

Wat is bidden? Hoort en beantwoordt God ons?

Jezus leert ons in het Nieuwe Testament om een relatie op te bouwen met God, onze Vader. Door de eeuwen heen hebben ontelbare mensen gebeden. Maar soms weten we niet zeker hoe we God moeten aanspreken en of Hij naar ons zal luisteren.

21-8-2025

Samenvatting

1. Kan ik met God praten en naar Hem luisteren?
2. Hoe kan ik bidden? Wat is bidden?
3. Hoe bad Jezus?
4. Zijn er verschillende soorten gebed?

.....

1. Kan ik met God praten en naar Hem luisteren?

Ja. In het Oude Testament spraken Abraham, Mozes en de profeten met God en hoorden ze zijn stem. In het Nieuwe Testament leert Jezus ons hoe we met God, onze Vader, kunnen praten. Door de eeuwen heen hebben duizenden mensen gebedservaringen gehad. De heiligen zijn het bewijs dat God op zoek is naar mensen - naar ieder van ons - in elke tijd en omstandigheid, en dat we

allemaal ook kunnen reageren en met Hem kunnen praten.

"Om naar de Heer te luisteren, moeten we leren om te overwegen, om zijn voortdurende aanwezigheid in ons leven te voelen, en we moeten stilstaan en met hem praten, hem de ruimte geven in gebed. Ieder van ons, zelfs jullie jongens en meisjes, jonge mensen, zo velen van jullie hier vanmorgen, zouden zich moeten afvragen: 'hoeveel ruimte geef ik de Heer? Stop ik om met Hem te praten?' Van kinds af aan hebben onze ouders ons geleerd om de dag te beginnen en te eindigen met een gebed, om ons te leren voelen dat de vriendschap en de liefde van God ons vergezellen. Laten we de Heer meer gedenken in ons dagelijks leven!" (*Paus Franciscus, Audiëntie, 1 mei 2013*)

2. Hoe kan ik bidden? Wat is bidden?

Alle mensen zijn geroepen om met God te communiceren. In de schepping roept God elk wezen vanuit het niets tot bestaan. Zelfs nadat hij door de zonde zijn gelijkenis met God heeft verloren, is de mens een beeld van zijn Schepper en blijft hij verlangen naar Degene die hem roept tot bestaan.

God roept onvermoeibaar ieder mens op tot de mysterieuze ontmoeting die bidden is. Hij neemt het initiatief in gebed en legt in ons het verlangen om Hem te zien, met Hem te spreken en ons leven met Hem te delen. Gebed, luisteren naar en spreken met God, is een antwoord op dit goddelijke initiatief.

“Waar komt het gebed van de mens vandaan? Wat ook de taal van het gebed (gebaren en woorden) is, het is heel de mens die bidt. Maar om de plaats aan te geven waaruit het gebed voortkomt, heeft de heilige

Schrift het soms over de ziel of over de geest, maar meestal over het hart (meer dan duizend keer). Het hart bidt. Als het ver van God verwijderd is, zijn onze woorden van gebed vruchteloos.”

“Het hart is de plaats waar ik mij bevind, waar ik woon (volgens de Semitische of Bijbelse uitdrukking: waar ik "mijn intrek neem"). Het is ons verborgen middelpunt, niet te bevatten voor onze rede en evenmin voor een ander. Alleen de Geest van God kan het peilen en kennen. Het is de plaats van de beslissing, in het diepste van onze psychische neigingen. Het is de plaats van de waarheid, daar waar wij kiezen voor het leven of voor de dood. Het is de plaats van de ontmoeting; want naar het evenbeeld van God leven wij in een relatie: het hart is de plaats van het verbond.” (*Catechismus van de Katholieke Kerk*, 2562-2563)

Bidden wordt niet gereduceerd tot het spontaan opkomen van een innerlijke impuls: om te bidden is het nodig te willen bidden en te leren bidden. We leren tot God te spreken door de Kerk: luisteren naar het woord van God, de evangeliën lezen en vooral het voorbeeld van Jezus navolgen.

Mediteren met de heilige Jozefmaria

- “Minuten van stilte”. - Laat die over aan mensen met een droog hart. Wij katholieken, kinderen van God, wij spreken met onze Vader die in de hemel is. (*De Weg*, 115)
- Er zou geen dag voorbij moeten gaan zonder ogenblikken die in het bijzonder gewijd zijn aan een gesprek met God. Elke dag moet momenten kennen waarin onze gedachten opgaan naar Hem, waarin de woorden onze

lippen niet hoeven te verlaten omdat het hart ze al gezongen heeft. Laten we vlak bij het tabernakel Hem gezelschap houden die daar uit liefde aanwezig is. En als dat niet kan, gewoon ergens anders, want God is op een onzegbare wijze in onze ziel aanwezig. (*Vrienden van God*, 249)

- Moet je eens kijken wat een hoop ongegronde redenen de vijand je voorzet met de bedoeling dat je stopt met bidden: - Ik heb geen tijd - terwijl je voortdurend je tijd loopt te verknoeien; - dat is niets voor mij, - het raakt mijn hart niet. Het gebed is geen kwestie van spreken of voelen, maar van liefhebben. En je hebt lief als je je best doet om iets tegen de Heer te zeggen, al zeg

je in feite misschien niets. (*De Voor*, 464)

