

## **C. van der Leest**

# **Verbonden met God. Over ons dagelijks gebed**

Uitgeverij De Vuurbaak, Barneveld 2009

Ter herinnering aan Sibrand Heijs, die ruim 15 jaar een goede vriend is geweest

De aangehaalde bijbelteksten in deze uitgave zijn ontleend aan  
'De Nieuwe Bijbelvertaling', © Nederlands Bijbelgenootschap 2004

<b>Inhoud</b>	<b>blz.</b>
1 Inleiding	
1.1 Het vanzelfsprekende van bidden	1
1.2 Het moeitevolle van bidden	2
1.3 De noodzaak van bezinning	2
2 Het adres van ons bidden	
2.1 Wijzelf of God?	2
2.2 Onze Vader	3
2.3 Onze Vader door Christus	3
2.4 Onze Vader in de hemel	4
2.5 Christus en de Heilige Geest	5
3 De reden van ons bidden	
3.1 God heeft ons bidden niet nodig	7
3.2 Wij hebben het nodig te bidden	7
3.3 We hebben de opdracht te bidden	9
4 Bidden als delen met God	
4.1 Onze vreugde delen	11
4.2 Ons verdriet delen	11
4.3 Betrekken bij beslissingen	11
4.4 Al biddend leven in verbondenheid met God	12
4.5 Woordloos bidden	12
5 De inhoud van ons bidden	
5.1 Vooraf	13
5.2 Loven en danken	13
5.3 Vergeving vragen	15
5.4 Moeiten voorleggen	16
5.5 Verzoeken doen	18
5.6 Voor anderen bidden	21
5.7 Beroep doen op Christus	22
6 Vragen over ons bidden	
6.1 Hoe bevorderen we afwisseling en concentratie?	23
6.2 Luistert God wel?	25
6.3 Heeft vragen wel zin?	26
6.4 Verhoort God wel?	27

## **1 Inleiding**

### **1.1 Het vanzelfsprekende van bidden**

In boeken over het gebed wordt bidden soms getypeerd als 'de adem van de ziel'. Daarmee wordt het vanzelfsprekende van bidden aangegeven. Zoals wij nagenoeg automatisch ademhalen om te kunnen voortbestaan, even spontaan spreken we tegen God om religieus in leven te blijven.

Voor deze benadering valt veel te zeggen: als je in verbondenheid met God leeft, hoort daar gewoon bij dat je je dagelijks geregeld tegenover God uitspreekt. Wie Christus centraal stelt in zijn leven, heeft er behoefte aan telkens te bidden.

Laat ik een beeld gebruiken dat ook in de Bijbel voorkomt om de band tussen God en zijn kinderen te verduidelijken: het huwelijk. In een goed huwelijk is het ondenkbaar dat man en vrouw constant zwijgend met elkaar leven. Wat hun bezighoudt willen ze juist zoveel mogelijk met elkaar delen. Communicatie is een voorwaarde voor en tegelijk een bewijs van een hechte relatie.

Zo ook hier: geloven in God gaat per definitie samen met bidden tot God. Als mensen erover klagen dat hun geloof hun weinig zegt, kun je er meestal zeker van zijn dat ze nalatig zijn in het bidden tot God. Nu kun je erover twisten wat hier als oorzaak en wat als gevolg gezien moet worden.

Het een wordt vast door het ander beïnvloed. Schraalheid in het geloof veroorzaakt schraalheid in het bidden, maar ook omgekeerd. Want zoveel is duidelijk: verbonden zijn met God en spreken tot God gaan altijd gelijk op. Wie de schraalheid van zijn geloof wil tegengaan, zal zich daarom altijd ook toeleggen op het gebed.

In dit boekje heb ik het over spreken tot God, of, minder formeel: praten tegen God. Ik heb het opzettelijk niet over 'spreken of praten *met* God', want dat veronderstelt dat we in bidden te doen hebben met een gesprek over en weer. Natuurlijk komt dat voor. Denk aan Mozes, met wie God persoonlijk sprak, 'zoals een mens met een ander mens spreekt' (Ex.33:11). Maar doorgaans spreekt God tegenover de biddende gelovige niet op dezelfde manier terug.

Dat betekent overigens niet dat bidden een eenzijdige actie van onze kant is. God reageert wel terdege op ons bidden, maar dat kan op allerlei andere manieren gebeuren dan door te spreken (zie ook § 6.2 en 6.4).

## 1.2 Het moeitevolle van bidden

Intussen is het een feit dat bidden nogal eens als moeitevol wordt ervaren. Dat gold al in de tijd van Christus, want in de Evangelieën wordt ons doorgegeven dat zijn leerlingen hem vroegen: 'Heer, leer ons bidden' (Luc.11:1). Wat precies hun moeiten waren, wordt niet verteld, maar het kan helder zijn: bidden tot God vonden ze geen makkelijke bezigheid.

Vele, zo niet de meeste gelovigen zullen dit beamen. De ene keer voel je je te moe omdat het nog zo vroeg is of al zo laat. Een andere keer weet je eigenlijk niet goed waar je het over zult hebben. Een derde maal voel je je te slecht of te somber om te bidden. En zo kunnen er nog vele andere redenen bestaan waarom je het gebed soms niet kunt of wilt opbrengen. Op bepaalde momenten kan spreken tot God spontaan gebeuren, door allerlei omstandigheden kan dit bidden verstommen.

Hebben we het over bidden, dan stuiten we dus telkens op onmacht en verlegenheid. We zijn misschien nog wel trouw in het bidden, maar toch weten we er vaak niet goed raad mee.

Velen berusten in deze onvrede en verbergen het soms voor zichzelf dat ze eigenlijk opzien tegen bidden. Anderen weigeren zich bij deze onbevredigende situatie neer te leggen. Ze vinden het eerlijker het bidden helemaal na te laten: 'Vooraf heb ik er weinig zin in en achteraf heeft het me weinig gezegd. Waarom zou ik me er dan nog mee bezig houden?'

## 1.3 De noodzaak van bezinning

Wat hierboven over het moeitevolle van bidden is opgemerkt, maakt duidelijk: bidden tot God vindt niet automatisch plaats. Het kan zomaar stagneren of zelfs stoppen. En toch is het een wezenlijke activiteit in ons leven met God. Zonder dat kan er geen sprake zijn van een hechte verbondenheid tussen hem en ons.

Om dit alles is het belangrijk bij de verschillende kanten van deze bezigheid stil te staan. Aan deze bezinning wil ik met dit boekje een bijdrage geven, in de hoop dat het helpt hindernissen bij het bidden te overwinnen.

# 2 Het adres van ons bidden

## 2.1 Wijzelf of God?

Het lijkt logisch dat God het adres is van ons bidden. Maar er zijn mensen die het bestaan van God niet erkennen. Volgens hen is God door mensen verzonnen. Dat heeft naar hun idee alles te maken met het feit dat we van doen hebben met een gebroken wereld. De mens kan er niet mee leven dat hij vaak machteloos staat tegenover alle onrecht en alle ellende. Uit onlust hierover is hij iemand gaan bedenken die in staat is om alles recht te zetten en een paradijs op aarde te stichten: God. In deze benadering is God een supermens in het kwadraat. Veel mensen hebben dit nog niet door, maar vroeg of laat zal dit inzicht zich onontkoombaar aan iedereen opdringen. Hoe meer macht en kennis de mens krijgt, des te kleiner zal de behoefte worden om vast te houden aan een verzonnen mens-in-het-groot, God.

Wie God zo 'verklaart' is feitelijk atheïst. Zo iemand kan bidden alleen zien als een monoloog, als een gesprek van iemand met zichzelf. Toch vinden God-lozen zo'n activiteit wel nuttig. Het is zinvol dat je voor jezelf uitspreekt wat jou bezighoudt, dit voor jezelf op een rijtje zet en daarover door-mijmert. Al biddend leer je jezelf beter kennen en help je jezelf om beter met alles om te gaan.

Het praten van iemand met zichzelf komen we ook in de Bijbel tegen: 'Wat ben je bedroefd, mijn ziel, en onrustig in mij. Vestig je hoop op God, eens zal ik hem weer loven, mijn God die mij ziet en redt' (Ps.42:6,12; 43:5). Bekend zijn ook zelfaansporingen zoals: 'Zoek rust, mijn ziel, bij God alleen, van hem blijf ik alles verwachten' (Ps.62:6), of: 'Prijs de HEER, mijn ziel; prijs, mijn hart, zijn heilige naam. Prijs de HEER, mijn ziel; vergeet niet één van zijn weldaden' (Ps.103:1-2).

Alleen, deze innerlijke monologen zijn duidelijk onderscheiden van gebeden in de zin van spreken tot God. Psychologisch gezien kun je bidden inderdaad als een gesprek met jezelf beschouwen, op één lijn met een echte innerlijke monoloog; ook kun je wijzen op het heilzame effect hiervan op het welbevinden van de bidder. Toch hebben we dan gemist wat de kern van bidden is. Want wat atheïsten ook mogen zeggen, voor christenen is en blijft bidden allereerst spreken tot God.

Met deze stelling zijn we niet klaar, want wat is God voor iemand? Een verborgen God, een bedreigende of juist een lieverige God, een veeleisende God? Allerlei aspecten van ons bidden worden beslissend bepaald door de manier waarop we tegen God aankijken. Om twee uitersten te noemen: je kunt God al te vertrouwelijk benaderen als was hij een zachtaardig vriendje van je, maar je kunt God ook slaafs benaderen als was hij een vreeswekkend iemand voor wie je moet uitkijken. Het is hier niet de plaats om uitvoerig onze kijk op God te bespreken. In dit verband beperk ik me tot deze typering: we bidden tot hem die door Christus onze Vader in de hemel is. Daarmee is alles gezegd wat voor ons bidden van belang is: we spreken tot God vanuit de positie van een kind dat zich geborgen weet bij zijn Vader en daarom vertrouwelijk met hem omgaat; maar door ons besef van eigen schuldigheid en kleinheid kennen we onze bescheiden plaats bij onze Vader en gaan we daarom tegelijk respectvol om met hem. Hieronder werk ik dit verder uit.

## 2.2 Onze Vader

Al biddend benaderen we God als 'onze Vader'. Dat we dit mogen doen, is een geweldig geschenk. Tegelijk realiseer ik me dat deze benaming van God moeite kan oproepen, want wie God als Vader aanduidt associeert haast onvermijdelijk met zijn/haar eigen vader. Dat kan een hele nare associatie zijn. Gewone vaders kunnen fundamenteel tekortschieten. Zo komt het voor dat vaders hun kinderen lichamelijk en/of geestelijk mishandelen of hen zelfs seksueel misbruiken. Of het gebeurt dat vaders nalaten hun kinderen te beschermen tegen het kwalijke dat de moeder met hen uithaalt. Het woord 'vader' kan hierdoor voor mensen gevuld zijn met allerlei destructieve gevoelens. Als ze dan God als Vader (horen) aanduiden, kan dat pijnlijke herinneringen bij hen activeren - met als gevolg dat hun zicht op God wordt vertroebeld, als zou God harteloos, onbetrouwbaar, manipulerend, grensoverschrijdend zijn.

Daarmee was Christus vast bekend. En toch heeft hij het ons geleerd 'onze Vader' tegen God te zeggen (Mat.6:9). God is namelijk geen wildvreemde voor ons maar een modelvader. Het beste dat je van een vader mag verwachten, is bij God aanwezig, en nog veel meer. Kort gezegd: hij heeft hart voor ons en zijn liefde gaat naar ons uit. Als je je daarop richt, is het prachtig God als Vader aan te spreken.

Wat betekent het nu in de praktijk van ons bidden dat God als 'onze Vader' het adres is? Dat we ons als zijn kind tegenover hem uitspreken. Zo werkt het ook bij een gewone vader. Stel, een kind is aan de wandel met zijn vader. Hoe loopt hij dan aan diens hand? Vast niet in zichzelf gekeerd, omdat hij zijn vader wil buitensluiten. Een kind met een goede vader zal zich open opstellen, want hij weet: 'Mijn vader houdt van mij en wil graag alles van me weten. Wat mij ook maar bezighoudt, alles kan ik bij hem kwijt.' En dus praat hij honderduit tegen zijn vader.

Dit is helemaal van toepassing voor onze opstelling tegenover God. In reactie op zijn gerichtheid op ons sluiten we ons niet voor hem af en houden we ons leven niet vóór ons. Integendeel, geraakt door zijn vaderliefde willen we juist vertrouwelijk met hem omgaan en dus zoveel mogelijk met hem delen. In de Bijbel wordt smekend bidden dan ook enkele keren omschreven als: 'zijn hart uitstorten bij God' (1 Sam.1:15; Ps.142:3; Klaagl.2:19; vgl. Ps.62:9). Daarmee wordt aangegeven: wie al biddend iets kwijt wil bij God houdt niks achter.

Uiteraard valt er meer te zeggen, bijvoorbeeld dat we schuldbesef en ontzag moeten hebben tegenover God (zie § 2.3 en 2.4). Maar dit kan er goed mee samengaan dat we ons al biddend met overgave toevertrouwen aan God en open zijn over wat er bij ons gaande is. Als we ons ervan bewust zijn dat we kind zijn van de hemelse Vader, moet dat wel te merken zijn in de manier waarop we met hem omgaan. Als zijn kind geven we hem toegang tot ons hart en leven; ook betrekken we hem bij onze omstandigheden en bezigheden.

## 2.3 Onze Vader door Christus

Dat wij God als onze Vader mogen benaderen, spreekt niet vanzelf. Toch wordt dat wel gedacht, soms met een beroep op de Bijbel. Daarin staat immers: 'Hebben wij niet allemaal dezelfde vader, heeft niet een en dezelfde God ons geschapen?' (Mal.2:10). Vergeten wordt dan dat dit door gelovigen wordt gezegd. Zolang we niet gelovig zijn moet van ons gezegd worden dat we het kind-zijn van God hebben verspeeld. Door onze ongehoorzaamheid aan God zijn we geen kinderen meer maar opstandelingen, mensen die een slechte aard hebben en zich schuldig maken aan allerlei kwaad. Hierdoor gaapt er een kloof tussen God en ons: terwijl wij besmeurd zijn met het kwaad, is hij een heilig God die compleet vrij is van welk kwaad dan ook en in wie geen spoor van duisternis is (vgl. Jes.5:16; Jak.1:13; 1 Joh.1:5). Het spreekt dus helemaal niet vanzelf dat we ons als kind tot God mogen en kunnen richten. Door onze slechte aard en ons foute gedrag hebben we de Heer feitelijk ontoegankelijk voor ons gemaakt. En zolang we op onszelf zijn aangewezen, blijft het voor ons onmogelijk ons tot God als onze Vader te richten.

En toch zeggen we: 'onze Vader'. Deze doorbraak hebben we te danken aan Gods vergevende gunst door Christus. Van onszelf hebben we geen enkel recht bij God. Integendeel, we staan met lege, zelfs met vuile handen voor God - net zoals de teruggekeerde zoon uit Christus' gelijkenis verloren voor zijn vader stond. Maar dank zij Christus ziet God ons toch staan, zelfs als zijn kinderen - net zoals de vader zijn teruggekeerde zoon zonder aarzeling en zonder terughoudendheid in de armen sloot (zie Luc.15:18-20). Dat kan doordat Christus plaatsvervangend geboet heeft voor ons falen, ook in ons bidden. Op grond daarvan kunnen we God als onze Vader benaderen. Door onze schulden af te betalen, heeft Christus voor ons de barricaden op de weg naar God geslecht.

Als we hem als onze redder erkennen, hebben we met ons gebed dan ook vrij toegang tot de Heer. Beeldend gezegd: door onze eenheid met Christus mogen we al biddend bij God binnenlopen, tot in het allerheiligste van zijn woning (zie Heb.10:19-20).

Een onbegrijpelijk geschenk: al gaan we elke keer in de fout, verbonden met Christus kunnen we zeker zijn van Gods vaderliefde voor ons. Geen wonder dat schuldbewuste mensen soms aarzelen om de heilige, hoogverheven God zo intiem aan te duiden als 'onze Vader'. We hebben het dan ook nodig, zoals Paulus zegt, dat Christus' Geest met behulp van Gods Woord 'onze geest verzekert dat wij Gods kinderen zijn'; hij brengt ons ertoe dat we God aanroepen als 'Abba, Vader' (Rom.8:15). Dat geeft ons de vrijmoedigheid om ons tijdens ons bidden tegenover God vertrouwelijk op te stellen.

## 2.4 Onze Vader in de hemel

Hoe vertrouwelijk we ook tegen onze goddelijke Vader mogen praten, er blijft altijd een zekere afstand bestaan tussen hem en ons. Daarvan moeten we ons goed bewust zijn.

### *Niveaoverschil*

Ter vergelijking kan ik weer wijzen op de verhouding van een kind tot zijn gewone vader. Zit het goed tussen hen, dan gaan ze ongedwongen met elkaar om. Vaak zal het lijken dat ze evenwaardige partners zijn, maar altijd blijft er een zeker onderscheid. Zo rolt een kind het ene moment al stoeiend met zijn vader over de grond. Het volgende moment merkt zo'n kind toch: 'Vader staat boven me', want dan krijgt hij te horen dat hij naar bed moet. Een goed kind zal dit verschil tussen hem en zijn vader eerbiedigen.

Daarvoor is nog meer reden in de verhouding van de gelovige tot God. Al zijn we door ons kind-zijn hecht met God verbonden en kunnen we ons kwijt aan hem, we hebben in hem niet te doen met ons gelijke. Er bestaat een niveaoverschil tussen hem en ons, waardoor hij fundamenteel anders is dan wij. Daarbij kunnen we denken aan wat zonet is genoemd: dat we schuldige mensen zijn die nergens recht op hebben. Daarnaast geldt van ons dat we het nietige, vergankelijke product zijn van zijn vingers, zo beperkt en kwetsbaar als wat - terwijl God de onvergankelijke Schepper en Heer van alles is, eeuwig en machtig. In Psalm 8 wordt daarom gezegd: 'Zie ik de hemel, het werk van uw vingers, de maan en de sterren door u daar bevestigd, wat is dan de sterfeling dat u aan hem denkt, het mensenkind dat u naar hem omziet?' (Ps.8:4-5).

Om dit alles moeten we ons tegenover God niets verbeelden. Alleen hij is de bron van alles en houdt alles in stand. We zijn dan ook helemaal aangewezen op wat hij doet en geeft. Als we hiervan doordrongen zijn, kan het niet missen of we hebben ontzag voor God. Ook in ons bidden moet er sprake zijn van eerbied voor hem. God is niet een vriendje van ons met wie we ons op een populaire en nonchalante manier kunnen onderhouden.

### *Eerbied*

Onze eerbied voor God moeten we in ons bidden op allerlei manier laten uitkomen. Allereerst door de manier waarop we God aanspreken Volgens mij past het in het tegenwoordige Nederlands niet om tegen God 'je' en 'jij' te zeggen; dat verkleint de afstand tussen God en ons al te erg. Ook platte taal kunnen we niet maken tegenover God.

Daarnaast moet ons ontzag blijken uit de houding waarin we bidden. Betekent dit dat we tijdens het bidden als het even kan moeten knielen? Inderdaad komt deze gebedshouding in de Bijbel voor (zie bijv. 2 Kron.6:13; Ps.95:6; Hand.20:36; Fil.2:10), maar er wordt ook vermeld dat mensen zich tijdens het bidden diep voorover buigen, kennelijk met hun gezicht tot op de grond (Joz.5:14; Neh.8:6; Mat.26:39; 1 Kor.14:25). Deze houdingen pasten bij die tijd, toen in het sociale verkeer de lagergeplaatste zich letterlijk klein moest maken voor de hogergeplaatste (zie bijv. Gen.23:7,12; Ruth 2:10; vgl. Mar.15:19). In onze democratische tijd kennen we dat soort fysieke beleefdheidsgebaren niet meer.

Bekend is ook dat mensen in de bijbelse tijd nogal eens staande baden (Mat.6:5; Luc.1:10; 18:11,13), en geen wonder: ze woonden kerkelijke samenkomsten staande bij en verrichtten hun bezigheden vaak eveneens staande. Tegenwoordig wonen we alleen massamanifestaties staande bij, voor de rest zitten we bij allerlei gelegenheden.

Om dit alles lijkt het me niet onjuist als wij in onze tijd ervoor kiezen doorgaans zittend te bidden, ook al komt die houding niet in de Bijbel voor (met misschien als uitzondering de zittende David in het heiligdom, 2 Sam.7:18; 1 Kron.17:16). Voorwaarde is dan wel dat we niet lui onderuit hangen. Uit eerbied voor God moeten we al zittend een actieve houding aannemen.

Verder zal ons respect voor God blijken uit wát we bidden. We gaan God bijvoorbeeld niet lastig vallen met allerlei egoïstische thema's (zie hoofdstuk 5).

### *Geen automatisch effect*

Van belang is ten slotte dat we ons bidden geen automatisch effect toekennen. Ik wijs hierop omdat tegenwoordig soms de indruk wordt gewekt dat groepsgewijs bidden meer effect sorteert dan persoonlijk bidden. Zo gebeurt het dat christenen al biddend in een lange stoet om een stad heenlopen, in de verwachting dat het onchristelijke in zo'n stad daardoor teruggedrongen zal worden. Of mensen komen bij elkaar om te bidden voor iemand die een operatie moet ondergaan, vanuit het idee dat de operatie daardoor meer kans van slagen heeft.

Op zich is het een goede zaak dat meer aandacht aan het gebed wordt gegeven. Bovendien is waar dat het groepsgebed een waardevolle aanvulling is op het persoonlijke gebed. Maar het is magisch denken als mensen menen dat zulke groepsgebeden meer invloed zouden hebben - alsof God zich door ons zou laten dwingen. Ontzag voor God houdt ook in dat we voluit erkennen: God is volstrekt vrij te reageren op onze gebeden zoals hij wil. De uitwerking van onze gebeden wordt niet bepaald door de manier waarop wij ze verrichten, maar door de keuzes die God overeenkomstig zijn plannen maakt.

Op deze manier laten we het merken dat we recht willen doen aan het niveauverschil tussen God en ons - maar altijd in het besef dat we tegelijk alle redenen hebben ons bij God geborgen te weten en dus vertrouwd te voelen.

## 2.5 Christus en de Heilige Geest

Hierboven is benadrukt dat onze goddelijke Vader het adres is van ons bidden. Daarmee wil ik niet zeggen dat we alleen tot hem mogen bidden. We mogen ons eveneens rechtstreeks tot Christus en tot de Heilige Geest richten.

