

Luigi Gioia

A photograph of a man in profile, facing right, with his eyes closed and hands clasped in a prayerful gesture. He is wearing a white t-shirt. The background is a plain, light gray.

**ZEG HET
TEGEN GOD**

EEN AANMOEDIGING OM
TE BIDDEN

Luigi Gioia

ZEG HET TEGEN GOD

EEN AANMOEDIGING OM
TE BIDDEN

Vastenboek 2018 van de
Aartsbisschop van Canterbury

UITGEVERIJ **KOK** UTRECHT

Inhoud

Voorwoord	9
Elke houtsnipper is goed	11
De zegen van crisis	17
Dichte deur	25
Wauw, een aanwezigheid!	31
Tijd sparen	39
Betekenisvolle woorden	47
Iets mysterieus	57
Onverwachte glimpen	61
Afstemming	66
Een constante stroom	72
De gastenkamer	79
De juiste geesteshouding	87
Laat je achterdocht los	95
Een breder perspectief	100
Pak je vrijheid terug	107
Een nieuwe dag	116
Een nieuw hart	122
Maar ik vertrouw op de HEER	128
Bergen die zich in zee storten	139
Uitstel	149
De vleugels van een duif	165
Een fluistering	175
Het fluitje van de herder	183
Angst voor teleurstelling	193
Woorden die onuitsprekelijk zijn	199
Zeg het tegen God	205
Nawoord	213

Voorwoord

‘Heer, leer ons bidden.’ Deze woorden van Jezus’ leerlingen klinken vandaag de dag nog steeds. Als we eerlijk zijn moeten we bijna allemaal toegeven dat bidden lang niet altijd leuk of makkelijk is. En het gaat bijna nooit vanzelf. We worstelen met afleiding, stressvolle gedachten en dingen die we moeten doen. Welkom bij de club! Bidden *is* moeilijk; daar gaat dit boek over. En de auteur probeert niet met makkelijke oplossingen te komen. In plaats daarvan neemt hij ons mee op een reis langs enkele grote gebeden uit de Bijbel. We komen bij de psalmen en de gebeden van de profeten in het Oude Testament. Maar we staan vooral stil bij de gebeden van Jezus. In de gebeden van Jezus ontdekken we onze identiteit als kinderen van God. We ontdekken dat bidden iets anders is dan verwoed op de deur kloppen van een God die te druk of te afwezig is om te luisteren. Bidden is reageren op een God die het gesprek met ons al begonnen is. We ontdekken een God die niets liever wil dan tijd met ons doorbrengen, die ons wil laten groeien en ons wil verrassen.

Verrassingen zijn niet altijd een feest. De God die we tijdens het bidden tegenkomen is niet altijd de sinterklaasgod die we ons wel eens wensen. Deze God rekt ons op, daagt ons uit en brengt ons naar onverwachte wendingen. Luigi Gioia moedigt ons aan om

te reageren op Gods lokstem, om onder ogen te zien wat ons tegenhoudt, en met het vertrouwen van een kind een nieuwe manier van samenzijn met God te verkennen: bidden in vertrouwen en vrijheid, net als Jezus en samen met Jezus. Daarom is dit boek een perfecte metgezel in de vastentijd. Het gidst ons in de meditatie van ons leven met al zijn prioriteiten en moedigt ons aan de God te horen die allang tot ons spreekt.

Het laatste hoofdstuk vat het boek prachtig samen: hou het kort, hou het simpel en wees echt. Als we naar God gaan zoals we zijn, met alles erop en eraan, beantwoordt Hij het gebed waar we zojuist mee begonnen: ‘Heer, leer ons bidden.’

++ *Justin Cantuar*
Lambeth Palace
Januari 2017

Elke houtsnipper is goed

Bidden, wat is dat precies? Ik heb het niet over gebeden, maar over bidden; niet over dingen tegen God zeggen, maar Hem ontmoeten, of beter gezegd: ontmoet worden door Hem. Hoe ziet een oprecht gebed eruit, een gebed waarin werkelijk wordt vertrouwd op de kracht van de opstanding?

We moeten op onze hoede zijn om niet te focussen op de beste plek, de ideale omstandigheden en de perfecte manier om te bidden. Want dan zouden we een principiële regel van het christelijk gebed kunnen vergeten: *het gebed is er al, het gaat al rond in je hart, waar je ook bent, wat je ook doet, hoe je je ook voelt*. Op het moment dat je dat beseft, ben je aan het bidden.

