

Overdenking Claartje Kruijff – Wat draagt je? Gebed (gehouden op 5 en 12 maart 2023)

Een jaar of twaalf geleden zocht ik een gebed voor aan tafel bij ons thuis. Mijn oudste dochter was destijds een jaar of tien dus ik zocht iets wat de pubertijd zou kunnen doorstaan. Ik had zelf nog een herinnering als puber dat ik vaak bij mijn beste vriendin mee mocht eten vroeger. Haar ouders baden vroom voor het eten. Haar vader ging dan voor in het gebed - haar moeder keek er ook zo vroom bij - en mijn vriendin begon me dan onder tafel te schoppen. Een keer kregen we zo de slappe lach dat we samen het huis uit zijn gestuurd. We mochten daar niet meer samen bij het eten aanschuiven. Zo'n gebed wilde ik niet.

Samen gewoon even stil zijn voor het eten zag ik niet zitten vanwege de wat pittige dynamiek in ons gezin. Misschien zouden we kunnen opnoemen waar we dankbaar voor waren, of gewoon voor het eten eens uitwisselen wat je bezighoudt. Een iemand per keer laten voorbidden? Met ons drukke gezin toen? Ik zocht iets voor ons, zowel vorm als inhoud - maar wist niet hoe goed het eruit moet zien.

Leer ons Bidden

Indertijd was ik bij een collega op bezoek. Ze vroeg of ik mee zou eten. Voor het eten hadden ze een kort ritueel met elkaar. Dit was 'm. Dit zou ook bij ons passen. Met weinig woorden en daardoor veel zeggingskracht. Samen iets doen.

Het ging zo

Hemel (hand op voorhoofd) Aarde (hand op de borst) Jij (hand op linkerschouder) Ik (hand op rechterschouder), Samen (twee handen op borst)

Amen (handen wijd).

Ik vond het mooi in alle eenvoud. En ook dat we samen iets zouden doen. Ik introduceerde het thuis. De kinderen waren toen nog jong genoeg om het gewoon te accepteren. Een tijd lang werd dat ons gebed.

Toen de kinderen ouder werden begonnen ze aan de vorm te morrelen. Een van onze dochters wilde eronder uit en had daarvoor een slimme truc. 'Ik doe dat soort dingen liever alleen, voor mijzelf, in stilte'. Daar kon ik niets tegen aan brengen. Een andere dochter maakte er steeds een andere versie van...tot hilariteit van de anderen...

Het gebed aan tafel raakte wat sleets, maar ik zette door.

Nu zijn we thuis met één dochter over. Die doet niet meer mee heeft ze besloten. Mijn man en ik houden het nog vol maar ik voel aan alle kanten dat het niet meer werkt voor ons als gezin. Ik was er aan gehecht: het was bekend en comfortabel. Zo doen wij dat geeft ook rust. Maar deze vorm voldoet voor ons niet meer. Kennelijk moet - of als ik het positiever zou formuleren, mag en kun je ook aan je geloofs- en nog specifiekere- gebedsleven werken.

Leer ons Bidden

In mijn vorige kerk in Amsterdam hadden we een studieochtend met collega's over het gebed. We gingen direct - zo doen theologen dat met allerlei teksten en studie in de weer - totdat een van mijn collega's de bevrijdende vraag stelde: Zeg bidden jullie eigenlijk en hoe dan? Ik vind het moeilijk in mijn eentje.

Uit het rondje dat we daarna maakten kwam er van alles naar voren, van gebedsverlegenheid tot diepe gebedservaringen. Van persoonlijke gebeden tot vaste formules. Een collega zei: daarom bid ik zo graag mee in de kerk, dan doe je het met elkaar en dan weet ik weer wat bidden is. Want zo in mijn eentje, dat past mij niet. Weer een ander wandelde uren door

Amsterdam: het is een meditatieve onderneming, ik kijk goed, zie van alles en neem de wereld in mij op. Ik bid dan met mijn ogen open.

De ander leunde sterk op de gebedstraditie die hij mee had gekregen als Jezuiet: de geestelijke oefeningen van Ignatius. Oude mantra's en vaste gebedsformules zijn er niet voor niets, zei een andere collega, die helpen mensen om in gebed te komen. Weer een ander zei: het belangrijkste is dat je er tijd voor maakt. Voor mij betekent dat iedere dag gaan zitten op een krukje in mijn kamer. En dan zie ik wel wat er komt. Bidden heeft discipline en regelmaat nodig. Anders verschrault mijn gebed. Hij was een oud priester met een rijk gebedsleven, dat wist ik van hem. Ons gesprek ging niet alleen over wat zeg je maar meer over hoe doe je het dan?

Het werd een mooi gesprek en we leerden elkaar op een ander niveau kennen. We spraken eerlijk over onze gebedsverlegenheid hier en daar.

Over de verschraling ervan als je het niet onderhoudt. Over het belang van het doen en in die zin: een sprong wagen. In plaats van teveel vragen te stellen.

Tot wie bid ik dan? En geloof ik het eigenlijk wel, ik hoor niks terug,

De zanger Nick Cave geeft een bevrijdend antwoord op de vraag of hij in God gelooft. 'Well, I just act like I do'- 'Nou, kijk, ik doe het gewoon'. Hoe moet ik geloven om te kunnen bidden of zelfs, hoe gelovig moet je zijn om te bidden - krijgt dan een andere draai. Je geloofsleven kun je onderhouden en activeren door te bidden.

