

GEWIJDE CHAOS

TRICIA MCCARY RHODES

GEWIJDE CHAOS

TIJD MET GOD, ALS JE
EIGENLIJK GEEN TIJD HEBT



GEWIJDE CHAOS

Originally published by InterVarsity Press as
Sacred Chaos by Tricia McCary Rhodes.

©2008 by Tricia McCary Rhodes.

Translated and printed by permission of InterVarsity Press,
P.O. Box 1400, Downers Grove, IL 60515, USA

Oorspronkelijke uitgever: InterVarsity Press
Copyright © 2012 Nederlandse uitgave: Uitgeverij Gideon

Auteur: Tricia McCary Rhodes

Vertaling: Gert Riemens

Redactie: Reinate Hammenga

Omslagontwerp: Studio Vrolijk

Typografie: Iddo Hoekstra

Jaar van uitgave: juli 2012

Uitgave: Uitgeverij Gideon, Hoornaar, Nederland

ISBN 978-90-6067-891-6

NUR 707

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd,
opgeslagen in een databank, of doorgegeven in welke vorm of op welke wijze dan ook –
elektronisch, mechanisch, gekopieerd, gescand
of op enige andere wijze – behalve voor korte citaten in recensies of artikelen, zonder de
voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

No portion of this book may be reproduced, stored in a retrieval system,
or transmitted in any form or by any means – electronic, mechanical,
photocopy, recording, scanning, or other – except for brief quotations
in critical reviews or articles, without the prior written permission of the publisher.

Voor mijn kleinkinderen, Marni en Abe

Door jullie heb ik het heilige gevonden,
midden in de chaos van mijn leven.

Inhoud

Voorwoord	9
Woord van dank	11
Inleiding	13
1. Stille tijd?.....	17
2. Een nieuwe definitie van gebed	23
3. Kairos-momenten	29
<i>*Een één-minuut-gebedsoefening</i>	33
4. Bidden is niet moeilijk	35
5. Zijn oog rust op ons	39
6. Geestelijk zien	43
<i>*Oefeningen met verschillende plaatsen van gebed</i>	48
7. God in de chaos	51
8. Stilte	55
9. Verliefd op het Levende Woord	61
<i>*Oefeningen in het eigen maken van Gods Woord</i>	66
10. Zijn woonplaats	69
11. Veilig in zijn handen	73
12. Sabbat	79
<i>*Oefeningen in fysiek gebed</i>	84
13. vertroosting voor het hongerige hart	87
14. De diepte in	93
15. Nieuwe oefeningen	99
<i>*Vijf-minuten-gebedsoefening</i>	104
16. Onheilige momenten	107

17. De hemel verhaalt	113
18. <i>In</i> de wereld maar niet <i>van</i> de wereld	117
* <i>Oefeningen in creatief vasten</i>	122
19. Er zijn voor andere mensen	125
20. Het evangelie zonder woorden	131
21. Een visioen voor de wereld	137
22. Seizoenen van de ziel	141
Appendix A: Uitgebreide gebedsoefeningen	147
Appendix B: Eigenschappen van God met bijbelteksten	163
Appendix C: Beschrijvingen van Jezus met bijbelteksten	164
Noten	165

Voorwoord

Wat zou jou echt helpen om geestelijk te groeien? In retraite gaan, Bijbel mee en een heel weekend vasten? Of een lange reis maken in een Volkswagenbusje met drie kinderen en een partner die af en toe chagrijnig is? Door welke ervaring zul jij je trots echt opzij kunnen zetten en word je uitgedaagd tot een dienstbaar, vergevingsgezind en vriendelijk leven?

Zelfs kluizenaars erkenden dat de werkvloer en het gezinsleven een schurende werking op de ziel hebben, in positieve zin. Theofanus de Kluizenaar leerde ons al dat het kluizenaarsbestaan niet zo goed is voor het aanpakken van bepaalde geestelijke tekortkomingen: 'Het leven in gemeenschap met anderen is daar beter voor,' zei hij, 'omdat het een oefenveld is waar we kunnen leren goed met onze begeerten om te gaan. Als we ons afzonderen, speelt de worsteling zich slechts in de geest af; en de uitwerking daarvan is vaak net zo zwak als de vleugelslag van een vlieg.'

