

Contemplatief gebed volgens de nieuwe Rooms-katholieke Catechismus

Uit de Rooms-katholieke Catechismus, de Engelse én Nederlandse versie. M.V. 23-7-2024

1. Engelse versie

Part Four: Christian Prayer → **Section One:** Prayer in the Christian Life → **Chapter Three:** The Life of Prayer → **Article One:** Expressions of Prayer → **III.** Contemplative Prayer [NL-versie: “Het inwendig gebed”]. <https://www.catholicdoors.com/catechis/index.htm>

III. CONTEMPLATIVE PRAYER

2709 What is contemplative prayer? St. Teresa answers: “Contemplative prayer [*oracion mental*] in my opinion is nothing else than a close sharing between friends; it means taking time frequently to be alone with him who we know loves us”. [*St. Teresa of Jesus, The Book of Her Life, 8, 5 in The Collected Works of St. Teresa of Avila, tr. K. Kavanaugh, OCD, and O. Rodriguez, OCD (Washington DC: Institute of Carmelite Studies, 1976), I, 67.*] [2562-2564]

Contemplative prayer seeks him “whom my soul loves”. [*Song 1:7; cf. 3:14*] It is Jesus, and in him, the Father. We seek him, because to desire him is always the beginning of love, and we seek him in that pure faith which causes us to be born of him and to live in him. In this inner prayer we can still meditate, but our attention is fixed on the Lord himself.

2710 The choice of the *time and duration of the prayer* arises from a determined will, revealing the secrets of the heart. One does not undertake contemplative prayer only when one has the time: one makes time for the Lord, with the firm determination not to give up, no matter what trials and dryness one may encounter. One cannot always meditate, but one can always enter into inner prayer, independently of the conditions of health, work, or emotional state. The heart is the place of this quest and encounter, in poverty and in faith. [2726]

2711 *Entering into contemplative prayer* is like entering into the Eucharistic liturgy: we “gather up:” the heart, recollect our whole being under the prompting of the Holy Spirit, abide in the dwelling place of the Lord which we are, awaken our faith in order to enter into the presence of him who awaits us. We let our masks fall and turn our hearts back to the Lord who loves us, so as to hand ourselves over to him as an offering to be purified and transformed. [1348, 2100]

2712 Contemplative prayer is the prayer of the child of God, of the forgiven sinner who agrees to welcome the love by which he is loved and who wants to respond to it by loving even more. [*Cf. Lk 7:36-50; 19:1-10*] But he knows that the love he is returning is poured out by the Spirit in his heart, for everything is grace from God. Contemplative prayer is the poor and humble surrender to the loving will of the Father in ever deeper union with his beloved Son. [2822]

2713 Contemplative prayer is the simplest expression of the mystery of prayer. It is a *gift*, a grace; it can be accepted only in humility and poverty. Contemplative prayer is a *covenant* relationship established by God within our hearts. [*Cf. Jer 31:33*] Contemplative prayer is a *communion* in which the Holy Trinity conforms man, the image of God, “to his likeness”. [2559]

2714 Contemplative prayer is also the pre-eminently *intense time* of prayer. In it the Father strengthens our inner being with power through his Spirit “that Christ may dwell in [our] hearts through faith” and we may be “grounded in love”. [*Eph 3:16-17*]

2715 Contemplation is a *gaze* of faith, fixed on Jesus. “I look at him and he looks at me”: This is what a certain peasant of Ars in the time of his holy curé used to say while praying before the tabernacle. This focus on Jesus is a renunciation of self. His gaze purifies our heart; the light of the countenance of Jesus illumines the eyes of our heart and teaches us to see everything in the light of his truth and his compassion for all men. Contemplation also turns its gaze on the mysteries of the life

of Christ. Thus it learns the “interior knowledge of our Lord,” the more to love him and follow him. [Cf. *St. Ignatius of Loyola, Spiritual Exercises, 104*] [521]

2716 Contemplative prayer is *hearing* the Word of God. Far from being passive, such attentiveness is the obedience of faith, the unconditional acceptance of a servant, and the loving commitment of a child. It participates in the “Yes” of the Son become servant and the Fiat of God’s lowly handmaid. [494]

2717 Contemplative prayer is *silence*, the “symbol of the world to come” [Cf. *St. Isaac of Nineveh, Tract. myst. 66*] or “silent love”. [St. *John of the Cross, Maxims and Counsels, 53 in The Collected Works of St. John of the Cross, tr. K. Kavanaugh, OCD, and O. Rodriguez, OCD (Washington DC: Institute of Carmelite Studies, 1979), 678.*] Words in this kind of prayer are not speeches; they are like kindling that feeds the fire of love. In this silence, unbearable to the “outer” man, the Father speaks to us his incarnate Word, who suffered, died, and rose; in this silence the Spirit of adoption enables us to share in the prayer of Jesus. [533, 498]

2718 Contemplative prayer is a union with the prayer of Christ insofar as it makes us participate in his mystery. The mystery of Christ is celebrated by the Church in the Eucharist, and the Holy Spirit makes it come alive in contemplative prayer so that our charity will manifest it in our acts.

