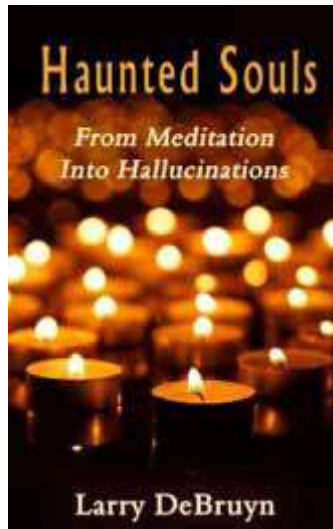


Rondwarende zielen - Van meditatie naar hallucinaties

Door Larry DeBruyn¹, LHT 21-1-2025

<https://www.lighthousestrailsresearch.com/blog/new-booklet-haunted-souls-from-meditation-into-hallucinations/>

Alle Schriftaanhalingen komen uit de Statenvertaling (HSV)
Vertaling en voetnoten door M.V.



“Wees nuchter, wees waakzaam; want uw tegenstander, de duivel, gaat rond als een brullende leeuw, op zoek naar wie hij zou kunnen verslinden” (1 Petrus 5:8).

Zoals ontleend aan de oosterse mystieke religies, is meditatieve of contemplatieve spiritualiteit - de operatie die inhoudt dat je je terugtrekt in eenzaamheid (alleen zijn met God) en stilte (stil blijven voor God) en je bezighoudt met ascetische praktijken - onder evangelische christenen naar voren gekomen als een populaire manier om Gods liefde te ervaren en openbaringen van Hem te ontvangen.[1] Interessant is dat deze ontdekking onder evangelicals over hoe je “spiritualiteit” kunt vinden nu parallel loopt met de “mindfulness”²-revolutie die plaatsvindt in de seculiere samenleving.

Door hun altijd aanwezige mobiele telefoons, roddelbladen, iPods en andere afleidingen af te schudden, proberen steeds meer mensen uit alle lagen van de bevolking - atleten, opvoeders, bedrijfsleiders en arbeiders, politici, overheidsmedewerkers en leden van het leger - hun leven te “ontstressen” door “mindfulness”-retraites bij te wonen waar ze onder leiding van spirituele leraren leren mediteren in de hoop dat ze “een nieuw bewustzijn” zullen ontdekken om hen te helpen met het leven om te gaan.[2] Om “mindful” werken, spelen, ouderschap, het afleggen van toetsen en zelfs oorlog voeren te promoten, is de beoefening van meditatie in Amerika aanzienlijk toegenomen. Op basis van een rapport van de Centers for Disease Control and Prevention hebben meer dan 35 miljoen Amerikaanse volwassenen meditatie beoefend.[3]

Maar te midden van de stijgende populariteit van deze mindfulness-revolutie ligt er een duister geheim op de loer. Een voorstander van “christelijke” contemplatie, de Quaker **Richard Foster**,

¹ **Biografie van de auteur:** Larry DeBruyn (1944-2017) studeerde af aan de Taylor University (B.S., 1968) en het Dallas Theological Seminary (Th.M., 1974), waar hij de Charles A. Nash Award in Church History ontving. Hij bracht enige tijd door als leraar op een openbare school voordat hij een pastor werd. In de loop van drieënveertig jaar diende hij drie kerken in Michigan, Missouri en Indiana. Hij doceerde ook aan de adjunct-faculteiten van Taylor University, Upland, Indiana (1979); Crossroads Bible College, Indianapolis, Indiana (1990-1999); en Word of Life Bible Institute, Tóalmás, Hongarije (2006). Zijn website is <https://www.guardinghisflock.org>.

² Zie <http://www.verhoevenmarc.be/PDF/mindfulness-LHT.pdf> en <http://www.verhoevenmarc.be/contemplatief.htm#mindfulness>

beveelt meditatie aan als een middel om een *diepere* spiritualiteit te ontwikkelen. Maar wat de praktijk ervan betreft, geeft hij ook een disclaimer uit:

Ik wil ook een woord van waarschuwing geven. In de stille contemplatie van God komen we diep het geestelijke rijk binnen, en er bestaat zoiets als bovennatuurlijke leiding die geen goddelijke leiding is ... er bestaan verschillende orden van geestelijke wezens, en sommigen van hen werken beslist niet samen met God en zijn weg![4]

Hoewel een aanzienlijke meerderheid van de niet-christelijke mediteerders de voordelen van de activiteit meldt, geven sommigen aan dat de oefening niet altijd een psychologisch welzijn bevordert.[5]

Het zou dus goed zijn voor alle potentiële mediteerders, christenen of anderen, om na te denken over wat er met hun geest zou kunnen gebeuren als ze zich met de oefening bezighouden. Mediteerders kunnen gek worden. Voorbeelden van waar dit is gebeurd, zowel moderne als oude, zijn bekend. We beginnen met verslagen van een revalidatiecentrum dat zich richt op het helpen van mensen om de gezondheid van geest te herstellen die ze bezaten voordat ze begonnen te mediteren.

“De donkere ridder” van de ziel

Een artikel in de *The Atlantic* berichtte over een ruim 19e-eeuws huis dat eigendom was van een universiteitsprofessor/onderzoeker. Gelegen in een gevestigde buurt in Providence, Rhode Island, is de sfeer van het huis uitnodigend. Alle vier de verdiepingen stralen een heiligdomachtige sfeer uit van welkom, rust en stilte. Biologisch voedsel vult de kasten. Een grote eetkamer en tafel bieden plaats aan een tiental gasten. Door het hele huis staan sierplanten. Privé-woonruimten in de kelder herbergen vaak “een roterende cast van yogi’s en meditatieleraren”. [6] Uit de beschrijving van *The Atlantic* zou men de indruk kunnen krijgen dat de residentie, genaamd Cheetah House, de ideale omgeving biedt voor zoekende zielen om samen te komen en de kunst van het mediteren te beoefenen. Maar verrassend genoeg, merkt verslaggever Tomas Rocha op, zijn de bezoekende gasten “er niet zijn om zichzelf te herstellen met meditatie - ze herstellen ervan”. [7] Beschouw de volgende twee getuigenissen uit het artikel van *The Atlantic*:

Getuigenis 1

Een beleefde en welbespraakte gast, David, 27 jaar oud, aangetrokken tot meditatie door het bijwonen van een retraite, vertelt dat hoewel hij aanvankelijk stressverlichting vond door te mediteren, zijn leven ten kwade veranderde. “Alles wat [David] voor de retraite plezierig had gevonden”, zegt Rocha, “veranderde in vuil”. [8] Het prachtige en verrukkelijke bord met geestelijk voedsel dat zijn ziel aanvankelijk diende, om zijn woorden te herhalen, “veranderde in vuil”.

