

IS BIDDEN MONNIKENWERK?

Met deze titel hebben wij ons eigenlijk twee vragen gesteld: 1) is bidden exclusief een werk voor monniken, dat wij, gewone mensen, aan hen kunnen overlaten? Wij werken, zij bidden. 2) Is bidden in figuurlijke zin een “monnikenwerk”, dwz. een *eentonig werk dat veel geduld vereist* (definitie van de Van Dale), een precisiewerk van eindeloos veel toeleg, geduld en vaardigheid, zoals het overschrijven van oude manuscripten in de middeleeuwse kloosters? Moeten wij ons “bidden” zo eentonig en moeizaam voorstellen?

Op de eerste vraag (*is bidden exclusief een werk voor monniken?*) heeft U al een antwoord kunnen horen in de voordracht van pater Prior. Bidden behoort niet tot een bepaalde groep mensen, niet monniken, priesters of wie dan ook, maar tot de mens als zodanig. De mens is ervoor geschapen om te bidden, dat is: om zich tot God te richten. De mogelijkheid tot bidden is hem gegeven met zijn mens-zijn zelf. Het mensenhart is gemaakt om zich te richten tot God. En dat komt, doordat het mensenhart ook allereerst door God wordt aangeraakt en aangesproken. *Hij heeft ons het eerste liefgehad*. Bidden is een re-actie van de mens als mens. Het heeft een antwoord-karakter. Het is een antwoord dat gewekt wordt door een woord dat eraan voorafgaat. Met een beeld uit de Heilige Schrift: God heeft de mens (iedere mens!) Zijn adem ingeademd; de mens ademt deze adem weer uit. Of nog concreter vanuit Sint Paulus: bidden is de ademhaling van de Heilige Geest in ons hart.

Bidden is wél monnikenwerk in deze zin, dat het een bezigheid is die monniken kenmerkt. Zij besteden grote delen van hun dag aan het gebed, gemiddeld zo ongeveer 4 tot 5 uur. Sint Benedictus wijdt bijna 1/7 deel van zijn Regel voor Monniken aan de ordening van het gebed voor zijn monniken. Het gebed is hun voornaamste taak; de voornaamste uren van de dag zijn met bidden gevuld.

Je zou het gebed van de monniken plaatsvervangend kunnen noemen. Maar daarmee is niet bedoeld dat zij dat alleen moeten doen, en dat alle anderen daarvan ontslagen zouden zijn, met de gedachte dat de monniken daar wel voor zorgen. “Plaatsvervangend” in de zin dat het gebed van de monniken

stem geeft aan het stille gebed dat op een of andere manier in ieder mensenhart leeft, niemand uitgezonderd. Wat overal op aarde meestal onzichtbaar en onhoorbaar gebeurt, maken de monniken zichtbaar en hoorbaar in hun gebed. Iedereen zou zich mogen thuis voelen in het gebed van de monniken, want in de diepte is het hun eigen gebed. De monniken van hun kant nemen in hun gebed het innigste, onuitgesproken gebed van alle mensen mee. En zo staan zij biddend in het hart van de wereld.

Daarmee komen wij aan de tweede vraag: of bidden voor ons monniken wel zo'n "monnikenwerk" is, *een eentonig werk dat veel geduld vereist*? Indien bidden – zoals wij gezien hebben – een wezenlijke levensbezigheid is van de mens, dan kan bidden toch eigenlijk geen *een eentonig werk zijn dat veel geduld vereist*. De grote vitale functies van ons lichaam: adem, hart, bloedsomloop, spijsvertering zijn weliswaar in zekere zin eentonig, maar zij zijn daarom nog geen vervelende geduldwerken. In normale omstandigheden willen wij niets liever dan ademen, kijken, denken, doen, leven. Heeft U ooit iemand ontmoet die het eentonig vond van een ander te houden? Of dat een ander van hem/haar hield? Iemand die ongeduldig was omdat hij nog steeds moest genieten, bewonderen?

Bidden is dus geen moeizaam monnikenwerk, zolang wij het kunnen doen en ervaren als een vitale levensfunctie. Het gaat pas zwaar en moeizaam worden voor wie niet meer kan liefhebben. Wie vergeet of niet meer voelt, dat er in ons bidden een vuur brandt, die moet wel zwaar gaan tillen aan de taak die hem als monnik is toebedeeld.

Als het bij ons bidden enkel zou gaan om het volbrengen van bepaalde rituelen, om het mechanisch ten gehore brengen van psalmen en andere Schriftteksten, dan zouden wij snel ons koorgebed moeten robotiseren, te beginnen met laptops op de plaats van de koorboeken.

