

1

De worsteling van het gebed

Bidden ...

Mij werd verzocht een inleiding te verzorgen over het thema 'bidden'. Dat verzoek heb ik met vreugde maar ook met verlegenheid aangenomen. Want bidden is iets waar we allemaal in falen. Hoe lang of hoe vaak we het ook proberen, als er enige zelfkennis is, moeten we blijvend onze gebeden afkeuren. Er komt immers zoveel in ons gebed voor wat er niet in hoort en er blijft zoveel liggen wat er wel in hoort.

Het is bijna 40 jaar geleden dat de Heere een boekje van J.C. Ryle gebruikte om mij diep onder de indruk te brengen. Het boekje had de titel: *Bidt u wel?*. Al lezend moest ik mezelf steeds meer veroordelen. Er bleef niets van mijn gebeden over! Ik bad, zeker in die tijd. Nooit zal ik de momenten vergeten dat ik in het Driestargebouw waar ik de PABO-opleiding volgde, me terugtrok in de toiletruimte. Het was de enige rustige plek om tot de Heere te roepen. God heeft me toen iets geleerd van het bidden. Maar het schrijven van Ryle leerde me dat mijn gebeden nauwelijks de naam 'ge-

bed' waard waren. Inmiddels zijn we een half leven verder en ... ik moet eerlijk zeggen dat ik nog steeds niet heb leren bidden.

Gebedsleven van Godsmannen

Er is al heel veel geschreven over bidden. Ik heb er ook veel over gelezen omdat ik steeds ervaar dat mijn gebedsleven zo erbarmelijk arm is. De ene keer lees ik iets van John Bunyan over het gebed; een andere keer iets van Thomas Brooks of Goodwin of Owen. Helpt het om die boeken te lezen? Ja, ze overtuigen mij er telkens weer van dat ons gebedsleven zo arm is. Als ik mijn gebedsleven vergelijk met wat deze Godsmannen schrijven, dan moet ik eerlijk zeggen dat het me nóg schuldiger stelt dan ik me al voelde. Als je de werken van deze predikers leest, denk je: Ja, dat is ook zo. Zó moet ik ook bidden, zó zou ik ook bezig moeten zijn. Dit zou ik moeten doen en dat zou ik moeten doen. Maar elke keer kom je weer uit bij de schuld over je gebedsleven. Zeker als ik lees wat Luther schreef (en hoe hij dat ook echt zelf uitleefde): 'Het gebed is het *zweet* van de ziel.' Ja, wij zweten weleens als we bijvoorbeeld voor een groep mensen moeten spreken. Dan bidden we vaak nog een keer extra! Maar ... zweten we ook als we tot God spreken in het persoonlijke gebed over ons privéleven?

Bijbelse weg

Het is niet mijn bedoeling om bij u nog meer schuldgevoelens op te wekken. Dat zou ik kunnen doen als ik het met u zou hebben over: 'Hoe moeten we bidden? Hoe vaak zou-

den we moeten bidden? Wat behoren we te bidden? Wat zou de innerlijke gestalte moeten zijn als we bidden, zowel in het persoonlijke leven als in de huiselijke kring?’ Maar ik denk niet dat daarom uw keus op dit boekje gevallen is. Ik kan me zo voorstellen dat u – toen u de titel en de beschrijving van dit boekje las – hebt gedacht: Ja, dáár heb ik behoefte aan, want dat is nu ook juist mijn strijd en mijn probleem. Ik zou zo graag anders, beter, rijker willen bidden.

Is dat uw strijd? Of heb ik u verkeerd getaxeerd?

Het is ook zeker niet mijn bedoeling om uw schuldgevoel over uw gebeden nog sterker te maken. Mijn intentie is enkel om u een Bijbelse weg aan te wijzen voor uw gebedsleven. Een weg waarin ik persoonlijk heb ervaren dat mijn gebedsleven veranderd is.