2719 Contemplative prayer is a communion of love bearing Life for the multitude, to the extent that it consents to abide in the night of faith. The Paschal night of the Resurrection passes through the night of the agony and the tomb - the three intense moments of the Hour of Jesus which his Spirit (and not “the flesh [which] is weak”) brings to life in prayer. We must be willing to “keep watch with [him] one hour”. [Cf. *Mt 26:40*] [165, 2730]

IN BRIEF

2720 The Church invites the faithful to regular prayer: daily prayers, the Liturgy of the Hours, Sunday Eucharist, the feasts of the liturgical year.

2721 The Christian tradition comprises three major expressions of the life of prayer: vocal prayer, meditation, and contemplative prayer. They have in common the recollection of the heart.

2722 Vocal prayer, founded on the union of body and soul in human nature, associates the body with the interior prayer of the heart, following Christ’s example of praying to his Father and teaching the Our Father to his disciples.

2723 Meditation is a prayerful quest engaging thought, imagination, emotion, and desire. Its goal is to make our own in faith the subject considered, by confronting it with the reality of our own life.

2724 Contemplative prayer is the simple expression of the mystery of prayer. It is a gaze of faith fixed on Jesus, an attentiveness to the Word of God, a silent love. It achieves real union with the prayer of Christ to the extent that it makes us share in his mystery.

2. Nederlandse versie

Deel 4: Hrt christelijk gebed → **Eerste sectie:** Het gebed in het christelijke leven -Wat is het gebed? → **Derde hoofdstuk:** Het gebedsleven → **Artikel 1:** De gebedsvormen → **III.** Het inwendig gebed. <https://openbijbelblog.wordpress.com/wp-content/uploads/2017/04/catechismus-van-de-rooms-katholieke-kerk.pdf>

III. HET INWENDIG GEBED

2709

2562

2563

2564

Wat is het innerlijk gebed? De heilige Teresia antwoordt: “Het innerlijk gebed is, naar mijn mening, alleen maar een vertrouwelijke omgang in vriendschap, waarin men zich vaak onder vier ogen onderhoudt met die God door wie men zich bemind weet”.^{cit.} Het inwendig gebed is op zoek naar

“mijn zielsbeminde” (Hoogl. 1,7). ^{cit.} En dat is Jezus en in Hem de Vader. Hij wordt gezocht, omdat het verlangen naar Hem steeds het begin van de liefde is; Hij wordt gezocht in het zuivere geloof, dat ons geboren doet worden uit Hem en doet leven in Hem. Men kan ook mediteren tijdens het inwendige gebed, de blik wordt evenwel op de Heer gewicht

2710

2726

De keuze van het tijdstip en van de tijdsduur van het inwendig gebed hangt af van een vastbesloten wil, die de geheimen van het hart blootlegt. Men doet niet slechts aan inwendig gebed, wanneer men daarvoor de tijd heeft: men neemt de tijd om er te zijn voor de Heer, vastbesloten om Hem de tijd onderweg niet weer af te nemen, welke ook de beproevingen en de dorheid mogen zijn die men tijdens de ontmoeting ervaart. Men kan niet altijd mediteren, men kan altijd tot inwendig gebed komen, onafhankelijk van de gezondheid, de werksituatie en de gevoelstoestand. Het hart is de plaats waar de zoektocht en de ontmoeting zich afspelen, in de geest van armoede en in het geloof.

2711

1348

2100

Het begin van een inwendig gebed is vergelijkbaar met het begin van de eucharistieviering: de aandacht van het hart concentreren, heel ons wezen verzamelen onder invloed van de heilige Geest, de verblijfplaats van de Heer bewonen die wij zelf zijn, het geloof opwekken om binnen te gaan in de aanwezigheid van Hem die op ons wacht, onze maskers laten vallen en ons hart opnieuw naar de Heer keren die ons bemint, om ons aan Hem over te geven als een offergave die gezuiverd en omgevormd moet worden.

