

U BENT GELIEFD

DRIE BIJEENKOMSTEN ROND
PREKEN VAN HENRI NOUWEN



U BENT GELIEFD

DRIE BIJEENKOMSTEN ROND PREKEN VAN HENRI NOUWEN

Deze uitgave is mogelijk is gemaakt door de Henri Nouwen Stichting.

De redactie bedankt Hour of Power (www.hourofpower.nl) voor het schenken van de dvd “U bent geliefd”.

Op de website van de HNS (www.nouwen.org) is een digitale versie van deze brochure beschikbaar.

Vragen over deze uitgave kunnen gesteld worden aan de redactie, via de e-mailadressen:

Piet Hanemaaijer (phanemaaijer@casema.nl)

Ds. Evelyn Quaak-Kloet (equaak@wanadoo.nl)

ALGEMENE INLEIDING

Henri Nouwen was een Nederlands priester, schrijver, hoogleraar in de VS, later pastor in een gemeenschap van geestelijk gehandicapten in Canada. Zijn boeken gaan vaak over leven in verbondenheid met Jezus. Hij overleed in 1996. Behalve een getalenteerd schrijver was hij ook een aansprekend prediker. In 1992 was hij gastpredikant in de glazen kerk Crystal Cathedral in Californië. Hij hield er drie preken met als overkoepelend thema 'U bent geliefd': *De geliefde zijn, De geliefde worden, De disciplines van de geliefde*.

Wat betekent het een geliefd kind van God te zijn?
Hoe kan een mens de geliefde worden?
Welke disciplines (oefeningen) zijn nodig om een geliefd kind te blijven?

Deze preken van Henri Nouwen maakten grote indruk. Bij ons ontstond het idee een programma rond de preken samen te stellen voor groepen mensen. Geraakt door de boodschap van Gods liefde, vonden we een vorm voor vieren en delen rond de preken. De drie bijeenkomsten vonden plaats in een werkgroep op een conferentie¹ en werden aangeboden in het toerustingsprogramma van een PKN-gemeente² en als avonddienst. Het programma bleek de deelnemers goed te doen en te inspireren. De volgende stap was om de waardevolle preken en het programma blijvend aan mensen aan te bieden. In deze brochure worden ze gepresenteerd met het oog op gebruik in eigen kring, in groepen en gemeenten. U wordt uitgenodigd het leven en de woorden van Henri Nouwen te ontvangen als een spiegel van Gods liefde.

¹ Charismatische conventie 2006 en 2008

² Gereformeerde kerk in de PKN Giessen Rijswijk 2007

I PROGRAMMA'S VAN DE BIJENKOMSTEN

1. *De geliefde zijn*

Meditatieve muziek

Welkom

Inleiding De geliefde zijn (*bijlage*)

Stilte

Bemoediging en openingsvers

voorg: Onze hulp is in de naam van de Eeuwige,
allen: die hemel en aarde gemaakt heeft.

voorg: God, kom mij te hulp.
allen: Heer, haast u mij te helpen.

Ontsteken Paaskaars

voorg: Jezus zegt: Ik ben het licht van de wereld.
allen: Licht dat geen duisternis kan doven.

Zingen

Psalm 139 vers 1 en 2

Preek

Kijken en luisteren naar de preek *De geliefde zijn*

Persoonlijke bezinning

Wat heeft u geraakt in deze preek?

Vorming van kleine groepen (van 3 a 4 personen)

Uitwisseling van gedachten in de kleine groep

Introductie gespreksregels (*zie bijlage*)

Voorstelronde

- Vraag 1. U bent de geliefde zoon of dochter van God.
Wat is uw reactie op deze centrale boodschap van de preek?
- Vraag 2. HN spreekt over de liefde van God, de eerste liefde en over ons bewust worden daarvan.
Herkent u daar iets van in uw eigen leven?
- Vraag 3. *Wat ervaart u als belemmering bij het vasthouden van het geliefd zijn?*
Wat helpt u bij het vasthouden van het geliefd zijn?