De ademtocht van de ziel

Het onderwerp dat ik met u wil behandelen is uit de nood geboren. Misschien erkent u de nood ook. Er wordt wel gezegd dat bidden ‘de ademtocht van de ziel’ is. Bidden is een essentieel onderdeel van ons geestelijk leven. Zonder adem leven we niet, zonder bidden is er geen geestelijk leven. Maar niemand leert ademen zoals we bijvoorbeeld leren fietsen. Door het bewust te proberen gaan we steeds beter fietsen. Daar is dus oefening voor nodig. Ademen hebben wij niet op die manier geleerd. Dat gebeurde onbewust vanaf het moment dat we geboren zijn. Daar dachten we toen niet echt over na en ademen doen we nog steeds voor 99% onbewust. Maar zo is het helaas met het gebed niet. Het ware gebed is niet iets natuurlijks, maar het is een oefening van

de ziel die bovennatuurlijk is. Bidden is iets wat de Heilige Geest leert. Het 'ademen van het gebedsleven' begint in de nieuwe geboorte. We zien dat zo mooi in de woorden die de Heere Jezus sprak tegen Ananias nadat Hij Saulus een halt had toegeroepen op de weg naar Damascus. De Heere zei: 'Want zie, hij bidt.' Saulus had ongetwijfeld al zo vaak gebeden in zijn leven, maar pas van dit bidden zegt de Heere: 'Zie, hij bidt.' Op dat moment is het de adem van de nieuwgeboren ziel.

Beter leren bidden

Zoals het in het natuurlijke is, is het ook in het geestelijke. Je kunt slordig ademen. Je kunt zelfs op een verkeerde manier ademen. Die gedachte wil ik eerst in uw midden leggen. We ademen soms ondiep of oppervlakkig. Sommige mensen stoppen tijdens hun slaap zelfs te lang met ademen. Dat kan grote gevolgen hebben voor ons lichaam. Daar moet iets in veranderen, anders gaat het niet goed. Zo is het ook met het bidden. Ons gebed kan slordig zijn. Dan hebben we bijvoorbeeld geen vaste tijden waarin we ons afzonderen voor persoonlijk gebed. Maar onze gebedsmethode kan ook slecht zijn. Dan bidden we wel maar we bidden met weinig diepte. In Lukas 11 vers 1 horen (en waarschijnlijk ook zien) de discipelen van de Heere Jezus het gebed van hun Meester. Dat maakt een enorme indruk op hen. Dan komen ze met de vraag: 'Heere, leer ons bidden zoals Johannes zijn discipelen leerde.' Hadden zij voor die tijd nooit gebeden? Zeker wel. Het waren wedergeboren mensen. In hun hart was het gebed geboren. Maar ze vroegen of de Heere Jezus

hun wilde leren bidden zoals Hij dat deed. Ze vroegen dus eigenlijk: 'Leer ons beter bidden, leer ons bidden zoals U bad.'

Bidden ... een worsteling

Ik ga ervan uit dat u ook bidt. Dat er elke dag van ons leven een moment is dat we bezig zijn met het gebed. Maar we kunnen juist daarin de worsteling ervaren dat het niet is zoals het zou moeten zijn. En de feiten liegen er niet om. Ik heb bij de voorbereiding van deze lezing heel bewust aan verschillende mensen gevraagd: 'Hoe ervaart u bidden?' De antwoorden waren vaak: 'Bidden is zo moeilijk. Mijn gebed is zo arm. Ik ben zo snel afgeleid. Ik kan me vaak niet concentreren. Ook weet ik vaak niet wat ik moet zeggen in mijn gebed. Ik herhaal vaak hetzelfde. Het voelt zo uitgehold en voorspelbaar. Vaak zeg ik dingen zonder me zelfs te herinneren wat ik zei'

Ik heb gemerkt dat het voor velen een worsteling is. Het was in zekere zin best fijn om dat te horen. Ik ben dus niet de enige die deze dingen in mijn persoonlijke bidden ervaar. Daarin herkennen we elkaar, of niet? Ik zeg weleens tegen mijn gemeenteleden: 'Ik ben blij dat u mijn privégebeden niet hoort, want die zijn echt niet zo mooi als de gebeden die ik op de preekstoel uitspreek.' Tijdens de zondagse diensten ben je heel bewust bezig met bidden. Je ziet al die mensen voor je zitten. Ik schaam me om het op te schrijven, maar als ik eerlijk ben, moet ik zeggen dat je vaak méér bezig bent in je gebed met de gedachte of de mensen het wel stichtelijk zullen vinden, dan dat ik me oprecht tot de Heere richt. Wat

moet de Heere toch veel van ons aanhoren! Want al is het dat we niet echt hardop bidden in de tempel met de woorden van de Farizeeër, vaak schuilt er achter onze woorden: 'O, wees ons zondaren toch genadig!' wel een hart als dat van de Farizeeër!

