontemplation – verlassen sie uns fluchtartig, ohne daß wir es überhaupt bemerken (Dyckhoff 37).

⁴⁹ Findet unser Gemüt andere Gelegenheiten zu geistlichen Empfindungen, so schleichen wiederum andere sich ein, und die bereits erfaßten entziehen sich wie schlüpfrige Glieder (Severus 33); Neue geistliche Eindrücke werden empfangen, neue Gedanken schleichen sich ein, während die bereits erfaßten entgleiten (Dyckhoff 38).

⁵⁰ Die Seele hat sie also, da sie weder Standhaftigkeit noch aus eigener Kraft die Festigkeit heiliger Gedanken besitzt, auch wenn sie diese irgendwie zu behalten scheint, wahrscheinlich nur zufällig und nicht durch eigenen Eifer empfangen (Severus 33);

Die Seele scheint also geistliche Eindrücke und Gedanken nicht auf Dauer festhalten zu können. Selbst wenn wir glauben, daß sie ständig in uns bleiben, so können wir sie doch nicht nach Belieben abrufen, denn ein Zu-fall ist entscheidend beteiligt (Dyckhoff 38, waarbij hij ingaat op de vraag wat het »rustgebed« met het ontstaan of vasthouden van gedachten te maken heeft. Gesteld wordt dat in het »rustgebed« door de toenemende rust de gedachtenintensiteit afneemt. Maar dat neemt niet weg dat de beoefenaar tijdens het gebed vele gedachten kan hebben! In het »rustgebed« worden in diepere lagen die niet meer voor de directe wil toegankelijk zijn, indrukken losgemaakt die zich dan in de vorm van de meest uiteenlopende gedachten uitdrukken. Dat is het reinigingsproces waarvan al eerder sprake was. Zoals een huisvrouw die een schone woning wil, daartoe vanzelfsprekend en automatisch stof afneemt, zo is het evenmin zaak om tijdens de beoefening bewust opstijgende gedachten na te gaan. Geen gedachten vasthouden, geen goede en geen slechte! Alleen dan treedt er diepere rust in, waarin ik Gods genadige toewending met meer openheid kan ontvangen dan wanneer ik in eigen gedachtenactiviteit verstrikt ben).

⁵¹ Wie sollten wir ihr Entsehen unserem freien Willen zuschreiben, da ihr Bleiben nicht in unserer Macht steht? (Severus 33);

Wenn ihr Bleiben schon nicht in unserer Macht steht – wie sollten wir dann ihr Entstehen unserem freien Willen zuschreiben? (Dyckhoff 38, die er zo een retorische vraag van maakt!).

⁵² ... über die Beschaffenheit des Gebetes (Severus 33); ... über das Ruhegebet und seine Auswirkungen auf Körper, Geist und Seele sowie auf das soziale Umfeld (Dyckhoff 38).

⁵³ Daher möchten wir zuerst über sein Wesen belehrt werden; was für ein Gebet stets gesprochen werden soll, und dann, auf welche Weise wir dies, wie es auch sein mag, ohne Unterlaß besitzen und ausüben können (Severus 33);

»Betet ohne Unterlaß« – bevor wir dieses Wort des Apostel Paulus in die Wirklichkeit umsetzen können, müssen wir zunächst einmal wissen, welche Art Gebet gemeint ist, wie es gesprochen werden soll und wie es möglich ist, zu einem solch unablässigen Beten zu kommen (Dyckhoff 39).

⁵⁴ Daß es nicht mit geringer Anstrengung des Herzens erreicht werden kann, zeigt die tägliche Erfahrung ebenso wie deine Auslassungen, in denen du gelehrt hast, daß der Sinn des Mönchtums und der Gipfel aller Vollkommenheit in der Vollendung des Gebetes beschlossen sei (Severus 34);

Daß man nicht leicht Zugang zum Ruhegebet erlangt, zeigen die vielen gedanklichen Auseinandersetzungen um das Endziel dieser Meditation: die Entwicklung der Gesamtheit aller

seelisch-geistigen Fähigkeiten des Menschen, die Gottoffenheit sowie das Begründet-sein in Gott (Dyckhoff 39).

⁵⁵ Verschiedene Arten [= manieren] des Betens (Dyckhoff 39).

⁵⁶ Isaak: Keine Gebetsart können wir nach meinem Ermessen jemals ohne tiefe Lauterkeit des Herzens und der Seele und ohne Erleuchtung durch den Heiligen Geist erfassen. So viele Arten gibt es, wie in einer Seele, ja in alle Seelen, Zustände und Eigenschaften erzeugt werden können (Severus 34);

Es scheint unmöglich, sämtliche Arten des Betens ohne reines Bewußtsein, Klarheit des Herzens und besondere Erleuchtung des Heiligen Geistes wirklich zu verstehen, denn es gibt ebenso viele unterschiedliche Gebetsarten wie Seelenstimmungen und Seelenverfassungen (Dyckhoff 39).

⁵⁷ Wenn wir auch wissen, daß wir bei der Schwerfälligkeit unseres Herzens die ganze Vielfalt der Gebetsarten nicht durchschauen können, so wollen wir doch versuchen, sie zu entfalten, soweit dies unsere mäßige Erfahrung vermag (Severus 34);

Wenn wir auch wissen, daß wir in unserem noch unvollkommenen Zustand keinen Einblick in alle Gebetsarten haben können, so wollen wir doch versuchen, uns ihnen so weit wie möglichzu nähern (Dyckhoff 39).

⁵⁸ Nach dem Maße der Lauterkeit, zu der das Gemüt gelangt, und nach der Eigenart des Zustandes, in dem es von äußeren Dingen bewegt oder durch eigenen Eifer erneuert wird, wird es auch in jedem Augenblick neugestaltet. Eben deshalb ist es ganz gewiß, daß niemand stets gleichwertige Gebete hervorbringen kann (Severus 34);

Das Gebet wandelt sich unaufhörlich; entsprechend dem Grad der Reinheit, den die Seele erreicht hat, wie auch nach der Gestimmtheit, mag diese sich spontan einstellen oder durch äußere Einflüsse hervorgerufen sein. Deshalb kann niemand immer in gleichwertigen Gebeten bleiben (Dyckhoff 39, die hierbij opmerkt, dat dit voor het »rustgebed« niet opgaat: *Das Ruhegebet ist ein ganz einfaches und derart umfassendes Gebet, welches alle jeweiligen Gefühle, Stimmungen, Wünsche und Anliegen vor Gott trägt, ohne daß es den Betenden lange in der individuellen Begrenztheit seiner Anliegen festhält*).

⁵⁹ Denn anders bittet er, wenn er freudig bewegt ist, und anders, wenn ihn die Last der Traurigkeit oder Verzweiflung niederzieht (Severus 34);

Anders betet der heiter Gestimmte als der von Traurigkeit oder Verzweiflung Beschwerte (Dyckhoff 40).

⁶⁰ Anders im Kraftgefühl geistlichen Fortschritts als in der drückenden Schwere der Kämpfe (Severus 34);

Anders ist das Gebet in dem Hochgefühl geistlichen Fortschritts als aus der drückenden Schwere persönlicher Auseinandersetzungen (Dyckhoff 40).

⁶¹ in der Bitte um Vergebung der Sünden anders als um die Erlangung von Gnade oder einer Tugend oder wenn er die Auslöschung eines Lasters erfleht (Severus 34);

Anders betet, wer Vergebung erhofft, als jener, der eine Gnade erbittet oder das Auslöschen einer quälenden Eigenschaft erfleht (Dyckhoff 40).

⁶² anders in der zerknirschenden Betrachtung der Hölle und der Furcht vor dem künftigen Gericht als in der Sehnsucht und freudigen Erwartung der künftigen Güter (Severus 34-35);

Wer Angst vor der Zukunft hat, betet anders als jemand, der sich erstrebenswerte Ziele setzt (Dyckhoff 40).

⁶³ in Not und Gefahr anders als in der Sorglosigkeit und Stille (Severus 35);

Ein Gebet aus Not und Gefahr ist von ganz anderer Art, als wenn man sich in Sicherheit und Ruhe befindet (Dyckhoff 40).

⁶⁴ und wiederum bittet er anders bei der lichten Enthüllung himmlischer Geheimnisse, als wenn er in der Unfruchtbarkeit an Tugendwerken und in der Dürre der Empfindungen gefesselt liegt (Severus 35);

Und anders betet, wem sich tiefere Zusammenhänge offenbaren als jener, der in der Oberflächlichkeit verhaftet und ohne Mitgefühl ist (Dyckhoff 40, die er nog aan toevoegt: Wer ein gesundes Selbstbewußtsein entwickeln konnte, betet anders als der, der an sich zweifelt).

⁶⁵ Die jeweilige Beschaffenheit eines Gebetes richtet sich nach den unterschiedlichen seelischen Verfassungen, von denen wir einige erwähnt haben. Es wird und kann an dieser Stelle nicht umfassend auf die elementare Bedeutung der Meditation eingegangen werden, denn unser Herz ist noch schwer und das Bewußtsein begrenzt (Dyckhoff 40).

⁶⁶ Die Gebetsarten sind so vielfältig, daß wir uns - wie der Apostel Paulus - auf vier Grundkategorien beschränken wollen: »Bitten«, »Gebet«, »Fürbitten« und »Danksagung« (Dyckhoff 41, die hierbij opmerkt, dat hieruit de omvattende mensenkennis van Cassianus blijkt, die het grenzenloze verlangen wist te verbinden met een psychologie welke nauwkeurig de concrete realiteiten in het oog vat. Immers, het is moeilijk om mensen ervan te overtuigen,

dat iets heel eenvoudig is, waardevol is, gemakkelijk te verstaan en toepasbaar. Gemakkelijker is het daarentegen, om ze op diep doordachte en logisch na te voelen alsook verschillende toegangswegen tot het ene te leiden).

⁶⁷ Diese so von Paulus geordnete Reihenfolge kann als durch Gottes Geist inspiriertes Apostelwort nicht bedeutungslos sein (Dyckhoff 41).

⁶⁸ Die Bitte ist ein flehentliches Verlangen angesichts der Sünden. In ihr bittet jemand zerknirscht um Vergebung für seine gegenwärtigen und vergangenen Vergehen (Severus 36); »Bitten« sind inständiges und sehnüchtes Verlangen nach Befreiung von seelischer Last, verursacht durch entwicklungshemmendes Fehlverhalten (Dyckhoff 42, die tegen de (fatsoenlijke) neiging om de voorbede voorop te plaatsen terecht een pleidooi houdt voor de smeekbede op de eerste plaats met de volgende woorden: *Zunächst den anderen mit seinen Sorgen und Bedrängnissen in den Blick zu nehmen und für ihn zu beten, sprengt durchaus den eigenen Egoismus. Mehr kann ich jedoch für ihn tun, intensiver, ausdauernder und leichter, wenn ich zunächst einmal im ganz persönlichen Gebet eine direkte Du-Beziehung zu Gott hergestellt habe und ihn um Befreiung von meinen eigenen Schwierigkeiten bitte*).

⁶⁹ Gelöbnisse sind jene, durch die wir Gott etwas opfern oder weihen (Severus 36); »Gebete« sind Gebete der Hingabe, durch die wir letztlich uns selbst Gott darbringen. Wer bereit ist, von Abhängigkeiten loszulassen, kann diese Stufe des Gebetsweges erlangen (Dyckhoff 42).

⁷⁰ Wir beten, wenn wir dieser Welt absagen, und, allen Werken und dem Wandel der Welt gestorben, mit ganzem Herzen dem Herrn dienen wollen (Severus 37); Im Gebet übereignen wir uns mit ganzem Herzen dem Herrn und »ver-lassen« uns auf ihn (Dyckhoff 42).

⁷¹ Wir beten, wenn wir versprechen, die Ehre der Welt und die Schätze der Erde zu verschmähen ... (Severus 37); [Im Gebet] legen wir alle Relationen dieser Welt ab, indem wir nicht mehr in ihr aktiv sind (Dyckhoff 42).

⁷² [Wir beten, wenn wir versprechen] mit völliger Zerknirschung des Herzens und in der Armut des Geistes dem Herrn anhaften zu wollen (Severus 37); [Im Gebet] erfahren wir die Armut des Geistes, wenn wir weder an materiellen Gütern noch an Anerkennung festhalten (Dyckhoff 42).

⁷³ Wir beten, wenn wir geloben, immerfort lauterste Keuschheit des Leibes [zu zeigen] (Severus 37); [Im Gebet] lassen wir sexuelles Verlangen zurück (Dyckhoff 43).

⁷⁴ [Wir beten, wenn wir geloben, immerfort] unbewegliche Geduld zu zeigen (Severus 37); [Im Gebet] werden wir frei von Ungeduld (Dyckhoff 43).

⁷⁵ [Wir beten, wenn wir geloben, immerfort] aus unseren Herzen die Wurzel des Zornes oder der tödlichen Traurigkeit von Grund her auszureißen (Severus 37); [Im Gebet] geben wir alle Stimmungen ab wie Traurigkeit, Freude, Gereiztheit, Langeweile, Heiterkeit (Dyckhoff 43).

⁷⁶ Tun wir dies aus Trägheit und durch den Rückfall in alte Fehler nicht, dann werden wir schuldig an unseren Gebeten und Gelübden (Severus 37); Wenn wir das Hingabe-Gebet nicht ausführen oder aus Trägheit nachlässig handhaben, können wir die nächste Stufe der Meditation nicht erreichen. Haben wir erst einmal von der Bedeutung und den weitreichenden Auswirkungen dieses Betens für uns selbst und andere erfahren, wird es keines äußeren Einflusses mehr bedürfen, diesen Weg weiterzugehen (Dyckhoff 43).

⁷⁷ An dritter Stelle stehen die Bittgebete. Diese verrichten wir in der Glut des Geistes auch für andere, für unsere Lieben wie für den Frieden der ganzen Welt und nach dem Worte des Apostels in unserer Fürbitte für alle Menschen, für die Könige und alle Hochgestellten (1 Tim 2,1-2) (Severus 37-38);

»Fürbitten« entströmen dem nun übervollen Herzen. Wir nehmen ganz von selbst alle, die wir liebhaben und die uns nahestehen, mit in das Gebet. Die Kraft geht über in den Frieden für die ganze Welt – für Arm und Reich (1 Tim 2,1) (Dyckhoff 43).

⁷⁸ Eigenlijk een toegift, want in X geen melding van een aparte behandeling van dankzeggingen!

⁷⁹ An vierten Stelle schließlich stehen Danksagungen. Sie bringt das Gemüt dem Herrn in unaussprechlichem Entzücken dar, da es der vergangenen Wohltaten Gottes noch einmal gedenkt, auf die gegenwärtigen schaut oder vor sich alles sieht, was Gott denen bereitet hat, die ihn lieben (1 Kor 2,9) (Severus 38);

»Danksagungen« beschränken sich nicht auf aussprechliche situationsbedingte Zuwendungen Gottes. Es geht hier um eine unaussprechliche Herzensbeziehung, in der sich der Meditierende

des Erbarmens und der Liebe Gottes umfassend bewußt wird: Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft fließen ineinander. Er darf sogar Zukünftiges schauen, »was Gott denen bereitet hat, die ihn lieben« (1 Kor 2,9) (Dyckhoff 43, die hierbij opmerkt voor degene die de dankzegging en ermee verbonden toestand met zijn gedachten niet kan meemaken: *Gerade die Gedankenebene ist es, die durch das Ruhegebet immer wieder überschritten wird und zu einer Entgrenzung auf Gott hin führt. Der angesprochene Zustand ist ein Zwischenziel, das von denen beschrieben wird, die diese Erfahrung gemacht haben. Nur durch lohnende und bestätigende Zwischenziele ist man motiviert, trotz oftmals verständlicher Zweifel den Weg weiter zu gehen*).

⁸⁰ In dieser Haltung werden zuweilen reichlichere Bitten dargebracht, weil unser Geist, da er den in der Zukunft den Heiligen hintergelegten Lohn mit lauterstem Auge schaut, sich getrieben fühlt, vor Gott unaussprechlichen Dank in unermeßlicher Freude zu verströmen (Severus 38);

Auf dieser Stufe ist das Herz so erfüllt, daß der Gebetsstrom nicht enden will. Wir nehmen in reinem Bewußtsein wahr, welches Geschenk denen zuteil wird, die sich auf dem Heilsweg befinden.

Diese Erfahrung von Entgrenzung be-geistert den Meditierenden, Gott in unendlicher Freude zu danken; was jedoch nicht mehr in konkreten Worten, Gedanken oder Gefühlen geschieht, sondern in einem geistigen und geistlichen Zustand, die über die bisherige Dimension hinausgeht (Dyckhoff 44).

⁸¹ In welcher geistigen und seelischen Verfassung stellen sich diese Gebete ein? (Dyckhoff 44, waarop hij inleidend opnieuw de 3 vragen uit hoofdstuk 8 laat aansluiten: Kann man diese vier Arten des Betens in einem Gebet vereinen? Oder: Sollen diese Gebete einzeln dargebracht werden? Oder: Sind es vier verschiedene Stufen, die der Meditierende entsprechend seinem jeweiligen Entwicklungszustand nacheinander zu nehmen hat?).

⁸² Diese vier Arten pflegen bisweilen Anlaß zum Entstehen ausgiebiger Gebete zu geben. Wie wir wissen, entströmen ja sehr oft feurig glutvolle Gebete

aus der Bitte, die in der Zerknirschung über die Sünden hervorsprießt; aus dem Zustand der Anbetung, die aus vertrauender Opferhingabe und aus der Erfüllung der Gelübde nach der Lauterkeit des Gewissens entspringt;

aus der im Feuer der Liebe entstandenen Fürbitte wie aus der Danksagung, die die Betrachtung der Wohltaten Gottes, seiner Größe und Güte gebiert.

Daher steht es fest, daß alle genannten Arten sich für alle Menschen nützlich und notwendig erweisen, und in ein und demselben Menschen bringt die verschiedene Regung lautere und glühende Gebete von Bitte, Anbetung und Fürbitte hervor (Severus 38-39; de (onderstreepte) woorden uit dit gedeelte: *ardor caritatis, ferventissimae preces ignataeque en ignita oratio*, brachten hem ertoe zijn boekje »Das Glutgebet« te noemen (105));

Die vier Arten des Betens – das Beten um Befreiung, das Hingabe-Gebet, die Fürbitten und Danksagungen – sind Quellen einer intensiven Verbindung mit der göttlichen Welt und führen zu weitaus tieferen und beseelteren Gebeten, die jenseits aller Vorstellungskraft liegen. Für jeden Menschen erweisen sie sich als nützlich und notwendig – entsprechend der individuellen Lebenssituation und seiner seelischen Verfassung (Dyckhoff 45).

⁸³ Doch scheint die erste Art besonders den Anfängern angemessen zu sein, die noch vom Stachel ihrer Sünden und vom Andenken daran gepeinigt werden (Severus 39);

Die erste Art zu Beten scheint mehr den Menschen angemessen zu sein, der sich am Beginn des Gebetsweges befinden, da sie noch mit der Konsequenz ihres falschen Tuns und der Erinnerung daran beschäftigt sind (Dyckhoff 45).

⁸⁴ Die zweite Art kommt denen zu, die durch geistlichen Fortschritt und Verlangen nach Tugenden in ihrem Gemüt schon auf einer gewissen Höhe stehen (Severus 39);

Die zweite Art stellt sich nach einer gewissen Zeit der Gebetspraxis ein, wenn der Geist sich mehr und mehr aus Verhaftungen befreit hat, die seine Hingabefähigkeit begrenzen (Dyckhoff 45).

⁸⁵ Die dritte Art trifft jene, die ihre Gelübde im Werke erfüllen und beim Anblick der Gebrechlichkeit anderer sowie durch ihre eifrige Nächstenliebe zum Gebet für die anderen sich aufrufen fühlen (Severus 39);

Die dritte Gebetsart setzt den höchstmöglichen Grad der Hingabe voraus. Aufgrund eines gewachsenen Verständnisses für Sorgen, Nöte und Probleme anderer und tiefer, umfassender Liebe wird der andere mit in den Strom des meditativen Gebetes hineingenommen (Dyckhoff 45).

⁸⁶ Die vierte ist schließlich jenen gegeben, deren Herzen der strafende Gewissensstachel entrissen ist und die sonder Sorge die erbarmende Freigebigkeit des Herrn in vergangener, gegenwärtiger oder künftiger Zeit lautersten Gemütes erwägen, wobei sie zu jenem feurigen Gebet in Herzensglut hingerissen werden, das Menschenmund weder fassen noch ausdrücken kann (Severus 39);

Die vierte Art zu Beten schenkt sich denen, deren Seele ganz frei ist von quälenden und entwicklungshemmenden Bindungen – den Menschen, die reinen Herzens sind.

Dem Meditierenden offenbaren sich, zeitlich entgrenzt, in Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft die Gnadengeschenke wie auch die Barmherzigkeit Gottes. In großer Ruhe, ohne Gedanken, ohne Worte (Dyckhoff 45).

⁸⁷ De vier soorten zijn dus vier stadia of trappen, een geliefde uitdrukking in de eerste geestelijke literatuur. Bij de tweede trap denkt Cassianus ongetwijfeld aan de gelofte van de monniken om zich de wereld te ontszeggen (Weltentsagung). De derde trap wijst boven persoonlijke heilsbemoeienis uit op de voorbede voor anderen. Dat daarbij ook de gehele wereld genoemd wordt, toont hoezeer Cassianus zich doorgaans van de kerkelijke functie van het gebed bewust is. Zijn woorden over de dankzegging karakteriseren goed de kracht van dit gebed, dat eenmaal tot houding van het hart geworden, de christen draagt en hem van de volheid van de goddelijke liefde bewust maakt (innewerden läßt). De dankzegging is daarom in het cultusmysterie van de kerk net als in het persoonlijke gebed het midden van haar bidden (Severus 105).

⁸⁸ Ist das Gemüt schon zur wahren Lauterkeit fortgeschritten und hat es begonnen, in ihr Wurzel zu schlagen, so umfaßt es nicht selten dies allzugleich, und indem es einer dahinzuckenden Flamme gleich alles durchlodert, verströmt es unaussprechliche Gebete voll lauterste Lebenskraft vor Gott. Diese sendet der Geist, der mit unaussprechlichen Seufzern fleht, ohne unser Wissen zu Gott, da er in einem Augenblick so viel umgreift und unsagbar zum Bittgebet formt, daß wir es weder mündlich durchheilen noch zu anderer Zeit geistlich in Erinnerung bringen können (Severus 39).

⁸⁹ Man findet daher zuweilen auch, daß in jeglicher Art jemand lautere und innige Gebete hervorbringt. Denn sogar auf der niedrigsten Stufe, die in der Erinnerung an das künftige Gericht besteht, wird jener aus Furcht vor der Strafe und aus Angst vor der Prüfung zur Stunde so zerknirscht, daß er mit nicht geringerer geistlicher Freude durch die 'Salbe' des Gebetes erfüllt wird als jener, der in der Lauterkeit seines Herzens Gottes Freigebigkeit durchschaut. Dann wird er von der Sündenfessel gelöst und eilt mit unsagbarer Freude und Frohsinn dahin. Beginnt er doch nach den Worten des Herrn mehr zu lieben, in der Erkenntnis, daß ihm noch mehr verziehen wurde (Lk 7,47) (Severus 40);

Aber auch der, der die vierte Stufe noch nicht erreicht hat, kann in der Meditation Entgrenzung erfahren. Selbst am Beginn des Gebetsweges, an dem noch der ganze Prozeß des Ausgleichs vor uns liegt, und wir noch zeitweise deprimiert sind - selbst da können wir zwischenzeitlich mit nicht geringer Freude des Geistes und Lebensenergie, die aus dem Ruhegebet erwächst, erfüllt werden. In diesen zutiefst beglückenden Momenten unterscheidet sich die Erfahrung nicht von der Erfahrung desjenigen, der in reinem Bewußtsein fortwährend in der Fülle der göttlichen Liebe steht. Es wächst in ihm die Liebe, wenn er erkennt, daß ihm mehr vergeben wurde (Lk 7,47) (Dyckhoff 46, die hierbij aantekent, dat ook al waait Gods Geest waar Hij wil, ook al is Gods toewending voor de mens niet te berekenen, hij maar niet werkeloos op zijn verlossing moet gaan zitten wachten. Om Gods tegemoetkomen te ervaren, mag en moet ook hij stapsgewijs op Hem toegaan!).

⁹⁰ Gebetserfahrung van Stufe zu Stufe (Dyckhoff 46).

⁹¹ Doch müssen wir durch den vollkommenen Lebenswandel eher jene Gebetsarten erstreben, die in der heiligen Schau künftiger Güter und im Feuer der Liebe dahinfließen (Severus 40);

Das eigentliche Streben des Menschen ist auf immer höherwertigere Ziele ausgerichtet. So wachsen wir auf dem Weg, der mit innerer Konsequenz aufwärts führt, als Meditierende ganz von selbst auch in die höheren Formen des Betens hinein. Das Gebet fördert ein fortschreitendes und qualitativ besser werdendes Leben (Dyckhoff 46).

⁹² oder aber, um bescheidener und als Anfänger zu reden, [wir müssen jene Gebetsarten erstreben die] zur Erlangung von Tugenden oder um der Tilgung eines Lasters willen entstehen (Severus 40);

Um es einfacher auszudrücken: Durch den Abbau von Blockaden und wachsendes Gutsein können wir zunehmend göttliche Lebensenergie erfahren (Dyckhoff 46).

⁹³ Nicht anders nämlich können wir die angeführten höheren Gebetsarten erreichen, als daß unser Gemüt in der Ordnung jener Bittgebete allmählich und stufenweise emporgezogen wird (Severus 40);

Um aber auf Dauer diese Gnade empfangen zu dürfen, ist es erforderlich, diese Gebetsformen von Stufe zu Stufe zu durchschreiten (Dyckhoff 46).

⁹⁴ Ging auch Jesus einen solchen Gebetsweg? (Dyckhoff 47).

⁹⁵ Diese vier Arten des Gebetes weihte der Herr durch sein Beispiel gnädig ein, um auch hier zu erfüllen, was von ihm gesagt ist: Was Jesus zu tun und zu lehren begann (Apg 1,1) (Severus 40);

Diese vier Gebetsarten fanden auch im Leben Jesu und durch seine Lehre Bestätigung (Apg 1,1) (Dyckhoff 47).

⁹⁶ Bij vergelijking van het bidden van Jezus met de door Cassianus geleerde meditatie, moet eerst worden bedacht, dat het woord *meditari* maar twee keer in het Nieuwe Testament voorkomt. De eerste christenen namen in hun godsdienstige praktijk afstand van die van de Farizeeën en Sadduceeën die hun veruiterlijkt bidden en hun voordurend met de lippen belijden van de wet Gods meditari noemden. Maar afgezien hiervan laten er zich vervolgens ook - hoewel de mededelingen over Jezus' bidden schaars zijn - allerlei verbanden ontdekken van gelijke richting, zoals:

- de noodzaak van het bidden (Jezus weet, dat hij als mens een begrensde wezen bezit; hij weet, dat hij steeds weer met zijn Vader alleen moet zijn, om in de kracht van de Heilige Geest te blijven. Niet alle verwachtingen kunnen worden vervuld; vele moeten voor het ene noodzakelijke wijken);
 - de afzondering (Jezus zonderde zich af);
 - de regelmaat voor wat betreft plaats en tijd (b.v. de Olijfberg);
 - de herhaling van een gebedswoord (Getsemane);
 - de aanroeping Gods dat zijn Wil geschiede;
 - de overgave van eigen wil;
 - ook dat er zich in het bidden een communicatie kan ontsluiten (Het gebeuren op de berg Tabor is geen eenzame ontmoeting met de Vader, maar wordt tot een communicatie!); dat in een ontgrenzing naar God toe het begrensde wezen van de mens wordt overschreden).
- (Dyckhoff 48-49).

⁹⁷ Obgleich nun unser Herr die Darbringung der vier Arten des Gebetes einzeln und zu eigener Zeit, wie wir sahen, unterschieden hat, so zeigte er doch auch durch sein Beispiel, daß sie im vollkommenen Gebet zusammengefaßt werden können (Severus 41);

Obgleich der Herr aber diese vier Formen des Betens einzeln und zu je eigener Zeit unterschieden hat, so lehrte er darüber hinaus auch durch sein Beispiel, daß sie im vollkommenen Gebet zusammengefaßt werden können (Dyckhoff 49)

⁹⁸ ... durch jenes Gebet nämlich, das wir am Ende des Evangeliums nach Johannes so reichlich von ihm dargebracht finden (Severus 41);

Das hohepriesterliche Gebet Jesu aus dem Bewußtsein der Einheit am Ende des Johannes-Evangeliums (Joh 17) zeigt eine weitere, eine fünfte Gebetsstufe an. Beim Lesen und Mitbeten dieses Kapitels wird dem Meditierenden ein Einblick in diesen Zustand der Einheit gewährt (Dyckhoff 49).

⁹⁹ Paulus bestätigt diese fünfte Stufe als Summe der vorangegangenen vier in seinem Brief an die Philipper, in dem er zur Einigkeit und zur Freude im Herrn aufruft: »Sorgt euch um nichts, sondern bringt in jeder Lage betend und flehend eure Bitten mit Dank vor Gott« (Phil 4,6) (Dyckhoff 49).

¹⁰⁰ Diesen Gebetsarten folgt also ein erhabener Zustand, der allein in der Schau Gottes und im Feuer der Liebe Gestalt gewinnt. Durch ihn öffnet sich das Gemüt seiner Agape und redet traulich mit Gott wie nur ein Kind zum eigenen Vater (Severus 42, die erbij opmerkt, dat deze verheven toestand waarvan Isaäk spreekt, als het ware die is van een deelname aan die dialoog, welke in de allerheiligste drieenheid wordt gevoerd (105): participatio trinitatis dus);

Diesen vier ersten Stufen des Gebetes folgt also ein noch viel erhabener Zustand, der im Schauen Gottes und im Feuer der Liebe Gestalt annimmt. In diesem Gottesbewußtsein ist der Geist ganz in die Liebe Gottes versunken. Und die Seele öffnet sich vollkommen der Liebe Gottes, wenn sie sich von ihm geliebt weiß und ihn liebend erfährt. Sie spricht mit ihm so vertraut wie ein Kind mit dem eigenen Vater den es über alles liebt (Dyckhoff 49).

¹⁰¹ Dies liebevoll zu suchen, lehrt uns das Wort des Herrngebetes: Vater unser (Mt 6,9). Da wir also den Herrn des Alls als unseren Vater mit eigener Zunge preisen, bekennen wir zugleich, daß wir aus dem Sklavenlos zur Kindschaft erhoben worden sind (Severus 42);

Diesen Zustand zu suchen, lehrt die Anrede im Gebet des Herrn: »Vater unser« (Mt 6,9). Wenn wir so den Schöpfer des Himmels und der Erde als unseren Vater preisen, erkennen wir zugleich, daß wir aus der Anonymität zu Söhnen und Töchtern erhoben wurden (Dyckhoff 49-50).

¹⁰² Dann fügen wir bei: »der du bist im Himmel«, um dem Aufenthalt im gegenwärtigen Leben, das wir hier als Pilgerschaft und fern von unserem Vater führen, zu entgehen und eher voll Sehnsucht jenem Lande zuzueilen, das wir die Wohnung unseres Vaters nennen. Damit wir ferner nichts zulassen, was uns dieser unserer Berufung und des Adels solcher Kindschaft unwürdig

machen könnte oder des väterlichen Erbes als entartete Söhne berauben und aus dem Zorn seiner Gerechtigkeit und Strenge verfallen lassen würde (Severus 42-43);

Dann fügen wir hinzu: »der du bist im Himmel«. Das gegenwärtige Leben, unsere Zeit auf Erden, wird eher als von Gott entfernt erfahren; wir scheinen wie Fremde getrennt von unserem Vater zu leben. Die dem Menschen innewohnende Sehnsucht aber läßt uns jenes Land in uns suchen, in dem unser Vater wohnt. Auf diesem Weg sollten wir unsere eigentliche Bestimmung, das Berufensein zu höheren Entwicklungsstufen, nicht aus den Augen und dem Herzen verlieren (Dyckhoff 50).

¹⁰³ Da wir nun zu Söhnen erhoben sind, so sollen wir immerzu in kindlicher Liebe brennen, wie sie im guten Kind ist, und unseres Herzens Neigung nicht mehr auf unseren eigenen Nutzen, vielmehr allein auf die Herrlichkeit unseres Vaters richten; deshalb sprechen wir zu ihm: »Geheiligt werde dein Name«. Indem wir bezeugen, daß unser Sehnen und unsere Freude die Herrlichkeit unseres Vaters ist, werden wir dessen Nachahmer, der da sagte: »Wer aus sich selbst redet, sucht die eigene Ehre; wer aber die Ehre dessen sucht, der ihn gesandt hat, der ist wahrhaftig, und Ungerechtigkeit ist nicht in ihm« (Joh 7,18) (Severus 43);

Aufgrund unserer besonderen Stellung in der Rangordnung der Schöpfung pulsiert in uns jene natürliche Liebe zu Gott wie sie ein Kind hat zu seinen Eltern. Auf dieser Stufe der Entwicklung wird es selbstverständlich, daß nicht mehr der eigene Nutzen im Vordergrund steht, sondern jede menschliche Aktivität auf Gott ausgerichtet ist. Deshalb sprechen wir zu ihm: »Geheiligt werde dein Name« - wodurch wir unser Erkennen zum Ausdruck bringen, daß alle Freude am Sein gottgewollt und unsere letzte Sehnsucht auf ihn gerichtet ist. Beides gereicht Gott zur Ehre (Dyckhoff 50, die hierbij over de verhouding tussen het »rustgebed« en het Onze Vader aantekent: Das Ruhegebet welches Cassian in diesem Zusammenhang nicht direkt anspricht, bereitet den jeweiligen Grund der Gebetsverfassung [*gebedshoedanigheid, gebedshouding?*], von dem aus das Vater unser lebenswahrhaftig gebetet werden kann. Das Ruhegebet darf also als Vorbereitung gesehen werden, damit das, was wir mit Worten im Vater unser ausdrücken, bereits vorher in tieferen Schichten unserer Seele grundgelegt ist. So läuft der Betende nicht Gefahr - wenn er aus der Gott-Offenheit und der Ruhe der Meditation kommt - das Gebet des Herrn, dieses »vollkommenen« Gebet, das Jesus selbst uns lehrte, nur mit den Lippen zu beten. Nach einer solchen Bereitung durch die Meditation wird das Beten des Vaters unser aufrichtig sein und spüren lassen, wo ich auf meinem Weg zu Gott wirklich stehe. Einige Worte werde ich ehrlicherweise auslassen müssen - bei anderen werde ich aber eine tiefe Freude und Erfüllung erfahren; Herz und Geist schwingen mit).

¹⁰⁴ Erenaam van de apostel Paulus, zie Hnd. 9,15.

¹⁰⁵ Auch das »Gefäß der Auserwählung« wünscht, von solchen Sinnen erfüllt, von Christus weg verdammt zu werden, wofern nur seine Familie um so reicher würde und zur Herrlichkeit des eigenen Vaters das Heil des ganzen Volkes Israel wachse. Sonder Sorge wünscht nämlich der für Christus unterzugehen, der weiß, das niemand für das Leben sterben kann: »Darum freuen wir uns«, sagt er, »wenn wir schwach sind, ihr aber seid mächtig« (2 Kor 13,9) (Severus 43).

¹⁰⁶ ... und der Einhauchung der heiligen Prophetengeistes bar sein will (Severus 43).

¹⁰⁷ Wir wollen nichts weiter von der Bereitschaft des Gesetzgebers [= Mozes] sagen ... (Severus 44).

¹⁰⁸ Doch kann das Wort »Geheiligt werde dein Name« durchaus passend auch anders genommen werden; denn die Heiligung Gottes ist unsere Vollendung. Wenn wir daher zu ihm sprechen »Geheiligt werde dein Name«, dann sagen wir mit anderen Worten: Vater, mach uns zu solchen, daß wir zu erfassen verdienen, wie groß deine Heiligkeit ist - oder aber: Mögest du in unserem geistlichen Wandel als heilig erscheinen. Dies wird in uns wirklich, wenn die Menschen unsere guten Werke sehen und unseren Vater preisen, der im Himmel ist (Mt 5,16) (Severus 44);

Doch kann das Wort: »Geheiligt werde dein Name« auch so verstanden werden, daß die Heiligung Gottes unsere Vollendung ist. Wenn wir also beten: »Geheiligt werde dein Name«, sagen wir mit anderen Worten:

»Vater, hilf uns auf unserem Weg,
daß wir zu erfassen und begreifen vermögen,
wie groß über jede Begrenzung hinaus deine Herrlichkeit ist«.

Und:

»Mögest du in unserem Fühlen,
Denken und Handeln spürbar werden«.

Dies wird sich erfüllen, wenn andere durch uns auf Gottes Liebesenergie aufmerksam werden und unseren »Vater preisen, der im Himmel ist« (Mt 5,16) (Dyckhoff 51).