2712

2822

Het inwendig gebed is het gebed van het kind van God, van de zondaar die vergiffenis gekregen heeft en met instemming de liefde ontvangt, waarmee hij bemind wordt en daarop wil antwoorden door nog meer lief te hebben. ^{cit.} Maar hij weet dat zijn antwoord de liefde is die de Geest uitstort in zijn hart, want alles is genade van God. Het inwendig gebed is de overgave in nederigheid en armoede aan de liefhebbende wil van de Vader in een steeds diepere vereniging met zijn welbeminde Zoon.

2713

2559

Zo is het inwendig gebed de meest eenvoudige uitdrukking van het geheim van het gebed. Het inwendig gebed is een gave, een genade; het kan alleen ontvangen worden in de nederigheid en de armoede. Het inwendig gebed is een *verbondsrelatie* die door God tot stand gebracht is in het diepst van ons wezen. ^{cit.} Het inwendig gebed is *gemeenschap*: de heilige Drieëenheid bevestigt er de mens, als beeld van God, gemaakt “naar zijn gelijkenis”.

2714

Het inwendig gebed is ook bij uitstek *de sterke tijd* voor het gebed. In het inwendig gebed “geeft” de Vader ons “dat ons diepste wezen machtig door zijn Geest wordt gesterkt, dat Christus door het geloof woont in ons hart en dat wij in de liefde geworteld en gegrondvest blijven” (Ef. 3,16-17).

2715

1380

521

De beschouwing (“contemplatie”) is een op Jezus *gerichte blik* vol geloof. “Ik kijk Hem aan en Hij kijkt mij aan”, zei een boer uit Ars, toen hij voor het tabernakel in gebed was, ten tijde van de heilige pastoor. Deze aandacht voor Hem betekent verloochening van het “ik”. Zijn blik zuivert het hart. Het licht van de blik van Jezus verlicht de ogen van ons hart; het leert ons om alles te zien in het licht van zijn waarheid en van zijn medelijden voor alle mensen. De beschouwing laat ook haar blik

gaan over de geheimen van het leven van Christus. Zo leert de beschouwing ons “de Heer van binnen kennen” om Hem lief te hebben en Hem meer te volgen. ^{cit.}

2716

494

Het inwendig gebed is *luisteren* naar het woord van God. Dit luisteren is verre van passief, het is de gehoorzaamheid van het geloof, een onvoorwaardelijke aanvaarding door de dienstknecht en liefdevolle instemming van het kind. Het luisteren neemt deel aan het “ja” van de Zoon die dienstknecht geworden is, en aan het “*fiat*” van zijn nederige dienstmaagd.

2717

533

498

Het inwendig gebed is *stilte*, dat “symbool van de wereld die komen zal”^{cit.} of “zwijgende liefde”.^{cit.} De woorden in het innerlijk gebed zijn geen uitgebreide redevoeringen maar kleine takjes die het vuur van de liefde voeden. In deze *stilte*, die voor een “uiterlijk” mens niet te verdragen is, *vertrouwt de Vader ons zijn Woord toe*, het Woord dat mensgeworden is, geleden heeft, gestorven en verrezen is; en in deze *stilte* laat de Geest van kindschap ons delen in het gebed van Jezus.

2718

Het inwendig gebed is vereniging met het gebed van Christus in de mate waarin het ons laat deelnemen aan zijn mysterie. Het mysterie van Christus wordt door de kerk gevierd in de eucharistie en de heilige Geest brengt het tot leven in het inwendig gebed, opdat het door daadwerkelijke naastenliefde zichtbaar wordt.

2719

165

2730

Het inwendig gebed is een gemeenschap van liefde die drager van leven is voor velen, in de mate waarin men bereid is in de nacht van het geloof te verblijven. De paasnacht van de verrijzenis loopt via de nacht van de doodstrijd en de nacht van het graf. Dat zijn drie sterke tijden van het uur van Jezus die we onder leiding van zijn Geest (en niet het “vlees, dat zwak is”) beleven in het inwendig gebed. Men moet ermee instemmen om “een uur met Hem te waken”. ^{cit.}

IN HET KORT

2720

De kerk nodigt de gelovigen uit tot een regelmatig gebed:,dagelijks terugkerende gebeden, getijdengebed, eucharistieviering op zondag en feesten van het liturgische jaar.