Sleur

Misschien durft u het niet hardop te zeggen, maar bidden kan ook een enorme sleur worden in ons leven. Dan is bidden een gewoonte die we dagelijks doen, maar het is slechts ... sleur. En ik zeg het maar gewoon hardop: Dan zeggen we iets zonder te beseffen wát we vragen.

Ben ik te eerlijk? Ik denk het niet. Ik wil me kwetsbaar opstellen om zodoende de moeilijkheid van bidden aan te geven. We bidden met een zondig hart dat snel afgeleid wordt. Ja, we bidden met een hart dat vol zit van deze zondige wereld. Geleerde mensen hebben na research geconcludeerd dat er per dag 70.000 gedachten in ons hoofd opkomen. En dan hebben we het nog niet over al die dingen die van buitenaf op ons afkomen. Dat komt er allemaal nog bij. Voelt u de worsteling die ik wil aangeven? Al mag het zo zijn dat we de genade van de Heere in ons hart kennen, dan blijven we toch leven met ons zondige 'ik' in een wereld die nog steeds een enorme zuigkracht heeft.

Wie van ons kan zeggen dat hij of zij dagelijks geniet van het moment van het gebed? Gebed is toch zo mooi? Want bidden is spreken met en tot de Koning! In het gebed mogen we Hem ontmoeten. Gods Kerk mag met vrijmoedigheid toegaan tot de troon van Gods genade door de Middelaar

Jezus Christus. Dagelijks nodigt onze Heere ons uit, kinderen van God, om tot Hem te spreken als een kind tot zijn Vader, als een discipel tot de Meester. Dat zou toch een dagelijkse vreugde moeten zijn, een innerlijke vreugde? Toch is het niet zo. Het is en blijft vaak een worsteling, een aarzelend spreken. En dan het ergste, we zijn zo snel afgeleid, we prevelen lege herhalingen, vaak om ons geweten te sussen. Of we sommen een hele waslijst op met allerlei dingen waarvan wij denken dat we ze nodig hebben. Op zich is het helemaal niet fout om bepaalde dingen te herhalen, maar het kan zo vaak een lege sleur worden. Wat staan deze 'sleurgebeden' ver af van het eerbiedig de Heere loven en prijzen, zoals Hij dat waardig is!

Gedachteloos bidden

We zullen als ouders of grootouders misschien wel dagelijks vragen: 'Heere, zegent U onze kinderen en kleinkinderen.' Maar ... wat bedoelen we daar eigenlijk mee? Om welke zegen bidden we dan? Wat is het specifieke waar we om bidden? We vragen om Gods genade, maar ... wat bedoelen we daar precies mee? In welk opzicht hebben we de Heere nodig? Zijn het niet vaak wat clichés die wij aan elkaar rijgen? We spreken de clichés uit zonder te beseffen wat we precies vragen. We kunnen bidden zoals we autorijden! We zitten soms zo gedachteloos in de auto, dat we achteraf denken: Was dat licht wel echt groen? Zo gedachteloos kunnen we ook bidden. U voelt aan, zó moet het niet! Dit kan niet zo! Dat is niet waardig en oprecht bidden.

Hoe vaak vragen we: 'Heere, vergeef ons onze zonden.' Ik

heb onze kinderen ook geleerd om dat te bidden. Maar nadat ik het weer voor de zoveelste keer hoorde, vroeg ik aan een van hen na het gebed: 'Joh, welke zonden heb jij vandaag eigenlijk gedaan?' Het antwoord was eerlijk en oprecht: 'Ik weet het niet; geen idee.' Dus vroeg ik hem: 'Nou, als je niet weet welke zonden jij vandaag deed, laten we daar dan eens over nadenken. Begon jij vanochtend de dag met gebed? Ben je vandaag gehoorzaam geweest? Heb je geluisterd naar papa, mama, de meester of juf? Was je ondeugend vandaag? Heb je met je broertje gevochten? Vond je het leuk om samen met hem te spelen? Wordt je vandaag boos op iemand en begon je toen te schelden?' Na dit gesprek gingen we samen weer op de knieën en vroegen de Heere vergeving over specifieke zonden terwijl we ook vroegen of Hij ons echt verdriet wilde geven over de zonde.

