

# "Zie wat je hoort"

Zondag 8 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, zondag 8 december: uit Psalm 72**

'Mijn God, verleen de koning uw wijsheid,  
de koningszoon uw rechtvaardigheid.  
De arme die steun vraagt, zal hij bevrijden,  
de ongelukkige zonder hulp.  
Hij zal zich ontfermen over misdeelden,  
de zwakken schenkt hij weer levensmoed.'

## **Gebedsuggesties bij de bijbeltekst van de dag**

In de beleving van het oude Israël was de koning de plaatsvervanger van God. Zijn koningschap moest verwijzen naar Gods koningschap. God is de koning van de barmhartigheid, van de naastenliefde, van de armen en de hulpelozen. Naar zo'n koning verlangt de psalm.

- 1 Zijn er in mijn dagen koningen en/of leidinggevende politici die lijken op de koning uit de psalm?

- 2 En ikzelf? Waar ik het voor het zeggen heb in mijn leven..., waar ik mijn eigen keuzes kan maken en verantwoordelijk ben voor mijn eigen keuzes ('koning' of 'koningin' ben): ben ik daar een wijze koning of koningin zoals de psalm daarnaar verlangt?
- 3 Ik ga de deugden, genoemd in de psalm één voor één na en kijk in hoeverre ze op mij al of niet van toepassing zijn.
- 4 Aan het eind van mijn gebed voer ik een gesprekje al naar gelang:
  - met de psalmist,
  - 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.