Maar het wordt tijd om nog iets te zeggen over de inhoud van onze dagtaak, het monnikenwerk dat ons bidden toch is. Ik heb al aangegeven dat Sint Benedictus in zijn Regel minstens twaalf van de 73 hoofdstukken wijdt aan de beschrijving van ons dagelijks gebed. Zoals U wel zult weten, bestaat ons koorgebed uit zeven samenkomsten overdag en één samenkomst in de na-

nacht. Dat nacht-officie, Metten of nachtwake genoemd, wordt door Sint Benedictus uitdrukkelijk geplaatst na een nachtrust van ruim zeven uur. De gebedstijden overdag worden bepaald door het ochtendgebed, de Laudens, 's morgens om 6:30 uur, en het avondgebed, de Vespers aan het van de middag om 17 uur. Tussen deze twee voornaamste gebedstijden in, liggen er vier kortere gebedstijden, ongeveer elke drie uur: Priem, Terts, Sext en Noon, die de dag als het ware ritme en ruimte geven. Tenslotte volgt op het avondgebed van de Vespers om 20 uur nog de dagsluiting, de Completen.

Waaruit bestaat voornamelijk het gezamenlijk gebed van de monniken? Sint Benedictus kiest uit alle boeken van de Heilige Schrift één boek dat hij zijn monniken in de hand en in de mond legt. Het is het boek van de Psalmen, de verzameling van de 150 liederen die aan koning David werden toegeschreven. Dat is ons gebedsboek: elke week zingen wij dat hele psalmboek door, en zelfs een groot aantal psalmen verschillende keren, zodat wij wel tot zo'n 280 psalmen komen. Wat voor gebeden zijn de Psalmen? Lofzangen, dankliederen, vreugde-zangen, klaagzangen, liederen na de overwinning of de troonsbestijging van een koning, smeekbeden in nood en ellende, smeekbeden om genezing en verlossing en bevrijding van de vijand, beden van vertrouwen en levenswijsheid. Er is bijna geen menselijke situatie te bedenken die niet in de psalmen voorkomt. Juist daarom kunnen wij als monniken ook heel de wereld in ons gebed meenemen!

Is zo'n hoeveelheid van stemmingen en emoties niet verwarrend? Wat is de grote eenheid in al die verscheidenheid? Nu draagt het boek van de psalmen in de Hebreeuws Bijbel als titel: *Tehillim*. Letterlijk betekent dat: lofprijzingen (er zit het woord *alleluia* in, *loof de Heer*). Het joodse volk rangschikte alle psalmen, van welke aard en oorsprong ook, onder deze ene noemer: het zijn lofzangen*.

Elke psalm en elk gebed is in de grond een lofzang, een erkenning van Gods grootheid en van Gods onmetelijke gaven. Of het nu gaat over gebeden van dankzegging of om bevrijding, om gebeden van een zieke of van een zojuist

* Wanneer wij ons ochtendgebed Laudens noemen, doen wij iets soortgelijks. Wij noemen dit officie naar de laatste drie psalmen van dit officie, die elke dag hetzelfde zijn: drie lofpsalmen waarin de oproep *Loof de Heer* centraal staat.

gekroonde koning: elke bidder, in vreugde en in verdriet, richt zich tot God vanuit de diepe overtuiging en belijdenis dat God Zijn Schepper, Redder en Verlosser is, dat God de oorsprong is van alle goede gaven. Jezus' eigen gebed begint dan ook met de woorden: *Ik prijs U Vader, Heer van hemel en aarde*. Of ook: *Ik dank U Vader dat U Mij verhoort*. De laatste daad van Zijn leven noemt Hij zelfs *Eucharistie*, dankzegging. Aan ieder gebed ligt de overtuiging ten grondslag dat je als biddende mens je ogen opslaat naar je Heer en Schepper.

Wat is het eerste dat een pasgeboren kindje doet, wanneer het - na een aantal andere biologische levensfuncties - zijn oogjes open doet en zijn mama ziet? Het baby'tje lacht naar zijn mama, het is de eerste antwoordje dat het kindje geeft aan zijn moeder die het het leven schonk. Met die uitwisseling van een lachje, vol dankbaarheid en verwondering, begint het levensgesprek tussen moeder en kind. En zo begint ook het levensgesprek tussen de mens en zijn God. En zo blijft het. Die allereerste blik van verstandhouding, zodra een mens zich bewust wordt te ontwaken voor God, Zijn Schepper, is een blik van lofprijzing, dankbaarheid, verwondering, liefde. Bidden is een antwoord van liefde. Bidden is leven vanuit en in die fundamentele uitwisseling, bemind worden en beminnen, op weg naar het moment dat die ontmoeting bij ons heengaan uit deze wereld – God geve het – vereeuwigd zal worden.