

Hem kennen en jezelf kennen (XII): gebed doen met de liturgie

Een paar overwegingen van de heilige Jozefmaria kunnen ons helpen ons in de verschillende liturgische handelingen meer met God en de Kerk te verenigen.

26-3-2021

Het is april 1936 en in Spanje zijn er veel sociale spanningen. Toch probeerde men in Studentenhuis

DYA de gebruikelijke sfeer van studie en samenleven te handhaven.

Tijdens die vreemde dagen schreef een student aan zijn ouders dat zij de dag tevoren met de hulp van een leraar liturgische gezangen hadden gerepeteerd, in een sfeer die hij heel vreugdevol vond.[1] Waarom hadden in deze bijzondere situatie dertig universiteitsstudenten op een zondagavond een zangles, afgezien van het plezier dat zij met elkaar beleefden?

Het antwoord kunnen we een paar maanden daarvóór vinden, toen de heilige Jozefmaria in het vormingsprogramma van het studentenhuus een paar lessen in Gregoriaanse zang opnam. We weten dat de heilige Jozefmaria als pastoor van Perdiguera gewoon was gezongen Missen te vieren, maar deze invoeging in het leerplan was niet het gevolg van een persoonlijke voorkeur. Evenmin was het te

danken aan een academische belangstelling, omdat hij de ontwikkeling van de Liturgische Beweging in Spanje volgde. Dit besluit was veeleer de vrucht van zijn pastorale ervaring, louter aangezet door het verlangen deze jongeren te helpen om *zielen van gebed* te worden.

Het is interessant een detail op te merken van de drie publicaties die de heilige Jozefmaria in de jaren 1930 in bezit had, en die allemaal precies bedoeld waren de dialoog met God te vergemakkelijken: elk boek behandelde een van de drie grote uitdrukkingsvormen van het christelijk gebed. Het eerste was gericht op de persoonlijke overweging, een ander op het bevorderen van de volksvroomheid en het laatste spoorde de lezer aan zich op het liturgisch gebed toe te leggen. De vrucht van het eerste initiatief was *Consideraciones*

espirituales, de basis van zijn bekende werk *De Weg*; de vrucht van het tweede was het korte boekje *De heilige Rozenkrans*; en voor het derde initiatief plande hij een werk getiteld *Liturgische devoties*. Hoewel de publicatie van dit laatste werk was aangekondigd voor 1939, heeft het om verschillende redenen nooit het licht gezien. Het voorwoord, dat door de bisschop van Tortosa was voorbereid en ‘Bidt en bidt goed!’ als titel heeft is echter bewaard gebleven. In deze onuitgegeven tekst worden de lezers aangemoedigd om, aan de hand van de schrijver van het boek, de liturgie van de Kerk binnen te gaan om te komen tot een “doeltreffend, vruchtbaar, solide gebed dat hen intiem met God verenigt”.[2]

Een stem geven aan het gebed van de Kerk

Voor de heilige Jozefmaria was de liturgie niet een geheel van voorschriften die alleen bedoeld waren aan bepaalde ceremonies plechtigheid te verlenen. Hij leed eronder dat de manier waarop de sacramenten en andere liturgische handelingen werden gevierd niet werkelijk meer ten dienste stond van de ontmoeting van de mensen met God en met de andere leden van de Kerk. Nadat hij eens een liturgische viering had bijgewoond, schreef hij: “Veel geestelijken: de aartsbisschop, het kapittel van kanunniken, de weldoeners, koorleden, misdienaars en paters... Prachtige misgewaden: zijde, goud, zilver, edelstenen, kant en fluweel ... Muziek, stemmen, kunst... En... geen mensen! Schitterende erediensten, zonder mensen”.[3]

Deze zorg voor de *mensen* in de liturgie is van diep theologische aard. In de liturgische handelingen werkt

de Drie-eenheid samen met de hele Kerk en niet alleen met één van haar delen. Het is geen toeval dat de meeste overwegingen die de heilige Jozefmaria in *De Weg* aan de liturgie wijdde, te vinden zijn in het hoofdstuk getiteld *De Kerk*. Voor de stichter van het Opus Dei was de liturgie de plaats bij uitstek om de kerkelijke dimensie van het christelijk gebed te ervaren; daar is het feit dat wij ons allen tezamen tot God richten voelbaar. Het liturgisch gebed, dat altijd persoonlijk is, opent horizonten die verder reiken dan de individuele omstandigheden. In onze persoonlijke meditatie zijn wij het subject dat spreekt, in de liturgie is de hele Kerk het subject. In onze persoonlijke dialoog met God spreken wij als leden van de Kerk, maar in het liturgisch gebed spreekt de Kerk door ons.