¹⁰⁹ In der zweiten Bitte verlangt das lautere Gemüt, das Reich seines Vaters möge mehr und mehr ankommen. Das ist jenes Reich, in dem Christus täglich in den Heiligen herrscht, wenn nämlich die Macht des Teufels durch Auslöschen der stinkenden Laster aus unseren Herzen vertrieben ist und Gott in uns durch den Wohlgeruch der Tugenden Herr zu sein anhebt, wenn nach Besiegung der Unzucht die Keuschheit, nach der Wut die Sanftmut und wenn nach dem niedergetretenen Stolz die Demut in unserem Gemüt herrscht (Severus 44-45).

In der zweiten Bitte gibt der Beter seiner Sehnsucht Ausdruck, das Reich des Vaters möge sich in seinem Herzen entfalten. Das Reich Gottes ist jener Bereich im Menschen, in dem

Christus schon hier und jetzt Gestalt annimmt, wenn unsere Seele von Einflüssen der Fremdmacht befreit ist und diese unsere Entscheidungen nicht mehr mitbestimmt. Das so gereinigte Bewußtsein nimmt dann ganz von selbst das »Reich Gottes« in sich auf. Das heißt konkret:

- wenn nicht mehr falsch gesteuerte sexuelle Begierden uns bestimmen, sondern eine aus reinem Herzen strömende Liebe zum anderen;
- wenn jegliche Verbissenheit und verletzende Aggressivität einer durch Verständnis getragenen Ruhe gewichen sind;
- wenn Überheblichkeit abgebaut ist und die Lebensimpulse aus einer gesunden Mitte strömen. (Dyckhoff 51-52).

¹¹⁰ Oder es ist jenes Reich, das für die vorausbestimmte Zeit allen vollkommenen Gotteskindern allgemein verheißen ist, indem Christus zu ihnen spricht: »Kommt, ihr Gesegneten meines Vaters, nehmt in Besitz das Reich, das euch bereitet ist von Grundlegung der Welt her« (Mt 25,34). Dort haften gleichsam die Blicke des Betenden, und sehnsüchtig wartend spricht er zu ihm: »Es komme dein Reich«. Er weiß ja durch das Zeugnis seines Gewissens, sobald er erscheint, wird er sein Mitgenosse sein. Dies wagt kein Lasterhafter zu sagen oder zu wünschen, weil keiner den Thron des Richters sehen will, der sich bei dessen Ankunft nicht die Palme und den Lohn für sein Verdienst, vielmehr sogleich die Strafe zugemessen weiß (Severus 45);

In dieser Bitte ist aber auch jenes Reich angesprochen, das allen, die auf die Vervollkommnung hin leben, und überhaupt allen versprochen ist. Christus spricht: »Kommt ihr Gesegneten meines Vaters, nehmt das Reich in Besitz, das euch bereitet ist von Grundlegung der Welt her« (Mt 25,34). Der Meditierende weiß ansatzweise bereits aus eigener Erfahrung, daß er an diesem Reich voll teilhaben kann. Das Wort »Dein Reich komme« kann aber auch bei Menschen, die noch tief in ihrem »eigenen Reich« verhaftet sind, Zweifel und Ängste auslösen (Dyckhoff 52, die verklärend toevoegt: Wenn ich mir mein »eigenes Reich« aufgebaut und eigene Maßstäbe als »Einlaßbedingungen« gesetzt habe, die nichts zulassen, was außerhalb meiner Willens- und Vorstellungskraft liegt, kann das Wort »Dein Reich komme« verständlicherweise Angst auslösen. Grundvertrauen in Gott und eine Bereitschaft zum Aufbruch sind Voraussetzungen, dieses Wort auch mit dem Herzen zu sprechen. Das Ruhegebet hilft, die starre Begrenztheit des Willens aufzubrechen und offen zu werden für das Reich Gottes).

¹¹¹ Es kann kein größeres Gebet geben als zu wünschen, das Irdische möge dem Himmlischen gleich werden. Drückt diese Bitte »Dein Wille geschehe, wie im Himmel so auf Erden« nicht den Wunsch aus, die begrenzte Seele möge sich ganz dem göttlichen Wesen öffnen? Wie der Wille Gottes in jenen Welten atmet und pulsiert, die uns Menschen noch verborgen sind, sollten auch wir auf dieser Erde in wachsendem Erkennen ausgerichtet sein, Seinen Willen zu tun (Dyckhoff 53, die er aansluitend op wijst, dat het gevoel dat deze bede oproept van een willoos wezen te zijn, precies de juiste grondhouding van de bidder vat, de grondhouding van een die ontvangt, die zich in vertrouwen en »willoos« op God ver-laait. In de verkondiging loopt Maria op deze bede vooruit met haar »Zie hier uw dienstmaagd, mij geschiede naar uw woord«. Jezus leert niet alleen deze derde bede, maar doorleeft en doorlijdt haar ook op de Olijfberg. De overgave van de eigen wil aan God wordt in de meditatie geoefend om gesterkt door Zijn gave met nieuwe wilskracht onze taken weer aan te kunnen vatten. Het is begrijpelijk aanvankelijk beducht te zijn zich in deze overgave te verliezen. Maar precies deze overgave is waar het ten diepste om gaat [»der tiefe Gehalt«] in het cassiaanse »rustgebed« waar we gesterkt en gemotiveerd voor nieuwe opgaven uitkomen, om ons leven ont-scheidend [»ent-scheidend«] te leven).

¹¹² So wird nur aus der Tiefe des Herzens beten können, der hingebend vertraut, daß Gott alles, mag es äußerlich als Glück oder Unglück erscheinen, für die Entwicklung des Menschen tut, und daß er um das Heil auch in dieser Zeit aufmerksamer besorgt ist als wir es selbst für uns sein können (Dyckhoff 54).

¹¹³ Der Wille Gottes ist das Heil aller: »Er will, daß alle Menschen heil werden und zur Kenntnis der Wahrheit kommen« (1 Tim 2,4). Von diesem Willen spricht auch der Prophet Jesaja, indem er Gott selbst sagen läßt: »Und all mein Wille soll geschehen« (Jes 46,10). Dem Plan Gottes entgegenkommend, bitten wir ihn darum, daß alle auf Erden – wie bereits die im Himmel – seiner Erkenntnis entsprechend gerettet werden (Dyckhoff 54).

¹¹⁴ »Überwesentlich« (Mt 6,11) bedeutet, das Brot ist von solch erhabenem Wesen, es steht über aller Wesenheit und übertrifft an Größe und Kraft alles Geschaffene, alle Geschöpfe. Durch die Bezeichnung »tägliches« (Lk 11,3) Brot möchte der Evangelist deutlich machen, daß wir keinen Tag ohne dieses Brot zu geistlichem Leben fähig sind (Dyckhoff 54).

¹¹⁵ Mit »heute« bringt er also zum Ausdruck, daß es jeden Tag empfangen werden sollte. Diese tägliche Notwendigkeit verlangt danach, das Brot, das Wort Gottes immer wieder auf's neue in uns aufzunehmen; denn es gibt keinen Tag, an dem es uns vergönnt sein sollte, diese Stärkung des inneren Menschen zu genießen (Dyckhoff 54, die hierbij opmerkt, dat het Cassianus in deze bede uitsluitend gaat om de voeding voor geest en ziel, dat wil zeggen: het ontvangen van lichaam en bloed van Christus, het horen van het Woord Gods en de meditatie waarin God ons met zijn wezen en met zijn aanwezigheid kan beroeren).

¹¹⁶ Natürlich kann dieses »heute« auch vom Hier und Jetzt verstanden werden: »Gib uns dieses Brot, so lange wir in dieser Welt weilen – wir wissen aber auch, daß du es uns künftig geben wirst«, denn das in diesem Leben begonnene wird sich folgerichtig intensiver im kommenden fortsetzen (Dyckhoff 55).

¹¹⁷ Gott schenkte uns in seiner großen Barmherzigkeit nicht nur eine Gebetsform und läßt uns die jeweils rechte Art von Verhalten erkennen, sondern er bietet dem Meditierenden auch die Gelegenheit und erschließt ihm den Weg, Gott in seiner vergebenden und grenzenlosen Liebe zu erfahren. Durch das »Vater unser«, das wir nach seinem Willen immer wieder beten sollen, werden die Ursachen von tief verwurzelten Blockaden, Depressionen und Aggressionen in uns aufgelöst. Gott ermöglicht es uns sogar, den künftigen Reinigungsprozeß erheblich zu reduzieren, indem wir ihn durch unser eigenes Verzeihen zur Vergebung unserer Vergehen bitten: »Vergib uns wie auch wir vergeben« (Dyckhoff 55).

¹¹⁸ Im Vertrauen auf dieses Gebet kann jeder Verzeihung erhoffen, wenn er selbst gütig und nachsichtig denen gegenüber ist, die er in seiner Welt als Schuldner empfindet. Es gibt auch Menschen, die sich bei offensichtlichen Vergehen gegen andere »tolerant« und »großherzig« geben; sich jedoch bei geringen Beleidigungen, die gegen sie selbst gerichtet sind, unbarmherzig und unerbittlich zeigen. Wer einem Mitmenschen, der ihm Schmerz zufügte, nicht von Herzen verzeiht, wird sich durch dieses Gebet nicht weiterentwickeln, sondern eher einen Rückschritt tun. Er fordert dies geradezu durch sein Gebetswort heraus: »Vergib mir so wie auch ich vergebe«. Was folgt da anders, als daß er seinem eigenen Beispiel gemäß Unversöhnlichkeit und Unnachsichtigkeit erfährt? (Dyckhoff 56).

¹¹⁹ Wollen wir aber letztlich auch von Gott versöhnlich und nachsichtig behandelt werden, müssen wir denen gegenüber versöhnlich und nachsichtig sein, die auch uns gegenüber Unrecht taten. Aus Unvermögen oder um nicht unehrlich zu sein, übergehen manche diese Stelle schweigend, da sie sich durch dieses Bekenntnis nicht belasten möchten. Sie sehen ein, daß vor Gott eine solche Täuschung keinen Bestand hat, denn er läßt die Bittenden sehr schnell eine tiefere Wahrheit erfahren. Es besteht eine große Chance, von Gott so behandelt zu werden, wie wir es möchten, wenn wir bereit sind, allen zu vergeben, die uns etwas angetan haben. Dem wird Erbarmen zuteil, der Erbarmen geübt hat (Jak 2,13) (Dyckhoff 56).

¹²⁰ Es folgt sodann: »Und führe uns nicht in Versuchung«. Da entsteht nun nicht die leichteste Frage. Wenn wir nämlich bitten, nicht in Versuchung geführt zu werden, wie wird dann in uns die Tugend der Standfestigkeit erprobt gemäß dem Wort: »Kein Mann, der nicht versucht ward, ist bewährt« (Sir 31,10)? Und wiederum: »Selig der Mann, der die Versuchung erträgt« (Jak 1,12). Das besagt also die Bitte »Führe uns nicht in Versuchung« nicht: Laß uns niemals versucht werden, sondern: Laß uns, wenn wir in Versuchung sind, nicht überwunden werden (Severus 49);

Dieses Wort kann sehr leicht falsch verstanden werden. Wenn wir bitten, nicht in Versuchung geführt zu werden, wie können wir dann in unserer Persönlichkeit Standfestigkeit entwickeln? »Niemand, der nicht versucht wurde, ist bewährt« (Sir 31,10). »Selig der Mann, der die Versuchung aushält« (Jak 1,2). Die Bitte »Führe uns nicht in Versuchung« bedeutet nicht, Gott möge uns die Versuchung ersparen, sondern er möge nicht zulassen, daß wir der Versuchung unterliegen (Dyckhoff 56-57).

¹²¹ Denn versucht wurde Job, aber nicht hineingeführt in die Versuchung. Er bot Gott keine Torheit und ging nicht mit gottlosem Munde lästernd auf den Willen des Versuchers ein, zu dem er verlockt wurde. Versucht wurde Abraham, versucht auch Joseph, doch keiner von ihnen wurde hineingeführt in die Versuchung, weil keiner dem Versucher zustimmte. Schließlich folgt noch: »Sondern erlöse uns von dem Bösen«. Das heißt: Laß nicht zu, daß wir über unser Vermögen vom Teufel versucht werden, sondern mit der Versuchung gib auch den Ausweg, damit wir bestehen können (1 Kor 10,12) (Severus 49);

Versucht wurde zum Beispiel Hiob, aber er widerstand, denn er ließ weder Gott aus seinem Blick, noch ging er mit lästernden Worten gegen ihn auf den Willen des Versuchers ein. Versucht wurde Abraham, versucht wurde Joseph, jedoch keiner von beiden unterlag der Versuchung; keiner gab dem Versucher seine Zustimmung. Folgerichtig muß dieses Gebetswort ergänzt werden um: »... sondern erlöse uns von dem Bösen«. Das heißt: »Laß nicht zu, daß wir über unsere Kraft von zerstörerischen Mächten versucht werden, sondern gib mit der Versuchung auch den Ausweg, damit wir bestehen können (1 Kor 10,12) (Dyckhoff 57).

¹²² Bitten über das Vater unser hinaus? (Dyckhoff 57).

¹²³ Ihr seht also, welche Art und Form des Gebetes uns von dem Richter, den wir durch dieses anflehen sollen, vorgelegt ist. Darum ist keine Bitte um Reichtümer, kein Gedanke an Ehrenstellen, kein Verlangen nach Macht und Stärke und keine Erwählung leiblicher Gesundheit und zeitlichen Lebens darin enthalten. Denn der die Ewigkeit gegründet, er will um nichts Hinfälliges, Wertloses und Zeitliches angegangen werden. Wer daher diese ewigen Bitten unterläßt und lieber etwas Vergängliches und Hinfälliges von ihm erbittet, fügt seiner

Herrlichkeit und Freigiebigkeit die größte Beleidigung zu, und durch die Wertlosigkeit seines Gebetes erreicht er eher eine Erbitterung als eine Versöhnung des Richters (Severus 50, die erbij aantekent: Wie Isaak seine Zuhörer in guter Führung vom Gebet des einzelnen zum Gebet des Herrn geleitet hat, das in einzigartiger Weise Gebet des einzelnen wie der Gemeinschaft ist, so spricht er nun mit wenigen Worten von den Letzten und Ewigen Dingen: Sie sind das Reich der Herrlichkeit, um dessen Ankunft wir beten. Frohlockende Zuversicht und schmerzhaftes Wissen um die Macht des Bösen vereinigen sich im Vertrauen derer, die sprechen dürfen: Vater unser);

Gott selbst gab uns diese Gebetsform. Es findet sich darin keine Bitte um Reichtümer, kein Gedanke an gesellschaftlichen Aufstieg, kein Verlangen nach Macht, keine Erwähnung leiblicher Gesundheit oder des zeitlichen Lebens. Er, der die Ewigkeiten gründet, will um nichts Hinfälliges, Wertloses, mit der Zeit Vergehendes angegangen werden. Wer die Bitten um Ewiges unterläßt und statt dessen lieber um nur Hinfälliges und Vergängliches betet, erkennt Gott in seiner Herrlichkeit und Größe nicht an. Sein Gebet wird dann ein wertloses sein und bei Gott nicht ankommen.

Auch Bitten um Zeitliches in dieser Welt können von Gott angenommen werden, wenn sie eine Beziehung zu den ewigen Gütern transparent werden lassen (Dyckhoff 57).

¹²⁴ Das Glutgebet (Severus); Das höhere Gebet (Dyckhoff).

¹²⁵ Obgleich nun dieses Gebet die ganze Fülle der Vollendung zu enthalten scheint, da es ja durch die Autorität des Herrn selbst geweiht und aufgestellt ist, so zieht er doch seine Hausgenossen zu jenem oben erwähnten höheren Zustand empor. Er führt sie hin zum feurigen, nur von wenigen erkannten und erfahrenen, ja, um mich treffender auszudrücken, unaussprechlichen Gebet auf erhabener Stufe, das allen Menschensinn übersteigt. Weder durch den Ton der Stimme noch durch den Schlag der Zunge und nicht durch die Kunde der Worte wird es vernehmlich (Severus 50);

Obwohl das Vater unser offensichtlich die ganze Fülle der Vollkommenheit in sich enthält, da es ja durch die Autorität des Herrn selbst verbürgt ist, so zieht Gott doch diejenigen, die mit ihm noch vertrauter geworden sind, zu einer weiteren Bewußtseinsstufe empor. Das geschieht durch ein weiter entgrenzendes Gebet, von dem nur wenige etwas wissen und es erfahren. Es ist ein unaussprechliches Gebet auf erhabener Stufe, das alles menschliche Bewußtsein übersteigt. Dieses Gebet artikuliert sich nicht, weder durch den Ton der Stimme noch durch eine Bewegung der Lippen – nicht einmal durch ein gedachtes Wort (Dyckhoff 58, die over de betrekking tussen het »rustgebed«, het Onze vader en dit »hogere gebed« het volgende opmerkt:

Das Ruhegebet ist eine ganz einfache Meditation, die den Boden bereitet, um sowohl in tieferen Gebeten mit Gott Gemeinschaft zu erfahren als auch generell Leben besser zu bestehen. Durch diese Meditation erfährt der Meditierende eine Ausweitung seines Bewußtseins sowie wachsende Gebetsverfassungen, aus denen dann die entsprechenden Gebete zu Gott aufsteigen.

Im Vater unser sind es Gebetsverfassungen, die bereits über den vier angesprochenen Gebetskategorien (Bitte, Hingabe, Fürbitte, Dank) stehen. Beim »höheren Gebet« handelt es sich um eine weitere Gebetsverfassung, in der das innerste Wesen des Menschen ganz von der göttlichen Liebeskraft durchdrungen ist. Weder die menschliche Sprache kann diesen weiter entgrenzten Zustand beschreiben noch können die Gedanken ihn erfassen).

Over wat een »Gebetsverfassung« is, zegt hij het volgende: Durch den Entwicklungsprozeß des Menschen auf Gott hin erfahren wir eine Bewußtseinserweiterung, die sich jeweils in bestimmten Zuständen ausdrückt. In seiner praktischen Gebetslehre spricht Johannes Cassian von »Gebetsverfassung« (orationis status), einer Grundhaltung des Menschen vor Gott. Diese mit dem Lebensprozeß in Verbindung stehende seeliche Verfaßtheit bestimmt die Qualität des Gebetes; sie ist aber nicht identisch mit den einzelnen Gebeten selbst. Die Gebetsverfassung bezeichnet also eine geistliche Grundverfassung, die beständig und bleibend ist, jedoch gleichzeitig dem inneren Wachstum des Menschen entspricht).

¹²⁶ Das Gemüt faßt dieses Gebet, durch das eingegossene himmlische Licht erhellt, nicht in menschlich beschränkte Sprüche, sondern es strömt mit der Fülle der Empfindungen wie aus übergelbem Borne reichlich aus und läßt es unaussprechlich vor Gott hinsprudeln, indem es in der Kürze eines Augenblicks so viel vorbringt, daß es weder leicht zu sagen ist noch vom Gemüt selbst, wenn es zu sich einkehrt, durchdacht werden kann (Severus 50-51);

Das von der göttlichen Liebeskraft vollends durchdrungene innerste Wesen des Menschen ist durch die beschränkte menschliche Sprache nicht mehr zu beschreiben; wie aus übergelber Quelle strömt das Gebet, alles in sich zusammenfassend, zu Gott. In der Kürze eines Augenblicks bringt dieses Gebet so viel vor Gott wie der Mensch, wenn sein Bewußtsein wieder die Begrenzungen von Raum und Zeit angenommen hat, nie aussprechen oder mit seinen Gedanken erfassen könnte (Dyckhoff 58-59).

¹²⁷ Diesen Zustand stellte auch unser Herr in jenem Gebet dar, das er auf dem Berg zurückgezogen und schweigend nach der Schrift darbrachte (Lk 6,12), als er, selbst ein unnachahmliches Vorbild der Hingabe, in der Not des Gebetes Blutstropfen vergoß (Lk 22,44) (Severus 51);

Einen solchen Zustand durchlebte auch Christus, als er, zurückgezogen in die Einsamkeit, auf dem Berge schweigend betete (Lk 5,16; 6,12) wie auch, seinen Tod vor Augen, in völliger Hingabe im Garten von Getsemani (Lk 22,44) (Dyckhoff 59).

¹²⁸ Kann man auch durch Lebenssituationen zu einer tieferen geistlichen Dimension des Betens geführt werden? (Dyckhoff 59).

¹²⁹ Wer aber könnte, mag er auch mit großer Erfahrung ausgestattet sein, die verschiedenen Ursachen und Ursprünge der Zerknirschung hinreichend erklären, durch die das Gemüt entflammt und zu lauter glühenden Gebeten getrieben wird? (Severus 51);

Trotz größter Erfahrung ist es wohl niemandem möglich, ausreichend die verschiedenen Gründe und Entstehungsursachen zu nennen, durch die ein Mensch zu einem reinen und entgrenzenden Gebet gelangen kann. Beispiele einiger Lebenssituationen, die zu diesen tieferen Dimensionen des Betens führen können: ... (Dyckhoff 59).

¹³⁰ Zuweilen nämlich gab uns ein Psalmvers während des Gesanges Anlaß zu glühendem Gebet (Severus 51);

Das Erkennen und Verinnerlichen von Wahrheiten aus den Heiligen Schriften befähigt zu reinem Gebet (Dyckhoff 59).

¹³¹ Ein andermal regte die wohlklingende Weise einer brüderlichen Stimme die Erstaunten zu inbrünstigem Flehen an (Severus 51);

Eine besondere Musik kann unseren innersten Wesenskern derart berühren, daß er transzendiert (Dyckhoff 60).

¹³² Ebenso wissen wir, daß Gemessenheit und Würde des Psalmensängers auch größeren Eifer der Umstehenden erweckt hat (Severus 51, die er op wijst dat in het oude monnikendom de psalmen niet door allen in wisselzang maar door een of meerdere zangers werden voorgedragen (106));

Die Ausstrahlung der positiven Lebenskräfte eines Meditierenden kann andere in Tiefenschichten ihres eigenen Bewußtseins führen (Dyckhoff 60).

¹³³ Desgleichen hat das Mahnwort eines vollkommenen Mannes oder ein geistliches Gespräch häufig das Herz Darniederliegender zu überreichen Gebeten aufgerichtet (Severus 51-52, waarbij hij aantekent, dat in het oude monnikendom werd geloofd, dat de gave van de Geest de volkommenen op bijzondere wijze met het woord begiftigd. De liefde tot het woord en de gehoorzaamheid die eraan verschuldigd is en als antwoord gegeven wordt, is daarom reeds in de kring van Jezus' leerlingen wezenlijk en beslissend voor het horen bij hem (106));

Auch die Begegnung mit einem hoch entwickelten Menschen oder ein geistliches, zu Herzen gehendes Gespräch läßt den Zustrom göttlicher Kraft spürbar werden und ermöglicht somit eine Hinführung zum entgrenzenden Gebet (Dyckhoff 60).

¹³⁴ Auch wissen wir, daß wir durch den Tod eines Bruders oder sonst eines lieben Menschen nicht weniger in rechte Zerknirschung fielen (Severus 52);

Viele erleben, daß sie durch den Tod eines geliebten Menschen oder einen harten Schicksalsschlag in eine erfüllendere Dimension ihres Betens geführt werden (Dyckhoff 60).

¹³⁵ Ferner flößte uns die Erinnerung an unsere schlaffe Nachlässigkeit nicht selten den Geist heilsamen Glühens ein (Severus 52);

Wird uns die Grauzone unserer Mittelmäßigkeit durch eine besondere Gelegenheit einmal bewußt, kann dies Anlaß tieferen Betens werden (Dyckhoff 60).

¹³⁶ Demnach fehlt es zweifelsohne nicht an unzähligen Gelegenheiten, in denen durch Gottes Gnade die matte Schläfrigkeit unserer Gemüter aufgerüttelt zu werden vermag (Severus 52);

Ohne Zweifel schenkt uns Gott unzählige Gelegenheiten, durch die unser begrenztes Bewußtsein heftig in Bewegung gebracht und auf ihn hin entgrenzt werden kann (Dyckhoff 60, die hierbij aantekent, dat de hoop om door bepaalde levenssituaties in diepere geestelijke dimensies gebracht te worden, geen echt alternatief is voor het »rustgebed«, de toewending naar God vanuit een vrij en onbelast hart. Je weet immers niet wanneer deze levenssituaties zich voordoen, laat staan of als zich er een voordoet, je dan wel in diepere, meer vervullende lagen van het bidden terecht komt. Het tegendeel kan je ook overkomen: dat je op leed afknap, dat bijzondere muziek je treurig maakt, enz.).

¹³⁷ Zerknirschung und Tränengabe (Severus 52);

Verschiedene Auswirkungen der Meditation (Dyckhoff 61).

¹³⁸ Wie aber diese Zerknirschung aus den inneren Gemächern [= kamers] der Seele hervorkommt, ist nicht minder schwer zu erforschen (Severus 52);

Worin sich der Erfolg einer Meditation äußert, ist nur schwer mit Worten zu beschreiben (Dyckhoff 61).

¹³⁹ Häufig nämlich taucht in unsagbarer Freude und Bewegtheit des Geistes die Frucht der so heilsamen Zerknirschung auf. Dann bricht die Unermeßlichkeit unerträglicher Freude auch in lautes Rufen aus, und die Freudigkeit des Herzens und der große Jubel dringen bis in die Zelle des Nachbarn (Severus 52);

Das sich zunächst einstellende Ergebnis des heilsamen Aufbruchs wird oft empfunden als: unaussprechliche Freude und Heiterkeit des Geistes. Die überströmende Freude kann sich in befreiendem Lachen ausdrücken oder in einem so vorbehaltlosen Glückseligkeit, daß das fröhlich und heiter gestimmte Herz auch andere ansteckt (Dyckhoff 61).

¹⁴⁰ Bisweilen aber, da verbirgt sich das Gemüt mit solchem Schweigen in die geheime Kammer abgründiger Verschwiegenheit, daß das Staunen vor der plötzlichen Erleuchtung allen Klang der Stimme inwendig verschließt und der angedonnerte Geist entweder alle Sinne im Innern zusammenhält oder seine Wünsche mit unaussprechlichen Seufzern (Röm 8,26) vor Gott ausgießt (Severus 52, met verwijzing naar proloog RB: *laat ons adtonitis auribus, »mit angedonnerten Ohren« horen wat ons de goddelijke stem dagelijks vermanend toeroept*);

Manchmal zieht sich die Seele ganz still in tiefes, geheimnisvolles Schweigen zurück. Das Staunen über die plötzliche Erfahrung macht sprachlos. Das entgrenzte Bewußtsein läßt keine Aktivität zu. Die gesamte Sinneswahrnehmung ist nach innen gerichtet; der Geist bringt seine Sehnsucht unaussprechlich zu Gott (Röm 8,26).

¹⁴¹ ... ein andermal [ist der Geist] jedoch wieder mit solch überfließend schmerzlicher Zerknirschung erfüllt, daß er sich ihr nicht anders als in einem Strom von Tränen entledigen kann (Severus 52);

Der Meditierende kann aber auch ein Übermaß seelischer Schmerzen erfahren. Nicht selten löst sich die Spannung durch spontanes Ausbrechen in Tränen (Dyckhoff 61, die aantekent: Die immer tiefer werdende Ruhe, die ganz von selbst auf eine Begegnung mit Gott fortschreitet, weckt im Meditierenden unaussprechliche Freude, wenn diesem Strömen nichts im Wege steht. Sind allerdings Blockaden vorhanden durch Unverarbeitetes wie beispielsweise Mißerfolge, Schuld, Enttäuschungen oder auch nicht verarbeitete Eindrücke, findet erst langsam ein Auflösungsprozeß statt. Der Meditierende wird die verschiedensten Rückerlebnisse – Gedanken, Bilder, Gefühle – haben, die in der Qualität und im Gefühlswert Ähnlichkeit haben können mit den Ursachen der Blockaden. Dieser Vorgang der Reinigung ist ein notwendiger wertvoller Schritt auf dem Weg des Menschen zu Gott).

¹⁴² Germanus: Diese Regung der Zerknirschung kennt wohl zum Teil auch meine Wenigkeit. Denn häufig, wenn bei der Erinnerung an meine Sünden die Tränen hervorkommen, dann sucht der Herr mich heim, und ich werde mit einer so unsagbaren Freude, wie du sie zuvor erwähntest, belebt, daß die Größe ebendieser Fröhlichkeit mich versichert, ich dürfe an der Verzeihung jener Sünden nicht zweifeln. Ich halte nichts für erhabener als diesen Zustand, wenn seine Wiederherstellung auch leider nicht in unserer Macht steht (Severus 53);

Viele erfahren das Vergießen von Tränen, wenn tiefere Schichten berührt werden. Dies bedeutet nichts anderes als eine besondere Zuwendung Gottes, die sich in einer anschließenden unsagbaren Freude ausdrückt. Die durch und durch positive Belebung stärkt das Vertrauen in die Barmherzigkeit Gottes. Leider liegt es nicht in unserer Macht, diesen erhabenen Zustand nach Belieben zu wiederholen, selbst wenn man mit allen Mitteln erzwingen möchte, Tränen zu weinen, um den Prozeß zu beschleunigen (Dyckhoff 62, die over de betekenis van huilen als een bijzondere toewending van God, opmerkt: In diesen feinen Ebenen des Bewußtseins ist uns ein willentlich gesteuertes Reinigen von Hindernissen nicht möglich. Wir schaffen durch das Ruhegebet eigentlich nur bessere Bedingungen, damit Gott liebend eingreifen kann. Das Weinen – es ist hier wörtlich wie auch symbolisch gemeint – zeigt einen äußerst wertvollen Lösungs- und Reinigungsvorgang an, der von uns aus nicht bewußt herbeigeführt werden kann).

¹⁴³ Zuweilen habe ich das Begehren, mich zu solchen Tränen der Zerknirschung mit allen Kräften anzustacheln, und obgleich ich mir all meine Irrwege und Sünden vor Augen stelle, vermag ich doch jene Überflut des Weinens nicht zurückzurufen, und meine Augen sind wie der härteste Kiesel verhärtet, so daß nicht ein Tropfen Naß aus ihnen rinnt. Sosehr ich mich daher an jenem Fluß der Tränen freue, so schmerzt es mich wiederum, daß ich ihn nicht wiedererlangen kann, sobald ich will (Severus 53);

Auch wenn man sich sein Fehlverhalten außerhalb der Meditation vor Augen führt, ist es kaum möglich, bewußt ein befreiendes Weinen auszulösen. Die Augen scheinen – einem harten Kiesel gleich – wie versteinert. Das Vergießen von Tränen als wichtiger Teil des Reinigungsprozesses ist durch den menschlichen Willen nicht zu steuern (Dyckhoff 62).

¹⁴⁴ Die verschiedenen Ursachen des Weinens (Dyckhoff 63, die erop wijst, dat huilen als medicijn tegen verveling en middelmatigheid ons kan bevreemden. Belangrijk is het daarom te weten dat bidden bij de oude monnikvaders gelijk stond met *tranen uitstorten voor God*. De tranen waarvan Cassianus spreekt, staan dan ook in nauw verband met het »rustgebed«: *Die Wortlosen Tränen sind eine wertvolle Spannungslösung, die zunächst eine Wandlung in uns selbst herbeiführen und gleichzeitig das Eingeständnis der eigenen Erlösungsbedürftigkeit*).

¹⁴⁵ Denn anders fließt die Tränenflut, wenn der Sündendorn unser Herz zerstricht (Severus 53);
1. Eine unliebsame Belastung unseres Herzen oder ein Fehlverhalten können ein Weinen auslösen (Dyckhoff 63).

¹⁴⁶ Anders ist der Tränenstrom, der aus der heiligen Schau der ewigen Güter und der Sehnsucht nach jener künftigen Klarheit entsteht, wodurch noch reichlichere Tränenquellen wegen der unerträglichen Freude und der unermeßlichen Wonne hervorbrechen (Severus 54);
2. Sehnsucht kann auch eine Ursache des Weinens sein: wenn sich Zusammenhänge offenbaren zwischen unseren menschlichen Schicksal und Gottes großem Erbarmen oder uns Einblicke in die künftige Klarheit gewährt werden. Auch aus dem festen Vertrauen, daß uns letztlich eine unendliche Freude erwartet, können Tränen fließen. Unsere Seele ist auf Gott hin angelegt und dürstet nach ihm, der lebendigen Quelle (Dyckhoff 63).

¹⁴⁷ Anders fließen jene Tränen, die zwar ohne das Bewußtsein tödlicher Vergehen, aber doch aus Furcht vor der Hölle und in Erinnerung an jenes schreckliche Gericht einströmen, von dessen Schrecken erschüttert der Prophet zu Gott betet: ... (Severus 54);

3. Es sind andere Tränen, die aus Furcht vor widergöttlichen Kräften oder aus Angst vor den letzten Fragen, die Gott uns stellen wird, geweint werden (Dyckhoff 64).

¹⁴⁸ Es gibt auch eine andere Art von Tränen, die nicht entsteht aus eigenem Bewußtsein, sondern aus Verhärtung und Schuld anderer (Severus 54);

4. Auch die Verhärtung und Schuld anderer kann ein Weinen in uns auslösen (Dyckhoff 64).

¹⁴⁹ Oder was sind das für Tränen, von denen in Psalm 101 gesungen wird: ... Die Tränen sind gewiß nicht durch die Regung hervorgebracht worden, durch die sie im 6. Psalm aus dem Büsser aufsteigen, sondern wegen der Ängste dieses Lebens, seiner Enge und Kürze, von denen die Gerechten in dieser Welt bedrängt sind (Severus 54-55).

5. Erfahren wir von den Ängsten, der Bedrängnis und dem übergroßen Leid derer, die in guter Absicht handeln, können wir infolge tiefer Traurigkeit über die Ungerechtigkeit in der Welt unseren Schmerz nicht mehr zurückhalten (Dyckhoff 64).

¹⁵⁰ Das Weinen des »äußeren« Menschen (Dyckhoff 65).

¹⁵¹ (Dyckhoff 64, plaats dit gedeelte nog in het vorige hoofdstuk:)

6. Weit entfernt von diesen Tränen sind jene, die nicht von selbst aus innerer Bewegtheit kommen. Es gibt Situationen, in denen wir eigentlich weinen müßten, in unserer Tiefe aber nicht stark genug berührt sind. Wir empfinden unser Herz hart wie Stein. Bemühen wir uns jedoch mit aller Kraft um echtes Mitgefühl, dann bleibt auch dieses aufrichtige Bemühen nicht ohne Wirkung (Dyckhoff tekent aan, dat ook deze tranen van buiten de meditatie met het huilen in de meditatie van doen hebben. Ook deze immers zijn uitdrukking van een innerlijke beweging, die iets wezenlijks bij iemand of anderen in gang zet).

¹⁵² Wer jedoch bereits zur Neigung zu den Tugenden vorangeschritten ist, darf keineswegs auf solche Weise den Tränenfluß erzwingen noch mit großer Mühe das Weinen des äußeren Menschen zu erstreben suchen. Denn wenn es auch hervorgebracht würde, niemals könnte es die Überflut jener ungezwungenen Tränen erreichen. Eher werden sie den Geist des Betenden durch ihre Anstrengungen herniederziehen und in die Menschlichkeit hinabtauchen. Sie werden ihn von jener Himmelshöhe herabdrücken, wo das erschütterte Gemüt des Betenden unbeugsam verankert sein sollte, indem sie es zwingen, die Innigkeit des Gebetes zu lockern und um unfruchtbare und erzwungene Tränchen sich krankhaft zu gebärden (Severus 55-56).

Auch die Menschen, die sich noch am Beginn des Gebetsweges befinden, sollten auf diese Art des Weinens keine Kraft verschwenden, denn es wird niemals die gleiche befreiende Wirkung haben wie das ungezwungene Weinen aus innerer Bewegtheit. Wie immer wieder bei der Meditationsbegleitung betont werden muß, verzögert jede Konzentration und jede Willensanstrengung das Fortschreiten des natürlichen Entwicklungsprozesses. Das höchste Ziel, im Urgrund Liebe auf Dauer verankert zu sein, darf nicht einmal durch den Ansatz eines Zwanges gefährdet werden (Dyckhoff 65).

¹⁵³ Das wahre Gebet (Severus 56); Der höhere Gebetszustand (Dyckhoff 65).

¹⁵⁴ Damit ihr aber den Zustand des wahren Gebetes erfaßt, will ich euch nicht meine, sondern die Lehre des heiligen Antonius vortragen. Von ihm wissen wir, daß er zuweilen so sehr im Geiste beharrte, daß wir häufig, wenn er in Verückung betete, und das Licht der aufgehenden Sonne sich zu ergießen begann, ihn in der Glut des Geistes haben rufen hören: »Was hinderst du mich, Sonne, die du bereits aufgeht, um mich von der Klarheit dieses wahren Lichtes wegzuziehen?« Von ihm stammt auch das mehr himmlische als menschliche Wort über das höchste Gebet: »Es ist kein vollkommenes Gebet, wenn der Mönch noch sich oder gar das, warum er bittet, einsieht« (Severus 56);

Für Menschen, die sich ganz dem wahren Gebet hingegeben haben, kann während des Betens Freude und Glück irdischen Ursprungs störend und lästig sein. Das Ziel, das vollkommene Gebet, ist dem Betenden noch nicht geschenkt, so lange er sich seiner selbst und seiner Bitte um Erhörung noch bewußt ist (Dyckhoff 65).

