

THEMA

VERKENNING

Op het spoor van meditatie

Jos Douma

‘Heeft dat niet iets te maken met yoga en zo? En met oosterse godsdiensten? Moeten wij nu ook al mediteren?’ Ik kan me voorstellen dat u zulke gedachten hebt bij dit onderwerp. ‘Gereformeerde christenen doen toch niet aan zoiets vaags en subjectiefs als meditatie?’ Het zijn begrijpelijke vragen, maar ik zou u als lezer willen verzoeken om uw eventuele vooroordelen even aan de kant te zetten en mee te lezen en te denken over onze meditatieve omgang met de Bijbel. (Tussen haakjes: als u juist heel blij bent met dit onderwerp, mag u natuurlijk ook gerust verder lezen.)

Bijbelmeditatie

Ik geef eerst maar even een korte omschrijving van wat ik versta onder meditatie.

Meditatie is: een geconcentreerd, biddend luisteren naar een bijbelwoord om te horen wat God tegen jou persoonlijk wil zeggen. Kernwoorden zijn dus: *biddend* en *persoonlijk*. Daar gaat het om in de meditatieve omgang met de Bijbel.

Drie vormen

Nu vind ik het belangrijk om in dit verband een onderscheid te maken tussen drie vormen van omgang met de Bijbel. Want de meditatie van de Bijbel is niet het één en het al. Ik plaats de bijbelmeditatie graag in de volgende drieslag:

- * bijbellezing,
- * bijbelstudie,
- * bijbelmeditatie.

Deze onderscheiding bedoelt niet een scheiding aan te brengen! In een gezonde, gelovige omgang met Gods Woord zullen alle drie de vormen een plek hebben. Toch is het zinvol om het onderscheid te maken, vooral ook omdat er in onze omgang met de Bijbel gemakkelijk eenzijdigheden kunnen ontstaan.

Lezen

Met *bijbellezing* bedoel ik eenvoudigweg: het lezen van een korter of langer bijbelgedeelte zonder daar direct verder mee ‘aan de slag’ te gaan. Het gaat dus puur om het lezen van de Bijbel. Deze vorm kennen we bijvoorbeeld als de bijbellezing aan tafel na een maaltijd. De meest uitgesproken plek is de schriftlezing in het kader van de zondagse samenkomst van de gemeente. Daar wordt in een apart liturgisch onderdeel de heilige Schrift voorgelezen. Het lezen en voorlezen van de Bijbel is in zich al iets heel waardevols: waar de Schriften klinken, is de Geest die de Schriften ademde (2 Tim. 3:16), aanwezig om de woorden in ons hart te brengen.

Studeren

Bij *bijbelstudie* denk ik vooral aan het volgende: het zich verdiepen in de Bijbel, met behulp van studieuze hulpmiddelen (van concordantie en schets tot commentaar) met als doel het vergroten van inzicht in en kennis over de Bijbel. In de gereformeerde traditie neemt deze vorm van omgang met de Bijbel een heel belangrijke plaats in, vooral ook door het werk van de bijbelstudieverenigingen. We zouden deze bijbelstudie ook kunnen noemen: schriftonderzoek. Het gaat daarin om het onderzoeken van de grotere verbanden en lijnen in de Bijbel als het boek waarin God zelf naar ons toekomt. En dat is zonder meer heel waardevol en onmisbaar voor ons geloofsleven: we onderzoeken de Schriften omdat we geloven daarin het eeuwige leven te hebben, want de Schriften getuigen van Christus (Joh. 5:39). Hierop richt zich de bijbelstudie allereerst: op het goed lezen van wat er staat en zo op het ontdekken van Christus als de inhoud en de vervulling van de Schriften.

Mediteren

In de *bijbelmeditatie* staat heel nadrukkelijk de vraag centraal: wat wil God mij nu persoonlijk door dit bijbelgedeelte zeggen? Wie mediterend omgaat met de heilige Schrift, wil zich direct, in biddend contact laten aanspreken en aanraken door de Geest van Christus. Want dat is toch ook de bijzondere kracht van het Woord: dat er wat gebeurt in

mensenlevens, dat het mensen verandert (Jes. 55:11). Het Woord van God is immers levend en krachtig (Heb. 4:12). Deze ongelooflijke kracht van het Woord wil ervaren worden in de persoonlijke ontmoeting met Christus, die in de woorden van de Bijbel naar ons toekomt. Hij spreekt ons aan: 'Kom tot Mij! Volg Mij!' Zo roept Hij tot een veranderd en steeds weer veranderend leven.

Sterkte-zwakte-analyse

Nu heeft elk van deze drie vormen van omgang met Gods Woord sterke en zwakke punten. De *bijbellezing* heeft als sterke punt: de rotsvaste overtuiging dat Gods Geest spreekt als de Schriften opengaan, dat Gods Stem klinkt, en dat wij daar niet altijd direct iets over hoeven te vinden. Een zwak punt kan zijn dat bijbellezing tot niet meer dan een ritueel verwordt: 'even een stukje lezen', terwijl dan vergeten wordt dat God ons echt wil aanspreken, en dat zijn Woord ons antwoord wil wekken.

