# **Gebed en relaties**

Bidden is praten met God. Ons spreken met God is deels praten over onszelf. We snijden allerlei zaken uit ons eigen dagelijkse en geestelijke leven aan. Bidden is ook nog praten met God over andere mensen. Het doet er niet toe of de anderen erbij zijn, als ik bid. Ik laat in mijn bidden horen hoe ik bij hun leven betrokken ben en over hen denk. Als ouders dagelijks bidden voor hun kinderen en kleinkinderen, brengen ze voor God onder woorden hoe belangrijk die voor hen zijn. In de manier waarop ik bid voor een zieke laat ik merken hoe de ziekte van de ander ook mij raakt. Onze vreugden en onze zorgen, onze vertwijfelingen en onze hoop in de omgang met andere mensen, krijgen in onze gebeden een plekje. Dat is goed. Een paar aspecten daarvan ga ik nu uitvergroten.

Voorbede doen

Het meest opvallende deel van ons gebed in relatie tot anderen is de voorbede. Die is immers gericht op het welzijn van andere mensen. Wij bidden voor gezins- en familieleden. We bidden voor zieken en anderen die het moeilijk hebben. We bidden voor onze broeders en zusters uit de christelijke gemeente, of zo Paulus ze noemt, alle heiligen (Ef. 6:18). We bidden zelfs voor onbekende mensen die misschien in rampgebieden leven. Als we bidden voor anderen, moeten we een paar dingen in de gaten houden.

1. Voorbeden moeten concreet zijn. Veel voorbeden blijven steken in: ‘Ik bid voor de zieken, ik bid voor mensen die honger hebben, ik bid voor N.N. die het zo moeilijk heeft’. Wat is dan echter de bede? God weet wat ieder nodig heeft. Toch maak ik me er wel makkelijk vanaf door alleen maar te zeggen ‘Ik bid voor…’ Laat ik ook inhoudelijk voorbede doen. ‘Ik bid voor N.N., Here God, wees hem nabij als hij morgen geopereerd wordt. Geef de dokters wijsheid en kunde om hem goed te helpen.’ Er is ook een ander uiterste. Erg gedetailleerde voorbeden, vooral in gezelschap, zijn soms een verkapte vorm van mededelingen doen over een bepaalde persoon. Vertel de bijzonderheden over iemands zorg of ziekte dan liever aan de aanwezigen voorafgaand aan het gebed.
2. De voorbede mag niet alleen gericht zijn op mensen van wie wij houden. Dat is begrijpelijk, het hemd is immers nader dan de rok. Het getuigt echter niet van bewogenheid met de naaste die iets verder bij ons vandaan staat. Ik mag niet alleen bidden voor mijn zus in nood, maar mag dat ook doen voor mijn buurvrouw die het misschien net zo moeilijk heeft, ook al heb ik met haar geen band. In de voorbede zijn we gunnend naar velen. We geven zelfs onze vijanden er een plaatsje in (Matth. 5:44). We bidden dat het goed met hen mag gaan en dat ze gezegend mogen worden.
3. Nu komt het moeilijkste. Als ik voor iemand bid, moet ik daarna tegenover die persoon zelf doen waarvoor ik gebeden heb. Voorbede doen is niet het uitbesteden van de zorg aan God. Dat is wel een makkelijk idee, maar het klopt niet. Bidden is niet het afschuiven van onze plichten naar onze hemelse Vader toe. Als ik bid om Gods hulp voor een zieke, moet ik die zieke ook opzoeken of op z’n minst een kaartje sturen. Anders is mijn gebed goedkoop. Als ik bid voor mensen die honger hebben, moet ik ten eerste dankbaarheid tonen voor mijn overvloed aan eten en ten tweede mijn portemonnee ruimhartig openen voor hongerenden. Als de in het vorige punt genoemde buurvrouw er slecht aan toe is en ik heb niet veel contact met haar en ik bid wel voor haar, moet ik ook iets proberen te doen aan de relatie. Ik kan in elk geval vragen of ze mijn aandacht op prijs stelt. Als ik bid voor de bekering van mijn dochter, moet ik wel zelf haar de weg naar God wijzen. Als ik niet bereid ben om mijn handen letterlijk of figuurlijk uit de mouwen te steken voor de mensen voor wie ik bid, is mijn gebed voor anderen een loos gebaar.

Bidden voor je relatie(s)

Een volgende aspect is dit: wij mogen voor onze relaties zelf bidden. Als we gehuwd zijn bidden we als het goed is ook na onze trouwdag nog regelmatig om een zegen over ons huwelijk. Dat mogen we doen in goede dagen, maar ook als er tegenslag is. Soms lopen onze relaties niet zo goed, zodat die daarom onderwerp van ons gebed worden. Dat is terecht. Als ik met mijn broer overhoop lig, bid ik voor hem en voor mijn relatie met hem. Ik leg mijn wens dat het goed komt, voor God neer. Waarop kan ik dan letten?