### *Bidden tot de drie-enige God*

Trouwens, als we zonder nadere aanduiding tot God, tot onze Heer bidden, spreken we in feite de drie-enige God aan, Vader, Zoon en Heilige Geest - al realiseren we ons dat vaak niet. Dat we met God de drie-enige God bedoelen, blijkt uit het bekende gezongen gebed uit de achttiende eeuw:

Halleluja, eeuwig dank en ere,  
lof, aanbedding, wijsheid, kracht,  
word' op aard' en in de hemel, Here,  
voor uw liefd' U toegebracht!  
Vader, sla ons steeds in liefde gade;  
Zoon des Vaders, schenk ons uw genade;  
uw gemeenschap, Geest van God,  
amen, zij ons eeuwig lot!<sup>1</sup>

Ook in andere lied-gebeden komen Vader, Zoon en Heilige Geest soms tegelijk aan de orde. Zo heeft Luther gedicht:

310:1  
Bewaar ons, Here, bij uw woord,  
betoom des vijands roof en moord.  
Hij trok ten strijde om uw Zoon  
te stoten van uw hoge troon.  
310:2  
Heer Jezus Christus, toon uw macht,  
Heer aller heren, kom met kracht.  
Bescherm uw arme christenheid,  
dat zij U love te allen tijd.  
310:3  
O Geest, die onze Trooster zijt,  
geef dat uw volk één Heer belijdt,  
wees bij ons in de laatste nood,  
leid ons ten leven uit de dood.

Bekend is ook het couplet:

383:7  
O Vader, dat uw liefd' ons blijk',  
o Zoon, maak ons uw beeld gelijk,  
o Geest, zend uwe troost ons neer,  
Drieënig God, U zij al de eer!

### *Bidden tot Christus*

Dat christenen vanouds niet alleen tot God in het algemeen maar eveneens speciaal tot Christus baden, blijkt uit het feit dat zij door Paulus worden aangeduid als 'allen die de naam van onze Heer Jezus Christus aanroepen' (1 Kor.1:2; vgl. Hand.9:14; Rom.10:12-14; 2 Tim.2:22). Eén gebed tot Jezus wordt met zoveel woorden aangehaald; stervend bad Stefanus immers: 'Heer Jezus, ontvang mijn geest' (Hand.7:59). Ten slotte zag en hoorde de apostel Johannes in een visioen hoe in de hemel Christus, 'het lam dat geslacht is' werd aanbeden (Op.5:12-14).

Bij veel christenen is het geen gebruik regelrecht tot Jezus te bidden. Opmerkelijk genoeg bidden diezelfde christenen wel al zingend tot Jezus. Zo wordt in het *Liedboek voor de Kerken* in tientallen gezangen Christus al biddend toegesproken. Enkele voorbeelden:

---

<sup>1</sup> Gezang 257; uit: *Liedboek voor de Kerken*, 's Gravenhage 1973. Ook de gezangen die hierna worden geciteerd komen uit het Liedboek.

75:3 (= 75:6,9,12,15)  
O Christus, ons van God gegeven,  
Gij tot in alle eeuwigheid  
de weg, de waarheid en het leven,  
Gij zijt de zin van alle tijd.  
Vervul van dit geheimenis  
uw kerk die in de wereld is.

75:4 (= 75:7,10,13)  
U kennen, uit en tot U leven,  
Verborgene die bij ons zijt,  
zolang ons 't aanzijn is gegeven,  
de aarde en de aardse tijd,  
o Christus, die voor ons begin  
en einde zijt, der wereld zin!

182:1  
Jezus, leven van ons leven,  
Jezus, dood van onze dood,  
Gij hebt U voor ons gegeven,  
Gij neemt op U angst en nood,  
Gij moet sterven aan uw lijden  
om ons leven te bevrijden.  
Duizend, duizendmaal, o Heer,  
zij U daarvoor dank en eer.

428:1  
Jezus, mijn verblijden,  
voor mijn hart de weide,  
waar het vrede vindt,  
't hart dat in verlangen  
naar U is bevangen,  
dat U zo bemint.  
Lam, o kom, mijn Bruidegom.  
Buiten U is niets op aarde  
zo beminneenswaardig.

442:1  
Jezus, ga ons voor  
deze wereld door,  
en U volgend op uw schreden  
gaan wij moedig met U mede.  
Leid ons aan uw hand  
naar het vaderland.

Als je wilt leren hoe je tot Jezus kunt bidden, kun je dus terecht bij het *Liedboek*. Daarin komt naar voren dat je Christus kunt danken voor wat hij allemaal voor ons heeft gedaan. Ook kun je je liefde voor hem uitspreken. Je kunt hem vragen of hij ons zijn bescherming wil geven. Je kunt hem smeken om zijn koninkrijk op aarde te laten komen. In je bidden kun je je dus tot Christus richten over talloze thema's waarbij hij als onze Redder en Heer betrokken is.

#### *Bidden tot de Heilige Geest*

Wat de Geest betreft: voor zover mij bekend wordt nergens in het Nieuwe Testament melding gemaakt van bidden tot de Geest. Intussen is opvallend hoe de Geest ter sprake komt. Zo wordt van de gelovigen gezegd dat ze zich (moeten) laten leiden door de Geest (Rom.8:5,9,14; Gal.5:16,18,25; Ef.6:18). Verder wordt gesproken over de gaven van de Geest (1 Kor.12:1-11; 2 Kor.6:6; Heb. 2:4), zijn vrucht (Gal.5:22-23), zijn hulp (Fil.1:19) en zijn kracht (Rom.15:13; 1 Kor.2:4; 1 Tess.1:5; Tit.3:5). Ook wordt van de Geest gezegd dat hij in de gelovigen woont (Rom.8:9-11; 1 Kor.6:19; 2 Tim.1:14). Maar dan ligt het voor de hand dat je de Geest vraagt of hij jou wil leiden, jou zijn gaven wil schenken, zijn vrucht bij jou wil laten rijpen, met zijn kracht op jou wilt inwerken en in jou wil wonen. Dergelijke gebeden komen we een aantal malen in het *Liedboek* tegen, met name in pinksterliederen. Hieronder staan enkele voorbeelden:

237:1  
Kom Schepper, Geest, daal tot ons neer,  
houd Gij bij ons uw intocht, Heer;  
vervul het hart dat U verbeidt,  
met hemelse barmhartigheid.  
237:4  
Verlicht ons duistere verstand,  
geef dat ons hart van liefde brandt,  
en dat ons zwakke lichaam leeft  
vanuit de kracht die Gij het geeft.

240:1  
Kom, Heilige Geest, Here God!  
Vervul ons met uw gaven, tot  
al wat wij zijn, geest, ziel en bloed,  
ontvlamt en staat voor U in gloed.  
O Geest, door uw aansteeklijk licht  
hebt Gij U in 't geloof gesticht  
een volk uit velerlei tongen.  
Daarom, Heer, zij U lof gezongen.  
Halleluja, halleluja!

477:1  
Geest van hierboven, leer ons geloven,  
hopen, liefhebben door uw kracht!  
Hemelse Vrede, deel U nu mede  
aan een wereld die U verwacht!  
Wij mogen zingen van grote dingen,  
als wij ontvangen al ons verlangen,  
met Christus opgestaan. Halleluja!  
Eeuwigheidsleven zal Hij ons geven,  
als wij herboren Hem toebehoren,  
die ons is voorgedaan. Halleluja!

De conclusie ligt voor de hand: als we dit alles zingen, kunnen we dit ook zo bidden.

### 3 De reden van ons bidden

#### 3.1 God heeft ons bidden niet nodig

Het is in de Bijbel een duidelijke zaak dat God ons bidden niet nodig heeft. Het is waar, in een psalm wordt gezegd dat God op Israëls lofzangen troont (zie Ps.22:4), maar het is dwaas daaraan de gedachte te verbinden: 'Stel dat Israël zijn lofzangen aan God onthoudt, dan zakt God door zijn troon.' De dichter wilde door deze beeldspraak alleen de hoge waarde aangeven van onze lof op God. Voor zijn bestaan of welzijn is hij geen moment afhankelijk is van wat dan ook van ons. In geen enkel opzicht hoeft hij het van ons te hebben.

Binnen het heidense denken is God wel terdege voor een deel op ons aangewezen. Zo wordt in het Gilgamesj-epos van zo'n 2000 jaar vóór Christus, vervaardigd in Mesopotamië, verteld dat de goden door het ontbreken van offers tijdens de zondvloed hongerig waren geworden. Toen de Babylonische Noach, Uta-napisjtím, na de zondvloed het eerste offer bracht, vlogen de goden daarom als vliegen op de offeraar af.<sup>2</sup> Dat de goden afhankelijk zijn van de offers en gebeden van hun ver eerders, is altijd een rode draad gebleven in het heidense denken.

Recht daartegenover zei Paulus in Athene: 'De God die de wereld heeft gemaakt en alles wat er leeft, hij die over hemel en aarde heerst (...), laat zich niet bedienen door mensenhanden alsof er nog iets is dat hij nodig heeft, hij die zelf aan iedereen leven en adem en al het andere schenkt' (Hand.17:24-25; vgl. Ps.50:8-13). Om deze realiteit wordt van God gezegd dat hij autark is: hij heeft altijd en in elk opzicht aan zichzelf genoeg. Daarom is het ondenkbaar dat wij door ons bidden eraan zouden bijdragen dat God meer tot zijn recht zou komen.

Ook kan duidelijk zijn dat God door ons bidden niet geïnformeerd hoeft te worden. Al hebben we iets voor onszelf nog niet eens onder woorden gebracht, God is al op de hoogte van wat er bij ons leeft. Christus zei daarom tegen zijn volgelingen: 'Jullie Vader weet wat jullie nodig hebben, nog vóór jullie het hem vragen' (Mat.6:8). Sterker nog, hij weet beter wat er in ons omgaat dan wijzelf. In de woorden van de psalmdichter: 'HEER, u kent mij, u doorgrondt mij. U doorziet van verre mijn gedachten. Geen woord ligt op mijn tong, of u, HEER, kent het ten volle' (Ps.139:1,2,4). En elders wordt van God gezegd dat hij 'de harten doorgrondt, het innerlijk doorziet' (Spr.24:12); en ook: 'Alles is onverhuld en volkomen zichtbaar voor de ogen van hem aan wie wij rekenschap moeten afleggen' (Heb.4:13). In overeenstemming hiermee wordt over Gods mensgeworden Zoon gezegd: 'Niemand hoefde hem iets over de mens te vertellen, want hij wist zelf wat er in een mens omgaat.' Hij doorzag de gedachten van zijn toehoorders (Joh.2:25; Mat.9:4). Ons bidden kan zo nooit het middel zijn dat God gebruikt om zelf informatie op te doen.

Daarom is het dwaas als in een gebed tijdens een samenkomst of kerkdienst allerlei informatieve of leerstellige verhalen worden afgestoken tegenover God. Dan doen we net alsof God van niks weet en nodig bijgepraat moet worden. Dat is weinig respectvol tegenover hem die alles hoort, ziet en weet. Hierop kun je de terechtwijzing van een psalmdichter toepassen: 'Kom tot inzicht, onverstandigen. Dwazen, worden jullie ooit wijs? Hij heeft het oor geplant - zou hij niet horen? het oog gevormd - zou hij niet zien?' (Ps.94:8-9).<sup>3</sup>

De verklaring voor ons bidden vinden we dus niet bij God. Die moet ergens anders gezocht worden.

#### 3.2 Wij hebben het nodig te bidden

De reden dat we bidden ligt bij onszelf: wij hebben het nodig ons tegenover God uit te spreken. Natuurlijk, voor onze band met God hebben we het allereerst nodig dat we naar hem luisteren zoals hij zich via de Bijbel aan ons bekendmaakt. Daardoor leren we hem al beter kennen en eveneens de wereld en onszelf. Maar vervolgens is het nodig dat we ook van onze kant over de brug komen en reageren op wat God ons zegt en geeft. Willen we een hechte wederzijdse band met God hebben, dan is bidden een onmisbaar element (zie ook § 1.1).

##### *Bestrijding van eenzaamheid*

Daarover doordenkend kun je zeggen dat we al biddend onze eenzaamheid bestrijden. Van onszelf zijn we behoorlijk egocentrisch. Met onze gevoelens en gedachten blijven we gauw om onze eigen persoon heen cirkelen. We doen alsof we opgesloten zitten in deze wereld en alleen te maken hebben met onszelf: met wat wij zien, ervaren en overwegen. Daarmee leven we in een door onszelf gekozen isolement. Dan wordt het leven soms moeizaam, want wat is de zin van alles als we alleen met onszelf te maken hebben?

Dit alles maakt meteen duidelijk hoe belangrijk het is dat we ons tegenover God uitspreken. Al biddend maken we ons los van ons egocentrisme en doorbreken we ons isolement. We relativieren onze gevoelens, onze gedachten en heel ons leven in die zin dat we ze in relatie brengen met God. Daarmee erkennen we dat de wereld geen afgesloten doos is maar een open verbinding heeft met God.

Wie bidt ervaart de zin van alles, ondanks alle moeiten en vragen die hij heeft. God is immers de oorsprong en het doel van de werkelijkheid (zie Rom.11:36). Hij heet zelfs 'onze Vader'. Daarmee erkennen we niet alleen dat God er is maar eveneens dat we met hem een vertrouwelijke band hebben.

<sup>2</sup> F.M.Th. de Liagre Böhl, Het Gilgamesj-epos, derde druk, Amsterdam 1958, Zang XI, r.161, p.94.

<sup>3</sup> Deze terechtwijzing staat in deze Psalm trouwens in een heel ander verband.

Door God onze Vader te noemen, erkennen we bovendien dat we lid zijn van een uniek gezin en dus verbonden zijn met vele anderen die dezelfde band met God hebben. Al voelen we ons alleen, in feite hebben we talloze broers en zussen. Wie bewust bidt tot onze Vader, realiseert zich deze verbinding met de vele andere gezinsleden. Bidden verbreedt zo onze manier van kijken: we focussen niet alleen meer op onszelf maar richten ons ook op wat God en onze medegelovigen voor ons betekenen en van ons vragen.

#### *Bestrijding van God-loosheid*

Al biddend bestrijden we ook alle God-loosheid in ons leven. Hoe vaak komt het niet voor dat er gespletenheid is bij ons. Dan gaapt er een kloof tussen ons godsdienstige leven en het alledaagse, zogenaamd seculiere, leven, min of meer los van God.

Die gespletenheid kan doorwerken in ons gebed. Dan spreken we ons wel tegenover God uit over zonde en schuld, vergeving en vernieuwing, maar zwijgen we over de gewone dingen van de dag. Op die manier negeren we dat God onze Heer is die met ons hele leven van doen heeft, en dat hij tegelijk onze Vader is met wie we een vertrouwelijke band hebben. Wie in het besef daarvan bidt zal zich niet beperken in zijn bidden. Zo iemand realiseert zich dat goed beschouwd alles godsdienstig is. Dat betekent concreet dat de gewone dingen van de dag met God gedeeld kunnen en zelfs horen te worden. Op dit vlak censuur toepassen in ons bidden, is funest voor ons christen-zijn. Dan bevorderen we dat we voor een groot deel los van God leven. Deze God-loosheid gaan we tegen door alles wat ons bezighoudt juist mee te nemen in ons spreken tot God. Dan verdwijnt de gespletenheid in ons leven en worden we al meer christen uit één stuk.

Dat gaat overigens niet vanzelf. Nogal eens hebben we een beperkt inzicht in onszelf. Zo gaan mensen in therapie om meer in contact te komen met hun eigen gevoel of om hun relatie tot de ander beter te doorzien. Verder is bekend dat we soms wegdrücken wat in ons eigen leven of in onze omgeving ons niet aanstaat. Zo komt het voor dat iemand het ene moment zich in alle oprechtheid als christen uitlaat, terwijl die op een ander moment zich apert onchristelijk gedraagt - zonder dat die zelf deze ambivalentie doorheeft.

In ons leven kan er hierdoor veel zijn wat zich onttrekt aan onze bewuste waarneming. Zolang dat gaande is, blijven zulke kanten van iemands leven feitelijk los van God. Bij bidden hoort dan ook dat we ons gedrag en ons innerlijk al beter in kaart brengen, zodat we ons hele leven kunnen verbinden met God. We kunnen er daarom blij mee zijn als we mensen om ons heen hebben die ons op onze blinde vlekken wijzen - hoe pijnlijk dat op zichzelf ook is. Dan kunnen we ook daar de God-loosheid tegengaan en eveneens die kanten van ons in alle openheid meenemen in ons spreken tot God.

#### *Erkenning van het fundamentele verschil tussen God en ons*

Door ons bidden laten we bovendien zien dat we ons bewust zijn van het fundamentele verschil tussen de Heer en ons. Hij is de almachtige, heilige God en wij zijn nietige, schuldige mensen. Al biddend zien we het dus onder ogen wie we zijn en wat we kunnen. Dat is geen makkelijke activiteit. We zijn gauw zelfverzekerd: 'Nietig? Dat valt wel mee, want we kunnen heel wat. Schuldig? Niet zo somber, want we hebben allerlei goede kanten.' Al biddend komen we tot zelfinzicht: we hebben geen reden hoog van de toren te blazen. Niets van onszelf geeft ons voldoende houvast.

De keerzijde hiervan is dat we al biddend zicht krijgen op het onvergelijkelijke van God. Over de hele linie zijn we op hem aangewezen. Zijn kracht maakt het ons mogelijk te leven en te werken; door zijn liefde kunnen we ons geborgen weten en hebben we toekomst; door zijn Geest ontstaat er bij ons een begin van gehoorzaamheid. Daarom richten we ons tot hem met onze verzoeken en onze uitingen van dank. Alles wat we hebben en zijn, onze waarde en onze mogelijkheden zijn immers het resultaat van zijn activiteit. Door ons vragen en danken erkennen we dat met zoveel woorden. Op die manier geven we door ons bidden God de eer die hem als bron van alles toekomt.

#### *Tegengaan van destructieve gevoelens*

Bidden kan ook therapeutisch ingezet worden. Veel mensen hebben te kampen met een destructief basisgevoel: 'Ik ben niks waard', 'Voor mij hoeft het leven niet', 'Het geloof zegt me niks'. Het verwarrende is dat tegelijkertijd bij hen andere gevoelens gaande zijn. Daardoor weten ze wat ze in hun beroep waard zijn, kunnen ze ook wel van dingen genieten en erkennen ze de betekenis van het geloof voor hen. Maar daaronder ligt toch altijd dat destructieve basisgevoel waardoor hun positieve gevoelens telkens weer donker gekleurd worden. Vaak ligt de bron van dat basisgevoel in wat hun als kind is aangedaan of in wat ze als kind gemist hebben. Daardoor zijn ze psychisch meer of minder beschadigd, wat haast altijd een negatief effect heeft op hun beleving van zichzelf, van het leven en van het geloof.

Om te bereiken dat het destructieve basisgevoel al meer gaat verbleken is meestal therapie nodig. Daarnaast moet je jezelf bijbels tegengas (laten) geven, in het vertrouwen dat de bevrijdende waarheid, Jezus Christus, al meer een stempel gaat zetten op je gevoelens.

Een belangrijk hulpmiddel hierbij is dat je een minigebed formuleert waarin je Gods hulp inroept bij je specifieke moeite, bijvoorbeeld zo:

'Hemelse Vader, laat door de kracht van uw Geest  
het bij mij leven dat ik kind ben van U,  
door Jezus Christus',

of:



'Hemelse Vader, geef mij door de kracht van uw Geest  
zin in uw geschenk, mijn leven,  
door Jezus Christus',

of:

'Geef mij vreugde, hemelse Vader,  
om uw grootste geschenk, Jezus Christus,  
door de kracht van uw Geest.'

Dit minigebed moet je telkens bidden als je door je destructieve basisgevoel overvallen wordt of als je, waardoor ook, niet in slaap kunt komen.

Ik geloof eraan dat God dit herhaalde minigebed wil gebruiken als een middel waardoor langzaam aan een bijbels basisgevoel in je wakker wordt ten koste van je destructieve basisgevoel.

#### *Zich uitstrekken naar Christus*

Bidden is tenslotte dat we ons uitstrekken naar Christus. Door ons falen hebben wij barricaden opgeworpen tussen God en ons, die voor ons onmogelijk te nemen zijn. Christus heeft die barricaden neergehaald, want hij heeft geboet voor ons falen. Als we bidden, profiteren we van het verzoenende werk van Christus. Dan lopen we op de weg naar God die Christus voor ons gebaad heeft; sterker nog: dan lopen we als het ware binnen tot in het allerheiligste van Gods woning (zie § 2.3). Al biddend spreken we ons vertrouwen uit in Christus en worden we dank zij hem uitgetild boven ons eigen beperkte niveau en voor God geplaatst.

### **3.3 We hebben de opdracht te bidden**

Het is een feit: wij hebben het nodig te bidden. Daarom worden we in de Bijbel telkens aangespoord ons tegenover God uit te spreken. Zo staat in een psalm: 'Roep mij te hulp in tijden van nood' (Ps.50:15). En via een gelijkenis over een onbeschaamd-vragende vriend houdt Christus ons voor: we moeten bij God erop aandringen ons te geven wat we nodig hebben. In aansluiting hierop bindt hij ons op het hart: 'Vraag, zoek, klop' (Luc.11:8-9). In overeenstemming hiermee schrijft Paulus: 'Vraag God wat u nodig hebt en dank hem in al uw gebeden' (Fil.4:6); en elders: 'Blijf waakzaam en bid voortdurend voor alle heiligen' (Ef.6:18); en tenslotte: 'Bid onophoudelijk, dank God onder alle omstandigheden' (1 Tess.5:17-18). (Vgl. Luc.21:36; Rom.12:12; Ef.5:20; Kol.4:2).

#### *Bidden als voorrecht*

Bidden is dus geen hobby van een beperkt aantal religieuze mensen maar een opdracht van God voor ons allemaal. Met deze opdracht kunnen we blij zijn, want blijkens het voorafgaande zegt God daarmee tegen ons: 'Ruil je eenzaamheid in voor verbondenheid met je hemelse Vader en met je broers en zussen! Leef niet los van mij maar deel je leven met mij! Besef dat je jezelf niet kunt redden en dus mij nodig hebt! Maak gebruik van wat Christus door zijn bemiddelingswerk heeft bereikt en loop daarom de weg af die hij heeft opengesteld.'

Met zijn opdracht te bidden dwingt God ons dus beslist niet iets vervelends te doen. Integendeel: daardoor stimuleert hij ons dat we ons als echte kinderen toevertrouwen aan hem, onze Vader. Daaraan willen we toch graag gehoor geven?

