

Leven met God 6 | Alstublieft

Achter elk eenvoudig woord gaat, naast praktische oefeningen, een belangrijke waarde voor het leven met God schuil. Hier: aanwezigheid. Dank: dankbaarheid. O: aanbedding. Sorry: feilbaarheid. Help: afhankelijkheid. Alstublieft: compassie.

Slecht nieuws Het eenvoudige woord 'alstublieft' heeft als bedoeling om ons in contact te brengen met de nood in deze wereld en met de ellende van onze naasten. Hoe gaan we daar eigenlijk mee om, bv. met het slechte nieuws dat ons steeds weer bereikt via journaals, kranten en internet? Er zijn vijf opties. 1. Je klikt door, gaat het uit de weg en blijft onwetend. 2. Je blijft kijken en lezen en raakt geleidelijk aan overweldigd door al het kwaad en lijden. 3. Je raakt eraan gewend, hebt er geen last meer, laat je niet meer raken. 4. Je geeft iemand de schuld en voedt de woede die er in je is. 5. Je wordt boos op God: hoe kan Hij dit allemaal laten gebeuren? Zo zijn er verschillende houding die je kunt aannemen: apathisch, afstandelijk, afgestompt, wanhopig, ongevoelig, onverschillig, cynisch, verbitterd, overweldigd.

Compassie Het eenvoudige woord 'alstublieft' wijst ons een andere weg: die van de compassie (medelijden, mededogen, ontferming, barmhartigheid, medeleven). Zo komen we bij het hart van Jezus: "Toen Hij de mensenmenigte zag, voelde Hij medelijden met hen, omdat ze uitgeput en hulpeloos waren, als schapen zonder herder" (Matteüs 9:36). Hier ontdekken we wat Jezus doet (kijken), wat Jezus ziet (uitgeputte, hulpeloze mensen), wat Jezus voelt (ontferming, 'innige gevoelens van barmhartigheid', zielepijn, mede-lijden, bewogenheid) en wat Jezus zei (de oogst is groot en er zijn weinig arbeiders: het gaat hier niet om 'zielen winnen' maar om 'mensen die zich gezien en gehoord voelen'). Het goede nieuws van het koninkrijk is: dat er oprecht aandacht, bewogenheid, heling en erkenning is voor mensen met pijn.

Kloppende hart Het is in die compassie dat het hart (van de Vader en van Jezus en dus) van het christelijke geloof klopt. In het christelijk geloof staat compassie centraal (dat is niet het

alleenrecht van het Boeddhisme). Compassie is de kern van spirituele groei en verlichting: dat we verbinding maken met het lijden en ons bewegen richting een hart vol ontferming en barmhartigheid (ook voor onszelf, want de eerste mens in nood die we tegenkomen zijn we zelf).

Brancarddragers en mantelzorgers Het verhaal van de verlamde man die door vier brancarddragers (of: mantelzorgers) bij Jezus wordt gebracht laat er iets van zien. De last van de verlamde man levert ook hun last op: zijn verlamming wordt de hunne. Compassie is dat je je hart laat raken en spreken en dat je dan wat met je handen gaat doen. We zien ook de compassie van Jezus: hij geeft vergeving én genezing. Maar naast de brancarddragers zijn er ook de schriftgeleerden, de religieuze experts. Dat zijn mensen die op afstand blijven, kritisch zijn, zich niet laten raken, maar discussiëren: 'Mag Jezus dit wel doen?' 'Waar komt het kwaad eigenlijk vandaan?'

Voorbede Dé geestelijke oefening die hoort bij 'alstublieft' is voorbede. Voorbede betekent je vanuit je geraakte hart richten tot God: 'Heer, ontferm U'. En dan bidden om herstel, vrede, rust, geduld, redding, uithoudingsvermogen. En bedenken: "Hoe veel of weinig dingen ook veranderen door gebed, gebed verandert in ieder geval jou. En het is nodig dat je veranderd wordt. Bedenk dat je nog een lange weg te gaan hebt om te groeien" ('Naakte spiritualiteit', blz. 173). Voorbede cultiveert compassie doordat je je innerlijk verbindt met Gods compassie, de God die de Barmhartige, de Ontfermer, de Bewogene is.

Oefeningen

- Als je mensen in nood ziet: kijk, blijf kijken, laat je hart raken, voel de pijn, bid 'Heer, ontferm U', en ontdek wat je kunt doen (wees een arbeider voor de oogst).

- Onthoud: het christelijk geloof is de religie van de compassie.

- Voeg aan het 'alstublieft' andere eenvoudige woorden toe: vrede, bescherming, kracht, hoop, troost, geduld, liefde, steun.

De Bijbel open

Matteüs 9:35-38

Marcus 2:1-12

Voor een geloofsgesprek

STELLING 1: Het christelijk geloof is de religie van de compassie!

STELLING 2: Deze wereld heeft behoefte aan brancarddragers, niet aan religieuze experts!



1. Welk van de zes woorden die tot nu toe aan de orde zijn geweest spreekt je het meeste aan? Waar komt dat door?
2. Herken je bij jezelf de vijf genoemde manieren van omgaan met de ellende die we zien?
3. Wat is de waarde van het woord 'compassie' voor jou?
4. Welke nood die jij zit raakt jou het meest?
5. Kun en wil jij een arbeider (een herder) zijn voor de oogst die Jezus in gedachten heeft? Hoe?
6. Wat vind je van het verschil tussen brancarddragers enerzijds en religieuze experts anderzijds?
7. Hoe doe jij voorbede?