

“Heer, ik weet niets te bidden”

Als je werkelijk een boetvaardige ziel wilt zijn - boetvaardig en blij - moet je in de eerste plaats je dagelijkse tijden van gebed veilig stellen, tijden van intiem, edelmoedig en langdurig gebed! En niet bidden als je er zin in hebt maar, als het enigszins kan, op vaste tijden. In die details moet je strikt zijn! Wees slaaf van deze dagelijkse eredienst aan God, dan kan ik je verzekeren dat je je constant blij zult voelen. (De Voor, 994)

19 februari

Ik zie hoe sommigen het beoefenen van de vroomheid — de omgang van een christen met zijn Heer — benaderen. Ik krijg dan een onaangenaam beeld, theoretisch, vol formules, altijd dezelfde onbezielde liedjes die meer de anonimiteit bevorderen dan het persoonlijk gesprek, het tête-à-tête met God onze Vader. Een authentiek mondeling gebed is echter nooit anoniem. Ik herinner me dan die raad van de Heer: Als gij bidt, gebruik dan geen omhaal van woorden; want deze menen dat zij door hun veelheid van woorden verhoring zullen vinden. Volgt hun voorbeeld dus niet na, want vóóordat gij Hem vraagt, weet uw Vader wat gij nodig hebt (Mat 6, 78). In het commentaar van een Kerkvader lezen we: “Ik denk dat Christus ons vraagt het uitgebreide

gebed te vermijden; en uitgebreid niet gerekend naar de tijd, maar naar de eindeloze hoeveelheid woorden^{1/4} De Heer zelf heeft ons de weduwe ten voorbeeld gesteld die door haar aanhoudende smeekbeden de weerstand van de onrechtvaardige rechter overwon. En ook het voorbeeld van de vriend die ongelegen komt, midden in de nacht en die meer door zijn koppigheid dan door vriendschap bereikt dat zijn vriend het bed uit komt (vgl. Luc 11, 5-8; 18, 1-8). Met die voorbeelden spoort Hij ons aan volhardend te vragen, niet met gebeden zonder eind, maar door Hem onze noden eenvoudig voor te leggen” (H. Johannes Chrysostomus, In Matthaeum homiliae, 19, 4 (PG 57, 278)).

En als het u ondanks alles aan het begin van uw gebed niet lukt uw aandacht te concentreren om met God te spreken, als u zich dor voelt,

als uw hoofd geen enkele gedachte kan formuleren en uw hart ongevoelig blijft, dan raad ik u aan, wat ik in dergelijke omstandigheden altijd doe: Stel u in de aanwezigheid van uw Vader en zeg Hem tenminste «Heer, ik weet niets te bidden, er schiet me niets te binnen om aan U te zeggen...». En u kunt er zeker van zijn, dat u op datzelfde moment begonnen bent met bidden.

Vrienden van God, 145

.....

pdf | Document automatisch
aangemaakt door [https://opusdei.org/nl/
dailytext/heer-ik-weet-niets-te-bidden/](https://opusdei.org/nl/dailytext/heer-ik-weet-niets-te-bidden/)
(18-2-2026)