¹⁵⁵ Und damit auch wir in unserer Begrenztheit diesem wunderbarem Worte etwas beizufügen wagen, nennen wir nach unserer Erfahrung die Anzeichen des Gebetes, das vom Herrn erhört wird (Severus 56);

Diese alte Erkenntnis und Erfahrung [te weten: dat het volkomen gebed de bidder nog niet geschonken is zolang hij zich nog van zichzelf en van zijn bede om verhoring bewust is] mag für viele Menschen, die durch Routine und Zwänge des Alltags begrenzt werden, zunächst unverständlich sein. Doch auch dem noch »unvollkommen« Betenden muß eine Erhörung seiner Gebete nicht verwehrt bleiben (Dyckhoff 65).

¹⁵⁶ Wann findet Beten Gehör? (Dyckhoff 66).

¹⁵⁷ Wenn uns beim Beten kein Stocken unterbricht und die Zuversicht unserer Bitte durch mangelnde Hoffnung niederdrückt, wir dagegen spüren, daß wir schon im Verströmen des Gebetes

erhalten haben, was wir erbat, dann wollen wir nicht zweifeln, daß unsere Bitten wirklich zu Gott gelangt sind. Denn soweit wird jemand Gehör und Gewähr verdienen, als er glaubt, daß er von Gott angeschaut wird und Gott ihm helfen kann (Severus 56-57).

Wenn wir mit Zuversicht und ohne zweifelnde Gedanken unsere Bitte um Erhörung in das Gebet nehmen, werden wir bereits des Betens ein Entgegenkommen spüren: Dann dürfen wir sicher sein, daß unsere Gebete von Gott angenommen werden. Entsprechend der Festigkeit des Glaubens und der Überzeugung, daß Gott uns anschaut und helfen werde, werden wir erhört (Dyckhoff 66).

¹⁵⁸ Kann ein Zweifelnder Zuversicht haben? (Dyckhoff 66).

¹⁵⁹ Vlg. RB 13,12: »propter scandalorum spinas, quae oriri solent«, doornen van ergernissen die gewoonlijk ontstaan (Severus 108).

¹⁶⁰ Fiducia exauditionis, fuducialiter praesumamus: hier gaat het om Fiducia als vertaling van Parrhsiva, dus om de vrijmoedigheid van de kinderen Gods, die het recht en het hoopvolle vertrouwen hebben, als kinderen en vrienden van God Hem alles te kunnen zeggen. Deze vertrouwdheid met God kan monniken des te zuiverder verheugen, omdat bij hen vertrouwdheid onder elkaar juist geldt als een ernstige hartstocht (Severus 108).

¹⁶¹ Germanus: Diese Zuversicht auf Erhörung entströmt ohne Zweifel, wie wir glauben, einem lauteren Gewissen. Aber wir, deren Herz noch der Dorn der Sünden zersticht, wie können wir die Zuversicht haben, da keine Verdienste für uns eintreten, um derentwillen wir zuversichtlich annehmen dürften, daß unsere Gebete erhört werden? (Severus 57);

Die Reinheit des Herzens ist die Voraussetzung, ganz voll Vertrauen und Zuversicht auf die Erhörung des Gebetes zu hoffen. Können aber die vielen Zweifelnden, für die »Reinheit des Herzens« noch ein abstrakter Begriff ist, die am Anfang oder inmitten des Entwicklungsprozesses stehen, eine solche Zuversicht haben? Kann trotz weltlicher Abhängigkeiten, trotz fehlender Erfahrung und Erkenntnis von Zusammenhängen zwischen Himmel und Erde eine solche Zuversicht lebendig werden? (Dyckhoff 66).

¹⁶² Voor Severus gaat dit hoofdstuk over: »Beharrlichkeit im Gebet« (57); voor Dyckhoff: »Verschiedene Ursachen der Erhörung und die Beharrlichkeit im Gebet« (66).

¹⁶³ ... je nach dem verschiedenen und veränderlichen Zustand der Seelen (Severus 57).

¹⁶⁴ Daß diese Frage [von Germanus] eindeutig mit Ja beantwortet werden kann, bezeugen das Evangelium und die Propheten (Dyckhoff 66). Dus: ook wie twijfelt, voor wie »reinheid van hart« nog een abstrakt begrip is, ook wie aan het begin of middenin het ontwikkelingsproces staat, kan vertrouwen op verhoring hebben. Ja, ondanks wereldlijke afhankelijkheden, ondanks ontbrekende ervaring en kennis van samenhangen tussen hemel en aarde, kan een dergelijk vertrouwen gaan leven!

¹⁶⁵ in die Einmütigkeit von zweien (Severus 57: het gaat om »wenn zwei in Einklang sind ...«); »Einigkeit stärkt« (Dyckhoff 67).

¹⁶⁶ in der Fülle des Glaubens (Severus 57); »Der Glaube versetzt Berge« (Dyckhoff 67).

¹⁶⁷ in der Beständigkeit des Gebetes, die das Wort des Herrn wegen der unermüdlichen Beharrlichkeit im Bitten Zudringlichkeit nennt (Severus 58: het gaat hier dus niet om het voortdurende gebed maar om het aanhoudende, het aandringende gebed dat negatief opdringerig kan zijn); »Beharrlichkeit führt zum Ziel« (de aanhouder wint) (Dyckhoff 67).

¹⁶⁸ als Frucht der Almosen (Severus); »Tue Gutes und sprich nicht darüber« (Dyckhoff 67).

¹⁶⁹ in der Besserung des Lebens und in den Werken der Barmherzigkeit (Severus 58); »Bessere dein Leben und sei barmherzig« (Dyckhoff 67).

¹⁷⁰ das Übermaß der Bedrängnis (Severus 58); »Gib' Hilfe ...« (Dyckhoff 68).

¹⁷¹ ... damit niemand in seinem Gewissen daran verzweifle und zerbreche, Heil und Ewigkeit zu erlangen (Severus 58);

Auf verschiedenste Weise kann also die Gnade der Erhörung erlangt werden - auch von denen, deren Leben stark von belastenden Abhängigkeiten bestimmt wird. Niemand braucht somit zu verzweifeln, denn jeder darf auf Heil und Ewigkeit hoffen (Dyckhoff 68, die hierbij ingaat op het verband tussen deze christelijke leefregels en het »rustgebed«. Het gaat hier immers over bepaalde, niet altijd eenvoudige voorwaarden die algemeen het bidden bevorderen, dus om een bewust gestuurd doen dat in elk geval zijn hoge waarde heeft en door allen in iedere situatie met succes ingeoefend kan worden. En natuurlijk moeten deze voorwaarden ook consequent doorleefd en in acht genomen worden. Hier worden niet voor niets de veelvuldige wegen opgesomd die tot verhoring leiden. Tegen deze achtergrond kan hierna de eenvoud, de

moeiteloosheid («Anstrengungslosigkeit») en het omvattende van het »rustgebed« nog duidelijker naar voren komen!).

¹⁷² ... daß wir in all den oben erwähnten Tugenden völlig darniederliegen (Severus 59).

¹⁷³ Werke der Frömmigkeit (Severus 59).

¹⁷⁴ Zudringlichkeit, aandringerigheid (Severus 59, die *importunitatis* ook wel vertaald met: »Aufdringlichkeit«, opdringerigheid).

¹⁷⁵ Deshalb haben wir ohne ungläubiges Stokken auf unserer Bitte zu bestehen (Severus 59).

¹⁷⁶ Selbst wenn wir nicht in einer der genannten Seelenverfassungen sind, können wir durch die ausdauernde und sich ständig wiederholende Bitte zu Gott durch-dringen. Hierzu ist jeder Mensch, der meditieren möchte, in der Lage. Allein schon wegen solcher Zu-dringlichkeit verspricht der Herr, alles zu geben, um was er gebeten wird. Deshalb muß sich diese Form des sich ständig wiederholenden Gebetes ohne Mißtrauen und Zweifel in Beharrlichkeit und Ruhe immer neu vollziehen (Dyckhoff 69).

¹⁷⁷ Denn da der Herr uns ja zu Heil und Ewigkeit lenken will, fördert und fordert er unsere Zu-dringlichkeit. Er weist unser Beständiges Rufen nicht zurück; er lädt uns ein, lobt die Beharrlichkeit und verspricht in seinem großen Erbarmen, den auf diese Weise Bittenden zu erlösen (Dyckhoff 69).

¹⁷⁸ die Möglichkeit der Zudringlichkeit, die ohne jede Schwierigkeit von seiten des Verdienstes oder der Anstrengung her in der Gewalt eines jeden liegt, der will (Severus 59-60).

¹⁷⁹ Wenn uns daher auch alle Ursachen zur Erhörung, wie wir sie oben genannt haben, völlig fehlen, so sollten wir doch mit Mut und Vertrauen das anhaltende und sich ständig wiederholende Gebet innerlich sprechen. Denn jeder, der meditieren will, darf hoffen – ganz gleich, in welcher seelischen Verfassung er sich befindet –, daß ihm das für ihn Not-wendige geschenkt wird. Wenn wir allerdings zweifeln, wird unser Gebet sicher nicht erhört (Dyckhoff 69);

... Keiner aber soll zweifeln, daß er gewiß in seiner Bitte nicht erhört wird, wenn er zweifelt, daß er erhört wird (Severus 60).

¹⁸⁰ ... die Verwirklichung (dus: *positieve effect!*) seiner Bitte erlangte (Severus 60).

¹⁸¹ ... nicht vom ersten Eifer unserer Gebete lassen (Severus 60).

¹⁸² ... Sonst würde vielleicht die Gnade der Erhörung durch den Heilsplan des Herrn nützlicher Weise aufgeschoben, und der Engel, der uns die göttliche Wohltat herabbringen sollte und dazu vom Angesicht des Allmächtigen ausgegangen war, würde durch den Widerstand des Teufels aufgehalten. Denn jener kann gewiß nicht das verlangte und nun gewährte Geschenk herbeibringen, wenn er feststellt, daß wir von der Inständigkeit der ausgesprochenen Bitte abgelassen haben (Severus 60, die met »sonst« dus duidelijk laat uitkomen, dat de vertraging aan ons te wijten is! Als wij aflaten, dringen zich de tegenkrachten op).

¹⁸³ Von dieser Zuversicht im Glauben wollen wir uns daher durch keine Hoffnungslosigkeit abbringen lassen, selbst wenn wir in keiner Weise spüren, daß wir das Erbetene erlangt haben (Severus 60; nb. *sensire* = gevoelen, bevinden).

¹⁸⁴ Im Alten Testament gibt es ein besonderes Beispiel für den Erfolg des beständigen Betens: Das Gebet des Propheten Daniel wurde bereits am ersten Tag erhört; doch erst nach einundzwanzig Tagen wurde ihm die Erhörung offenbar (Dan 10,2). Deshalb dürfen auch wir nicht aufgeben, wenn wir uns nicht gleich zu Anfang unseres Betens einer Erhörung bewußt werden und sie verwirklichen können. Sonst kann es geschehen, daß durch Zweifel und innere Widerstände die im Heilsplan Gottes uns zugedachte Liebeszuwendung verzögert oder sogar aufgehalten wird. Selbst wenn wir vorerst in keiner Weise spüren, daß unsere Meditation auch nur im geringsten eine positive Wirkung zeigt, können wir doch weiterhin fest in unserem Vertrauen bleiben und dürfen uns durch Zweifel oder Hoffnungslosigkeit – mögen sie auch noch so stark sein – nicht davon abbringen lassen, den Gebetsweg weiter zu gehen (Dyckhoff 69-70).

¹⁸⁵ retractare: overwegen (Severus 60: Immer wieder müssen wir jenes Wort ... überwegen ...).

¹⁸⁶ Darin also läßt er uns volles und unzweifelhaftes Vertrauen auf Erhörung haben, was nicht unserem zeitlichen Vorteil und Trost, sondern dem Willen des Herrn entspricht (Severus 61).

¹⁸⁷ Wenn das, was wir erbitten, mit dem Willen des Herrn übereinstimmt, können wir absolut sicher sein, erhört zu werden; nicht gemeint sind jedoch Bitten die lediglich im Interesse eines eigennützigen Wohlergehens und einer zeitlichen Befriedigung liegen. Dessen müssen wir uns auch beim Beten des Vater unser bewußt werden; »Dein Wille geschehe« – also nicht der unsere (Dyckhoff 70, die opmerkt, dat ook al geschiedt alles ten laatste naar Gods wil, het

toch geen tijdsverspilling is om daarom te bidden. Door het bidden, en in het bijzonder door de bereiding in het »rustgebed«, word ik gevoeliger voor de wil van God, bespeur ik die beter, zodat als ik die in mijn beslissingen en mijn doen mee laat instromen, mij mooie en smartelijke omwegen bespaard blijven).

¹⁸⁸ Wenn wir uns noch an das Apostelwort erinnern, daß wir nicht wissen, um was wir zu beten nötig haben, dann sehen wir ein, daß wir oft Heilswidriges fordern ... (Severus 61).

¹⁸⁹ Daß wir oft um etwas bitten, das unserem eigentlichen Heil entgegengesetzt ist, kommt bei Paulus zum Ausdruck. Dann wird das, um was wir bitten, uns zu unserem eigenen Vorteil verweigert, da Er besser und wahrhafter sieht, was für uns not-wendig ist (Dyckhoff 70).

¹⁹⁰ Das (namelijk »sensus«, de bevinding dat we niet weten om wat te bidden ons nodig is) drückte auch unser Herr aus, als er in der Rolle des Menschen, die er angenommen hatte, betete und, um uns, wie alles übrige, so auch die Weise zu beten durch das eigene Beispiel darzubieten, so betete ... (Severus 61-62).

¹⁹¹ da ja sein eigener Wille mit dem Willen des Vaters nicht in Mißklang stand (Severus 62).

¹⁹² Dies kommt auch im Gebet Jesu (»Vater, wenn es möglich ist ... aber nicht wie ich will, sondern wie du willst«) und in der Erhörung zum Ausdruck: Er wollte retten was verloren war, und sein Leben hingeben zur Erlösung vieler (»Niemand nimmt mein Leben von mir ...«) (Dyckhoff 71).

¹⁹³ In seinem Namen singt der heilige David über die Einheit des Willens, die er stets mit dem Vater hatte (Severus 62).

¹⁹⁴ Want wanneer we van de Vader lezen ..., zo vinden we niet minder van de Zoon ... enz.

¹⁹⁵ Um diese Einheit des Willens betet auch David. Diese Einheit im Willen besteht in höchster Vollendung zwischen Vater und Sohn (Dyckhoff 71).

¹⁹⁶ Hingabe schafft Rettung. So sollten wir unsere Bitten immer mit dem Gebet beschließen: »Aber nicht wie ich will, sonder wie du willst« (Mt 26,39) (Dyckhoff 71).

¹⁹⁷ Genügend bekannt ist wohl, daß jene dreifache Kniebeugung (unter Gebet), die in den Gemeinschaften der Brüder zum Beschluß der Synaxis verrichtet wird, derjenige nicht beobachten (= in acht nehmen!) kann, der nicht ganz hingegeben betet (Severus 63, die wijst op Instellingen II,7 (het gebruik om de Psalmodie te besluiten met een stil gebed op de knieën dat dan door de voorbidder »gesammelt« (ingezameld, samen-gevat) en voorgedragen wordt) en II,8-10, om te verstaan dat onder overgave hier de grootste »Sammlung« (inzameling) moet worden verstaan).

¹⁹⁸ Weisung zum Ruhegebet (Mt 6,6) (Dyckhoff 72).

¹⁹⁹ liebevoll! (Severus 63).

²⁰⁰ Jesus gibt in der Bergpredigt eine konkrete Anweisung: »Du aber, geh' in deine Kammer, wenn du betest, und schließ die Tür zu; dann bete zu deinem Vater, der im Verborgenen ist« (Mt 6,6) (Dyckhoff 72)

²⁰¹ gleichsam heimlich und vertraut, als het ware heimelijk en vertrouwd (Severus 63)

²⁰² In unserer »Kammer« beten wir, wenn wir unser Herz von aller Aktivität, allen Gedanken und Sorgen völlig abwenden und uns in einer vertrauensvollen Ruhe Gott hingeben (Dyckhoff 72, die erop wijst, dat we daarmee niet de ogen voor de realiteiten sluiten maar die volledig meenemen in de stilte van het bidden, zelf als we de ogen sluiten. Zoals een atleet die voor de versprong een eindje terugloopt om zich te concentreren, om dan daarna met een krachtige aanloop zijn doel te bereiken).

²⁰³ mit geschlossenen Lippen und völligem Schweigen (Severus 63).

²⁰⁴ Bei »geschlossener Tür« beten wir, wenn wir mit geschlossenen Lippen in tiefer Ruhe eine Verbindung zu Ihm nicht mit der Stimme, sondern mit dem Herzen suchen (Dyckhoff 72).

²⁰⁵ nur im Herzen und ganz gesammelt (Severus 63).

²⁰⁶ »Im Verborgenen« beten wir, wenn wir die bewußte Gedankenführung ausschalten und über die tiefe Innerlichkeit, dem Herzen, Kontakt allein mit Gott aufnehmen (Dyckhoff 72).

²⁰⁷ unter größtem Schweigen (Severus 63).

²⁰⁸ Folgen wir diesen Anweisungen, breitet sich eine große und Innere Ruhe aus. Diese Ruhe wird zum Schutz gegen neue Störfaktoren, leitet eine Entgrenzung auf Gott hin ein und stabilisiert Geist und Körper (Dyckhoff 72).

Severus (109) tekent hierbij nog aan, dat Cassianus hier in enkele woorden wijst op de betekenis van het zwijgen voor het gebed. Zwijgen helpt om tot concentratie te komen en is noodzakelijk om ook geconcentreerd te blijven en voorbij het gebed in woord en antwoord tot die ontmoeting met God te komen die in het »heilige zwijgen« zijn hoogste vervulling vindt. Dit zwijgen is de vroege christenheid in het »Herzens wortlosen Tönen«, het woordeloze klinken van het hart net zo vertrouwd als de stomme jubel van de middeleeuwse mystiek.

²⁰⁹ Erfüllung im Ruhegebet (Dyckhoff 73).

²¹⁰ Wir müssen häufig, aber kurz beten, damit nicht bei langer Dauer der hinterlistige Feind unserem Herzen etwas einsäen kann. Das nämlich ist ein wahres Opfer, weil »ein Opfer vor Gott ein zerknirschter Geist ist« (Ps 50,21) (Severus 64);

Man sollte häufig, jedoch kurz, beten, damit das Gleichgewicht zwischen Ruhe und Aktivität immer neu wieder hergestellt wird, denn alle Lebensprozesse können nur durch einen ausgewogenen Rhythmus wachsen. Das nämlich ist der wahre Geist der Hingabe, daß der Meditierende zwischen beidem wechselt. So wird einerseits der nicht aktive Geist zu einem »Opfer« vor Gott – wie aber auch die Aktivität in der Welt. Wenn diese »Opfer«, die Gott gefallen (Ps 51,19), nach den genauen Anweisungen immer und immer wieder dargebracht werden, erfüllt sich in der Kraft und Wirkung das Wort aus Psalm 141: »Wie ein Rauchopfer steige mein Gebet vor Dir auf; als Abendopfer gelte vor Dir, wenn ich meine Hände erhebe« (Dyckhoff 73).

²¹¹ Tun wir das mit der genannten Zucht und geistigen Spannung, so können wir wirklich mit Kraft singen ... (Severus 64).

²¹² Diese 36 Kapitel können durch die Begrenztheit der Worte nur versuchen, das Wesen der Hingabe zu beschreiben, die im Gebet erfahren wird (Dyckhoff 73, die hierbij aantekent dat zo'n uitvoerige toeleiding tot een eenvoudige gebedspraktijk als het »rustgebed« nodig is juist om de eenvoud en het gemak ervan. De eigenlijke betekenis komt namelijk pas goed naar voren in relatie tot andere gebedsmanieren).

²¹³ Die Einführung dient als unverzichtbare Wissensgrundlage, um von allen Gebeten dem Ruhegebet den Vorzug geben zu können. Gleichzeitig ist sie Voraussetzung für das Verständnis weiterer Anweisungen zur Einführung und Praxis des Ruhegebets (Dyckhoff 73).

X. CONLATIO ABBATIS ISAAC SECUNDA:

De oratione

TIENDE GESPREK, TWEEDE VAN ABT ISAÄK:

Het gebed

I.	Prooemium	1.	Inleiding
II.	De consuetudine quae super significatione Paschae intra Aegypti provinciam retentatur	2.	De gewoonte die men in Egypte heeft om Pasen aan te kondigen
III.	De abbate Sarapione et anthropomorphitarum haeresi quam simplicitatis errore contraxit	3.	Abt Sarapion, die door zijn eenvoud in de ketterij der antropomorfieten gevallen was
IV.	De reditu nostro ad abbatem Isaac et inquisitione erroris quem senex praedictus incurrit	4.	Ons hernieuwd bezoek bij abt Isaäk en onze vraag over de dwaling waarin de oude Sarapion was gevallen
V.	Responsio de origine haereseos superius comprehensae	5.	Antwoord over de oorsprong van de ketterij in kwestie
VI.	Quibus ex causis unicuique nostrum aut humilis Christus Iesus aut glorificatus appareat	6.	Waarom Jezus Christus ons óf in zijn nederigheid óf in zijn heerlijkheid verschijnt
VII.	In quo noster finis seu perfecta beatitudo consistat	7.	Waarin ons doel of het volmaakte geluk bestaat
VIII.	Interrogatio super eruditione perfectionis, per quam possimus ad perpetuam dei memoriam pervenire	8.	Vraag over een vorming tot volmaaktheid die het ons mogelijk maakt God voortdurend indachtig te zijn
IX.	Responsio de efficacia intellectus qui per experientiam colligitur	9.	Antwoord: De kracht van een verstand dat op ervaring steunt
X.	De institutione orationis perpetuae	10.	De leerschool van het voortdurende gebed
XI.	De perfectione orationis, ad quam praedicta traditione conscenditur	11.	De volmaaktheid in het gebed waartoe men komt door het boven gegeven onderricht
XII.	Interrogatio, quemadmodum spiritales cogitationes immobiliter teneantur	12.	Vraag: Hoe men geestelijke gedachten vast kan houden
XIII.	De mobilitate cogitationum	13.	De beweeglijkheid van onze gedachten
XIV.	Responsio, quemadmodum stabilitas cordis seu cogitationum possit adquiri	14.	Antwoord: Hoe men tot vastheid van hart en van gedachten kan komen

I. PROOEMIUM¹

Inter haec anachoretarum instituta sublimia,
quae utcumque
donante deo
licet inperito
digesta sunt
stilo,
quiddam nos interserere
atque contexere,
quod uelut pulchro corpori
naevum quendam
videatur
adponere,
narrationis ipsius ordo conpellit²:
quamquam non dubitem
etiam ex hoc ipso
non minimam instructionem
super omnipotentis dei
quae in Genesi legitur
imagine
quibusque simplicioribus
conferendam,

1. INLEIDING

Met Gods hulp
heb ik naar vermogen
de verheven lessen van de anachoreten
weergegeven,
zij het met onbekwame
pen.
De loop van ons verhaal vraagt nu
dat wij er iets aan toevoegen
en tussen plaatsen
dat er
uit zal zien
als een moedervlek
op een schoon gelaat.
Toch twijfel ik er niet aan,
of het zal
leerzaam zijn
voor de eenvoudigen,
om te begrijpen
wat er in het boek van de Schepping staat
over het beeld
van de almachtige God.

praesertim cum
tanti dogmatis causa vertatur,
ut ignoratio eius
sine ingenti blasphemia
et catholicae fidei detrimento
esse non possit.³

Dit is des te belangrijker
daar het een zeer gewichtig leerstuk betreft,
waarvan men niet onkundig kan zijn
zonder grove godslastering
en schade voor het katholieke geloof.

II. DE CONSUECUDINE QUAE SUPER SIGNIFICATIONE PASCHAE INTRA AEGYPTI PROUINCIAM RETENTATUR⁴

1. Intra Aegypti regionem

mos iste
antiqua traditione
seruatur,
ut
peracto Epiphaniorum die,
quem provinciae illius sacerdotes
vel dominici baptismi
vel secundum carnem nativitatis
esse definiunt
et idcirco
utriusque sacramenti sollemnitate
non bifarie
ut in occiduis prouinciis,
sed sub una diei huius festiuitate concelebrant,
epistulae pontificis Alexandrini
per uniuersas Aegypti ecclesias
dirigantur,
quibus
et initium Quadragensimae
et dies Paschae
non solum per ciuitates omnes,
sed etiam per uniuersa monasteria
designetur.

2. DE GEWOONTE DIE MEN IN EGYPTE HEEFT OM PASEN AAN TE KONDIGEN

1. In Egypte
bewaart men
krachtens oude overlevering
de gewoonte
van de aankondiging van de paasdatum.
Zij heeft plaats na Epifanie –
dat naar de uitspraak
van de priesters aldaar
de dag is zowel van het doopsel van de Heer
als van zijn geboorte naar het vlees;
waarom zij dan ook
voor deze twee geheimen
geen twee feesten hebben
zoals in het westen,
maar ze op deze ene dag samen vieren. –
Dan wordt er een brief van de bisschop van Alexandrië
naar alle kerken van Egypte
gezonden,
waarin
het begin van de vasten
en de datum van Pasen
worden bekend gemaakt.
Deze brief gaat niet alleen naar alle steden,
maar ook naar de kloosters.

2. secundum hunc igitur morem
post dies admodum paucos
quam superior cum abbate Isaac
fuerat agitata conlatio
Theophili praedictae urbis episcopi
sollemnes epistulae⁵
conmeant,
quibus cum denuntiatione paschali
contra ineptam quoque
Anthropomorphitarum haeresim
longa disputatione disseruit
eam que copioso sermone
destruxit⁶.

2. Overeenkomstig deze gewoonte
kwam,
juist enkele dagen
nadat wij ons bovenbeschreven gesprek met abt Isaäk
hadden gehad,
het gebruikelijke schrijven aan uit Alexandrië,
van bisschop Theofilus.
Behalve de aankondiging van de paasdatum
gaf hij ook een lange uiteenzetting
tegen de dwaze
ketterij van de antropomorfieten
en vernietigde haar
met een stroom van argumenten.

quod
tanta est amaritudine
ab uniuerso propemodum genere monachorum,
qui per totam prouinciam Aegypti morabantur,
pro simplicitatis errore⁷
susceptum,
ut e contrario
memoratum pontificem
velut haeresi gravissima depravatum

Dit
wekte
bij welhaast alle monniken
die in geheel Egypte woonden,
dwalend in hun eenvoud,
een felle reactie.
Een zeer groot gedeelte van de Ouden
verklaarde
de bisschop

pars maxima seniorum
ab universo fraternitatis corpore
decerneret detestandum⁸,
quod scilicet inpugnare
scripturae sanctae sententiam
videretur,
negans omnipotentem deum
humanae figurae conpositione formatum,⁹
cum ad eius imaginem creatum Adam
scriptura manifestissime testaretur.

denique et ab his,
qui erant in heremo Scitii conmorantes
qui que perfectione ac scientia¹⁰
omnibus qui erant in Aegypti monasteriis
praeminebant,
ita est haec epistula refutata,
ut praeter abbatem Pafnutium
nostrae congregationis presbyterum
nullus eam ceterorum presbyterorum,
qui in eadem heremo
aliis tribus ecclesiis praesidebant,
ne legi quidem
aut recitari in suis conventibus
prorsus admitteret.

III. DE ABBATE SARAPIONE ET ANTHROPOMORPHITARUM HAERESI QUAM SIMPLICITATIS ERRORE CONTRAXIT¹¹

1. Inter hos ergo
qui hoc detinebantur errore
fuit
antiquissimae districtionis
atque in actuali disciplina
per omnia consummatus
nomine Sarapion,
cuius inperitia
super praedicti dogmatis opinione
tantum praeiudicabat
cunctis ueram tenentibus fidem,
quantum ipse
uel uitae merito
uel antiquitate temporis
omnes fere monachos anteibat.¹²

2. cum que hic
sancti presbyteri Pafnutii
multis adhortationibus
ad tramitem rectae fidei
non posset adduci,
eo quod novella ei haec persuasio
nec ab anterioribus aliquando conperta
uel tradita uideretur,¹³
accidit
ut quidam diaconus
summae scientiae uir
nomine Photinus

schuldig aan ernstige ketterij
en de excommunicatie verdienend
van de gehele gemeenschap der broeders;
hij was
in tegenspraak
met de leer van de heilige Schrift
door te ontkennen dat de almachtige God
de vorm van een mensengestalte bezit,
terwijl de Schrift zeer uitdrukkelijk getuigt
dat Adam naar zijn beeld is geschapen!

Ook de monniken
van de woestijn van Scetis,
die in volmaaktheid en kennis
boven alle bewoners van de kloosters in Egypte
uitmuntten,
verwierpen de brief;
buiten abt Pafnutius,
de priester van de groep,
was er geen van de andere priesters
welke aan het hoofd stonden van de andere drie kerken
in die woestijn,
die zelfs ook maar toeliet
dat de brief in zijn gemeente werd gelezen
of voorgelezen.

3. ABT SARAPION, DIE DOOR ZIJN EENVOUD IN DE KETTERIJ DER ANTROPOMORFIETEN GEVALLEN WAS

1. Onder de slachtoffers
van deze dwaling
was een man, Sarapion genaamd,
die zeer vele jaren
in grote gestrengheid had doorgebracht,
volmaakt in alles
wat het actieve leven betreft.
Zijn onkunde
op dit punt van de leer
betekende voor degenen
die het ware geloof hielden,
een des te gevaarlijker voorbeeld
omdat hij in leeftijd
zowel als in verdienstelijkheid van leven
bijna alle monniken voorging.

2. Vele aansporingen
van de heilige priester Pafnutius
konden hem niet
op de weg van het juiste geloof
brengen;
deze overtuiging leek hem een nieuwigheid,
die de Ouden nooit hadden gekend
en niet hadden overgeleverd.
Nu kwam er
uit Cappadocië
een diaken aan,
Photinus geheten,

desiderio uidendi fratres,
qui in eadem heremo conmanebant,
de Cappadociae partibus adueniret.

quem beatus Pafnutius
summa gratulatione suscipiens
ad confirmationem fidei,
quae fuerat
praedicti pontificis litteris
conprehensa,
producens in medium
coram cunctis fratribus
sciscitatur,
quemadmodum illud
quod in Genesi dicitur:
faciamus hominem
ad imaginem et similitudinem nostram,
catholicae totius Orientis interpretarentur ecclesiae.¹⁴

3. cum que ille
non secundum humilem litterae sonum,
sed spiritaliter
imaginem dei ac similitudinem
tradi
ab uniuersis ecclesiarum principibus
explanaret
id que copioso sermone
ac plurimis scripturarum testimoniis
adprobasset,
nec posse in illam inmensam
et inconprehensibilem
atque invisibilem maiestatem
aliquid huiusmodi cadere
quod humana compositione valeat
ac similitudine circumscribi,
quippe quae incorporea
et inconposita
simplex que natura sit
quae que
sicut oculis deprehendi,
ita mente non valeat aestimari,¹⁵
tandem senex
multis ac validissimis
doctissimi uiri adsertionibus
motus
ad fidem catholicae traditionis
adtractus est.¹⁶

4. cum que
super hoc eius adsensu
infinita
uel abbatem Pafnutium
uel nos omnes
laetitia replevisset,
quod scilicet
virum tantae antiquitatis
tantis que virtutibus consummatum,
inperitia sola
et simplicitate rusticitatis errantem¹⁷,
nequaquam usque ad finem deviare

een zeer geleerd man.
Hij verlangde de broeders te bezoeken
die in onze woestijn verbleven.

De zalige Pafnutius
heette hem hartelijk welkom. –
Ter bevestiging van het geloofspunt
waarover
de bovenvermelde bisschoppelijke brief
handelde,
bracht hij hem
voor de verzamelde broeders
en stelde hem de vraag,
hoe de katholieke kerken van het gehele oosten
het vers uit Genesis
verklaarden:
Laat ons de mens maken
naar ons beeld en gelijkenis (Gen. 1,26).

3. Photinus
zette uiteen
dat al de leiders van de kerken
dit beeld en gelijkenis van God
niet naar de kleine, letterlijke zin
uitlegden,
maar geestelijk.
Hij besprak het uitvoerig
en haalde ten bewijze
vele getuigenissen uit de Schrift aan.
In de onmetelijke,
ondoorgroendelijke,
onzichtbare majesteit
kan onmogelijk iets voorkomen
dat door gelijkenis met het menselijke samengestelde
zou kunnen worden omschreven.
Zijn natuur is onlichamelijk,
niet samengesteld,
enkelvoudig;

zoals het oog haar niet kan zien,
zo kan ook de geest haar niet begrijpen.
Eindelijk liet de oude man zich
door
de vele sterke argumenten
van de zeer geleerde diaken
tot het geloof van de katholieke overlevering
bewegen.

4.
Abt Pafnutius
en wij allen
waren mateloos
verheugd
over deze instemming.

De Heer
had niet toegelaten
dat een man van zo eerbiedwaardige leeftijd,
zo volmaakt in de deugden,
die enkel dwaalde uit onkunde,

dominus
 a tramite rectae fidei
 permisisset¹⁸,
 et pro gratiarum actione surgentes
 preces domino pariter funderemus,
 ita est in oratione
 senex mente confusus,
 eo quod illam anthropomorphon imaginem deitatis,
 quam proponere sibi in oratione consueverat,
 aboleri de suo corde sentiret,
 ut
 in amarissimos fletus
 crebros que singultus repente prorumpens
 in terram que prostratus
 cum heulatu validissimo proclamaret:
 heu me miserum!
 5.
 tulerunt a me deum meum,
 et quem nunc teneam non habeo
 uel quem adorem
 aut interpellem iam nescio.¹⁹

super qua re
 ualde permoti
 nec non etiam
 praeteritae conlationis virtute
 adhuc in nostris cordibus insidente²⁰
 ad abbatem Isaac redivimus,
 quem comminus intuentes
 his sermonibus
 adorsi sumus²¹.

III. DE REDITU NOSTRO AD ABBATEM ISAAC ET INQUISITIONE ERRORIS QUEM SENEX PRAEDICTUS INCURRIT²²

1. Licet nos
 etiam citra eius rei
 quae nuper oborta est
 novitatem praeteritae conlationis,
 quae super orationis statu digesta est,
 desiderium
 recurrere ad tuam beatitudinem
 postpositis omnibus
 invitaret,
 adiecit tamen aliquid huic cupiditati
 etiam abbatis Sarapionis tam grauis error,
 nequissimorum ut arbitramur daemonum
 calliditate conceptus^{23, 24}.

non enim parva desperatione
 deicimur
 considerantes
 eum labores tantos,
 quos per quinquaginta annos
 in hac heremo
 tam laudabiliter exegit,
 ignorantiae huius uitio

omdat hij onontwikkeld was,
 tot het einde toe
 van de weg van het juiste geloof bleef afwijken.
 Wij stonden op en verrichtten gezamenlijk
 een gebed van dank aan de Heer.
 Maar bij dat gebed
 geraakte de oude man geheel in verwarring:
 de menselijke gestalte van God,
 die hij zich in het gebed altijd voor ogen had gesteld,
 was uit zijn hart weggenomen!

Plotseling barstte hij uit
 in bitter huilen en snikken.
 Hij wierp zich ter aarde
 en jammerde luidkeels:
 Ach, ik ongelukkige!

5.
 Ze hebben mij mijn God ontnomen;
 ik heb nu geen houvast;
 ik weet niet meer, wie te aanbidden,
 tot wie te smeken!

Zeer ontsteld
 over deze gebeurtenis
 en tegelijk
 nog vol van de indruk
 die het vorig gesprek op ons had gemaakt,
 gingen wij opnieuw naar abt Isaäk.
 Terwijl wij hem van nabij aanzagen,
 zeiden we
 het volgende.

4. ONS HERNIEUWD BEZOEK BIJ ABT ISAÄK EN ONZE VRAAG OVER DE DWALING WAARIN DE OUDE SARAPION WAS GEVALLEN

Ook zonder de ongewone gebeurtenis
 van kort geleden
 wilden wij al gaarne,
 alle dingen latend wat ze zijn,
 uwe hoogwaardigheid nogmaals bezoeken.
 Uw vorig gesprek,
 over de staat van het gebed,
 maakte het ons tot een behoefte.
 Ons verlangen is nu echter nog versterkt
 door de zo ernstige dwaling van abt Sarapion,
 die wel een vinding van de meest sluwe en
 kwaadaardige duivels moet zijn geweest.

Een niet geringe vertwijfeling
 heeft zich van ons meester gemaakt:

vijftig jaar lang heeft hij zich
 in deze woestijn
 zo lofwaardig
 vele inspanningen getroost,
 en nu heeft hij door deze onwetendheid

non solum penitus perdidisse,
sed etiam perpetuae mortis
incurrisse
discrimen²⁵.