#### *God kent ons*

Gaan we af op deze reden van ons bidden, dan is duidelijk: bidden hoort bij onze band met God, is goed beschouwd iets vanzelfsprekends. Is het dan niet raar dat we het tegelijk opgedragen krijgen? Het antwoord op deze vraag lijkt mij voor de hand te liggen: God kent ons. Daardoor weet hij dat we bij onszelf vaak allerlei weerstanden moeten overwinnen om trouw te blijven in ons bidden. Bidden is immers nogal eens een moeizame bezigheid: je kunt je aandacht er moeilijk bij houden, het doet je soms weinig, je voelt geen contact enzovoort (zie § 1.2). Door dit soort problemen kun je de neiging hebben te verslappen in het bidden. Maar als we toegeven aan deze neiging, nemen onze onmacht en onwil al meer toe. Dit kan weer als gevolg hebben dat we nog minder gaan bidden. Tenslotte kan het zo ver komen dat we het spreken tegen God helemaal laten. Een fatale cirkelgang.

Omdat God ons kent weet hij hier alles van. Om ons te helpen die fatale cirkelgang te doorbreken, heeft hij ons opgedragen te bidden. Daarmee stimuleert hij ons niet te berusten in onze weerstanden. Beslissend voor ons mag niet zijn, of we aan het gebed al of niet behoefte hebben. Bovendien mogen we ons niet blindstaren op onze positieve en negatieve ervaringen tijdens het bidden. Hoe veel invloed onze stemmingen en onze gevoelens ook mogen hebben op ons bidden, ze mogen niet de boventoon voeren. Want nogmaals, dan lopen we grote kans dat we al minder gaan bidden, met als slot dat we het amper meer doen. Daarom moeten we ons hier vóór alles laten beheersen door God opdracht. Het is zaak daaraan gehoorzaam te zijn: luisterend naar God zetten we ons ervoor in dat we over onze onmacht en onwil heenstappen.

#### *Constant bidden?*

Alleen, is het niet te veel gevraagd dat we van Paulus 'onophoudelijk' moeten bidden? Volgens mij moeten we deze uitdrukking niet letterlijk opvatten. Dat is wel gebeurd. Zo is (wordt?) in kloosterkerken soms in estafette gebeden, waarbij de ene biddende monnik of non de andere opvolgde, om te bereiken dat er constant door gebeden werd. Bekend is het oosters-orthodoxe Jezusgebed;

daarbij maakt de bidder een kort gebed (bijvoorbeeld: 'Heer Jezus, ontferm U over mij') zich zo eigen dat dit de hele dag door, meer of minder bewust door zijn hoofd speelt.

Voor deze gebruiken valt best wat te zeggen, maar mijns inziens bedoelt Paulus wat anders. Constant door bidden is bij de meeste mensen immers niet haalbaar. We hebben naast bidden andere taken waaraan we onze volle aandacht moeten en mogen geven. Soms voelen christenen zich daarover schuldig: 'Je moet je toch eigenlijk onafgebroken bewust zijn van je verbondenheid met God?' Ik geloof daar niet aan. God heeft ons zo gemaakt dat we onze aandacht altijd maar op een paar zaken tegelijk kunnen richten: met dat we ons concentreren op het ene, verdwijnt het andere automatisch uit onze aandacht. Er is dus niks mis mee als op allerlei momenten van de dag God op bewust niveau buiten beeld is bij ons.

Wat bedoelt de apostel Paulus dan met zijn opdracht onophoudelijk te bidden? Dat elke dag van ons leven gedragen moet worden door onze gebeden, zodat zij het kader vormen van ons doen en laten en daarop een stempel zetten. Dat betekent concreet: we moeten elke dag regelmatig bidden.

### *Gewoontevorming*

Om deze dagelijkse regelmaat te bereiken doe je er goed aan tot gewoontevorming te komen: je maakt met jezelf de afspraak dat je elke dag op bepaalde momenten tijd gaat besteden aan een gebed tot God.<sup>4</sup> Hierbij valt te denken aan een kort gebed rond de maaltijden of aan een meer uitgebreid gebed 's morgens bij het opstaan en/of 's avonds vóór het naar bed gaan. Er zijn ook andere momenten denkbaar, want voor alle duidelijkheid: we hoeven niet allemaal dezelfde tijden van de dag voor bidden te reserveren. Iedereen moet bekijken wat voor hem/haar de meest geschikte momenten zijn - als die momenten er maar zijn.

Waarom deze gewoontevorming verstandig is? Het aanhouden van een bepaalde regelmaat is een kwestie van verstandige zelfbescherming. Moet je aldoor opnieuw besluiten of en wanneer je gaat bidden, dan komt hier onvermijdelijk de klad in, want dan ben je gedwongen aldoor opnieuw hindernissen bij jezelf te overwinnen en vergeetachtigheid tegen te gaan. Dit alles voorkom je door een afspraak met jezelf te maken. We brengen het gauwer op ons aan een vaste regelmaat te houden dan dat we naar bevind van zaken handelen. Telkens een gewoonte nakomen is makkelijker dan telkens een besluit nemen. Zo is het met de kerkgang, om een andere activiteit te noemen, maar evengoed met het bidden.

Er bestaat hier een risico: je kunt je gewoonte om op bepaalde momenten te bidden gedachteloos gaan uitvoeren. Toch moet dit gevaar van sleur je er niet toe verleiden nonchalant te worden in je bidden. Als je volgens je gewoonte bidt, moet je dit met aandacht en overtuiging doen.

Maar waar het me hier om gaat is dit: of we nu lust- of onlust-gevoelens hebben over ons bidden, gehoord Gods bevel moeten we ons daar zonder meer regelmatig mee bezighouden.

### *Schietgebeden*

Regelmaat in het bidden kan op nog een andere manier bereikt worden. Behalve dat je op bepaalde momenten van de dag er echt voor gaat zitten om meer of minder uitgebreid te bidden, kun je ook schietgebeden uitspreken. Daarmee bedoel ik korte gebeden waarin je met een paar woorden of zinnen tegenover God reageert op wat je overkomt of meemaakt. Je bent blij met wat je ziet of hoort, je voelt je bang of onzeker, je ziet ergens tegenop, je moet een plotselinge keuze maken, en daarover uit je je dan even tegenover God. Maar ook afgedacht van een concrete aanleiding kun je om de zoveel tijd even contact maken met God.

Kenmerkend voor een schietgebed is verder dat je dit uitspreekt zonder een gebedshouding aan te nemen, dus zonder dat je je handen vouwt en je ogen sluit. Je kunt het al wandelend, fietsend of autorijdend doen, onderwijl je op de bus of trein staat te wachten of in reactie op wat je leest in de krant. In de Bijbel is Nehemia een duidelijk voorbeeld van iemand die telkens schietgebeden uitsprak.<sup>5</sup>

De waarde hiervan is duidelijk: door je bij allerlei gelegenheden kort tegenover God te uiten ontstaat er, naast je gebeden op vaste momenten, een reeks van gebedscontacten. Als resultaat hiervan ben je in de loop van de dag regelmatig on line met God. Daarmee praktiseer je de aansporing: 'Denk aan God bij alles wat je doet' (Spr.3:6). Volstaan we met onze vaste gebeden ('s morgens, 's avonds en rond het eten), dan lopen we het risico dat we de rest van de dag los van God leven. Door hem ook tussendoor expliciet te betrekken bij wat ons bezighoudt, is ons hele dag gedrenkt in onze gebeden.

### *Verbondenheid met God*

Als we op deze manier vaste en tussentijdse gebeden kennen, kan het niet missen of ons doen en laten van die dag wordt gestempeld door onze verbondenheid met God. Zo wijst de apostel Paulus erop dat alledaagse zaken als seksualiteit en voedsel 'geheiligd' zijn door onder andere het gebed (1 Timoteüs 4:4-5).<sup>6</sup> Daarmee bedoelt hij dat we door ons bidden voor seksualiteit, voedsel en dergelijke die zaken in relatie met God brengen. En juist om die heiliging gaat het Paulus.

<sup>4</sup> Ook in de Bijbel is er sprake van dat mensen op bepaalde tijdstippen van de dag tot God spreken. Zo wordt van Daniël verteld dat hij als gewoonte had driemaal per dag tot God te bidden, Dan.6:11; vergelijk Ps.55:18.

<sup>5</sup> Zie Nehemia 2:4; 3:36-37; 5:19; 6:14; 13:14,22,29,31; vergelijk Davids schietgebed tijdens zijn vlucht voor Absalom, 2 Samuël 15:31.

<sup>6</sup> Paulus zegt ook: 'door het woord van God', want daarin wordt onthuld dat de werkelijkheid alles te maken heeft met Gods schepping en redding door Christus.

Hij wil alle God-loosheid in ons leven uitbannen en heel ons leven onder Gods invloed brengen. Om dat te realiseren spoort hij ons aan onophoudelijk te bidden.

En al biddend merken we het hoe goed het is ons tegenover God uit te spreken. Bidden heeft zin, zoals uit het vervolg nog meer kan blijken.

## **4 Bidden als delen met God**

In het voorafgaande is naar voren gekomen dat we God niet buiten ons leven moeten sluiten maar alles met hem moeten delen: onze blijdschap, verlangens, hoop, zekerheid, maar eveneens onze pijn, teleurstellingen, frustraties, twijfel. Daarvoor is het gebed onmisbaar: al biddend beleven we de band met God en betrekken we hem bij ons doen en laten. Hoe doen we dat nu concreet? Ik wil dat hier nader uitwerken aan de hand van drie thema's die ook in het leven van Christus aan de orde waren: vreugde, verdriet en het nemen van beslissingen. Bij alle drie heeft Christus opzettelijk zijn hemelse Vader betrokken. Hij wist dat zijn Vader al op de hoogte was. Toch bleef Christus hem alles vertellen. Hij wilde beslist uiting geven aan hun onderlinge verbondenheid. Laten we Christus daarin navolgen.

### **4.1 Onze vreugde delen**

Allereerst moeten we God betrekken bij onze vreugde. Ik schat in dat vele mensen geneigd zijn hun vreugde over iets alleen voor zichzelf te houden of hoogstens tegenover vrienden te uiten. Dan bewegen we ons alleen binnen onze aardse horizon, met als mogelijk gevolg dat onze vreugde oppervlakkig en vluchtig wordt. We zijn ergens blij mee maar gaan het volgende moment over tot de orde van de dag.

Christus deed anders. Zo wordt verteld dat hij tientallen leerlingen erop uitstuurde om het grote nieuws uit te dragen dat het koninkrijk nabij was. Na verloop van tijd kwamen die terug met enthousiaste verhalen over wat zij allemaal hadden kunnen doen. In reactie daarop begon Christus te juichen: 'Ik loof u, Vader, Heer van hemel en aarde, omdat u deze dingen aan eenvoudige mensen hebt onthuld' (Luc.10:1,8-9,17,21).

Daarin moeten we Christus navolgen. Als zich iets voordoet waar we blij mee zijn, laten we dat dan tegenover God uit te spreken. Dat kunnen we doen in een vast gebed van ons of in een kort gebed tussendoor: 'Dank U dat ik dit mag meemaken!' Het mooie dat we ontvangen, is immers een geschenk van God. Dan klopt het niet als we onze vreugde daarover vóór ons houden. Willen we God de eer geven die hem als bron van alles toekomt, dan laten we hem merken hoe blij we zijn met wat hij ons geeft. Dat geeft onze vreugde diepgang en stevigheid, waardoor die lang blijft nabebben.

### **4.2 Ons verdriet delen**

We moeten God ook betrekken bij ons verdriet. Dat doen we niet automatisch. Wie verdrietig is, heeft zomaar de neiging zich voor anderen af te sluiten. Het gevolg hiervan kan zijn dat we al dieper wegzakken in ons verdriet, zodat die in wanhoop verandert of ons gelaten maakt. Zo vertelt een verdrietige psalmdichter: 'Ik had mij voorgehouden: Ik moet mij beheersen, mijn mond met een muilband bedwingen. Ik zei dan ook niets, geen woord, ik zweeg.' Leverde hem dat wat op? Geen sprake van: 'Ik vond geen verlichting, ik voelde steeds heviger pijn. Het brandde in mijn binnenste' (Ps.39:2-4).

Christus deed anders. Toen zijn aanstaande lijden hem aangreep, sloot hij zich niet in zichzelf op, maar klampte hij zich vast aan zijn Vader: 'Nu ben ik doodsbang. Wat moet ik zeggen? Vader, laat dit ogenblik aan mij voorbijgaan? Maar hiervoor ben ik juist gekomen' (Joh.12:27).

Eveneens daarin moeten we Christus navolgen. Als we het moeilijk hebben, moeten we niet in ons eentje blijven aanmodderen maar die moeite met God delen. En vroeg of laat komen we dan verder met ons verdriet. Daarmee bedoel ik niet dat we al biddend het verdrietige kwijtraken. Wel is het een feit: als we ons aan God vastklampen, leert hij ons meer te zien dan alleen dat verdrietige. Misschien vragen we ons in eerste instantie af: 'Heer, waarom slaapt u? Waarom vergeet u onze ellende?' (Ps.44:24-25). Maar het kan niet missen of langzaam aan groeien we ernaar toe om vol vertrouwen te zeggen: 'Nee, hij sluimert niet, hij slaapt niet. Hij waakt over je leven' (Ps.121:4,7).

### **4.3 Betrekken bij beslissingen**

Ten slotte moeten we God betrekken bij het nemen van beslissingen. Naar mijn inschatting wordt dat herhaaldelijk vergeten. Moeten wij ergens over beslissen, dan baseren we ons op wat wij graag willen en op onze inschatting van de mogelijkheden en omstandigheden. Daar is niks mis mee. Maar vaak blijft het hierbij. Dan komt God er niet bij te pas, met als gevolg dat onze planning los van God plaatsvindt.

Christus deed anders. Verhelderend is de manier waarop hij ertoe kwam zijn twaalf apostelen te benoemen. Eerst wordt ons verteld: 'Jezus trok zich terug op de berg om te bidden. De hele nacht bleef hij tot God bidden.' En dan volgt: 'Toen de dag aanbrak, riep hij de leerlingen bij zich en koos twaalf van hen uit, die hij apostelen noemde' (Luc.6:12-13).

Opmerkelijk: door zijn dagelijks optrekken met zijn leerlingen wist Jezus ongetwijfeld wat hij aan hen had. Toch wilde hij zo'n belangrijke zaak als het uitkiezen van apostelen niet alleen doen. Hij ging er pas toe over na eerst uitvoerig gebeden te hebben. Eveneens daarin moeten we Christus navolgen. Hoe vaak gebeurt het niet dat we een belangrijke beslissing moeten nemen, bijvoorbeeld over de keuze van een opleiding of baan; of je tobt ermee hoe je in een gecompliceerde situatie moet omgaan met je huwelijkspartner, je kind, een collega. Het is dan belangrijk dat je een rustige afweging maakt van allerlei voors en tegens en dat je advies inwint bij derden. Even onmisbaar is het dat je God bij je besluitvorming betreft: of hij je wil helpen om een verantwoorde afweging te maken, zodat je recht doet aan de betrokken personen en zaken.

#### **4.4 Al biddend leven in verbondenheid met God**

Op deze manier is bidden een groot geschenk: we zijn niet aan onszelf overgeleverd. We mogen het leven door aan de hand van onze hemelse Vader. Belangrijke instrumenten daarbij zijn ons morgen- en avondgebed en onze schietgebeden. Daarin kunnen de drie genoemde thema's aan de orde komen, maar deze gebeden hebben elk ook hun specifieke functie in ons omgaan met God.

##### *Thema's van ons morgengebed en avondgebed*

In het morgengebed kun je de dag die vóór je ligt aan God opdragen. Je kunt hem vragen om bescherming, energie en wijsheid. Staan er speciale activiteiten op je programma of doet zich die dag een speciale gebeurtenis voor (een verjaardag, examen, operatie of wat ook), dan kun je die in het bijzonder aan God voorleggen. Tenslotte kun je God vragen jou door de kracht van zijn Geest ermee te helpen dat je de nieuwe dag je gedraagt als echte volgeling van Christus. Op deze manier zet je je bezigheden van die dag in het kader van je band met God.

In het avondgebed kun je terugzien op de dag die voorbij is. Je dankt God voor het positieve dat je de afgelopen uren ondervonden hebt. Ook vraag je God of hij je wil vergeven waarin je tekortgeschoten bent en of hij effect wil geven aan het goede dat hij jou heeft laten doen. Tenslotte draag je de nacht die voor je ligt aan God op, met het verzoek dat je de nodige rust ontvangt en de volgende dag gezond en wel opstaat. Op deze manier rond je je bezigheden van die dag af en ga je de nacht in terwijl je daarbij gericht bent op God.

Deze specifieke functie van ons morgen- en avondgebed maakt nog eens extra duidelijk waarom we bidden: om ons hele leven in relatie te brengen met onze hemelse Vader.

##### *Thema's van onze schietgebeden*

De bedoeling van ons bidden komt nog eens extra naar voren in onze tussentijdse gebeden, de zogenaamde schietgebeden. Ik heb al genoemd dat we in zulke gebeden kort reageren op wat ons overkomt of wat we meemaken. Daarbij kun je aan allerlei situaties denken. Als die zich voordoen volsta je niet met je eigen emoties of overwegingen. Je richt je daarover kort tot God. Stel, je wordt erdoor geraakt hoe een aantal ganzen in V-formatie hoog in de lucht voorbijvliegt. Dan beperk je je niet tot de gedachte of opmerking: 'Mooi is dat!' Je laat je bewondering tegelijk aanbidding zijn door bij jezelf kort te bidden: 'God, wat bent U groot!' Het mooie in de natuur spreekt namelijk van de glorie van God.

Stel ook, je geniet van muziek die je met behulp van je cd-speler beluistert. Dan ben je benedenmaats bezig als je in je technische waardering niet verder komt dan tot de (innerlijke) opmerking: 'Wat vernuftig eigenlijk, zo'n apparaat!' Spreek je enthousiasme uit tegenover God, dat hij zulke mogelijkheden in zijn schepping heeft gelegd en de mens die heeft laten ontdekken.

Een laatste voorbeeld: je voert een gesprek met iemand, die jou onverwacht voor een moeilijk probleem plaatst. Dan is het passend dat je je onmerkbaar voor je gesprekspartner tot God richt met je onzekerheid: 'Heer, help mij', of: 'Geef mij alstublieft wijsheid!'

Op deze manier laat je het merken dat je niet op je eentje in de wereld leeft. Integendeel, je realiseert je in Gods wereld te leven en je wilt dat ook laten blijken. Daarom ga je door je gebed ertoe over op vaste tijden en tussendoor telkens de band met God te activeren.

#### **4.5 Woordloos bidden**

Als bidden gezien kan worden als delen met God, is het ook mogelijk woordloos te bidden. Daarbij spreekt alleen het hart, terwijl het verstand, dat de woorden formuleert en tot zinnen combineert, tot op zekere hoogte is uitgeschakeld. Ter verduidelijking kunnen we denken aan een kind dat zonder iets te zeggen zich vlijt aan de borst van zijn moeder. Zo'n kind kan daarbij verschillende emoties hebben. Misschien is hij bang of verdrietig en zoekt hij de lieflijke nabijheid van zijn moeder omdat hij zich daar veilig voelt; mogelijk is hij blij met een cadeau van zijn moeder en omhelst hij haar vol dankbaarheid zonder iets te kunnen uitbrengen; misschien wil hij gewoon dicht tegen zijn moeder aanliggen omdat hij het daar fijn vindt.

Op dezelfde manier kan bidden de vorm aannemen van woordloze overgave aan God. Misschien ben je zo vervuld van verlangen naar of bewondering voor God dat woorden ontoereikend zijn, met als resultaat: je richt je in je gebed alleen met een verlangend of bewonderend gevoel tot God. Mogelijk ben je door en door verdrietig waardoor je onmachtig bent ook maar iets tegenover God te verwoorden; in zo'n geval volsta je ermee om, innerlijk of hardop huilend, je naar God uit te strekken. Wellicht zijn er geen specifieke emoties bij je gaande maar ben je innerlijk helemaal tot rust gekomen; dan kan je woordloos gebed erin bestaan dat je je ontspannen openstelt voor God.

Ook met dit woordloze bidden bereiken we God, want de Geest doet dan met ons mee. De apostel Paulus schrijft: 'Wij weten niet wat we in ons gebed tegen God moeten zeggen, maar de Geest zelf pleit voor ons met woordloze zuchten' (Rom.8:26). Taal is dus niet het enige middel om ons tegenover God te uiten. Geholpen door de Geest kunnen we ons ook tot God richten door ons zuchten vanuit ons hart. De ene keer zuchten we dan uit verdriet om allerlei ellende (daarop doelt Paulus) en de andere keer uit enthousiasme voor God. Mogelijk zijn we alleen maar stil voor God. Evengoed op deze woordloze manier leven we in verbondenheid met God.

## 5 De inhoud van ons bidden

### 5.1 Vooraf

Hiervoor ben ik al uitvoerig ingegaan op diverse onderwerpen die in onze gebeden aan de orde kunnen komen. Toch wil ik daar nu ook systematisch aandacht aan geven. Dat lijkt voor sommige mensen misschien tegenstrijdig: systematiek en bidden. Wat je tegen God zeggen wilt, is toch een kwestie van spontaniteit? Daar zit een kern van waarheid in. Al biddend moet je niet een 'programma van eisen' afwerken. Systeemdwang is nooit goed. Dan loop je het risico dat je hart er buiten blijft en dat niet aan de orde komt wat jou op dat moment bezighoudt.

Tegelijk blijkt uit de Bijbel dat je niet kunt bidden wat je maar voor de mond komt. In dit verband is het goed ons te herinneren dat Christus zijn volgelingen het zogeheten 'Onze Vader' heeft geleerd, met als inleidende aansporing: 'Bid als volgt...', en: 'Wanneer jullie bidden, zeg dan...' (Mat.6:9; Luc.11:2). Daarmee wordt ons op zijn minst voorgehouden dat een aantal onderwerpen zonder meer bij ons bidden hoort. Zelf denk ik aan een zestal: loven en danken, vergeving vragen, moeiten voorleggen, verzoeken doen, voor anderen bidden, beroep doen op Christus' werk.

Bid je zonder je op de inhoud ervan te bezinnen, dan zul je onvermijdelijk sommige van die noodzakelijke onderwerpen vergeten. Daarmee kun je tekortdoen aan het eren van God als je Vader. Bovendien kan het gebeuren dat je daardoor bepaalde terreinen van je leven onttrekt aan je omgang met God. Om over de hele linie van je leven verbonden met God te blijven, is het nodig de verschillende onderwerpen steeds in je gebeden op te nemen.

Natuurlijk hoeven die onderwerpen niet in elk gebed van je (even uitgewerkt) aanwezig te zijn. Als je door verdriet beheerst wordt, zullen vast de onderwerpen 'moeiten voorleggen' en 'verzoeken doen' domineren. Dringen problemen van anderen zich aan je op, dan is het onderwerp 'voor anderen bidden' vast nummer één. Gesteld ook dat iemand pas sinds kort in aanraking is gekomen met de Bijbel en aarzelend begonnen is te bidden; van zo iemand kun je niet verwachten dat die in zijn gebed recht doet aan de verschillende onderwerpen. In het voorafgaande is eveneens vermeld dat mensen soms of zelfs geregeld woordloos bidden.