Hiermee wil ik niet de waarde van retraites, en zeker niet die van het alleen-zijn, in twijfel trekken; beide zijn bekende recepten voor geestelijke groei. Maar christenen moeten weer oog krijgen voor de geestelijke lessen die we kunnen leren op de werkvloer en in het gezinsleven – het leven in de échte wereld.

Tricia Rhodes spreekt uit rijke ervaring – als echtgenote, moeder,

grootmoeder, schrijfster, spreekster en oprecht gelovige – wanneer ze ons uitdaagt de chaos van het dagelijks leven te aanvaarden en midden in die chaos God te leren zien, Hem te ontmoeten en Hem te aanbidden. Ik kan me geen beter doel voorstellen, en geen betere gids wensen, dan Tricia op deze fascinerende en inspirerende reis.

Ik ben een liefhebber van haar boeken, maar dit boek vind ik haar beste tot nu toe: een meesterwerk over de spiritualiteit van het dagelijks leven. Het is bijzonder praktisch en neemt de eisen van het dagelijks leven serieus. Het zit vol aansprekende voorbeelden. Tricia slaagt erin om geestelijke waarheden tot leven te brengen en voor iedereen begrijpelijk te maken. Ze beheerst de kunst het alledaagse in dienst te stellen van de verwondering en zelfs van het wonder.

Ook jij kunt ruimte in je leven vinden voor een groeiende en rijke relatie met God. Dit boek laat je zien hoe.

Gary Thomas

Woord van dank

Ik ben allen die hebben meegewerkt aan de totstandkoming van dit boek zeer dankbaar. Ik verbaas me voortdurend over God, die juist mij heeft uitgekozen en die mij onderweg vervult met vreugde. Zijn Naam komt alle lof en eer toe!

Ik wil Cindy Bunch en het team van InterVarsity Press bedanken voor hun visie en hulp om deze boodschap vorm te geven. Jullie wisten al wat voor boek dit moest worden toen ik dat nog niet zag. Het is een voorrecht met zulke vakmensen te mogen samenwerken. Jullie integriteit en geestelijke gerichtheid inspireren mij.

Ik wil mijn agent en vriend Steve Laube bedanken. Hij bleef me aanmoedigen door te gaan, omdat hij geloofde in Gods roeping voor mijn leven, terwijl ik daar zelf aan twijfelde. Jouw voortdurende steun en advies betekenen veel voor mij.

Mijn diepste waardering en dank zijn voor Joe, mijn man, predikant, huistheoloog en geestelijk mentor, die al dertig jaar lang naar mij luistert, mij adviseert, mijn werk nakijkt, mij bevraagt en bemoedigt. Zonder jou had ik dit niet kunnen doen.

Inleiding

Dit was eigenlijk niet de bedoeling. Dit had een boek moeten worden over ruimte voor het heilige, over diverse geestelijke disciplines om onze omgang met God te verdiepen. Ik dacht daarbij aan retraites, aan contemplatieve wandelingen op het strand, aan mezelf terugtrekken uit de chaos van het leven van alledag, aan lange perioden van zwijgen en alleen-zijn. Ik had er echt zin in.

Het enige probleem was dat mijn leven geen enkele ruimte bood, gewijd of niet. Ik werd in beslag genomen door mijn dagelijkse bezigheden: rekeningen betalen, e-mails beantwoorden, een kapotte wasdroger repareren, boodschappen doen, om er maar een paar te noemen. Ik moest stukjes schrijven en mensen verzorgen. Er waren taken in de kerk en maatschappelijke verplichtingen. En ik moest zorgen voor een goede relatie met mijn man en het bijna-volwassen kind dat nog thuis woonde. Vervolgens – en ik kan nu bijna de glimlach zien op Gods gezicht – trokken mijn oudste zoon, zijn vrouw en hun twee kinderen voor een tijdje bij ons in. Niet alleen smolten mijn fantasieën over stilte en alleen-zijn als sneeuw voor de zon, maar zelfs de momenten die ik gewend was alleen te zijn met God, schenen in rook op te gaan.