- Telkens als we in ons binnenste het verlangen voelen onszelf te verbeteren, met meer edelmoedigheid te beantwoorden aan wat de Heer van ons vraagt, elke keer als we een gids, een heldere ster zoeken om ons de weg te wijzen tot een christelijk leven, brengt de Heilige Geest ons deze woorden uit het evangelie in herinnering: Hij leerde hun in een gelijkenis dat zij steeds moesten bidden en daarin niet versagen (Luc 18, 1). Het gebed is het fundament van alle bovennatuurlijke arbeid. Met het gebed kunnen we alles. En als we aan dit middel geen aandacht schenken, bereiken we niets. (*Vrienden van God*, 238)

3. Hoe bad Jezus?

In het Nieuwe Testament vinden we het perfecte gebedsmodel in het kinderlijke gebed van Jezus. Het gebed van Jezus, dat vaak in afzondering en in het verborgene plaatsvond, hield een liefdevolle naleving van de wil van de Vader in, zelfs tot aan het kruis, en een absoluut vertrouwen dat Hij gehoord werd.

Jezus getuigt ons dat hij voortdurend in contact staat met zijn Vader en nodigt ons uit om hem na te volgen. In zijn onderwijs draagt Jezus zijn leerlingen op om te bidden met een gezuiverd hart, een levend en volhardend geloof, als kinderen die met hun Vader spreken.

Het gebed van de Maagd Maria, in haar Fiat en in haar Magnificat, wordt gekenmerkt door het gul aanbieden van haar hele wezen in geloof, daarom is onze Moeder ook

een gebedsmodel, van een persoon die aandacht heeft voor wat God haar wil zeggen om te kunnen antwoorden.

Er zijn ons drie belangrijke gelijkenissen over het gebed overgeleverd door Lucas:

- De eerste, "de lastige vriend", nodigt ons uit tot een dringend gebed: "Klopt en er zal worden opengedaan". (Lc 11,9) Aan wie zo bidt, zal de Vader van de hemel "geven al wat hij nodig heeft", en bovenal de heilige Geest, in wie alle gaven vervat zijn.
- De tweede, "de lastige weduwe", heeft als thema een van de eigenschappen van het gebed: men moet altijd en onvermoeibaar bidden met het geduld van het geloof. "Maar zal de Mensenzoon bij zijn komst

het geloof op aarde vinden?" (Lc 18,8)

- De derde gelijkenis, "de Farizeeër en de tollenaar", heeft betrekking op de nederigheid van het hart dat bidt. "God wees mij, zondaar, genadig". (Lc 18,13) Onophoudelijk maakt de Kerk dit gebed tot haar eigen gebed: "*Kyrie eleison*" (*Catechismus van de Katholieke Kerk*, 2613)

Mediteren met de heilige Jozefmaria

- De taferelen waarin Christus tot zijn Vader spreekt, zijn zo talrijk, dat het niet mogelijk is bij allemaal stil te staan. Maar we mogen, lijkt me, niet voorbijgaan aan de uren, de zo intense uren die voorafgaan aan zijn Lijden en Sterven, de uren waarin Hij zich voorbereidt op het voltrekken

van het Offer waardoor wij
verzoend zullen worden met de
goddelijke liefde. In de
intimiteit van het Cenakel loopt
zijn hart over. Hij richt zich in
een smeekgebed tot de Vader.
Hij kondigt de komst van de
Heilige Geest aan. Hij spoort de
zijnen aan tot een niet aflatende
ijver in liefde en geloof.
(*Vrienden van God*, 240)

- Ik raad u aan in zo'n passage uit
het evangelie [in gebed] op te
treden: een personage meer.
Vorm u eerst een beeld van het
tafereel of het geheim dat u zal
helpen uw gedachten te
verzamelen en te mediteren.
Laat daarna uw verstand zijn
werk doen bij het beschouwen
van een aspect van het leven
van de Meester: zijn vertederd
Hart, zijn nederigheid, zijn
zuiverheid, zijn
onderworpenheid aan de Wil

van de Vader. Zeg Hem daarna, wat u gewoonlijk op dat terrein overkomt, wat er bij u gebeurt, wat er aan de hand is. Blijf opletten. Hij probeert u misschien ergens op te wijzen. Zo komen ook die inwendige roerselen, die ontdekkingen en vermaningen tevoorschijn. (*Vrienden van God*, 253)

- Jezus spreekt: “Ik zeg u: vraagt, en ge zult verkrijgen; zoekt, en ge zult vinden; klopt, en u zal worden opengedaan”. Bidt . In welke menselijke onderneming verkrijg je grotere garanties voor het welslagen? (*De Weg*, 96)
- Wat is het tafereel van de blijde boodschap aan Maria ontroerend! - Maria, - hoe vaak hebben we dit niet overwogen! - is in gebed verzonken, legt haar vijf zintuigen en al haar

vermogens in het gesprek met God. Tijdens het gebed leert ze de Wil van God kennen; en door het gebed maakt ze die tot haar eigen vlees en bloed: verlies het voorbeeld van de heilige Maagd niet uit het oog! (*De Voor*, 41)

4. Zijn er verschillende soorten gebed?

De Heilige Geest, die de kerk onderricht en haar aan alles herinnert wat Jezus heeft gezegd, voedt haar ook op tot een leven in gebed: Hij inspireert haar tot steeds nieuwe uitdrukkingswijzen binnen de blijvende basisvormen: zegening, smeekgebed, voorspraak, dankzegging en lofprijzing.