2. unde ergo
uel cur ei
hic tam gravis error inrepperit,
primum desideramus agnoscere.²⁶

deinde
quaesumus edoceri
quemadmodum
ad illam orationis qualitatem²⁷,
de qua pridem
non solum copiose,
sed etiam magnifice disputasti,
peruenire possimus.

in hoc enim
profecit in nobis
admirabilis illa conlatio,
ut stuporem tantummodo mentis
incuteret,
non quemadmodum eam perficere
vel adprehendere valeremus
ostenderet.²⁸

V. RESPONSIO DE ORIGINE HAERESEOS SUPERIUS CONPREHENSÆ²⁹

1. Isaac:

Non est mirandum
hominem simplicissimum
et de substantia ac natura divinitatis
numquam penitus eruditum
rusticitatis uitio
et consuetudine erroris antiqui
usque nunc detineri
vel decipi potuisse³⁰
et ut uerius dicam
in errore pristino perdurare,
qui non recenti sicut putatis
daemonum inlusione,³¹
sed ignorantia
pristinæ gentilitatis
infertur,
dum
secundum consuetudinem erroris illius,
quo daemones
hominum figura compositos
excolebant,
nunc quoque
illam inconprehensibilem
atque ineffabilem veri numinis maiestatem
sub circumscriptione alicuius imaginis
existimant adorandam,³²
nihil se tenere vel habere credentes,

niet alleen dit alles totaal verloren,
maar zich bovendien het gevaar
van een eeuwige dood
op de hals gehaald.

2. We zouden daarom graag eerst achterhalen,
waar deze ernstige dwaling vandaan komt,
door welke oorzaak
zij zich bij hem heeft kunnen indringen.

Wilt gij ons daarna leren,
zo verzoeken wij u,
hoe wij
tot die hoedanigheid van gebed
waarover gij ons enkele dagen geleden
uitvoerig
en schitterend hebt gesproken,
kunnen komen.

Uw bewonderenswaardig gesprek
heeft ons
in zó verre geholpen
dat wij zeer onder de indruk waren
van dat gebed,
doch het heeft ons niet getoond
hoe wij het kunnen verwezenlijken,
het ons eigen kunnen maken.

5. ANTWOORD OVER DE OORSPRONG VAN DE KETTERIJ IN KWESTIE

1. Isaäk:

Het is niet te verwonderen
dat een zeer eenvoudig man,
die nooit goed is onderricht
over het wezen en de natuur van de Godheid,
tot nu toe vastgehouden
of beetgenomen is kunnen worden
door de onwetendheid
en de vanouds gewende dwaling.
Juister gezegd heeft hij eigenlijk
slechts de oude dwalingen voortgezet.
Want er is geen kwestie
van een nieuw bedrog
van de duivels, zoals gij meent,
maar van de onwetendheid
van het vroegere heidendom.

Zoals zij toen gewoon waren
de duivels
in mensengestalte
te vereren,
zo menen ze nu ook
de ondoorgrondelijke,
onuitsprekelijke majesteit van de ware God
in de omlijning van een of ander beeld
te moeten aanbidden.
Ze denken dat ze niets hebben, nergens zijn,

si propositam non habuerint imaginem quandam,
quam in supplicatione positi iugiter interpellent
eam que circumferant mente
ac prae oculis teneant semper adfixam.³³

2. super quorum hoc errore
competenter dirigitur illa sententia:
*et mutaverunt
gloriam
in corruptibilis dei
in similitudinem imaginis
hominis corruptibilis.*

Hieremias quoque
*populus, inquit, meus
mutavit gloriam suam
in idolo.*

qui error licet
origine hac qua diximus
quorundam sensibus
sit inolitus,³⁴
nihilominus tamen
in illorum quoque animis,
qui numquam
gentilicia superstitione
polluti sunt,
sub colore testimonii huius
quo dicitur:
*faciamus hominem
ad imaginem et similitudinem nostram,*
inperitia seu rusticitate faciente
contractus est,³⁵
ita
ut etiam haeresis
quae dicitur Anthropomorphitarum
sub occasione detestandae huius interpretationis
emerserit,
quae
inmensam illam
ac simplicem divinitatis substantiam
liniamentis nostris
et humana figuratione
conpositam³⁶
pertinaci perversitate
contendit.

3. quam tamen
si quis fuerit
catholicis dogmatibus institutus
ut gentilem blasphemiam
detestabitur
et ita
ad illam orationis purissimam
perveniet qualitatem,
quae
non solum
nullam divinitatis effigiem
nec liniamenta corporea,
quod dictu quoque nefas est,

als ze zich geen beeld voorstellen
waartoe ze zich bij hun gebed richten,
dat ze in hun geest meedragen
en altijd vast voor ogen hebben.

2. Op hun dwaling
is heel precies dit woord van toepassing:
*Zij hebben
de glorie van de onvergankelijke God
veranderd
in het beeld van de gestalte
van een sterfelijk mens (Rom. 1,23).*

En Jeremia zegt:
*Mijn volk
heeft zijn Glorie verruild
voor een afgod (Jer. 2,11).*

Deze dwaling is
door haar oorsprong, waarvan ik zojuist sprak,
bij bepaalde mensen als in hun denken
vastgegroeid.
Maar
zij komt ook wel voor
bij hen
die nooit
met het heidens bijgeloof
besmet zijn geweest;
bij wie onkunde en onwetendheid
er de oorzaak van zijn,
onder voorwendsel van de tekst:
*Laat ons de mens maken
naar ons beeld en gelijkenis (Gen. 1,26).*

Precies
uit deze kwalijke interpretatie
is de eigenlijke ketterij
der antropomorfiëten
voortgekomen,
die
met een hardnekkige boosheid
beweert
dat het onmetelijke,
enkelvoudige goddelijke Wezen
onze vorm,
een menselijke gestalte,
bezit.

3. Hij die
in de katholieke leer is onderricht,
zal dit
als heidense godslastering
verfoeien,
en zo
zal hij tot die allerzuiverste vorm
van gebed komen
waarover wij gesproken hebben.

Dit geeft geen plaats
aan een voorstelling van de Godheid
onder lichamelijke trekken

in sua supplicatione miscebit,
sed ne ullam quidem in se
memoriam dicti cuiusquam
vel facti speciem
seu formam cuiuslibet characteris
admittet.³⁷

VI. QUIBUS EX CAUSIS UNICUIQUE NOSTRUM
AUT HUMILIS CHRISTUS IESUS AUT GLORIFICATUS
APPAREAT³⁸

1. Secundum mensuram namque
puritatis suae,
sicut superiore conlatione praefatus sum,
unaquaeque mens
in oratione sua
vel erigitur
vel formatur,
tantum scilicet
a terrenarum ac materialium rerum contemplatione
discedens,
quantum eam
status suae provexerit puritatis
fecerit que
Iesum
vel humilem adhuc et carneum,
vel glorificatum
et in maiestatis suae gloria venientem
internis obtutibus animae
pervideri.³⁹

2. non enim
poterunt intueri Iesum
venientem in regno suo,
qui adhuc
sub illa quodammodo Iudaica infirmitate
detenti
non queunt dicere cum apostolo:
*et si cognovimus
secundum carnem Christum,⁴⁰
sed nunc iam non novimus,*
sed
illi soli
purissimis oculis
divinitatem ipsius speculantur,
qui
de humilibus ac terrenis
operibus et cogitationibus
ascendentes
cum illo secedunt
in excelso solitudinis monte,⁴¹
qui
liber
ab omnium terrenarum cogitationum
ac perturbationum tumultu
et a cunctorum vitiorum permixtione
secretus,
fide purissima ac uirtutum eminentia

– het is al een gruwel dit uit te spreken - ;
het laat zelfs volstrekt
geen herinnering van enig woord
toe,
geen gedachte aan een handeling,
geen enkele bepaalde vorm.

6. WAAROM JEZUS CHRISTUS ONS
OF IN ZIJN NEDERIGHEID OF IN ZIJN HEERLIJKHEID
VERSCIJNT

1. Iedere geest
bereikt
in zijn gebed
een niveau en een vorm
die overeenstemt met de maat
van zijn zuiverheid;
dit heb ik in het vorige gesprek gezegd.

Hij verwijderd zich
van aardse en materiële beschouwingen
naarmate zijn staat van zuiverheid
hem verder brengt
en hem
inwendig
Jezus
ofwel nog gering en naar het vlees
doet zien
ofwel verheerlijkt
en komend in de pracht van zijn majesteit.

2. Diegenen immers
kunnen Jezus niet zien
komen in zijn koninklijke macht (Mt. 16,28),
die nog
bevangen zijn
door die in zekere zin joodse zwakheid,
die niet kunnen zeggen met de Apostel:
*En al hebben wij Christus
naar het vlees beoordeeld,
dan nu toch niet meer* (2Kor. 5,16).
Neen,
zij alleen zien
met volkomen zuiver oog
zijn godheid,
die
de lage en aardse
werken en gedachten
ontstijgen
en zich met Hem
op de hoge berg van de eenzaamheid afzonderen.
Deze berg,
vrij van
alle drukte
van aardse gedachten en zorgen,
verre van
iedere besmetting van ondeugd,
hoogverheven

sublimatus,
gloriam vultus eius
et claritatis revelat imaginem
his qui merentur
eum
mundis animae obtutibus
intueri.⁴²

3. ceterum
videtur Iesus etiam ab his
qui in civitatibus et castellis ac viculis
conmorantur,
id est
qui in actuali conversatione sunt
atque operibus constituti⁴³,
sed
non in illa claritate
qua illis apparuit,
qui cum ipso possunt
in praedicto uirtutum monte
conscendere,
id est
Petro, Iacobo et Iohanni.

ita enim
in solitudine
et Moysi apparuit
et Heliae locutus est.

4. quod volens
noster dominus confirmare
ac perfectae nobis reliquere
puritatis exempla,
et quidam
cum ipse
fons inviolabilis sanctitatis
ad obtinendam eam
secessionis adiutorio
ac solitudinis beneficio
extrinsecus non egeret
(non enim poterat
ullis turbarum sordibus
puritatis plenitudo
maculari
nec contaminari
humano consortio
qui universa polluta
emundat atque sanctificat),
secessit tamen
in monte solus orare,
per hoc scilicet
nos instruens
suae secessionis exemplo,
ut
si interpellare
nos quoque voluerimus deum
puro et integro cordis affecto,
ab omni inquietudine et confusione turbarum
similiter secedamus,
ut

door een zuiver geloof en uitmuntende deugden,
openbaart de glorie van 's Heren gelaat
en zijn klare gestalte
aan hen die waardig zijn
Hem
met zuiver geestesoog
te aanschouwen.

3. Overigens
wordt Jezus ook wel gezien
door de bewoners
van de steden, dorpen en gehuchten,
dat is,
door hen die in het actieve leven
en in de werken verkeren,
maar
niet met die klaarheid
waarmee Hij aan hen verschijnt
die met Hem
de berg der deugden
kunnen beklimmen,
namelijk
Petrus, Jakobus en Johannes (Mt. 17,1).

En ook aan Mozes verscheen Hij
eveneens in de eenzaamheid (Ex. 3,2),
en tot Elia sprak Hij
in diezelfde conditie (2Kon. 19,9).

4. Onze Heer
heeft dit willen bevestigen
en ons een voorbeeld
van volmaakte zuiverheid gelaten.

Hij,
de onschendbare bron van heiligheid,
had de uitwendige hulpmiddelen
van afzondering
en eenzaamheid niet nodig
om die te verkrijgen.
De volheid van zuiverheid
kon immers
door geen onreinheid van de menigte
bevlekt worden;
Hij die al het onreine
zuivert en heiligt,
kon door geen menselijk contact
besmet worden.
En toch zondert Hij zich af
om op de berg alleen te bidden (Mt. 14,23).

Door dit voorbeeld van zijn afzondering
leert Hij ons
dat wij,
als ook wij
met een zuiver en onverdeeld hart
tot God willen bidden,
ons eveneens moeten afzonderen
van alle onrust en verwarring der menigte,
om

in hoc corpore commorantes
ad similitudinem quandam illius beatitudinis,
quae in futuro repromittitur sanctis,
uel ex parte aliqua
nos aptare possimus,
sitque nobis *omnia in omnibus deus*.⁴⁴

ons aldus
in dit leven
al enigszins te vormen
naar het model van die zaligheid,
die de heiligen in de toekomst wordt beloofd,
opdat ons *God alles in allen* (1Kor. 15,28) zij.

VII. IN QUO NOSTER FINIS SEU PERFECTA BEATITUDO
CONSISTAT⁴⁵

1. Tunc enim

perfecte consummabitur in nobis
illa nostri salvatoris oratio,
qua pro suis discipulis oravit ad patrem dicens:

*ut dilectio
qua dilexisti me
in eis sit
et ipsi in nobis,*

et iterum:

*ut omnes unum sint,
sicut tu pater in me
et ego in te,
ut et ipsi
in nobis unum sint,*

quando

illa dei perfecta dilectio,
qua prior nos ille dilexit,
in nostri quoque transierit
cordis affectum
hac dominica oratione completa,
quam credimus
nullo modo posse cassari.⁴⁶

2. quod ita fiet,

cum

omnis amor,
omne desiderium,
omne studium,
omnis conatus,
omnis cogitatio nostra,
omne quod vivimus,
quod loquimur,
quod spiramus,
deus erit,
illa que unitas
quae nunc est patris cum filio
et filii cum patre
in nostrum fuerit
sensus mentem que transfusa,
id est
ut quemadmodum nos ille
sincera et pura atque indissolubili
diligat caritate,
nos quoque ei
perpetua et inseparabili
dilectione iungamur,
ita scilicet
eidem copulati,

7. WAARIN ONS DOEL OF HET VOLMAAKTE GELUK
BESTAAT

1. Dan zal in ons

het gebed van onze Verlosser
volkomen vervuld worden,
dat Hij voor zijn leerlingen tot de Vader richtte:

*Dat de liefde
waarmee Gij Mij hebt liefgehad
in hen moge zijn
en zij in Ons* (Joh. 17,26 en 21);

en eveneens:

*Dat zij allen één mogen zijn,
zoals Gij, Vader, in Mij
en Ik in U,
opdat ook zij
in Ons één mogen zijn* (Joh. 17,21).

Dan zal

die volmaakte liefde van God,
waarmee Hij ons het eerst heeft liefgehad (1Joh. 4,10),
ook in ons hart
zijn overgegaan,
door de vervulling van dat gebed van de Heer,
waarvan we geloven
dat het volstrekt niet zonder gevolg kan blijven.

2. Dit zal geschieden

als

al onze liefde,
al ons verlangen,
al ons streven,
ons pogen,
ons denken,
heel ons leven,
ons spreken,
ons ademen,
God zal zijn;
als die eenheid
die de Vader heeft met de Zoon
en de Zoon met de Vader,
op ons hart en onze geest
zal zijn overgegaan.

Zoals Hij ons

met een oprechte en zuivere en onwrikbare
liefde bemint,
zo zullen ook wij met Hem
verbonden zijn
in een eeuwige en onontbindbare liefde,
zó intiem
met Hem verenigd,

ut
 quidquid spiramus,
 quidquid intellegimus,
 quidquid loquimur,
 deus sit,⁴⁷
 in illum, inquam, pervenientes
 quem praediximus finem,
 quem idem dominus orans
 in nobis optat impleri⁴⁸:
 ut omnes sint unum
 sicut nos unum sumus,
 ego in eis et tu in me,
 ut sint et ipsi
 consummati in unum,
 et iterum:
 pater,
 quos dedisti mihi,
 volo
 ut ubi ego sum
 et ipsi sint me cum.

3. haec igitur
 destinatio solitarii,
 haec esse debet
 omnis intentio,
 ut
 imaginem futurae beatitudinis
 in hoc corpore possidere
 mereatur
 et quodammodo arram
 caelestis illius conversationis et gloriae
 incipiat in hoc vasculo praegustare.

hic, inquam,
 finis totius perfectionis est,
 ut
 eo usque
 extenuata mens ab omni situ carnali
 ad spiritalia
 cotidie sublimetur,
 donec
 omnis eius conversatio,
 omnis volutatio cordis
 una et iugis efficiatur oratio.⁴⁹

VIII. INTERROGATIO SUPER ERUDITIONE PERFECTIONIS,
 PER QUAM POSSIMUS AD PERPETUAM DEI MEMORIAM
 PERVENIRE⁵⁰

1. Germanus:
 Maior nobis
 ad praeteritae conlationis illius admirationem,
 ob quam huc recurrimus,
 magnitudo stuporis adrescit.

quantum enim
 incitamento doctrinae huius
 ad desiderium perfectae beatitudinis

dat
 al ons ademen,
 ons denken,
 ons spreken,
 God is.
 Zo komen we, zeg ik,
 tot dat doel waarvan ik sprak,
 waarvan de Heer in zijn gebed
 voor ons de verwezenlijking verlangt:
 Dat zij allen één mogen zijn
 zoals Wij één zijn:
 Ik in hen en Gij in Mij,
 opdat zij
 volmaakt één zijn (Joh. 17,22-23).
 En ook:
 Vader,
 Ik wil
 dat zij die Gij Mij gegeven hebt,
 met Mij mogen zijn
 waar Ik ben (Joh. 17, 24).

3. Dit moet dus
 de opzet,
 de gehele toeleeg
 van de eenzame zijn,
 dat
 hij het beeld van de toekomstige zaligheid
 reeds in dit lichaam
 mag bezitten;
 dat hij al een voorproef
 van het heerlijke hemelse leven
 in dit broze vat mag smaken.

Dit, ja,
 is het doel van de gehele volmaaktheid,
 dat
 de ziel,
 ontdaan van iedere zwaarte van het vlees,
 dagelijks zozeer opstijgt
 naar het geestelijke,
 dat
 heel haar leven,
 elke beweging van haar hart,
 één voortdurend gebed wordt.

8. VRAAG OVER EEN VORMING TOT VOLMAAKTHEID
 DIE HET ONS MOGELIJK MAAKT GOD VOORTDUREND
 INDACHTIG TE ZIJN

1. Germanus:
 Bij onze bewondering voor het vorige gesprek,
 waarom wij hier teruggekomen zijn,
 begint zich een ontsteltenis te voegen
 die nog groter is.

Want hoe meer wij
 door de prikkel van uw leer
 in verlangen naar het volmaakte geluk

inflammamur,
tantum
maiore desperatione
concidimus,
ignorantes
quemadmodum
disciplinam tantae sublimitatis
expetere vel obtinere possimus.

Quapropter
quae in cella positi
diutina meditatione volvere coeperamus,
quia necesse est loquaci forsitan
prosecutione proferri,
quaesumus
ut explicari ea a nobis
patienter admittas,
quamquam sciamus
beatitudinem tuam
nullis solere offendi
ineptiis infirmorum,
quae vel ob hoc
sunt in medium proferendae,
ut quae in eis absurda sunt
corrigantur.⁵¹

2. quantum itaque
opinio nostra sese habet,
cuiuslibet artis seu disciplinae perfectio
necesse est
ut a quibusdam mollibus incipiens rudimentis
facilioribus primum ac tenerrimis initiis
inbuatur,
ut quodam rationabili lacte
nutrita paulatim educata que
succrescat
atque ita
ab imis ad summa
sensim gradatim que
conscendat:
quibus
cum fuerit planiora principia
et quodammodo
ianuas adreptae professionis
ingressa,
ad penetralia quoque perfectionis
et excelsa fastigia
consequenter
et absque labore
perueniat.⁵²

3. nam
quemadmodum pronuntiare
puerorum quispiam
simplices poterit copulas syllabarum,
nisi prius elementorum characteres
diligenter agnouerit?
vel
quomodo citatam legendi peritiam
consequetur,

ontbranden,
hoe meer wij
ontmoedigd
raken,
niet wetend
hóe
de vorming tot zo'n volmaaktheid
te zoeken of te bereiken.

Daarom
verzoeken wij u,
geduldig te willen luisteren
naar de uiteenzetting
van wat wij in onze cel
langdurig hebben zitten overwegen:
het is misschien nodig
het enigszins uitvoerig te zeggen.
We weten
dat uwe hoogwaardigheid
geen aanstoot pleegt te nemen
aan de dwaasheden van de zwakken.
Zij moeten toch tenminste
te berde gebracht worden
om te corrigeren
wat er niet in deugt.

2. Onze mening dan
is deze.
De volmaaktheid van een kunst of ambacht
moet beginnen met een zachte aanloop.
Men moet er
door een gemakkelijk en licht begin
mee vertrouwd gemaakt worden.
Door een geestelijke melk gevoed
en langzaamaan gesterkt
moet men groeien
en zo
geleidelijk, stapje voor stapje,
opklimmen
van het lagere naar het hogere.
Wanneer men aldus
de meer eenvoudige beginselen verworven heeft
en als het ware
de deur van de aanvaarde staat
is binnengegaan,
dan geraakt men ook
als vanzelf
en zonder moeite
tot de geheimen van de volmaaktheid
en tot haar hoge toppen.

3.
Hoe zou een kind
eenvoudige lettergrepen
kunnen uitspreken
als het niet eerst de letters van het alfabet
heeft geleerd?

Hoe zou iemand de leeskunst
machtig worden

qui breves et perangustas descriptiones nominum
necdum est idoneus coniugare?

qua autem ratione is
qui peritia grammaticae disciplinae
minus
instructus est
vel rhetoricam facundiam
vel philosophicam scientiam
consequetur?⁵³

quapropter
huic quoque sublimissimae disciplinae,
per quam instruimur
deo iugiter inhaerere,
non dubito
quaedam institutionis inesse fundamina,
quibus primum firmissime conlocatis
post haec superposita
extollantur
perfectionis excelsa fastigia.

4. cuius haec esse principia
tenuiter suspicamur,
ut primum
noverimus
qua meditatione
teneatur uel cogitetur
deus,
deinde
hanc eandem
quaecumque est materiam
quemadmodum valeamus
inmobiliter custodire,
quod etiam
non ambigimus
culmen totius perfectionis
exsistere.⁵⁴

et idcirco
quandam memoriae huius materiam,
qua deus mente
concipiatur
vel perpetuo teneatur,
nobis cupimus
demonstrari,
ut
eam prae oculis retinentes,
cum elapsos nos ab eadem
senserimus,
habeamus in promptu
quo resipiscentes
ilico revertamur
ac resumere illam
sine ulla circuitus mora
et inquisitionis difficultate
possimus.⁵⁵

5. evenit namque,
ut cum

als hij de kleine, korte lettergrepen van de woorden
nog niet weet te verenigen?

Hoe zou iemand
die niet goed
in de spraakkunst
is onderlegd,
zich de welsprekendheid
of de wijsbegeerte
eigen kunnen maken?

Zo zijn er
ongetwijfeld
ook voor die allerhoogste kunst
die er ons op richt
God voortdurend aan te hangen,
bepaalde beginselen te leren,
die eerst goed moeten zijn ingehamerd,
om dan daarop
de hoogten van de volmaaktheid
op te richten.

4. We vermoeden wel enigszins
welke die beginselen zijn.
Ten eerste
moet men weten,
door wat voor overweging
men God kan bereiken,
aan Hem denken;
daarna,
hoe men
deze overwegingsstof,
welke het dan zij,
onverstoort vast kan houden:
en dit laatste
is
ongetwijfeld
de top van de gehele volmaaktheid.

Daarom
zouden wij zo graag
een dergelijke stof voor onze overweging
aangewezen zien,
waardoor wij aan God
kunnen denken
en Hem voortdurend in onze gedachten houden.

Met deze vast voor ogen,
zouden wij,
als we constateren
dat wij zijn afgedwaald,
iets ter beschikking hebben
om weer tot onszelf te komen
en terstond terug te keren
en zonder tijdverlies van omwegen
en moeizaam zoeken
onze overweging weer op te nemen.

5. Want wat overkomt ons?
Wanneer wij,

de theoriis spiritalibus evagati
 ad nosmet ipsos
 velut de letali sopore
 convertimur
 et tamquam expergefacti
 materiam quaerimus,
 qua illam quae obruta est
 spiritallem memoriam
 resuscitare possimus,
 retardati ipsius inquisitionis mora,
 priusquam reperiamus eam
 a nostro conatu
 iterum devoluamur,
 et antequam spiritalis quidam
 pariatur
 intuitus,
 concepta cordis
 evanescat
 intentio.⁵⁶

quam confusionem
 idcirco nobis accidere
 satis certum est,
 quia speciale aliquid
 prae oculis propositum
 velut formulam quandam
 stabiliter non tenemus,
 ad quam possit vagus animus
 post multos anfractus ac discursus varios
 revocari
 et post longa naufragia
 velut portum quietis
 intrare.⁵⁷

6. itaque fit
 ut hac ignorance ac difficultate
 mens iugiter praepedita
 errabunda semper
 et velut ebria
 per diuersa iactetur
 et
 ne illud quidem
 quod casu potius
 quam industria
 sibimet occurrerit
 spiritale
 diu ac firmiter teneat,
 dum
 aliud ex alio semper recipiens
 sicut introitus eorum atque principia,
 ita etiam finem discessum que
 non sentiat.⁵⁸

VIII. RESPONSIO DE EFFICACIA INTELLECTUS QUI PER EXPERIENTIAM COLLIGITUR⁵⁹

1. Isaac:
 Inquisitio uestra

van de geestelijke beschouwingen afgedwaald,
 als uit een dodelijke slaap
 weer tot onszelf
 komen
 en als wakker geworden
 een onderwerp zoeken
 waardoor we de verdwenen
 geestelijke gedachte
 kunnen doen herleven,
 dan worden wij opgehouden door het zoeken:
 en vóór we iets gevonden hebben
 laten wij onze poging
 alweer varen;
 vóórdát onze blik
 zich op iets geestelijks
 richt,
 is de aandacht
 die ons hart weer gekregen had,
 andermaal verdwenen.

Het is vrijwel zeker
 dat deze verwarring
 ons overkomt
 omdat wij niets bepaalds
 vast
 voor ogen hebben,
 een of andere formule
 waarnaar onze zwervende geest
 na vele zijwegen en allerlei afleidingen
 teruggebracht kan worden,
 waar hij als in een kalme haven
 na een langdurig noodweer
 kan binnenlopen.

6. Zo
 slingert onze geest,
 voortdurend gehinderd
 door deze onkunde en moeilijkheid,
 alsmaar heen en weer,
 onzeker als een dronkeman.
 En
 zelfs
 het geestelijke
 dát hij vindt,
 eerder toevallig
 dan met opzet,
 houdt hij niet lang en ernstig vast,
 omdat hij
 van de hak op de tak springt;
 evenmin als hij beseft
 wanneer iets komt en begint,
 voelt hij wanneer het gaat en ophoudt.

9. ANTWOORD: DE KRACHT VAN EEN VERSTAND DAT OP ERVARING STEUNT

1. Isaäk:
 Uw zo preciese en scherpzinnige

tam minuta atque subtilis
proximae puritatis
praesignat indicium.⁶⁰

nec enim de his
saltim interrogare,
non dicam introspicere
atque discernere
quispiam praevalebit,
nisi quem
diligens et efficax mentis industria
ac sollicitudo pervigil
ad perscrutandam istarum profunditatem
provexerit quaestionum⁶¹
castigatae que uitae
iugis intentio
per experientiam fecerit actualem
adtemptare puritatis huius limina
ianuas que pulsare⁶².

2. et idcirco
quoniam video
vos
non dicam pro foribus
orationis illius uerae
de qua disserimus
adstis,
sed ipsis quodammodo experientiae manibus
penetralia eius et interiora
palpare
et quaedam membra
iam iam que contingere,
nec me laboraturum
credo,
ut iam intra aulam quodammodo ipsius
oberrantes
in adyta quoque,
in quantum dominus direxerit,
introducā,
nec uos
ad introspicienda haec
quae demonstranda sunt
ullo difficultatis obstaculo
retardandos.

3. proximus enim cognitioni est,
qui quid inquirere debeat
prudenter agnoscit,
nec a scientia longe est,
qui coepit intellegere
quid ignoret.⁶³

et idcirco
non uereor
notam prodicionis vel levitatis
incurrere,
si ea,
quae in superiore tractatu
de perfectione orationis
disserens

vraagstelling
is een teken
dat de zuiverheid u nabij is.

Want niet iedereen
kan hierover
zelfs maar ondervragen,
laat staan er een inzicht in hebben
of terzake oordelen.
Daar is men alleen toe in staat
als men zich laat leiden door een ijverige geest
en een doeltreffende zorg,
steeds erop uit om die kwesties
op hun diepte te peilen.
Door een verstorven leven moet
men er voortdurend op gericht zijn;
door ervaring in het actieve deugdenleven
moet men de drempel van die zuiverheid zijn genaderd,
kloppen aan haar deur.

2. Welnu,
ik zeg niet dat gij voor de deur
staat
van dat ware gebed
waarover we nu spreken:
ik zie
dat gij in zekere zin
het inwendige en het binnenste ervan
al met de handen van uw ervaring
betast,
dat ge bepaalde elementen
al beet hebt.
Daarom zal het mij geen moeite kosten,
denk ik,
om u, die al om zo te zeggen
zoekend in de voorhof loopt,
onder Gods leiding
het heiligdom
binnen te brengen.
Gij zult
door geen enkele moeilijkheid
worden opgehouden
om inzicht te krijgen
in wat ik u uiteen ga zetten.

3. Want hij die wijselijk weet
wát hij moet zoeken,
is dicht bij de kennis;
hij die begint te begrijpen
wát hij niet weet,
is niet ver van het weten.

En daarom
vrees ik niet
de blaam van verraad of lichtzinnigheid
op te lopen,
als ik u datgene
wat ik in mijn vorige
uiteenzetting
over het volmaakte gebed

disputationi subtraxeram,
propalare,
quorum uirtutem
uobis
in hoc exercitio ac studio conlocatis
etiam sine ministerio nostri sermonis
per dei gratiam
arbitror
fuisse reserandam.⁶⁴

achterwege heb gelaten,
nu bekend maak.
Gij
met uw ijver en oefening
zoudt ook zonder de dienst van mijn woord,
zo ben ik van oordeel,
door Gods genade
deze voortreffelijke dingen
wel hebben ontdekt.

X. DE INSTITUTIONE ORATIONIS PERPETUAE⁶⁵

1. Quapropter
secundum illam institutionem,
quam parvulorum eruditioni
prudentissime conparastis
(qui alias
elementorum traditionem primam
percipere non possunt
nec eorum
vel agnoscere lineas
vel intrepida manu
queunt describere characteres,
quam
protypiis quibusdam et formulis
cerae diligenter inpressis
effigies eorum exprimere
contemplatione iugi
et cotidiana imitatione
consuescant),
huius quoque
spiritualis theoriae
tradenda vobis est formula,⁶⁶
ad quam
semper tenacissime
vestrum intuitum defigentes
vel eandem salubriter volvere
indisrupta iugitate
discatis
vel sublimiores intuitus scandere
illius usu ac meditatione
possitis.⁶⁷

2. haec igitur uobis
huius quam quaeritis disciplinae atque orationis
formula proponetur,
quam
unusquisque monachus
ad iugem dei memoriam tendens
incessabili cordis volutatione
meditari
expulsa omnium cogitationum
varietate
consuescat,
quia
nec alias eam ullo modo poterit retentare,
nisi ab omnibus fuerit corporalibus
curis ac sollicitudinibus

10. DE LEERSCHOOL VAN HET VOORTDURENDE GEBED

1.
Ge hebt de vorming tot het gebed
zeer juist vergeleken
met het onderwijs aan kinderen.
Die kunnen
het alfabet
niet in zich opnemen,
de letters ervan
niet herkennen
of met vaste hand
schrijven,
wanneer zij niet
voortdurend
bepaalde voorbeelden of modellen
in was
bekijken
en telkens namaken,
zodat zij er de gewoonte van krijgen.
Daarom ga ik u nu ook
voor de geestelijke beschouwing
een model geven,
waarop ge
steeds met alle volharding
uw blik moet vestigen:
zo zult ge het onafgebroken
leren
overwegen tot uw heil
of kunt ge
door het gebruik en de meditatie ervan
opklimmen tot hogere beschouwingen.

2. Dit wordt u getoond
als het model dat u moet onderrichten,
de gebedsformule die ge zoekt.
Iedere monnik
die ernaar streeft voortdurend God indachtig te zijn,
moet zich gewennen,
haar
onophoudelijk in zijn hart
te overwegen,
terwijl hij de bonte veelheid
van zijn gedachten verjaagt;
want
hij kan haar onmogelijk vasthouden
als hij niet los is
van lichamelijke

absolutus.⁶⁸

quae
sicut nobis
a paucis
qui antiquissimorum patrum residui erant
tradita est,
ita a nobis quoque
non nisi rarissimis
ac vere sitientibus
intimatur.⁶⁹

erit itaque
ad perpetuam dei memoriam possidendam
haec inseparabiliter proposita uobis
formula pietatis:

*deus in adiutorium meum intende:
domine ad adiuuandum mihi festina.*⁷⁰

3. hic namque versiculus
non inmerito
de toto scripturarum excerptus est
instrumento.

recipit enim omnes adfectus
quicumque inferri humanae possunt naturae
et
ad omnem statum
atque universos incursus
proprie satis et competenter aptatur.⁷¹

habet siquidem
aduersus uniuersa discrimina
invocationem dei,⁷²

habet
humilitatem piae confessionis,⁷³

habet
sollicitudinis ac timoris perpetui
vigilantiam,⁷⁴

habet
considerationem fragilitatis suae,⁷⁵

exauditionis fiduciam,⁷⁶

confidentiam
praesentis semper adstantis que praesidii.

4. qui enim iugiter
suum inuocat protectorem,
certus est
eum semper
esse praesentem.⁷⁷

habet
amoris et caritatis ardorem,⁷⁸

zorgen en beslommeringen.

Zoals ze
ons
is overgeleverd
door de weinige
alleroudste Vaders die nog in leven waren,
zo vertrouwen ook wij
haar slechts toe
aan de zeldzamen
die er werkelijk naar dorsten.

Om dan
God voortdurend indachtig te zijn,
moet deze heilige formule
u zonder ophouden voor de geest staan:
*God, kom mij te hulp;
Heer, haast U mij te helpen* (Ps. 70,2).

3. Niet ten onrechte
is dit vers gekozen
uit heel het arsenaal
der Schriften.

Het drukt alle gevoelens uit
die 's mensen natuur kan bezitten
en
het is van een treffende toepassing
op iedere staat
en op elke soort bekoring.

Het bevat
tegen alle gevaren
het beroep op God,

het bevat
de nederigheid van een vrome belijdenis,

de waakzaamheid
van de zorg en de voortdurende vrees;

de beschouwing van eigen zwakheid,

de stellige verwachting verhoord te worden,

het vertrouwen
op de altijd en overal aanwezige hulp:

4. want wie zonder ophouden
zijn beschermer aanroept,
is er zeker van
dat deze voortdurend
aanwezig is.

Het vertolkt
de liefde van een vurig minnende ziel,

habet
insidiarum contemplationem⁷⁹
inimicorum que formidinem,
quibus
perspiciens
semet ipsum die noctu que vallatum
confitetur
se non posse
sine sui defensoris auxilio
liberari.⁸⁰

hic uersiculus
omnibus
infestatione daemonum
laborantibus
inexpugnabilis murus est
et inpenetrabilis lurica
ac munitissimus clypeus.⁸¹

iste
in acedia et anxietate animi
conlocatos
seu tristitia
vel cogitationibus quibuscumque
depressos
salutis remedia desperare
non patitur,
ostendens
illum quem inuocat
inspicere iugiter nostra certamina
atque a suis supplicibus
non abesse.⁸²

5. iste
nos
in spiritalibus successibus
cordis que laetitia constitutos
admovet
extolli penitus non debere
nec inflari de prospero statu,⁸³
quem sine protectore deo
retineri non posse
testatur,⁸⁴
dum non solum eum semper,
sed etiam uelociter ut sibi auxilietur
inplorat.⁸⁵

iste, inquam,
uersiculus
unicuique nostrum
in qualibet qualitate degenti
necessarius et utilis
invenitur.⁸⁶

nam
qui se semper
atque in omnibus
desiderat adiuuari,
manifestat
quod

het drukt
haar besef uit van de hinderlagen die er zijn
en haar vrees voor haar vijanden:
zij ziet zich
dag en nacht door hen omringd
en
zij belijdt
dat zij er
zonder de hulp van haar verdediger
niet aan kan ontsnappen.

Dit vers is
voor allen
die te lijden hebben
van de aanvallen van de duivels,
een onoverwinnelijke muur,
een ondoordringbaar harnas,
een volkomen veilig schild.

Wanneer wij
lusteloos en angstig zijn,
of bedroefd
en bedrukt
door wat voor gedachten ook,
staat het ons niet toe
aan onze redding te wanhopen,
door te tonen
dat Hij tot wie het roept,
voortdurend onze strijd gadeslaat
en nooit ver is
van hen die Hem smeken.

5.
Wanneer wij
geestelijke resultaten zien
en ons hart vol vreugde is,
waarschuwt dit vers ons,
dat wij ons volstrekt niet mogen verheffen
en opblazen over de voorspoed,
die wij zonder Gods bescherming
niet kunnen behouden,
zoals het zelf getuigt
waar het smeekt
om voortdurende
en zelfs snelle hulp.

In één woord,
dit vers
is
voor ieder van ons,
in welke omstandigheden ook,
noodzakelijk en nuttig.

