

"Zie wat je hoort"

Vrijdag 13 december 2019

Thema week 2: Troost!

Troost is weldadig en doet goed. Ieder weet het uit eigen ervaring. Troost veronderstelt enerzijds dat er iemand is die troost nodig heeft, en dus in een behoeftige situatie verkeert. Anderzijds veronderstelt troost dat er iemand is die de behoeftige situatie bij de ander opmerkt; en het vermogen heeft nabij te zijn; warmte te geven; hoop over te dragen; toekomst te openen.

Vorbereiding

Bij voorkeur zoek ik een vaste plek voor mijn gebed. En - als het kan ook - ook een vast tijdstip op de dag. Dat geeft het meeste rust. Ik plaats mij telkens in de tegenwoordigheid van de Heer. Daarna neem ik enkele ogenblikken om te vragen wat ik ten diepste verlang: al naargelang voor de (nabije) toekomst; voor deze retraite. Deze week zou ik de genade kunnen vragen troost te putten uit de meditaties.

Bijbeltekst voor vandaag, vrijdag 13 december: Jesaja 48:17-18

'Ik ben de Heer uw God die u wil voeren over de weg die gij moet gaan.
Als gij acht gegeven had op mijn geboden,
zou de voorspoed u reeds nu omspoeld hebben als een bergstroom
en zou uw welvaart zo uitgestrekt geweest zijn als de zee met zijn golven.'

Gebedsuggesties bij de bijbeltekst van de dag

De profeet suggereert dat het mij goed gaat, als ik Gods wegen volg.

- 1 Kan ik dat uit eigen ervaring bevestigen?
Ik haal mij momenten/periodes uit mijn leven voor de geest,
waar dat inderdaad het geval was.
- 2 En kan ik ook uit eigen ervaring het tegendeel bevestigen?
Gaat het niet goed met mij, als ik zijn wegen niet ga?
Ook hiervan haal ik mij momenten/periodes voor de geest uit mijn eigen leven.

3 Kan ik troost putten uit deze overwegingen?

4 Aan het eind van mijn gebed voer ik een gesprekje al naar gelang:

- met de profeet,
- met Jezus,
- met God.

Terugblik op het gebed

Na afloop van de gebedstijd neem ik nog enkele ogenblikken om erop terug te zien. Of liever: ik vraag de Heer of Hij mij in herinnering wil brengen wat er belangrijk was in mijn gebedstijd. Waar ik het gevoelen had dat Hij mij raakte, of juist niet. En wat dat wellicht zou kunnen betekenen.

De terugblik is dus niet een vorm van huiswerk, maar een korte tijd om stil te staan bij de nasmaak van mijn gebed. Juist zoals je na een maaltijd kunt nagenieten (of niet!).

Wat blijft 'hangen'? Welke gevoelens, indrukken, woorden, gedachten vragen als het ware om opgemerkt te worden.

Eventueel maak ik daar een korte aantekening van.