Ik merk dat ook in pastorale gesprekken die ik heb met mensen. Vaker is er een bepaald verlangen maar ook een verlegenheid. En durf je te vragen, zullen we met elkaar bidden? Het heeft ook iets spannends. Even een drempeltje over zo kan het voelen. Intiemer dan we gewend zijn. Je laat alle maskers vallen - en bent zonder opsmuk, zonder pretentie, zonder de verhalen die je gewend bent over jezelf en tegen jezelf te vertellen. Je begint ergens en het gebed ontstaat.

En als we eenmaal samen bidden dan komt er van alles vrij. Op een ander niveau. Alsof ons hart weer opengaat, als we weer nieuwe adem vinden, alle benauwdheid wordt even opgetild. Zo bleek ook bij een avondgebed dat we afgelopen donderdag aan het begin van de avond hier hadden. De een begon met een voorbede, een ander volgde, we waren niet bang voor stiltes en zongen samen steeds twee regels. Het gebed ontstond en omvatte ons. Ik ontving iets wat ik in mijn eentje niet vinden kan, hoorde ik iemand zeggen. Ik vermoed dat dat voor velen herkenbaar zal zijn.

En als je in je eentje bidt en je kunt de woorden niet makkelijk vinden: oude mantras zijn er niet voor niets. Het Onze Vader bijvoorbeeld. Oude woorden die er allang zijn en voor zovelen onderdak bieden ter wereld. Dat alleen al geeft mij rust en een plek om te schuilen. Soms begin ik met de eerste regel en voeg ik er alvast namen aan toe. De namen die ik meedraag, die mij op het hart liggen. Denk ook aan haar, denk aan hem. Verlicht hen. O God. Onze Vader, Onze Moeder, reisgenoot en onderdak - en dan kan ik het ook even afleggen. Hun namen plaatsen tussen al die andere namen. En erop vertrouwen dat ook zij gezien zullen worden. Dat het goed zal komen op manieren die ik niet ken.

Geef ons ons dagelijks brood. Daarin komt alles mee.

Hoe ik me verhoud tot de wereld. De verlegenheid om mijn kleine of grotere sores terwijl anderen niet eens te eten hebben. En dat dat alles er tegelijk is. Geef hen, geef mij, wat ik nodig heb. Geef ons.

Wat ik zo mooi vind aan het Onze Vader is dat ik mij direct ingebed voel. Dus als het onze Vader is dan betekent dat dat er een adres is voor iedereen. Voor jou en voor mij. Voor hen. En daartussen kun je je eigen gebeden neerleggen.

En als we dan even doorgaan op die God want juist dat maakt dat mensen het moeilijk vinden om te bidden vermoed ik. Aan welk adres richt ik mijn gebed?

Mij helpen overgeleverde beelden om ruimte te maken. Ik denk dan bijvoorbeeld aan poëzie uit Psalm 23 van God als een Herder. En dan behoor ik, en de mijnen en al die anderen tot een kudde waarover gehoeid wordt. Een schaap die niet verloren raakt. Die gezocht wordt zelfs als hij afgedwaald of verdwaald of losgeraakt is.

Onze Vader, herder van alle schapen die er geen verloren laat gaan, mocht ik door een duister dal gaan, jij bent bij mij. Jouw staf, jouw steun. Goedheid is om ons heen.

Als ik erover ga nadenken, alleen met mijn ratio voelt mijn gebed soms kinderlijk. Geloof je het zelf? Maar ben ik dan kinderlijk, schaapachtig in mijn overgave en is mijn afhankelijkheid slechts kuddegedrag? Of zit er in mijn onmacht een kern van waarheid en gezamenlijkheid. Wijsheid zelfs? Het is dat voortdurende heen en weer tussen wat mijn hoofd begrijpen en controleren wil en wat mijn hart verlangt en ingeeft. Tussen mijn macht en onmacht.

Terug naar Psalm 23. Al ga ik door een donker dal, Uw staf en Uw stok. We zijn niet verloren, maar we worden erbij gehouden, in dit weefsel dat ons allemaal verbindt. Onze beker vloeit over. Ons hoofd wordt gezalft.

Het zijn metaforen die mij helpen, die mij zuurstof geven. Warmte. Vertrouwen.

Dat ik mijzelf die overgave hier en daar kan gunnen, dat wat soms kan voelen als kinderlijk - is misschien wel het wijste wat ik mijzelf kan schenken.

Mij over te geven aan een Wil die de mijne, de onze niet is, die we niet kunnen bevatten noch samenvatten maar die óns omvat. Onze Herder - en als ik af en toe verdwaald ben of verloren dreig te raken - laat ik mij weer vinden. En zou houd ik ook een kritisch oog voor wat of wie niet gezien wordt of juist op stem zou moeten komen. En dat allemaal in de ruimte van die Wil die in ons geschiede moge. Maar wij zijn onszelf niet genoeg, daarvoor hebben we anderen nodig. Een groter Ons. Leer ons bidden. Laat ons bidden.

Amen.