Hij “begon gedachten te krijgen als: ‘Laat me je overnemen’, gecombineerd met verwarring en tonnen terreur”. [9] David vertelt dat hij “een visioen van de dood had met een zeis en een kap. De gedachte ‘Dood jezelf’ [ging] keer op keer [door zijn hoofd]”. [10] David beschreef de paranormale wereld die hij ervoer als “Psychologische hel”. Hij vertelt de verslaggever dat deze veranderde bewustzijnstoestanden “in golven zouden komen en gaan. ‘Ik zou midden in de praktijk zitten ... en wat in me opkwam was alles waar ik niet aan wilde denken, elk gevoel dat ik niet wilde voelen’”. [11] Davids ervaring bezat ook een fysieke gewaarwording. Spasmen ter grootte van een kiezelsteen zouden voortkomen uit een “dichte knoop” in zijn buik. Andere fantasieën zouden zijn geest boeien en obsederen. [12] Dus in 2013 arriveerde hij bij het huis voor een behandeling.

Getuigenis 2

Een andere gast, Michael, 25 jaar, was een gediplomeerd yogaleraar. Michael legt aan de verslaggever van *The Atlantic* uit dat fysiek “tijdens zijn meditatiebeoefening ‘zijn lichaam stopte met het verteren van voedsel. Ik had geen idee wat er gebeurde’”, vertelt hij. Drie jaar lang dacht Michael dat “hij ‘permanent geruïneerd’ was door meditatie”. [13] *The Atlantic* merkt op dat beschrijvingen als “herstel” en “permanent geruïneerd” “geen woorden zijn die je doorgaans tegenkomt bij het bespreken van een contemplatieve praktijk”. [14] Desalniettemin is dit de “vuile was” - zoals sommigen het noemen - die het gevolg kan zijn van meditatie.

Het derde getuigenis is van mijn persoonlijke ontmoeting met een ex-mediteerder:

Getuigenis 3

Gedurende een tijd in zijn leven getuigde Bill Smith (niet zijn echte naam) bij wie ik verbleef tijdens mijn bediening in Sydney (Australië), dat zijn toewijding aan oosterse meditatieve praktijken in hem een psychische stoornis veroorzaakte, waardoor hij in een inrichting moest worden opgenomen. In combinatie met het beoefenen van andere New Age spirituele praktijken, vertelde Bill dat meditatie hem tijdelijk gek maakte. Maar door op het Evangelie te vertrouwen, verloor de Heer Bill; en nu is hij, bij zijn volle verstand, en onderhoudt hij een stabiel christelijk getuigenis terwijl hij een gemeente leidt die regelmatig bij hem thuis bijeenkomt.

Hoewel toegegeven anekdotisch, vertoont de bekentenis van Smith gelijkenis met de eerder geciteerde getuigenissen van het herstelcentrum voor voormalige mediteerders dat wordt gerund door neurowetenschapper en onderzoeker Dr. Willoughby Britton van de Brown University.[15]

De dokter en “het donker”

Dr. Britton's “inspanning om verslagen van de nadelige effecten van contemplatieve praktijken te documenteren, analyseren en publiceren (wat elders “rockier parts of the mindfulness path” worden genoemd),[16] staat bekend als “The Dark Knight Project”.[17] Vanwege wat ze zag in herstellende mediteerders die haar onderzoeks- en revalidatiecentrum bezochten, besloot dr. Britton (zelf een getrainde en ervaren mediteerder) dat ze, net als haar patiënten, een retraite moest bijwonen om uit de eerste hand te ervaren waaraan ze waren blootgesteld. En ervaren heeft ze! Ze beschreef hoe zij, net als degenen die een behandeling ondergingen in haar revalidatiecentrum, ook na het mediteren in “een extreme en verontrustende mentale toestand” terecht kwam.[18] Ze getuigt:

Ik dacht dat ik gek was geworden. Ik dacht dat ik een zenuwzinking had ... Alsof terreur een groot symptoom van mij was.[19]

Deze getuigenissen komen overeen met de verslagen van andere personen die het eenzame leven opzochten of gedwongen werden te ervaren. Hoewel ze misschien niet normaal zijn – wat normaal ook is in een paranormale wereld – geven deze getuigenissen het effect aan dat afzondering en meditatie kunnen hebben op de geestelijke gezondheid van een ziel. Beschouw bijvoorbeeld eens het effect dat eenzame opsluiting, die door veel strafsystemen wordt gebruikt om onverbeterlijke gevangenen te behandelen, kan hebben op een menselijke ziel.

Eenzame opsluiting

Binnen het strafstelsel van Pennsylvania in de Eastern State Prison rond de tijd van de burgeroorlog (circa 1860), ontstond eenzame opsluiting als een manier, zo werd gehoopt, om gevangenen te rehabiliteren. Geïnspireerd door de Quakers, luidt de theorie dat het alleen zetten van criminelen hen zou helpen “dichter bij God” te komen.[20] Interessant is dat “eenzaamheid” lijkt te zijn gebruikt als een methode om gevangenen te rehabiliteren in plaats van, zoals tegenwoordig het geval is, om hen te straffen. Men hoopte dat het feit dat ze in afzondering werden geplaatst, hen zou helpen na te denken over hun misdaden en hun “relatie met God” te herstellen.[21]

Opgemerkt moet worden dat, in de ontkenning van de bijbelse leer van de scheiding van de menselijke ziel van God vanwege de zonde (Psalm 51:5; Romeinen 5:12), het Quakerisme ervan uitging dat “ware religie bestond in ‘het goddelijke licht van Christus’ in ieder mens”.[22] Het is dus duidelijk hoe, gezien de invloed van het quakerisme op deze theorie van criminele rehabilitatie, men hoopte dat “eenzame opsluiting” het bewustzijn van een gevangene van “het goddelijke licht van Christus binnenin” zou kunnen aanwakkeren en, op een rehabiliterende manier, ermee zou kunnen communiceren. De methode van eenzame opsluiting werd populair en stak de Atlantische Oceaan over, waar Europese gevangensystemen het begonnen toe te passen. Maar het nieuws dreef terug naar Amerika ... dat de methode niet werkte.