Intussen zou het jammer zijn als we ons beperkten tot deze vormen van bidden. Zouden we alleen woordloos bidden, dan verschaalt onvermijdelijk ons omgaan met God; wie woordloos bidt, laat immers alleen gevoelens tot uiting komen. Daarom blijft het onmisbaar dat we in ons bidden geregeld verwoorden wat ons bezighoudt. Daarbij moeten we niet volstaan met enkele onderwerpen. Op bepaalde momenten en in bepaalde omstandigheden is dat te billijken - hebben we zonet gezien. Maar in het totaal van onze gebeden moet niet alleen een selectie van onderwerpen aan de orde komen. In de loop van de tijd horen de zes door mij genoemde onderwerpen allemaal aandacht te krijgen.

### 5.2 Loven en danken

Opzettelijk plaats ik dit onderwerp voorop. Allereerst om principiële redenen: God is de bron, de zin en het doel van alles en iedereen. Daarom concludeert Paulus: 'Hem komt de eer toe in eeuwigheid' (zie Rom.11:36).<sup>7</sup> Om die reden horen niet wijzelf, kwetsbare en schuldige schepsels, voorop te staan in ons bidden maar God, de almachtige en heilige Schepper. Christus begint het 'Onze Vader' dan ook met God, met zijn naam, zijn koninkrijk, zijn wil (Mat.6:9-10).

Dat ik 'loven en danken' voorop plaats, heeft eveneens psychologische redenen: gauw staren we ons blind op ons hier en nu en versmalt ons bidden tot het uitstellen voor God van onze moeiten en verlangens. Dan doen we net alsof wij het centrum van het heelal en van de geschiedenis zijn. Om dit te doorbreken is het goed dat we eerst onze aandacht op God richten, op zijn werk in het heden en zijn plannen voor de toekomst.

Overigens liggen loven en danken dicht bij elkaar. Door beiden laten we horen dat we enthousiast zijn over God. Dat komt duidelijk uit in de woorden van aanbidding die Johannes in de hemel hoorde: 'Lof, majesteit en wijsheid, dank en eer en macht en kracht komen onze God toe, tot in eeuwigheid' (Op.7:12). Naar mijn inschatting is er toch verschil: we loven of prijzen God om wat hij meer in het algemeen is en doet, we danken hem voor wat hij ons persoonlijk geeft.

---

<sup>7</sup> Het is volgens de apostel Paulus dan ook uiterst kwalijk als we God niet 'de eer en de dank' brengen 'die hem toekomen', zie Rom.1:21.

### *Loven*

Zo kunnen we God in ons bidden loven omdat we geraakt zijn door zijn unieke eigenschappen als Schepper en Heer van alles: zijn onvoorstelbare grootheid, macht, wijsheid. In dat verband kunnen we in ons bidden concreet onze bewondering voor God uiten om het prachtige en imponerende van de natuur. We hoeven maar te denken aan het voorbijglijden van wolken aan de hemel, de ontlasting van een onweersbui, het uitbotten van bomen in de lente, het rennen en klimmen van een kat. Ook hebben we alle reden God in ons bidden te prijzen om wat hij de mensen heeft laten ontwikkelen op het gebied van techniek, beeldende kunst, muziek en sport. Tenslotte kunnen we in onze gebeden reageren op positieve ontwikkelingen die God laat plaatsvinden op maatschappelijk en politiek gebied in eigen land en elders in de wereld.

Maar er is meer. We kunnen God in ons bidden ook loven om zijn onbegrijpelijke goedheid voor ons. In de persoon van Christus heeft hij zich diep over ons neergebogen, heeft hij onze schulden op zich genomen, is hij tot in de hel afgedaald en heeft hij ons zo zicht gegeven op een prachtige toekomst op de nieuwe aarde. Als we de onbegrijpelijke grootsheid daarvan tot ons laten doordringen, moeten we in ons bidden wel instemmen met het herhaalde 'Halleluja' in de Psalmen (zie bijv. het begin of slot van Psalm 104-106, 111-113, 115-117).

### *Danken*

We hebben meestal ook alle reden God dankbaar te zijn. Alleen al op materieel vlak geeft hij ons veel in handen: lichamelijke en psychische gezondheid, banden met medemensen, eten, onderdak, bezittingen. Maar evengoed: de mogelijkheid bezig te zijn en te genieten. We kunnen hier God-loos mee omgaan door dit alles te beschouwen als een kwestie van geluk hebben. Uiteindelijk hebben we hier te doen met geschenken van God, die we krijgen bij de gratie van Christus' offer (vgl. Jak.1:17). Voor deze royaliteit van hem moeten we God in ons bidden dan ook danken.

Vóór alles kunnen we God in ons bidden danken voor de cadeaus die hij ons via ons geloof geeft: zijn vergevende liefde waardoor we ondanks onszelf bij hem in de gunst staan; zijn garantie dat we ons altijd en overal bij hem onze hemelse Vader geborgen mogen weten, wat er ook mag gebeuren; ondersteunende en vernieuwende kracht door Christus' Geest, waardoor we er nooit alleen voor staan; de belofte dat we eeuwig zullen leven in een nieuwe wereld, waarin het gedaan is met alle zonde en ellende. Onvoorstelbaar wat God ons daarmee allemaal geeft. Diepe erkentelijkheid hiervoor mag in ons bidden niet ontbreken.

### *Verwondering*

Overigens is het goed ons te realiseren dat niemand er automatisch toe komt God te loven en te danken. Daarvoor moet je eerst verwondering leren, zodat het voor je leeft dat niks vanzelfsprekend is. Ik zeg het expres zo, want naar mijn ervaring is het zeker voor jongeren vaak moeilijk nog verwonderd te zijn. Van jongs af zijn zij ermee opgegroeid dat haast alles mogelijk en beschikbaar is. Daardoor ontbreekt meestal de verbazing dat de dingen zijn zoals ze zijn. Het is voor hen daarom een hele stap om oog te krijgen voor het wonder van het gewone. Toch is die stap noodzakelijk. Want pas vanuit de verwondering kan bewondering groeien, bewondering voor het grootse en mooie dat op je afkomt en dan vooral voor de bron hiervan, God.

### *Moeite*

Dat we niet automatisch God loven en prijzen kan door nog iets anders veroorzaakt worden: als je middenin de moeite zit, kan je zicht op God vertroebeld worden. Stel, je lijdt aan ongeneeslijke kanker of je hebt iemand verloren die je na stond, dan overheerst toch het sombere in je bestaan? Hoe kun je dan nog toekomen aan loven en danken?

Het is waar, de duisternis kan zo dominant zijn in je leven, dat je haast onmogelijk oog kunt hebben voor het grootse van God en voor het mooie van wat hij aan je geeft. Mensen in zo'n situatie moeten we niet hard vallen over hun gevoelloosheid tegenover God. Ook de betrokkenen zelf moeten het zich niet kwalijk nemen dat ze even niet warm kunnen lopen voor God. De destructieve kracht van verdriet en pijn kan een christen soms te machtig worden, zodat het hem of haar niet meer lukt God te loven en te danken. In de Psalmen zijn daar voorbeelden van. Het meest bekend zijn Psalm 44 en 88, die allebei in mineur eindigen. Daardoor geleerd doen we er goed aan te erkennen dat er bij onszelf of anderen soms onvermogen bestaat om enthousiast te zijn over wat God is, doet en geeft. Die moeite moeten we niet wegdrukken.

Tegelijk is het volgende waar: we moeten in deze kleurloosheid van onze beleving niet berusten. We moeten ermee beginnen ons daarover tegenover God te uiten.<sup>8</sup> En vroeg of laat gaan we dan weer kleur in ons leven opmerken. Misschien blijft het vooralsnog moeilijk om aardigheid te hebben in de gewone dingen van het leven. Dat kan door overgebleven depressieve gevoelens komen, of mogelijk ontbreekt het ons op materieel gebied aan veel. Maar wellicht groeit wel de vreugde om Gods vergevende liefde door Christus en om de toekomst die hij voor ons in petto heeft. Dan kunnen we het op den duur weer beamen: 'Wat het meest wezenlijke betreft ontbreekt het mij aan niets: de band met God is er!' (vgl. Ps.23:1).

---

<sup>8</sup> Dat is ook het opvallende van Psalm 44 en 88: de dichters schreeuwen hun ellende uit in de richting van God. Alleen die adressering al is een lichtpunt in beide psalmen.

Deze ontwikkeling van duister naar licht komen we tegen in de psalm met de Latijnse titel 'De profundis'. Die begint met de radeloze woorden: 'Uit de diepte roep ik tot u, HEER; Heer, hoor mijn stem, wees aandachtig, luister naar mijn roep om genade.' Maar even later klinkt het hoopvol: 'Bij u is vergeving', waarom hij zelfs kan zeggen: 'Ik zie uit naar de HEER. Bij de HEER is genade, bij hem is bevrijding, altijd weer' (Ps.130:1-2,4-5,7).

Zo werkt het gelukkig vaak. Daarom is het maar goed dat het ons in de Psalmen wordt voorgehouden: 'Prijs de Heer' of: 'Loof de Heer'<sup>9</sup> en dat Paulus ons op het hart bindt: 'Dank God in al uw gebeden' (Fil.4:6), en: 'Dank God onder alle omstandigheden' (1 Tess.5:18).

Altijd zullen er momenten of zelfs hele tijden zijn dat het verwoorden van klachten domineert. Maar doen we recht aan die aansporingen, dan zetten we ons ervoor in dat in het geheel van ons bidden toch uiteindelijk het loven en danken overheerst. Er is immers alle reden dat we vóór alles enthousiast zijn over God.

### 5.3 Vergeving vragen

Dit onderwerp brengt ons in aanraking met een wezenlijke kern van het christelijk geloof: door ons falen staan we in de schuld bij God, maar door ons geloof in Christus krijgen we kwijtschelding van onze schulden omdat hij zich op Golgota voor ons heeft opgeofferd' (zie bijv. Rom.3:22-27). Nu wordt wel eens beweerd: 'Dank zij Christus' lijden zijn al onze schulden eens en voor altijd van de baan. Dus hoeven we niet meer om vergeving te bidden. Wanneer we bij Christus horen dan hebben we vergeving.'

#### *Vragen en erkennen*

In de Bijbel staat het anders. Op Golgota heeft Christus inderdaad vergeving voor ons bereikt, maar hij moet dat geschenk nog wel aan ons uitdelen. Dat doet hij pas als we erom vragen; alleen op ons verzoek vergeeft God ons. Christus heeft het ons dan ook voorgehouden te bidden: 'Vergeef ons onze schulden' (Mat.6:12) En de apostel Johannes schrijft: 'Belijden we onze zonden, dan zal hij, die trouw en rechtvaardig is, ons onze zonden vergeven en ons reinigen van alle kwaad' (1 Joh.1:9). Daarmee komt naar voren: als gelovige beschikken we niet automatisch over vergeving. We moeten het God laten merken dat we echt vergeving willen, dan krijgen we het.

Het is niet voldoende God te verzoeken of hij jou wil vergeven. Daar hoort bij dat je je schulden met zoveel woorden erkent. Dat wordt gedaan door de teruggekeerde zoon uit een gelijkenis van Christus: 'Vader, ik heb gezondigd tegen de hemel en tegen u, ik ben het niet meer waard uw zoon genoemd te worden' (Luc.15:21). De afloop is bekend: de vader organiseerde een groots feest voor zijn zoon.

Leerzaam is eveneens hoe David zijn overspel met Batseba tegenover God bekende. Door zijn wandaad had hij Batseba zelf tekortgedaan en ook haar man Uria, die door Davids toedoen zelfs het leven verloor. Maar toen hij door de profeet Natan op zijn knieën was gedwongen, bad David: 'Tegen u, tegen u alleen heb ik gezondigd, ik heb gedaan wat slecht is in uw ogen. Ik was al schuldig toen ik werd geboren, al zondig toen mijn moeder mij ontving' (Ps.51:6-7; vgl. 2 Sam.11:1-12:10). Hij realiseerde zich dat hij niet alleen mensen had kapotgemaakt maar dat hij God te na was gekomen. Ook beseftte hij dat deze wandaad van hem niet een incidentele fout was: er was iets structureel mis bij hem, want van het allereerste begin van zijn leven af was het zijn aard in de fout te gaan.

#### *Gezamenlijke schuld*

Overigens is het een goede zaak als we bij het bidden om vergeving soms verder kijken dan onszelf. Het kan namelijk voorkomen dat we in ons gebed stilstaan bij wat in onze leefwereld vroeger of vandaag verkeerd is (gegaan). In dat geval moeten we ons verbonden weten met onze omgeving en met ons voorgeslacht. Het is onjuist ons onschuldige 'ik' te plaatsen tegenover het schuldige 'zij' van anderen. Zo bad Daniël: 'Wij hebben gezondigd en ons misdragen. Wij zijn slecht en opstandig geweest, wij zijn van uw geboden en regels afgeweken en wij hebben niet geluisterd naar uw dienaren, de profeten, die in uw naam tot onze koningen, onze vorsten, onze oudsten en tot het hele volk gesproken hebben. U, Heer, staat in uw recht, maar tot op deze dag staat de schaamte ons op het gezicht' (Dan.9:5-7). En dan te bedenken dat Daniël zelf zich onmogelijk aan die wandaden schuldig kan hebben gemaakt: in de tijd waarover hij het heeft, was hij veel te jong.

Ook Ezra keek verder dan zichzelf: 'Mijn God, ik schaam me, mijn God, ik ben te beschaamd om mijn gezicht naar u op te heffen, want onze zonden reiken tot boven ons hoofd en onze schuld is zo hoog als de hemel. Schuldig staan wij hier voor u - hoe kunnen we u zo onder ogen komen?' (Ezra 9:6,15). Opmerkelijk, want anders dan zijn tijdgenoten was Ezra tot op die dag God toegewijd geweest.

Hieraan kunnen wij een voorbeeld nemen. Als wij kijkend naar een monument pijnlijk getroffen worden door de slavenhandel van Nederlanders uit vorige eeuwen, is het terecht dat we in ons bidden daarop in de wij-vorm reageren: 'God, erg wat wij in die tijd mensen hebben aangedaan....' Mogelijk worden we op een bepaald moment gedeprimeerd door de ontkerstening die in Nederland gaande is. Dan is het goed in ons bidden onze gezamenlijke schuld te erkennen: 'Vergeef ons dat we zo de band met U hebben laten verslappen....'

<sup>9</sup> Zie onder meer: Psalm 103:1,2,20-22; 104:1; 105:1; 106:1; 107:1; 117:1; 118:1; 136:1; 146:1; 148:1; zie ook het herhaalde 'loof hem' in Psalm 150.

Op deze manier laten we zien dat we geen losse individuen zijn, maar mensen die een plaats innemen in hun land met zijn geschiedenis.

### *Onwetendheid*

Om dit alles hoort het een vast onderwerp te zijn van ons dagelijks gebed dat we ons falen tegenover God opbiechten en hem smeken ons dat falen niet aan te rekenen. Alleen, we maken het onszelf daarbij soms heel makkelijk. Dan volstaan we ermee in algemene bewoordingen God om kwijtschelding van onze schulden te vragen. Voor een deel is dat begrijpelijk. We doen God en onze naaste nogal eens onwetend tekort. Zo ontdekken ouders vaak pas hun falen tegenover hun kind als dat kind als volwassene met verwijten komt. Dan moeten ouders achteraf het pijnlijke feit onder ogen zien: wat zij, meestal met de beste bedoelingen, gedaan hebben, blijkt bij hun kind toch verkeerd uitgepakt te zijn.

Op dezelfde manier kunnen we denken God toegewijd te zijn terwijl we toch ongemerkt ernstige fouten maken tegenover hem. Terugkijkend op de afgelopen dag weten we dan niet precies waarin we tekortgeschoten zijn. Deze onwetendheid pleit ons niet vrij. We hebben ook vergeving nodig voor wat we voor onszelf niet aanwijsbaar verkeerd hebben gedaan. Om die reden bidt een psalmdichter: 'Spreek mij vrij van verborgen zonden' (Ps.19:13).

### *Zelfhandhaving of openheid*

Het kan gebeuren dat we in het vage blijven omdat we onszelf ongeschonden overeind willen houden. We weten het maar al te goed: een algemene erkenning dat we tekortgeschoten zijn doet niet zeer. De waarheid hiervan kunnen we in onze onderlinge gesprekken toetsen. Iemand zegt bijvoorbeeld in alle eerlijkheid: 'Ik ben een slecht mens'. Als jij dit beaamt en ook nog concretiseert: 'Inderdaad, je bent slecht, want jij hebt dit en dat gedaan' - dan jaag je de ander in de gordijnen en zal die vast giftig reageren. Een vage algemene schulderkenning is daarom gauw een holle uitspraak, die de betrokkene de kans geeft pijn te vermijden en zichzelf te handhaven. In dat geval erken je niet echt je schuld.

Overigens werkt het op de lange termijn wel terdege destructief als je je in je falen voor God afschermt. Zo zei David: 'Zolang ik zweeg, teerden mijn botten weg, kreunend leed ik, de hele dag. Zwaar drukte uw hand op mij, dag en nacht, mijn kracht smolt weg als in de zomerhitte.' Onbeledenen schuld kan dus als een stoorzender werken, die afbreuk doet aan je welbevinden - zoals ook opgekropte emoties iemand kunnen verteren. Maar de dichter bleef geen binnenvetter: hij kwam in alle openheid voor de dag met wat als een last op hem drukte, met alle heling van dien. In de woorden van de psalm: 'Toen beled ik u mijn zonde, ik dekde mijn schuld niet toe, ik zei: 'Ik beken de HEER mijn ontrouw' - en u vergaf mij mijn zonde, mijn schuld.' Als resultaat hiervan kon hij even later zeggen: 'Bij u ben ik veilig, u behoedt mij in de nood en omringt mij met gejuich van bevrijding.' Vandaar dat hij de psalm begon: 'Gelukkig de mens van wie de ontrouw wordt vergeven, van wie de zonden worden bedekt' (Ps.32:1,3-5,7).

### *Concreet*

Omdat we onze schuld aan God horen op te biechten en om het helende effect moeten we ons best doen concreet te zijn. Daarvoor is het nodig aan zelfonderzoek te doen. Soms hebben mensen kritisch commentaar van anderen nodig om oog te krijgen voor de eigen fouten. Dat is pijnlijk, want niemand ziet graag eigen falen onder ogen. Tegelijk is dat heilzaam, want pas dan kun je voluit je tekortkomingen aan God opbiechten, met als resultaat dat God je door zijn vergeving in de ruimte zet. Vergeving vragen is dus geen deprimerende activiteit. Uiteraard word je er niet vrolijk van als je je eigen tekortkomingen tegenover God uitstalt. Maar we krijgen van God als geschenk terug dat onze schulden niet meer meetellen voor hem en dus dat we weer volop kunnen genieten van 'de rijke genade die God ons in al zijn overvloed heeft geschonken' (Ef.1:7-8).

## **5.4 Moeiten voorleggen**

Een belangrijk onderwerp van ons bidden zijn onze moeiten. Het donkere van ons bestaan moeten we niet voor onszelf verstoppen en evenmin voor God. Die neiging hebben we wel eens. Dan doen we alsof er niets aan de hand is en duwen we onze problemen zoveel mogelijk op de achtergrond. Als er onverhoeds toch nare gevoelens bij ons boven komen, zoeken we gauw afleiding: de een zet de tv aan, de ander gaat actief in de weer, weer een ander troost zichzelf door iets lekkers te eten. Onze omgeving moedigt ons meestal niet aan het achterste van onze tong te laten zien. Je hoeft maar even met iets verdrietigs te komen, of de 'troostwoorden' komen je al tegemoet: 'Je moet maar denken: het kan nog erger', of: 'Kop op, het gaat wel weer over'. En hoe vaak maken rouwende mensen het niet mee dat ze hun gesprekspartner haast zien denken: 'Heeft hij het er alweer over!'

### *Zwijgen tegenover God*

We geven onszelf en elkaar dus weinig ruimte om echt met onze moeiten voor de dag te komen en ze zo onder ogen te zien. In zo'n situatie zwijgen we er tegenover God soms ook over wat ons dwarszit. Misschien doen we dat niet eens opzettelijk. Maar als je het gevoel krijgt dat je door je verdrietige verhaal anderen lastig valt, kun je geneigd zijn God er eveneens buiten te laten. Er zijn christenen die vinden dat ze het van God zelfs verplicht zijn hun moeiten voor zich te houden: 'Een christen mag toch eigenlijk alleen maar blij zijn? Wat hebben we niet aan God te danken?'



Dan klopt het toch niet dat je met moeite voor de dag komt?' Zulke christenen kiezen ervoor in hun gebed alleen positieve gevoelens en gedachten tegenover God te uiten.

### *Ruimte voor klagen*

De Psalmen wijzen ons een andere weg. Hoe vaak klinken daarin geen klachten op. De ene dichter heeft het moeilijk omdat hij om zijn geloof door vijanden in het nauw wordt gebracht. Een tweede zit diep in de put omdat hij zwaar ziek is. Een derde heeft last van zijn schulden bij God. Herhaaldelijk is de dichter door zijn problemen ten einde raad en smeekt hij de Heer om uitkomst.<sup>10</sup> Voor deze dichters is het dus niet waar dat we ons tegenover God groot moeten houden. Omdat de Psalmen beschouwd kunnen worden als een leerschool in het gebed, is het voorkomen van vele klachten daarin betekenisvol voor ons. We hebben kennelijk alle ruimte in ons gebed uiting te geven aan ons verdriet en onze vragen.

Hier komt nog bij: naast God op de troon zit een hogepriester 'die met onze zwakheden kan meevoelen, juist omdat hij, net als wij, in elk opzicht op de proef is gesteld' (Heb.4:15; vgl. 2:18). Maar dan moeten we het deze hogepriester wel vertellen wat ons dwarszit. Het zou raar zijn als we met zo'n hogepriester in de hemel onze moeite zouden opkroppen vanuit de gedachte: 'Ik moet toch blij en dankbaar zijn.' We mogen het kwijt aan God als we met twijfels zitten, ons eenzaam voelen, angstig zijn, ons zorgen maken of rouwen over een verlies. En Christus, naast God op de troon, weet uit eigen ervaring waar we het over hebben. Laat dat voor ons een aansporing zijn om voor de dag te komen met de dingen waar wij last van hebben.