Grote heiligen hebben het gebed vaak aangeduid als ademen, of gezegd dat het daarop moet gaan lijken: iets wat zo natuurlijk is dat het altijd deel van je is.

Ik wil graag een persoonlijk verhaal met jullie delen:

Ik ben zeventien jaar en ik ben net tot levend geloof gekomen. Ik heb de psalmen ontdekt en ben er helemaal weg van. Ik heb ook een fantastisch boek over bidden gelezen. Daarom probeer ik er een gewoonte van te maken om dagelijks te bidden, of elke dag 'stille tijd' te houden, zoals sommige mensen dat zo mooi zeggen. En... het werkt! Ik had besloten per dag vijf minuten te gaan

bidden, maar dat bleek al heel gauw niet genoeg te zijn. Het werden vijftien, twintig, vijfentwintig minuten. Ik besteed er elke dag vijf minuten meer aan en het verveelt me geen seconde. Ik vind het fantastisch, het geeft me zo veel vrede, zo veel vreugde.

Ik weet niet meer hoe het kwam, maar die eerste gelukkige dagen had ik het huis helemaal voor mezelf, dus de stilte en vrede lagen onbeperkt voor het opscheppen. Maar die luxe was van korte duur... Er zijn nog drie kinderen in ons gezin, jonger dan ik, de jongste was toen twee of drie. Ik ben stapelgek op ze, echt waar, maar die schatjes kunnen zo irritant doen.

Probeer het volgende tafereeltje voor je te zien. Ik sluit me op in mijn kamer, ga op een stoel zitten, lees een psalm, lees hem nog een keer, een bepaalde zin raakt me, ik doe mijn ogen dicht en probeer hem met mijn hart te omarmen. De andere kinderen spelen verstoppertje, een van hen is het ergens niet mee eens, ze krijgen ruzie. De kleinste begint op mijn deur te bonzen... zo frustrerend! Ik probeer nog gefocust te blijven, maar ik word steeds bozer, steeds ongeduldiger, en op een gegeven moment schreeuw ik tegen hen dat ze hun kop moeten houden; niet één keer, maar verschillende keren, tot ik – ontmoedigd en schuldig omdat ik mijn geduld verloor – de handdoek in de ring gooi.

Deze gang van zaken herhaalt zich nog twee of

drie keer, en aan het eind van de week praat ik erover met een benedictijner monnik. In dat gesprek leer ik een onvergetelijke les over bidden. Als ik mijn frustratie vertel en vergeving vraag omdat ik boos ben geworden, vertelt hij het verhaal van een christen in Vietnam in een periode van vervolging. Hij was gearresteerd vanwege zijn geloof en zat verschillende jaren in een minuscule cel, die propvol zat met overvallers, moordenaars en andere criminelen.

Toen hij na tientallen jaren eindelijk werd vrijgelaten zei hij dat het diepe gebed vanuit zijn hart in de gevangenis altijd was doorgegaan. In plaats van afleiding waren het geluid, het ongemak, het geschreeuw en alle vormen van ellende die hij daar had meegemaakt, de brandstof voor zijn gebed geworden. In plaats van een obstakel was het een instrument geworden dat hem had leren bidden.

Bij het afscheid zei deze benedictijner monnik tegen me: 'De test of je gebed oprecht is, is leren hoe je *van alles een gebed maakt*.' Dit was mijn ultieme levensles over gebed.

We gaan ons hierin verdiepen door onze vastomlijnde ideeën over het gebed eens onder de loep te nemen. Hoe vaak komt het op bepaalde plekken en momenten zelfs niet eens bij je op om te gaan bidden omdat je denkt dat voor gebed de juiste gevoelens, de juiste stemming, de perfecte omstandigheden en veel vrije tijd nodig zijn? Komt de volgende litanie van hin-

dernissen om te bidden je bekend voor? Ik heb geen tijd; ik word constant omringd door drukte, geluid, mensen; ik ben gestrest en sta onder druk; ik voel me boos, geïrriteerd, gefrustreerd en ik ben down.