Terug in de grote groep (eventueel kring)

Meditatief moment

Luisteren naar Taizé 14 *Tui amoris ignem*

Stilte voor eigen gedachten en gebeden

Afsluitend gebed door de voorganger

Zingen

Psalm 139 vers 8 en 14

EvL 315 *U die mij geschapen hebt*

Afsluitend woord

Heenzending

voorg: Dit is de dag die de Heer gemaakt heeft,
moge Zijn liefde ons warmen en helen.

Ga dan in vrede.

allen: Amen

2. De geliefde worden

Meditatieve muziek

Welkom

Inleiding De geliefde worden (*bijlage*)

Stilte

Bemoediging en openingsvers

voorg: Onze hulp is in de naam van onze Schepper,
allen: die ons heeft liefgehad vanaf het begin.

voorg: God, kom mij te hulp.
allen: Heer, haast u mij te helpen.

Ontsteken Paaskaars

voorg: Jezus zegt: Ik ben het licht van de wereld.
allen: Licht dat sterker is dan al wat ons benauwt.

Zingen

EvL 173 *Jezus, U bent het licht*

Preek

Kijken en luisteren naar de preek *De geliefde worden*

Persoonlijke bezinning

Wat heeft u geraakt in deze preek?

Vorming van kleine groepen (van 3 a 4 personen)

Uitwisseling van gedachten in de kleine groep

Introductie gespreksregels (*zie bijlage*)

Voorstellingsronde

Vraag 1. Henri Nouwen zegt dat u met vier woorden aanspraak kunt maken op de positie van Gods geliefde kind: uitgekozen, gezegend, gebroken, gegeven.

Verken met elkaar deze vier woorden.

Welke betekenis geeft u aan ieder woord?

Vraag 2. *Is er een woord dat u op dit moment in uw leven het meest herkent? Zou u dat willen toelichten?*

Vraag 3. Henri Nouwen raadt u aan om terug te kijken op de dag met de vraag: Op welk moment werd ik uitverkoren? Waar werd ik gezegend? Waar werd ik gebroken en waar werd ik gegeven?

*Laat deze vragen op u inwerken voor de afgelopen week.
Neem een moment van stilte en wissel gedachten uit.*

Terug in de grote groep (eventueel kring)

Meditatief moment

Luisteren naar Taizé 5 *Bless the Lord*

Stilte voor eigen gedachten en gebeden

Afsluitende gebed door de voorganger

Zingen

Bij elk van de vier woorden zingen we een lied:

Uitverkoren: Psalm 139 vers 9 en 11

Gezegend: EvL 444 *Ik zegen jou in Jezus' Naam*

Gebroken: Tussentijds 109 vers 1 – 5 *Zoals ik ben*

Gegeven: EvL 213 *Ik wil jou van harte dienen*

Afsluitend woord

Heenzending

voorg: Dit is de dag die de Heer gemaakt heeft,
moge zijn liefde ons warmen en helen.

Ga dan in vrede

allen: Amen.

3. De disciplines van de geliefde (oefeningen)

Meditatieve muziek

Welkom

Bemoediging en openingsvers

voorg: Wie woont in de hoede van de Eeuwige,
allen: die woont in de schaduw van de Liefdevolle.

voorg. In de stormen van het leven heb je niets te vrezen.
allen: Onder ons Zijn dragende handen.

Ontsteken Paaskaars

voorg: Jezus zegt: Ik ben het licht van de wereld.
allen: Licht waaraan ik mij toevertrouw.

Zingen

EvL 173 *Jezus, U bent het licht*

Lezing

Matteus 3: 13 – 17

Zingen

Loflied: Gezang 1 *God heeft het eerste woord*

Preek

Kijken en luisteren naar de preek *De disciplines van de geliefde*

Persoonlijke bezinning

Wat heeft u geraakt in deze preek?