Zo is het – doordat we ‘*wij*’ leren zeggen – een geweldige leerschool

om meer verschillende dimensies in onze relatie met God te beleven. In de liturgie ontdekken wij dat we een kind zijn van deze grote familie die de Kerk is. Dan is de duidelijke aansporing van de heilige Jozefmaria niet verbazingwekkend: “Je gebed moet liturgisch zijn. – Kreeg je maar voorliefde voor het opzeggen van de psalmen en de gebeden uit het missaal in plaats van je privé-gebeden.”[4]

Liturgisch leren bidden vereist de nederigheid om van anderen de woorden te ontvangen die wij gaan zeggen. Het vergt ook een ingetogenheid van hart om de relaties die ons met alle christenen verenigen te herkennen en te waarderen. In deze zin kan het ons helpen, te bedenken dat wij bidden in verbondenheid met hen die op dat moment bij ons zijn en ook met hen die afwezig zijn; met de christenen in ons eigen land, in de buurlanden, in

de hele wereld... Wij bidden ook met hen die ons zijn voorgedaan en die gezuiverd worden of die reeds de heerlijkheid van de hemel genieten. In feite is het liturgisch gebed geen anonieme formule, maar is het vol ‘gezichten en namen’[5]; wij verenigen ons met alle concrete personen die deel uitmaken van ons leven en die, zoals wij, leven “in de naam van de Vader en van de Zoon en van de Heilige Geest”, deelgenoten aan het leven van de Drie-eenheid.

Gestalte geven aan het gebed van de Kerk

Wij weten dat voor de heilige Jozefmaria de heiliging van het werk niet in de eerste plaats bestond uit het inlassen van gebeden *tijdens* het werk, maar vooral door de handeling zelf in gebed te veranderend door erop te letten het te doen tot eer van God, te streven naar menselijke volmaaktheid, zich liefdevol bekeken

te weten door onze hemelse Vader. Net zo bestaat het liturgisch gebed niet in de eerste plaats uit het opzeggen van gebeden *tijdens* de liturgische handelingen, maar uit het verrichten van deze rituele handelingen *digne, attente ac devote*, met de waardigheid, aandacht en toewijding die zij verdienen, door ons bewust te zijn van wat er gedaan wordt. Het zijn niet alleen gelegenheden om individuele acten van geloof, hoop en liefde te stellen, maar handelingen *waardoor* de gehele Kerk haar geloof, haar hoop en haar liefde tot uitdrukking brengt.

De heilige Jozefmaria hechtte er veel belang aan dat we aan de verschillende handelingen van de eredienst *actief en bewust meedoen*; het is de *beleefdheid van de vroomheid*. De waardigheid die het liturgisch gebed vereist, heeft veel te maken met de wellevendheid van het eigen lichaam, want in zekere zin

komt dáárin dat wat wij willen doen het eerst tot uiting. De viering van de Heilige Mis, de biecht, het Lof met de aanbidding van het Allerheiligste, enz. brengen verschillende uiterlijke handelingen van de persoon met zich mee, daar zij gebed in actie zijn. Het liturgisch gebed veronderstelt dus ook het bidden met het lichaam. Meer nog, het betekent leren om, hier en nu, het gebed van de Kerk gestalte te geven. En, hoewel het vaak de priester is die de taak heeft stem en handen te geven aan Christus het Hoofd, is het logischerwijze de gemeenschap die stem en gestalte geeft aan het hele Mystieke Lichaam van Christus. Het besef dat men het gebed van de heiligen en van de zielen in het vagevuur door middel van ons ziet en hoort is een goede stimulans om zorg te dragen voor die *beleefdheid van de vroomheid*.