Want
wie altijd
en in alles
verlangt geholpen te worden,
toont,
dat hij

non tantum in rebus duris ac tristibus,
sed etiam in secundis ac laetis
pari modo
deo egeat adiutore,
ut
quemadmodum ex illis erui,
ita in istis eum faciat inmorari,
in neutro sciens
humanam fragilitatem
sine illius opitulatione
subsistere.⁸⁷

6. gastrimargiae passione
perstringor,
cibos quos heremus ignorat
inquiero
et in squalida solitudine
ingeruntur mihi
odores regalium ferculorum
atque ad illorum desideria
sentio me
invitissimum
trahi:
dicendum proinde mihi est:
deus in adiutorium meum intende:
*domine ad adiuvandam mihi festina.*⁸⁸

anticipare
horam statutae refectionis
instigor
seu modum iustae ac solitae parcitatis
retinere
cum magno cordis mei dolore
contendo:
cum gemitu
mihi est proclamandum:
deus in adiutorium meum intende:
*domine ad adiuuandum mihi festina.*⁸⁹

7. ieiuniis me
ob inpugnationem carnis
districtioribus indigentem
stomachi prohibet
lassitudo
seu ventris ariditas constrictio que
deterret:
ut effectus meo desiderio tribuatur
vel certe
ut aestus carnalis concupiscentiae
absque temperamento districtioris ieiunii
conquiescant,
orandum mihi est:
deus in adiutorium meum intende:
*domine ad adiuvandam mihi festina.*⁹⁰

accedens ad refectionem
hora legitima suggerente
perceptionem panis
exhorreo

niet alleen wanneer het hard en bitter is,
Gods hulp heeft,
doch evenzeer
in voorspoed en vreugde.

Zoals Hij hem uit de tegenspoed bevrijdt,
zo duurt ook de voorspoed slechts door Hem:
in geen van beide
kan
de menselijke zwakheid
stand houden.

6. Ik word door de hartstocht van de gulzigheid
overvallen:
ik zoek naar spijzen
die de woestijn niet kent,
midden in de barre woestijn
word ik
de geuren van vorstelijke gerechten gewaar
en ondanks mijzelf
voel ik me
getrokken
door het verlangen ernaar.
Dan zeg ik:
God, kom mij te hulp;
Heer, haast U mij te helpen.

Ik word geprikkeld
om op het voor de maaltijd vastgestelde uur
vooruit te lopen
of ik worstel
met grote pijn in het hart
om de rechte en gewone sobere maat
te houden.
Dan moet ik onder zuchten
roepen:
God, kom mij te hulp;
Heer, haast U mij te helpen.

7. Wegens aanvechtingen van het vlees
heb ik behoefte
aan strenger vasten,
maar de vermoeidheid van mijn maag
verhindert het mij,
mijn verdorde, verschrompelde ingewanden
houden mij ervan af;
om mijn verlangen dan tóch te kunnen vervullen,
ofwel
om de hete begeerte van mijn vlees
zonder beteugeling van strenger vasten
te laten bedaren,
bid ik:
God, kom mij te hulp;
Heer, haast U mij te helpen.

De tijd van mijn maaltijd is gekomen,
het wettige uur:
maar nu vind ik het afschuwelijk
om mijn brood te eten

atque ab omni esu naturalis necessitatis
excludor:

cum heulatu

proclamandum est mihi:

deus in adiutorium meum intende:

*domine ad adiuvandum mihi festina.*⁹¹

8. volentem me
ob stabilitatem cordis
insistere lectioni
interpellans capitis prohibet dolor
hora que tertia
faciem meam ad sacram paginam
somnia adludit
ac deputatum quietis tempus
vel transgredi
vel praevenire
conpellor,
ipsum denique
canonicum synaxeos psalmorum que modum
intercidere
me grauissima somni cogit impressio:
similiter
proclamandum est mihi:

deus in adiutorium meum intende:

*domine ad adiuvandum mihi festina.*⁹²

sublato ab oculis meis sopore
multis me noctibus
diabolicis insomniis
video fatigatum
omnem que a palpebris meis refectionem
nocturnae quietis
exclusam:
cum suspiriis
orandum est mihi:

deus in adiutorium meum intende:

*domine ad adiuvandum mihi festina.*⁹³

9. adhuc me
in conluctatione positum vitiorum
titillatio carnis
repente compungit
et ad consensum pertrahere
dormientem
blanda oblectatione
conatur:
ne
ignis alienus
exaestuans
urat
suave olentes flosculos castitatis,
clamandum
mihi est:

deus in adiutorium meum intende:

*domine ad adiuvandum mihi festina.*⁹⁴

extincta
sentio
libidinis incentiva

en de eetlust, die voor de natuur noodzakelijk is,
ontbreekt me;
luid

moet ik dan klagen:

God, kom mij te hulp;

Heer, haast U mij te helpen.

8. Ik wil me
ijverig wijden aan de lezing,
om mijn gedachten vastheid te verlenen,
doch een hoofdpijn komt het me beletten
of ik val al op het derde uur
met mijn hoofd op het heilig boek
in slaap;
ik word aangelokt,
de gestelde tijd voor de rust
te verlengen
of vroeger te beginnen;
in de synaxis brengt
de zware druk van de slaap mij ertoe
de canonieke psalmodie
af te breken:
dan moet ik eveneens
roepen:

God, kom mij te hulp;

Heer, haast U mij te helpen.

Wanneer de slaap van mijn ogen wijkt,
wanneer ik vele nachten
door een duivelse slapeloosheid
wordt uitgeput
en ieder herstel van mijn krachten
door een goede nachtrust
mij niet gegund is,
dan moet ik al zuchtend
bidden:

God, kom mij te hulp;

Heer, haast U mij te helpen.

9. Ben ik nog
in de strijd met de ondeugden gewikkeld
en bekruipt mij dan plotseling
de prikkeling van het vlees
om me
in mijn slaap
door verleidelijk genot
tot instemming mee te trekken:
dan moet ik,
om te voorkomen
dat het kwaadaardig vuur

de zoet geurende bloemen van de kuisheid
verzengt,
roepen:

God, kom mij te hulp;

Heer, haast U mij te helpen.

Voel ik
dat de prikkel van de lust
is verdwenen

et genitalem membris meis
intepuisse fervorem:
ut parta haec virtus,
immo gratia dei
in me diutius vel perpetuo perseveret,
intente dicendum
est mihi:

*deus in adiutorium meum intende:
domine ad adiuuandum mihi festina.*⁹⁵

10. irae, filargyriae, tristitiae stimulis
inquietor
cogor que
propositam atque amicam mihi
interrumpere
lenitatem:
ne
in amaritudinem fellis
perturbatione furoris
abducar,
cum summo mihi gemitu
proclamandum est:

*deus in adiutorium meum intende:
domine ad adiuuandum mihi festina.*⁹⁶

acediae, cenodoxiae, superbiae elatione
pertemptor
ac de aliorum
neglegentia vel tepore
quiddam sibi mens
subtili cogitatione
blanditur:
ne in me praeualeat
haec inimici pernicioza suggestio,
cum omni contritione cordis
orandum est mihi:

*deus in adiutorium meum intende:
domine ad adiuuandum mihi festina.*⁹⁷

11. humilitatis et simplicitatis gratiam
superbiae tumore deposito
iugi conpunctione spiritus
adquisivi:
ne rursum
veniat mihi
pes superbiae
et manus peccatoris
moveat me
gravius que
de victoriae meae elatione
confodiar,
totis mihi proclamandum est
uiribus:

*deus in adiutorium meum intende:
domine ad adiuuandum mihi festina.*⁹⁸

evagationibus animae
innumeris ac diuersis
et instabilitate cordis
exaestuo

en de geslachtsdrift in mijn leden
is bedaald:
dan moet ik,
om de verworven deugd,
of liever genade Gods,
lang of voorgoed te behouden,
met nadruk zeggen:

*God, kom mij te hulp;
Heer, haast U mij te helpen.*

10. Ik raak opgewonden
van toorn, hebzucht, droefheid,
en ik voel mij gedrongen
om mijn voorgenomen, geliefde
zachtmoedigheid
af te breken:
om mij niet
door de storm van de woede
tot een giftige bitterheid
te laten voeren,
zucht ik
uit de grond van mijn hart:

*God, kom mij te hulp;
Heer, haast U mij te helpen.*

Ik word bekoord
door lusteloosheid, ijdelheid, hoogmoed;
de gedachte
aan de nalatigheid en lauwheid
van anderen
behaagt heimelijk
mijn geest:
opdat deze verderfelijke inblazing van de vijand
niet de overhand op mij krijgt,
bid ik
uit de grond van mijn hart:

*God, kom mij te hulp;
Heer, haast U mij te helpen.*

11. Het gezwel van de trots is verdwenen;
door onophoudelijk mijn geest te vernederen
heb ik de genade van ootmoed en eenvoud
verkregen;
opdat nu niet opnieuw
de voet van de hoogmoed
over mij komt,
en de hand van de zondaar
mij doet wankelen (vgl. Ps. 36,12),
en ik door de verheffing over mijn overwinning
nog ernstiger
word gewond,
roep ik
uit alle macht:

*God, kom mij te hulp;
Heer, haast U mij te helpen.*

Door eindeloze verstrooiingen
van allerlei aard
is mijn ongedurig hart
in onrust

nec cogitationum dispersiones
 valeo
 cohercere,
 ipsam que orationem meam fundere
 absque interpellatione atque phantasmate
 inanium figurarum
 sermonum que et actuum
 retractatione
 non possum,
 tanta que me sentio
 sterilitatis huius ariditate
 constrictum,
 ut nullas omnino
 spiritalium sensuum generationes parturire
 me sentiam:
 ut de hoc animi squalore
 merear liberari,
 unde me
 gemitibus multis atque suspiriis
 expedire non possum,
 necessarie proclamabo:
deus in adiutorium meum intende:
*domine ad adiuuandum mihi festina.*⁹⁹

12. directionem rursus animae,
 stabilitatem cogitationum,
 alacritatem cordis
 cum ineffabili gaudio et mentis excessu
 visitatione sancti spiritus
 me sentio consecutum,
 exuberantia quoque spiritalium sensuum
 redundare reuelationem
 sacratissimorum intellectuum
 et antea mihi penitus occultorum
 repentina domini inlustratione
 percepi:
 ut in his merear diutius inmorari,
 sollicite mihi est frequenter que clamandum:
deus in adiutorium meum intende:
*domine ad adiuuandum mihi festina.*¹⁰⁰

13. nocturnis daemonum terroribus
 circumvallatus
 exagitor
 et inmundorum spirituum phantasmatis
 inquietor,
 spes ipsa mihi salutis ac uitae
 trepidationis horrore
 subtrahitur:
 ad salutarem uersiculi huius portum
 confugiens
 totis viribus exclamabo:
deus in adiutorium meum intende:
*domine ad adiuuandum mihi festina.*¹⁰¹

rursus cum fuero
 consolatione domini
 reparatus
 et ipsius animatus adventu
 velut innumeris angelorum milibus

en ik vermag niet,
 mijn dwarrelende geest
 te beheersen;
 ik kan
 zelfs mijn gebed niet verrichten
 zonder gestoord te worden
 door ijdele fantasie
 en door de herinnering
 aan gesprekken en werkzaamheden;
 ik voel me
 door deze onvruchtbare dorheid
 verlamd,
 zodat ik
 geen enkele geestelijke gedachte
 kan voortbrengen.
 Tranen en zuchten
 vermogen mij niet
 uit deze zielenood
 te redden;
 om bevrijd te worden,
 moet ik roepen:
God, kom mij te hulp;
Heer, haast U mij te helpen.

12. Door het bezoek van de heilige Geest
 heeft mijn ziel haar richting herkegen,
 mijn denken vastheid,
 mijn hart blijdschap,
 met een onuitsprekelijke verrukking
 en vreugde van de geest.
 In een overvloed van geestelijke gedachten
 wordt mij
 door een plotselinge verlichting van de Heer
 het inzicht geopenbaard
 in de heiligste geheimen,
 die mij tevoren volkomen verborgen waren.
 Om lang hierin te mogen verblijven,
 roep ik met aandrang onophoudelijk:
God, kom mij te hulp;
Heer, haast U mij te helpen.

13. In nachtelijke angsten
 omringen
 en vervolgen de duivels mij,
 spookbeelden van onreine geesten
 jagen mij op,
 de angst
 beneemt me zelfs
 de hoop op redding en op leven.
 Ik vlucht
 naar de veilige haven van dit vers
 en roep uit alle macht:
God, kom mij te hulp; Heer,
haast U mij te helpen.

Door de troost van de Heer
 herstel ik mij
 weer.
 Ik ben door zijn tegenwoordigheid bezielde,
 ik voel me

me sensero
 circumsaeptum,
 ita
 ut eorum,
 quos morte gravius antea tremescebam
 et quorum tactum,
 immo viciniam
 horrore mentis et corporis
 sentiebam,
 repente
 congressus expetere
 audeam
 ac provocare conflictus:
 ut in me constantiae huius vigor
 per dei gratiam
 diutius inmoretur,
 totis mihi est viribus
 proclamandum:
*deus in adiutorium meum intende;
 domine ad adiuuandum mihi festina.*¹⁰²

14. huius igitur
 versiculi oratio
 in adversis
 ut eruamur,
 in prosperis
 ut servemur
 nec extollamur
 incessabili iugitate
 fundenda est.

huius, inquam,
 versiculi meditatio
 in tuo pectore indisrupta voluatur.¹⁰³

hunc
 in opere quolibet
 seu ministerio
 vel itinere constitutus
 decantare
 non desinas.¹⁰⁴

hunc
 et dormiens
 et reficiens¹⁰⁵
 et in ultimis naturae necessitatibus¹⁰⁶
 meditare.

haec volutatio cordis
 velut formula tibi salutaris effecta
 non solum inlaesum
 ab omni daemonum incursione
 custodiet,
 sed etiam
 cunctis te vitiis terrenae contagionis
 expurgans
 ad illas invisibiles theorias caelestes que
 perducet
 atque

als door vele duizenden engelen
 omringd.

Plotseling
 durf ik
 hen
 die ik tevoren erger vreesde dan de dood
 en wier aanraking
 of zelfs maar nabijheid
 mij letterlijk en figuurlijk
 deed rillen,
 op te roepen
 en tot een gevecht uit te dagen.
 Opdat de kracht van deze standvastigheid
 door Gods genade
 lang in mij mag blijven,
 moet ik uit alle macht
 zeggen:
*God, kom mij te hulp;
 Heer, haast U mij te helpen.*

14. Zo moet ge dus
 dit vers
 voortdurend, zonder ophouden
 bidden:
 in tegenspoed
 om bevrijd te worden,
 in voorspoed
 om daarin te blijven
 en niet hoogmoedig te worden.

Dit vers, zeg ik,
 moet ge onafgebroken in uw hart
 overwegen.

Houd niet op
 dit
 te zingen,
 bij ieder werk,
 bij elke taak,
 of ook op reis.

Overweeg
 het,
 bij het slapen,
 bij het eten,
 bij het voldoen aan al de behoeften van de natuur.

Deze overweging,
 voor u als een spreuk van heil geworden,
 zal u niet alleen ongedeerd
 bewaren
 tegen elke aanval van de duivels,
 maar u ook
 van alle ondeugden en aardse smetten
 zuiveren
 en u naar de beschouwing
 voeren
 van het onzichtbare en hemelse

ad illum ineffabilem
ac perpaucis expertum
provehit
orationis ardorem.¹⁰⁷

15. hunc uersiculum
meditanti tibi
somnus inrepat,
donec incessabili eius exercitatione formatus
etiam per soporem
eum decantare consuescas.¹⁰⁸

hic
tibi expergefatto
primus occurrat,
iste
evigilantis
cogitationes anticipet universas,
iste te
de tuo surgentem cubili
curvationi genuum
tradat
atque illinc deinceps
ad omne opus actus que
deducat,
hic te
omni tempore
prosequatur.¹⁰⁹

hunc
meditaberis
secundum praecepta legislatoris
sedens in domo
et ambulans in itinere,
dormiens
atque consurgens.

hunc
scribes
in limine et ianuis oris tui,
hunc
in parietibus domus tuae
ac penetralibus tui pectoris
conlocabis,¹¹⁰
ita ut
haec ad orationem procumbenti
sit tibi
adclinis decantatio
et exinde consurgenti
atque ad omnes usus uitae necessarios incedenti
fiat erecta
et iugis oratio.¹¹¹

XI. DE PERFECTIOE ORATIONIS, AD QUAM PRAEDICTA TRADITIONE CONSCENDITUR¹¹²

1. Istam, istam
mens indesinenter formulam teneat,

en
naar die onuitsprekelijke
gloed van gebed,
die maar zo weinigen ervaren.

15. Met
dit vers
moet gij inslapen,
totdat ge er zo in doorkneet zijt
dat ge het zelfs in uw slaap
geregeld herhaalt.

Als gij wakker wordt,
moet dit
het eerste zijn wat bij u opkomt;
bij uw ontwaken
moet dit
alle andere gedachten vóór zijn;
dit vers
moet u
op de knieën zetten
zodra ge van uw bed opstaat,
en vanaf dat moment
geleiden
naar al uw werk, iedere daad:
de hele tijd
moet het u
vergezellen.

Dit
moet ge overwegen,
naar het voorschrift van de wetgever,
wanneer ge in uw huis zijt gezeten
of gaat langs de wegen,
wanneer ge slaapt
en wanneer ge opstaat (Dt. 6,7).

Schrijf
dit
op de drempel en de deur van uw mond;
zet
het
op de muren van uw huis
en in het binnenste van uw hart.
Zo zal het,
als gij u neerwerpt om te bidden,
uw refrein
zijn,
en als gij gaat
voor al de noodzakelijke bezigheden van uw leven,
uw aandachtig
en blijvend gebed.

11. DE VOLMAAKTHEID IN HET GEBED WAARTOE MEN KOMT DOOR HET BOVEN GEGEVEN ONDERRICHT

1. Dit, deze formule,
moet de geest vasthouden zonder af te laten.

donec
 usu eius incessabili
 et iugi meditatione
 firmata
 cunctarum cogitationum
 divitias amplas que substantias
 abiciat
 ac refutet,
 atque ita
 versiculi huius paupertate
 constricta
 ad illam evangelicam beatitudinem,
 quae inter ceteras beatitudines
 primatum tenet,
 prona facilitate
 perveniat.
*beati enim inquit pauperes spiritu,
 quoniam ipsorum est
 regnum caelorum.*

et ita
 quis per istius modi paupertatem
 egregius pauper existens
 illud propheticum inplebit eloquium:
*pauper et inops
 laudabit nomen domini.*¹¹³

2. et re uera
 quae maior aut sanctor potest esse
 paupertas
 quam illius,
 qui nihil se praesidii,
 nihil uirium habere
 cognoscens
 de aliena largitate
 cotidianum poscit auxilium,
 et vitam suam atque substantiam
 singulis quibusque momentis
 divina ope
 intellegens
 sustentari
 verum se mendicum domini
 non inmerito
 profitetur,
 suppliciter ad eum cotidie clamans:
*ego autem mendicus
 et pauper sum:
 deus adiuvat me.*¹¹⁴

ac sic
 ad illam quoque
 multiforsem scientiam dei
 ipso inluminante
 conscendens
 incipiat deinceps
 sublimioribus ac sacratoribus mysteriis
 saginari
 secundum illud
 quod dicitur per prophetam:
montes excelsi cervis:

Het onophoudelijk gebruik
 en de voortdurende overweging
 zullen hem sterk maken
 en hij zal de rijkdom en veelheid
 van allerlei gedachten
 van zich afwerpen
 en versmaden
 en zo
 komt hij,
 door de armoede van dit vers
 gedwongen,
 gemakkelijk
 tot die zaligheid uit het evangelie
 die de eerste plaats
 onder alle inneemt:
*Zalig de armen van geest,
 want aan hen behoort
 het Rijk der hemelen (Mt. 5,3).*

Door die armoede
 voortreffelijk arm geworden
 volbrengt men het woord van de profeet:
*De arme en behoeftige
 zal uw Naam verheerlijken (Ps. 73,21).*

2. En inderdaad,
 welke armoede kan
 groter of heiliger zijn
 dan die van hem
 die weet
 dat hij geen sterkte bezit,
 geen enkele kracht,
 en dagelijks hulp vraagt
 van de goedheid van een ander:
 die begrijpt
 dat zijn leven en bestaan
 elk moment
 door Gods macht
 wordt gedragen
 en zich daarom
 met reden
 een echte bedelaar van de Heer noemt,
 dagelijks smekend tot Hem roepend:
*Ik ben een bedelaar
 en een arme;
 maar God is mijn helper (Ps. 40,18).*

En zo
 moge hij ook,
 met het licht van de Heer,
 opklimmen
 tot de veelvormige kennis van God,
 en
 van groter en heiliger geheimen
 verzadigd worden,
 overeenkomstig
 hetgeen de profeet zegt:
De hoge bergen zijn voor de herten;

*petra refugium erinaceis.*¹¹⁵

3. quod satis proprie
huic quem diximus sensui coaptatur,
eo quod
quisquis
in simplicitate atque innocentia
perseuerans
nulli est noxius vel molestus,
sed sua tantum simplicitate
contentus
solummodo se
ab insidiantium praeda
desiderat contutari,
velut erinaceus spiritalis effectus
iugi evangelicae illius petrae velamine
protegatur,
id est
memoria dominicae passionis
praedicti que versiculi
incessabili meditatione
munitus
infestantis inimici
declinet
insidias.¹¹⁶

de his spiritalibus erinaceis
et in Prouerbiis ita dicitur:
*et erinacei gens inualida,
qui fecerunt in petris domos suas.*

4. et re vera
quid invalidius christiano,
quid infirmius monacho,
cui non solum
nulla iniuriarum vindicta
subpeditat,
sed ne levis quidem
tacita que commotio
saltim intrinsecus
pullulare conceditur?¹¹⁷

quisquis autem
ex hoc proficiens statu
non solum innocentiae simplicitatem
possidet,
sed etiam
discretionis virtute munitus
virulentorum serpentium exterminator
effectus est
habens contritum Satanam sub pedibus suis,
et ad figuram rationabilis cervi
mentis alacritate
peruenit,
pascetur in prophetis
atque apostolicis montibus,
id est
excelsissimis eorum
ac sublimissimis sacramentis.¹¹⁸

de rotsen een toevlucht voor de egels (Ps. 104,18).

3. Dit woord past heel goed
op de bovengenoemde gedachte.
Want
al wie
in eenvoud en onschuld
leeft
en niemand schaadt of tot last is,
maar die, tevreden
in zijn eenvoud,
enkel verlangt
zich te beveiligen
om geen prooi te worden voor wie op hem loeren:
die is als een geestelijke egel geworden
en mag beschutting vinden
onder de rots van het evangelie;
dat wil zeggen:
hij zal sterk zijn
door de gedachte aan het lijden van de Heer
en door de onophoudelijke overweging
van het bovengegeven vers,
en zo zal hij aan de listen
en lagen van zijn vijand
ontkomen.

Van die egels in geestelijke zin
wordt ook in de Spreuken dit gezegd:
*De egels zijn zwakke dieren;
ze hebben hun holen in de rotsen (Spr. 30,26).*

4. En inderdaad,
wat is er zwakker dan een christen,
wat is er weerlozer dan een monnik,
die niet alleen
geen recht heeft
om beledigingen te wreken,
maar zelfs geen lichte,
stille en louter inwendige opwinding
in zich
mag laten groeien?

Hij
die dank zij deze houding voortgang maakt
en de eenvoud van de onschuld
bezit,
en,
gewapend met de deugd van het onderscheid,
de giftige slangen
heeft uitgeroeid
en de satan vertrappt onder zijn voeten houdt:
die komt
door de vurigheid van zijn geest
tot het beeld van het hert;
hij vindt zijn voedsel
op de bergen van de profeten en apostelen,
dat wil zeggen,
in hun hoogste
en diepste geheimen.

quorum iugi pascuo
vegetatus
omnes quoque psalmorum adfectus
in se recipiens
ita incipiet decantare,
ut eos
non tamquam a propheta compositos,
sed
uelut a se editos
quasi orationem propriam
profunda cordis conpunctione
depromat
vel certe
ad suam personam
aestimēt
eos fuisse directos,
eorum quae sententias
non tunc tantummodo
per prophetam aut in propheta
fuisse completas,
sed in se cotidie
geri impleri quae
cognoscat.

5. tunc enim
scripturae divinae
nobis
clarius perpatescunt
et quodammodo earum venae medullae quae
panduntur,
quando experientia nostra
earum non tantum percipit,
sed etiam praevenit notionem,
sensus quae verborum
non per expositionem nobis,
sed per documenta
reserantur.¹¹⁹

eundem namque recipientes
cordis affectum,
quo quisque decantatus
vel conscriptus est psalmus,
velut auctores eius facti
praecedemus magis
intellectum ipsius
quam sequemur,
id est
ut prius dictorum virtutem
quam notitiam
colligentes,

quid in nobis gestum sit
vel cotidianis geratur incursibus
superveniente eorum meditatione¹²⁰
quodammodo recordemur,
et
quid nobis
vel neglegentia nostra pepererit
vel diligentia conquisierit
vel providentia diuina contulerit

Wanneer hij voortdurend op deze weiden
wordt gevoed,
gaat hij ook alle gevoelens van de psalmen
zó in zich opnemen,
dat hij ze
niet meer zingt
als composities van de profeet,
maar ze
voortbrengt
uit het diepst van zijn hart,
door hemzelf gedicht
als zijn eigen gebed.
Of tenminste
oordeelt hij,
dat ze voor zijn persoon
zijn bedoeld,
dat hetgeen ze uitdrukken
niet enkel tóen
door de profeet en aan de profeet
is geschied,
maar dagelijks
zich afspeelt
in hém.

5. De heilige Schrift
wordt ons
immers
pas recht duidelijk
en komt tot in haar merg en beste kern
voor ons open te liggen,
wanneer onze ervaring
haar zin niet alleen vat,
maar voorkómt,
wanneer de betekenis van de woorden
ons niet door uitleg
duidelijk wordt,
maar proefondervindelijk.

Als we namelijk dezelfde
gevoelens van hart opvatten
als waarmee een psalm is gedicht
of geschreven,
worden we als het ware de dichter ervan
en voorkómen meer
de gedachte van de psalm
dan dat we die volgen.

We vatten eerder
de krácht van de woorden
dan de preciese kennis.
Ze doen ons bij wijze van spreken herkennen
wat ons is overkomen
en overkomt in de gebeurtenissen van iedere dag.

De zang van de psalmen brengt ons te binnen
wat
onze nalatigheid in ons heeft teweeggebracht,
wat onze ijver heeft verworven
of Gods voorzienigheid geschonken,

vel instigatio fraudauerit inimici
vel subtraxerit lubrica ac subtilis oblivio

vel intulerit humana fragilitas
seu inprovida fefellerit ignoratio,

decantantes reminiscamur.¹²¹

6. omnes namque hos adfectus
in Psalmis invenimus expressos,
ut ea quae incurrerint
velut in speculo purissimo pervidentes
efficacius agnoscamus
et ita
magistris adfectibus
eruditi
non ut audita,
sed tamquam
perspecta
palpamus,
nec tamquam
memoriae commendata,
sed velut ipsi rerum naturae insita
de interno cordis
parturiamus
adfectu,
ut eorum sensus
non textu lectionis,
sed experientia praecedente
penetremus.¹²²

atque ita
ad illam orationis incorruptionem
mens nostra perveniet,
ad quam in superiore tractatu,
quantum dominus donare dignatus est,
ordo conlationis ascendit.¹²³
quae
non solum nullius imaginis
occupatur intuitu,
sed etiam nulla vocis,
nulla verborum prosecutione
distinguitur,
ignita vero mentis intentione
per ineffabilem cordis excessum
inexplebili spiritus alacritate
profertur,
quam que mens
extra omnes sensus ac uisibiles effecta materies
gemitibus inenarrabilibus atque suspiriis
profundit ad deum.¹²⁴

XII. INTERROGATIO, QUEMADMODUM SPIRITALES
COGITATIONES INMOBILITER TENEANTUR¹²⁵
Germanus:
Non solum nobis
traditionem

hoe de vijand ons door zijn stoken heeft misleid,
wat er door vergetelheid
onmerkbaar is verloren gegaan,
wat de menselijke zwakheid ons heeft aangedaan,
hoe een onvoorzichtige onwetendheid
ons heeft bedrogen.

6. Al deze gevoelens
vinden we in de psalmen uitgedrukt.
De dingen die ons overkomen,
zien we daarin als in een heldere spiegel
en begrijpen we beter.
Zo
leren we
door onze eigen gevoelens,
en kennen we niet doordat we gehóórd hebben:
maar we zíen
en betasten met de handen
om zo te zeggen.
We kennen de dingen niet
als iets in ons geheugen,
maar als zijnde in de werkelijkheid,
ons eigen gemaakt
in de intieme gevoelens
van ons hart.
We dringen niet door
in de zin van de woorden
door de lezing van de tekst,
maar doordat onze ervaring die zin voorkómt.

Zo
zal de geest komen
tot die zuiverheid van gebed,
die we in de loop van ons vorig gesprek
hebben aangeraakt,
in zoverre de Heer het ons heeft geschonken.
In dat gebed
is men niet meer bezig
met enig beeld
en is er ook geen enkel stemgeluid
of uitspraak van woorden
te onderscheiden:
men brengt het uit
in een vurige aandacht van zijn ziel,
in een onzegbare verrukking van zijn hart
en een onverzadelijke blijdschap van geest.
De ziel is buiten zinnen
en ver van al het zichtbare:
in onuitsprekelijke verzuchtingen en verlangens
bidt zij tot God.

12. VRAAG: HOE MEN GEESTELIJKE GEDACHTEN
VAST KAN HOUDEN
Germanus:
Ge hebt ons
niet alleen ingeleid

spiritalis huius quam poposcimus
disciplinae,
sed ipsam plane perfectionem
satis aperte atque dilucide
putamus
expressam.¹²⁶

quid enim
potest esse perfectius
quid ve sublimius
quam
dei memoriam
tam compendiosa meditatione
conplecti
atque unius versiculi uolutatione
a cunctis visibilium terminis
emigrare
et quodammodo affectus orationum cunctarum
brevi sermone
concludere?¹²⁷

et idcirco
unum quod superest adhuc
nobis precamur exponi,
quemadmodum hunc eundem uersiculum
quem nobis vice formulae tradidisti
stabilliter retinere possimus,
ut
sicut per dei gratiam
sumus
a saecularium cogitationum ineptiis
liberati,
ita spirituales quasque
inmobilliter retentemus.¹²⁸

XIII. DE MOBILITATE COGITATIONUM¹²⁹

1. Cum enim
capitulum cuiuslibet psalmi
mens nostra conceperit,
insensibiliter eo subtracto
ad alterius scripturae textum
nesciens
stupens que
devoluitur.

cum que illud
in semet ipsa coeperit volutare,
necdum illo ad integrum ventilato
oborta alterius testimonii memoria
meditationem materiae prioris
excludit.

de hac quoque ad alteram
subintrante alia meditatione
transfertur,¹³⁰
et ita
animus semper

in de geestelijke kunst
waarnaar wij vroegen:
maar ge hebt ons,
zo menen wij,
de gehele volmaaktheid ervan
duidelijk gemaakt.

Want dat
is wel het volmaakste
en hoogste:

door zo'n korte overweging
komen
tot de gedachte aan God,
door de herhaling van één vers
heel het gebied van het zichtbare
verlaten,
in een paar woorden
de gevoelens van welhaast alle gebeden
samenvatten.

Nu
vragen wij u uitleg
van het enige wat nog over is:
Hoe kunnen wij dit vers,
dat ge ons als een formule gegeven hebt,
gestadig vasthouden,
zodat
we,
door Gods genade
van de dwaasheden der wereldse gedachten
bevrijd,
erin slagen de geestelijke
onbeweeglijk te bewaren?

13. DE BEWEEGLIJKHEID VAN ONZE GEDACHTEN

1. Want zie wat er gebeurt.
Onze geest
vat een bepaalde psalmpassage op;
maar onwillekeurig verdwijnt deze
en zonder het te weten
komt hij
tot zijn eigen verbazing
bij een andere tekst van de Schrift terecht.

Wanneer hij dan deze
in zichzelf begint te overwegen,
komt, voordat hij hem geheel heeft verwerkt,
de herinnering aan een andere plaats op,
die weer de overdenking van de voorgaande
uitsluit.

Hierna is het wéér een andere,
waarop de gedachte
overstapt.
Zo rolt
de geest

de psalmo rotatus
ad psalmum,
de evangelii textu
ad apostoli transiliens lectionem,
de hac quoque
ad prophetica devolutus eloquia
et exinde
ad quasdam spiritales delatus historias
per omne scripturarum corpus
instabilis vagus que
iactatur,
nihil pro arbitrio suo
praevalens
uel abicere
uel tenere
nec pleno quicquam iudicio
et examinatione finire,
palpator tantummodo spiritualium sensuum
ac degustator,
non generator
nec possessor effectus.¹³¹

2. atque ita
mens mobilis semper ac vaga
in tempore quoque synaxeos
velut ebria
per diuersa distrahitur,
nullum officium
competenter exsoluens.

verbi gratia
cum orat,
psalmum
aut aliquam recolit lectionem.
cum decantat,
aliud quid meditatur
quam textus ipsius continet psalmi.
cum lectionem recitat,
faciendum aliquid voluit
factum se reminiscitur.

atque in hunc modum
nihil
disciplinate nec oportune
recipiens vel dimittens
velut fortuitis agi uidetur incursibus,
retinendi ea quibus delectatur
vel inmorandi eis
non habens potestatem.¹³²

3. necessarium ergo
nobis est
prae omnibus
nosse
quemadmodum
haec spiritalia
competenter explere
possimus
officia
vel certe

van de ene psalm
naar de andere,
van het evangelie
springt hij over naar een brief van de Apostel,
vandaar
naar de profeten
en dan weer komt hij
bij een stuk van de gewijde geschiedenis terecht.
Over heel de heilige Schrift
wordt hij kriskras heen en weer
geslingerd.
Niets vermag hij
naar eigen beschikking
af te wijzen
of vast te houden,
nergens dringt hij volledig in door,
met géén onderzoek komt hij klaar.
Hij raakt
en proeft de geestelijke gedachten slechts vluchtig,
hij brengt ze niet voort,
maakt ze niet tot zijn bezit.

2. Tijdens de synaxis ook
wordt hij,
zo veranderlijk en ongedurig
als een dronkeman,
naar alle kanten verstrooid,
en niets van wat hij doen moet,
verricht hij naar behoren.

Tijdens het gebed
bijvoorbeeld
denkt hij aan een psalm
of een les;
tijdens de zang
overweegt hij iets anders
dan wat de psalm bevat;
terwijl hij een les opleest
is hij bezig met iets wat gedaan moet worden
of gedaan is.

En aldus
wordt niets
in goede orde of te juister tijd
aangenomen of afgeslagen,
alsof de geest de speelbal is van het toeval,
niet bij machte
iets wat hem behaagt vast te houden
en daarbij te blijven.

3. Daarom is het
bovenal
noodzakelijk
dat we leren,
hóe
deze geestelijke
taken
naar behoren te verrichten,

of tenminste,

hunc eundem uersiculum,
quem nobis vice formulae tradidisti,
inmobilitate custodire,
ut omnium sensuum ortus ac fines
non in sua volubilitate fluctuent,
sed in nostra ditione consistent.¹³³

hóe het vers
dat ge ons als een formule gegeven hebt,
onwrikbaar vast te houden,
zodat de gedachten niet komen en gaan
naar de gril van hun eigen veranderlijkheid.

XIII. RESPONSIO, QUEMADMODUM STABILITAS CORDIS
SEU COGITATIONUM POSSIT ADQUIRI¹³⁴

1. Isaac:

Licet pridem
super hac re
disputantibus nobis de orationis statu,
quantum reor,
sit sufficienter expressum,
tamen
quia vobis
haec eadem poscitis iterari,
de confirmatione cordis
breviter intimabo.¹³⁵

Tria sunt
quae vagam mentem
stabilem faciunt,
vigiliae,
meditatio
et oratio,
quarum adsiduitas et iugio intentio
conferunt animae stabilem firmitatem.¹³⁶

2. Quae tamen
alias
nullo modo poterit adprehendi,
nisi per
operis
non filargyriae,
sed sacris coenobii usibus dedicati
infatigabilem iugitatem
omnes omnino sollicitudines
et curae vitae praesentis
prius
fuerint abdicatae,
ut ita
illud apostolicum mandatum:
sine intermissione orate
possimus implere.¹³⁷

Perparum namque orat,
quisquis illo tantum tempore
quo genua flectuntur
orare consuevit.

Numquam vero orat,
quisquis etiam flexis genibus
evagatione cordis qualicumque
distrahitur.¹³⁸

14. ANTWOORD: HOE MEN TOT VASTHEID VAN HART EN
VAN GEDACHTEN KAN KOMEN

1. Isaäk:

Ofschoon wij hierover
een vorige maal,
toen we over de staat van het gebed spraken,
naar mijn mening
voldoende hebben gezegd,
zal ik toch,
omdat gij vraagt
het te herhalen,
in het kort aangeven
hoe men zijn hart tot vastheid kan brengen.

Drie dingen zijn er
die een ongedurige geest
stabiel maken:
waken,
overweging
en gebed.
Volharding hierin en voortdurende toeleeg hierop
schenken de ziel standvastigheid.