Het leven werd een chaotische wirwar van drukke bezigheden waaruit ik mijzelf niet kon bevrijden. Ik kan me nog goed herinneren dat ik op een morgen uit bed stommelde, in de keuken een kop kof-

fië maakte en een massale miereninvasie ontdekte. Ik wilde meteen weer onder de dekens kruipen, maar mijn man, die eerder doorhad dat ruimte een schaars goed aan het worden was, had deze plaats al ingenomen om zijn stille tijd te houden. Drie kwartier later, nadat ik het laatste in gif gedrenkte keukenpapier in de prullenbak had gegooid, greep ik mijn lauwe koffie en liep de woonkamer in om daar te gaan bidden.

Ik liet me op de bank vallen, opende mijn Bijbel en ging zo stil mogelijk zitten, terwijl ik probeerde de gedachte te onderdrukken dat opstandige mieren langs mijn benen omhoogkropen. Op dat moment begon de baby te huilen. Ik sloot mijn ogen en haalde een paar keer diep adem om zo te proberen het geluid buiten te sluiten. Maar inmiddels was zijn driejarige zusje wakker geworden. Ze kwam haar slaapkamer uit, sprong op mijn schoot en zei: ‘Oma, ik heb meisjesliefde nodig vanochtend.’ Hoe zou ik zo’n uitnodiging kunnen weigeren?

En zo ging het dus. Acht maanden lang was ‘tijd alleen met God’ een vage herinnering, een overblijfsel uit een ander tijdperk, toen mijn leven dit soort luxe nog kende. In het begin was ik daardoor nogal van de kaart, moet ik bekennen. Het voelde alsof mijn geestelijk kompas voortdurend in beweging was. Ik bleef wachten op het moment dat het allemaal zou veranderen en ik weer op een zinvolle manier met God zou kunnen omgaan. Maar naarmate de weken voorbijvlogen, werd de toestand steeds minder handelbaar. Ik kon daaruit alleen maar opmaken dat de Almachtige iets van plan was.

Achteraf gezien ben ik er zeker van dat God deze gebeurtenissen zo heeft geregisseerd om mij van mijn religieuze vooroordelen bewust te maken en mij uit mijn comfortabele positie te halen. Hij liet mij onder meer zien dat ik de kwaliteit van mijn relatie met Hem te veel afmat aan het aantal uren dat ik aan gebed besteedde.

Ik merkte dat God op verrassende wijze het strijdperk betrad en mijn drukke bezigheden onderbrak met momenten van hemelse vrede. Ik merkte dat Hij rust bracht in mijn chaos, met het overweldigende besef dat Hij heel dichtbij was.

Een paar jaar geleden schreef ik het boek *The Soul at Rest*, een soort gids voor contemplatief gebed. Het staat vol suggesties voor hen die God willen ontmoeten, ver weg van de drukte. Dat is één manier om

je relatie met Christus te verdiepen. Ik hoop dat je uit dit boek zult leren dat er ook een andere kant aan die relatie is. We mogen namelijk ook onze blik vestigen op Gods beslissing om naast ons te komen staan en ons te begeleiden op onze geestelijke reis, hoe die er in het drukke dagelijkse leven ook uitziet.

Het interessante is dat er ook op dit gebied sprake is van discipline. Daarmee wil ik zeggen dat er manieren zijn om ons hart open te stellen voor het mysterie van Gods voortdurende aanwezigheid. Met het oog hierop heb ik in dit boek verhalen uit mijn eigen leven opgenomen. Ook beschrijf ik een aantal manieren die je kunt uitproberen, zoals God ontmoeten in het tijdsbestek van één of vijf minuten. Je zult ook praktische adviezen vinden, zoals suggesties waar je naartoe zou kunnen gaan om God te ontmoeten in jouw eigen, unieke situatie. En ik leg uit hoe oude gebruiken, zoals vasten en lectio divina, je geloof ook in de eenentwintigste eeuw kunnen opfrissen. In appendix A vind je tips voor een halfuur en een heel uur van gebed, voor een miniretraite van drie uur om geestelijk herstel te vinden en voor een geestelijke pelgrimstocht van een hele dag met een kleine groep vrienden.