Zingen

EvL 118 vers 1 en 4 *Hij kwam bij ons*

Uitwisseling van gedachten in de kleine groep

Introductie gespreksregels (*zie bijlage*)

Voorstellingsronde

- Vraag 1. Henri Nouwen zegt dat de kern van bidden is: luisteren naar de stem die zegt dat u geliefd bent en roept op tot omgang met God.
Wat roept deze uitspraak bij u op?
- Vraag 2. Henri Nouwen heeft het over drie disciplines (oefeningen) van de geliefde:
Omgang met God (Communion),
Gemeenschap (Community),
Bediening/dienst (Ministry).
Ziet u een mogelijkheid om te groeien in de liefde met één van deze disciplines?
- Vraag 3. *Formuleer op papier een kort gebed voor uzelf en een kort gebed voor de gemeenschap waar u bij hoort, naar aanleiding van de inleidingen van Henri Nouwen.
N.B. De gebeden bidden we in het gebed in stilte in de grote groep en kunt u in de weken die komen thuis bidden.*

Terug in de grote groep (eventueel kring)

Meditatief moment

Luisteren naar Taizé 39 *Tu sei sorgente viva* of
Taizé 52 *Veni Sancte Spiritus*

Stilte voor eigen gedachten, stille gebeden.

Afsluitend gebed door de voorganger

We bidden het gebed van Henri Nouwen (*evt. hardop*)

Zingen

Gezang 473 vers 1 – 5 *Neem mijn leven, laat het, Heer*

Lezen

Gezang 473 vers 7 (*gezamenlijk hardop*)

De naaf van het leven

Een wagenwiel als symbool voor het gebed. Tonen en uitleg.

Zegen (*staande*)

Zingen

	<i>Iona 13</i>	<i>Neem mij aan zoals ik ben</i>
	<i>Iona 46</i>	<i>Gods groot erbarmen</i>
voorg:		Hij geeft ons vrede
allen:		Amen

II BIJLAGEN

Bijlage 1 Introductie gespreksregels

Voor een veilige ruimte voor gesprek: Lees in stilte deze spelregels door:

1. Het gaat vooral om het delen van wat je bezig houdt, niet om discussie.
2. Probeer goed te luisteren.
3. Stilte hoeft niet altijd opgevuld te worden met woorden.
4. Als iemand je een vraag stelt waar je liever niet op ingaat, neem de vrijheid dat te zeggen.
5. Persoonlijke verhalen van deelnemers zijn vertrouwelijk en worden niet verder verteld.

Kun je hiermee instemmen? Ga vervolgens verder met het voorstellen en de vragen.

Bijlage 2 Inleiding bij ‘De geliefde zijn’

Hieronder vindt u een inleiding bij de eerste bijeenkomst. Deze is persoonlijk getint. U wordt uitgenodigd om het persoonlijke accent te vervangen door iets persoonlijks van uzelf, in verband met Henri Nouwen

Een tijd geleden pakte ik van een boekentafel het boek *Open uw hart* van een zekere *Henri Nouwen* en begon erin te lezen. ‘Het valt ons zwaar om ons te verdiepen in onze eigen eenzaamheid...’ Hierin herkende ik, aarzelend nog, iets van mezelf. Verder lezend kwam ik onder de indruk van de woorden van Henri Nouwen over de weg naar onszelf, de ander en God. Hij werd een gids op mijn geestelijke levensweg.

Ik ontdekte dat ik hierin niet de enige was. Voor velen zijn de boeken van Henri Nouwen een bron van inspiratie. Niet alleen zijn boeken zijn dat. Ook de preken die hij in 1992 hield in Crystal Cathedral rond het thema *U bent geliefd*, maakten grote indruk.

Henri Nouwen overleed in 1996. Zijn boodschap bleef mensen boeien. Met name die van zijn *U bent geliefd* preken. De dvd ervan is nog steeds verkrijgbaar. Deze bestaat uit een serie van drie preken:

De geliefde zijn Wat dat betekent
De geliefde worden Hoe dat kan
De disciplines van de geliefde Een weg om te gaan

We gaan vandaag kijken en luisteren naar de eerste preek: *De geliefde zijn*. En omdat een preek niet zomaar uit de lucht komt vallen, is hij ingebed in een vorm van vieren, waarin zingen en stilte een plaats hebben en ook het met elkaar delen wat ons raakt.

Als een modern mens na gaat denken over het thema liefde, wat gebeurt er dan? Erkennen? Ontkennen? Romantiseren? Vult u het zelf maar in.

Henri Nouwen vertrekt vanuit het hart van het evangelie en richt zich op ons, mensen van deze tijd. Ik nodig u uit uw hart open te stellen voor een verhaal over liefde, een verhaal over hoe dat kan: leven in de geest van het evangelie.