De *bijbelstudie* heeft als sterk punt dat we de rijkdom en de diepgang van heel de Bijbel leren ontdekken, dat we verbanden zien, en dat we onder de indruk komen van de wijsheid van de Schriften en van Gods gang door de geschiedenis. Als zwak punt moet genoemd worden dat we gemakkelijk blijven steken in een verstandelijk bezig zijn met de Bijbel: we vergroten onze bijbelkennis, we ontdekken verbanden door tekst met tekst te vergelijken, we verdiepen ons in de betekenis van een kernwoord, we bestuderen grotere bijbelgehelen, maar we vergeten intussen dat het uiteindelijk niet om het boek van God gaat, maar om de God van het boek, die omgang met ons zoekt. Al te gemakkelijk kunnen we ons, al studierend in en discussiërend over de Bijbel, laten verleiden tot een alleen maar verstandelijke benadering waaronder het hart koud en onveranderd blijft.

De *bijbelmeditatie* heeft als sterk punt dat heel nadrukkelijk de persoonlijke omgang met de Here wordt gezocht vanuit de vraag: 'Heer, wat wilt U vandaag tegen mij zeggen?' Want dat is toch het uiteindelijke doel van onze omgang met de Bijbel: dat God ons door zijn Woord persoonlijk aanraakt en aanspreekt. Het gaat om ontmoeting, een ontmoeting die vanwege ons zondaar zijn ook vaak confronterend en ontdekkend zal zijn. Een zwak punt kan zijn dat we in de omgang met de (vaak wat kortere) bijbeltekst te veel met onze eigen gedachten en gevoelens bezig zijn en dat we al mediterend de band met de tekst in de context kwijtraken. Met een wat lelijk woord zou dat een subjectivistische omgang met de Bijbel genoemd kunnen worden: de Bijbel gaat buikspreken om zo alleen nog te zeggen wat in ons straatje past.

Op de vereniging

Zo heeft elke manier eigen sterke en zwakke kanten. En als we nu nog even doorpraten over de twee vormen bijbelstudie en bijbelmeditatie, misschien zegt u dan wel: ik herken in mijn eigen omgang met de Bijbel beide elementen heel goed (zonder die woorden ervoor te gebruiken). Dan bent u gelukkig te prijzen en hebt u iets heel kostbaars: een echt gelovige, geestelijke manier van lezen in de Bijbel.

Maar er zijn wellicht ook lezers die zeggen: nu wordt voor mij duidelijk wat ik op mijn bijbelstudievereniging zo vaak mis. Want het gaat er vaak zo verstandelijk aan toe: we vergelijken tekst met tekst, we stellen interessante vragen die ons door een bijbelschets worden aangereikt, en ik leer er veel van, maar toch ga ik met een onbevredigd gevoel naar huis, want het raakt me niet, het landt niet in mijn leven.

En er zijn vast ook weer anderen die zeggen: op onze verenigingsavonden praten we eigenlijk alleen maar over de vraag wat een bijbelgedeelte voor ons persoonlijk betekent. En vaak gaat het dan alleen nog over óns geloof en gevoel en gebrek eraan, en komt het bijbelgedeelte niet echt uit de verf.

Het zijn twee uitersten die ik hier schilder, maar ze zijn vast ook wel herkenbaar. In ieder geval hoop ik dat duidelijk wordt dat zowel het studeren als het mediteren nodig zijn: wat zou het mooi zijn als ze (waar nodig) weer bij elkaar werden gebracht. Dan worden informatieve vragen en tekst met tekst vergelijken niet afgedaan als verstandelijk (en dus afstandelijk) gedoe. En dan wordt de vraag wat dit nu eigenlijk in mijn eigen leven betekent en uitwerkt, niet weggehoond met de opmerking dat dat wel erg gevoelsmatig en persoonlijk is. Om het maar weer even in twee uitersten te zeggen.

Meditatieve overdenking

Tot slot nog dit. Het woord en de zaak van de meditatie komen ook voor in een van onze belijdenisgeschriften: de Dordtse Leerregels. Deze zijn oorspronkelijk in het Latijn geschreven. En in die taal wordt op twee plaatsen de term 'meditatio' gebruikt. Dat gebeurt in hoofdstuk I, artikel 13: 'Er is dan ook geen sprake van, dat Gods kinderen door deze leer van de uitverkiezing en de overdenking (meditatie!) ervan zouden verslappen in het onderhouden van Gods geboden, of in zondige zorgeloosheid zouden gaan leven.'

Het woord 'meditatie' komt ook voor in hoofdstuk V, artikel 14: 'Nu heeft het God behaagd zijn genadewerk in ons te

beginnen door de prediking van het evangelie. Evenzo wil Hij het instandhouden, voortzetten en voltooien door het laten horen, lezen en overdenken (meditatie!) van het evangelie, door aansporingen, dreigementen, beloften en ook door het gebruik van de heilige sacramenten.'

Dit alleen al mag ons als gereformeerde christenen bemoedigen om ons over onze weerstanden tegen meditatie heen te zetten. Het is een door God gegeven geestelijke oefening, waardoor Hij ons groei in geloof en liefde wil geven!