### *Vergaand klagen*

Uit de Psalmen blijkt dat we ver mogen gaan in het verwoorden van onze moeite. Soms zitten gelovigen daarmee: 'Ik ben kwaad op God, maar daarmee kan ik toch bij hem niet aankomen?' Waarom niet? Als je die emotie bij jezelf waarneemt, doe je er juist goed aan die met God te delen. Menselijk gesproken: God kan wel tegen een stootje.

Dit kan ik duidelijk maken door het bijbelse beeld van vader-kind. Stel dat een kind van zijn vader te horen krijgt: 'Jij moet een operatie ondergaan.' Dan bestaat de kans dat het kind daar angstig van wordt en woedend is op zijn vader: 'Hoe kan zijn vader hem dat nou aandoen?!' Misschien stormt hij op zijn vader af en slaat hij huilend met zijn vuistjes op de borst van zijn vader. Is dat kind daarmee fout bezig? Op dat moment is deze vraag buiten de orde en geldt alleen: dat kind zit stikkend vol met emoties en bij wie kan hij daarmee beter terecht dan bij zijn vader? Geen enkele echte vader zal zijn kind om deze actie afstraffen. Integendeel, wat die vader vast zal doen is: zijn kind stevig tegen zich aandrukken, totdat die snikkend tot rust komt.

Zo mogen ook wij in ons bidden ons best heftig tegenover God uitlaten. De psalmdichters gaan ons daarin voor. Maar liefst achttien maal laten ze hun emotionele 'waarom?' aan ons horen.<sup>11</sup> Bijzonder zijn ook de felle uitlatingen in Psalm 44: 'U hebt ons als slachtvee uitgeleverd, veel bracht de verkoop u niet op. U hebt ons bij de volken belachelijk gemaakt. Word wakker, Heer, waarom slaapt u?' (Ps.44:12-13,15,24).

### *Een grens in het klagen*

Tegelijk kan duidelijk zijn: er is een grens. We kunnen tegenover God er niet alles ongecontroleerd uit gooien, wat ons maar voor de mond komt. We moeten ons in ons gebed altijd bewust zijn van het niveauverschil tussen God en ons. Hoe vergaand we ons ook mogen uiten, we hebben dus nooit het recht op een respectloze manier tegen God tekeer te gaan.

Alleen, het is moeilijk aan te geven wanneer we echt over de schreef gaan. Denk hierbij aan Job. Je kunt rustig zeggen dat hij zich haast op een agressieve manier tegenover God heeft uitgesproken: 'Wanneer gunt u mij even rust, zodat ik kan slikken? Waarom hebt u mij tot mikpunt gekozen? Doet het u goed mij te verdrukken? Zoals u naar mijn fouten speurt! U weet dat ik onschuldig ben, maar niets kan mij uit uw macht bevrijden. Als ik mijn hoofd opricht, zult u mij bespringen als een leeuw. U bent wreed voor mij geworden' (Job 7:19-20; 10:3,6,16; 30:21).

Op deze taal van hem is Job later door God kritisch aangesproken: 'Wie is het die mijn besluit bedekt onder woorden vol onverstand?' Als understreping van deze vraag gaf God Job toen een verbale rondleiding door zijn schepping om duidelijk te maken dat hij geen partij was voor God. In reactie op dit alles erkende Job: 'Ik ben onaanzienlijk. Wat zal ik u antwoorden? Ik leg mijn hand op mijn mond. Ik doe er het zwijgen toe. Werkelijk, ik sprak zonder enig begrip, over wonderen, te groot voor mij om te bevatten. Daarom herroep ik mijn woorden' (Job 38:2; 40:4-5; 42:3,6). Dit lijkt doorzichtig: God maakte Job duidelijk dat hij fout bezig was geweest en Job erkende dat.

Er valt meer te zeggen. Allereerst is opvallend hoe God hem tot de orde riep: zijn terechtwijzing van Job gebeurde in alle vriendelijkheid. Dat valt extra op als we zien hoe God zich uitliet tegenover Jobs vrienden met hun foute theologie (kort gezegd: 'Dat Job ellende ondervindt, bewijst dat hij ernstig gezondigd heeft'). Hij zei tegen hen: 'Ik ben in woede ontstoken tegen jullie, omdat jullie niet juist over mij hebben gesproken, zoals mijn dienaar Job. Welnu, neem elk zeven jonge stieren en zeven rammen, ga daarmee naar mijn dienaar Job, zodat jullie een offer kunnen brengen voor jezelf. Job, mijn dienaar, zal voor jullie bidden, want ik ben alleen hem goedgezind' (42:7-8).

<sup>10</sup> Er zijn talloze klaagpsalmen, bijvoorbeeld: 3,5,6,18,22,28,38,44,56,74,79,80,88,102,130,143. Zie ook wat ik in § 4.2 geschreven heb over het betrekken van God bij je verdriet.

<sup>11</sup> Psalm 10:1; 22:2; 42:10; 43:2; 44:24-25; 49:9; 68:17; 73:16; 74:1,11; 79:10; 80:13; 88:15; 115:2.

Dat is opmerkelijk: God verklaart dat Job zich juist over hem heeft geuit, terwijl God hem daar eerder wel op heeft aangesproken. Hoe moeten we deze ogenschijnlijke tegenstrijdigheid uitlegen? Die vergelijking van zonet kan ons helpen. Stel dat die botsing met die vader een wat ouder kind betrof. Dan kun je je voorstellen dat die vader er na de operatie misschien nog eens op terugkomt: 'Weet je nog hoe je mij met je vuisten bewerkt hebt? Ik heb er toen niks van gezegd, want ik begreep wel waarom je dat deed: je was bang. Maar hoe kijk jij er nu tegenaan?' Tien tegen één dat zo'n kind dan erkent: 'Dat had ik niet moeten doen. Ik had u meer moeten vertrouwen.' Naar mijn inschatting was dat aan de orde in de ontmoeting tussen God en Job. God had het geaccepteerd dat Job in zijn wanhoop over al zijn ellende heftige uitspraken had gedaan over en tegen hem. Maar tijdens die ontmoeting zette God Job even stil: 'Hoe kijk je daar nu tegenaan als je je realiseert wie jij bent en wie Ik ben?' En toen kon Job niet anders dan toestemmen: 'Ik had beter mijn mond kunnen houden.'

### *Meer dan klagen*

Samengevat moeten er dus twee dingen gezegd worden. Allereerst moeten we oppassen met morele beoordelingen te komen als mensen zonder terughoudendheid hun onzekerheid, twijfel, angst, boosheid uitschreeuwen tegen God. De Psalmen en het boek Job maken ons duidelijk: we mogen ver gaan in het verwoorden van onze moeiten tegenover God. Zelfs als we heftige emoties hebben richting God hoeven we die niet in te slikken.

Hieraan moet wel toegevoegd worden: het zou niet goed zijn als we in het geval van moeiten bleven steken in heftigheid. Vroeg of laat moeten we naar de erkenning toegroeien: het is eigenlijk ongepast bij God met verwijten te komen aanzetten of opstandige taal uit te slaan. Met hoe veel vragen, verdriet en boosheid we ook zitten, we hebben geen reden wantrouwend te zijn tegenover God. Al snappen we niet hoe het allemaal werkt, rekenend met Gods liefde door Christus kunnen we ervan op aan: met hem komen we nooit bedrogen uit. We moeten het dan ook aanvaarden dat God ons geen opening van zaken geeft, zodat veel van zijn bedoeling ons onbekend blijft. Maar wat ons wel is bekendgemaakt is wat God door Christus met ons wil bereiken: dat we deel krijgen aan het eeuwige leven.

Om deze reden mag ons bidden niet in het voorleggen van moeiten opgaan. In bepaalde situaties kom je misschien niet verder dan tot het uiten van klachten. Daar is niks mis mee (zie § 5.1). Maar het zou erg zijn als het daarbij bleef. Dan verlies je de proporties uit het oog: jouw zaak, die bij jou zo veel emoties oproepen, gaat dan het zicht verduisteren op God met zijn zaak. Juist als we overweldigd worden door onze moeiten, is het belangrijk ernaar toe werken dat we verder kunnen kijken dan ons eigen ik. Dan lukt het ons langzaam aan om God weer te loven en te danken voor wat hij is, doet en geeft.

## **5.5 Verzoeken doen**

Door de apostel Paulus worden we aangespoord ons met onze vragen tot God te richten: 'Wees niet bezorgd, maar laat al uw wensen bij God bekend worden door te bidden en te smeken' (Fil.4:6).<sup>12</sup> Ook Petrus houdt ons voor: 'U mag uw zorgen op hem afwentelen, want u ligt hem na aan het hart' (1 Petr.5:7). Het is daarom een belangrijk onderwerp in ons bidden dat we God onze vragen voorleggen.

### *Niet ongeremd*

Alleen, we kunnen ons hier niet ongeremd laten gaan. Zo kun je God in je bidden niet lastigvallen met zaken die alleen maar bedoeld zijn om je leven te veraangenamen. Het is volgens mij bijvoorbeeld ongepast God te vragen dat je het nodige geld krijgt om een mobieltje met beeldscherm te kunnen kopen of dat alle verkeerslichten op groen staan als je haastig door de stad moet. We mogen God niet om alles vragen, wat we maar graag zouden willen hebben. Dan zouden we hem als een soort sinterklaas benaderen, die wij voor ons karretje spannen om de meest uiteenlopende wensen in te willigen. Zo moeten we niet met God omgaan.

Iets anders is dat je God wel terdege kunt loven of danken voor zaken die je leven plezieren. Neem dat mobieltje: het gaat te ver God hierom te vragen, maar intussen is zo'n apparaatje wel een wonder van techniek, mogelijk door wat God in zijn schepping heeft gelegd en de mens heeft laten ontdekken; met dat ding in je hand heb je reden God om zijn glorie te loven. Denk ook aan die groene verkeerslichten: het is erg ik-gericht God hierom te verzoeken, maar als die zich toevallig voordoen kun je God wel terdege danken voor dit minigeschenk.

Het stuit mij tegen de borst als mensen in zo'n situatie zeggen: 'God zorgt zo goed voor mij, want op weg door de stad schoten alle verkeerslichten op groen. Bovendien, de hele dag regende het, maar uitgerekend toen ik door de stad moest, was het droog. God is goed!'

Wat mij hierin tegenstaat? Allereerst het egocentrische, alsof God uitsluitend in de weer is om jou te gerieven. Daarnaast de parmantigheid, alsof jij in staat zou zijn de bedoeling van Gods bestuur te kunnen duiden. Mijn benadering is meer terughoudend: toevallig heb jij het geluk iets positiefs mee te maken (meer kun je niet zeggen want God heeft jou geen opening van zaken gegeven over zijn bedoeling hiermee); je bent daar blij mee en dankt daarom God, want uiteindelijk valt alles onder zijn bestuur.

Kortom, je kunt God voor meer zaken loven of danken dan waarom je hem kunt vragen.

---

<sup>12</sup> Aldus de Willibrordvertaling 1995; het NBV vertaalt: 'Wees over niets bezorgd, maar vraag God wat u nodig hebt.'

### *Vragen om wat nodig is*

Maar waar kunnen we God dan wel om vragen? Om hier meer zicht op te krijgen, is het goed naar Christus te luisteren. Toen hij zijn volgelingen op een bepaald moment aanspoorde om te bidden, vergeleek hij de biddende gelovige en God met een kind en diens vader (Mat.7:7-11; Luc.11:9-13). Maar wat vraagt het kind in Christus' vergelijking van zijn vader? Geen buitenissige dingen die hij best kan missen. Hij verzoekt zijn vader om vis, brood en een ei, dus om strikt noodzakelijke etenswaren. Als de desbetreffende vader zijn kind het gevraagde onthield, zou het van honger sterven. Hiermee stimuleert Christus ons te bidden om wat we broodnodig hebben.

Wat we broodnodig hebben wordt pas duidelijk als we doorlezen. Pal na deze passage over het bidden zegt Christus: 'Behandel anderen dus (!) steeds zoals je zou willen dat ze jullie behandelen' (Mat.7:12). Waar moeten we God dan ook vóór alles om bidden? Dat we in staat zijn gehoor te geven aan de opdracht tot liefde voor anderen. Als wij het hebben over verzoeken aan God, denken we gauw aan allerlei praktische zaken. Door zijn onderwijs over bidden bindt Christus ons op het hart: 'Vraag in elk geval om wat je nodig hebt voor je geestelijk bestaan.'

### *Vragen om de Geest*

In dit verband maakt Christus melding van zijn Geest. Willen wij als christen kunnen leven, dan is hij onmisbaar voor ons. Het is door de Geest dat er geloof bij ons ontstaat en dat we verbonden worden met Christus. Door zijn invloed worden we weerbaar tegenover Satan en vechten we tegen de macht van het kwaad in ons, met als resultaat: we leggen ons niet neer bij onze onwil en overwinnen al meer onze onmacht. Als vrucht van zijn werk in ons gaan we kwaliteiten vertonen als liefde, vreugde, geduld, zelfbeheersing (zie bijv. Rom.8:5-17; 1 Kor.2:9-16; Gal.5:16-25; Ef.6:11,17). De inzet van de Geest kunnen we daarom geen moment missen. Om dit alles moeten we in ons gebed God vóór alles vragen of hij met de kracht van zijn Geest werkzaam wil zijn in ons, zodat we trouw blijven aan God en groeien in toewijding aan hem.

### *Vragen om wat belangrijk is*

Blijkens het onderwijs van Christus hoeven we ons in ons vragen niet te beperken tot wat onmisbaar is voor ons leven als christen: het werk van de Geest. Christus heeft ons immers leren bidden: 'Geef ons vandaag het brood dat wij nodig hebben' (Mat.6:11; Luc.11:3; vgl. Spr.30:8-9). Hiermee wordt ons enerzijds geleerd ingehouden te bidden: we vragen alleen om brood en dat alleen voor vandaag. Anderzijds staat dat 'brood' kennelijk voor alles wat we nodig hebben om fysiek in leven te blijven, dus ook: drinken, kleding en onderdak. Zo stimuleert eveneens Paulus ons tevreden te zijn met 'voedsel en kleren'(1 Tim.6:8). Maar God kan om meer gevraagd worden dan dit basale. Zo formuleert Paulus het heel algemeen: 'Vraag God wat u nodig hebt' (Fil.4:6), terwijl Jakobus erop wijst: 'Komt een van u wijsheid tekort? Vraag God erom' (Jak.1:5). We mogen God dus vragen ons te geven wat op algemeen-menselijk vlak voor ons van belang is.

Daarbij kunnen we allereerst denken aan zaken die we voor onze taak nodig hebben. Daaronder vallen niet alleen onze betaalde werkzaamheden maar evengoed onze bezigheden in het gezin, in de kerk, op school of in de samenleving. Via onze taak komt ontzaglijk veel op ons af, altijd al maar zeker tegenwoordig nu zulke hoge eisen aan mensen worden gesteld. We hebben dan ook veel energie nodig om op de been te blijven en wijsheid om verantwoord bezig te zijn. Al biddend erkennen we dat we hier zelf niet voor kunnen zorgen. We vragen God of hij ons spankracht en inzicht wil geven, zodat we onze taak goed kunnen uitvoeren en de juiste beslissingen nemen op de kruispunten van ons leven. Meer specifiek: ouders kunnen vaardigheid vragen om goed met hun puberende zoon om te kunnen gaan; een scholier kan zijn repetitie aan God voorleggen; een kind kan al biddend aan zijn konijn denken; een zakenman vraagt wellicht om blijvende liquiditeit voor zijn bedrijf.

### *Beperkt zicht*

Hier liggen wel problemen: ons zicht op wat wij nodig hebben en op onze taak zelf, is maar beperkt. Zo kunnen wij het fout inschatten wat we voor onze taak nodig hebben. Denk aan Paulus. Die werd geteisterd door 'een doorn in het vlees', wat dat ook geweest mag zijn. Ongetwijfeld werd hij hierdoor gehinderd bij de uitvoering van zijn werk. Verschillende keren bad hij of God hem hiervan wilde bevrijden. Hij kreeg niet waar hij om vroeg. God maakte Paulus duidelijk dat die 'doorn' juist goed was voor hem: daardoor werd hij ervan doordrongen dat hij genoeg had aan Gods vergevende gunst (2 Kor.12:7-9). Dat kan dus: je vraagt ergens om in de stellige overtuiging dat het gevraagde onmisbaar is voor je taak, maar God oordeelt anders en geeft jou het gevraagde niet.

Mogelijk is ook: we denken een bepaalde taak te hebben maar God heeft op een bepaald moment iets anders met ons voor. Bijvoorbeeld, je staat 's morgens op om je weer met je beroep bezig te houden maar even later ben je geveld door een herseninfarct. In één klap is daarmee je taak veranderd: voorlopig kun je je niet meer aan je beroep wijden maar moet je met jezelf aan de gang.

Als we God om dingen vragen die wij nodig achten voor onze taak, moeten we uit eerbied voor God dus rekening houden met ons beperkte zicht. Algemene vragen om kracht en wijsheid zijn in verschillende situaties toepasbaar. Maar zijn onze vragen concreet, alleen passend bij één specifieke situatie, dan doen we er goed aan bescheiden te formuleren: 'Als U het goed vindt, wilt U dan...', of: 'Het zou mooi zijn als...'. Zo laten we merken dat we het erkennen dat God vrij is in zijn keuzes. Ik wil misschien graag dat mijn project vandaag geslaagd afgerond wordt, maar God kan iets anders voor mij in gedachten hebben. Bij hem ligt de beslissing.

### *Niet ten koste van de ander*

Op algemeen-menselijk vlak mogen we natuurlijk meer aan God voorleggen dan wat met onze taak samenhangt. Er zijn immers vele andere zaken die wij als belangrijk ervaren: de viering van een feest, het houden van vakantie, kunnen genieten van muziek, het onderhouden van relaties. Op al die gebieden kun je God verzoeken doen.

Er is hier wel een beperking. Al vragend moeten we ons niet laten gelden ten koste van een ander. Stel, in een hete, droge zomer gaat een klas op schoolreisje. Volgens mij is het dan niet juist vóór het vertrek God om een zonnige dag te vragen, want de kans is groot dat de boeren in die streek smeken om regen. In zo'n situatie lijkt het me passender alleen te vragen om een fijne dag. Nog een voorbeeld: iemand doet mee aan een sportwedstrijd. Dan lijkt het mij egoïstisch dat je bidt of jij de wedstrijd mag winnen, want jouw overwinning betekent andermans nederlaag. Veel beter is, wat ik wel eens van een christen-sporter heb gelezen, dat je bidt voor een sportieve wedstrijd.

Volgens mij geldt deze beperking niet zodra je op het terrein komt van je taak. Zo lijkt het me terecht dat je God erom vraagt of je sollicitatie mag slagen. Jouw succes betekent weliswaar meteen andermans mislukking, maar intussen gaat het in jouw geval om een belangrijke zaak in je leven. Daarom lijkt het me ook geoorloofd dat iemand die wacht op een transplantatie bidt om de beschikbaarheid van een ruihart - al betekent die beschikbaarheid meteen de dood van een ander. Goed beschouwd bidt zo iemand alleen om de verlenging van het eigen leven en dat verzoek mag je altijd doen aan God.

In het geval van tegenstrijdige belangen is het dus onvermijdelijk dat mensen tegen elkaar in bid-den. Als zo'n situatie zich kennelijk voordoet, is het goed dat je deze tegenstrijdigheid tegenover God probeert te verwoorden door op zijn minst de ander aan God op te dragen.

### *Geen eisende houding*

Dat in dit onderdeel op allerlei problemen en beperkingen is gewezen, maakt de verhouding duidelijk die tussen God en ons bestaat. Wij verkeren beslist niet in de positie dat we God eisen kunnen stellen. Als nietige, schuldige mensen hebben we nergens recht op. Toegegeven, als we God om iets smeken, mogen we een beroep doen op Gods beloften. Dat deed Mozes. Toen God Israël dreigde uit te roeien, hield Mozes God heel vrijmoedig voor: 'Denk toch aan uw dienaren Abraham, Isaak en Israël, aan wie u onder ede deze belofte hebt gedaan: "Ik zal jullie zo veel nakomelingen geven als er sterren aan de hemel zijn, en het hele gebied waarvan ik gesproken heb zal ik hun voor altijd in bezit geven".' En bij een latere gelegenheid: 'Laat daarom zien hoe groot uw verdraagzaamheid is, Heer. U hebt immers zelf gezegd: "De HEER is geduldig en trouw, schuld en misdaad vergeeft hij".'<sup>13</sup> Zo mogen wij God herinneren aan zijn belofte dat hij ons zijn Geest zal geven of dat hij ons trouw zal blijven.

Intussen blijft het ongepast te proberen God iets af te dwingen. Onze positie bij God is die van een bedelaar, die zijn lege, vuile handen ophoudt. In ons vragen aan God moeten we ons dus bescheiden opstellen: we zijn aangewezen op zijn onverdiende gunst. Maar juist daardoor kunnen we erop vertrouwen dat we met God niet bedrogen uitkomen: onze bedelaarshanden worden royaal door hem gevuld. Vaak anders dan wij graag zouden zien maar uiteindelijk zoals voor ons goed is. Daar kunnen we van op aan, God kennende in zijn liefde voor ons.

### *Niet zeuren*

In dit verband is het goed erop te wijzen dat ook zeuren ongepast is. Dat moeten we overigens niet te gauw zeggen, want nadrukkelijk worden we aangespoord om vol te houden met ons bidden (zie § 6.3). Maar op een gegeven moment kan het moment daar zijn dat je over iets moet ophouden. Alleen, wanneer ontaardt ons vragen aan God in zeuren? Je kunt verdedigen: als God jou duidelijk heeft gemaakt dat Hij niet gaat geven waarom je vraagt. Dit criterium geeft geen afdoende houvast, want doorgaans krijgen we geen rechtstreekse aanwijzingen van God maar moeten we die afleiden uit de feiten van ons leven. Maar wanneer moet je dan vaststellen dat je van God kennelijk moet stoppen met vragen?

Stel dat je al tijden bidt voor je kind of die alsnog zijn hart aan Christus gaat geven; moet je daar dan mee ophouden als je na bijvoorbeeld vijf jaar geen spoor van verandering bij hem opmerkt? Ik denk dat de meeste ouders levenslang doorgaan met dit gebed. Moet dat gebed dan als zeuren gekwalificeerd worden? Ik zou dat beslist niet durven zeggen.

Een ander voorbeeld: moet je als zieke stoppen met bidden om genezing als de specialist jou heeft opgegeven? Maar God kan toch buiten de medische inzet om een wonder doen? Die mogelijkheid geeft ons inderdaad de ruimte te blijven vragen om genezing. Maar je kunt je ook de benadering voorstellen dat een zieke na de fatale diagnose van de specialist voor zichzelf concludeert: 'Gods weg met mij is dus dat ik binnenkort aan deze ziekte zal overlijden.' Welke zieke heeft gelijk met zijn benadering?