Bijlage 3 *Inleiding bij ‘De geliefde worden’*

In deze inleiding bij de tweede bijeenkomst wordt een introductie van de persoon van Henri Nouwen gegeven. Als u wilt kunt u dat ook met een eigen tekst doen.

De boodschap van de eerste preek is dat we de geliefde kinderen van God zijn. Het is moeilijk om die waarheid in de concreetheid van het bestaan vast te houden. In zijn tweede preek komt Henri Nouwen ons tegemoet met een aantal handreikingen.

Maar eerst willen we de persoon van Henri Nouwen iets dichterbij u brengen. Hij was een Nederlands priester die zich in de VS had ontwikkeld tot een gezaghebbend pastoraal theoloog, die mensen een weg kon wijzen. Zijn talent was dat hij psychologie en theologie op een prachtige manier wist samen te voegen. Hij was hoogleraar in Harvard toen er in 1985 voor hem een breekpunt kwam. Ondanks zijn succesvolle leven vond hij dat hij bezig was zichzelf kwijt te raken. Hij sloeg een weg terug in en die leidde hem naar een plek ver weg van de academische wereld: Hij werd pastor in een gemeenschap van geestelijk gehandicapten met hun verzorgers, *De Ark*, in Toronto. Daar vond hij een gemeenschap waar hij zich thuis ging voelen.

Toch beleefde hij er ook een diepe geestelijke crisis. Hij herstelde en schreef het boek *Eindelijk thuis*. Het gaat over zijn leven, gezien in het licht van de gelijkenis van de verloren zoon. Hoe een mens kan verdwalen en de weg naar huis weer vindt. Het gaat ook over de Vader die wacht en uitkijkt. Gaandeweg wordt de zoon zich bewust van iets bijzonders: de liefde van de Vader, die er eigenlijk al was maar niet gezien werd. De eerste liefde van God, de ‘first love’, noemde hij dat in zijn eerste preek.

In *De Ark*, waar hij 10 jaar werkte, leerde hij zich te vereenzelvigen met mensen die gebroken en geestelijk arm zijn, in wie hij Gods liefdevolle nabijheid ontdekte.

Graag uw aandacht voor *De geliefde worden*. Voor handreikingen die u meer opmerkzaam willen maken voor de aanwezigheid van God in uw leven.

Bijlage 4 Gebed bij de preek 'De disciplines van de geliefde'

In de derde bijeenkomst wordt de preek door Henri Nouwen afgesloten met een slotgebed. Dit gebed wordt door de voorganger uitgesproken als laatste onderdeel van Meditatief moment.

O God, U hebt Jezus naar ons gestuurd en Hem daardoor zwak en kwetsbaar gemaakt zodat wij Hem konden aanraken, konden zien en van Hem konden gaan houden en zodat Hij kon opgroeien van een kind tot een man en prediker. Hij werd afhankelijk van ons zodat Hij ons kon zegenen. Help ons vandaag Jezus toe te laten in ons leven. Jezus, zoals we die tegenkomen in onze familie en onder onze vrienden. En laat ons geloven dat als we anderen helpen we ontdekken dat Jezus nog onder ons is, dat Hij naar ons glimlacht en ons zijn zegen geeft. Help ons te beseffen door die zegeningen dat we nergens bang voor hoeven te zijn. En dat er niets is waarover we ons zorgen hoeven te maken. Ook al zijn we bezorgd en bang. Help ons beter te beseffen dat we geliefd bij (God) U zijn, dat wij bij U horen en U bij ons. En dat U wilt dat we eenvoudigweg zeggen: We weten dat u van ons houdt. Ik houd ook van U. Bescherm ons tijdens ons leven in die wederzijdse liefde en geef ons de vrijheid die (de kinderen van God) Uw kinderen hebben. Zegen ons vandaag en eenieder in (onze) zijn gemeente, iedereen die luistert naar (het woord van God) Uw woord. Laat in ons iets nieuws ontstaan, dat afkomstig is van Uw Geest, die leven geeft. Dat bidden wij. Amen.

Bijlage 5 *De naaf van het leven, bij ‘De disciplines van de geliefde’*

Bij dit onderdeel wordt een wagenwiel getoond, een echt wiel of een afbeelding, als symbool voor het gebed. De onderstaande tekst kan als uitleg worden voorgelezen.

