

Open voor vervulling

Voor de maand november 2021, is de intentie van de Paus:

We bidden dat mensen die lijden aan een depressie of burn-out de steun en het licht vinden die hen helpen zich open te stellen voor het leven.

Depressie en stress zijn ziekten die zich steeds meer verspreiden in onze samenlevingen en gemeenschappen, levens en routines. Deze maand sluiten wij ons aan bij de Heilige Vader en zijn wereldwijde gebedsnetwerk om alle mensen die lijden aan depressie voor God te brengen, opdat zij door hun broeders en zusters - door ons - worden vergezeld op hun weg naar de vreugde en het licht die Christus ons elke dag aanbiedt.

Lijden bestaat in verschillende vormen, sommige daarvan zijn erg stil en discreet. De ziekten van onze tijd kunnen soms verborgen zijn. Maar dat maakt ze niet minder donker of zwaar. Integendeel.

Tijdens zijn apostolische reis naar Japan in november 2019, zei paus Franciscus de Japanse bisschoppen het volgende:

"Wij zijn ons bewust van het bestaan van verschillende plagen die het leven bedreigen van sommige mensen in uw gemeenschappen, die om diverse redenen worden getroffen door eenzaamheid, wanhoop en isolement."

De Heilige Vader riep de bisschoppen vervolgens op om "ruimten te scheppen waar de cultuur van efficiëntie, prestatie en succes zich opent voor de cultuur van een belangeloze en onbaatzuchtige liefde, die in staat is om aan allen - en niet alleen aan de meest begaafden - kansen te bieden voor een gelukkig en vervullend leven".

In een recent interview vertelde Paus Franciscus dat hij, toen hij in Argentinië leefde, naar een psycholoog is gegaan. De laatste jaren zijn wij ons er als samenleving allemaal van bewust geworden hoeveel mensen, in onze gemeenschappen en daarbuiten, lijden aan stress en depressie. Maar toch voelen we ons nog steeds ongemakkelijk als het hier over gaat. We weten nog steeds niet hoe we er mee kunnen omgaan en hoe we kunnen helpen. Wij blijven ons vooral oncomfortabel voelen bij de ervaring van kwetsbaarheid. Zowel die van onszelf als die van anderen.

Het geestelijk leven komt niet in de plaats van de psychologische begeleiding, maar kan deze aanvullen. De zekerheid van Gods onvoorwaardelijke liefde voor ons en het vertrouwen in zijn aanwezigheid; het verzorgen van een gebedsleven, als een regelmatig terugkerend moment van pauze, stilte en ontmoeting; het hebben van aandacht voor het innerlijk leven. Door het geestelijk leven kunnen wij de belofte van Jezus ontdekken en beleven, Jezus die ons zegt: "Kom tot mij, want ik ben zachtmoedig en nederig van hart, en gij zult rust vinden voor uw zielen".

Omarm de kwetsbaarheid die je menselijk maakt en weiger de beelden van succes en volmaaktheid die je kunnen vastketenen; bid, in verbondenheid met de Heilige Vader, voor alle mensen die lijden aan depressie of stress. Dat zij in jou en in anderen een steun en een licht mogen vinden dat hen opent voor het leven.

Heer God, alles wat ik heb, alles wat ik ben,
alles wat ik doe, bied ik U aan.
Kom en vervul mijn dag.



Schenk mij uw Geest,
dat in mijn denken,
spreken en handelen,
iets van uw stille aanwezigheid mag doorbreken.
Laat me niet enkel voor mezelf leven, maar zoals Jezus,
verbonden met U en gegeven aan mensen.
in gemeenschap met mijn broeders en zusters in dit Wereldwijde
Gebedsnetwerk.
Met Maria, bied ik U mijn dag aan
voor de zending van de Kerk
en de gebedsintentie van de paus voor deze maand.
Eer aan de Vader en de Zoon en de Heilige Geest.
Zoals het was in het begin, en nu en altijd,
en in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Wil je meer weten over het Gebedsnetwerk van de Paus of wil je de maandelijkse video met de Paus bekijken, surf dan naar www.biddenmetdepaus.org.