



focus

“BIDDEN IS VOORAL LEREN LUISTEREN.”

MET NESTOR TSALA IN GESPREK

OVER AANHOUDEND GEBED

Het is op een zonnige vrijdagmiddag middenin de coronatijd, dat ik Nestor Tsala spreek. Nestor is predikant van Grace Church in Amersfoort, een multiculturele gemeente van zo'n 40 leden. Grace Church is onderdeel van het netwerk van 30 kerken van Intercultural Church Plants.

Voordat hij in Amersfoort predikant werd, werkte hij vanaf 2004 samen met zijn vrouw bij Jeugd met een Opdracht in Nederland. Meer dan 10 jaar was hij daar verantwoordelijk voor het opzetten van een gebedsbeweging. Naast het predikantschap geeft hij nog steeds regelmatig op allerlei plekken trainingen over gebed.

In het kader van het tweede blok van Focus spreken we hem over het belang van gebed en over praktische manieren om aanhoudend te bidden. Oorspronkelijk was het de bedoeling om dat op video vast te leggen. Dat hebben we in verband met het corona-virus uitgesteld tot volgend jaar.

Hoe komt het dat je je zo intensief bent gaan bezig houden met gebed?

Ik ben geboren in Togo en was als kind al veel bezig met geloof. Mijn vader had een Bijbel voor me gekocht en daar las ik vaak in. Op mijn vijftiende kwam ik in een geloofscrisis, omdat ik vond dat de mensen in de kerk vaak helemaal niet leefden volgens wat ik in de Bijbel las. Gelukkig kreeg ik juist in die periode meer contact met één van de jeugdleiders in de gemeente. Hij was zelf maar een paar jaar ouder dan ik, maar was wel een voorbeeld voor me. Hij stimuleerde om te bidden en te vasten. Dat ben ik gaan doen en dat heeft heel veel voor mij betekend. Ik werd er zo enthousiast over, dat ik een groep vrienden overhaalde om mee te doen. Met die groep heb ik zo'n tien jaar op verschillende manieren met grote regelmaat gevast en gebeden. Toen ik in 2004 in Nederland kwam om les te geven aan de Bijbelschool van Jeugd met een Opdracht, viel mij direct op dat hier gebed een heel andere plek heeft. Wat in Afrika heel normaal was, namelijk dat je bij alles bidt,

bleek Nederland niet gewoon. Samen met mijn vrouw ervoer ik toen sterk de roeping om daar iets mee te doen. We zijn er trainingen voor gaan opzetten. Eerst op de bijbelschool, maar later in het hele land.

Wat was de belangrijkste les die je tijdens de trainingen probeerde over te brengen?

Wat mij in Nederland blijft opvallen is dat heel veel gemeenteleden het veel gemakkelijker vinden om een uur bijbelstudie te doen dan om een uur te bidden. Dat komt omdat we van beide een veel te doelgericht beeld hebben. Maar de Bijbel is niet bedoeld om te bestuderen. En gebed is niet alleen maar het bij God uitstorten van wat je op je hart hebt, je zorgen en je vragen. De Bijbel en gebed zijn bedoeld om onze relatie met God te verdiepen, om Zijn aanwezigheid te ervaren. Daarvoor is luisteren heel belangrijk. We zijn in Nederland over het algemeen goed in praten, maar als je de Bijbel echt wilt begrijpen en echt wilt bidden, moet je vooral leren luisteren. Luisteren in het besef dat God aanwezig is en tot je wil spreken.

Hoe doe je dat dan?

Voordat ik daar antwoord op geef: het is belangrijk om te benadrukken dat bidden iets is dat je kunt leren. De enige keer dat de discipelen aan Jezus vragen om hen iets te leren, vragen ze Hem: "Leer ons bidden". Ze vragen Hem niet om hen te leren om te genezen. Opmerkelijk, toch? Ik noem dat, omdat we vaak denken dat bidden een kwestie is van 'gewoon doen'. Maar ik denk dat je het moet leren en oefenen. En zoals bij alles wat je moet leren betekent dat dus, dat je moet denken in kleine stapjes en die volhouden.

Met dat in je achterhoofd zou ik zeggen: als je wilt leren luisteren naar God in je gebed, maak daar dan tijd voor. Tijd om te luisteren. Begin zoals je altijd doet en vraag God dan: "Dit is wat ik U wilde zeggen, wat wilt U vandaag tot mij zeggen?" en wees dan een tijd stil.



MET NESTOR TSALA IN GESPREK OVER AANHOUDEND GEBED

Wat gebeurt er bij jou in die stilte?