De worsteling om hierin mijn eigen weg te vinden – zodat ik wist waarover ik schreef – heeft mij het verlangen gegeven om ook anderen de vreugde te laten ervaren Gods stem te horen, midden in het lawaai, de moeilijkheden, het geraas, de stress en de eentonigheid van het dagelijks leven. Ik hoop dat overwerkte managers Gods zachte stem zullen horen tijdens marathonzittingen en dat ouders met slaaptkort contact met Hem zullen zoeken tijdens het luiers verschonen of het wiegen van hun baby. Ik hoop dat studenten Gods aanwezigheid zullen opmerken in de stress van de examentijd, en dat mensen die energie krijgen van beweging en activiteit – die juist genieten van het jachtige leven – zijn aanraking zullen voelen in de overvolle ruimten waarin zij zich prettig voelen.

Mijn gebed voor jou, lezer van dit boek, is dat jij door wat ik geschreven heb een glimp van God zult opvangen. Hij is heel dichtbij – hoe je leven er ook voor staat, in welke fase je ook zit en hoe geestelijk of ongeestelijk je je ook voelt. Dat je daardoor nieuwe hoop krijgt en weet dat je, vanuit de chaos die je nu je leven noemt, inderdaad elk moment van de dag contact met God kunt hebben .

1. Stille tijd

En maak het moment dat jij je tot God richt ook niet tot een schouwspel. Al die mensen die een show maken van hun gebeden en hopen dat ze beroemd worden! Denk je nou werkelijk dat God op de eerste rang zit te kijken?

Matteüs 6:5 (naar de parafrase van The Message)

Geen enkele keer raak. Ik was aan het zoeken naar het begrip ‘stille tijd’ in mijn favoriete online bijbelprogramma.¹ Ik keek in diverse vertalingen, oude en nieuwe, maar zonder succes – niet één vers waarin dit begrip voorkwam. Ik laat me niet snel uit het veld slaan, dus deed ik een nieuwe poging in nog een paar vertalingen. Het mocht niet baten. ‘Stille tijd’ was nergens te vinden.

Hoe komt het dat iets wat in geen enkele bijbelvertaling voorkomt, zo’n belangrijke plaats inneemt op ons lijstje van alles wat elke goede christen zou moeten doen? Hoe verklaar je de overvloed aan seminars, preken, boeken en artikelen over een onderwerp dat zelfs niet één keer ter sprake is gebracht door Abraham of Mozes, David of Jesaja, en ook niet door Jezus zelf? Waarom heeft het houden van stille tijd de laatste decennia zo veel aandacht gekregen in christelijke kringen?

Je zult hier misschien tegen inbrengen dat, hoewel de uitdrukking ‘stille tijd’ niet letterlijk in de Bijbel staat, er wel wordt gesproken over

geestelijke disciplines die tijdens onze stille tijd aan bod komen, zoals gebed, overdenking en aanbidding. Daar ben ik het mee eens, maar heb een beetje geduld met mij, terwijl ik probeer duidelijk te maken wat ik bedoel.

Het gevaar van deze obsessie met stille tijd is dat het uiteindelijk onze verborgen omgang met God in de weg kan staan. Hoe? Doordat velen een verkeerd idee over stille tijd hebben, geven ze het al op voordat ze goed en wel zijn begonnen. Anderen lopen vast in schuldgevoelens, omdat ze niet aan een zelfopgelegde norm kunnen voldoen. En omdat ze er zeker van zijn dat ze God teleurstellen, ontlopen ze Hem uiteindelijk maar helemaal. Degenen die er wel in slagen stille tijd te houden, kunnen gemakkelijk in de gewoonte vervallen om na het amen de routine van alledag weer op te pakken. Ze vergeten dan dat God ook daarna tot hen wil spreken en dicht bij hen wil zijn, in alles waar ze mee bezig zijn.