Er zijn kennelijk geen algemene regels te formuleren wanneer je met je vragen aan God kunt doorgaan en wanneer je moet stoppen. De betrokkene moet voor zichzelf duidelijkheid proberen te vinden of zijn herhaalde vraag aan God nog kan of niet. De ene keer concludeer je voor jezelf dat je nog altijd ruimte hebt om je vraag te herhalen. Maar een volgende keer kom je tot een andere slotsom: 'Ik moet mezelf voorhouden te stoppen met vragen.' En waarom? Omdat Gods antwoord aan jou naar jouw idee duidelijk is: je hebt voortaan de opdracht je huidige situatie als een gegeven onder ogen te zien, hoe pijnlijk dat ook is.

---

<sup>13</sup> Exodus 32:9-14 (na Israëls overtreding met het gouden kalf); Numeri 14:11-20 (na Israëls opstand in reactie op het ontmoedigende rapport van tien van de twaalf verkenners).

Dit zijn geen makkelijke afwegingen. Daarom is het goed dat mensen die dit aangaat anderen erbij betrekken om hun voorlopige conclusie te toetsen. En helemaal onmisbaar is dat je je moeite aan God voorlegt.

#### *Meer dan verzoeken*

Tenslotte: we moeten ervoor oppassen dat ons bidden gedomineerd wordt door onze verzoeken. Dat risico lopen we wel, want in onze beleving is wat wij aan God voorleggen belangrijk, zo niet onmisbaar voor ons. Daarom is het noodzakelijk ons te realiseren dat maar één ding echt wezenlijk is: onze verbondenheid met de Vader, de Zoon en de Geest. Horen we bij God, dan kunnen we desnoods al het andere missen. Als zijn kind hebben we uitzicht, hoe onze omstandigheden ook mogen zijn. Dit gegeven maakt onze algemeen-menselijke verzoeken heel betrekkelijk en helpt ons meer ontspannen om te gaan met wat wij op dit vlak aan God vragen.

### **5.6 Voor anderen bidden**

Telkens worden we in het Nieuwe Testament opgeroepen voor andere mensen te bidden. Allereerst moeten we bidden voor onze medegelovigen: 'Blijf waakzaam en bid voortdurend voor alle heiligen' (Ef.6:18). Daarmee volgen we Christus na, die vlak voor zijn gevangenneming uitvoerig bad voor zijn apostelen, 'voor de mensen die u mij hebt gegeven', alsook voor de latere gelovigen, dus 'voor allen die door hun verkondiging in mij geloven' (Joh.17:9,20).

Biddend voor anderen stappen we in het voetspoor van Paulus, die in zijn gebeden altijd aandacht had voor de gemeenten die hij had gesticht en voor zijn medewerkers (Rom.1:8-9; Fil.1:3-4; Kol. 1:3,9; 1 Tess.1:2-3; 2 Tim.1:3).

Een dergelijke voorbede spreekt eigenlijk vanzelf. We spreken God immers aan als 'onze Vader'. Als gelovigen zijn we dus lid van een uniek gezin. Maar dan heb je ook hart voor je medegezinsleden. En wat ligt er dan meer voor de hand dan dat je hen met hun vreugden, moeiten en tekorten toevertrouwt aan God. Al biddend vraag je hem om zijn bescherming, zorg, vernieuwende kracht.

#### *Onze naasten*

Wat bij mijn weten in de Bijbel nooit expliciet als een opdracht genoemd wordt, is de voorbede voor je eigen man of vrouw, je kinderen en je verdere familieleden. Wel vertelt de Bijbel hoe Job de gewoonte had om na een feestweek van zijn kinderen een reinigingsritueel te organiseren. 'Hij stond dan 's ochtends vroeg op om voor elk van hen een offer te brengen, want hij dacht bij zichzelf: Misschien hebben mijn kinderen wel gezondigd en God in hun hart vervloekt. Job deed dit telkens weer' (Job 1:5). Hier is geen sprake van voorbede, maar het ritueel dat Job uitvoert ligt er wel dicht tegenaan.

Maar al maakt de Bijbel er geen melding van, eigenlijk spreekt het vanzelf dat je in het voordeel bidt van hen met wie je je verbonden weet door de banden van het huwelijk, het gezin, de familie of van vriendschappen. Al die mensen in je directe omgeving gun je het beste, waarom je graag Gods aandacht en liefde voor hen vraagt.

Het lijkt me hierbij een goede zaak als we het tegen mensen die ons nastaan soms ook zeggen dat we voor hem of haar bidden. Niet alle christenen zijn daar even makkelijk in, maar de apostel Paulus is ons hierin voorgedaan, zoals uit zijn brieven blijkt. Een dergelijke mededeling kan de ander goed doen. Zeker als die zelf moeite heeft met bidden, kan het hem/haar steun geven te weten dat een ander hem/haar geregeld aan God opdraagt. Maar ook afgezien daarvan zet zo'n mededeling de verhouding tussen jou en die ander in een bemoedigend kader.

#### *De mensen in onze omgeving*

In onze voorbede moeten we ons niet tot de genoemde mensen beperken. Niet alleen onze medegelovigen, familie en vrienden moeten we aan God opdragen maar alle mensen in onze omgeving. In de woorden van Paulus: 'Ik vraag dat er voor alle mensen gebeden wordt, dat er smeekbeden, voorbeden en dankgebeden voor hen worden uitgesproken.' De apostel heeft daar ook een argument voor: 'God, onze redder, wil dat alle mensen worden gered en de waarheid leren kennen' (1 Tim.2:1-4). Dat maakt duidelijk waarop ons bidden voor de mensen gericht moet zijn. Het is waar, zijn we betrokken bij alle ellende in de wereld en herkennen we mensen als mede-schepselen van God, dan vragen we God ook of hij hun vrede, gezondheid en levensonderhoud geeft. Maar blijkens Paulus' woorden moeten we God er vooral om bidden dat ze vertrouwd raken met Christus, die immers de weg, de waarheid en het leven is (vgl. Joh.14:6).

Paulus bepleit eveneens te bidden voor wie een verantwoordelijke positie innemen in onze samenleving: 'Bid voor alle koningen en gezagsdragers.' Daaraan voegt hij toe: 'opdat we rustig en ongestoord kunnen leven, in alle vroomheid en waardigheid' (1 Tim.2:2). Dit kunnen we zo lezen dat we uit eigenbelang voor machthebbers moeten bidden. Immers, Paulus lijkt als doel van ons bidden te noemen dat de machthebbers daardoor hun taak wellicht zo gaan uitvoeren dat wij hierdoor een goed leven hebben.

Je kunt het ook anders uitleggen: door voor machthebbers te bidden, veranderen wij onze houding tegenover hen. Hoe vaak zijn we niet ontevreden over wat de overheid doet of nalaat en maken we ons daar kwaad om. Nee, zegt Paulus: je moet niet je vuisten ballen maar je handen vouwen. Dan help je jezelf om rustig en waardig te leven.<sup>14</sup>  
Hoe dit ook zij: in ons bidden moeten we aandacht hebben voor mensen die buiten de kerk leiding geven.

### *Onze vijanden*

We moeten nog één stap verder zetten, want Christus houdt ons voor: 'Ik zeg jullie: heb je vijanden lief en bid voor wie jullie vervolgen' (Mat.5:44). Voor hem waren dit niet alleen maar mooie woorden. Op het dieptepunt van zijn aardse leven, toen hij aan het kruis werd gespijkerd, heeft hij dit woord van hem zelf in praktijk gebracht. Hij bad namelijk: 'Vader, vergeef hun, want ze weten niet wat ze doen' (Luc.23:34). Later heeft Stefanus hem hierin nagevolgd. Onderwijl hij met stenen doodgegooid werd, riep hij luidkeels: 'Heer, reken hun deze zonde niet aan!' (Hand.7:60). In overeenstemming hiermee spoort Paulus ons aan: 'Zegen uw vervolgers; zegen hen, vervloek hen niet' (Rom.12:14). Deze aansporing heeft hij ook zelf toegepast. Toen hij door een aantal mensen in de steek was gelaten, sprak hij als een soort gebed uit: 'Moge het hun niet worden aangerekend' (2 Tim.4:16).

Soms wordt gemeend dat het Nieuwe Testament hierin het Oude Testament achter zich heeft gelaten. In de Psalmen staan immers uitspraken als: 'Geef hun wat ze verdienen, vergeld hun naar hun daden, laat hen voor hun misdrijven boeten. Voor uw daden, HEER, hebben ze geen oog. Breek hen af, bouw hen niet meer op' (Ps.28:4-5). En ook: 'God, breng de zondaars om, ze spreken kwaad-aardig over u. Zou ik niet haten wie u haten, HEER? Ik haat hen, zo fel als ik haten kan' (Ps.139:21-22). Strijdt dat niet met de vergevingsgezinde opstelling die ik zonet noemde?

Het voert te ver dit onderwerp hier uitvoerig te bespreken. In elk geval moet bedacht worden dat deze dichters geen uiting geven aan persoonlijke wraakzucht: ze maken zich kwaad op mensen omdat en voor zover die zich tegen God keren. Dat deed Paulus ook: 'Wanneer iemand u iets verkondigt dat in strijd is met wat u hebt ontvangen - vervloekt is hij!' (Gal.1:8-9). En daarin bleef hij op één lijn met Christus, die soms fel uithaalde: 'Wee jullie, schriftgeleerden en Farizeeën, huichelaars. Slangen zijn jullie, addergebroed, hoe denken jullie te kunnen ontkomen aan een veroordeling tot de Gehenna?' (Mat.23:29,33). In al deze gevallen wordt het bestraffen van zulke vijanden van God overgelaten aan God zelf. Het is daarom nog altijd wettig God te vragen of hij mensen die dwaalleer uitdragen of zich misdadig gedragen hoe dan ook wil stoppen.

Tegelijk geldt: als je zulke vijanden van God beziet als schepsel van God, als medemens, hoor je in opdracht van Christus in hun voordeel te bidden. Dat is nog al wat: bidden voor mensen die anti-Christus zijn en jou als christen dwarszitten. Maar dan moet je in je gebed zeker de mensen opdragen aan wie jij op algemeen-menselijk vlak een hekel hebt, waardoor ook, bijvoorbeeld: een broer die je slecht behandeld heeft, een collega die je heeft benadeeld, een chef die je dwarszit, een kennis die je heeft zwartgemaakt.

Deze voorbede voor vijandige of onsympathieke mensen is niet makkelijk. Je moet ingaan tegen je eigen emoties van boosheid, verdriet, afkeer. Toch is het uitermate belangrijk dat we ons hiertoe zetten. Op deze manier brengen we de opdracht in praktijk dat we onze naaste liefhebben als onszelf. Tegelijk helpen we onszelf al biddend om aan dit gebod tot liefde te kunnen voldoen. Concreet: als je 's avonds welgemeend in het voordeel bidt van een vijandig of onsympathiek iemand, verandert diens gezicht in het gezicht van iemand die net als jij schepsel van God is en net als jij aangewezen is op redding door Christus. Op die manier maak je al biddend het jezelf onmogelijk dat je die ander overdag links laat liggen. Voorbede is zo een uiting van liefde en tegelijk een stimulans tot liefde.

## **5.7 Beroep doen op Christus**

Vaak sluiten christenen hun gebed af met de formule: 'in Christus' naam', of: 'in Jezus' naam'. Dit sluit aan bij wat Jezus pal vóór zijn gevangenneming en kruisiging tegen zijn apostelen heeft gezegd: 'Wat jullie in mijn naam vragen, dat zal ik doen, zodat door de Zoon de grootheid van de Vader zichtbaar wordt', en ook: 'Ik verzeker jullie: wat je de Vader ook vraagt in mijn naam - hij zal het je geven' (zie: Joh.14:12-14; 15:16; 16:23-24; vgl. Mat.18:19). Daarmee gaf Christus zijn apostelen de bevoegdheid namens hem op te treden en hij beloofde daarbij: wat zij maar als apostel met een beroep op hem aan God zouden vragen, God zou hun dat geven. Zij zouden dus Christus op aarde vertegenwoordigen, maar dat niet alleen: ze zouden ook zijn glorie voor mensen zichtbaar maken en daarmee God de eer geven die hem als bron van alles toekomt. Lezen we het boek Handelingen, dan blijkt het precies zo te zijn uitgekomen als Christus beloofde. Telkens als de apostelen een beroep deden op Jezus' naam, verrichtten ze 'tekenen en wonderen': zieken vonden genezing, mensen werden bevrijd van demonen, doden werden levend (Hand.3:6-8,16; 4:29-30; 9:40; 16:18).

---

<sup>14</sup> Deze uitleg heb ik ontleend aan: J. van Bruggen, 'Een stil en rustig leven'. Artikel in *De Reformatie*, 53e jaargang no. 46, 9 september 1978.

### *In Christus' naam*

Naar mijn oordeel hebben wij, latere gelovigen, niet diezelfde bevoegdheid en belofte gekregen als de apostelen.

Ik vind het veelzeggend dat in Hebrëeën 2 in de verleden tijd wordt gesproken. Er wordt kennelijk teruggekeken naar de tijd en het werk van de apostelen. Zo wordt over onze redding gezegd dat 'die begonnen is met de woorden van de Heer', en dat 'die voor ons bevestigd werd door hen die deze woorden hebben gehoord. Ook God zelf getuigde daarvan, door tekenen en wonderen en allerlei grote daden te verrichten' (Heb.2:3-4).

Eveneens in het slot van het Evangelie naar Marcus wordt het verrichten van wonderen gekoppeld aan het optreden van de apostelen: 'En zij gingen op weg om overal het nieuws bekend te maken. De Heer hielp hen daarbij en zette hun verkondiging kracht bij met de tekenen die ermee gepaard gingen' (Mar.16:17-20). Vergelijk ook hoe Paulus 'tekenen en wonderen' rekent tot 'wat een apostel tot apostel maakt' (2 Kor.12:12).

Toch denk ik dat ook wij nog altijd de formule 'in Christus' naam' of 'in Jezus' naam' in de strikte zin van het woord kunnen hanteren. Van sommige zaken weten we namelijk dat Christus, met instemming van zijn Vader, eraan werkt die waar te maken, bijvoorbeeld: de komst van zijn koninkrijk, de hulp van zijn Geest, zijn beschermende nabijheid (vgl. Hand.1:3,6-8; Mat.28:20). Die zaken kunnen we dan ook namens Christus aan God voorleggen, in het volste vertrouwen dat God geeft waar we om vragen. Ons bidden is in dat geval in de lijn van wat Christus maar eveneens de Vader zelf wil.

### *Om Christus' wil*

Gewoonlijk gebruiken we de genoemde formule in een ruimere betekenis, in die zin dat we daarmee tegenover God een beroep doen op Christus. Dan fungeert 'in Christus' naam' als een synoniem van 'om Christus' wil'. Daarbij doen we allereerst een beroep op Christus' plaatsvervangend lijden en sterven, waarmee hij zo'n tweeduizend jaar geleden geboet heeft voor ons falen tegenover God en mensen. Daarnaast beroepen we ons op het werk waarmee Christus tot op de dag van vandaag in de hemel bezig is: pleiten voor ons (Rom.3:23-27; 4:24-25; 8:34; Heb.7:25; 9:24; 1 Joh.2:1-2). Door ons gebed af te sluiten met 'om Christus' wil' vragen we in feite aan God: 'Wilt U naar ons te luisteren en op ons bidden reageren ter wille van Christus met zijn verzoenend offer op aarde en zijn priesterlijk pleidooi in de hemel.'

### *We hebben Christus nodig*

Dit beroep op Christus' offer en pleidooi hebben we nodig. Het is immers beslist niet vanzelfsprekend dat God een open oor voor ons heeft en ons van het nodige voorziet. Integendeel, door ons falen hebben we letterlijk alles bij God verbeurd. Dat we met ons gebed bij God terecht kunnen is uitsluitend te danken aan zijn vergevende liefde door Christus. Via ons bidden hebben we dan ook toegang tot God omdat Christus heeft betaald voor onze tekorten en nog altijd in ons voordeel bidt. Door deze vroegere en tegenwoordige inzet van hem maakt Christus onze tekorten ongedaan, inclusief de tekorten die in ons bidden aanwezig zijn (zie ook §2.3). Op grond van Christus' inzet is God onze Vader en kunnen we ervan overtuigd zijn dat ons bidden zin heeft.

We kunnen het nog anders zeggen: Christus noemt zichzelf de enige betrouwbare weg naar de Vader.<sup>15</sup> Alleen als we ons aan Christus vastklampen, kunnen we 'zonder schroom naderen tot de troon van de Genadige', in het volste vertrouwen dat we daar 'telkens als we hulp nodig hebben barmhartigheid en genade vinden' (Heb.4:16; vgl. 10:19-20). Dat is bemoedigend, ook als we overspoeld worden door allerlei negatieve gevoelens over onszelf als christen of als bidder. Verbonden met Christus kunnen we ervan op aan: onafhankelijk van wat we bij het bidden al of niet beleven, ons gebed komt aan bij God. Al zijn we met ons lichaam op aarde, met onze biddende woorden zijn we in de hemel.

Dat klinkt allemaal mee als we ons gebed afsluiten met 'om Christus' wil'.

## **6 Vragen over ons bidden**

Bidden kan om allerlei redenen een moeizame bezigheid zijn. Dat kan voor mensen soms een aanleiding zijn zich van bidden af te maken. Daarom is het zinnig eens stil te staan bij vragen die hier gesteld kunnen worden, in de hoop dat moeiten bij het bidden weggenomen of in elk geval verkleind worden.

### **6.1 Hoe bevorderen we afwisseling en concentratie?**

In ons bidden keren de zes genoemde onderwerpen (zie hfdst.5) aldoor terug doordat we ze regelmatig, zo niet dagelijks ter sprake brengen. Geen wonder dat we nogal eens dezelfde woorden en dezelfde zinswendingen gebruiken. Hieraan kunnen we nooit helemaal ontkomen. Volgens mij hoeft dat niet erg te zijn, want laten we niet vergeten: door ons het Onze Vader in de mond te leggen, heeft Christus ons in feite een formuliergebed geleerd. We hoeven er dan ook niet mee te zitten dat we in ons bidden telkens ongeveer dezelfde formuleringen gebruiken.

---

<sup>15</sup> De zinsneden van Johannes 14:6 kunnen we op deze manier in elkaar schuiven.

Daar is één voorwaarde aan verbonden: we moeten wel met hart en ziel bidden door betrokken te zijn bij wat we tegenover God uitspreken. We kunnen het niet maken gedachteloos te bidden. Met name aan tafel na het eten gebeurt dat maar al te vaak, met als gevolg dat gezinsleden zich een tijdje erna soms afvragen: 'Hebben we al gebeden?' Als we God respecteren en onszelf als christen serieus nemen, doen we ons best dat te voorkomen.

Mijns inziens is dat haalbaar. Zelfs mensen die elke dag het Onze Vader uitspreken, kunnen dat nog altijd heel bewust doen. Die proeven als het ware de woorden en zinnen van dit gebed, waardoor ze goed weten waarmee ze bezig zijn. Zo kunnen we ook onze zelf-verwoorde gebeden met volle aandacht bidden, al zijn de formuleringen ervan ons overbekend.

### *Afwisseling*

Dit neemt niet weg dat het goed is je formuleringen af te wisselen om zo nog beter sleur te voorkomen. Die afwisseling kun je op verschillende manieren bereiken.

Allereerst kun je bidden na en in aansluiting aan het lezen van een bijbelgedeelte. Al bijbellezend doe je om zo te zeggen materiaal op voor je gebed, zodat je de verschillende onderwerpen anders gaat invullen dan je van jezelf wellicht geneigd zou zijn. Trouwens, het is principieel gezien ook een goede volgorde: eerst luister je naar Gods Woord en dan kom je met je antwoord. Je kunt dit zo aanpakken dat je na je bijbellezing je afvraagt: 'Op welke punten zet deze bijbeltekst me aan tot:

- het loven en/of danken van God voor wat hij is, doet of geeft?
- het vragen om vergeving voor concrete schuld en om verandering van mezelf?
- het verwoorden van moeiten en uiten van emoties?
- het doen van verzoeken aan God voor mezelf en anderen?'

Een andere methode is dat je de genoemde vragen stelt naar aanleiding van wat je de afgelopen dag allemaal hebt meegemaakt. Behalve dat je daardoor je bidden varieert, bevordert je dat je al biddend jezelf geeft in je spreken tot God.

Een derde middel om afwisseling te bereiken is dat je een weekrooster maakt waarbij je de zes genoemde onderwerpen per dag een andere invulling geeft. Bijvoorbeeld: zondag loof je God om zijn glorie in de natuur; maandag prijs je hem om wat hij de mens aan techniek heeft laten ontwikkelen; dinsdag dank je hem voor de relaties die hij aan jou heeft gegeven; woensdag loof je hem dat hij zich door zijn Woord, door Christus aan ons heeft bekendgemaakt, enzovoort. Zo kun je eveneens de mogelijke voorbede-thema's spreiden over de dagen van de week: zondag voor je familie; maandag voor de werkers in je gemeente, dinsdag voor de uitstraling van de gemeente naar buiten, woensdag voor vervolgd christenen, enzovoort.

### *Concentratie*

Door op deze manier te variëren in je bidden, bevordert je meteen je concentratie. Toch kan het gebeuren dat je tijdens je bidden je aandacht er moeilijk bij kunt houden, ondanks de afwisseling in je formuleringen. Ongemerkt dwalen je gedachten weg, zodat er geen lijn meer zit in je gebed en je opeens aan heel andere dingen denkt. Dit gebrek aan concentratie kan allerlei oorzaken hebben: misschien is het gewoon een zwak punt van je; je bent erg moe; je hebt net heftige indrukken opgedaan door wat je voor tv hebt gezien of van iemand hebt gehoord. Daardoor kunnen er storende overwegingen bij je opkomen die je niet van je af kunt zetten.

Er zijn verschillende manieren waardoor je dit afdwalen tijdens je bidden kunt tegengaan en weer intens bij je gebed betrokken kunt worden.

Allereerst is het wijs jezelf op een rustige plek terug te trekken, zodat je niet afgeleid wordt door je besef dat er iemand anders aanwezig is.

Concentratie wordt ook gestimuleerd als je tijdens het bidden een actieve houding aanneemt. Wie liggend in bed bidt, moet niet verbaasd zijn dat hij telkens wegsuft. Om jezelf te helpen helder te blijven kun je beter rechtop gaan zitten - voor zover je tenminste niet te ziek of gehandicapt bent om dat te kunnen doen.