In 2006 was er in de VS een bijeenkomst ter herdenking van Henri Nouwen. Het thema van die bijeenkomst was: *Turning the Wheel*. Daarmee werd zo'n oud wagenwiel bedoeld met een opvallende naaf en met veel houten spaken. Toen Henri Nouwen eens over het gebed schreef, gebruikte hij zo'n wiel als symbool bij het gebed.

Als we in gebed zijn, in stilte thuis of tussen de bedrijven door, dan zijn we ons bewust van ons leven van dat moment. Gedachten, gebeurtenissen, ervaringen gaan door ons heen *en* we richten onze aandacht op God.

De naaf van het wiel, het middelpunt, staat symbool voor God, voor zijn liefde. De ronddraaiende spaken staan voor wat er allemaal in ons bewustzijn voorbijgaat. Als we ons dicht bij de velg bevinden flitsen de spaakuiteinden snel voorbij, te vergelijken met gewaarwordingen die geïsoleerd van elkaar beleefd worden. Verwarring kan het gevolg zijn.

Bidden kan nu in dit beeld gezien worden als een beweging van ons kijken in de richting van de naaf, naar God toe dus. We zien dan dat de spaken met elkaar verbonden zijn door de naaf. Anders gezegd: allerlei elementen uit onze beleving krijgen een plaats vanuit God. We ontvangen inzicht in hun samenhang. Ze worden met elkaar verbonden door Gods liefde.

Bijlage 6 Verwijzingen

De preken-serie 'U bent geliefd' van Henri Nouwen wordt in Nederland op dvd uitgebracht door *Hour of Power Nederland, Laren*.

De website van de Henri Nouwen Stichting is www.nouwen.org. Hiernaar verwijzen we voor de digitale versie van deze brochure en andere gegevens rond Henri Nouwen.

In de programma's van de bijeenkomsten worden de gekozen liederen kort aangeduid. In het onderstaande overzicht worden de bronnen van de liederen volledig genoemd:

EvL:	<i>Evangelische Liedbundel. Boekencentrum, Zoetermeer 1999.</i>
Gezang:	<i>Liedboek voor de kerken. Interkerkelijke Stichting voor het Kerklied, 's-Gravenhage 1973.</i>
Iona:	<i>Liederen en gebeden uit Iona & Glasgow. Gooi en Sticht, Kampen 2003.</i>
Psalm:	<i>Liedboek voor de kerken. Interkerkelijke Stichting voor het Kerklied, 's-Gravenhage 1973.</i>
Taizé:	<i>Liederen uit Taizé. Ateliers et Presses de Taizé, 71250 Taizé, France, 2008.</i>
	Verwijzing naar de cd's waarop de liederen te vinden zijn:
Bless the Lord:	<i>Laudate omnes gentes</i>
Tui amoris ignem:	<i>Laudate omnes gentes</i>
Tu sei sorgente viva:	<i>Laudate omnes gentes</i>
Veni Sancte Spiritus:	<i>Veni Sancte Spiritus</i>
Tussentijds:	<i>Aanvullend Liedboek bij het Liedboek voor de Kerken. Kok, Kampen, 2005.</i>

III VERDIEPING

1. Een vervolg op *U bent geliefd*?

Toehoorders/kijkers die geraakt zijn door de *U bent geliefd* preken zoeken soms naar een vervolg. In het gezegde herkent men dingen van zichzelf over de relatie tot God en anderen. De wens komt op om die aanraking verder te doorleven. Dat is mogelijk met boeken van Henri Nouwen waarin het *U bent geliefd* thema uitgewerkt is.

Het meest direct heeft hij dat gedaan in het boek *Life of the Beloved*, dat in 1992 uitkwam, het jaar waarin hij de preken in Crystal Cathedral hield. In Nederland werd dit één van de meest bekende boeken van Henri en kreeg als titel: *Een parel in Gods ogen*. Het uitgangspunt is een andere dan die van de preken: *Life of the Beloved* is een lange brief aan zijn ongelovige vriend Fred. Deze had hem gevraagd iets voor hem en zijn geseculariseerde vrienden te schrijven over God, over liefde. De preken zijn meer gericht op christenen.