Zonder tegen heilige huisjes te willen schoppen, wil ik een paar vragen stellen die ik door de jaren heen verzameld heb:

- Hoeveel dagen per week moet ik stille tijd houden?
- Hoelang moet mijn stille tijd duren?
- Moet ik mijn stille tijd 's morgens houden?
- Uit welke elementen bestaat een geslaagde stille tijd?
- Welk deel van de tijd moet ik aan voorbede besteden? Aan smeekbede? Aan aanbidding?
- Als ik mijn stille tijd een keer oversla, kan ik die dan later inhalen?
- Hoe voorkom ik dat ik tijdens mijn stille tijd in slaap val?
- Is God boos als ik mijn stille tijd oversla?
- Hoe kan ik mijzelf ertoe zetten om stille tijd te houden?
- Hoe krijg ik mijn man zover dat hij stille tijd gaat houden?
- Hoe krijg ik mijn tiener zover dat hij stille tijd gaat houden?
- Hoe krijg ik mijn gemeenteleden zover dat zij stille tijd gaan houden?

Nu ik dit allemaal zo opschrijf, lijkt het bijna een wonder dat er ooit iemand in slaagt te genieten van een relatie met God. We moeten beseffen dat, hoe goed en mooi stille tijd ook kan zijn, het geen doel op

1. Stille tijd

zich is. Het doel van stille tijd is werken aan een levende relatie met Christus. Een relatie die in alles doorwerkt – ons waken en slapen, ons lachen en huilen, ons spelen en studeren, ons werken en onze vrije tijd en, ja, ook ons bidden.

Ik vraag me af wat wij ervan zouden vinden als we dit alles vanuit Jezus' perspectief konden zien. Hij klopt aan de deur van ons hart en wacht op ons. Hij wil zo graag dat wij Hem als onze Broer of Minnaar of Vriend kennen. Ondertussen zijn wij druk aan het discussiëren over de vraag hoeveel tijd genoeg is. Hij roept onze naam en verlangt ernaar met ons samen te zijn. Wij zijn al opgelucht als we erin slagen twee dagen achter elkaar wat tijd vrij te maken voor gebed. Hij is voor ons gestorven, zodat wij Hem persoonlijk kunnen kennen en eeuwig mogen leven. Maar wij zoeken liever naar een werkbare planning die ons de mogelijkheid biedt het volgende punt op ons christelijke activiteitenlijstje af te strepen. Hier gaat iets helemaal verkeerd!

Ik sprak een jonge vrouw die op dit gebied zo vastgelopen was, dat ze zich niet meer kon voorstellen dat tijd met God een vreugdevolle ervaring kan zijn. Ze had zichzelf een aantal jaren een extreme discipline opgelegd, afgewisseld met zorgeloze onverschilligheid, maar ze had nooit de verwondering gekend over wat God haar wilde geven in hun samenzijn. Toen ik haar ontmoette, was ze behoorlijk gefrustreerd. Ze wilde net de handdoek in de ring gooien en het idee van stille tijd het liefst zo vlug mogelijk vergeten. Ze was waarschijnlijk heel verbaasd dat ik niet met allerlei tips kwam, maar haar voorstelde eerst maar eens een hele maand *geen* stille tijd te houden. Door haar te bevrijden van 'moeten', 'doe dit', 'laat dat' hoopte ik dat ze haar verlangen naar de Heer zou herontdekken. Een verlangen naar degene die van haar houdt met een eeuwige liefde.

Ik bedoel niet dat we dan maar moeten afzien van welke discipline dan ook en dat we niets hoeven te plannen op het

We zijn op reis door de innerlijke ruimte van het hart, een reis die niet afgemeten wordt naar de uren van de klok of de dagen van de kalender. Het is een reis vanuit de tijd naar de eeuwigheid.