Een optie is verder dat je niet stil in je hoofd bidt maar dat je dit al fluisterend of zelfs hardop doet. Dat zijn wij ontwend. Als we in ons eentje bidden, doen we dat meestal zonder iets te zeggen: we denken onze woorden alleen. Daar is niets op tegen, maar dan zijn we er wel kwetsbaarder voor dat zich andere gedachten aan ons opdringen. Dat kun je tegengaan door je gebed meer of minder luid uit te spreken. We krijgen de indruk dat dit vroeger zelfs de gewoonte was. Denk maar aan Hanna: toen zij in zichzelf bad, waarbij alleen haar lippen bewogen, dacht Eli dat ze dronken was (1 Sam.1:12-13). Hoe dit ook zij, je eigen stem horen tijdens je bidden kan helpen je te concentreren.

Ondanks al deze acties zal het toch steeds weer gebeuren dat zich storende gedachten aandienen tijdens ons bidden. Meestal proberen biddende mensen die weg te dringen. Dat zal haast nooit werken, want het is een psychische wet: hoeveel te meer je probeert ergens niet aan te denken, des te sterker zal die gedachte jou bezighouden. Veel beter is het die storende gedachte op de een of andere manier in je gebed te verwerken. Dat zo'n gedachte zich aan jou opdringt, is niet voor niets. Kennelijk betreft die een zaak die op dat moment belangrijk is voor jou. Dan doe je er goed aan die zaak in je bidden mee te nemen, met als resultaat dat je gedachte eraan niet meer storend is. Integendeel, zo betrek je God juist bij wat blijkbaar voor jou leeft, en dat is opbouwend voor je band met God.



## 6.2 Luistert God wel?

Als een kind zijn klachten en wensen aan zijn vader voorlegt, kan hij ervan op aan: zijn vader luistert naar hem. Dit betekent niet alleen dat die vader de uitlatingen van zijn kind aanhoort. Dat kan namelijk afstandelijk gebeuren. Echt luisteren houdt altijd meteen in dat je je betrokkenheid toont bij iemand. Zo zal ook een vader zijn kind laten merken dat hij naar hem luistert en dat diens woorden hem ter harte gaan.

Nog veel sterker kunnen wij ervan op aan: als we tot God bidden, bereiken we hem met onze woorden. Hij hoort wat we hem allemaal voorleggen. Alleen, in het geval van God kunnen we dat niet hardmaken. Hij maakt het ons meestal niet aantoonbaar duidelijk dat hij luistert. Juist om die reden is bidden nogal eens problematisch voor mensen. Vaak merken we niks van God, voelen we geen contact met hem. We kunnen het idee hebben dat we tegen het plafond praten en dus met onze woorden niet verder komen dan de ruimte waar we zijn.

### *Geen reactie*

Het punt hierbij is nog niet eens dat God onzichtbaar is voor ons maar dat we geen merkbare reactie van hem krijgen. Denk aan een telefoongesprek: al hebben we geen oogcontact met onze gesprekspartner, we praten door zolang we aan de andere kant van de lijn maar iets van de ander horen: diens ademhaling, een kuchje, een kort 'ja' of 'nee'. Daardoor weten we dat ons praten overkomt. Zo gauw het een tijd stil is aan de andere kant, vragen we meteen: 'Ben je er nog?' Als er dan nog geen reactie volgt, verbreken we de verbinding.

Maar als we bidden, laat God meestal niks van zich merken. Begrijpelijk dat bij mensen de gedachte bovenkomt: 'Bereik ik God eigenlijk wel?' Als we ons door deze gedachte laten beheersen, kan de vraag bij ons opkomen: 'Heeft het wel zin door te gaan met bidden?' En inderdaad zijn veel mensen mee om deze reden gestopt met bidden.

### *Gods belofte*

Naar mijn overtuiging is het onjuist af te gaan op wat we al of niet aan contact voelen. We vertrouwen erop dat we met onze woorden tot God doordringen. Als het goed is gaat vertrouwen niet buiten ons gevoel om, want als je vertrouwt doe je dat met hart en ziel. Maar ons gevoel kan nooit de basis zijn van ons vertrouwen. Net als geloven is vertrouwen zoveel als: zeker van iets zijn alleen op grond van Gods belofte. De Heer heeft toegezegd dat hij een open oor heeft voor ons bidden en dat hij luistert naar wat we hem te zeggen hebben. Omdat de psalmdichters daarop vertrouwen, schreeuwen ze hun heftige woorden in de richting van God. Ze weten het zeker: we vinden bij hem een gewillig oor (zie bijv. Ps.4:4; 6:10; 18:7; 34:16; 65:3; vgl. Spr.15:29; Jer.29:12-14).

### *Geen recht*

Deze openheid van God is overigens niet vanzelfsprekend. Soms wordt van God gezegd dat hij, menselijk gesproken, zijn oren gesloten houdt. Dat is aan de orde als mensen hem maar laten praten. Zulke mensen mogen niet verwachten dat God zich wel voor hen openstelt. In een spreuk staat het zo: 'Als je geen gehoor geeft aan de wet, is zelfs je gebed de HEER een gruwel' (Spr.28:9; vgl. Jes.1:15). Met andere woorden: als mensen niet naar God luisteren, luistert God ook niet naar hen.

Dit maakt meteen duidelijk: dat God naar ons luistert, komt niet omdat wij daar recht op hebben. We hebben het uiteindelijk aan Christus te danken. Dat heeft hem helse benauwdheid gekost. Op het stikdonkere Golgota heeft hij het uitgeschreeuwd: 'Mijn God, mijn God, waarom hebt u mij verlaten?' (Mat.27:46). Daarmee citeerde hij een psalm, want hij herkende zich in wat meteen na deze angstschreeuw staat: 'U blijft ver weg en redt mij niet, ook al schreeuw ik het uit. "Mijn God!" roep ik overdag, en u antwoordt niet, 's nachts, en ik vind geen rust' (Ps.2:2-3). Wij kunnen het niet peilen wat het voor Christus geweest is dat hij die vrijdag de volle intensiteit van Gods toorn onderging: terwijl hij altijd in nauwe verbondenheid met zijn hemelse Vader had geleefd, had God toen als het ware zijn gezicht van hem afgekeerd en zijn oren voor hem gesloten.<sup>16</sup>

Als wij, met al onze fouten, ons houvast bij Christus zoeken die zo plaatsvervangend geleden heeft, mogen we ons Gods kinderen weten - kinderen die altijd een geopend oor vinden bij hun hemelse Vader. We kunnen er zeker van zijn: hij is in ons doen en laten geïnteresseerd en luistert daarom met aandacht naar wat we hem te vertellen hebben.

Dat God zo is, blijkt duidelijk uit Christus' gelijkenis van de verloren zoon. Het zou te billijken zijn geweest als die vader zich verbitterd van zijn zoon had afgekeerd en hem uit zijn gedachten had gebannen. Maar wat vertelt Christus: toen de zoon naar huis terugkeerde, zag zijn vader 'hem in de verte aankomen. Hij kreeg medelijden en rende op zijn zoon af, viel hem om de hals en kuste hem' (Luc.15:20). Zo is God dus: hij ziet uit naar wat zijn kinderen hem te vertellen hebben. Daarom is het onbestaanbaar dat onze woorden God niet zouden bereiken. We kunnen dan ook vol goede moed bidden. Paulus zegt het zo: in Christus Jezus, onze Heer hebben we 'vrijelijk toegang tot God, vol vertrouwen door ons geloof in hem' (Ef.3:12).

---

<sup>16</sup> Daarom is elke verfilming van het lijden van Christus tot mislukken gedoemd. Wat je als kijker ziet, is alleen het uiterlijke lijden, maar dat deelde Christus met vele anderen. Het unieke van zijn lijden - dat hij, zondeloos mens en tegelijk Gods eigen Zoon, geïsoleerd was van zijn goddelijke Vader - is oninvoelbaar voor ons en kan dan ook nooit door ons worden uitgebeeld.

Samengevat: onafhankelijk ervan of we nu contact ervaren of niet, door Christus kunnen we er zeker van zijn dat onze Vader klaarstaat voor ons.

#### *Geen nonchalance*

Alleen, dan is het wel zaak dat we met dit bidden van ons niet achteloos omgaan. Zeker als we God onze moeiten voorleggen of hem verzoeken doen, kunnen we niet met 'losse flodders' volstaan. Toch komt dat voor. Dan vragen we één of twee keer iets aan God, maar vervolgens komen we er niet meer op terug. Op die manier krijgt ons bidden iets nonchalants: we laten een ballonnetje op, maar even later is onze interesse verdwenen. In dat geval kunnen we niet verwachten dat God van zijn kant veel aandacht zal geven aan ons bidden. Uiteraard is God vrij in zijn omgaan met wat voor soort gebed dan ook. Maar wij van onze kant moeten het hem laten merken dat we ons eigen bidden serieus nemen. In de Bijbel worden we daarom aangespoord te volharden in ons bidden: 'Zie uit naar de HEER en zijn macht, zoek voortdurend zijn nabijheid' (1 Kron.16:11; Ps.105:4).

Verhelderend is de gelijkenis die Christus verteld heeft 'over de noodzaak om altijd te bidden en niet op te geven'. Daarbij gaat het over een weduwe die steeds weer naar een rechter toe gaat met het verzoek haar recht te doen. Uiteindelijk voldoet de rechter aan haar verzoek. Christus verbindt daaraan de vraag: 'Zal God dan niet zeker recht verschaffen aan zijn uitverkorenen die dag en nacht tot hem roepen?' En hij sluit af met de waarschuwing: 'Als de Mensenzoon komt, zal hij dan geloof vinden op aarde?' Christus ziet het dus als een gebrek aan geloof als we te snel stoppen met het doen van een bepaald verzoek aan God (Luc.18:1-8). Als ons iets hoog zit, moeten we dat herhaaldelijk en met aandrang aan God voorleggen.

Dus al ervaren we geen contact met God en blijft ook verder een reactie uit, we moeten niet afhaken. Beslissend voor ons moet Gods belofte zijn dat hij een open oor heeft voor wat wij hem vertellen.

### **6.3 Heeft vragen wel zin?**

Soms wordt sceptisch aangekeken tegen het gebed waarin we God om iets vragen: 'Uiteindelijk maakt het niks uit of je al of niet een verzoek doet. Ook als je niet bidt, krijg je het nodige toch wel van God.' Dit lijkt een sterk argument tegen bidden, want inderdaad: je ongelovige buurman die zonder God leeft, heeft geen boterham minder dan jij die bidt voor het eten; ook staat hij even vaak gezond op als jij, al vraagt hij God er nooit om hem fit wakker te laten worden. Kennelijk maakt het geen verschil of je al of niet bidt.

#### *Vragen is erkennen*

Op het gebied van materiële zaken kun je het inderdaad verdedigen dat bidden je niet aantoonbaar meer 'oplevert'. In zijn royale liefde voor zijn schepselen geeft God ongevraagd allerlei moois aan mensen. Zo zei Christus over zijn hemelse Vader: 'Hij laat zijn zoon opgaan over goede en slechte mensen en laat het regenen over rechtvaardigen en onrechtvaardigen' (Mat.5:45). Iets dergelijks zei ook Paulus tegen zijn heidense toehoorders in Lystra: God 'heeft blijk gegeven van zijn goedheid: vanuit de hemel heeft hij u regen geschonken en vruchtbare seizoenen, hij heeft u overvloedig te eten gegeven en u zodoende vreugde gebracht' (Hand.14:17).

Deze royaliteit betekent overigens nog niet dat bidden overbodig is. Ook als God ons van alles geeft zonder dat wij iets tegen hem zeggen, is het terdege belangrijk hem er expliciet om te vragen. Hiermee erkennen we onze afhankelijkheid van hem en eren we hem als de bron van alles. Daar heeft hij als onze Schepper en Heer recht op.

Laten we hier trouwens niet vergeten dat er behalve vragen ook nog danken is. Als God ons geschenken ter hand stelt, horen we tegenover God onze erkentelijkheid uit te spreken. Zo wijst Paulus erop: 'vanuit de hemel openbaart Gods toorn zich over al het kwaad', waaronder hij met name rekent dat mensen God 'niet de eer en dank (hebben) gebracht die hem toekomen' (Rom.1:18,21).

Uiteindelijk is het dus niet van belang of we door ons bidden in vergelijking met niet-bidders er materieel beter van worden. We bidden vóór alles omdat we ons aangewezen weten op God en hem door ons vragen en danken willen erkennen als onze Vader.

#### *Zonder vragen vaak geen geschenken*

Hier komt nog wat bij: er is veel dat we in de regel alleen van God krijgen op verzoek. Laten we het na hem erom te vragen, dan krijgen we het doorgaans niet. Hierop wijst Jakobus ons: 'U verlangt naar iets, maar krijgt het niet (...) U krijgt niets omdat u niet bidt' (Jak.4:2). Ik denk dan aan Christus' Geest en aan goddelijke geschenken als: geloof, vergeving, alsook bereidheid en kracht om als christen te leven. Dat alles krijgen we meestal alleen op verzoek, maar vragen we erom dan geeft God het ook (zie Luc.11:13). Vragen we er niet om, dan ontbreekt het ons meestal aan deze geschenken.

Ik formuleer voorzichtig door typering te gebruiken als 'in de regel, doorgaans en meestal', want God is vrij de genoemde geschenken eveneens te geven aan mensen die hem niks gevraagd hebben. Het komt daarom voor dat iemand tot zijn eigen verrassing door Christus gegrepen wordt. Het meest bekende voorbeeld is Paulus: het ene moment was hij erop uit om de gemeente van Christus in het nauw te brengen; het andere moment ging hij op de knieën voor Christus en kwam hij publiek uit voor zijn band met hem (Hand.9:1-22).

Maar niemand moet erop rekenen dat hij op dezelfde manier als Paulus gegrepen zal worden. Bovendien, toen Paulus eenmaal bij Christus hoorde, stelde hij zich beslist niet op als iemand die als christen gearriveerd was. Integendeel, naar zijn eigen zeggen bleef hij erop gespist de kracht van Christus' opstanding te ervaren en strekte hij zich uit naar Gods geschenken (Fil.3:10-14).

Met andere woorden: geloof, vergeving, het werk van de Geest in ons, dat alles komt ons in de regel niet aanwaaien. Daarom kunnen we het ons niet veroorloven er passief op te wachten, want de kans is groot dat we dan altijd op afstand blijven of dat onze bestaande band met God al minder hecht wordt. We moeten ons leven lang telkens bij God aankloppen of hij zijn Geest in ons actief wil laten zijn. Ook moeten we bij hem erop aan blijven dringen of hij ons vergeving en vernieuwing wil schenken.

Al biddend moeten we dus onze handen voor God ophouden. Wie zijn handen in de zakken houdt, moet niet menen dat God daarin dan toch zijn geschenken legt. Nogmaals, God kan dat wel en doet dat soms ook, maar de regel is: vragen. Daarom is dat een noodzakelijke activiteit in het leven van Gods kinderen.

### *Ons vragen en Gods planning*

Nu wordt wel eens tegengeworpen: vragen heeft geen zin, want alles ligt al vast in Gods planning, al vóór de schepping van de wereld. En die planning zet hij onweerstaanbaar door, zonder dat hij zich daarbij door iets of iemand laat beïnvloeden.

Daar zit een kern van waarheid in. Als God via Jesaja het optreden van koning Cyrus aankondigt, zegt hij over zichzelf: 'Ik ben God, er is geen ander. Die in het begin al het einde aankondigde en lang tevoren wat nog gebeuren moest. Die zegt: 'Wat ik besluit, wordt van kracht, en alles wat ik wil, breng ik ten uitvoer.' Die uit het oosten een adelaar roept, uit een ver land een man die mijn plannen uitvoert. Ik heb gesproken, en zo zal het gebeuren. Zoals ik het bepaald heb, zo zal het gaan' (Jes.46:9-11). Duidelijk taal: God voert zijn bestuur uit en laat zich daarbij niet afleiden.

Betekent dit meteen dat ons bidden geen enkele invloed heeft op deze planning van God? Theologen hebben op deze vraag een slim antwoord. Zo schrijft Bavinck: 'Als God besloten heeft regen te geven in de droogte, heeft hij tevens vastgesteld dat zijn volk er hem om bidden zal en dat hij de regen geven zal als verhoring op hun gebed.'<sup>17</sup> Met alle respect voor Bavinck, ik hou niet (meer) zo van zulke slimme antwoorden, want daarmee wordt net gedaan alsof we God kunnen narekenen.

Volgens mij moeten we zaken soms gewoon naast elkaar laten staan, al lijken ze ogenschijnlijk tegenstrijdig voor ons, beperkte mensen. Zo wordt in de Bijbel enerzijds gezegd dat God zijn bestuur onstuitbaar doorzet. Tegelijk wordt anderzijds heel onbevangen verteld dat het bidden van mensen effect heeft op Gods bestuur. Zo poneert Jakobus: 'Het gebed van een rechtvaardige is krachtig en mist zijn uitwerking niet.' Dat illustreert hij dan met een oude geschiedenis: 'Elia was een mens als wij, en nadat hij vurig had gebeden dat het niet zou regenen, is er drieënehalf jaar lang geen regen gevallen op het land. Toen bad hij opnieuw, en de hemel gaf regen, en het land bracht zijn vrucht weer voort' (Jak.5:16-18).<sup>18</sup> Hierbij moeten we overigens niet vergeten dat Elia uniek was in zijn optreden. Dat neemt niet weg: de gebeden van Gods kinderen kunnen een ongedachte uitwerking hebben. Zo zag Johannes in een visioen hoe een engel de gebeden van de heiligen vermengd met wierook op het altaar voor God offerde, waarna hij vuur van dat altaar op de aarde wierp. 'Er volgden donderslagen, groot geraas, bliksemschichten en een aardbeving' - schrijft Johannes dan (Op.8:3-5). De gebeden van de heiligen werkten dus iets uit op de aarde.

De conclusie kan zijn: Gods vastgelegde planning van alles maakt ons niet tot machteloze marionetten, die alleen maar doen wat ze volgens die planning moeten doen. Integendeel, we blijven onze verantwoordelijkheid houden. En God neemt die zo serieus dat hij er wat mee doet als we ons met ons bidden tot hem richten.

## **6.4 Verhoort God wel?**

De uitspraak dat God naar ons bidden hoort, heeft in de Bijbel vaak dezelfde betekenis als de stelling dat God ons bidden verhoort. Als onze Vader luistert hij immers nooit afstandelijk en vrijblijvend naar ons bidden. In reactie daarop komt hij in actie, geeft hij ons zijn geschenken. Daarom worden de werkwoorden 'horen/luisteren' en 'verhoren' of 'redden/bevrijden' soms synoniem gebruikt: 'U, HEER, verhoort de wens van de nederigen, u bemoedigt hen en luistert met aandacht', (Ps.10:17) en: 'In mijn verdrukking riep ik tot de HEER, hij heeft geluisterd en mij uit de nood gered. De HEER hoort de kreten van de rechtvaardigen, hij bevrijdt hen uit de nood' (Ps.34:7,18).

---

<sup>17</sup> H. Bavinck, Gereformeerde dogmatiek, tweede deel, vierde druk, Kampen 1928, p.363.

<sup>18</sup> Intussen kan duidelijk zijn: wat Elia door zijn bidden kon bewerken, kan door ons niet zomaar nagedaan worden.

Allereerst had God Elia als profeet aangesteld die moest optreden tegen de verering van de natuurgod Baäl. Dat hij bad om droogte, zoals Jakobus vermeldt, zal dan ook geen eigen initiatief zijn geweest maar is hem vast door God opgedragen. Ik kom hierop omdat zijn latere bidden om regen (1 Koningen 18:41-45) in elk geval niet zijn eigen initiatief was: hij bad om regen omdat hij wist van Gods voornemen het weer te laten regenen (18:1).

Daarnaast kon Elia teruggrijpen op een dreigende bepaling die God had opgenomen in zijn verbond met Israël: 'Als u de HEER, uw God, niet gehoorzaamt, zullen deze vervloeking en treffen: De HEER zal u treffen met (...) droogte. De hemel boven uw hoofd zal van koper zijn en de grond onder uw voeten van ijzer.' (Deuteronomium 28:15,22-23)

Het is trouwens opvallend hoe onbevangen over Gods verhoren gesproken wordt: 'Zoek je geluk bij de heer, hij zal geven wat je hart verlangt' (Ps.37:4), of: 'Roep mij te hulp in tijden van nood, ik zal je redden' (Ps.50:15), of: 'Een rechtvaardige ontvangt wat hij verlangt' (Spr.10:24). Christus spreekt even stellig: 'Vraag en er zal je gegeven worden, zoek en je zult vinden, klop en er zal voor je worden opengedaan. Want ieder die vraagt ontvangt, en wie zoekt vindt, en voor wie klopt zal worden opengedaan' (Mat.7:7-8 = Luc.11:9-10; vgl. Jak.1:5).

#### *Onverhoorde gebeden*

Soms wordt op grond van deze uitspraken verdedigd dat er geen onverhoorde gebeden zijn. Dat is waar in die zin dat alle gebeden door God worden gehoord. Tegelijk moeten we het onder ogen zien dat er wel terdege onverhoorde gebeden zijn in die zin dat God ons niet geeft waar we hem om hebben gevraagd. Hoe vaak komt het niet voor dat gelovigen God om genezing hebben gebeden zonder dat ze die hebben gekregen. En hoe vaak hebben we geen wensen aan God voorgelegd die tot op de dag van vandaag niet zijn ingewilligd.

Moeten we het betreuren dat onze verzoeken soms onverhoord blijven, dus niet ingewilligd worden? Ja en nee. Het kan ons soms veel pijn kosten dat we niet krijgen waarom we hebben verzocht. Waar is het goed voor dat ondanks al je bidden herstel van je zieke partner, ouder of kind uitblijft, zodat die onder hevige pijnen overlijdt? En wat gaat het je door merg en been als je kind, ondanks je jarenlange gebeden, ongelovig blijft. Er zijn dus situaties waarin wij het niet kunnen begrijpen waarom God het nalaat te verhoren, ook achteraf niet.

Maar herhaaldelijk is het kortzichtig van ons dat we moeite hebben met het uitblijven van verhooring. Wat wij van God vragen kan uiteindelijk schadelijk voor ons zijn. Alleen God kan met zekerheid bepalen wat heilzaam is voor ons, want hij kan overzien welk effect een ingewilligd verzoek zal hebben. Stel dat je tijden gebeden hebt dat je je baan niet gaat verliezen door een lopende organisatie. Als je dan toch ontslagen wordt, kun je wel denken dat dit alleen maar rampspoed is, maar later kan blijken dat je daardoor uiteindelijk een betere werkplek hebt gekregen.

