

Onderricht

In deze podcast nemen we je mee in een vorm van gebed die Ignatiaanse Contemplatie wordt genoemd. Hierbij gebruik je je voorstellingsvermogen om verschillende verhalen uit de bijbel voor je te zien en mee te maken.

Zie het als een audio-retraite waaraan je kunt deelnemen, wie je ook bent, waar je maar wilt.

Probeer, vooraleer we beginnen, een rustige plek te vinden waar je naar deze podcast kan luisteren. Ergens waar je je kunt afsluiten van dingen die je afleiden. Hoewel een rustige, meditatieve ruimte niet strikt noodzakelijk is, kan dit je wel helpen om je gebedservaring te verdiepen. Als je het kunt, probeer dan je ogen te sluiten zodat je de scènes makkelijker voor je geest kunt halen.

Vandaag zullen we stilstaan bij hoe de leerlingen door Jezus worden geroepen. In het bijzonder zullen we ons toespitsen op de ontmoeting tussen Petrus en Jezus, zoals beschreven in het Evangelie volgens Lucas 5,1-11. In dit verhaal roept Jezus Petrus en zijn metgezellen op hun netten uit te gooien in diep water, waarbij zij een grote hoeveelheid vis vangen alvorens alles achter te laten om Hem te volgen. Maar laten we eerst beginnen met een korte ademhalingsoefening.

Ademhalingsoefening

Adem diep,

in en uit.

In en uit.

Adem nog een paar keer diep,

in en uit.

In en uit.

Voel je spieren ontspannen bij iedere ademhaling.

Laat alle zorgen en angsten los die je op dit moment voelt.

Voel de aanwezigheid van God rondom je en nodig de Heilige Geest uit om je te vergezellen in dit moment van gebed.

'Kom, Heilige Geest, wees bij ons en leid ons in ons gebed.

Help ons om ons af te sluiten van alles wat ons afleidt, en te zien wat U ons wil laten zien.

Help ons om op uw leiding te vertrouwen en uw aanwezigheid te voelen.'

Ignatius moedigt ons aan om te vragen om een genade die we hopen te ontvangen in ons gebed.

We vragen om de genade Jezus inniger te kennen, Hem intenser lief te hebben en Hem daardoor nauwer te volgen.

Contemplatie

We beginnen aan de oever van het Meer van Galilea

Stel jezelf daar voor, staand en kijkend over het water. Wat zie je?

Hoor de golven omslaan in de branding.

Voel de nevel in de lucht,

het zand onder je voeten.

Stel je nu Jezus voor, die langs de oever van het meer loopt.

Hoe ziet Hij eruit? Het zou kunnen dat Hij er niet hetzelfde uit ziet in iedere gebedservaring,

dus neem even de tijd om je Hem voor te stellen.

Wat is Hij aan het doen terwijl Hij langs de het meer loopt?

Loop met Hem mee.

Jullie komen samen een groep vissers tegen met hun boten op de waterkant.

Stel je de boten voor.

Hoe zien ze eruit? Zijn ze groot, of zijn ze klein?

Waar zijn ze van gemaakt?

Leg je hand tegen de zijkant van de boot en voel het oppervlak.

Hoe voelt dat aan?

De vissers zijn hun netten aan het spoelen. Na een nacht vissen hebben ze helemaal niets gevangen. Hoe zien ze eruit?

Zeggen ze iets?

Zie hoe ze de netten schoonmaken. Wanneer je dat wil, kun je hen daarbij helpen.

Wanneer Jezus naderbij komt, komen er mensen op Hem af.

Als het volk zich rondom Hem begint te verdringen besluit Jezus om in een van de boten te stappen.

Ga met Hem mee.

Als Hij de boot in klimt ziet Hij Simon Petrus. Neem even de tijd om je Petrus voor te stellen.

Hoe zie hij eruit? Hoe reageert hij erop dat Jezus op zijn boot komt?

Jezus vraagt aan Petrus om een eindje van het land weg te varen.

Wat vindt Petrus van dit verzoek?

Petrus gaat akkoord en draagt nu de anderen op om de boot te verleggen. Wat moet er gebeuren om de boot van de oever af te krijgen?

Jezus begint het volk onderricht te geven vanuit de boot. De Bijbel vertelt ons niet wat Hij tot hen zegt. Luister naar zijn stem. Wat zegt Hij? Waar ben jij nu, op dit moment?

Let op Petrus, hoe hij Jezus aankijkt terwijl deze onderricht geeft vanuit zijn boot.

De visvangst:

Jezus keert zicht tot Petrus en zegt tegen hem:

'Vaar naar diep water en gooi jullie netten uit om vis te vangen.'

Petrus antwoordt:

'Meester, de hele nacht hebben we ons ingespannen en niets gevangen. Maar als u het zegt, zal ik de netten uitwerpen.'

Waarom gaat Petrus in op het verzoek van Jezus? Is het iets in wat Jezus zei? Iets in wat Hij deed?

Petrus vaart uit naar dieper water.

Voel de boot over het water gaan.

Petrus draagt de anderen op om de netten uit te werpen.

Wanneer je wilt kun je hen helpen.

Plotseling spannen de lijnen aan, als de netten zich vullen met vis. Als je hen aan het helpen bent, voel dan het gewicht van de netten wanneer je die naar binnen probeert te halen.

De netten zijn zo vol dat de boot begint te zinken. Hoe ziet dat eruit? Hoe voelt dat? Hoe reageren de anderen hierop?

Er komt een tweede boot te hulp.

De vissers doen er alles aan om de netten uit het water te trekken.

Beide boten zijn nu gevuld met vis.

Waar is Jezus op dit moment? Wat spreekt er uit zijn houding?

Jezus en Petrus

Petrus gaat naar Jezus toe en valt op zijn knieën neer.



'Ga weg van mij, Heer, want ik ben een zondig mens.' Wat gaat er nu door Petrus heen? Hoe voel jij je?

Jezus zegt: 'Wees niet bang, voortaan zul je mensen vangen.'

Kijk naar wat er tussen hen gebeurt. Luister naar de woorden die Jezus spreekt tot zijn allereerste apostel.

De boot keert terug naar de waterkant. Jezus stapt van de boot. Petrus en de anderen volgen Hem, en ze laten alles wat zij hebben achter.

Jezus zegt tegen Petrus en de anderen dat Hij spoedig zal komen en ze lopen vast vooruit.

Je bent nu alleen met Jezus. Wat heeft Hij jou te zeggen?

Wat wil je Hem vertellen?

Neem even de tijd om met Jezus te praten.

Afsluiting

Sta nu, ter afsluiting van je contemplatieve ervaring, even stil bij wat er gedurende het gebed naar boven kwam.

Wat trof jou het meest?

Wat daagde jou uit?

Waar in jouw gebed ervoer je Gods aanwezigheid het sterkst?

Slot

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

'Stel Je Voor, contemplerend bidden met het leven van Jezus is een productie van Bidden Onderweg.

De volgende keer zullen we in Stel je voor ervan getuigen zijn hoe Jezus vijfduizend mensen voedt.

Dank, dat je met ons wilde bidden.