1. Om te beginnen geldt ook hier, wat hierboven staat. Als we bidden, moeten we ook aan de slag gaan. Bidden voor de genoemde broer en mijn relatie met hem, heeft als consequentie dat ik contact met hem zoek om dingen uit te praten. Mijn bidden voor relaties heeft als gevolg dat ik mij honderd procent inzet om een relatie goed te houden of weer goed te krijgen. Soms is het overigens onmogelijk om de daad bij het gebed te voegen. Het zou onze wens zijn, maar het kan niet. Sommige relaties kunnen zo diepgaand verstoord zijn dat mensen elkaar niet meer kunnen helpen, al zouden ze willen. We kunnen dan de ander alleen maar in Gods hoede aanbevelen en bidden om een wonder. Die wonderen kúnnen plaatsvinden. De verloren zoon kwam ook weer thuis.
2. Wij mogen in ons gebed voor onze relaties niet egoïstisch worden. Soms willen mensen los van mij hun levensweg vervolgen. Dat kan pijnlijk zijn voor mij. Ik mag mensen echter niet via God aan mij proberen te binden. Als ik verkering heb en het loopt niet meer zo goed, mag ik voor de ander en voor mijn relatie bidden. Als ondanks het gebed en onze of mijn inspanningen de relatie alleen maar verslechtert, moet ik niet bij de Here God gaan ‘zeuren’ om het redden van de relatie. Bidden voor een ander impliceert ook het vrijlaten van de ander. Anders is mijn gebed voor de ander niets anders dan een egoïstisch gebed voor mijzelf. Als ik iemand in Gods hoede aanbeveel, moet ik hem niet krampachtig willen vasthouden.
3. In alle vertrouwde relaties is het goed om hardop te bidden. Sámen te bidden. Dat past tussen gehuwden, ouders en kinderen, familieleden, vrienden, broeders en zusters in de gemeente. Als het goed gaat, ook met de relaties, mogen we de dank aan God neerleggen. Als het minder goed gaat, mogen we onze bede gezamenlijk voor Gods aangezicht brengen. Dat moet ook gevolgen hebben voor onze relaties. Als ik samen met iemand bid, kan ik niet vijf minuten daarna samen ruziemaken. Zelfs over een pittig gesprek valt een ander licht als we daarna in gebed gaan. Gezamenlijk gebed geeft openingen om anders naar elkaar te gaan kijken. Zo’n gebed moet dan wel eerlijk zijn naar elkaar toe. Als een man samen met zijn vrouw bidt om gedragsveranderingen bij háár alleen, werkt het averechts. Hij en zij moeten om vernieuwing van hun beider leven bidden. Dat is eerlijk, ongeacht wie de problemen veroorzaakt heeft. Een predikant die na een rumoerige catecheseles bidt om bekering van de catechisanten en niet ook om vergeving van z’n eigen fouten, probeert alleen maar via z’n gebed anderen de les te lezen. Dat is gemeen.

Bidden en verzoening

Een laatste aspect over gebed en relaties, dat ik wil noemen, is dit. In Math. 6 leert Jezus ons het Onze vader te bidden. Zelf voegt Hij nog toe dat de bede om vergeving van zonden gevolgen moet hebben voor onze vergevingsgezindheid. Als wij onze broeder niet (willen) vergeven, hoeven wij ook niet op de vergeving van onze zonden door de Here God te rekenen. Mijn gebed bij het altaar moet tot verzoening met mijn broeder leiden, althans voorzover het van mij afhangt (Matth. 5:23,24). Met open ogen en zonder gebed zie ik de splinter in andermans ogen. Als ik mijn ogen sluit en bid, leer ik eerst de balk in eigen oog te zien. Ik doe misschien nog niet eens voorbede voor de ander. Mijn eigen gebed voor vergeving van mijn eigen zonden heeft dus al gevolgen voor mijn omgang met mijn medemensen. Bidden maakt mij mild. Ik mag op mijn knieën Gods vriendelijk aangezicht ontmoeten. Mijn aangezicht wordt daarvan ook vriendelijk. Ik kan alleen maar een open relatie hebben met de Here God, als ik me open en eerlijk opstel naar mijn medemensen (Joh.4:20)

*Bijbelleessuggesties en vragen*

1. *Lees Ef. 6:18-20. Welke betekenis heeft de voorbede voor Paulus? Hoe verbindt hij voorbede en evangelieverkondiging?*
2. *Lees Luc. 15:11-32. Probeer eens te formuleren hoe de vader gebeden heeft voor zijn zoons, in elke fase van de gelijkenis. Wat zou hij gebeden kunnen hebben toen zijn beide zoons nog rustig thuis waren, toen de jongste om zijn geld gevraagd had, toen die knaap vertrokken was, enzovoorts, tot en met de mogelijke bede voor z’n oudste zoon aan het einde van het verhaal.*
3. *Lees Matth.5:43-48. Waarom is het zo belangrijk om zelfs voor vijanden te bidden? Welke inhoud kan dat gebed dan hebben?*
4. *‘Als ik voorbede doe, zonder iets te doen voor degene voor wie ik bid, is dat geen bidden maar ijdel gebruik van Gods naam en dus eigenlijk vloeken’, zei een keer iemand. Waarom bent u het wel of niet met deze uitspraak eens?*