

Stil worden

Dag 1 Een stil begin

Lees: Genesis 1:1 – 2:3

Dan wordt de stilte doorbroken. Niet door lawaaierige bedrijvigheid, maar door een stem die orde brengt en leven schept. Vier scheppingsdagen lang hoor je alleen de stem van God. Er is wel van alles te zien: licht en donker, water en droge grond, planten, hemellichamen. Maar pas vanaf de vijfde dag klinken er bij Gods stem geluiden van andere levende wezens. De mensen, de man en de vrouw die God naar zijn beeld schept? Die zijn voorlopig nog stil. Druk bezig de prachtige wereld in zich op te nemen waarin ze zijn terechtgekomen. 'Alles is zeer goed,' vindt God, en daar hebben ze niets aan toe te voegen. Dan komt de zevende dag: een moment van heilige rust. Stil worden in deze week van voorbereiding is essentieel: momenten van heilige rust om het hart op God te richten.

Dag 2 Onrustige ziel

Lees: Psalm 42: 1-6

De ziel is in het Oude Testament de plaats waar gevoelens wonen. Rouw, verlangen, liefde, blijdschap, begeerte, wraakzucht, verbittering – ze kunnen allemaal plaats innemen in ons binnenste. Het hele spectrum is in de Bijbel te vinden. En speelt zich allemaal in onze ziel af! Dat is in ieder geval mijn ervaring – het kan zo druk zijn in mij. Sinds een paar jaar zoek ik dagelijks de stilte. Toen ik begon, dacht ik dat ik rust zou vinden. Maar het omgekeerde lijkt wel het geval: ik word steeds gevoeliger voor steeds subtielere bewegingen in mijn ziel. Niet meer rust, maar meer gewaarwording. Eerder merkte ik gewoon niet hoeveel zich eigenlijk afspeelde daarbinnen. Waar wil ik eigenlijk mijn aandacht en mijn tijd aan geven? Aan die wisselende stemmingen, aan die gevoelens die zoveel onrust met zich meebrengen? Of aan God, die ver boven het gewoel in het menselijk gemoed staat, een eeuwig baken waarop ik me kan richten, zodat ik niet verdrink in wat zich allemaal binnen in mij afspeelt? Mijn ziel, wat ben je onrustig in mij! Richt je op God en vind weer rust en richting.

Vraag: Wat helpt jou, als je merkt dat het onrustig in je is? Kan de stilte je helpen om je bewust te richten op God?

Dag 3 Een heilige ontmoeting

Lees: 1 Koningen 19:5-18

Elia worstelt met zijn roeping als profeet. Onlangs heeft hij opnieuw aan zijn volksgenoten laten zien dat de afgod Baäl niets kan. Zeker niet in vergelijking met hun eigen God. Dat heeft hen voor dat moment overtuigd. Maar Elia weet uit ervaring dat het niet lang zal duren voordat ze weer andere goden gaan aanbidden. En nu wil koningin Izebel hem vermoorden! Wat nu? Twijfelt Elia zelf ook aan Gods macht? God neemt Elia's worsteling serieus, maar hij komt hem tegemoet op zijn tijd. Eerst stuurt hij een engel die Elia een opdracht geeft: Elia moet een reis maken naar de berg Horeb. Dat is de berg waar God zich voor het eerst aan het volk van Israël bekendgemaakt heeft als hun God, de Enige.

Veertig dagen en nachten is Elia onderweg, ook al kun je de afstand ook in tien dagen afleggen. Het getal veertig is symbool voor een tijd van bezinning en beproeving: een echte woestijnervaring. Op de Horeb luistert God opnieuw naar Elia's klacht. Hij alleen weet wat Elia nodig heeft voor zijn laatste taak als profeet. God doet wat hij eerder met Mozes deed: hij laat Elia een glimp van zijn glorie en majesteit zien! Niet in 'luidruchtige' natuurverschijnselen – zo vurig aanbeden door de aanhangers van Baäl. Elia ontmoet God juist in de afwezigheid van geluid. Het is de stilte die in hem een heilige ruimte vrijmaakt: een tempel waarin de majesteit van God hem zegent en een nieuwe mens van hem maakt.

Vraag: Sta eens stil bij je eigen gebed. Wat ervaar jij in je binnenste als je in stilte bij God bent?