Als ik dat doe komt er vaak iets mijn gedachten: een bijbeltekst of een lied. Dan lees ik dat. Maar ook als er niets komt, is dat niet erg. Sowieso, als je niet gewend bent om op deze manier te bidden, moet je het tijd geven. Tijd om Gods stem te leren herkennen. En bovendien ben je in het begin misschien geneigd te denken: "Dit zijn gewoon mijn gedachten, dit is niet God die spreekt." Maar ik zeg dan: als je God vraagt om tot je te spreken, mag je geloven dat Hij dat ook op dat moment wil en kan doen. Het hóeft niet gelijk te gebeuren, maar het kán wel. Dus als er iets in je gedachten komt, lees dan dat gedeelte of luister dat lied. Of let die dag erop of je die persoon of die situatie tegenkomt.

En als er niets komt?

Nogmaals, dat geeft niet. Als er niets in gedachten komt, pak dan je Bijbel erbij en lees het gedeelte dat aan de beurt is. Maar lees het wel verwachtingsvol: wat gaat God hier zeggen? De bijbel is voor mij een brief van God, gericht aan mij. Ik lees het gedeelte daarom een paar keer achter elkaar met de vraag: wat spring er vandaag uit? Dan is dat wat God mij vandaag wil zeggen.

Maar realiseer je ook dat we niet in het paradijs leven. Er zijn ook tegenkrachten die Gods spreken en handelen in de weg kunnen staan. Die tegenkrachten kunnen in onszelf zitten, zoals twijfel of zonde. Ze kunnen ook buiten ons zijn: de machten van het kwaad. Daarom is het ook belangrijk om vol te houden.

We zijn in deze tijd in de Focus-gemeenten bezig met aanhoudend bidden, zoals de discipelen 10 dagen baden om de Heilige Geest. Hoe kijk jij daar tegenaan?

Je ziet in de Bijbel heel vaak dat mensen lang moeten bidden voor God antwoordt. Jezus zelf bidt in Gethsemané drie keer hetzelfde gebed. Ik vind Jesaja 62 altijd ook heel aansprekend. Dat gedeelte begint met een prachtige beschrijving van Gods belofte voor het herstel van Jeruzalem. En gelijk daarachteraan zegt Jesaja dan: "Jullie die een beroep doen op de Heer, gun jezelf geen rust en gun Hem evenmin rust, totdat Hij Jeruzalem weer heeft gegrondvest en haar roem op aarde heeft bevestigd." Gun Hem geen rust, totdat... Dat vind ik een hele mooie zin, als het over bidden gaat.

Meestal lukt het wel om een dag bewust aandacht te hebben voor gebed. Zeker na een oproep daarvoor. Maar hoe zorg je dan dat je het volhoudt?

Ik denk dat het belangrijk is dat je er bewust een prioriteit van maakt. Ik snap wel dat je jezelf niet 10 dagen opsluit om alleen maar te bidden zoals de discipelen. Overigens heb ik dat in mijn tijd in Togo met mijn vrienden wel vaak gewoon gedaan. Dus het kan wel, maar gaat voor veel mensen een paar stappen te ver.

Maar als je het wilt volhouden, zou ik het wel een speciale periode maken die anders is dan anders en je normale routines doorbreekt. Kies er bijvoorbeeld bewust voor om je 2 keer per dag voor 20 of 30 minuten terug te trekken om te bidden, stil te zijn om te luisteren en om bijbel te lezen. Lees dan ook niet 10 verzen zoals je gewend bent, maar een heel hoofdstuk.

Daarbij vind ik het zelf ook belangrijk om bidden te combineren met vasten. Mij helpt dat om te beseffen dat dit een speciale tijd die ik apart heb gezet. Het helpt mij ook om gevoeliger te zijn voor Gods stem in de stilte. Ook hier geldt dat vasten niet extreem hoeft te zijn. Het kan ook zijn dat je gewoon lichter eet dan anders. Mensen die zeggen dat vasten geen verschil maakt, hebben het vaak nooit geprobeerd of niet volgehouden. In mijn ervaring is dag 2 meestal het moeilijkst. Probeer het dus eens 2 of 3 dagen en besef dat ook dit oefening vraagt.

Als laatste zou ik zeggen: doe het niet alleen. Bid samen met anderen. Dat is motiverend en geeft je ook de mogelijkheid om van elkaar te leren. Want de Heilige Geest spreekt tot iedereen op een verschillende manier. Spreek in die dagen van gebed dus af met anderen om te bidden. Sluit aan bij bestaande gebedsbijeenkomsten die misschien al georganiseerd worden. Of vorm een klein groepje als je geen vaste groep hebt. We hebben elkaar nodig om het vol te houden.