Daarnaast kan het gebeuren dat God een andere taak voor je klaar heeft liggen dan je op dat moment hebt. Dus kun je wel denken dat je gezien je taak ergens behoefte aan hebt (bijvoorbeeld: promotie naar een betere baan), maar mogelijk wil God je klaar maken voor een lange periode van ziekte. In dit soort situaties kunnen we vaak pas achteraf onderkennen dat het uiteindelijk goed geweest is dat God ons niet verhoord heeft. Maar nogal eens zal dit raadselachtig blijven.

In alle gevallen geldt: als we geconfronteerd worden met onverhoorde gebeden is het zaak op God te blijven vertrouwen. Als onze Schepper en Vader weet hij wat hij doet. hem kennende door Christus kan voor ons vaststaan: hij is, hoe dan ook, in ons voordeel bezig (vgl. Rom.8:28). Daarom moeten we leren er telkens vrede mee te krijgen als God niet ingaat op een herhaald verzoek van ons.

#### *God reageert*

Maar waarom wordt het in de Bijbel dan toch zo stellig gezegd dat God onze gebeden verhoort? Hierop zijn twee antwoorden van belang.

Allereerst wordt ons zo op het hart gebonden dat God naar onze gebeden luistert en daar altijd wat mee doet. Wat we aan God voorleggen neemt hij niet voor kennisgeving aan. Op de een of andere manier reageert hij daarop. Alleen, hij doet dat op zijn tijd en zijn wijze. Gods reactie kan dus anders uitpakken en er kan bovendien meer tijd overheen gaan dan wij graag zouden zien. Maar onze vragen negeren, dat is er bij God nooit bij. Hij gaat ermee aan de gang, hoe ook en wanneer ook.

Daar komt nog iets belangrijks bij: sommige verzoeken van ons worden inderdaad altijd door God ingewilligd. Maar dat zijn dan geen willekeurige verzoeken. Dat zijn verzoeken die gaan over wat wij broodnodig hebben (Mat.7:7-11; Luc.11:9-13; vgl. § 5.5), die we daarom namens Christus doen (Joh.14:12-14; 15:16; 16:23-24; vgl. Mat.18:19; zie ook § 5.7)), en die zo in overeenstemming zijn met Gods wil (1 Joh.5:14). Daarvan geldt dat God ze zeker zal inwilligen. In het voorafgaande is al aan de orde geweest aan welke geschenken van God we moeten denken: Christus' Geest met zijn vernieuwende kracht, en dan ook: geloof, toewijding aan God en de naaste, bereidheid om te vechten tegen de invloed van het kwaad, vreugde om de band met Christus, geduld vanwege alle gebrokenheid, Christus' beschermende nabijheid, de komst van het koninkrijk. Als we deze thema's in onze verzoeken aan God aansnijden, kunnen we dat vol vertrouwen doen, in de zekerheid dat God ons het gevraagde geeft. Hier geldt Christus' woord: 'Ieder die vraagt ontvangt.' God maakt zijn beloften waar.

#### *Spectaculaire en onopvallende verhoring*

Ook bij andere gelegenheden kunnen we het meemaken dat God ons bidden verhoort. Toch zijn veel christenen er terughoudend in om feiten van hun leven aan te wijzen als verhoring van hun bidden. We hebben gauw het idee: we kunnen dan pas van verhoring spreken als er dank zij ons bidden iets onverklaarbaars gebeurt. Het moet zo overtuigend op ons afkomen dat we er niet onderuit kunnen om te erkennen: 'Hier moet God de hand in hebben!' (zie Ex.8:15).<sup>19</sup>

---

<sup>19</sup> De vertaling van het NBG uit 1951 heeft: 'Dit is Gods vinger!'

Inderdaad kan God spectaculair op ons bidden reageren. Denk aan Petrus. Hij zat hermetisch opgesloten in de gevangenis, achter verschillende vergrendelde en bewaakte deuren. Maar door de gebeden van de gemeente verscheen hem een engel die hem ondanks alle bewakers veilig naar buiten bracht. Ook voor de gelovigen van toen was dit kennelijk zo ongehoord dat ze in eerste instantie niet konden geloven dat Petrus in levende lijve voor hen stond (Hand.12:1-16).

Maar zulke wonderen zijn niet alleen gebeurtenissen uit het verleden. Ze kunnen vandaag nog altijd gebeuren. Soms wordt dat bestreden vanuit de gedachte dat het voorkomen van wonderen gebonden was aan de begintijd van de christelijke kerk. Vooralsnog is het ook mijn mening dat Christus alleen voor die begintijd een belofte heeft gegeven dat er allerlei wonderen zouden gebeuren (zie § 5.7). Maar dat sluit niet uit dat er evengoed na die tijd wonderen kunnen plaatsvinden. Nergens in het Nieuwe Testament wordt gezegd dat Christus' Geest zich na die beginperiode zou inhouden. Het is trouwens ook de ervaring van de kerk van alle eeuwen dat er soms dingen gebeuren die buiten elk verklaringsmodel vallen. We moeten er daarom voor openstaan dat God nog altijd op een ongedachte manier op ons bidden kan reageren.

Maar meestal zal Gods verhoring van ons bidden veel gewoner zijn. We moeten ermee rekenen dat God voor zijn verhoring nogal eens aardse middelen gebruikt. In het geval van Petrus zette hij een bovenaardse engel in die beschikte over vermogens waarover wij van onszelf niet beschikken. Maar vaak geeft God ons bidden effect met behulp van normale processen, toevallige gebeurtenissen en/of bezige mensen. Het lastige hiervan is: als we na ons bidden daarmee geconfronteerd worden, kunnen we ons daarop gaan blindstaren, met als gevolg dat we ons tot een binnenwereldse verklaring beperken. Die verklaring is geen onzin. Wat ons overkomt kunnen we (haast) altijd uitleggen met behulp van termen uit onze leefwereld. Maar er is altijd meer aan de orde. Op basis van zijn geloof zal een christen zeggen: 'Via die normale processen, toevallige gebeurtenissen en/of bezige mensen heeft God mijn bidden verhoord en ziet hij naar mij om.'

#### *Voorbeelden van onopvallende verhoring*

Laat ik enkele voorbeelden geven van de onopvallende manier waarop God verhoort.

Je bidt of God jou de gelegenheid wil geven een bepaald karwei af te maken en dat lukt. Dan kan een buitenstaander cynisch opmerken: 'Dat is geen verhoring maar een kwestie van stug doorwerken.' Dat laatste hoef je niet te ontkennen. Toch is het terecht als je de voltooiing van dat karwei als een verhoring van je bidden waardeert. Ook hier geldt: 'Bid en werk'. Daarmee geven we aan: ons werken is het middel dat God gebruikt om ons te geven waarom we bidden. Per slot van rekening is hij het die ons in staat stelt om te werken. Maar dan moet jij, als je voor je werk gebeden hebt, je niet op je inzet verkijken. Heb je daardoor je karwei afgerond, dan heeft God jou langs die weg verhoord.

Stel: je legt God vertwijfeld je moeiten voor. Dan kan het gebeuren dat je vroeg of laat hierna je opgelucht voelt en misschien zelfs een uitweg ziet. Zo'n innerlijke reactie van je kun je psychologisch verklaren. Maar je zou er fout aan doen bij zo'n verklaring stil te staan. Als je gelooft aan Gods belofte dat hij betrokken is bij ons, zul je tegelijk erkennen: 'Dat ik na mijn gebed tot rust ben gekomen, is te danken aan God. Die heeft langs die ondoorgroendelijke weg mijn bidden verhoord.'

Het kan gebeuren dat je de Heer om beterschap vraagt, terwijl je daarnaast medicijnen slikt. Word je hierna gauw beter, dan loop je het gevaar ermee te volstaan de kwaliteit van de medicijnen te prijzen. Die lofprijzing kan op zich juist zijn. Genezing is toch voor een groot deel te verklaren aan de hand van allerlei scheikundige processen in ons lichaam. Daarnaast is er ook sprake van psychische processen die helend (kunnen) werken. Maar in dat alles moet je tegelijk God opmerken, die gehoor geeft aan je verzoek om genezing.

Mogelijk ben je onzeker over je beroepskeuze en vraag je God om de nodige wijsheid en besluitvaardigheid. Dan moet je er zijn hand in zien, als je na verloop van tijd inderdaad weet welke kant je op moet. Daarbij heeft jouw contact met adviseurs en jouw afweging van de verzamelde informatie vast een belangrijke rol gespeeld, maar langs die weg heeft God jou duidelijkheid gegeven.

Een laatste voorbeeld: je voelt je verschrikkelijk eenzaam en smeekt God jou te helpen. Even later belt een kennis je op met de vraag of die een kop koffie mag halen. Dat kun je uitleggen als een gelukkig toeval, want die kennis voert wellicht alleen uit wat die allang van plan was. Tegelijk zal een gelovige hierin God bezig zien die jou de helpende hand reikt.

Deze benadering kunnen we ook toepassen als we het hebben over het werk van de Geest. Als het goed is vragen we onze Vader in de hemel regelmatig of hij met de kracht van zijn Geest op ons in wil werken. Er zijn christenen die dan bijzondere ervaringen verwachten, zodat ze het haast kunnen áánwijzen dat de Geest vaardig over hen is geworden. Zo wordt in sommige kringen het spreken in klanktaal als bewijs gezien dat iemand echt door de Geest beheerst wordt. Natuurlijk, de Geest kan bijzondere effecten bij mensen oproepen. Maar minstens zo indrukwekkend zijn de gewone effecten: je leeft in je bestaan van alledag in verbondenheid met je Schepper; in de manier waarop je met mensen omgaat richt je je naar Christus; je vecht tegen donkere krachten in je; je bent trouw in het bijbellezen, het bidden en de kerkgang. Op deze activiteiten van je kun je allerlei verklaringen loslaten: dat je je opstelt zoals je doet heeft te maken met je karakter, je opvoeding, ideologische beïnvloeding, de weg van de minste weerstand, gewoontevorming, persoonlijke keuzes. Ongetwijfeld slaan deze verklaringen ergens op. Als gelovige zeg je tegelijk: 'Langs die weg heeft God mijn bidden verhoord om zijn Geest op mij te laten inwerken. Uiteindelijk is het aan hem te danken dat ik met God wil leven en bepaalde dingen wel of niet doe.'

### *Oog hebben voor Gods verhoring*

Bovenstaande voorbeelden maken duidelijk dat we lang niet altijd oog hebben voor Gods verhoring van ons bidden. In onze gesecculariseerde tijd neigen we er gauw toe ons te beperken tot het kijken naar de middelen waarmee God verhoort, zoals: normale processen, toevallige gebeurtenissen en/of bezige mensen. We zullen het onszelf telkens weer moeten leren God daarin bezig te zien. Maar leggen we die verbinding tussen ons bidden en allerlei gewone, zelfs onopvallende feiten uit ons leven, dan zien we opeens hoe vaak God aanwijsbaar op ons bidden reageert.

Om onszelf te helpen Gods verhoring op te merken is het zinvol na ons bidden een tijd stil te zijn. Meestal gaan we na ons bidden meteen over tot de orde van de dag. Op deze manier geven we, in alle eerbied gesproken, God geen kans ons iets duidelijk te maken. Daarom is het een goede zaak om na de afsluiting van je bidden nog een tijdje te blijven zitten en je open te stellen voor wat God jou misschien te zeggen heeft. Vaak zal zich dan niets speciaals aan je opdringen. Dat is niet erg, want onderwijl je zwijgend stilzit heb je mogelijk wel iets van Gods nabijheid ervaren. Mogelijk is ook dat in reactie op je bidden iets bepaalds bij je boven komt. Daarbij denk ik niet aan een rechtstreekse bekendmaking van God buiten jezelf om maar aan wat God via je eigen gedachten en/of gevoelens bij je laat opkomen.

Hiermee kom ik bij het lastige onderwerp in hoeverre God zich vandaag de dag nog altijd rechtstreeks tot mensen richt. Vanzelfsprekend kan God dat, maar ik ben geneigd dit onderwerp buiten de orde te plaatsen. Geen enkele boodschap die ons bereikt kunnen we immers zonder meer als gezaghebbend erkennen. Daarvoor moet aan twee criteria worden voldaan.

Als eerste criterium geldt dat we elke boodschap moeten toetsen aan wat God via de Bijbel ons heeft bekendgemaakt. Zo zegt Paulus: 'Wanneer iemand u iets verkondigt dat in strijd is met wat ik u verkondigt heb, al was ik het zelf of een engel uit de hemel - vervloekt is hij!' (Gal.1:8).

Er is nog een tweede criterium: we moeten ook trouw blijven aan de verantwoordelijkheid die we van God hebben gekregen.

Dat betekent allereerst dat we moeten rekenen met de wetmatigheden die God in zijn schepping heeft gelegd. Toen Satan Christus aanspoorde van het tempeldak te springen omdat God hem wel zou beschermen, wees Christus dat dan ook af met als argument: 'Stel de Heer, uw God, niet op de proef' (Mat.4:7). Een fantasie-voorbeeld, aansluitend bij wat Christus overkwam: iemand meent van God de opdracht gekregen te hebben van de Martinieten te springen omdat hij door zijn veilige landing Gods grootheid kan laten zien. In dat geval weet je zeker dat de bron van die opdracht nooit God kan zijn geweest.

Tot onze verantwoordelijkheid hoort bovendien dat we de middelen gebruiken die God ons heeft gegeven. Daarom is het ondenkbaar dat een ziek iemand via het gebed van zichzelf of anderen als opdracht van God te horen krijgt met zijn medische behandeling te stoppen en alleen maar te vertrouwen op het gebed om genezing. Helaas is dit geen fantasie-voorbeeld.

Ik geef enkele voorbeelden ervan dat God iets bij iemand laat gebeuren via de eigen gedachten en/of gevoelens van die persoon:

Je hebt God gevraagd of hij je angst of bezorgdheid wilde wegnemen, je verdriet wilde verzachten; terwijl je na je gebed je stilzwijgend voor God openstelt, merk je wellicht dat er rust over je komt, dat je kunt loslaten, dat er vreugde groeit: verhoring door God.

Je hebt God om wijsheid gebeden voor het maken van een plan; terwijl je nog even stilzit, wordt het je opeens duidelijk wat je moet doen: invloed van Gods Geest.

Je hebt voor een ander gebeden; je zit nog even gedachteloos stil, je bewust van God, en dan dringt zich opeens aan je op wat je tegen die ander kunt zeggen of voor die andere kunt doen: te waarderen als hup van God.

Als een bepaalde gedachte zich aan een gelovige opdringt, is het volgens mij ongeoorloofd tegenover anderen te claimen: 'God heeft mij op het hart gebonden dat ik....' Het is zijn gedachte, waarover hij voor zichzelf duidelijkheid moet zien te krijgen of God hem daarmee iets wil zeggen. Het moet anderen vrijstaan daarover hun eigen mening te hebben. Het is daarom te stellig gesproken als iemand tegen anderen zegt: 'God heeft mij...'. Om anderen niet in een dwangsituatie te brengen, moet je volgens mij volstaan met een subjectieve formulering: 'Ik zie het als Gods opdracht voor mij...', of: 'Naar mijn beleving heeft God mij duidelijk gemaakt dat...'. Het is iemands volste recht zo aan te kijken tegen wat bij hem is bovengekomen, zoals het mijn volste recht is daar mijn kritische vragen over te hebben.

Dit is extra van belang als iemands gedachte een ander betreft. In dat geval kun je het helemaal niet maken om te zeggen: 'God heeft mij op het hart gebonden dat jij.....'. Juist dan moet je bij het doorgeven van je gedachte subjectief blijven: 'Het kwam bij me op dat jij...'. Dat jij daarin een aanwijzing van God onderkent, is alleen jouw zaak. Cru gezegd: het is een vorm van geestelijke terreur als je die gedachte van jou over de ander als Gods woord aan die ander voorlegt, want strikt genomen kan die ander dan geen kant op. Naar mijn stellige overtuiging moet de ander alle ruimte houden om te overwegen wat die met jouw gedachte doet, dus of hij die al dan niet als aanwijzing van God gaat waarderen.

### *Hindernissen voor verhoring*

Als we het hebben over het thema verhoring, kan het niet missen of we moeten het ook hebben over vertrouwen. Wie God verzoeken doet maar erover twijfelt of hij er wel wat mee doet, 'is als een golf in zee, die door de wind heen en weer wordt bewogen' - zoals Jakobus het zegt (Jak.1:6). Overigens is het wel begrijpelijk dat mensen er soms moeite mee hebben te vertrouwen, want Gods reactie op ons bidden kan soms lang duren en naar ons idee zelfs uitblijven.

Maar soms reageert God meteen. Zo beloofde God zijn volk via Jesaja: 'Ik zal hun antwoorden nog voor ze mij roepen, ik zal hen verhoren terwijl ze nog spreken' (Jes.65:24; vgl. 30:19). En de psalmdichter kon zeggen: 'Toen mijn mond hem aanriep, lag een lofzang op mijn tong' (Ps.66:17). Ik leg dit zo uit: de dichter begon ermee God om iets te smeken, maar onderwijl hij dat deed, ondervond hij al Gods hulp, waardoor hij zijn smeekgebed kon omzetten in een dankgebed.

Die bemoedigende ervaring doen gelovigen ook nu soms op. Maar vaak verloopt er een hele tijd na ons bidden zonder dat er iets positiefs verandert. Of, nauwkeuriger gezegd: zonder dat wij dit merken. God kan al bezig zijn met zijn reactie op ons bidden, maar het onttrekt zich aan onze waarneming of we zien eraan voorbij. Denk aan de geschiedenis van Jozef en van Ester: juist de onthutsende feiten van hun leven bleken later de weg te zijn waarlangs God redding bracht. Dit ogenschijnlijke uitblijven van een goddelijke reactie kan ons bij ons bidden moedeloos maken. Maar daarmee beroven we ons bidden van zijn effect: 'Wie aarzelend is, moet niet denken dat hij iets van de Heer zal krijgen' (Jak.1:7-8).

Op nog een andere manier kunnen we een hindernis opwerpen tussen God en ons. We kunnen weigeren God over de hele linie van ons leven toegedaan te zijn door aan een bepaalde zonde vast te houden. Misschien doe je je vrouw fundamenteel onrecht; dat is op zichzelf al erg, maar daarmee bewerk je meteen ook dat je je gebeden iets in de weg legt, zoals Petrus zegt (1 Petr.3:7).<sup>20</sup> En Jakobus wijst zijn lezers erop hoe negatief hun geruzie op hun bidden werkt: 'Als u bidt ontvangt u niets, omdat u verkeerd bidt: u wilt alleen uw eigen hartstochten bevredigen' (Jak.4:1-3). Door de onderlinge ruzies was bij sommigen het bidden zelfs gestopt.

En zo zijn er talloze situaties te bedenken die een storend effect hebben op ons bidden en op de uitwerking ervan. Als ons bidden niks uithaalt, ligt het dus nooit aan God. Jesaja zegt het zo: 'De arm van de HEER is niet te kort om te redden, zijn gehoor niet te zwak om te luisteren - jullie wandelgedrag is het dat jullie en je God uit elkaar heeft gedreven; door jullie zonden houdt hij zich verborgen en wil hij je niet meer horen' (Jes.59:1-2; vgl. Ps.66:18).

#### *De juiste innerlijke houding*

Dit alles geeft aan hoe belangrijk het is dat we met de juiste houding bidden. Blijkens wat hierboven staat hoort daar allereerst bij dat we God blijven vertrouwen, ook al lijkt zijn reageren uit te blijven. Om Jakobus' woorden te gebruiken: 'Vraag vol vertrouwen, zonder enige twijfel' (Jak.1:6) Het moet voor ons leven dat God inderdaad wat met onze verzoeken doet. Het zou kwalijk zijn als we zouden bidden vanuit de gedachte: 'Baat het niet, het schaadt ook niet', of: 'Je weet maar nooit.' God is juist betrouwbaar. Op grond van zijn belofte kunnen we er zeker van zijn dat hij luistert en reageert: 'Nader tot God, dan zal hij tot u naderen' (Jak.4:8).

Daarnaast moeten we bidden vanuit onze verbondenheid met Christus: 'We hebben nu een hogepriester die dienst doet in het huis van God; laten we God dan naderen met een oprecht hart en een vast geloof, nu ons hart gereinigd is, wij van een slecht geweten bevrijd zijn en ons lichaam met zuiver water is gewassen' (Heb.10:21-22). Daarmee wordt ons een duidelijke richting gewezen: we moeten bidden vanuit het besef dat we dank zij Christus vrijspraak ontvangen hebben; tegelijk moeten we bidden vanuit de bereidheid om ons over de hele linie van ons leven toe te wijden aan Christus. Wie zo bidt, kan er gerust op zijn dat er geen hindernis bestaat tussen hem en God. Zo iemand mag het verwachten dat God op zijn bidden reageert, hoe dan ook. In de Psalmen staat: 'Het oog van de HEER rust op de rechtvaardigen, zijn oor luistert naar hun hulpgeroep,' en: 'Allen die hem aanroepen is de HEER nabij, die hem roepen in vast vertrouwen. Hij vervult het verlangen van wie hem eren, hij hoort hun klacht en komt te hulp (Ps.34:16; 145:18-19; vgl. Spr. 15:8,29).

Ik kan het met de woorden van de apostel Johannes zo samenvatten: 'Als ons hart ons niet aanklaagt, kunnen we ons vol vertrouwen tot God wenden en ontvangen we van hem wat we maar vragen, omdat we ons aan zijn geboden houden en doen wat hij wil' (1 Joh.3:21-22).

#### *Christus*

Dit alles danken we dus aan Christus. Hij heeft het in onze plaats tegen God uitgeschreeuwd: 'Waarom hebt u mij verlaten!' Gods ultieme antwoord hierop kwam na Christus' dood, toen Christus levend zijn graf verliet en veertig dagen later naar zijn troon in de hemel ging. Dat geeft ons de zekerheid dat God onze Vader is en dat hij zijn macht in ons voordeel gebruikt, ook om op onze gebeden te reageren.

Een gewone vader laat zijn vragend kind soms in de kou staan omdat hij onmachtig is adequaat te reageren. Onze hemelse Vader kan door niets en niemand tegengehouden worden bij het uitvoeren van wat hij wil. Daardoor kan hij via normale processen, toevallige gebeurtenissen en bezige mensen zijn plannen doorzetten. Hierom hoeven wij geen twijfel te hebben over de waarde van ons bidden. Als onze hemelse Vader wil en kan God er wat mee doen, zodat we krijgen wat we in leven en sterven nodig hebben, met als resultaat: niets kan ons scheiden van Gods liefde door Christus (zie Rom.8:35,39). Leven we al biddend in verbondenheid met hem die onze bron en onze toekomst is, dan komen we daar dus niet bedrogen mee uit.

---

<sup>20</sup> Hierbij kunnen we aan twee dingen denken: je gebeden bereiken God niet meer, maar wellicht ook: je komt er niet meer toe (goed) te bidden.