2. Men bereikt
deze echter
niet
dan wanneer men
éerst –
door een onvermoeibaar volgehouden
arbeid,
niet voor eigen hebzucht,
maar voor heilig gebruik in het klooster –
alle zorgen
en ongerustheden van het tegenwoordige leven
laat varen,
om aldus
de opdracht van de Apostel
te kunnen vervullen:
Bidt zonder ophouden (1Tes. 5,17).

Want erg weinig bidt hij
die alleen bidt
wanneer hij geknielt is.

Maar helemaal nooit bidt hij
die ook wanneer hij op zijn knieën zit,
zich door allerlei verstrooiingen
laat afleiden.

Et idcirco
quales orantes volumus inveniri,
tales nos esse oportet
ante tempus orandi.

Necesse est enim
mentem
in tempore supplicationis suae
de statu praecedente
formari
illisque eam cogitationibus
orantem
vel ad caelestia sublimari
vel ad terrena demergi,
quibus
ante orationem
fuerit inmorata.¹³⁹

3. Huc usque
abbas Isaac
adtonitis nobis
secundam conlationem
de orationis qualitate
digessit.¹⁴⁰

Cuius doctrinam
super
illius praedicti versiculi
meditatione,
quam
velut informationis loco
ab incipientibus
tradiderat
retinendam,
admirantes admodum
et excolere tenacissime cupientes,
utpote quam
conpendiosam ac facilem credebamus,
difficiliorem satis
ad observandum
experti sumus
quam illud studium nostrum,
quo solebamus antea
per omne scripturarum corpus
absque ullius perseverantiae vinculo
varia
passim
meditatione
discurrere.¹⁴¹

constat igitur
neminem prorsus
ob inperitiam litterarum
a perfectione cordis
excludi
nec rusticitatem
obesse
ad capessendam
cordis atque animae puritatem,

Zoals wij derhalve tijdens het bidden willen zijn,
in die gesteltenis moeten we
ook in de tijd vóór het gebed verkeren.

Noodzakelijk immers
wordt de houding van de geest
tijdens zijn gebed
gevormd
uit de toestand die eraan voorafgaat.
Hij wordt bij het bidden
tot het hemelse verheven
of naar het aardse neergehaald
door de gedachten
waarmee hij
vóór het bidden
 bezig was.

3. Tot zover
abt Isaäk
in zijn tweede gesprek
over de aard van het gebed.
Diep getroffen hadden wij geluisterd.

Wij waren vol bewondering
voor zijn leer
omtrent
de overweging
van het bovenbesproken psalmvers,
waaraan
de beginnelingen,
zo had hij gezegd,
zich moesten houden
om erdoor gevormd te worden.
We verlangden ons hardnekkig erin te oefenen,
want we achtten het
een korte en gemakkelijke weg.
Maar we hebben ervaren
dat dit veel moeilijker
uit te voeren is
dan onze oude gewone manier van doen,
die bestond
uit het in onze gedachten doorkruisen
van geheel de heilige Schrift,
overal,
zonder met volharding
bij één plaats
stil te blijven staan.

Het staat dus vast
dat volstrekt niemand
van de volmaaktheid
is uitgesloten
omdat hij niet kan lezen.
Het feit dat hij onontwikkeld is,
vormt geen beletsel
om de zuiverheid van hart en ziel
te verwerven.

quae compendiosissime adiacet
cunctis,
si modo
sanam et integram mentis intentionem
iugi
ad deum
uersiculi huius meditatione
servaverint.¹⁴²

Een uiterst korte weg daarnaar
ligt voor allen open:
men behoeft slechts
door een voortdurende
overweging van dit vers
zijn geest gaaf en volledig
op God
gericht te houden.

NOTEN (zie de inleiding op de noten bij collatio 9)

¹ Von der Verirrung des Sarapion (Severus 67); Vor-satz (Dyckhoff 75).

² Nun nötigt uns die Ordnung der Erzählung selbst, unter diese erhabenen Unterweisungen der Einsiedler, die wir mit Gottes Huld, wenn auch in ungelenkem (*niet soepel, onhandig*) Stil, immerhin wiedergegeben haben, etwas einzureihen und einzuflechten, was gleichsam dem schönen Körper ein Mal (*moedervlek, vlek, teken, merk*) einzudrücken scheint (Severus 67).

Während wir im ersten Teil, der Hinführung zum Ruhegebet, gedanklich in sogar kosmische Dimensionen geführt wurden (als omschrijving van »haec anachoretarum instituta sublimia«?!), werden wir im folgenden zweiten Teil zurück auf die Erde gebracht (Dyckhoff 75).

³ Doch zweifle ich keineswegs, daß auch dadurch den Einfältigen keine schlechte Belehrung über das Bild des allmächtigen Gottes bereitet wird, wie wir es im Buche Genesis finden (Gen 1,26), zumal es sich um ein so wichtiges Dogma handelt, daß eine Unkenntnis darin nicht ohne große Lästerung und Schade des katholischen Glaubens bestehen kann (Severus 67);

Aus der Gebetstheorie wird eine Gebetspraxis, die mit einer zentral wichtigen Frage beginnt. Durch die Beantwortung wird auf der einen Seite der in Vorstellungen verhaftete Beter erschüttert, auf der anderen Seite aber wird ein konkret gangbarer Weg aufgezeigt, der tiefste Erkenntnisse vermittelt und Glauben stärkt (Dyckhoff 75).

⁴ Das Gottesbild gerät ins Wanken (Dyckhoff 76).

⁵ ein feierliches Sendschreiben (Severus 68); Dyckhoff (76) dateert: im Jahr 399.

⁶ ... in dem er sich neben der Verkündigung des Paschafestes in einer langen Erörterung gegen die törichte Irrlehre der Anthropomorphiten aussprach und diese in langer Rede verwarf (Severus 68).

⁷ irrigerweise auf Grund ihrer Einfalt (Severus 68); aufgrund ihrer geistigen Enge (Dyckhoff 76).

⁸ ... und müsse von der ganzen Gemeinschaft der Brüder verurteilt werden (Severus 68).

⁹ ... weil er nämlich gegen das Wort der Heiligen Schrift anzugehen scheine; leugne er doch, der allmächtigen Gott sei nach der Weise der menschlichen Figur gestaltet (Severus 68);

... die Ausprägung der Gottesvorstellung nach dem Bild des Menschen als Häresie bezeichnete (Anthropomorphismus) (Dyckhoff 76).

¹⁰ Einsicht (Severus 68).

¹¹ Das Gottesbild wird zerstört (Dyckhoff 76).

¹² Unter den von diesem Irrtum Befangenen war einer mit Namen Sarapion, der schon sehr lange ein strenges Leben führte und in der Askese allweg ein Vollendeter war. Seine aus Unkenntnis kommende Ansicht über diesen Glaubenssatz drängte allen, die am wahren Glauben festhielten, um so mehr eine vorgefaßte Meinung auf, als er an Verdienst des Lebens und an Dauer des Mönchswandels fast alle Mönche übertraf (Severus 69);

Der in der Vorstellungswelt des Anthropomorphismus befangene Abt Sarapion hatte die menschliche Struktur und menschliche Begriffe auf Gott übertragen. Schon sehr lange führte er auf dieser Grundlage ein sehr strenges Leben und galt in der Askese als ein fast Vollendeter. Aber seine begrenzte Ansicht, daß die Erkenntnis des Göttlichen durch die erfahrbare Menschenwelt vermittelt (*tot stand gebracht, bezorgd, gegeven*) ist und nur nach der Vorstellungsweise des Menschen vergegenwärtigt werden kann, bestätigte in allen anderen eben diese Meinung, ja, verstärkte sogar in ihnen dieses Vorurteil, denn Sarapion galt, aufgrund der in seinem Leben erworbenen Verdienste und der Tatsache, daß er eine so lange Zeit als Mönch wirkte, den anderen als Vorbild (Dyckhoff 76-77).

¹³ Als er nun durch die vielen Ermahnungen des heiligen Priesters Paphnutius nicht auf den Weg des rechten Glaubens geführt werden konnte, weil ihm diese neuartige Meinung nicht von den Vorfahren gelehrt und überliefert zu sein schien, ... (Severus 69);

Besonders der Abt Paphnutius hatte immer wieder versucht, Sarapion davon zu überzeugen, daß kein Begriff einfach auf Gott hin übertragen werden kann, weil durch die raumzeitliche Begrenzung der menschliche Begriff wesentlich an Konkretes gebunden ist. Sarapion war, trotz dieser vielen Bemühungen des Paphnutius, nicht gewillt, diese überlieferte und ihm anerzogene Lehre aufzugeben (Dyckhoff 77).

¹⁴ ... da trug es sich zu, daß ein Diakon, ein Mann von höchstem Wissen namens Photinus, im Verlangen, die Brüder zu sehen, die in der Wüste lebten, von Kappadozien her ankam. Ihn nahm der heilige Paphnutius mit größter Freude auf, führte ihn zur Bekräftigung des Glaubens, der in dem Schreiben des eben genannten Bischofs enthalten war, in die Mitte der Brüder und fragte ihn vor allen, wie jenes Wort des Buches Genesis »Laßt uns den Menschen machen nach unserem Bild und Gleichnis« (Gen 1,26) die katholischen Kirchen des ganzen Orients auslegten (Severus 69);

Photinus, ein hochgebildeter Wissenschaftler und Diakon aus der Gegend Kappadoziens, suchte das Gespräch mit Mönchen in der sketischen Wüste und wurde vom Abt Paphnutius

bereitwillig und freudig aufgenommen. Paphnutius befragte ihn – zur Bestärkung des Glaubens – in Gegenwart aller anderen Mönche zum Inhalt des bischöflichen Briefes und bat ihn, darüber zu berichten, wie die christlichen Kirchen des ganzen Orients das Wort des Genesis »Laßt uns den Menschen machen nach unserem Bild und Gleichnis« (Gen 1,26) auslegen (Dyckhoff 77).

¹⁵ Jener aber erklärte, das Bild und Gleichnis Gottes werde den Vorstehern aller Kirche nicht nach dem niedrigen Laut des Buchstabens, sondern in geistlicher Deutung überliefert, und bestätigte dies in reicher Darlegung mit sehr vielen Schriftzeugnissen. Ferner vermöge auf jene unermeßliche, unfäßliche und unsichtbare Majestät gar nichts zu fallen, was als menschliche Gestalt und Ähnlichkeit umschrieben werden könne, da sie ja von unkörperlicher, nicht zusammengesetzter, sondern einfacher Natur sei, wie sie weder mit den Augen erfaßt noch im Gemüte ermessen werden könne (Severus 70);

Photinus legte dar, daß das »Ebenbild und Gleichnis Gottes« von allen Kirchen nicht nach dem buchstäblichen Sinne, sondern geistig ausgelegt werde. Er erklärte, durch Zeugnisse der Heiligen Schrift werde deutlich, daß die unermeßliche, unbegreifliche und unsichtbare Größe Gottes nicht durch etwas bestimmt werde könne, was mit menschlicher Gestalt und Ähnlichkeit umschrieben werden kann, was menschliche Augen erfassen sowie menschlicher Geist denken und beurteilen kann, denn diese Größe Gottes sei von unkörperlicher und nicht zusammengesetzter, einfacher Natur (Dyckhoff 77).

¹⁶ Darauf wurde endlich der Greis durch die vielen kräftigen Erklärungen des gelehrten Mannes bewogen, und er kehrte zum Glauben nach der katholischen Überlieferung zurück (Severus 70);

Von diesen vielen und unwiderlegbaren Aussagen des wissenden Photinus wurde Serapion so stark ergriffen, daß sein Gottesbild ins Wanken geriet und er zum wahren Glauben nach der Überlieferung fand (Dyckhoff 77-78).

¹⁷ ... der allein durch seine Unkenntnis und ungebildete Einfalt irrte (Severus 70);

... der nur durch Unkenntnis end mangelnde Erfahrung irrte (Dyckhoff 78).

¹⁸ Dyckhoff (78) vertaalt positief: (daß der Herr einem Mann als Serapion) zu einer solchen neuen Einsicht und zum rechten Glauben kommen ließ ...

¹⁹ Da wurde nun der Greis im Gebet, weil er jenes menschenförmige Bild Gottes, das er gewohnt war, sich im Gebete vorzustellen, aus seinem Herzen schwinden fühlte, so völlig verwirrt, daß er plötzlich in bitterliches Weinen und anhaltendes Schluchzen ausbrach, zu Boden fiel und voll großen Jammers ausrief: »Weh mir Armen! Sie haben mir meinen Gott genommen, und nun habe ich keinen, an den ich mich halte, und weiß nicht mehr, wen ich anbeten oder bitten soll« (Severus 70-71);

Im gemeinsamen Gebet wurde Serapion in eine entgrenzende, für ihn noch unbekannte Glaubensdimension geführt. Er fühlte das menschenförmige Bild Gottes, das er gewohnt war, sich im Gebet vorzustellen, aus seinem Inneren schwinden und wie sich die enge Begrenzung seines Bewußtseins löste. Verwirrt und hilflos brach Serapion in bitteres Weinen aus, warf sich zu Boden und rief: »Weh' mir Unglücklichen! Sie haben mir meinen Gott genommen und nun habe ich keinen, an den ich mich halten kann, und weiß nicht wen ich anbeten und bitten soll« (Dyckhoff 78):

Sehr geschickt leitet Cassian mit dieser bewegenden Geschichte des Serapion die Praxis des Ruhegebets ein. Trotz asketischen Lebens fehlt Serapion eine wesentliche Glaubenserfahrung, so daß eine Unkenntnis bleibt, die zu ernstem Schaden führen muß.

Cassian weist auf die große Gefahr für jedes christliche Gebet hin: Daß wir uns Gott passend zurechtschneiden, um ihn zu einem idealen Partner oder bequemen Idol zu machen. Damit weichen wir der Realität Gottes aus: seiner absoluten Transzendenz und seiner gleichzeitigen unmittelbaren liebenden Nähe durch seinen Geist, der in uns wohnt.

Auf sehr schmerzhaft Weise wird nun Serapion zu diesem für ihn völlig neuen Gebetsverständnis geführt. Er lernt dabei, ganz in der Tiefe seiner Gefühle und Vorstellungen alles auf Gott hin loszulassen. Und genau das ist nicht mehr Theorie, sondern Praxis, die Serapion nun zu einem Gebet ohne bildliche Vorstellung führt.

Menschliches Überlegen und alle Theorie können niemals Gottes vollkommenes Anderssein begreifen. Cassian holt am Beispiel des Serapion alle Theorie zurück in die Realität. Er weist damit auf die grundlegende Bedeutung hin, die diese Erkenntnis für das Verständnis des Ruhegebets haben muß: Im Gebet ist es immer Gott selbst, der aktiv ist und den ersten Schritt zu unserem Heil tut. Genau darin besteht das eigentliche Wesen dieser Meditation.

²⁰ ... und der Kraft der vorigen Unterredung noch im Herzen (Severus 71).

²¹ ... den wir sogleich, als wir ihn sahen, mit den folgenden Worten anredeten (Severus 71).

²² Serapion verlangt Erfahrung (Dyckhoff 79).

²³ ... der schwere Irrtum, den Abt Sarapion, wie wir meinen, durch die List böser Dämonen in sich aufkommen ließ (Severus 71).

²⁴ Diese ergreifende Geschichte des verzweiferten Serapions und die angesprochene besondere Gebetsthematik lassen aufhorchen und drängen zur konsequenten Beantwortung von Fragen - ohne Rücksicht auf irgendwelche persönlichen Gottesbilder oder Sichtweisen (Dyckhoff 79).

²⁵ Große Hoffnungslosigkeit nämlich bedrückt uns, wenn wir betrachten, wie ihn, der die große Mühsal dieser fünfzig Jahre in dieser Wüste so löblich bestanden hat, die Sünde der Unwissenheit in dieser Sache nicht nur ins Verderben, sondern beinahe auch in den ewigen Tod gestürzt hätte (Severus 71).

²⁶ Der fundamentale Irrtum des gebildeten, jedoch verblendeten Serapion macht diesen Wunsch noch größer, denn die Erkenntnis ist bedrückend, daß dieser Mann, der sich über 50 Jahre mühte, ein asketisches, vorbildliches und arbeitsreiches Leben zu führen, größte Gefahr läuft, durch seine Unwissenheit nicht zum Ziel zu finden. Aus diesem Grund ist es von besonderem Interesse, zu verstehen, warum er zu diesem anthropomorphitischen Bild von Gott kam, das er sich beim Beten vorgestellt hatte (Dyckhoff 79).

²⁷ ... wie wir zu jener Beschaffenheit des Gebetes gelangen können (Severus 71);
... wie der Gebetszustand erreicht werden kann (Dyckhoff 79).

²⁸ Denn jene wunderbare Unterredung hat in unserem Gemüt nur Staunen erregt, nicht aber gezeigt, wie wir jenes vollauf zu begreifen vermöchten (Severus 71);

Die vorausgegangene Hinführung zum Ruhegebet weckte Neugier und ist Motivation, erklärte jedoch nicht, wie man praktisch dieses Gebet ausführt und es auf der Grundlage des Tuns umfassend versteht (Dyckhoff 79).

²⁹ Ursachen der Begrenzung (Dyckhoff 80).

³⁰ ... bis jetzt in dem Gebrechen der Ungelehrtheit und in der Gewöhnung an einen alten Irrtum niedergehalten und getäuscht (Severus 72);

Kann es verwundern, daß Abt Serapion - dieser eine so klare Einfachheit ausstrahlende Mann - von Grund auf einem Fehler verfallen war, an den er sich, ohne es selbst zu merken, gewöhnt hatte, wenn er niemals ganz über das Wesen und die Natur Gottes belehrt wurde und auch keine entsprechende Einübung erfahren konnte? Durch die Bindung an eine bestimmte Vorstellung von Gott wurde er in seinem Entwicklungsprozeß aufgehalten und irregeführt (Dyckhoff 80).

³¹ Der Irrtum wird nicht, wie ihr meint, erst jetzt durch Einflüsterung von Dämonen ... eingegeben (Severus 72);

Es ist falsch, anzunehmen, daß dieser Irrtum, dem immer wieder Menschen verfallen, auf negativer Beeinflussung beruht (Dyckhoff 80).

³² ... sondern durch die Unwissenheit, in der das alte Heidentum lebte, eingegeben. Denn nach dort üblichem Irrtum, dem zufolge man Dämonen in Menschengestalt verehrte, glaubt man nun auch, die unaussprechliche Majestät der wahren Gottheit in der Begrenzung irgendeines Bildes anbeten zu müssen (Severus 72);

Der Irrtum ist vielmehr auf eine solche Art der Unkenntnis zurückzuführen, wie sie auch in alten Kulturen bei der Verehrung von Dämonen in Menschengestalt zu finden war. Es gibt also einen Zusammenhang zwischen dieser Verehrung und dem Beten zu Gott - dem Unbegrenzten und Unbegreiflichen - von dem man glaubt, ihn in der engen Begrenzung eines vorgestellten Bildes anbeten zu müssen (Dyckhoff 80).

³³ Jene glauben gar nichts zu haben, wenn sie nicht ein Bild vor sich hätten, das sie im Gebet stetig anflehen, im Gemüt umhertragen und immer fest vor Augen haben (Severus 72);

Diese Menschen meinen, gar nichts zu haben, wenn sie sich nicht irgendein Bild vorstellen können, das sie im Dialog mit Gott beständig ansprechen, in ihrem Bewußtsein tragen und immer fest vor Augen haben (Dyckhoff 80, die hierbij opmerkt dat het niet alleen uit angst is dat krampachtig wordt vasthouden aan het godsbeeld van de jeugd of dat er in het geheel geen toegang is tot religieuze dimensies omdat God bij voorbaat als onwerkelijk wordt afgedaan. Te weinig of nauwelijks begaanbare wegen worden ook gewezen om tot ontgrenzing van de godsvoorstelling te komen, of in het algemeen: wegen die twijfelaars, sceptici en atheïsten een levende godservaring zouden kunnen bezorgen, die hun de aanwezigheid van God in het gewone alledaagse leven duidelijk zouden kunnen maken. Te vaak wordt bij overdracht van de christelijke godsdienst intellectueel verstaan belangrijker gevonden dan het samenbrengen van menselijke grondervaring met het wezen en de liefde Gods. Hieruit ontstaat een tekort aan religieuze ervaring!)).

³⁴ Dies ist die eine Ursache dafür, daß die gefährliche Ausprägung der Gottesvorstellung nach dem Bild des Menschen so tiefe Wurzeln im Bewußtsein schlagen könnte und kann (Dyckhoff 81).

³⁵ ... unter Einfluß des Schriftzeugnisses aufgekommen ... auf Grund ihrer Unkenntnis und Unbildung (Severus 72-73);

Die andere [Ursache] besteht nicht in diesem althergebrachten Aberglauben, sondern ist durch falsche Bibelauslegung entstanden. Die so aus Unkenntnis und mangelnder Tiefenerfahrung Gottes entstandene Lehre ... (Dyckhoff 81).

³⁶ ... das unermeßliche und einfache Wesen der Gottheit sei nach unseren Ausmaßen und nach menschlichen Gestalt zusammengesetzt (Severus 73);

... hat zur Häresie der Anthropomorphiten geführt, die die Begriffe der menschlichen Natur einfach in die Transzendenz verlängert und auf Gott überträgt. Es wird hartnäckig behauptet, das unbegrenzte und einfache Wesen Gottes sei nach menschlicher Struktur und menschlichem Bild gestaltet (Dyckhoff 81).

³⁷ Wer jedoch in den katholischen Dogmen unterrichtet ist, wird dies als heidnische Lästerung verabscheuen und so zu jener ganz lauterer Beschaffenheit des Gebetes gelangen, das nicht nur kein Abbild Gottes noch körperliche Umrisse – was zu sagen schon ein Greuel ist – in das Gebet einmengt, sondern nicht einmal die Erinnerung an irgendein Wort, das äußere Bild einer Tat oder eine Form gleich welchen Gepräges in sich zuläßt (Severus 73);

Ein solch begrenztes Bild von Gott hat jedoch keine Bedeutung für den im Glaubensbewußtsein entwickelten Menschen. Dieser ist auf dem Weg zu einer ganz anderen, reinen Form des Gebetes, welches weder irgendeine Vorstellung von Gott noch ein Bild von ihm enthält. Im Gegenteil: Dieses Ruhegebet läßt nicht einmal eine bewußte Gedankenführung zu oder Erinnerung an irgendein Wort und keine Vorstellung eines Handlungsablaufes. Es wird somit ein Gebetszustand erreicht, der keinerlei Form des Relativen mehr in sich zuläßt (Dyckhoff 81-82).

³⁸ Gottesschau und Gebetsweise (Severus 73);
Aufstieg zum Berg der Gotteserfahrung (Dyckhoff 82).

³⁹ Nach dem Maße seiner Lauterkeit wird, wie ich in der vorhergehenden Unterredung gesagt habe, jedes Gemüt in seinem Gebet emporgerichtet und geformt, indem es sich nämlich so weit von dem Anblick erdhafststofflicher Dinge entfernt, wie es der Stand seiner Lauterkeit zuläßt und Jesus entweder noch erniedrigt und im Fleische oder aber verherrlicht in der Herrlichkeit seiner Majestät kommend den inneren Augen der Seele zeigt (Severus 73);

Das Erreichen höherer Gebetsverfassung ist unabdingbar abhängig von der Entwicklungsstufe des Bewußtseins. Je mehr der Betende sich von irdischen und materiellen Dingen distanzieren kann, je mehr er in ein umfassenderes Bewußtsein hineinwächst und Jesus Christus nicht nur in seiner erniedrigten menschlichen Gestalt sieht, desto eher kann er ihn mit den Blicken des Herzens in seiner alles umfassenden Herrlichkeit schauen (Dyckhoff 82).

⁴⁰ Die werden Jesus nicht schauen können, wie er in seinem Reiche kommt, die noch von der »jüdischen Krankheit«, wenn ich so sagen soll, befallen sind und nicht mit dem Apostel zu sprechen vermögen: »Wenn wir Christus dem Fleische nach gekannt haben, jetzt kennen wir ihn nicht mehr so« (2Kor 5,16) (Severus 73-74);

So werden diejenigen Christus als König nicht erfahren können, die einzig und allein in der menschlichen Vorstellungswelt verhaftet sind (Dyckhoff 82).

⁴¹ Nur die erblicken seine Gottheit mit ganz lauterer Augen, die von den niedrigen und irdischen Werken und Gedanken emporsteigen und sich mit ihm zurückziehen auf den erhabenen Berg der Einsamkeit (Severus 74);

Wenn also im Gebet jegliches praktische Tun und alle Gedanken zurückgelassen werden und man mit ihm – um in einem Bild zu sprechen – emporsteigt und sich mit ihm zurückzieht auf den hohen Berg der Einsamkeit, dann wird seine Gottheit offenbar und mit ganz reinen Augen geschaut werden können (Dyckhoff 82).

⁴² Frei vom Aufruhr irdischer Gedanken und Wirrnisse, abgesondert von jeglicher Verstrickung in Laster, auf der Höhe lauterer Glaubens und strahlender Tugend, enthüllt sie die Herrlichkeit seines Antlitzes und das Bild voll Klarheit denen, die ihn mit den reinen Augen der Seele zu schauen verdienen (Severus 74);

In diesem höheren Bewußtseinszustand ist der Meditierende ganz frei von jeglicher Gedankenbewegung; weltverstrickende Gedanken und Sorgen haben hier keinen Platz mehr, sinnhafte Vorstellungen und Wünsche binden nicht mehr an ein geistloses Unten. Diese Höhe besteht in der Vollendung des Glaubens und im Heilsein des Menschen nach göttlichem Plan. Mit den reinen Blicken der Seele wird die Verklärung Jesu wahr-genommen und das göttliche Antlitz von denen geschaut, die zu dieser Höhe aufgestiegen sind (Dyckhoff 82-83).

⁴³ ... die also im werktätigen Leben stehen (Severus 74);

Natürlich können die vielen Menschen, denen diese Gnade noch nicht in solcher Fülle geschenkt ist, Gott überall da erfahren, wo sie stehen oder hingestellt wurden, auch inmitten ihrer Arbeitswelt ... (Dyckhoff 83).

⁴⁴ Das wollte unser Herr bekräftigen und uns Beispiele vollendeter Lauterkeit hinterlassen. Obschon er selbst als Quell unverletzlicher Heiligkeit zum Besitz der Lauterkeit nicht des äußeren Hilfsmittels der einsamen Zurückgezogenheit bedurfte, da ja die Fülle der Lauterkeit nicht durch den Schmutz der Massen befleckt wurde, und der durch Gemeinschaft mit den Menschen nicht verunreinigt konnte, der alles Unreine reinigt und heiligt, so zog er sich dennoch auf den Berg zurück, um allein zu beten (Mt 14,23). So lehrt er uns durch das Beispiel seiner Abgeschiedenheit, daß wir, wenn wir zu Gott mit lauterer und unversehrter Herzensstimme flehen wollen, jeglicher Unruhe und Wirrheit der Massen entfliehen müssen, damit wir, wenigstens zum Teil schon in diesem Leibe lebend, dem Bilde jener Seligkeit uns angleichen können, die in der Zukunft den Heiligen verheißen wird, und damit Gott uns alles in allem sei (1Kor 15,28) (Severus 74-75, die hierbij opmerkt dat Isaäk wereldverzakking hier speciaal ter sprake brengt

als noodzaak voor een zuiver gebed. Het gevaar, gebod en raad, christendom en monnikendom in een twee-trappen-moraal te interpreteren, wordt ook hier duidelijk en vraagt steeds opnieuw de heldere erkenning, dat ook de evangelische raden slechts middelen zijn ter vervulling van de geboden (110));

Durch seine Beispiele bestätigt Jesus die Notwendigkeit, sich beim Beten zurückzuziehen. Als die ewig strömende Quelle aller Heiligkeit, bedurfte Jesus bestimmt nicht der Zurückgezogenheit und der äußeren Einsamkeit, lebte er doch bereits in der Einheit mit dem Vater. Seine aufstrahlende Klarheit konnte nicht durch den Umgang mit Menschen getrübt werden, und nichts vermochte ihn zu berühren, was ihn negativ beeinflusst hätte, ihn, der alle Finsternis erhellt und heiligt. Und dennoch zog er sich auf einen Berg zurück, um in der Einsamkeit zu beten (Mt 14,23).

Durch das Beispiel seiner Abgeschlossenheit lehrte er uns die notwendige Voraussetzung für das wesentliche Gebet.

Wenn wir aus ganzem Herzen und mit unserem ganzen Sein zu Gott beten wollen, dann sollen wir uns von aller Unruhe und jeglicher Aktivität zurückziehen. Das ist die Voraussetzung dafür, bereits in dieser Welt tiefere Erfahrungen mit Gott zu machen und wenigstens ansatzweise den Zustand der Seligkeit zu erleben, der für die Zukunft verheißen ist, daß dann »Gott alles in allem ist« (1Kor 15,28) (Dyckhoff 83-84).

⁴⁵ Das Ziel: Einssein mit Gott (Dyckhoff 84).

⁴⁶ Dann erst wird das Gebet unseres Heilandes in uns ganz vollendet werden, in dem er für seine Jünger zum Vater betete: »Damit die Liebe, mit der du mich geliebt, in ihnen sei und sie in uns« (Jo 17,26), und wiederum: »Damit alle eins seien, wie du, Vater, in mir und ich in dir, damit auch sie in uns eins seien« (Jo 17,21), wenn jene vollkommene Liebe Gottes, mit der er uns zuerst geliebt hat (1 Jo 4,10), auch in die Regung (*opwelling, beweging, gevoel*) unseres Herzens übergegangen ist und sich dieses Gebet des Herrn erfüllt, das nach unserem Glauben nimmer zunichte gemacht werden kann (Severus 75);

Wenn »Gott alles in allem ist« und somit jene vollkommene Liebe Gottes, mit der »er uns zuerst geliebt hat« (1Joh 4,10), auch auf alle Herzensregungen des Menschen übergegangen ist, dann erfüllt sich in uns das Gebet des Herrn, mit dem er für seine Jünger zum Vater betete:

»Möge die Liebe, mit der du mich geliebt hast, in ihnen sein und sie in uns« (Joh. 17,26); »Mögen sie alle eins sein: Wie du Vater in mir bist und ich in dir, damit auch sie in uns eins seien« (Joh. 17,21).

Diese Gebete hat Jesus sicherlich nicht vergeblich ausgesprochen (Dyckhoff 84).

⁴⁷ Dies wird geschehen, wenn all unser Lieben, Sehnen und Mühen, unser Suchen und Denken, was wir leben, sprechen und atmen, Gott sein wird und jene Einheit, die der Vater mit dem Sohn und der Sohn mit dem Vater hat, in unseren innerlichsten Sinn ausgegossen ist. Dann nämlich, wenn, wie er uns in schlichter, lauterer und unlöslicher Liebe liebt, auch wir mit ihm immerfort und nie getrennt in Liebe in eins verbunden sind, so daß unser Atmen, Erkennen und Sprechen Gott ist (Severus 75);

Wenn all unser Lieben, unsere ganze Sehnsucht, alles Streben und Suchen, all unser Denken, wenn unser ganzes Leben, unser Sprechen und Hoffen Gott sein wird, dann hat diese Einheit, die der Vater mit dem Sohn und der Sohn mit dem Vater ist, vollkommen in unserem Herz und in unserem Geist Gestalt angenommen. Wie Gott uns liebt mit aufrichtiger, reiner und unvergänglicher Liebe, so werden auch wir mit ihm in ewiger und unzertrennlicher Liebe eins sein und mit ihm verbunden, so daß unser Hoffen, Erkennen und Sprechen Gott sein wird (Dyckhoff 84-85).

⁴⁸ (das Ziel)... das der Herr in uns erfüllt haben will, da er betend spricht .. (Severus 76).

⁴⁹ Das also muß das Trachten, das ganze Streben des Einsiedlers sein, daß er verdiene, das Bild der künftigen Seligkeit in diesem Leibe zu besitzen, und daß er das Unterpfand jenes himmlischen Wandels in Herrlichkeit in diesem schwächlichen Gefäß (seines Leibes) vorauszukosten beginnt. Das, sage ich, ist das Ziel aller Vollkommenheit, daß das von aller fleischlichen Verhaftung gelöste Gemüt so sehr zum Geistlichen erhoben werde, bis sein ganzer Wandel, ja jeder Herzschlag zu einem steten Gebet wird (Severus 76);

Die Absicht und die tiefe Motivation des Meditierenden besteht darin, schon in dieser Welt und Zeit im Bewußtsein der Einheit mit Gott Erfahrungen zu machen, die trotz der körperlichen Begrenztheit des Menschen bereits ein Vorgeschmack der zu erwartenden Lebensform und Herrlichkeit sind. Das Ziel aller Vollkommenheit wird mehr und mehr erreicht, wenn Geist und Herz durch die tägliche Übung von allem egoistischen Verhaftetsein befreit sind und sich zu einer rein geistlichen Wirklichkeit erheben, so daß alles, was wir denken und tun, ja, jede Bewegung des Herzens zu einem umfassenden und immerwährenden Gebet wird (Dyckhoff 85, die bij het woordje »Absicht« (bedoeling) aantekent, dat hierbij niet aan een bepaalde wil moet worden gedacht, maar dat het hier veeleer gelijk te stellen is met »Sehn-sucht«. Omdat zijn vervulling uitstaat, is de mens erop aangelegd om grenzen te overschrijden. Aan al zijn wensen ligt ten diepste het verlangen ten grondslag om God te ervaren en één met Hem te worden. »Absicht« hier wil dus zoveel zeggen als: bewuste instemming met dat menselijk grondgegeven).

⁵⁰ Die Mühe beständiger Sammlung (Severus 76); Weg-Weisungen (Dyckhoff 86).

⁵¹ Germanus: Noch größer als die Verwunderung über die vorige Unterredung, um deretwilln wir hierhergekommen sind, ist nun das Maß unserer Betroffenheit. Sosehr wir nämlich durch diese

Lehre gelockt und zur Sehnsucht nach vollendeter Seligkeit entflammt werden, so sind wir doch in um so größere Bestürzung geraten, als wir nicht wissen, wie wir eine Kunst von solcher Erhabenheit erlangen oder gar behaupten können. Da es nun nötig ist, das, was wir in unserer Zelle in langem Besinnen zu erwägen begonnen haben, in vielleicht wortreichen Auslassungen vorzutragen, so bitten wir: Laß uns geduldig dies erklären, obwohl wir wissen, daß deine Heiligkeit am Unvermögen der Schwachen keinen Anstoß zu nehmen pflegt. Deshalb ist es darzutun, damit das Unsinnige darin berichtigt werde (Severus 76-77);

Die Tiefe dieser Inhalte löst bestimmte Bewunderung aus, die bis zur Ergriffenheit führt. Je größer jedoch der Wunsch nach diesem vollkommenen Einssein mit Gott in uns wird, desto schmerzlicher ist es für uns, nicht zu wissen, wie wir zu diesem erhabenen Zustand finden und ihn erlangen können. Sicherlich ist es notwendig, all das, was die vielen geistlichen Impulse im Inneren ausgelöst haben, mit einem Wegweisenden ausführlich zu besprechen. Dieser wird an keiner Unsicherheit oder Schwäche Anstoß nehmen, die ja ohnehin gerade deswegen zu offenbaren ist, damit sie abgebaut werden kann (Dyckhoff 86, die hierbij met een aantekening het belang onderstreept van een inleider of leraar. Ook zonder hulp kan iedereen de weg naar God vinden. Naar *dé* wegwijzer hoeft niet te worden gezocht, dat is Christus. Het »rustgebed« is echter een speciale gebedsmanier met een lange traditie van de vroege monnikenvaders via Cassianus tot op heden welke daarom ook enige speciale begeleiding behoeft, een inleiding en aanwijzingen. Niet wordt er dan onnodig tijd verdaan met lang zoeken en experimenteren, fouten worden vermeden, van ervaringen van anderen wordt geleerd en op vragen die opkomen, is er steeds een direct antwoord. Ook Cassianus kreeg zo zijn aanwijzingen, en wel van zijn geestelijke leermeesters Evagrius Ponticus en Johannes Chrysostomus).

⁵² Wie immer es sich mit unserer Ansicht verhalten mag – die Vollkommenheit beginnt in jedem Handwerk und in jeder Wissenschaft mit tastenden Übungen und wird zuerst in leichteren und zarteren Anfangsgründen unterrichtet, damit der Schüler, gleichsam mit vernünftiger Milch genährt und aufgezogen, heranwache und so kaum merklich vom Niedrigsten zum Höchsten stufenweise aufsteigt. Ist er dadurch in die einfachere Anfänge und sozusagen Tore des ergriffenen Berufs hineingeschritten, so wird er nach und nach ohne Mühe auch zum Kern der Vollkommenheit und zu den erhabenen Gipfeln gelangen (Severus 77);

Völlig unabhängig von jeglicher individuellen Vorstellung ist es zur höchstmöglichen Entfaltung einer jeden Kunst oder Wissenschaft unabdingbar, diese zunächst in ihren einfachen Grundstrukturen und Ansätzen zu vermitteln und einzuüben, damit sie nach und nach verinnerlicht und so allmählich und stufenweise wachsen kann. Wenn nun dem Anfänger die offenkundigen Grundsätze in Fleisch und Blut übergegangen sind, und er somit den Einstieg in seinen Beruf gefunden hat, dann wird er ganz von selbst damit beginnen, auch die tieferen Dimensionen seines Faches in folgerichtiger Konsequenz zu ergründen, und zwar ohne große Mühe, bis er zu letzten Gründen oder höchsten Höhen gelangt (Dyckhoff 86-87).