Lege herhalingen in onze gebeden zijn tot oneer van God. Het is zondig. Daarom is het niet verwonderlijk dat we vaak met een gevoel van schaamte en moedeloosheid denken aan ons bidden.

Orde en zelfdiscipline

Wat is of wat zijn de reden(en) dat Gods kinderen zo worstelen in het gebedsleven? Een van de redenen kan zijn een gebrek aan discipline. Er is orde en zelfdiscipline nodig in alle aspecten van het leven. Zéker ook in het gebedsleven. Natuurlijk zijn we vaak veel te druk. We hebben niet alleen te weinig tijd maar we zijn ook te veel 'plugged in'. De hele wereld heeft toegang tot ons gedachteleven en voortdurend wordt er van alles binnengebracht door de media. Vroeger

hoorden we alleen maar wat er in het dorp of in de stad waar we woonden gebeurde, maar nu is de hele wereld het dorp. Dat is geen voordeel voor het bidden. We zitten te vol met allerlei nieuws. Bovendien maken we echt te weinig tijd vrij voor het gebed om in afzondering met God te spreken.

Onze oudvaders noemden bidden 'een geestelijke oefening' of 'een geestelijke inspanning'. Daar kwam mogelijk dat zweet vandaan waar Luther over sprak, want als we ons ergens voor inspannen en er hard voor werken, zweten we. Bidden is een worsteling, een gevecht, tegen onszelf en tegen alles wat het gebed wil verhinderen. Of is het bij u anders? Dus orde en zelfdiscipline zijn mogelijk een van de redenen waarom we bij de inventarisatie over het gebed in het rood eindigen.

Geen ijdel verhaal van woorden

In de tweede plaats kan het ook zijn omdat we een verkeerde methode gebruiken wanneer we bidden. Als we ons eigen gebedsleven evalueren kan de gedachte soms opkomen: Bén ik eigenlijk wel een echte christen? Als de mensen toch eens zouden weten hoe mijn gebedsleven eruitziet ... Als ze mij eens zouden horen ... Ik kan soms mijn gedachten nog niet één minuut bij het gebed houden!

Misschien zegt u: 'Mijn gebed is soms zo steriel, zo oppervlakkig, zo wazig.' Dan kunnen we allerlei dingen uitspreken zónder dat ons hart daarbij betrokken is. We zeggen het zonder dat het ons werkelijk raakt. De Heere Jezus heeft daar tegen gewaarschuwd. Hij heeft gezegd: 'En als gij bidt, zo gebruikt geen ijdel verhaal van woorden, gelijk de heidenen;

want zij menen dat zij door hun veelheid van woorden zullen verhoord worden' (Matth. 6:7).

Geen echte christen?

Vrienden, een worstelend gebedsleven betekent niet dat u geen echte christen bent. Ik hoop dat u dit als bevrijdend mag ervaren. In bovenstaande woorden is slechts een heel algemene worsteling beschreven. Dat kan bemoedigend zijn maar ... met die wetenschap zijn we nog niet uit de problemen. Het bevredigt niet om dit probleem af te doen met woorden als: 'We blijven allemaal een arm en een ellendig volk.' Dat is op zich wel de realiteit, en zo zal het wel altijd blijven, maar vrienden, ik kan daar geen rust in vinden. Ik kan mezelf met dat feit niet verblijden. Zó wil ik het niet. Ik wil dat mijn gebedsleven iets reflecteert van een van mijn grote geloofshelden in de Bijbel, Paulus. Ik ben jaloers op zijn gebedsleven zoals hij ons in zijn brieven daar wat inzage in geeft. Wat kunnen wij van het gebedsleven van Paulus leren? Daar willen we in een volgend hoofdstuk bij stilstaan.