Alle drie de subthema's van de preken komen in *Een parel in Gods ogen* aan bod, maar de nadruk valt toch sterk op *De geliefde worden*. Je zou kunnen zeggen dat het boek een uitwerking is van de centrale woorden van deze preek: nemen (kiezen), zegenen, breken en geven.



Is het Henri gelukt Fred en zijn vrienden aan te spreken? Het antwoord is ontkennend. Het boek kwam toch teveel over als geschreven voor 'reeds bekeerden'. Maar het bleek wel zeer goed aan te slaan bij zoekende christenen in Amerika en Engeland. En ook in Nederland hebben velen er zich door laten inspireren. Dit boek biedt een uitstekende mogelijkheid om individueel of in een geloofsgesprek in een kleine groep het thema *U bent geliefd* uit te diepen.

2. Het gebed van de beminde

De derde preek, *De disciplines van de geliefde*, is een onderstreping van het grote belang van oefening in het geestelijk leven. Henri raadt aan om elke dag tijd met God alleen door te brengen. Dan kan Hij u zeggen wie u bent: Jij bent mijn geliefde zoon of dochter.

In het verlengde hiervan heeft Arthur LeClair een geleide meditatie samengesteld, in drie gedeelten, om te bidden als je alleen bent, of samen met een geestelijk begeleider of in een kleine gebedsgroep. Deze meditatie is te vinden in *Spiritueel begeleiden* (blz 50-51), een boek dat in 2008, met behulp van Nouwen-teksten is samengesteld door Michael Christensen en Rebecca Laird. Hieronder volgt deze meditatie met een wat verkorte toelichting.

Ga gemakkelijk zitten en ontspan je. Vertrouw erop dat Gods liefde zich op één of andere manier zal laten zien. Zeg de eerste tien minuten zonder onderbreking langzaam en vurig de volgende woorden:

Jezus, U bent de Beminde.

Herhaal deze woorden zo vaak als je dat nodig vindt. Laat al wat je afleidt aan je voorbijgaan. Wees alleen maar bij Jezus.

Ga dan langzaam en stil over naar de volgende tien minuten:

Jezus, ik ben de Beminde.

Misschien vind je deze overgang eerst niet passend, maar geef je er aan over en laat deze waarheid vaste voet krijgen. Ga dan over naar de volgende tien minuten:

Jezus, wij zijn de Beminden.

Open je hart voor anderen. Het is belangrijk niemand uit te sluiten. Je hart zal de namen laten opkomen van wie je aandacht nodig hebben. Sluit af met een eenvoudig dankgebed of met het Gebed des Heren.

Mensen die deze gebedsoefening gedaan hebben, spreken over een diepe genezende werking die zij in zichzelf ervaren.

Henri Nouwen, met medewerking van Michael J. Christensen en Rebecca J. Laird (2008). *Spiritueel begeleiden, Gids voor de lange weg van het geloof*, Lannoo.

Inhoud

Algemene inleiding.....	1
I Programma's van de bijeenkomsten	
1. De geliefde zijn.....	2
2. De geliefde worden.....	4
3. De disciplines van de geliefde.....	6
II Bijlagen	
Bijlage	
1. Introductie gespreksregels.....	9
2. Inleiding bij 'De geliefde zijn'.....	10
3. Inleiding bij 'De geliefde worden'.....	11
4. Gebed bij 'Disciplines van de geliefde'.....	12
5. De naaf van het leven.....	13
6. Verwijzingen.....	14
III Verdieping	
1. Een vervolg op U bent geliefd?.....	15
2. Het gebed van de beminde.....	16

Colofon

U bent geliefd, drie bijeenkomsten rond preken van Henri Nouwen

Uitgave van de Henri Nouwen Stichting

100 exemplaren inclusief dvd plus 100 exemplaren zonder dvd

Avenue Concordia 117, 3062 LG Rotterdam

© Piet Hanemaaijer, Evelyn Quaak-Kloet

Redactie en distributie:

Piet Hanemaaijer en Evelyn Quaak-Kloet

Voor vragen, opmerkingen en suggesties

Redactieadres

P. Hanemaaijer

Anemoonlaan 32, 4941 XL Raamsdonksveer

tel. 0162 516047



HENRI NOUWEN