Behalve waardigheid vraagt het liturgisch gebed ook met aandacht verricht te worden. In die zin zou men kunnen zeggen dat het niet alleen belangrijk is ons te concentreren op de woorden die we zeggen, maar ook om het moment dat we beleven zo diep mogelijk te ervaren: duidelijk voor ogen houden met wie we zijn, waarom en waarvoor. Dit besef vereist een voorafgaande vorming, die altijd kan worden verbeterd. Met woorden van de heilige Jozefmaria: “Langzaam. – Bedenk wát je zegt, wíe het zegt, en tégen wie. – Want dat haastige praten, zonder tijd te nemen voor overweging, is niets dan lawaai, gerammel van lege blikjes. En met de heilige Teresia zeg ik je, dat ik dát geen bidden noem, hoe ijverig je je lippen ook beweegt”.[6]

**Een ontmoeting met iedere
Persoon van de Drie-eenheid**

Ondanks de onvermijdelijke afleidingen, die te wijten zijn aan onze zwakheid, nemen wij in het liturgisch gebed deel aan de mysterieuze maar reële ontmoeting van de hele Kerk met de drie Personen van de Drie-eenheid. Daarom is het verrijkend te leren onderscheiden wanneer we ons tot de Vader, de Zoon of de Heilige Geest richten. Over het algemeen plaatst de liturgie ons tegenover God de Vader met zijn specifieke hoedanigheden, ook al wordt Hij vaak aangeropen met een eenvoudig ‘God’ of ‘Heer’. Hij is de bron en oorsprong van alle zegeningen die de Drie-eenheid over deze wereld uitstort, en naar Hem gaan, door zijn Zoon, alle lofprijzingen die de schepselen kunnen uiten.

Want wat wij tot de Vader zeggen, zeggen wij *dóór* Jezus, die niet zozeer *voor* ons staat, maar *met* ons is. Het Woord is vleesgeworden om ons

naar de Vader te brengen en daarom vervult de ontdekking van zijn aanwezigheid aan onze zijde, als een broeder die onze zwakheid kent en zich er niet voor schaamt, ons met troost en vrijmoedigheid. Bovendien is het liturgisch gebed, als het openbaar gebed van de Kerk, voortgekomen uit het gebed van Jezus. Het is niet alleen de voortzetting van zijn gebed toen Hij op deze aarde was, maar het is ook de uitdrukking, vandaag en nu, van zijn voorbede voor ons in de hemel (vgl. *Heb 7,25*). Soms vinden we ook gebeden die rechtstreeks tot Jezus gericht zijn, en onze blik richten op de Zoon als Verlosser. Om deze redenen is het liturgisch gebed een geweldige manier om afgestemd te zijn op het priesterlijk hart van Jezus Christus.

En het gebed dat door de Zoon tot de Vader wordt gericht, wordt in de Heilige Geest verwezenlijkt. Het is

een groot geschenk van God ons bewust te zijn van de aanwezigheid van de derde Persoon van de Drie-eenheid in het liturgisch gebed. De grote Onbekende, zoals de heilige Jozefmaria Hem noemde, gaat ongemerkt aan ons voorbij, zoals het licht of de lucht die wij inademen. Toch weten we dat we zonder licht niets zouden zien en zonder lucht zouden stikken. De Heilige Geest werkt op soortgelijke wijze in de liturgische dialoog. Hoewel wij ons gewoonlijk niet tot Hem richten, weten wij dat Hij in ons woont en dat Hij ons met onuitsprekelijke verzuchtingen ertoe beweegt ons tot de Vader te richten met de woorden die Jezus ons heeft geleerd. Zijn werking komt dus indirect tot uiting. Meer dan in de woorden die wij zeggen, of tot wie wij ze zeggen, openbaart de Geest zich in de manier waarop wij ze zeggen: Hij is aanwezig in de verzuchtingen die een loflied worden en in de stiltes die

God in staat stellen in ons binnenste te werken.

Net zoals de aanwezigheid van de wind wordt waargenomen door de voorwerpen die hij in beweging brengt, zo kunnen wij een glimp opvangen van de aanwezigheid van de Heilige Geest wanneer wij de gevolgen van zijn werking ervaren. Een eerste gevolg van zijn optreden is bijvoorbeeld dat wij ons ervan bewust worden dat wij bidden als dochters en zonen van God in de Kerk. Wij ervaren Hem ook wanneer Hij ervoor zorgt dat het Woord van God in ons weerklinkt, niet als een menselijk woord maar als het Woord van de Vader dat tot ieder van ons is gericht. De Heilige Geest openbaart zich vooral in de tederheid en de edelmoedigheid waarmee de Vader en de Zoon zich over ieder van ons uitstorten wanneer zij ons in de liturgische viering vergeving schenken, ons verlichten, ons sterken

of ons een bijzondere gave schenken

....