Omdat God de mens zegenet, kan deze op zijn beurt van harte Hem zegenen die de bron is van elke zegening. De vergeving, het zoeken van het koninkrijk, alsmede elke waarachtige nood vormen het voorwerp van het

smeekgebed. Het gebed van voorspraak bestaat in een verzoek ten gunste van een ander. Het kent geen grenzen en strekt zich zelfs uit tot de vijanden. Elke vreugde en elk verdriet, elke gebeurtenis en elke nood kunnen het voorwerp vormen van de dankzegging, die deelneemt aan de dankzegging van Christus en zo het hele leven moet vervullen: "Dankt God voor alles" (1 Tess. 5, 18). Het gebed van lofprijzing dat geheel en al belangeloos is, richt zich tot God: het verheerlijkt Hem, niet alleen om wat Hij doet, maar méér nog omdat HIJ IS. (*Catechismus van de Katholieke Kerk*, 2644-2649)

Mediteren met de heilige Jozefmaria

- Je hebt me geschreven: "Bidden is spreken met God. Maar waarover?" - Waarover? Over Hem, over jezelf: je vreugden, je verdriet, je successen en

mislukkingen, je edele ambities,
je dagelijkse zorgen..., je
zwakheden! Je dankbaarheid en
je wensen, je Liefde en je
eerherstel. Kortom: Hem
kennen en jezelf kennen: met
Hem omgaan! (*De Weg*, 91)

- “Bid voor mij”, vroeg ik hem
zoals ik dat altijd doe.
Verwonderd zei hij terug:
“Maar is er dan iets met u aan
de hand?”. Ik moest hem
duidelijk maken dat er ieder
ogenblik iets met ons allemaal
gebeurt of aan de hand is; en ik
voegde eraan toe dat als er niet
gebeden wordt, er “hoe langer
hoe meer slechte dingen
gebeuren”. (*De Voor*, 479)
- Het is van belang —neem me
niet kwalijk dat ik erop blijf
hameren— dat wij onze ogen
gericht houden op de
voetsporen van de Messias,

want Hij is gekomen om ons de weg te wijzen die naar de Vader voert. Samen met Hem zullen we ontdekken hoe we een bovennatuurlijke dimensie kunnen geven aan activiteiten die naar de schijn juist heel onbeduidend zijn. We zullen leren in elk moment van ons leven de eeuwigheid te laten doorklinken. En met een grotere diepgang zullen we begrijpen, dat het schepsel die ogenblikken van intiem gesprek met God nodig heeft: om iets tegen Hem te zeggen, Hem aan te roepen, Hem te loven, om uit te barsten in dankbetuigingen, om naar Hem te luisteren of eenvoudigweg om bij Hem te zijn. (*Vrienden van God*, 239)

- Dit zoeken naar de Heer maakt van onze hele dag één intiem en vertrouwelijk gesprek. Ik heb het gezegd, ik heb het heel vaak

geschreven en ik wil het best nog eens herhalen, omdat de Heer —met zijn voorbeeld— ons laat zien dat dit het juiste gedrag is: bidden zonder ophouden, van de vroege morgen tot de late avond en van de late avond tot de vroege morgen. Als alles op rolletjes gaat: dank U, God! Als er een moeilijk ogenblik is: Heer, laat me niet alleen! En deze God, zachtmoedig en nederig van hart (Mat 11, 29), zal onze smeekbeden niet vergeten en zal ook niet onaangedaan blijven, want Hij heeft ons verzekerd: Vraagt en u zal gegeven worden; zoekt en gij zult vinden; klopt en er zal worden opengedaan. (*Vrienden van God*, 247)

- Het kan niet anders of het woord van God maakt ons standvastig! Er is niets van

eigen vinding wanneer ik in de
uitoefening van mijn
priesterambt onophoudelijk en
onvermoeibaar dat herhaald en
herhaald heb. Het komt recht
uit de Heilige Schrift, waar ik
het vandaan heb. Heer, ik weet
niet hoe ik me tot U moet
wenden! Heer, leer ons bidden!
Zo verkrijgen we heel de
liefdevolle steun van de Heilige
Geest —licht, vuur, stormwind
— die de vlam aansteekt en
doet branden om haarden van
liefde te ontsteken. (*Vrienden
van God*, 244)

pdf | Document automatisch
aangemaakt door [https://opusdei.org/nl/
article/wat-is-bidden-hoort-en-
beantwoordt-god-ons/](https://opusdei.org/nl/article/wat-is-bidden-hoort-en-beantwoordt-god-ons/) (12-3-2026)