⁵³ Wie aber kann der, der [...] in der Grammatik unterrichtet ist, die rhetorische Beredsamkeit oder philosophische Wissenschaft erreichen? (Severus 77);

Ein lernender wird nur dann rhetorisch gewandt sein, wenn er zuvor in der Grammatik unterrichtet wurde (Dyckhoff 87).

⁵⁴ Darum zweifle ich nicht, daß es auch für diese so erhabene Kunst, durch die wir angeleitet werden, stetig Gott anzuhängen, gewisse Grundsteine zur Anweisung gibt, die zuerst sicher zusammengestellt werden müssen, und auf denen sich dann die erhabenen Gipfel der Vollkommenheit erheben sollen. Dafür scheint es uns schlechthin diese Grundlagen zu geben: daß wir zunächst erkennen, in welcher geistlichen Übung Gott gehalten oder gedacht wird. Sodann, wie wir diese Mittel, wie sie auch immer seien, unverwandt bewahren können, was ohne Zweifel den Gipfel aller Vollkommenheit darstellt (Severus 77-78);

Es ist demnach verständlich, daß auch für diesen Meditationsweg, der zum Einssein mit Gott führt, bestimmte grundlegende Anleitungen gegeben werden müssen. Sie bilden das Fundament für alle weiteren Entwicklungsstufen. Die Vermutung liegt nun nahe, zunächst einmal nach einer geistlichen Gebetsübung zu fragen, durch die sich der Betende auf Gott hin ausrichtet und durch die Gott innerlich gegenwärtig werden kann.

Weitere Fragen:

- Wie kann durch diese Übung das Bewußtsein des Menschen von der Gegenwart Gottes dauerhaft erfüllt bleiben? (Dyckhoff 87-88).

⁵⁵ Daher wünschen wir, es möge unserem Gedächtnis irgendein Mittel gezeigt werden, durch das Gott im Gemüte empfangen und immerfort festgehalten wird, damit wir ihn erneut vor Augen stellen, sobald wir merken, daß wir von ihm abgeglitten sind. Dadurch haben wir etwas bereit, wohin aufblickend wir zurückkehren und das wir ohne langes Umherschweifen und schwieriges Suchen wieder aufnehmen können (Severus 78);

(Weitere Fragen:)

- Gibt es so etwas wie eine Methode, die es erlaubt, Gott im Herzen und im Geiste zu empfangen und zu bewahren?
- Wie kann man zu ihm zurückkehren, wenn man merkt, daß man im Gebet abgeglitten ist?
- Worin besteht eine einfache erneute Hinwendung zu Gott, ohne mit den Gedanken lange umherzuschweifen und anstrengend zu suchen? (Dyckhoff 88).

⁵⁶ Es kommt ja vor, daß wir von der geistlichen Schau abgeirrt sind. Halten wir dann Einkehr in uns selbst und suchen wir, wie aus tödlichem Schlafe zu uns gekommen, nach Mitteln, das

verschüttete geistliche Gedächtnis wieder aufzufrischen, dann werden wir oft durch langes Suchen hingehalten und von unseren Vorhaben allzuoft abgebracht, bevor wir das Mittel gefunden haben. Noch bevor eine geistliche Einsicht geboren ist, entschwindet die gerade empfangene Herzenskraft (Severus 78);

Bekanntlich kommt es immer wieder vor, daß wir in der Meditation aus einer Ablenkung erwachen oder uns eine Zerstreuung bewußt wird, und wir somit neu nach einer Methode suchen müssen, durch die wir weiter meditieren können. Dieses Suchen bedeutet einen Zeitverlust und die Gefahr, die Motivation im Gebet zu verlieren – noch ehe wir einen neuen Einstieg gefunden haben. So verfliegt die sich langsam ausbreitende Ruhe des Herzens schnell wieder, ohne daß wesentliche Meditationserfahrungen geschenkt wurden (Dyckhoff 88).

⁵⁷ Sattsam ist es bekannt, daß uns diese Verwirrung deshalb trifft, weil wir uns nicht etwas Besonderes als bestimmte Formel ständig vor Augen halten, zu der der unruhige Geist nach manchen krummen und wirren Läufen zurückgerufen wird und nach schweren Schiffbruch gleichsam in den ruhigen Hafen einfahren kann (Severus 78-79);

Mit dieser unbefriedigenden Situation müssen wir deshalb rechnen, weil wir kein besonderes Hilfsmittel, keine bestimmte Formel, besitzen und ständig präsent haben; eine Gebetsformel, mit der wir unseren unruhigen Geist von seinem vielen Umherschweifen zurückrufen können, um – wie nach einem Schiffbruch – wieder in den Hafen der Ruhe eingehen zu können (Dyckhoff 88).

⁵⁸ So kommt es, daß das durch solche Unkenntnis und Schwierigkeit stets behinderte Gemüt immer wieder auf Irrfahrt ist und wie trunken hin und her geworfen wird. Nicht einmal das Geistliche, das ihm eher durch Zufall denn durch Anstrengung zukommt, hält es lang und sicher fest, da es immer eines nach dem anderen nimmt, und wie das Gemüt den Eingang und Anfang nicht merkt, so auch nicht Ende und Weggang (Severus 79);

Ohne diese konkrete Gebetsmethode geschieht es, daß unser unwissender und von Schwierigkeiten immer wieder gehinderte Geist herumirrt und ungelenkt hin- und hergeworfen wird. Nicht einmal das, was ihm durch Zufall ohne eigenes Zutun geschenkt wird, kann unser Geist lange festhalten, da er nur in der Lage ist, das eine oder das andere nacheinander aufzunehmen, ohne den Eingang und Anfang, sowie das Ende und das Vergehen der Gedanken wahrzunehmen (Dyckhoff 88-89).

⁵⁹ Ein erster Blick auf das Geheimnis (Dyckhoff 89).

⁶⁰ Isaak: Euer so eingehendes, feinsinniges Suchen zeigt, wie nahe ihr der Lauterkeit seid (Severus 79);

Wer den Gedanken bis hierher gefolgt ist und sie intensiv in sich aufnahm, ist dem ersehnten Ziel bereits sehr nahe (Dyckhoff 89).

⁶¹ Denn keiner vermöchte über dies nur zu fragen, geschweige denn einsichtig zu unterscheiden, wenn ihn nicht liebevoller und wirkkräftiger Eifer des Gemütes und wachsame Besorgtheit zur Erforschung dieser tiefen Fragen geführt hätte (Severus 79);

Dem wirklich Suchenden, der sich bereits tief mit dieser Thematik beschäftigt hat, sind die vielen offenen Fragen ein Herzensanliegen. Nur er könnte überhaupt in der Lage sein, die Inhalte zu verstehen oder diese gar zu beurteilen. Ein verantwortungsbewußtes Umgehen mit diesen Fragen sowie eine sensible Auseinandersetzung hiermit sind Grundlagen für das Verstehen der weiteren Wegbeschreibung (Dyckhoff 89).

⁶² ... und wenn ihn ferner nicht die stete Anspannung eines zuchtvollen Lebens durch tätige Erfahrung dazu gebracht hätte, die Schwelle solcher Lauterkeit zu betreten und an ihren Pforten anzuklopfen (Severus 79);

Das innere Anliegen, sein Leben natürlich zu gestalten und zu führen, ist ebenso Voraussetzung dafür, daß sich weitere Türen auf dem Gebetsweg öffnen (Dyckhoff 89, waarbij hij aantekent: »Das Ruhegebet ist etwas sehr Individuelles und daher auch in der Ausführung subjektiv. Die Meditation sensibilisiert mich, den nächsten und wichtigen Schritt für meine körperliche, seelische und geistige Entwicklung zu erkennen. Ich kann damit rechnen, daß sich mein Leben auf natürliche, d.h. für mich jeweils angemessene Weise umgestaltet. Voraussetzung ist allerdings das innere Anliegen, meinen individuellen, natürlichen Lebensweg zu erspüren«).

⁶³ Und da ich sehe, daß ihr nicht etwa vorden Türen jenes wahren Gebetes, von dem wir hier sprechen, steht, sondern schon mit erfahrenen Händen das Tief innen Liegende berührt und einige Teile bereits mehr und mehr erfaßt, so glaube ich kaum Mühe zu haben, um die schon im Vorhofe Umherirrenden, soweit der Herr es lenkt, ins Innere des Heiligtums einzuführen. Auch glaube ich nicht, daß ihr an der Einsicht in das, was zu zeigen ist, durch irgendeinen schwierigen Widerstand aufgehalten werdet. Am nächsten ist nämlich derjenige der Erkenntnis, der in Klugheit erfaßt, was er untersuchen soll. Vom Wissen ist ferner nicht weit entfernt, wer einzusehen beginnt, was er noch nicht kennt (Severus 79-80);

Wenn wir die Türschwelle zum Ruhegebet überschritten haben, können wir mit dem bereits Erfahrenen einiges von der tiefer liegenden Bedeutung des Gebetes erahnen oder gar erkennen. Es wird keiner großen Anstrengung mehr bedürfen, den Suchenden unter der Führung des Heiligen Geistes in das innerste Wesen der Meditation einzuführen, so daß es nun im Annehmen und Verstehen des nächsten Schrittes keine Schwierigkeiten geben wird. Der, der klar erkennt, um was es wirklich geht, und der, der einzusehen beginnt, was ihm an Wissen noch fehlt, ist seinem Ziel ganz nahe (Dyckhoff 90).

⁶⁴ Daher fürchte ich nicht, dem Vorwurf des Verrates oder Leichtsinns zu verfallen, wenn ich nun das kundtue, was ich in der vorigen Abhandlung über die Vollkommenheit des Gebetes in unserer Unterredung fehlen ließ. Denn ich schätze, daß deren Kern bei solch eifriger Übung euch auch ohne den Dienst unserer Rede durch Gottes Gnade erschlossen worden wäre (Severus 80);

Nach all dem, was in den vorausgehenden Ausführungen über die Meditation gesagt wurde, darf nun von der erforderlichen Reife und dem Vorhandensein des notwendigen Wissens ausgegangen werden, um konkreter über den zentralen Kern des Ruhegebetes zu sprechen – obwohl die weitere Begleitung eines sich auf dieser Stufe befindlichen Suchenden verzichtbar wäre, denn allein Gottes Gnade würde ihm die Geheimnisse des Ruhegebetes erschließen (Dyckhoff 90, die hierin een zekere bescheidenheid van Cassianus bespeurt. Omdat hem verweten werd een tegenstander te zijn van de augustinische genadeleer, treedt hij op menige plaats bewust en fijngevoelig met zijn onderwijzingen terug om ruimte te laten aan het werken van God. Dit betekent overigens niet, dat hij in het vervolg afziet van heel concrete aanwijzing!).

⁶⁵ Das Herzens- und das Glutgebet (Severus 80);
Vom Geheimnis der Entgrenzung (Dyckhoff 91).

⁶⁶ Ihr habt diese Lehre sehr klug mit der Erstunterweisung der Kinder verglichen. Sie vermögen die erste Überlieferung der Grundelemente nicht zu erfassen, noch deren Umrisse zu erkennen oder mit ruhiger Hand die Buchstaben niederzuschreiben. Sie vermögen es erst, wenn sie sich durch stete Betrachtung und tägliche Nachahmung daran gewöhnen, deren Bilder durch gewisse dem Wachs liebevoll eingeprägte Typen und Formen auszudrücken. So muß euch nun auch eine Formel der geistlichen Schau übergeben werden (Severus 80, die hierbij aantekent, dat ook al heeft het woord »formule« of »formuliergebed« geen goede klank, toch niet moet worden vergeten:

- dat de ervaring leert: de mens heeft een model nodig om het gebed als antwoord op de God die hem aanspreekt, te kunnen inoefenen;
- dat als de formule een woord is uit de Schrift dat zijn opdracht vervult, ze een goede weg is om tot ontmoeting met Jezus en door hem met de lievende Gij van de Vader in de hemel;
- dat omdat ze dan alle christenen gemeen is, ze de begrenzing van het menselijk gebed verruimt en tot gave wordt voor alle broeders;
- dat ze dan ook deelt in het eeuwigheidskarakter van het Woord zelf en voorkomt, dat de mens als zijn wereld vergaat, in zijn blote naaktheid tot schreeuw uit de diepte alleen nog maar de stem heeft van zijn hart;
- dat een formule helpt zoals Isaäk zal laten zien, om veel van wat ons verstrooien wil direct op te nemen in het gebed;
- dat een eenvoudige formule ook de verwoording kan zijn van wat wie bidt in geest en waarheid steeds beleeft, namelijk dat wie weet dat en hoe hij bidt, nog niet begonnen is te bidden. Ze is dan een ootmoedige belijdenis van de armoede van onze lege handen, die God opnieuw vult opdat wij Hem van zijn gaven kunnen geven).

Die rechte Einstieg in die konkrete Anleitung zum Praktizieren des Ruhegebetes kann am einfachsten mit elementaren Lernschritten verglichen werden:

Besteht der Wunsch, eine Fremdsprache wie z.B. Griechisch zu erlernen, ist der Schüler bei Unterrichtsbeginn nicht sofort in der Lage, Grundelementen zu erfassen, Zusammenhänge zu erkennen oder mit sicherer Hand Buchstaben zu schreiben. Er besitzt die Fähigkeit zum Schreiben dieser fremden Buchstaben erst dann, wenn er die Formen lange genug in sich aufgenommen und täglich geübt hat; mit der Grammatik vermag er erst dann richtig umzugehen, wenn ihm die Formeln bekannt sind.

Das gleiche gilt auch für das geistliche Leben. Um das Ruhegebet zu erlernen, wird eine einfache Formel gegeben, die man zunächst lernend ganz in sich aufnimmt (Dyckhoff 91).

⁶⁷ (eine Formel der geistlichen Schau), auf die ihr immer fest euren Blick heftet, wodurch ihr lernt, sie in ununterbrochener Stete heilsam zu erwägen, oder durch deren dauernden Gebrauch ihr zu höheren Sicht aufsteigen könnt (Severus 80);

Auf sie (= die einfache Formel) lenkt der Meditierende ständig seinen inneren Blick. So wird diese Formel mehr und mehr dem Geist zu eigen. Nach dem Erwägen wird sie dann nur noch ohne das Hinzutun eigener Gedanken innerlich wiederholt. Dieser Vorgang, der keine aktive Betrachtung mehr ist, bewirkt im Meditierenden eine heilsame Veränderung und führt langsam in neue Dimensionen des Seins und damit zu höheren Bewußtseinszuständen (Dyckhoff 91, die ter verduidelijking van dit proces aantekent, dat een gebedsformule met betekenissamenhang eerst met de mond en dan nog alleen in gedachten wordt herhaalt. De actieve en tegelijk creatieve geest is daarbij eerst bezig, de betekenissamenhang te vatten, te denken en te associëren. Allerlei analogieën, herinneringen, voorstellingen en ook vragen kunnen opkomen. Dit »diepte peilen« (Ausloten) is wat met overwegen wordt bedoeld, maar raakt snel uitgeput. Dan komt de geest tot rust. Worden er dan bewust ook geen nieuwe gedachten toegevoegd, maar wordt alles genomen zoals het komt, dan wordt de gebedsformule op een juiste manier gebruikt, namelijk: enkel eenvoudig inwendig herhaald).

⁶⁸ Als Formel der von euch gesuchten Gebetsweise wird euch jene gereicht, die jeder Mönch, der nach dem steten Gedenken Gottes strebt, wenn aller Gedanken Mannigfalt gestorben ist, in unablässiger Herzenserwägung zu üben pflegt; denn ohne von aller leiblichen Besorgnis gelöst zu sein, kann er sie keinesfalls bewahren (Severus 80-81);

Die zum Ruhegebet gehörende Formel ist ein aus ganz alter Tradition stammendes Gebet, das allen, die diese Gebetsweise üben und üben, gleich wesentliche Erfahrungen vermittelt:

- Durch das innerliche Sprechen, das nicht nur in Gedanken geschieht, sondern mehr und mehr mit dem Herzen, nimmt die vielfältige Gedankenaktivität des Meditierenden ab;
- Er erlebt zunächst, daß er frei wird von übergroßen persönlichen Belastungen und Sorgen. (Dyckhoff 92).

⁶⁹ Wie diese Formel uns von den wenigen, die von den ersten Vätern übrigblieben, überliefert worden ist, so wird sie auch von uns nur ganz wenigen und den wahrhaft Dürstenden anvertraut (Severus 81);

Das tiefgründige Wissen um die Meditation wurde bereits von den ältesten Wüstenvätern als kostbarstes Gut angesehen und entsprechend nur an diejenigen weitergegeben, die mit einer übergroßen Sehnsucht einen Weg der geistlichen Entwicklung suchten (Dyckhoff 92, die hierbij opmerkt, dat hoewel geen mens een mogelijkheid om God te ervaren mag worden onthouden, het toch de waarheid zelf is die hierbij om terughoudendheid vraagt. Immers, hoe is het mogelijk dat hoe dichter men de laatste waarheid nadert, alles zich zo vereenvoudigt? Als nog wordt gemeend dat het wezenlijke gecompliceerder moet zijn en er iets voor gedaan moet worden, schuilt juist hier het grote gevaar voor de waarheid: ze wordt niet serieus genomen!).

⁷⁰ Um immerfort das Gedenken Gottes zu besitzen, soll also unabwendbar vor euch das fromme Gebetswort stehen: »Gott, merk auf meine Hilfe; Herr, eile mir zu helfen« (Ps 69,2) (Severus 81);

Dem Suchenden, der tief in seinem Herzen nach dem Einssein mit Gott verlangt, wird diese Gebetsformel anvertraut: »Gott, komm mir zu Hilfe. Herr, eile mir zu helfen!« (Ps 70,2) (Dyckhoff 93, die opmerkt dat Cassianus deze ene formule aanreikt, maar daarmee andere niet uitsluit, zoals: »Heer, Jezus Christus, ontferm u over mij«; »Kyrie eleison«; »Jezus Christus« of »Maranatha« enz.).

⁷¹ Nicht zu Unrecht wurde nämlich dieser Vers aus dem ganzen Rüstzeug der Schriften ausgewählt. Denn er nimmt alle Regungen, deren die menschliche Natur fähig ist, in sich auf und paßt sich jeder Lage und Begebenheit ganz entsprechend an (Severus 81);

Daß gerade dieser Vers aus dem großen Reichtum und der Weisheit der Heiligen Schriften ausgewählt wurde, ist kein Zufall, denn er umfaßt alle Regungen, Stimmungen und Bedürfnisse, die im menschlichen Leben vorkommen: ... (Dyckhoff 93).

⁷² Gegen alle Gefahren hat er die Anrufung Gottes (Severus 81);
Eine Anrufung Gottes in Situationen seelischer Bedrängnis und Gefahr (Dyckhoff 93).

⁷³ Er hat die Demut des frommen Bekenntnisses ... (Severus 81);
die Demut eines gläubigen Bekenntnisses (Dyckhoff 93).

⁷⁴ ... wie die Wachsamkeit der Sorge und immerwährende Furcht (Severus 81);
Wachheit in Verantwortung und Ehrfurcht (Dyckhoff 93).

⁷⁵ Er hat die Betrachtung der eigenen Gebrechlichkeit ... (Severus 81);
die Hilfs- und Erlösungsbedürftigkeit des Menschen (Dyckhoff 93).

⁷⁶ ... , das Vertrauen auf Erhörung ... (Severus 81);
das Vertrauen auf Erlösung (Dyckhoff 93).

⁷⁷ ... und die Zuversicht auf immer gegenwärtigen und daseienden Schutz. Wer nämlich seinen Schützer stetig anruft, ist überzeugt, daß er immer gegenwärtig ist (Severus 81);
die Zuversicht, zu jeder Zeit beschützt zu werden, denn wer immer wieder seinen Beschützer anruft, ist überzeugt, daß dieser stets gegenwärtig ist (Dyckhoff 93).

⁷⁸ Er hat die Glut der Liebe und Minne, ... (Severus 81);
die Zuneigung und Liebe (Dyckhoff 93).

⁷⁹ ..., die Beobachtung der Nachstellungen (Severus 81);
das Eingestehen möglicher Gefährdungen (Dyckhoff 93).

⁸⁰ ... und die Furcht vor den Feinden, von denen er sich Tag und Nacht umringt sieht, und daher bekennt er, daß er ohne die Hilfe seines Verteidigers von ihnen nicht frei werden kann (Severus 81);
das Bekenntnis, sich ohne die Hilfe Gottes nicht von Krankheit und psychischem Druck befreien zu können (Dyckhoff 93).

⁸¹ Allen, die unter der Anfeindung der Dämonen leiden, ist dieser Vers eine unerstürmbare Mauer, ein undurchdringlicher Panzer und ein fester Schild (Severus 81-82);
Durch das Praktizieren des Ruhegebets wird der Meditierende auf die Dauer psychisch stabiler und mehr immun gegen Negativität (Dyckhoff 94).

⁸² Die in Trägheit und Ängstlichkeit des Gemütes stehen oder von Traurigkeit oder irgendwelchen Gedanken niedergedrückt werden, läßt er nicht an den Arzneien des Heils verzweifeln, da er

zeigt, daß jener, den wir anrufen, stetig unser Streiten ansieht und denen, die ihn bitten, nicht fern ist (Severus 82);

Denjenigen, deren Leben sinnentleert ist oder die Angst vor der Wirklichkeit haben sowie alle, die unter bedrückender Traurigkeit oder Depressionen leiden, wird ein sicheres Gefühl von Angenommensein geschenkt, wenn sie in der Anrufung Gottes eine der wesentlichsten Grunderfahrungen machen dürfen, letztlich in ihrer Not nicht alleingelassen zu sein. Jedem wird die Gewißheit vermittelt, daß Er um unsere Schwierigkeiten weiß, stets gegenwärtig ist und uns begleitet (Dyckhoff 94, waarbij hij opmerkt dat de meditatie depressiviteit weliswaar niet oplost, maar wel het genezingsproces kan ondersteunen).

⁸³ Er mahnt, in geistlichem Fortschritt und in der Herzensfreude uns keinesfalls wegen des blühenden Zustandes zu überheben oder aufzublasen ... (Severus 82);

Durch die regelmäßige Meditation wird aber auch ein ungutes Zuviel abgebaut: Überheblichkeit schwindet, Erfolgeerlebnisse werden richtig eingeordnet, Ausgelassenheit kennt ihre Grenzen und Einbildung löst sich auf (Dyckhoff 94).

⁸⁴ ..., da wir ihn (= der blühende Zustand) nach seinem Zeugnis ohne Gott als unseren Beschützer nicht festzuhalten vermögen (Severus 82);

Der Meditierende spürt ganz klar, daß er den sich langsam ausbreitenden angenehmen Zustand während des Ruhegebets nicht bewußt festhalten kann, ist und bleibt er doch eine freie Gabe Gottes (Dyckhoff 94).

⁸⁵ Darum fleht er ihn nicht nur für immer, sonder auch um eilige Hilfe an (Severus 82);

In der Anrufung »Gott, komm mir zu Hilfe« schwingt das tiefe Anliegen, auf dem Weg der individuellen Entwicklung weiter fortschreiten zu dürfen; in der Anrufung »Herr, eile mir zu helfen« liegt der verborgene Wunsch, die Defizite mögen ausgeglichen und ein Zuviel abgebaut werden (Dyckhoff 95).

⁸⁶ Darum sage ich, daß dieser Vers sich jedem von uns, wessen er auch immer bedürftig sei, als notwendig und nützlich erweist (Severus 82);

Diese einfache Art der Meditation ist so umfassend und wirksam, daß sie für jeden, unabhängig davon, welche äußeren und inneren Voraussetzungen gegeben sind oder in welchen Lebenssituationen er sich befindet, notwendig, sinngebend und von richtungsweisender Bedeutung sein kann (Dyckhoff 95).

⁸⁷ Denn wer sich immer und allenthalben Hilfe ersehnt, der tut kund, daß er nicht allein in widrigen und traurigen Dingen, sondern ebenfalls in günstigen und freudigen gleicherweise Gottes als seines Helfers bedarf, damit dieser ihn aus den einen entinnen und ebenso in den anderen verweilen mache. Er weiß ja, daß in keinem von beiden die menschliche Gebrechlichkeit ohne seinen Beistand besteht (Severus 82);

Mit der Anrufung bezeugt der Beter, daß er Gott als seinen Helfer und Heiland anerkennt und ständig neu seine Liebe benötigt – sowohl in harten und traurigen Zeiten als auch in Zeiten der Zufriedenheit und des Erfolgs. Aus Tiefen herausgezogen, in der rechten Mitte bewahrt zu bleiben und von ungesunden Höhen wieder auf den lebenswahrhaftigen Grund zurückgeführt zu werden, ist Grundanliegen eines jeden Menschen, der in seiner Begrenztheit alle Zeit auf die Hilfe und Barmherzigkeit Gottes angewiesen ist (Dyckhoff 95).

⁸⁸ Verfange ich mich in die Leidenschaft der Eßgier; such ich Speisen, welche die Wüste nicht kennt; drängen sich mir in der rauhen Wüste Wohlgerüche von königlichen Tafeln auf und fühle ich mich ganz gegen meinen Willen zur Begierde danach hingezogen, so muß ich alsbald sprechen: ... (Severus 82);

Der Mensch stößt immer wieder schmerzlich an seine eigenen Grenzen. Das Ruhegebet bietet eine Möglichkeit zur heilsamen Entgrenzung:

1. KONSUM – Wenn ich derart in den Konsum verstrickt bin und durch unangemessenes Verhalten gegen meinen eigenen Willen nach immer größeren Befriedigung suche ... (Dyckhoff 96).

⁸⁹ Werde ich gereizt, die festgesetzte Mahlzeit vorwegzunehmen, oder ringe ich mit großem Herzensschmerz, um das rechte und gewohnte Maß der Enthaltensamkeit einzuhalten, so muß ich mit Seufzen rufen: ... (Severus 82-83);

2. UNGEDULD – Kann ich den rechten Zeitpunkt nicht abwarten oder verlange ich übermäßig viel ... (Dyckhoff 96).

⁹⁰ Bedarf ich wegen der Anfechtung des Fleisches eines strengen Fastens, und die Trägheit des Magens hält mich davon ab oder der dürre, zusammengeschrumpfte Leib schreckt mich, so muß ich, damit mein Verlangen verwirklicht werde oder aber die Glut der fleischlichen Sucht sich ohne Mäßigung strengeren Fastens lege, also beten: ... (Severus 83);

3. ERNÄHRUNG UND SEXUALITÄT – Wenn es mir nicht gelingen will, die Art meiner Ernährung meiner spirituellen Entwicklung anzupassen – entsprechend auch meine Sexualität ... (Dyckhoff 96).

⁹¹ Gehe ich zum Essen, da es die angeordnete Stunde rät, mit Widerwillen das Brot zu nehmen, und halte ich mich von allem der Natur nach notwendigen Genuß fern, mit Klagen muß ich dann rufen: ... (Severus 83);

4. WERTSCHÄTZUNG DES KÖRPERS - Bin ich versucht, die lebensnotwendigen Bedürfnisse meines Körpers zu unterdrücken oder zu vernachlässigen ... (Dyckhoff 97).

⁹² Will ich wegen der Beständigkeit des Herzens bei der Lesung verharren, aber der Kopfschmerz kommt dazwischen und hindert mich, oder drückt schon in der dritten Stunde der Schlaf mein Gesicht auf das heilige Buch; werde ich verlockt, die bestimmte Zeit für die Ruhe zu überschreiten oder ihr zuvorzukommen; oder zwingt mich der schwere Druck des Schlafes, sogar das kanonische Maß des gemeinsamen Gebetes und des Psalmengesanges zu unterlassen, so muß ich ebenfalls rufen: ... (Severus 83);

5. ERFÜLLUNG DER AUFGABEN - Werde ich von meiner eigentlichen Aufgabe durch Störungen psychischer oder physischer Art wie Kopfschmerzen, Streß, Übermüdung abgehalten oder laufe ich Gefahr, mehr Freizeit als notwendig zu nehmen ... (Dyckhoff 97).

⁹³ Wenn der Schlaf meinen Augen geraubt ist, und ich mich in vielen Nächten durch die vom Teufel verursachte Schlaflosigkeit erschöpft sehe, und alle Erquickung nächtlicher Ruhe von meinen Lidern fern ist, so muß ich mit Stöhnen beten: ... (Severus 83-84);

6. UNRUHE - Kann ich aufgrund von Konflikten, ungelösten Problemen oder Spannungen keine Ruhe finden, bin ich erschöpft und ohne Energie ... (Dyckhoff 97).

⁹⁴ Stehe ich noch im Kampf mit den Lastern, und es sticht mich plötzlich der Kitzel des Fleisches und versucht den Schlafenden mit schmeichelnder Lust zur Zustimmung zu ziehen, dann muß ich, damit nicht das wild auflodernde Feuer die süß duftenden Blüten der Keuschheit verzehre, rufen: ... (Severus 84);

7. SEXUALITÄT - Gewinnt meine Sexualität eine zu große Bedeutung und verlangt mein Körper ein ständiges Nachgeben, was zu einem mich beherrschenden triebhaften Verhalten führt ... (Dyckhoff 98).

⁹⁵ Fühle ich den Reiz der Lust erloschen und den geschlechtlichen Brand in meinen Gliedern erkaltet, so muß ich, damit diese erworbene Tugend oder vielmehr die Gnade Gottes in mir länger und immerfort verharre, voll Eifer sprechen: ... (Severus 84);

8. GESUNDE MITTE - Wurde mir die für mich persönlich rechte Mitte in meinem sexuellen Fühlen, Denken und Handeln geschenkt, und ich möchte sie gern bewahren ... (Dyckhoff 98).

⁹⁶ Beunruhigt mich der Stachel von Zorn, Geldsucht und Traurigkeit, und werde ich gedrängt, die vorgenommene und mir liebe Sanftmut zu lassen, dann muß ich, um nicht, von Wut verwirrt, zu galliger Bitterkeit verleitet zu werden, mit schmerzlichstem Seufzer ausrufen: ... (Severus 84);

9. UNGESTEUERTE EMOTIONEN - Kann ich nicht mit meiner Aggressivität umgehen, beherrscht Geld mein Denken, komme ich nicht aus einem seelischen Tief und meine Ausgeglichenheit wird hierdurch erheblich gestört, ist es mir aber möglich, aus diesen ungesteuerten Emotionen zur inneren Ruhe zu kommen ... (Dyckhoff 98, die de positieve uitwerking van het »rustgebed« hieraan toeschrijft, dat de kracht die vrijkomt als gevolg van de rust voor lichaam, geest en ziel, allereerst helemaal vanzelf ter ondersteuning en genezing dat levensbereik instroomt dat overbelast is en het meeste in gevaar. Daarbij hoeft bij kracht niet uitsluitend aan »actie« te worden gedacht. Die kracht kan ook naar buiten treden in een evenwichtigheid (»Ausgewogenheit«) of een redelijke zienswijze (»angemessenen Sichtweise«)).

⁹⁷ Wenn mich Lauheit, Eitelkeit und Stolz zu erheben versuchen, und schmeichelt sich mein Gemüt in heimlichen Gedanken an die Lässigkeit und Trägheit der anderen, dann muß ich in tiefer Herzenszerknirschung beten: ... (Severus 84);

10. ÜBERHEBLICHKEIT - Bin ich launisch, schleicht sich das Verlangen ein, mir einen besonderen Namen zu machen oder werde ich gar überheblich, bin ich versucht, mich für besser oder wertvoller als andere zu halten, so kann ich wieder zu einem gesunden Selbstbewußtsein und zur Achtung der anderen zurückfinden: ... (Dyckhoff 99).

⁹⁸ Habe ich aber, nachdem die Geschwulst des Stolzes verschwunden ist, die Gnade der Demut und Einfalt durch stete Zerknirschung des Herzens erlangt, so muß ich, damit mir nicht wieder der Fuß des Stolzes nahe und die Hand des Sünders mich bewegt (Ps 35,12) und ich durch Selbstüberhebung über meinen Sieg um so schwerer verwundet werde, mit allen Kräften ausrufen: ... (Severus 84-85);

11. GEFAHR DES RÜCKSCHRITTS - Wenn ich mein gesundes Selbstbewußtsein und eine natürliche Bescheidenheit wiedererlangt habe, gilt es, den verlockenden Rückfall in die

Überheblichkeit zu verhindern, um nicht den hiermit verbundenen Rückschritt in meiner Entwicklung schmerzlich zu erfahren ... (Dyckhoff 100).

⁹⁹ Walle ich in der Unzahl verschiedener Ausschweifungen der Seele und in der Unbeständigkeit des Herzens auf und nieder und vermag die Gedankenzerstreutheit nicht zu bändigen, ja, kann ich selbst mein Gebet nicht ohne Unterbrechung und ohne eitle Trugbilder oder das Denken an Reden und Taten verströmen, fühle ich mich so sehr in dieser unfruchtbaren Trockenheit befangen, daß ich überhaupt keine Frucht geistlicher Empfindungen mehr zu bringen vermeine, so werde ich, damit ich verdiene, von diesem Seelenschmutz befreit zu werden, von dem ich mich (selbst) nicht durch vieles Seufzen und Stöhnen losmachen kann, notgedrungen rufen: ... (Severus 85);

12. SCHWÄCHE DER KONZENTRATION - Ich kann mich nicht mehr konzentrieren; meine Gedanken schweifen ständig ab. Ich bemühe mich mit aller Kraft, gegen irreführende Illusionen und Flatterhaftigkeit anzukämpfen - selbst während des Betens gehen meine Gedanken in die verschiedensten Richtungen. Fühle ich deswegen eine solche Leere in mir, daß mein Geist nicht zu sich finden kann: ... (Dyckhoff 100).

¹⁰⁰ Merke ich aber, daß ich die Geradheit der Seele, die Beständigkeit der Gedanken und die Munterkeit des Herzens mit unsagbarer Freude und Verzückerung durch die Heimsuchung des Heiligen Geistes wieder erlangt habe und eine Überfülle geistlicher Empfindungen mir zuströmt, habe ich eine Offenbarung heiligster, mir vorher gänzlich verborgener Einsichten durch eine unerwartete Erleuchtung des Herrn empfangen, dann muß ich, um darin noch länger verweilen zu dürfen, besorgt und häufig rufen: ... (Severus 85-86);

13. BESTÄNDIGKEIT - Merke ich, daß ich durch eine besondere Gnade innerlich wieder gefestigt bin, daß mein Denken klar und beständig wird, daß ich mich nicht nur heiter, sondern wirklich glücklich fühle - verspüre ich einen Fortschritt in meiner geistigen Entwicklung oder werden mir aufgrund meiner zunehmenden Reife verborgene Wahrheiten offenbar, verlangen meine Seele, mein Geist und mein Körper Kontinuität ... (Dyckhoff 100-101).

¹⁰¹ Umringen und treiben mich nächtliche Schrecken der Dämonen, und machen mich die Gaukelbilder unreiner Geister unruhig, wird mir selbst die Hoffnung auf Heil und Leben in zitternder Angst genommen, dann fliehe ich zum heilbergenden Hafen dieses Verses und rufe mit allen Kräften: ... (Severus 86);

14. TRUGBILDER - Leide ich unter zwanghaften Vorstellungsbildern oder fesselt mich eine Ideologie und wird mir dadurch die Hoffnung auf Heilung und die Zuversicht in das Leben an sich genommen ... (Dyckhoff 101).

¹⁰² Bin ich dann wieder durch die Tröstung des Herrn gestärkt und fühle mich durch seine Ankunft ermutigt und wie von vielen tausend Engeln so umgeben, daß ich es plötzlich wage, das Treffen mit jenen zu suchen, vor denen ich früher mehr als vor dem Tode erbebte und deren Berührung, ja deren Nähe ich nur mit seelischem und leiblichem Schauer wahrnahm, und den Kampf zu fordern, dann muß ich, damit in mir die Kraft solcher Standhaftigkeit durch Gottes Gnade länger verbleibe, mit ganzer Kraft rufen: ... (Severus 86);

15. ENERGIE - Ich habe eine Durststrecke überstanden und fühle mich durch die Kraft des Heiligen Geistes gestärkt - mir ist ein neues Kraftpotential zugänglich, ich verspüre den Mut, sogar unangenehmste Probleme, vor denen ich mich vorher fürchtete, anzugehen und zu bewältigen. Damit dieser Mut und diese Kraft in mir bleiben ... (Dyckhoff 101).