“Klinische medici in Duitsland, die meerdere gevangenen bouwden naar het voorbeeld van de Oostelijke Staat”, meldde *Rolling Stone*, “schreven honderden gevallen van psychose toe aan

eenzame opsluiting, en concludeerden dat het ‘elementaire hallucinaties’ en ‘suïcidale en maniakale’ uitbraken veroorzaakte”. [23] Deense psychiatrische studies onthulden hoe eenzame opsluiting hetzelfde effect had op de gevangenispopulatie van dat land. [24]

Het is vermeldenswaard dat de ervaringen van gevangenen in eenzame opsluiting lijken op die van vroegchristelijke monniken die, om dichterbij God te komen en hun hart van afgoderij te genezen, zich terugtrokken in de woestijn om te ontsnappen aan de wereldse invloed van de samenleving. [25] Ook zij ervoeren, net als de herstellende mediteerders van vandaag, veranderde bewustzijnstoestanden als gevolg van het beoefenen van ascetische praktijken en de discipline van meditatie. In feite is dit hoe het christelijke kloosterleven de kerk binnenkwam.

Woestijnen, demonen en misleidingen

In de vroege christelijke geschiedenis deden vrome mannen afstand van de wereld en vluchtten naar de woestijn om hun aandacht op God te richten en in contact te komen met het bovennatuurlijke rijk, met krachten die engelen en demonen omvatten. Volgens Rowan Williams, een liberale anglicaanse bisschop uit Wales en de voormalige aartsbisschop van Canterbury,

De woestijn werd gezien als een plaats waar het wemelde van vijandige geesten, en een groot deel van de roeping van de monnik was de herhaalde confrontatie met de vernietigende en bedrieglijke kracht van demonen. Soms betekende dit dat men tijd doorbracht in de ruïnes van een heidens heiligdom en zich blootstelde aan de listen van de boze geesten die daar hadden gediend. Vaker was het echter een kwestie van leren onderscheid te maken tussen authentieke en niet-authentieke “religieuze ervaringen” – het verwerven van een zekere mate van achterdocht ten aanzien van levendige of troostende visioenen en openbaringen, gemakkelijk te vervaardigen in de extreme omstandigheden van honger en isolement, leren trouw te volharden, in verveling, depressie, frustratie, zonder toevlucht te nemen tot de duivelse verleiding van oogverblindende spirituele drama’s (engelenstemmen en bezoeken, enz.). [26]

De heilige Antonius van Egypte

De heilige Antonius (ca. 251-356) werd geboren in een rijke en gerespecteerde Koptisch-christelijke familie. Vanaf zijn jeugd en omdat hij analfabeet was, had Antonius “weinig belangstelling voor zaken van wereldse geleerdheid”, maar was hij bezeten van “diepe religieuze gevoelens en een verlangen naar de intuïtie van goddelijke dingen”. [27] Toen hij op een dag naar de kerk ging, hoorde hij een preek over “De rijke jongeling” (Lukas 18:18-27). Jezus’ woorden overtuigden zijn ziel, en hij ging ertoe over zijn geërfde rijkdom te liquideren, het geld aan de armen te geven en naar de woestijn te verhuizen om zijn toewijding en liefde voor God te ontwikkelen. Hoewel hij de monastieke beweging niet stichtte (de separatistische en isolationistische geest ervan werd in het christendom geïmporteerd door de animisten, oosterse religies en Egyptische Therapeutae, d.w.z. Joodse heilige mannen die zich afzonderden van de samenleving om “de contemplatieve weg” te volgen), werd Sint-Antonius (zoals hij ook wel wordt genoemd) bekend als de vader van het kloosterleven binnen de christelijke traditie.

Door zich af te zonderen in de woestijn en zich bezig te houden met ascetische en meditatieve disciplines, probeerde Antonius zijn hart te zuiveren van wereldse afleidingen om zich te koesteren in Gods liefde. Als leraar instrueerde Anthonius monniken om dagboeken bij te houden van hun geheime gedachten (d.w.z. “journaling”) omdat zelfverbetering de prijs was van het eeuwige leven. [28] Hij leerde ook dat extase het volmaakte gebed kenmerkt.

Het afschuwelijke (niet ontzagwekkende) ascetisme

Hij, net als anderen die hem volgden, trok zich terug in de woestijn om het bovennatuurlijke te ervaren, en dat deden ze. Het verslag van Anthonius’ leven bevat “vreemde verhalen over zijn visioenen, waarin hij zichzelf beschrijft als voortdurend verwickeld in dodelijke conflicten met boze geesten, die zich niet zelden manifesteren in vormen die meer belachelijk dan vreselijk zijn”. [29] De Duitse theoloog en kerkhistoricus Augustus Neander (1789-1850) zegt op een keer, nadat hij zich in een grot buiten het dorp had afgezonderd om God te zoeken:

Hier, zoals waarschijnlijk is, bracht hij zichzelf door overmatig vasten en door uitputting van zijn innerlijke conflicten in de onnatuurlijke woonplaats, in een toestand van een overdreven opgewonden verbeelding en nerveuze ontregeling, waarin hij zich verbeeldde dat hij lichamelijk letsel had opgelopen door de geesten van de duisternis. Hij viel ten slotte in bezwijming en werd in een staat van bewusteloosheid naar het dorp teruggebracht.[30]

Net als andere moderne voorbeelden van op hol geslagen meditatie oordeelde Neander dat “de buitensporigheden van ascese ... [gaf] leven aan vele wilde uitpattingen van de fanatieke geest, en vele geestesstoornissen”. [31] Dit stond in contrast met die ene vrucht van ware spiritualiteit – “matigheid” (d.w.z. zelfbeheersing) (Galaten 5:23), precies het tegenovergestelde van woestijnspiritualiteit waar het vaak voorkomt dat mensen “out-of-control” lopen!

Deze vele voorbeelden, zowel moderne als oude, zetten vraagtekens bij het optimisme dat “meditatie niets dan goeds veroorzaakt voor degenen die ze beoefenen. Het is een van de gezondste dingen die een mens kan doen voor lichaam en geest”. [32]

Donkere nacht van de ziel

Interessant is dat de contemplator van het zien van visioenen, het horen van stemmen of het hebben van bezoeken, een punt bereikt waarop de ervaring zichzelf uitput. [33] Er komt een dag dat de muzikant sterft. Als zodanig voelt de contemplator zich verlaten en alleen, en “Wat de mysticus ook doet - bidden, overpeinzen, mediteren - het gevoel van Gods aanwezigheid kan niet worden herwonnen”. [34] Een “donkere nacht” of een “wolk van onwetendheid” overspoelt hun psyche. Boeddhisten noemen dit “in de put van de leegte vallen”. [35]

Om de betekenis van duisternis in de meditatieve ervaring te begrijpen, moet men de context van “de mystieke weg” begrijpen; dat zijn de stadia van “weten” die mediteerders doormaken om de aanwezigheid van God te ervaren met als doel vereniging met Hem te realiseren (d.w.z. *unio mystica* of *theosis*). Sommigen beschouwen de fasen als wel zeven, terwijl anderen slechts drie beschouwen (de drie zijn *contemplatie* van het bovennatuurlijke, *verlichting* door het bovennatuurlijke en persoonlijke *eenwording* met het bovennatuurlijke).