Tenslotte is de werking van de Heilige Geest zo intiem en noodzakelijk dat Hij degene is die het mogelijk maakt dat de liturgische handeling een echte *beschouwing* van de Drie-eenheid is, die ons in staat stelt de hele Kerk en Jezus zelf te zien, wanneer onze zintuigen ons iets anders zeggen. Het is de Heilige Geest die ons openbaart dat de ziel van het liturgisch gebed niet het formele uitspreken van een reeks woorden is of het stellen van uiterlijke handelingen, maar de liefde waarmee wij oprecht wensen te dienen en ons te laten dienen. De Heilige Geest maakt ons deelgenoot van zijn persoonlijk mysterie wanneer wij leren genieten van een God die zich vernedert om ons te dienen, zodat wij daarna de anderen kunnen dienen.

Ik heb het Evangelie *beleefd*

Het is niet verwonderlijk dat een van de termen die in de Schrift en de Traditie het vaakst gebruikt wordt om liturgische handelingen aan te duiden, die van dienstbaarheid is. Het ontdekken van deze dimensie van dienstbaarheid in het liturgisch gebed heeft veel gevolgen voor het innerlijk leven. Niet alleen omdat degene die uit liefde dienstbaar is zichzelf niet in het middelpunt plaatst, maar ook omdat de opvatting van de liturgie als dienstbaarheid de sleutel is om haar om te kunnen zetten in leven. Al lijkt het een paradox, toch vinden we in talrijke gebeden in de liturgische teksten de aansporing om in het gewone leven *na te volgen* wat we gevierd hebben. Deze uitnodiging betekent niet dat wij de liturgische taal moeten uitbreiden tot onze gezins- en professionele relaties. Het gaat er daarentegen om een

levensprogramma te maken van datgene wat de liturgie ons heeft laten overwegen en beleven.[7] Daarom heeft de heilige Jozefmaria meer dan eens, toen hij zag hoe God in zijn dag werkzaam was, uitgeroepen: “Werkelijk, ik heb het Evangelie van de dag beleefd”.[8]

Om de liturgie van de dag te *beleven* en zo van onze dag een dienst te maken, een *Mis van vierentwintig uur*, is het nodig onze persoonlijke omstandigheden te beschouwen in het licht van wat wij gevierd hebben. Bij deze taak is de persoonlijke overweging onvervangbaar. De heilige Jozefmaria had de gewoonte om aantekeningen te maken van die woorden of uitdrukkingen die hem tijdens het vieren van de Mis of tijdens het bidden van de getijden getroffen hadden, zozeer zelfs dat hij op een dag schreef: “Ik zal geen enkele psalm meer noteren, want dan zou ik ze allemaal moeten

opschrijven, want in al die psalmen is er alleen een grote heerlijkheid, die de ziel ontdekt wanneer God wordt gediend”.[9] Het is waar dat het liturgisch gebed een bron is voor ons persoonlijk gebed, maar het is evenzeer waar dat het zonder overweging heel moeilijk is om de rijkdom van het liturgisch gebed *persoonlijk te verinnerlijken*.

Het is in de stilte onder vier ogen met God dat de bewoordingen van het liturgisch gebed doorgaans een intieme en persoonlijke kracht krijgen. In deze zin is het voorbeeld van Maria verhelderend: zij leert ons dat het, om het *fiat – mij geschiede* – van de liturgie in praktijk te brengen, om het om te zetten in dienstbaarheid, nodig is er tijd aan te wijden om “al deze dingen [persoonlijk] in ons hart” te bewaren (Lc 2,19).

Juan Rego

[1] Vgl. “Een student in studentenhuys DYA. Brieven van Emiliano Amann aan zijn familie (1935-1936), in *Studia et Documenta*, deel 2, 2008, blz. 343.

[2] Archief van de Prelatuur, 77-5-3.

[3] *Kritisch-historische uitgave van De Weg*. Intieme aantekeningen, nr. 1590, 26-10-1938.

[4] Heilige Jozefmaria, *De Weg*, nr. 86.

[5] Paus Franciscus, *Evangelii gaudium*, nr. 274.

[6] Heilige Jozefmaria, *De Weg*, nr. 85.

[7] Vgl. heilige Jozefmaria, *Christus komt langs*, nr. 88.

[8] *Kritisch-historische uitgave van De Weg*, nr. 416, 26-11-1931.

[9] *Ibid.*, nr. 681, 3-4-1932.

Juan Rego

pdf | Document automatisch
aangemaakt door [https://
dev.opusdei.org/nl/article/hem-kennen-
en-jezelf-kennen-xii-gebed-doen-met-
de-liturgie/](https://dev.opusdei.org/nl/article/hem-kennen-en-jezelf-kennen-xii-gebed-doen-met-de-liturgie/) (7-8-2025)