¹⁰³ Das Gebet dieses Verses soll also mit unablässiger Stete gepflegt werden bei Widrigem, damit wir errettet werden, bei Günstigem, damit wir bewahrt werden und uns nicht überheben. Die Anwendung dieses Verses, sage ich, soll ununterbrochen in deinem Herzen erwogen werden (Severus 86);

Das Ruhegebet ist also regelmäßig zu beten, um immer wieder zur Mitte zu finden: in Zeiten der Be-lastung zu unserer Be-freiung, in glücklichen Zeiten zur Bewahrung dieses Zustandes, und immer, damit wir täglich neu aus dieser Kraftquelle schöpfen können. Die Gebetsformel wird zunächst gedanklich wiederholt, bis sie dann allmählich zu einer eigenen Schwingung des Herzens wird (Dyckhoff 101, die aantekent, dat anders dan bij zelfhypnose zo geen gewilde toestand wordt nagestreefd. In het rustgebed wordt de gebedsformule niet snel en ritmisch herhaald en streng in gedachten vastgehouden. Integendeel, zonder opzet, zonder enige verwachting of voorstelling wordt de formule telkens juist steeds fijner en fijner tot ze in haar geheel vervluchtigd om dan weer opnieuw te worden opgenomen. In de opbraak van geest en ziel die tijdens de meditatie plaatvindt, is het dan ook niet ons ego, maar God die tot ons midden wordt. Dat wil zeggen: Hoewel onze wil niet actief is, komen we toch ook niet onder vreemde beïnvloeding of worden gemanipuleerd. De toestand waarin we terecht komen, is ons niet vreemd maar vertrouwd want God roepen we aan en in Zijn naam is heil. Reden tot angst hebben we dus niet, al vraagt het wel vertrouwen. Als we ons daarmee op Hem verlaten en Hem toelaten, mogen we alles van Hem verwachten!)

¹⁰⁴ Laß nicht ab, ihn bei jeglichem Werk oder Dienst und auch auf dem Wege zu beten (Severus 86);

In der Meditation stabilisiert sich dann nach und nach eine innere Ruhe, die mir auch außerhalb meiner eigentlichen Meditation als Kraftpotential zur Verfügung steht: bei jeder Aktivität, bei jeder Arbeit, bei jeder außergewöhnlichen Belastung (Dyckhoff 103).

¹⁰⁵ Pflege ihn beim Schlafen und Essen ... (Severus 86);

Es entwickelt sich ein Verantwortungsgefühl für einen natürlichen, angemessenen Umgang mit meinem Körper, so daß sich zudem ein tiefer und erholsamer Schlaf von selbst einstellt (Dyckhoff 103).

¹⁰⁶ ... und (p)fege ihn) in der äußersten Notdurft des Leibes (Severus 86);

Die aus den Meditationen gewonnene Ruhe kann mir nicht nur helfen, meinen Alltag kraftvoller und sicherer zu bestehen, sondern sie schenkt auch das Gefühl der letzten Geborgenheit in Gott und somit Mut zum Loslassen in der Sterbestunde (Dyckhoff 103).

¹⁰⁷ Dieses Erwägen im Herzen wird dir wie eine heilsmächtige Formel sein und wird dich nicht nur unverletzt vor allem dämonischen Ansturm behüten, sondern dich auch von allen ansteckenden Lasten des Irdischen säubern und zu der unsichtbaren himmlischen Schau hinführen und dich auch zu der unsagbaren und nur von wenigen erfahrenen Glut des Gebetes hinreißen (Severus 86-87);

Bei der Einführung in das Ruhegebet erhalte ich eine bestimmte Formel (formula pietatis) und die Anleitung, sie richtig anzuwenden, um sie in der Tiefe des Herzens zum Schwingen und letztlich zum Schweigen zu bringen. Mit der Ruhegebet besitze ich eine lebensunterstützende und wunderbare Kraft, die mich stärkt gegen schädigende Einflüsse jeglicher Art und mich stabilisiert. Wie in einem inneren Reinigungsvorgang werde ich von allem befreit, was nicht zu mir gehört und meinem Entwicklungsweg nicht entspricht (d.h. alles, was mich hindert zu leben, mich unfähig macht zu lieben, Angst und Zweifel in mir verursacht und mir die Liebe der anderen und damit auch die Liebe Gottes entfremdet). Das Gebet wird mehr und mehr im Fortschreiten auf Gott zu einem unaussprechlichen Schwingen, und es entgrenzt mich auf sein liebendes Entgegenkommen und seine unendliche Barmherzigkeit (Dyckhoff 103).

¹⁰⁸ Wenn du diesen Vers im Innern pflegst, mag dich der Schlaf überkommen, wenn du nur am Ende, durch seine unaussprechliche Übung geformt, ihn auch im Schlafe zu beten gewöhnt bist (Severus 87);

Die Urschwingung, die durch die Wiederholung der Gebetsformel im Herzen lebendig und bewußt wird, läßt die Gegenwart Gottes transparenter werden und möchte ständig in mir bleiben: sie ist mir nahe, wenn ich mich zum Schlafen niederlege - bis sie mir auch einmal während des Schlafes ganz bewußt ist (Dyckhoff 104).

¹⁰⁹ Er (d.h. der Vers) soll dir beim Gewecktwerden zuerst begegnen, beim Erwachen nehme er alle Gedanken vorweg. Bist du vom Lager aufgestanden, so mag er dich zur Kniebeugung geleiten und von da zu allem Werk und Tun. Er begleite dich zu jeder Zeit (Severus 87);

Ich werde von ihr (d.h. von der Urschwingung) erfüllt sein, wenn ich vom Schlaf zur Aktivität wechsele, und es wird in mir - ohne bewußtes Dazutun - das andauernde Gefühl der Dankbarkeit entstehen. Diese Schwingung des Herzens wird mein weiteres Fühlen, Denken und Handeln jederzeit begleiten (Dyckhoff 104).

¹¹⁰ Ihn (d.h. den Vers) sollst du im Innern pflegen nach dem Gebote des Gesetzgebers, magst du nun zu Hause sitzen oder auf dem Wege gehen, schlafen oder aufstehen. Ihn sollst du auf Schwelle und Tür deines Mundes schreiben. Ihn schreibe an die Wände deines Hauses und in das Innere deines Herzens, ... (Severus 87);

Ein Gebot Gottes erfüllt sich (Dtn 11,18-21): Ich werde beständig im Gottesbewußtsein leben,

- gleichgültig, wo ich mich befinde,
- gleichgültig, ob mein Geist aktiv oder inaktiv ist,
- ich werde von Ihm sprechen,
- ich werde anderen Menschen von meinen Erfahrungen berichten,
- ich werde Ihn in meinem Inneren bewahren.

(Dyckhoff 104).

¹¹¹ ... so daß, wenn du zum Gebete niederfällst, er dein Aufgesang sei, und stehst du sodann auf und begibst dich zu allen notwendigen Lebensbeschäftigungen, so werde er dir das aufrechte und stete Gebet (Severus 87);

Durch das Ruhegebet erfahre ich bereits in meinem irdischen Leben eine Entgrenzung auf Gott hin - mein Leben wird zu einem beständigen, immerwährenden Beten (Dyckhoff 104, die hierbij opmerkt, dat als tijdens de meditatie het begrensde gevoel van ruimte en tijd verdwijnt, dit geen reden tot zorg is maar eerder een kwestie van verliezen om te winnen: helemaal vanzelf gaat het na afloop weer over).

¹¹² Das vollkommene Psalmengebet (Severus 87); Entgrenzung erfahren (Dyckhoff 105).

¹¹³ Diese, ja diese Formel soll das Gemüt unablässig festhalten, bis es, durch ihre unaufhörliche Anwendung und stete Pflege gestärkt, den Reichtum und Besitz der vielen Gedanken gänzlich verwerfe und so durch die strenge Armut dieses Verses an jener Seligkeit des Evangeliums geflissentlich (opzettelijk) und leicht gelange, die unter allen Seligkeiten die

erste ist ... Wer durch solche Armut ein vortrefflicher Armer ist, der hat das Prophetenwort erfüllt: ... (Severus 87-88);

Nachdem das Ruhegebet in unserem Bewußtsein verankert ist und es durch die stetige Anwendung und Wiederholung in der Meditation bewirkt, daß die gedankliche Aktivität abnimmt und aller geistige Besitz losgelassen wird, kann der Geist ganz einfach und leicht in der strengen Armut dieser kurzen Anrufung schwingen, bis jener Glückszustand erreicht ist, den das Evangelium »selig« nennt. So ist auch die erste Seligpreisung zu verstehen: »Selig sind die Armen im Geiste, denn ihrer ist das Himmelreich« (Mt 5,3). Wer diese Armut im Geiste erlangt hat, für den erfüllt sich das Wort: »Arme und Gebeugte werden rühmen den Namen des Herrn« (Ps 74,21) (Dyckhoff 105, met de volgende verduidelijking: »In der Meditation leben, ja atmen wir diese Armut immer mehr. Es ist die einfache, in sich selbst schwingende Ruhe, die den Reichtum der ganzen Schöpfung in sich enthält, die Ruhe, von der am 7. Schöpfungstag Gott selbst spricht (dus: Sabbatsrust!). Wenn sie in uns lebendig wird, können wir sie in ihrem ganzen Reichtum aktiv erfahren, natürlich ganz individuell und entsprechend unserer jeweiligen Lebenssituation«).

¹¹⁴ Und was kann es wirklich für eine größere und heiligere Armut geben, als wenn jemand erkennt, daß er nichts an Schutz und Kraft hat; wenn er die Freigebigkeit eines anderen täglich um Hilfe angeht, und da er sieht, daß sein Leben und Gut jeden Augenblick durch göttliche Hilfe gestützt wird, sich nicht mit Unrecht als wahren Bettler des Herrn bekennt und täglich demütig zu ihm ruft: »Ich aber bin ein Bettler und arm, Gott hilf mir« (Ps 39,18) (Severus 88);

Kann es eine größere Armut geben als diese, in der wir erkennen, daß wir aus uns selbst kraftlos sind und darum fremder Hilfe bedürfen? Hängt doch unser ganzes Leben und Wesen in jedem Augenblick und letztlich von Gott und seiner liebenden Zuwendung ab: »Ich bin arm und gebeugt; der Herr aber sorgt für mich! Meine Hilfe und mein Retter bist du. Mein Gott, säume doch nicht« (Ps 40,18) (Dyckhoff 105).

¹¹⁵ So mag er auch zu jener vielfältigen Erkenntnis Gottes durch seine Erleuchtung aufsteigen und sodann von den noch erhabeneren und heiligeren Mysterien gespeist werden, wie der Prophet sagt: »Die hohen Berge sind für die Hirsche, das Felsgestein ist Zuflucht den Igel« (Ps 103,18) (Severus 88);

Der untenstehende wird langsam aufsteigen und auf vielfältige Weise die Spuren Gottes erkennen, wobei Gott selbst ihn erleuchtet und ihn einführt in tiefe und noch verborgene Schöpfungszusammenhänge. Ein Psalmwort drückt das treffend aus: »Die hohen Berge gehören den Hirschen, die Igel finden Zuflucht in den Felsspalten (Ps 104,18) (Dyckhoff 105-106).

¹¹⁶ Dies paßt recht gut zu dem genannten Sinn; denn jeder, der in Einfalt und Unschuld bleibt, keinem schuldig wird oder lästig ist, sondern allein in seiner Einfalt beschieden, nur vor der Meute der Nachsteller geschützt zu sein wünscht, der ist wirklich wie ein geistlicher Igel und mag stetig vom Schatten jener Felsen des Evangelium überdeckt werden. Wird er doch durch das Andenken an das Leiden des Herrn und die unablässige Pflege des besagten Verses beschirmt und entkommt den Tücken des hinterhältigen (*geniepig, arglistig*) Feindes (Severus 89);

Um wie der Hirsch zu den höchsten Höhen zu gelangen, wird der Meditierende zunächst »Erdung« erfahren müssen – dem Igel vergleichbar.

Die Meditationserfolge dieser ersten Phase bilden das Fundament für einen weiteren Aufstieg:

- Vertrauen,
- Unbefangenheit,
- Beständigkeit,
- Abbau des Egoismus,
- Belastbarkeit,
- Genügsamkeit,
- Verminderung der Lebensangst,
- Geborgenheit,
- Vertiefung des Glaubens.

(Dyckhoff 106, die over »Erdung«, aarding, nog opmerkt, dat hij hiermee bedoelt, dat door de meditatie naast de gevoeligheid een heldere realiteitsbetrokkenheid groeit. Hadden we steeds beide voeten op de grond en een goede standvastigheid, dan zouden we ons bij teleurstellingen, tegenslagen of problemen heel anders kunnen handhaven. Om stormen te weerstaan, moeten de wortels van een boom vast en diep in de aarde verankerd zijn).

¹¹⁷ Von diesen geistlichen Igel heißt es in den Sprichwörtern: »Igel sind ein schwaches Volk, die da im Felsen hausen« (Spr 30,26). Und was ist wahrhaft schwächer als ein Geist [?], was unsicherer als ein Mönch, dem nicht nur keine Rache für das Unrecht zukommt, sondern in dem nicht einmal leicht und verschwiegen eine Erregung aufsprossen darf? (Severus 89);

Der Spruch Salomons »Igel sind ein Volk ohne Macht, und doch bauen sie ihre Wohnungen im Fels« (Spr 30,26) symbolisiert die Notwendigkeit der Erdung als Grundlage. Die Meditation setzt die Persönlichkeitsentwicklung stärker in Gang. Das sich Rechtfertigen und sich Verteidigen hört auf. Belastende, übergroße Aufregungen und Beleidigungen werden ausgeglichener erlebt und hinterlassen keine Spuren mehr. Außenstehende können diese sogenannte Machtlosigkeit zunächst nicht begreifen (Dyckhoff 106-107).

¹¹⁸ Wer aber von hier aus aufbricht und nicht nur die Einfalt der Unschuld besitzt, sondern auch mit der Tugend der Unterscheidung bewehrt ist und die giftigen Schlangen vertilgt, indem

er den Satan zermalmt unter seinen Füßen hält und durch die Munterkeit des Gemütes zur Gestalt eines vernünftigen Hirsches gelangt ist, der weidet auf den Bergen der Propheten und Apostel, nämlich in ihren hehrsten (*meest verheven*) und erhabensten Geheimnissen (Severus 89);

Auf den weiteren Stufen dieses Gebetsweges erfährt der Meditierende mehr einen geistigen Fortschritt. Sein Verstehen größeren Zusammenhänge und seine aus Intuition erworbene Klugheit lassen die eigenen Grenzen transparent werden und erweitern langsam sein Bewußtsein – vergleichbar dem Hirsch, der aufsteigt, um lohnendere Weideplätze zu finden (Dyckhoff 107, die hierbij opmerkt, dat er in de meditatie wezenlijke zijnservaringen op fijnere en diepere niveaus worden opgedaan die later tot Godsontmoetingen worden in de eigen ziel. In- en uitwendige weg van de mens hangen direct samen. Alleen als beide consequent worden gegaan, ontwikkelt zich een rijpe persoonlijkheid).

¹¹⁹ Durch deren Weide genährt, nimmt er auch alle Anregungen (impulsen, prikkelingen) der Psalmen in sich auf und beginnt so zu singen, daß er sie nicht als vom Propheten gedichtet, sondern, gleichsam von sich hervorgebracht, wie ein eigenes Gebet in tiefer Herzenszerknirschung ausspricht. Oder er sieht sie auf seine eigene Person bezogen und erkennt, wie ihr Inhalt nicht nur damals vom Propheten und an diesem erfüllt wurde, sondern wie es täglich an ihm selbst geschieht und sich erfüllt. Es eröffnen sich uns ja die göttlichen Schriften und zeigen gleichsam Adern und Mark, sobald unsere Erfahrung deren Bedeutung nicht nur erfaßt hat, sondern ihr auch zuvorkommt. So wird der Sinn der Worte uns weniger durch Auslegung als durch Taten erschlossen (Severus 89-90);

Demjenigen, dem sich diese geistigen Höhen offenbaren, erschließen sich die Heiligen Schriften wie von selbst, denn ihre Wahrheit erlebt er nun als die eigene. Die Psalmen sind für den Meditierenden dann Gebete seines eigenen Herzens im Hier und Jetzt, nicht mehr gebunden an Situationen in Raum und Zeit. Die tiefsten Geheimnisse der Heiligen Schriften offenbaren sich uns viel klarer, wenn durch eigene Erfahrungen der notwendige Grundstein gelegt ist, auf dem dann folgerichtig eine intellektuelle Auslegung aufbauen kann (Dyckhoff 107).

¹²⁰ Denn wenn wir die gleiche Herzensregung aufnehmen, in der ein Psalm gesungen oder geschrieben wurde, und gleichsam seine Verfasser geworden sind, so eilen wir seinem Verständnis eher voraus, als wir ihm nachfolgten. Wir erfahren also die Wirkung der Worte früher als ihre Kenntnis, und während ihrer inneren Pflege erinnern wir uns gewissermaßen dessen, was in uns geschah und sich alltätiglich zuträgt (Severus 90);

Findet die Schwingung unseres Herzens einen Gleichklang zu den Aussagen der Heiligen Schriften, erkennen wir die jeweils zum Ausdruck gebrachte tiefe Wahrheit in uns selbst wieder, so daß uns das erhebende Gefühl überkommt, der Verfasser zu sein. Durch Entgrenzung unseres Bewußtseins auf die letzte Wahrheit hin nehmen wir förmlich das Verständnis schon voraus, so daß wir früher die Wirkung der Worte empfangen als ihre Kenntnis durch das Lesen. Das Lesen und Erwägen der Heiligen Schriften bestätigt uns dann gleichsam den Wahrheitsgehalt im Hinblick auf unsere persönliche Entwicklung und unsere Erfahrung im Alltag (Dyckhoff 107-108, die ontkent dat je zo jezelf gaat overschatten. Immers, nooit kun je boven maar alleen in de waarheid staan, en wel als je door overgave sterker de allesomvattende liefde vermag te bespeuren. Je ontmoet dan waarheden op verschillende niveaus, waarmee je alnaargelang je kennis in nauwe verbinding staat. Deze verbondenheid met alles in de schepping en met de Schepper groeit slechts in dankbare liefde en bescheidenheid).

¹²¹ Beim Singen denken wir wieder daran,
 - was in uns die Nachlässigkeit erzeugte
 - oder der liebevolle Eifer erreichte,
 - was die göttliche Vorsehung schenkte
 - oder die Anstachelung des Feindes trügerisch entwand,
 - was die Vergeßlichkeit entgleiten hieß
 - und die menschliche Gebrechlichkeit zutrug,
 - oder wo uns nichtsahnende Unwissenheit täuschte.
 (Severus 90);

Dieses Wiedererkennen führt zu einer differenzierten Wahrnehmung und macht deutlich:

- wie oberflächlich wir oftmals waren,
- was wir durch bedachtes Handeln erreicht haben,
- welche großen Gnadenzuwendungen wir erhalten,
- wie wir manipuliert wurden, und welchen Schaden wir dadurch erlitten,
- was uns verloren ging, weil wir es vergaßen,
- welche Möglichkeiten wir ungenutzt ließen,
- was wir uns selbst durch menschliche Schwäche angetan haben,
- wie wir aufgrund mangelnder Erkenntnis und Unreife ent-täuscht wurden.

(Dyckhoff 108).

¹²² Alle diese Regungen (*bewegingen, opwellingen, gevoelens*) finden wir in den Psalmen wieder, so daß wir das uns Zugestoßene wie in einem ganz lauterem Spiegel erblicken und wirklicher erkennen. So werden wir von der Wirklichkeit belehrt, alles nicht als Gehörtes hinzunehmen, sondern wie etwas Bekanntes zu betasten und es nicht wie etwas dem Gedächtnis Anvertrautes, sondern wie ein unserer Natur Einwohnendes aus innerer Herzensregung zu gebären. Denn den Sinn

dieser Psalmworte durchschauen wir nicht beim Lesen des Textes, sondern durch die vorausgehende Erfahrung, ... (Severus 90);

In den Psalmen erkennen wir wie in einem reinen Spiegel diese innerpersönlichen, zwischenmenschlichen und transzendenten Prozesse wieder und können sie somit besser verarbeiten und umsetzen. Der Sinn der Psalmen geht uns nicht durch das Lesen des Textes auf. Er ist für uns be-greifbar geworden, da er inhaltlich nicht nur in unseren Gedanken nachvollzogen wurde, sondern bereits vor dem Lesen in unserem Inneren zur lebendigen Wahrheit geworden ist (Dyckhoff 108).

¹²³ ..., und so gelangt unser Gemüt zu jenem unvergänglichen Gebet, zu dem in der vorigen Abhandlung, soweit es der Herr zu schenken sich würdigte, der Gang der Unterredung aufstieg (Severus 90);

Diese Erfahrung der lebendigen Wahrheit in uns wird durch die Übung des Ruhegebetes auf einer ganz reinen Ebene des Geistes grundgelegt. Von hier aus steigen dann alle Gebete zu Gott auf, aus der Armut des Geistes und einem reinen Herzen (Dyckhoff 109).

¹²⁴ Dieses (Gebet) ist nicht allein durch keinerlei Blick auf ein Bild gefangen, sondern wird auch nicht durch eine Folge von Lauten und Worten aufgeteilt. Vielmehr wird es in der feurigen Inbrunst (*innigheid*) des Gemütes und mit unüberwindbarer Rüstigkeit (*krasheid, flinkheid, energie*) des Geistes unsagbar verzückt (*verrukt, in verwoering*) dargebracht, und vertraut es das außerhalb aller Sinne und alles Sichtbaren erhobene Gemüt mit unaussprechlichen Seufzern und Schluchzen (*snikken*) vor Gott (Severus 90-91);

Dieser reine und stille Seelengrund, der durch das Ruhegebet transparent und verfügbar wird, beinhaltet überhaupt keine Vorstellungsbilder und Gedanken mehr. Und folgerichtig nimmt auch während der Meditation jegliche bildliche Vorstellung, alle Gedankenaktivität ab, und der Meditierende wird – wie von selbst – in tiefere Schichten geführt. Unser Geist und unser Herz sind so erfüllt von Glück und tiefer Freude, da sie sich jenseits aller Gedanken und Relativität in einem Zustand der grenzenlosen Hingabe an Gott befinden (Dyckhoff 109).

¹²⁵ Was kann vollkommener sein? (Dyckhoff 109).

¹²⁶ Germanus: Wir glauben, daß uns nicht nur die Überlieferung der erbetenen geistlichen Lehre, sondern sogar die Vollkommenheit selbst genügend offensichtlich und licht dargelegt worden ist (Severus 91);

Es wurde intensiv und wiederholt nicht nur über die Hinführung und Anleitung zum Ruhegebet gesprochen, sondern auch über die fortschreitende Entwicklung des Meditierenden in der Entgrenzung auf Gott (Dyckhoff 109).

¹²⁷ Was könnte noch vollendeter und erhabener sein, als das Gedenken an Gott in einer so knappen Übung zu umfassen und beim Erwägen eines einzigen Verses aller sichtbaren Begrenztheit zu entwandern und gewissermaßen die Regungen aller Gebete in einen kurzen Wort zu beschließen. (Severus 91);

Was in der Tat kann vollkommener oder höher sein als die Bewußtwerdung Gottes in einer so kurzen Meditation zu erreichen und sogar durch das Dahin-strömen-Lassen eines einzigen Verses *alle sichtbare Begrenztheit zu überschreiten* und gleichsam alle Gebetszustände in kurzen Worten zusammenzufassen. (Dyckhoff 110, vgl. ook 13).

¹²⁸ Nur das eine, was noch aussteht, bitten wir uns zu erklären, wie wir ebendiesen Vers, den du uns als Formel übergeben hast, ständig festhalten können, damit wir, nachdem wir durch Gottes Gnade vom Eitelsinn weltlicher Gedanken befreit sind, nun die geistlichen Gedanken unbewegt bewahren (Severus 91);

Etwas sehr Wichtiges sollte jetzt am schluß noch einaml besonders hervorgehoben und erklärt werden:

Wie können wir die uns in der Meditation geschenkte Ruhe bewahren sowie die gewonnene Kreativität anwenden und es somit vermeiden, durch geistige Unruhe und stetes Umherschweifen der Gedanken an der Erfüllung unseres Lebens vorbeizugehen, die uns durch Gottes Gnade eigentlich zuteil werden könnte? (Dyckhoff 110).

¹²⁹ Unruhig ist unser Geist (Dyckhoff 110).

¹³⁰ Denn sobald unser Gemüt irgendeinen Psalmabschnitt aufgenommen hat, wird es, während er unvermerkt entfließt, ohne Wissen und erstaunt zu einem anderen Schrifttext hingekehrt. Hat es diesen in sich zu erwägen begonnen, da steht, ohne daß es jenen ganz durchflog, die Erinnerung an ein anderes Zeugnis auf und macht die Pflege der ersten unmöglich. Von hier wird es ebenfalls, sobald ein anderer Gedanke auftritt, zu etwas anderem fortgetragen (Severus 91-92);

Wir haben eine Aufgabe zu lösen, eine Pflicht zu erfüllen oder eine Arbeit auszuführen und merken nach einiger Zeit, daß unsere Gedanken ganz von selbst andere Wege gehen. Und wieder geschieht das gleiche. Unsere Gedanken springen zum nächsten Thema. Bei diesem ständigen Wandern des Geistes wird keine Sache richtig zu Ende geführt oder ausgedacht.

Entweder sind es Erinnerungen oder in die Zukunft gerichtete Erwägungen, die das Gegenwärtige verdrängen. Unsere Gedanken finden keine Ruhe. Unstet wechseln sie wiederum ihre Richtung und flattern zum nächsten momentan scheinbar wichtigeren Thema (Dyckhoff 110-111, die over dit gebrek aan concentratie (: het zich richten op één punt met uitschakeling van alle stoorzenders) opmerkt, dat het te wijten valt aan een overvloed aan invloeden of problemen, aan tijds- of prestatiedruk dat onze geest maar moeilijk bij één zaak kan blijven. Ze houdt zich echter van nature graag op in aangename en mooie situaties. Daarin vlucht ze ook graag. Dat nu moeten we haar als creatieve pauzes ook toestaan. Want hieruit gesterkt kan ze dan wel zich langer en met succes concentreren op de noodzakelijke taak die telkens wacht).

¹³¹ So dreht der Geist sich immer im Kreise herum von Psalm zu Psalm, springt von einem Text des Evangeliums zu einem Apostelbrief, von diesem wird er wieder zu den Worten der Propheten gewendet und sodann zu einigen geistlichen Geschichten verschlagen und wird so wirr und irr durch den ganzen Bereich der Schriften geworfen. Nichts vermag er mit eigenem Entschluß zu lassen oder zu halten, noch etwas völlig und genau beurteilt zu Ende zu führen, da er den geistlichen Sinn nur berührt und kostet, nicht aber wirklich hervorbringt und besitzt (Severus 92);

Beim Beten, Hören und Erwägen der biblischen Texte geht es ähnlich: von Gebet zu Gebet, von der Lesung zum Evangelium, vielleicht vom Alten Testament und den Propheten zu unpassenden persönlichen Situationen und Gedanken. Selbst mit großer Willensanstrengung scheint es uns oft nicht zu gelingen, störende Gedanken auszuschalten, wichtige Inhalte zu bewahren, zu durchdenken und weiterzuverfolgen (Dyckhoff 111).

¹³² Daher wird das immer bewegliche und unstete Gemüt selbst zur Zeit des gemeinsamen Gebetes wie berauscht hin und her gezogen, ohne seine Pflicht geziemend zu erfüllen.

Zum Beispiel:

- Während es betet, denkt es an einen Psalm oder eine Lesung;
- singt es, so sinnt es über etwas anderes, als ebendieser Psalmtext enthält;
- liest es eine Lesung, dann erwägt es, was es tun soll, oder erinnert sich des Vollbrachten.

Auf diese Weise gibt es nichts, was es ordentlich und recht nimmt und läßt, als ob es durch lauter Zufälligkeiten getrieben wäre, da es keine Freiheit hat, das zu behalten oder bei dem zu verweilen, was es ergötzt (Severus 92);

Unser unsteter Geist wird selbst in wichtigsten Lebenssituationen immer wieder vom eigentlichen Thema, welches hier und jetzt ansteht, abgezogen, da wir uns der Bedeutung und Tragweite der augenblicklichen Situation nicht genügend bewußt sind.

Zum Beispiel:

- Frage ich jemanden nach seiner Meinung, habe ich die Antwort bereits im Kopf.
- Während ich mich einem Menschen zuwende, sind meine Gedanken bei einem anderen.
- Höre ich jemandem zu, ziehe ich bereits nach wenigen Sätzen Schlüsse und bilde mir ein vorschnelles Urteil.

Wenn der Geist so unruhig ist und die Gedanken unstet, können wir keiner Situation im Leben gerecht werden, weder richtig wahrnehmen noch klare Entscheidungen treffen. Oberflächliche Zufälle bestimmen die sich ständig ändernde Richtung der Gedanken, da der Geist nicht stabil genug ist und die Kraft nicht hat, das Wesentliche zu ergründen oder bei dem zu bleiben, was jetzt wichtig ist (Dyckhoff 111-112).

¹³³ Es ist darum vor allem nötig zu wissen, wie wir diese geistlichen Pflichten vollauf erfüllen, oder doch diesen Vers, den du uns als Formel übergeben hat, unbewegt behütten können, damit das Werden und Vergehen all der Gedanken nicht nach ihrer eigenen Bewegbarkeit hin- und widerströmt, sondern unter unserem Befehl stehe (Severus 92-93);

Wie kann das Ruhegebet dabei helfen, unsere Gedanken nicht umherirren zu lassen und in der jeweiligen Situation ganz präsent zu sein, damit unser Geist im Urgrund Liebe gefestigt ist? (Dyckhoff 112).

¹³⁴ Der grund-legendende Weg: das Ruhegebet (Dyckhoff 113).

¹³⁵ Isaak: Obgleich hierüber neulich, als wir uns über den Gebetszustand unterhielten, soweit ich mir dessen bewußt bin, hinreichend gesagt worden ist, so will ich dennoch, weil ihr dies zu wiederholen bittet, euch kurz etwas über die Festigkeit des Herzens anvertrauen (Severus 93);

Diese einfache Meditationsform, das Ruhegebet, trägt wesentlich dazu bei, das Leben in tieferen Dimensionen des Seins zu erfahren und eine Beständigkeit des Herzens zu erlangen. Weil gerade dieser Aufbruch so wichtig ist, soll noch einmal kurz – jedoch in einem größeren Zusammenhang – das Entscheidende dieses Weges wiederholt werden (Dyckhoff 113).

¹³⁶ Drei Dinge sind es, die das unstete Gemüt beständig machen: WACHEN, ÜBEN und BETEN. Der nachdrückliche und stete Eifer darin verschafft der Seele beständige Festigkeit (Severus 93);

Es sind drei Anwege, die zur Festigkeit des Geistes und damit zur Persönlichkeitsentwicklung führen: OFFENHEIT – MEDITATION – GEBET (Dyckhoff 113, waarbij hij aantekent:

Die »Meditation« steht nicht unbedacht zwischen den beiden anderen Anwegen »Offenheit« und »Gebet«. Sie selbst ist Gebet und kann sich zu hoher Vollendung entwickeln.

Durch sie erfährt der Meditierende
in der Hingabe an Gott,
in der Armut seines Geistes
und in der Bitte um Erbarmen
sowohl eine Bereicherung seines persönlich formulierten Betens
wie auch eine vertrauende Offenheit allem gegenüber).

¹³⁷ Doch können sie [quae ... poterit adprehendi, te weten: animae stabilis firmitas, en niet: tria: vigiliae, meditatio et oratio] gar nicht anders erlangt werden, als wenn durch unermüdliche Stete in einer Arbeit, die nicht der Habgier, sondern geheiligten Zwecken des Klosters geweiht ist, jegliche Sorge für das gegenwärtige Leben zuerst abgetan ist, damit wir so den Auftrag des Apostels erfüllen können: »Betet ohne Unterlaß« (1 Thess 5,17) (Severus 93);

Nur durch das regelmäßige tägliche Einüben sind diese Anwege erfolgreich zu gehen. Zwischen ihnen besteht eine Wechselwirkung. Es ist leichter, zu meditieren, wenn wir bereits über eine wache Offenheit verfügen. Es ist leichter zu meditieren, wenn wir bereits im Gebet geübt sind. Jedoch: Durch den einfachen und mühelosen Vorgang der Meditation wird ganz von selbst die Offenheit allem gegenüber wachsen, und das persönliche und gemeinschaftliche Gebet wird wahrer und innerlicher. Grundvoraussetzung dafür, daß wir auf den Anwegen richtig Fuß fassen und auf ihnen beständig weiter zu unserem Ziel gehen können, ist das Eingebundensein in eine meinen körperlichen und geistigen Fähigkeiten entsprechende sinngebende Arbeit (wobei unter »sinngebend« das verantwortliche Umgehen mit den Gaben Gottes ist zu Verstehen: zur Förderung des anderen, zur eigenen Existenzsicherung und geistigen Weiterentwicklung, zum Schutz aller Hilflösen und zur Bewahrung der Natur). Hierdurch ergibt sich ein Wechsel zwischen Ruhe und Aktivität, wie wir ihn als zugrundelegende Ordnung in der gesamten Schöpfung erleben. Meditation und Arbeit – im ausgewogenen Wechsel – helfen, nach und nach Belastungen und Sorgen abzubauen und eine größere Stabilität wachsen zu lassen. Die aus der Meditation gewonnene tiefe Ruhe und Innerlichkeit nehmen wir mit in unseren Alltag, so daß die Grenzen fließend werden, bis sie sich ganz auflösen und unser Leben, unser Empfinden, Denken, Sprechen und all unser Tun zu einem beständigen Gebet wird: »Betet ohne Unterlaß« (1 Thess 5,17) (Dyckhoff 114).

¹³⁸ Sehr wenig betet, wer nur dann, wenn er die Knie beugt, zu beten pflegt. Niemals aber betet, wer selbst gebeugten Knies sich vom umherschweifenden Herzen irgendwie dahinziehen läßt (Severus 93);

Von diesem »Beten ohne Unterlaß«, dem Erfolg des Ruhegebetes, können wir nicht sprechen, wenn wir gedanklich gesteuert beten und den Inhalt in unserem Alltag nicht leben. Ein solches Gebet bringt uns nur sehr wenig weiter – gar nicht, wenn dazu noch unsere Gedanken abschweifen oder umherirren (Dyckhoff 114).

¹³⁹ Wie wir daher beim Gebet gefunden werden wollen, so müssen wir auch vor dem Beten sein. Notwendig nämlich wird das Gemüt zur Stunde des Gebetes vom voraufgehenden Zustande her geformt, und von jenen Gedanken, in denen es vor dem Gebete verweilte, wird es entweder zu Himmlischem emporgehoben oder zu Irdischem hinabgedrückt (Severus 93-94);

Wie wir beim Beten, besonders aber im Gottesdienst, angenommen werden möchten, müssen wir jeweils vor der Gebetszeit und vor dem Gottesdienst bereiten, denn unser Geist nimmt ja den Zustand mit, in dem er sich vorher befand und die Gedanken, die uns bewegten. Nehmen wir eine große Unruhe mit, sind wir nicht offen und bereit für Gott, wird es schwer, sein Entgegenkommen zu spüren – nehmen wir durch die Meditation eine große Ruhe mit, sind [wir] offen und bereit für Gott, kann er uns in seinem liebenden Entgegenkommen beschenken und wandeln (Dyckhoff 115).

¹⁴⁰ Soweit führte der Abt Isaak zu unserem Verwundern die zweite Unterredung über die Beschaffenheit des Gebetes (Severus 94).

¹⁴¹ Seine Lehre über die Übung jenes genannten Verses, die er uns gleichsam als Anfängern am Lehrort zum Festhalten übergeben hatte, bewunderten wir sehr und wünschten sie gar fest zu pflegen, da wir sie für knapp und leicht hielten. Doch erfuhren wir zur Genüge, wieviel schwieriger dies zu beobachten sei als jenes Bemühen, wo wir früher durch den ganzen Bereich der Schriften, ohne irgendwie beharrlich gefesselt zu sein, in allenthalben verschiedener Übung umherliefen (Severus 94);

Der Meditierende, der mit der Lehre und einfachen Praxis des Ruhegebetes vertraut wird, macht eine neue wesentliche Erfahrung: Dieser Gebetsweg unterscheidet sich *grund-*legend von allen anderen Gebetsformen und Betrachtungsweisen. Im Ruhegebet werden keine biblischen Texte bedacht; theologisches Wissen ist nicht erforderlich. Es dient nicht der unmittelbaren Wissensgewinnung, sondern führt ohne Konzentration und bildhafte Vorstellungen auf dem Weg der Erfahrung in einen Bereich tiefer Ruhe (Dyckhoff 115).

¹⁴² Sicher ist, daß niemand aus Unkenntnis der Wissenschaften von der Vollkommenheit des Herzens ausgeschlossen ist. Auch hindert Mangel an Bildung nicht, die Lauterkeit des Herzens und der Seele zu erfassen, die letztlich in große Dichte allen nahe ist, sofern wir nur eine gesunde und volle Ausrichtung des Gemütes auf Gott in der steten Übung dieses Verses bewahren (Severus 94);

Diese Meditation ist ein einfaches und müheloses Gebet, das zur wirklichen, unerschöpflichen Kraftquelle führt, sie ist ein Mittel, die Reinheit des Herzens und der Seele zu erlangen. Durch ihre Praxis, die ständige, schweigende Wiederholung der Gebetsformel, richtet sie den Geist ganz auf Gott aus, damit er sich uns ganz schenken kann (Dyckhoff 115).