Het optreden van paranormale verschijnselen (d.w.z. veranderde bewustzijnstoestanden) gebeurt meestal tijdens de verlichtingsfase. [36] Bij het betreden van deze zone hoort de mediteerder stemmen, ziet hij visioenen en ervaart hij bezoeken. Deze fase anticipeert op extases, verrukkingen en donkere nachten. Vanuit meditatief perspectief zouden deze paranormale ervaringen *normaal abnormaal* kunnen worden genoemd. Nathan Fisher, manager van Dr. Britton's “Dark Knight Project” begrijpt dit wanneer hij, in lijn met andere geleerden en studenten van de mystieke weg, uitlegt dat negatieve ervaringen van meditatie om twee redenen kunnen worden verklaard. Ten eerste kunnen de instructies van de regisseur over hoe te mediteren misleidend zijn geweest. Of ten tweede, de mediteerder kan de discipline verkeerd hebben gevolgd. Maar wat de verklaring ook is, intimiderende psychologische/spirituele ervaringen worden beschouwd als “noodzakelijke en verwachte stadia” van meditatie en als zodanig als “nuttige tekenen van vooruitgang in contemplatieve ontwikkeling”. [37] Negatieve ervaringen zijn een verwacht onderdeel van de mystieke weg.

Het licht dat niet donker is

Maar geven beschrijvingen van het ervaren van duisternis door mediteerders aan dat ze dichter bij of verder weg zijn gegaan van het hart van God? De Schrift vertelt ons “dat God licht is en dat in Hem in het geheel geen duisternis is” (1 Johannes 1:5); dat God “als enige onsterfelijkheid bezit en een ontoegankelijk licht bewoont” (1 Timotheüs 6:16); dat God “de Vader der lichten” is (Jakobus 1:17); en dat de Heer “aan [Mozes] verscheen in een vuurvlam” (Exodus 3:2). Christelijke gelovigen worden uitgeroepen tot “kinderen van het licht en kinderen van de dag” (1 Thessalonicenzen 5:5). En bovendien “transfigureerde” Jezus Zichzelf ten overstaan van drie discipelen – “Zijn gezicht straalde als de zon en Zijn kleren werden wit als het licht” (Mattheüs 17:2). De ervaring van geestelijke duisternis behoort toe aan degenen die weglopen van Jezus, het Licht (Johannes 3:19-21). Ook staan Satan en zijn handlangers in de huidige realiteit bekend als “de wereldbeheersers van de duisternis” (Efeziërs 6:12). De Schrift beschrijft ook met betrekking tot redding hoe Hij “ons

heeft getrokken uit de macht van de duisternis” (Kolossenzen 1:13). Dus tegen de achtergrond van de Schrift wordt het verdragen van de duisternis door de ziel moeilijk te begrijpen. Wat als in werkelijkheid de uitdrukkingen “Dark night of the soul”³ of “Cloud of unknowing”⁴ beschrijvingen zijn van een toestand die door mediteerders wordt ervaren, en die aangeven, dat ze zich hebben verwijderd van, en niet dichter bij, het hart van God?

De belofte van de aanwezigheid van de Geest

Jesus beloofde dat Hij Zijn discipelen niet in de steek zou laten, maar “een andere” Trooster (d.w.z. de Heilige Geest) zou sturen om bij hen te zijn (Johannes 14:16-18). Dus al deze gevoelens van verlaten zijn door God moeten troost vinden in de goddelijke belofte waar de Heer heeft gezegd: “Ik zal u beslist niet loslaten en Ik zal u beslist niet verlaten” (Hebreeën 13:5). Te midden van al deze Schrift wordt het moeilijk te begrijpen hoe de metaforen van de “dark night” of “cloud” troost kunnen bieden aan mensen die op hun mystieke reizen een doodlopende weg van duisternis of een deprimerende wolk van onwetendheid tegenkomen. De Bijbel beschrijft de christelijke reis als die van het binnenwandelen en dichter bij het Licht komen! Ervaringen van verlatenheid komen niet van de Trooster. Sterker nog, als Jezus’ beloften al iets betekenen, dan zijn zulke ervaringen precies het tegenovergestelde. (“Ik ben met u al de dagen, tot de voleinding van de wereld”, Mattheüs 28:20).

Enkele honderden jaren na de woestijnmonniken bleek het contemplatieve leven een voedingsbodem te zijn voor de religie van de Islam. Interessant is dat het verhaal van Mohammed gelijkenis vertoont met dat van de ‘heilige’ Antonius (d.w.z. hun jeugdige neiging tot het contemplatieve leven, hun relatieve analfabetisme, hun streven naar het geïsoleerde leven om God te ervaren, en respectievelijk hun zien, horen en ervaren van bovennatuurlijke visioenen, stemmen en bezoeken).

Mohammed de Profeet

De historicus Robert Payne (1911-1983) merkte op dat op achtjarige leeftijd Mohammeds levenspatroon “werd bepaald - lange dagen van contemplatie, snelle reizen, het gevoel verlaten te zijn, bezoek van geesten en altijd de droom van het paradijs”. [38]

Toen hij ongeveer 25 jaar oud was, trok Mohammed de aandacht van een rijke en mooie vrouw die tweemaal weduwe was geworden en vijftien jaar ouder was dan hij. Ze trouwden en samen kregen Mohammed en Khadija zes kinderen. Door Khadija’s rijkdom was het leven van Mohammed tien jaar lang veilig en comfortabel. Gedurende deze tijd leefde hij in contact met en wisselde hij religieuze ideeën uit met andere spirituele mannen, of het nu animisten, joden of christenen waren. Een van die mannen was de neef van zijn vrouw, een man genaamd Waraqa, met wie Mohammed diepe spirituele verwantschap ervoer. Maar Waraqa was een geestelijk rusteloze man die, hoewel hij zowel het Oude als het Nieuwe Testament in het Arabisch vertaalde, later in zijn leven terugkeerde naar het primitieve geloof dat hij in eerdere jaren had. Ondanks zijn analfabetisme herinnerde Mohammed zich alles wat anderen hem leerden, en misschien vanwege Waraqa’s raad, verfijnde hij ook de beoefening van meditatie, de neiging die hij al sinds zijn jonge jeugd had. Maar zoals Payne opmerkt, waren de eerste jaren van zijn comfortabele leven met Khadija en zijn vier dochters (hun twee zonen stierven voortijdig) “de stilte voor de storm”. Laat de historicus beschrijven wat Mohammed meemaakte:

De storm kwam plotseling op een nacht, in de heetste tijd van het jaar, na een lange periode van alleen mediteren in een grot buiten Mekka. Niemand weet wat hem naar de grot heeft gebracht. Het kan de herinnering zijn geweest aan ascetische monniken in de Syrische woestijn die ook hun God aanbaden in grotten, alleen met de Alleenstaande. Of misschien werd hij beïnvloed

³ **Dark Night of the Soul (Donkere nacht van de ziel):** Term bedacht door Johannes van het Kruis, dat een tijd van intense innerlijke crisis beschrijft waarin de zoekende zich ver van God voelt. Het is heel typerend voor contemplatieven om dit idee van spirituele droogte of leegte te gebruiken om volgelingen te overtuigen dat ze iets meer nodig hebben in hun relatie met God. Contemplatieven staan erop dat de “oude paden” niet meer werken.
<http://www.verhoevenmarc.be/PDF/taal-vh-nieuwe-christendom.pdf>

⁴ **Cloud of Unknowing (De wolk van het niet weten):** Een antieke inleiding op contemplatief gebed geschreven door een anonieme monnik. Er staat: “Neem maar een klein woord, van één lettergreep in plaats van twee ... Met dit woord moet je elke soort van gedachte neerhalen onder de wolk van vergeten [cloud of forgetting]”.
<http://www.verhoevenmarc.be/PDF/taal-vh-nieuwe-christendom.pdf>

door de rondtrekkende kluizenaars die Hanifs werden genoemd, wat “zij die zich van de afgodenaanbidding hebben afgekeerd” betekent, die tevoorschijn kwamen ... om de deugden van eenzaamheid en de aanbidding van de Ene God te verkondigen. Het kan het zaad van rusteloosheid zijn geweest dat hem werd meegedeeld door de visionair Waraqa, die hem de woestijn in stuurde om wekenlang in stille contemplatie te leven. Wat zeker is, is dat de storm boven zijn hoofd losbarstte en dat de wereld nooit meer hetzelfde zou zijn.[39]

Gewikkeld in zijn jas, alleen liggend in een grot in het donker, of hij sliep of in trance is, is niet bekend, zo hoorde de ongeletterde profeet een stem die hem opdroeg de eerste grote visionaire openbaring te schrijven van wat een deel van de *Koran* zou worden. Het punt is: Communicaties kunnen worden ontvangen, in feite moeten worden geanticipeerd, bij het beoefenen van meditatie. Stemmen zullen spreken. Er zullen visitaties plaatsvinden. Visioenen zullen worden gezien.

De geest (mind) bezeten

Zoals we kunnen zien in dit korte overzicht van de afgelopen 2000 jaar, kan het zich terugtrekken in eenzaamheid en stilte om te mediteren een broedplaats worden voor het ervaren van psychologische ontregeling en/of veranderde bewustzijnstoestanden, die mediteerders interpreteren als ontmoetingen met God of andere goddelijke wezens, misschien engelen of erger nog, demonen. De vraag is dus: welke relatie heeft de contemplatieve spiritualiteit tot het christelijk leven? Is het een voordeel of een nadeel? Kan het contemplatieve leven een gevaarlijke bezigheid worden die de weg vrijmaakt voor het ontmoeten van onvriendelijke machten of entiteiten? Om deze vragen te beantwoorden, moet de Schrift geraadpleegd worden.

De Bijbel en meditatie

Geholpen door hun winstbejag publicisten en uitgevers, pleiten christelijke beroemdheden-goeroes (d.w.z. Richard Foster⁵, Beth Moore⁶, Sarah Young⁷, et. al.) voor meditatie als een “spirituele discipline” om “tot God te naderen”, “Zijn aanwezigheid te ervaren” en “Hem te horen spreken”, omdat intimiteit openbaring voortbrengt.[40] Ze doen dit op basis van hun interpretatieve misbruik van Psalm 46:11 (het “poster-vers” voor het bepleiten van contemplatief gebed, “Be still, and know that I am God”⁸, evenals andere Schriftgedeelten waarin ze tasten om bijbelse precedentes en ondersteuning te vinden voor het aanbevelen van mystieke meditatie (Psalm 46:11; 1 Koningen 19:12; Habakuk 2:20; Psalmen 62:2)[41]. Maar zoals we hebben gezien, is meditatie in afzondering niet altijd gunstig voor de menselijke ziel.

De gladde helling van eenzaamheid

Gadara

Krankzinnigheid is wat de man uit Gadara kenmerkte, bezeten door demonen genaamd “Legioen”. Hij leefde geïsoleerd van de samenleving op de kliffen en in grotten met uitzicht op het Meer van Galilea aan de oostelijke oever van het meer (Markus 5:1-20). De conclusie van het voorbeeld van de man is niet dat demonen hem bezetten omdat hij een ascet en een bemiddelaar was, een Therapeutae – dat had hij kunnen zijn – maar dat hij in een soort “eenzame opsluiting” leefde als een kluizenaar-monnik, en dat Legioen hem in zijn isolement aanviel, kwelde en bezet had. Hoewel zijn ervaring in vergelijking veel extremer lijkt te zijn geweest, duidt zijn opgetekende gedrag (“En hij was altijd, nacht en dag, op de bergen en in de grafspelonken en hij schreeuwde en sloeg zichzelf met stenen”, Markus 5:5) op ernstige psychologische stoornissen, niet wezenlijk anders dan wat sommige van de herstellende mediteerders van vandaag zeggen dat ze hebben doorgemaakt.