2721

De christelijke traditie omvat drie hoofdvormen van gebedsleven: het mondgebed, de meditatie en het inwendig gebed. Als gemeenschappelijk punt hebben zij de inkeer van het hart.

2722

Het mondgebed berust op de eenheid van het lichaam en de geest in de menselijke natuur. In dit gebed wordt het lichaam ingeschakeld bij het inwendige gebed van het hart, naar het voorbeeld van Christus die bidt tot zijn Vader en het Onze Vader leert aan zijn leerlingen.

2723

De meditatie is een biddend zoeken, waarbij het denken, de verbeelding, het gevoel en het verlangen actief betrokken zijn. Het doel ervan is dat men het beschouwende onderwerp confronteert met de werkelijkheid van ons leven en het zich vervolgens in geloof eigen maakt.

2724

Het inwendig gebed is de meest eenvoudige uitdrukking van het mysterie van het gebed. Het is een op Jezus gerichte blik vol geloof, een luisteren naar het woord van God, een zwijgende liefde. Het brengt de vereniging met het gebed van Christus tot stand in de mate waarin het ons laat delen in zijn mysterie.

Contemplatief gebed volgens de RK-Catechismus

Contemplatief gebed is 1. **Stilte** en 2. **Luisteren** naar het woord van God

2717 Contemplative prayer is *silence*, ... In this *silence*, unbearable to the “outer” man, the Father speaks to us his incarnate Word, who suffered, died, and rose; in this *silence* the Spirit of adoption enables us to share in the prayer of Jesus.

2724 Contemplative prayer is the simple expression of the mystery of prayer. It is a gaze of faith fixed on Jesus, an attentiveness to the Word of God, ... (RKC 1994, Engels).

2717 Het inwendig gebed is *stilte*, ... In deze *stilte*, die voor een “uiterlijk” mens niet te verdragen is, vertrouwt de Vader ons zijn Woord toe, het Woord dat mensgeworden is, geleden heeft, gestorven en verrezen is; en in deze *stilte* laat de Geest van kindschap ons delen in het gebed van Jezus.

2724 Het inwendig gebed is de meest eenvoudige uitdrukking van het mysterie van het gebed. Het is een op Jezus gerichte blik vol geloof, een luisteren naar het woord van God, ... (RKC 1995, Nederlands).

Catechismus v.d. Katholieke Kerk 1995

Deel 1; Sec. 2; Hsk. 2; Art. 3; Par. 1; I:460

Het Woord is vlees geworden om ons “deel te laten krijgen aan Gods eigen wezen” (2 Petr. 1, 4). “Het Woord van God is mens geworden en Hij die Gods Zoon is, werd de Mensenzoon, opdat de mens zoon van God wordt door het Woord in zich te dragen en het kindschap te ontvangen”. “Want Gods Zoon is mens geworden om ons tot God te maken”. “De eniggeboren Zoon van God nam, omdat Hij ons in zijn goddelijkheid wilde laten delen, onze natuur aan, opdat Hij, mens geworden, de mensen tot goden zou maken”. Zie verder: <http://www.verhoevenmarc.be/PDF/RKK-mensIsGod.pdf>

Catechismus v.d. Katholieke Kerk 1995

Deel 1; Sec. 2; Hsk. 32; Art. 93; Par. 2; II:795

Christus en de kerk, dat is dus “de gehele Christus” (*Christus totus*). De kerk is één met Christus. De heiligen zijn zich van deze eenheid zeer wel bewust. Laten wij ons derhalve gelukkig prijzen en laten wij dank brengen dat wij niet alleen christen, maar ook Christus zelf geworden zijn. Begrijpt gij, broeders en zusters, de genade die God ons geschonken heeft door ons Christus tot hoofd te geven? Verwondert u dan en verheugt u, wij zijn Christus geworden. Zie verder: <http://www.verhoevenmarc.be/PDF/RKK-mensIsGod.pdf>

Lees ook:

- o De nieuwe Katholieke Catechismus (Download):
<https://openbijbelblog.wordpress.com/wp-content/uploads/2017/04/catechismus-van-de-rooms-katholieke-kerk.pdf>
- o De nieuwe Katholieke Catechismus (Commentaar):
<http://www.verhoevenmarc.be/PDF/rkk-catechismus.pdf>

verhoevenmarc@skynet.be - www.verhoevenmarc.be - www.verhoevenmarc.be/NieuwsteArtikelen.htm

Rubriek “Rooms-katholieke kerk”: <http://www.verhoevenmarc.be/rkk.htm>