Kallistos Ware, uit: *Disciplines for the Inner Life*

gebied van gebed. Het is duidelijk dat wij, wanneer we tijd afzonderen om de Heer te ontmoeten, zegeningen ontvangen die we niet zouden willen missen. Het is net zoiets als het drinken van een glas ijskoude limonade nadat je in de hete zon in de tuin gewerkt hebt. Of als het vinden van een verfromfaaid biljet van twintig euro in een jas die je sinds vorig jaar niet meer gedragen hebt. Wie wil zulke dingen niet meemaken? Het probleem is dat er dagen zijn waarop je pogingen om tijd met God door te brengen je het gevoel geven dat je alleen maar in één en dezelfde tuin aan het wieden bent, of dat het gat in de begroting steeds groter wordt. Er is nu eenmaal geen eenduidige manier om contact te maken met de soevereine en vaak onvoorspelbare Almachtige.

Daarom moeten we ermee ophouden juist deze discipline als een meetlat voor christelijke rijpheid te gebruiken. Anders dreigen we onder de last van de zelfveroordeling te bezwijken. Door zo met onszelf bezig te zijn, onteren we God en miskennen we de reikwijdte van zijn genade, die we zo hard nodig hebben. Als we erin slagen om door alle religieuze normen en de druk om te presteren heen te kijken, ontdekken we hopelijk de vrijheid om van Hem te genieten op manieren die we nooit verwacht hadden.

Dit herinnert me aan iets wat ik ooit ergens gelezen heb en wat *het twee-minuten-wonder* genoemd wordt; een techniek die fysiotherapeuten gebruiken om patiënten te helpen over hun weerstand tegen oefenen heen te komen. Hun wordt verteld dat als ze geen zin hebben om te gaan wandelen, zij tegen zichzelf moeten zeggen dat ze *toch* gaan wandelen, alleen slechts twee minuten. Wanneer ze dat hebben gedaan, kunnen ze de opdracht nogmaals herhalen. Het punt is dat ze, voor ze er zelf erg in hebben, aan het wandelen zijn en ervan genieten en zo al doende enthousiast worden voor het complete therapieplan.

Als we nu eens dezelfde aanpak op gebed zouden toepassen? Als we onszelf nu eens zouden vertellen dat we slechts voor twee minuten contact met God gaan zoeken, in plaats van ons rond te wentelen in schuld of op pure wilskracht maar door te zetten? Dan, als we het echt willen, kunnen we er altijd nog twee minuten aan vastplakken, en nog twee. En voordat we het doorhebben, ervaren we hoe fijn het is om in de aanwezigheid van Christus te zijn, en gaan we vanzelf naar meer verlangen.

1. Stille tijd

Ik ben ervan overtuigd dat dit soort authentieke ervaringen, al is het met wisselend succes, een intiemere band met de Heer opleveren dan alle keurig ingeplande momenten van stille tijd bij elkaar. En bovendien, God zal er blij om zijn wanneer Hij ziet dat zijn kinderen zich niet langer afvragen of ze het allemaal wel goed doen, maar naar Hem toe komen rennen omdat Hij geweldig is en het waard is. Hij zal er blij om zijn wanneer Hij merkt dat Hij niet als een punt op de activiteitenlijst wordt afgehandeld, maar van harte wordt gezocht.

God ontmoeten in de hectiek van alledag

Als je in je leven op een punt bent waarop het moeilijk is je af te zonderen voor je samenzijn met God (wat de reden ook moge zijn: tijd- of ruimtegebrek, of gewoon geen concentratievermogen), probeer dan de komende week het twee-minuten-wonder uit. Reserveer per dag twee minuten om alleen met God te zijn. (Als je behoefte voelt om deze periode te verlengen, voel je vrij!) In stille tijd houden daar-entegen een routine voor jou, probeer dan eens een paar dagen geen stille tijd te houden, en vraag God of Hij je wil laten zien hoe je op een nieuwe, andere manier dicht bij God kunt zijn. Dat zou wel eens een verrassing kunnen opleveren.