Maar Jezus genas de man van de aanwezigheid van demonen die zijn ziel en lichaam hadden bezet, gekweld en geterroriseerd. Zijn burens kenden hem alleen als “een krankzinnige holbewoner” en

⁵ http://www.verhoevenmarc.be/valse_leraars.htm#foster1

⁶ http://www.verhoevenmarc.be/valse_leraars.htm#bethmoore

⁷ http://www.verhoevenmarc.be/valse_leraars.htm#sarahyoung

⁸ Psalm 46:10 KJV; = Psalm 46:11 HSV: “Geef het op en weet dat Ik God ben”.

waren verbaasd dat, nadat Jezus hem genezen had, ze hem “zittend en gekleed en bij zijn volle verstand” zagen (Markus 5:15).[42] Deze man vertegenwoordigt het geestelijke gevaar van wat er met de menselijke ziel zou kunnen gebeuren wanneer een persoon zich terugtrekt in eenzaamheid. In zo’n toestand valt hij/zij ten prooi aan de invloed van, of zelfs bezetenheid door, kwade entiteiten.

Gezonde geesten (minds) en nuchtere zielen

Het is zeer waarschijnlijk dat zowel de apostel Petrus als de apostel Paulus op de hoogte waren van het contemplatieve leven (d.w.z. *De vita contemplativa* beoefend door Joodse mystici die Therapeutae werden genoemd in de hellenistische wereld van de verstrooiing. In hun brieven adviseerden de twee apostelen gelovigen over hoe ze voor hun geest moesten zorgen; en hun aanbevelingen omvatten niet het vragen om eenzaamheid en stilte om te mediteren. In plaats daarvan zei Petrus tegen gelovigen dat zij, omdat “het einde van alle dingen nabij is ... bezonnen en nuchter in de gebeden” moeten zijn (1 Petrus 4:7) en “Omgord daarom de lendenen van uw verstand, wees nuchter” (1 Petrus 1:13). Petrus roept gelovigen op om nuchter te zijn, niet te zwijgen! Ook Paulus leerde christenen na te denken over alles wat waar is, al wat eerbaar is, al wat rechtvaardig is, al wat rein is, al wat lieflijk is, al wat welluidend is” (Filippenzen 4:8). Op deze basis is meditatie, die de mogelijkheid heeft om krankzinnigheid op te wekken, in strijd met de raad van de apostelen en een vrucht die de Geest werkt, namelijk zelfbeheersing! (Galaten 5:23).

Weersta de duivel

Bovendien raadt Jakobus gelovigen aan: “Weersta de duivel en hij zal van u wegvlugten” (Jakobus 4:7). Paulus zegt tegen de Efeziërs: “Geef de duivel geen plaats” (Efeziërs 4:27). Blijkbaar is Richard Foster zich bewust van het gevaar van meditatie, want hij waarschuwt ervoor in zijn boek *Prayer: Finding the Heart's True Home*, waar hij zegt:

In de stille contemplatie van God betreden we diep het geestelijke rijk, en er bestaat zoiets als bovennatuurlijke leiding die geen goddelijke leiding is ... er zijn verschillende orden van geestelijke wezens, en sommigen van hen werken absoluut niet samen met God en zijn weg! ... Beoefen gebeden van bescherming.[43]

We moeten ons afvragen welke geesten betrokken zijn bij Foster's “allesomvattende stilte”, en waar in de Schrift wordt ons verteld om “gebeden van bescherming” te bidden voordat we onze hemelse Vader met gebed benaderen.[44] Aan de hand van de voorbeelden van oosterse goeroes, de woestijnvaders en kloostermoenniken is Foster zich bewust van het trauma en de desoriëntatie, zelfs waanzin, die ontbering en meditatie kunnen teweegbrengen in de zielen en geesten van contemplators. Hij weet dat de beoefening kan leiden tot ontmoetingen met niet-zo-welwillende-spirituele wezens die “een persoon willen overnemen”. [45] Incidenten van dergelijke “overnames” bezaaien de geschiedenis van contemplatieve spiritualiteit.

Maar ondanks het aanbieden van een ironische waarschuwing ertegen, beveelt Foster, misschien onoprecht, de praktijk toch aan! Dat is als een staatspolitieagent die langs een snelweg geparkeerd staat, met zwaailichten en gierende sirene, die bestuurders waarschuwt voor een obstakel op de weg, maar hen vertelt om toch op volle snelheid vooruit te blijven rijden. In het licht van de aansporing van de Schrift om “de duivel te weerstaan” en zich aan God te “onderwerpen” (Jakobus 4:7), moet dus worden gevraagd waarom christenen zouden moeten flirten met elke spirituele praktijk die hen zou kunnen blootstellen aan het zien, horen of ervaren van een kwaadaardige entiteit [46] of om de onderdanige stem van Satan of een demon tot hen te horen spreken?

Misleiding onderscheiden

Vanwege de negatieve gevolgen die mogelijk kunnen optreden wanneer iemand meditatie nastreeft, is er in de christelijke dvd *Be Still* een segment dat terecht “Angst voor stilte” wordt genoemd, omdat, zoals in de presentatie wordt gesteld, “intimiteit automatisch openbaring voortbrengt”. [47] Dus wie zou de openbaring kunnen geven? Wat zou de oorsprong kunnen zijn van de sprekende stem, het verschijnen van een visioen of het materialiserende visitatie? Richard Foster geeft advies over hoe je kunt onderscheiden wie in de stilte zou kunnen communiceren. Hij verklaart:

De stem van God leren onderscheiden ... van alleen maar menselijke stemmen in ons ... komt op vrijwel dezelfde manier binnen als we elke andere stem leren. Satan duwt en veroordeelt. God trekt en bemoedigt. En wij kunnen het verschil weten.[48]

Hoewel er anderen zouden kunnen zijn, geeft Richard Foster toe dat er een kakofonie is van stemmen die zouden kunnen spreken: ten eerste, menselijke stemmen van binnen en van buiten (dat zou inhouden dat je naar jezelf of anderen zou moeten luisteren); ten tweede, de stem van Satan of een demon; of ten derde, Gods stem. Wat als de verleider – gezien zijn sluwe natuur (“de verleidingen van de duivel”, Efeziërs 6:11) – tegen Eva zegt: “U zult zeker niet sterven” (Genesis 3:4) en tegen Jezus zegt: “Dit alles zal ik U geven” (Mattheüs 4:9) – “trekt en bemoedigt”? Foster’s categorieën voor het onderscheiden van Satans stem in tegenstelling tot Gods stem passen niet altijd bij de waarheid van de Bijbel: Soms kan de boze heel positief zijn!

Leringen van demonen

De apostel Paulus waarschuwde voor de misleidingen van de duivel. Hij schreef: “Maar de Geest zegt uitdrukkelijk dat in latere tijden sommigen afvallig zullen worden van het geloof en zich zullen wenden tot misleidende geesten en leringen van demonen” (1 Timotheüs 4:1). De apostel Johannes waarschuwde: “Geliefden, geloof niet elke geest, maar beproef de geesten of zij uit God zijn” (1 Johannes 4:1).