Dag 4 God zal mij dragen

Lees: Psalm 131

In psalm 131 neemt de dichter afstand. Wat hij heeft gedaan en bedacht, wordt verleden tijd. De dadendrang die zo onrustig maakte, komt tot bedaren. Er komt tijd voor stilstaan, ruimte voor rust, voor loslaten. De rust en stilte zijn in deze psalm verbeeld door de peuter op de arm van de moeder. In het Hebreeuws wordt duidelijk dat het kind net de overstap maakt van borstvoeding naar zelf eten. Dat beeld is het begin van een nieuwe tijd. Het gaat de wereld in, om het onbekende te ontdekken en te onderzoeken. Soms is dat gevaarlijk. Maar het kind kan terugvallen op de vertrouwde aanwezigheid van zijn moeder. Bij haar hoeft het zich niet te bewijzen. Het is welkom, het mag er zijn. Het mag falen, en het vindt troost. Al ons zoeken en streven is onuitsprekelijk vermoeiend, maar we mogen op adem komen. De stilte in psalm 131 is een teken van vertrouwen in God. Als je je aan hem toevertrouwt, vind je rust. Dan herken je je in het kind op de arm van zijn moeder, en je weet: God zal mij dragen.

Vraag: Voor wat wil je in deze week je ziel bij God tot rust en stilte brengen? Wat staat er misschien in de weg?

Dag 5 Van probleem naar nabijheid

Lees: Job 2: 11-13

Is je weleens opgevallen dat de Engelse woorden LISTEN en SILENT uit precies dezelfde letters bestaan? In de moeilijkste periode van mijn leven waren de woorden van vrienden, hoe goed bedoeld ook, soms als zout in een open wond. Alsof er geen tijd en ruimte mocht zijn voor mijn verdriet. Er was geen ruimte om een poosje met me op te lopen. Het boek Job was voor mij in die periode een grote troost. Wees stil en wees nabij, in plaats van oplossingen aan te dragen. Nabijheid is een geschenk. Het is bovendien niet te vatten in tijd; als er liefde is, valt de tijd even weg. Die ruimte is nodig voor iemand die in een benarde situatie zit. Niet voor niets wordt God ook weleens de Allernaaste genoemd, of de Nabije. Als we zwijgend bij de ander kunnen zijn, draaien we niet langer rond in de cirkel van probleem naar oplossing. Dan ontdekken we de weg van probleem naar nabijheid. En die oplossing? Die komt er soms vanzelf. **Vraag:** Wanneer voelde jij God het meest nabij?

Dag 6 Storm op het meer

Lezen: Mattheus 14: 22-23

Jezus heeft net een maaltijd gehad met vijfduizend man. De nacht valt. Let dan op wat Jezus doet. Hij is vermoeid en verlangt naar stilte. Hij beklimt de berg om te bidden. Denk aan de discipelen in de storm op het meer. Nat van golven, dodelijk vermoeid en radeloos: 'Help, we vergaan!' Wat maakt jou angstig? Vanwaar verwacht jij hulp? Zie hoe vol vertrouwen Petrus is. Hij stapt over het water, naar Jezus toe. Wie of wat geeft jou vertrouwen? Heb jij ooit iets ervaren als de uitgestoken hand van God? Toch blijkt het vertrouwen van Petrus klein. Hij zinkt weg. In zijn wanhoop blijft hij toch vertrouwen. Zie de hand die Jezus uitsteekt. Hoe groot is jouw vertrouwen (in deze week van voorbereiding)?

Dag 7 Het geloof komt tot ons in de stilte

Lezen: Markus 16:1-8

In het ochtendgloren komen de vrouwen samen bij het graf. Het is een nieuwe morgen, voorbij de stilte van de nacht. En er is iets gebeurd in die stilte. Niemand heeft het gezien, niemand heeft het gehoord. Maar de vrouwen worden getuigen van dit wonder van het geloof. Het wonder dat Christus is opgestaan uit de dood en het lijden heeft overwonnen. Van deze opstanding leven we. Ze geeft adem aan onze ziel. En deze adem komt tot ons, Vandaag mogen we – in stilte - het offer van Jezus, zijn dood en opstanding, de adem voor onze ziel vieren. Jezus nodigt! "Stil mijn ziel wees stil en laat nooit los de waarheid die je steeds omarmd heeft." Bid God vandaag in stilte: Ik rust in U alleen.