Stel dat we geluid niet zouden zien als een obstakel, maar als een stimulans om te bidden? Stel dat we boosheid, jaloezie, frustratie – emoties die ons allemaal verschillende keren per dag overvallen – niet langer zouden zien als een belemmering om te bidden, maar gingen gebruiken als de houtsnippers die het vuur van ons gebed brandend houden?

Probeer dit eens: Telkens als ik boos ben, uit ik mijn woede tegen God. Ik vertel Hem waarom ik boos ben en op wie. Is dat soms geen gebed? Telkens als ik gefrustreerd of moedeloos ben, vertel ik God hoe en wat. Is dat soms geen gebed? Telkens als ik me gekwetst voel of ergens mee zit, vertel ik het aan God. Ik zeg het gewoon, *tegen God*. En al het goede nieuws ook. Als iemand me blij heeft gemaakt, als iets me goed af is gegaan en ik er tevreden over ben, neem ik een paar seconden om God te danken. Is dat soms geen gebed? Begin hier eens mee. Misschien bid je straks wel honderd keer per dag en als je al die snippers bij elkaar optelt, ontdek je wellicht dat je veel langer hebt gebeden dan in je beste ‘stille tijden’ ooit.

Denk nooit dat je eerst je boosheid of je frustratie kwijt moet zijn voor je kunt bidden. Hoe moeilijk het misschien ook is om te geloven, God is oprecht, intens geïnteresseerd in al je gedachten, de mooie en

minder mooie; Hij is geïnteresseerd in al je gevoelens, de nobele en lompe. Allemaal!

De voor de hand liggende vraag is natuurlijk: hoe? Hoe transformeer je ze tot gebeden? Wanneer is woede alleen woede en wanneer wordt het een gebed? Wanneer is pijn alleen pijn? Wanneer is begeerte alleen begeerte (jazeker, ook begeerte kan een gebed worden!)? Wanneer is haat alleen haat, en wanneer wordt het een gebed?

Wacht eens even! Zei je *haat*? Haat die een gebed wordt? Gaat dat niet een beetje te ver? Luister maar: 'Ik haat hen, zo fel als ik haten kan, ze zijn mijn vijand geworden' (Psalm 139:2). Dit is niet Sauron van Mordon, dit is het boek der Psalmen, de verzameling gebeden die God zelf aan de Israëlieten leerde. Wat transformeert deze schrikwekkende zin tot een gebed?

Wel, één ding om precies te zijn, hetzelfde dat de schrilste pijnkreet die ooit op aarde geklonken heeft tot een gebed maakte: *Mijn God, mijn God, waarom hebt u mij verlaten?* (Psalm 22:2). Wat maakt dat deze uitroep niet alleen een pijnkreet of zelfs godslastering is, maar een gebed? Het antwoord luidt: *Mijn God, mijn God.*

Dit is de alchemistische steen der wijzen, het ultieme geheim van het gebed, dat iedere mogelijke emotie, goed of slecht, nobel of lomp, omsmelt tot het goud van gebed. Vergeet focus, vergeet perfecte

stilte, innerlijke rust of vrije tijd. Het ultieme geheim van het gebed ligt in dit *Mijn God, mijn God*. Ik zeg het tegen God, ik breng het bij Hem, ik ben altijd bij God en ik weet dat God altijd bij mij is.



Luigi Gioia is professor in de systematische theologie aan de Benedictijnse Universiteit Sant'Anselmo te Rome. Hij geeft wereldwijd spirituele retraites en is als gastdocent verbonden aan Divinity Faculty van Cambridge University.

Het gebed was voor Jezus het allerbelangrijkste in zijn leven. Het was dé manier om zijn bestemming te bereiken. Op verschillende momenten van de dag neemt Jezus de tijd om te bidden. In het gebed stemt hij voortdurend af op het plan dat God met zijn leven heeft. Biddend geeft hij vorm aan het vertrouwen dat God naar hem luistert en zijn leven leidt. In dit vertrouwen kun je ook de moeilijke weg gaan als dat nodig is.

In korte hoofdstukjes neemt Luigi Gioia je mee naar het hart van het gebed. Hij moedigt aan om zelf (weer) te gaan bidden zoals Jezus het zijn discipelen heeft geleerd: spreken tegen God die met alle aandacht naar je luistert. Vertrouw op Hem. Zeg het tegen God!

KOK



www.kok.nl