Het licht dat donker is

De bijbel beschrijft de menselijke werkelijkheid als een werkelijkheid die oorlogvoering inhoudt tegen onzichtbare “machten, ... de wereldbeheersers van de duisternis van dit tijdperk, ... de geestelijke machten van het kwaad in de hemelse gewesten” (Efeziërs 6:12). Herstellende mediteerders en degenen die, prijzenswaardig, proberen hen te helpen, kunnen het idee verwerpen dat psychologische waanzin het resultaat is (gedeeltelijk of het geheel, wie weet?) van de voortdurende oorlog van de ziel met onzichtbare krachten, omdat dit een te *onwereldse* verklaring zou zijn; in plaats daarvan kiezen ze ervoor om de gestoorde aandoening toe te schrijven aan een meer werelds “wetenschappelijk”, “researched” en “gediagnosticeerd” complex, dat fysieke ontbering, ziekte, seksueel, alcohol- of drugsmisbruik en meer met zich meebrengt, die allemaal van invloed zijn op het welzijn van de menselijke ziel. Maar wat niet kan worden ontkend, is de gelijkenis tussen de symptomen van het werk van de duivel die in de Heilige Schrift zijn opgetekend en de stoornissen van de ziel die worden gemeld door herstellende mediteerders.

Een woord van waarschuwing: ik ben niet van de overtuiging (zoals veel tv-evangelisten, exorcistische priesters of toverdokters): “Als je twijfelt, gooi het dan weg!” Maar ik ben ervan overtuigd dat Satan echt is en dat zijn realiteit erkend moet worden. Wat er aan het werk kan zijn in de zielen van herstellende mediteerders is een complex van verschillende factoren, maar om tot de kern van de zaak te komen, moeten we ook de realiteit van Satan en demonische legers erkennen, omdat de Schrift ons dat vertelt.

Vanuit het perspectief van de Schrift: wat als datgene waarvan herstellende mediteerders herstellen, psychologische ontregeling inhoudt die wordt veroorzaakt, en op de ziel wordt beïnvloed, door een demon of de duivel? In Zijn strijd met de Joden verklaarde Jezus dat Satan niet alleen een vernietiger is, maar dat hij ook een meester-bedrieger is. Jezus zei: “die was een mensenmoordenaar van het begin af, en staat niet in de waarheid, want er is in hem geen waarheid”. Hij is niet alleen een moordenaar (een vernietiger van het lichaam), maar ook een manipulator (een vernietiger van de waarheid). Jezus vervolgde: “Wanneer hij de leugen spreekt, spreekt hij vanuit wat van hemzelf is, want hij is een leugenaar en de vader van de leugen” (Johannes 8:44). Zeker, voor de meeste mensen lijkt meditatie psychologisch welzijn in hun geest/ziel te produceren. Dit is de reden waarom meditatie zo verkeerd kan zijn terwijl het zo goed voelt. Het is een licht dat eigenlijk donker is.

“Ziet er dan op toe dat het licht dat in u is, geen duisternis is” (Lukas 11:35)

Remedie

In de geestelijke realiteit van Zijn ziel tijdens Zijn eigen ervaring in de wildernis, zocht of ontving Jezus geen “persoonlijke” of “interne” openbaringen van Zijn Vader. De stem die de Heer aanviel, was die van Satan! Om die stem, die visitatie en die visioenen te confronteren en tegen te gaan, citeerde Jezus de Wet die voor Hem “propositioneel” en “extern” was! (Zie Jezus die Deuteronomium 8:3 citeert in Mattheüs 4:4, Deuteronomium 6:16 citeert in Mattheüs 4:7 en Deuteronomium 6:13 in Mattheüs 4:10.) Hoewel Hij in de woestijn *in eenzaamheid was, beoefende Hij geen stilte*.

De Psalmist spreekt over de “welzaligheid” (het innerlijke gevoel van welzijn), die kan behoren tot de ziel van een persoon die niet in opstand tegen God leeft “maar die zijn vreugde vindt in de wet van de HEERE en Zijn wet dag en nacht overdenkt [= gezonde meditatie]” (Psalm 1:1-2). Zoals is besproken en aangetoond, kunnen psychologische onaangepastheid en kwelling het gevolg zijn van de donkere leegte die mediteerders kunnen verwachten te zullen ervaren op hun mystieke reis, en wanneer de donkere leegte wordt betreden, weet men nooit wat of wie er in de buurt is om het te vullen. In de duisternis van misleiding kan Satan veranderen in “een engel van het licht” (2 Korintiërs 11:14).

Gods Wet, net als voor Jezus, ontmaskert de frauduleuze stemmen, visioenen of visitaties die worden ervaren in de aanval op de ziel als wat ze werkelijk zijn: virale aanvallen van Satan; en als ons Voorbeeld geeft de Heer Jezus aan dat overdenking en recitatie van Gods Woord het enige tegengif is voor deze aanvallen. Alleen Gods Woord kan het welzijn in de menselijke ziel bevorderen.

“Welzalig de man die niet wandelt in de raad van de goddelozen, die niet staat op de weg van de zondaars, die niet zit op de zetel van de spotters, maar die zijn vreugde vindt in de wet van de HEERE en Zijn wet dag en nacht overdenkt” (Psalm 1:1-2)

Eindnoten:

1. Larry DeBruyn, “Be Still” (<https://guardinghisflock.org/be-still>).
2. Kate Pickert, “The Mindful Revolution: Finding Peace in a Stressed-out, Digitally Dependent Culture May Just Be a Matter of Thinking Differently” (*Time*, January 23, 2014; <http://time.com/1556/the-mindful-revolution>).
3. Karen Kaplan, “A Lot More Americans Are Meditating Now Than Just Five Years Ago” (*Los Angeles Times*, November 8, 2018, <https://www.latimes.com/science/sciencenow/la-sci-sn-americans-meditating-more-20181108-story.html>).
4. Richard J. Foster, *Prayer: Finding the Heart's True Home* (San Francisco, CA: Harper San Francisco, 1992), p. 157.
5. For example, it has been reported that Aaron Alexis, the middle-aged man accused of shooting-killing twelve people at the Washington Navy Yard regularly practiced meditation. See Maia Szalavitz, “Aaron Alexis and the Dark Side of Meditation” (*Time*, September 27, 2013, <http://healthland.time.com/2013/09/17/aaron-alexis-and-the-dark-side-of-meditation>). Reporter Maia Szalavitz, a health reporter, was roundly accused of journalistic malpractice for associating murder with meditation. By itself it should not be construed that Alexis’ meditation instigated the murders. He was an alcoholic and possessed of other mental problems. Yet from a biblical perspective, it should be asked, “Did his meditating put his mind in contact with “dark forces” that lowered any inhibitions he might have possessed against committing murder?” Jesus after all warned that “the devil . . . was a murderer from the beginning” (John 8:44). He also warned that the thought of murder begins in the emotions (Matthew 5:21-22). If there is a connection between meditation and violence, it is esoteric and, other than Scripture, lies beyond objective proof.
6. Tomas Rocha, “Dark Knight of the Soul” (*The Atlantic*, June 25, 2014, <https://www.theatlantic.com/health/archive/2014/06/the-dark-knight-of-the-souls/372766>).
7. Ibid.
8. Ibid. All the quotes in this section have been extracted from this article from *The Atlantic*.
9. Ibid. Of course, the question becomes, “Who or what wanted to take over David?” Was this a request for “possession” by an outside entity of some kind? I only pose the question about possession, but something transcendental is going on here.
10. Ibid.
11. Ibid.
12. Ibid.
13. Ibid.
14. Ibid.
15. Dr. Britton’s academic credentials can be found on the Internet at Researchers@Brown (<https://vivo.brown.edu/display/wbritton>). Interestingly, it is stated of Dr. Britton that, “She spent several years in Asia studying meditative techniques and received her mindfulness instructor certification training at the Center for Mindfulness at the UMASS Medical School”.
16. Maia Szalavitz, “Dark Side of Meditation,” op. cit. (see endnote #5).

17. Tomas Rocha, "Dark Knight," op. cit.
18. Maia Szalavitz, "Dark Side of Meditation," op. cit.
19. Ibid.
20. Jeff Tietz, "Slow-Motion Torture" (*Rolling Stone*, December 6, 2012: 63, <http://fight2forgive.files.wordpress.com/2013/04/slow-motion-torture-jeff-tietz.pdf>).
21. "Solitary Confinement" (Wikipedia; quoting the separate research of Bruce Arrigo and Jennifer Leslie Bullock then Stephanie Elizondo Griest, http://en.wikipedia.org/wiki/Solitary_confinement).
22. Eamon Duff, Gordon S. Wakefield, Editor, *The Westminster Dictionary of Christian Spirituality* (Philadelphia, PA: The Westminster Press, 1983), p. 327.
23. Ibid.
24. Ibid.
25. "There is a sutta," a canonical discourse attributed to the Buddha or one of his close disciples, "where monks go crazy and commit suicide after doing contemplation on death," says Chris Kaplan, a visiting scholar at the Mind & Life Institute who works with Britton on the Dark Night Project. See Tomas Rocha, "Dark Knight".
26. Gordon S. Wakefield, *The Westminster Dictionary of Christian Spirituality*, op. cit., p. 110, from the section titled "Desert, Desert Fathers" by Rowan Williams.
27. Augustus Neander, *General History of the Christian Religion and Church*, Volume II, Joseph Torrey, Translator (Boston, MA: Crocker & Brewster, 1849), pp. 229-230.
28. Isaac Gregory Smith, "ANTONIUS, St.," *A Dictionary of Christian Biography, Literature, Sects and Doctrine*, Volume I A-D, (Boston, MA: Little, Brown, and Company, 1877), p. 126.
29. Ibid.
30. Augustus Neander, *General History of the Christian Religion*, op. cit., pp. 231-232.
31. Ibid., p. 238. Milman also notes that, "The indolence and prostration of the body produce a kind of activity in the mind, if that may properly be called activity, which is merely giving loose to the imagination and the emotions, as they follow out a wild train of incoherent thought, or are agitated by impulses of spontaneous and ungoverned feeling.
32. A comment by Therapist60, September 21, 2013, in response to Szalavitz, "Dark Side of Meditation".
33. Saint John of the Cross, *Dark Night of the Soul and Other Great Works* (Orlando, FL: Bridge-Logos, 2007). Through meditation "the soul becomes detached . . . as the soul experiences the Crucifixion of Christ" (p. 24). During this spiritual journey "the soul leaves its bodily home in order to find union with God. This happens during the darkness of night, and the soul encounters numerous challenges, conflicts, hardships, and difficulties that must be faced and overcome in order to become detached from the world and gain union with God" (p. 21).
34. Leonard George, Ph. D., *Alternative Realities: The Paranormal, the Mystic and the Transcendent in Human Experience* (New York, NY: Facts On File, Inc., 1995), p. 63.
35. Tomas Rocha, "Dark Knight," op. cit.
36. Ray C. Petry, Editor, *Late Medieval Mysticism* (Louisville, KY: Westminster John Know Press, 1957), p. 21.
37. Tomas Rocha, "Dark Knight," op. cit.
38. Robert Payne, *The History of Islam* (New York, NY: Dorset Press, 1959), p. 11.
39. Ibid. p. 15.
40. Larry DeBruyn, "On Meditating: Adjusted Living in a Maladjusted World" (<https://guardinghisflock.org/on-meditating-adjusted-living-in-a-maladjusted-world>).
41. There are numerous articles at <https://guardinghisflock.org> discussing contemplative spirituality and such verses.
42. Right mind translates the singular Greek verb *sophrone* in its present active participle form (*sophronounta*). Though previously characterized by insanity, the man came to be of "sound mind". By Jesus' healing, he experienced psychological wellness. But meditation, as has been testified to by those rehabbing from it, can induce within seeking souls a "wrong mind" or "sick mind". As to the question of the relationship of demons to insanity, only God knows. I am not of the persuasion, "When in doubt, cast it out". However, the influence upon a person's consciousness on the part of malignant spirits cannot be summarily dismissed. The desert fathers believed in those spirits, even sought them out, and experienced warfare with them, even to the point of, if only a short time, going insane.
43. Richard Foster, *Prayer: Finding the Heart's True Home* (Harper: San Francisco, 1992, First Edition), p. 157.
44. Ibid. pp. 156-157.
45. (See footnote #9.)
46. Larry DeBruyn, "Who Goes There?—Encountering Voices in the Quiet of Contemplative Prayer" (<https://guardinghisflock.org/who-goes-there>).
47. Be Still (DVD © 2006 Twentieth Fox Home Entertainment LLC).
48. Ibid.