

Ik bid dus ik ben

Gebed als levenskunst (Psalm 139:1-18 BGT)

'Ik denk dus ik ben'. Dat is een bekende uitspraak van de filosoof René Descartes. We hebben er het rationalisme aan te denken. Vandaag zeggen veel mensen: 'Ik voel dus ik ben' - alleen wat je ervaart is echt. Andere opties: 'Ik plan dus ik ben', 'Ik was dus ik ben', 'Ik eet dus ik ben', 'Ik reis dus ik ben', 'Ik game dus ik ben'. Als we vandaag zeggen 'ik bid dus ik ben' bedoelen we daarmee dat bidden dé manier is om echt voluit te leven in een werkelijkheid die zoveel groter is omdat het Gods werkelijkheid is.

Waarom we (niet) bidden

Een kleinzoon vroeg eens aan zijn opa: 'Waarom bid je voor het eten?' Het antwoord van zijn opa: 'Omdat ik eten bijzonder vind. Uit respect voor het eten.' Bidden heeft allereerst te maken met eerbied voor het leven, het besef dat er meer is dan we kunnen zien. In de kerk spreken we dan over God en over Jezus. Maar vandaag zetten we wat 'lager' in: bidden is uiting geven aan het besef (en het verlangen) dat er meer is. Sommige mensen hebben zichzelf verboden om te bidden (nadat ze het eerder in hun leven wel hadden gedaan). Waarom? Dafne bidt niet meer omdat God niet bestaat, het atheïstische argument (maar ze heeft intussen een gevoel alsof ze zichzelf had verboden te neurïën). Jan ontzegt zich het gebed omdat het niet meer past bij zijn nieuwe, onpersoonlijke Godsbeeld (een Vader in de hemel kent hij niet meer), het theologische argument. Erik bidt niet omdat alles is te herleiden tot de werking van het brein (ook al ervaart hij wel troost als hij het 'Onze Vader' zegt), het reductionistische argument. Andere oorzaken van niet bidden kunnen zijn: teleurstelling in verhooring, nare ervaringen rond gebed, lauwheid in het geloof en zonde ('Zolang ik zweeg...', Psalm 32).

Gebed als verlangen

Bidden is uiting geven aan deze werkelijkheid: 'Mijn ziel verlangt naar God!' Wij verlangen allemaal, van binnenuit, naar liefde, heiligheid, aanvaarding, stilte, rust, je deel weten van iets wat jou overstijgt. Is mindfulness (aandachtig in het moment zijn) misschien het nieuwe bidden? Daar lijkt het op, maar bidden is beslist ook meer dan mindfulness. Bidden is: je toevertrouwen aan God, aan de stilte van God, aan de liefde van God. Bidden is: je bewust worden en zijn van het universum buiten jou (Gods schepping) en het universum binnenin jou (je innerlijk heiligdom).

Besef van Gods tegenwoordigheid

Bidden is in de basis: besef van Gods tegenwoordigheid. Hij is er. Heilig, liefdevol, genadig, confronterend, scheppend, de weg wijzend, troostend. Eén enkel woord, één kort zinnetje is al genoeg om dat besef van zijn tegenwoordigheid te activeren. Psalm 139 geeft woorden aan dat besef dat tegelijkertijd ook een verlangen is. Zeg, fluister, zing, prevel, murmel, schreeuw deze woorden - en je bidt. 'Heer, u weet alles van mij, u kent mij. U weet waar ik ben, en u weet waar ik heen ga.' 'Ik vind het een wonder dat u mij zo goed kent. Ik kan het niet begrijpen.'

Gebed als levenskunst

Bidden is meer dan een (christelijke) verplichting. Bidden is meer dan zinnen formuleren en vragen stellen. Bidden is een manier van leven: open naar God toe, naar Jezus' koninkrijk, naar de leiding van de heilige Geest. Gebed is: levenskunst. Een manier van leven die steeds opnieuw, vanuit de ziel, op zoek is naar wat groter is dan wijzelf.

Psalm 139

Heer, u weet alles van mij,
u kent mij.

U weet waar ik ben,
en u weet waar ik heen ga.

U weet wat ik denk,
ook al bent u ver weg.

U ziet me als ik thuis ben
en u ziet me onderweg.

U ziet alles wat ik doe.

Voordat ik mijn mond opendoe,
weet u al wat ik wil zeggen.

U bent voor mij en achter mij,
u bent om mij heen.

Uw hand houdt me vast.

Ik vind het een wonder
dat u mij zo goed kent.

Ik kan het niet begrijpen.

U hebt me al gezien
toen ik in het geheim gemaakt werd.

U hebt me al gezien
toen ik diep in de aarde ontstond.

Toen mijn lichaam nog geen vorm
had,

zag u mij al.

Nog voordat ik werd geboren,
wist u alles al van mij.

En u schreef het in uw boek.
God, uw gedachten kan ik niet

begrijpen,

ze zijn te moeilijk voor mij.

Ik probeer uw gedachten te tellen,
maar het zijn er zo veel,

meer dan er zand is bij de zee.

