

F. Luna

Hoe bidden wij goed?

KORT BESTEK 6

 **DE BOOG**

KORT BESTEK

Behandeling in beknopte vorm van inhoud en beleving
van het katholieke geloof

In deze serie zijn verschenen:

1. J. SIMON *Jezus Christus, de Verlosser van de mens*
2. P. BETETA *Wat moet ik doen?*
Johannes Paulus II tot jongeren
3. J.L. SORIA *Met ziel en lichaam*
De christen en de seksualiteit
4. S. PUHL *Laten zien wat je kunt*
Een levensschets van Isidoro Zorzano
5. F. LUNA *Hoe biechten wij goed?*
6. F. LUNA *Hoe bidden wij goed?*

Met kerkelijke goedkeuring
Haarlem, 5 november 1998
Mgr. dr. Jozef Punt, ap.adm.
Ref. JMP/051198/EF

Oorspronkelijke titel: *Oración y presencia de Dios*

Vertaald uit de 9^e uitgave (1996)

© Francisco Luna Luca de Tena 1974

© Ediciones Palabra, S.A. Madrid

© 1998 Nederlandse editie STICHTING DE BOOG

Keizersgracht 218-B

1016 DZ AMSTERDAM

e-mail: shop@deboog.nl

internet: www.deboog.nl

ISBN 90.6257.160.3

INHOUD

	Blz.
Voorwoord	5
De liefde tot God en het gebed	7
Gebed en gevoelens	17
Hoe voortgaan op de weg van het gebed	25
Gesteltenissen voor het gebed	35
De omstandigheden van plaats en tijd	42
Het antwoord van God	51
Het beleven van Gods tegenwoordigheid	58
Hulpmiddeltjes om te midden van onze dagelijkse bezigheden te bidden	70
Gebed en christelijk leven	80

VOORWOORD

Francisco Luna Luca de Tena – een Spaanse priester van wie De Boog reeds het boekje *Hoe biechten wij goed?* gepubliceerd heeft – voert de lezer in de volgende bladzijden naar de praktijk van het inwendige, meditatieve gebed en de beleving van Gods liefdevolle tegenwoordigheid tijdens de dagelijkse bezigheden.

De auteur heeft bij zijn beschouwingen veel geput uit de werken van de zalige Josemaría Escrivá. Het bijzondere charisma van de stichter van het Opus Dei om de leken bewust te doen zijn van hun roeping tot heiligheid, maakt zijn onderricht over het gebedsleven zeer aansprekend.

Bij deze gelegenheid hebben wij de oorspronkelijke tekst uit 1974 enigszins verkort en aangevuld met citaten uit de *Katechismus van de Katholieke Kerk*.

De uitgever

DE LIEFDE TOT GOD EN HET GEBED

God wil onze liefde

In deze wereld zijn er mensen van allerlei slag; daarom is het niet te verwonderen, dat sommigen vergeten dat God ons niet alleen het leven heeft gegeven, maar dat Hij ook mens geworden en voor ons gestorven is, dat Hij zoveel van ons gehouden heeft dat Hij wil *dat wij kinderen van God genoemd worden en dat we het ook zijn*.¹

Het feit dat wij door God geschapen zijn, brengt reeds als natuurlijk gevolg met zich mee, dat wij ons dankbaar en liefdevol moeten gedragen overeenkomstig zijn goddelijke wil; het andere feit – nl. ons kinderschap Gods door aanneming – dient daarenboven in ons hart de dankbaarheid te wekken van kinderen jegens hun vader.

Van alle zichtbare schepselen is alleen de mens “in staat zijn Schepper te kennen en lief te hebben”²; hij is “het enige schepsel op aarde dat om zichzelf door God is gewild”³; hij alleen is geroepen door kennis en liefde te delen in het leven van God (...). Hij is door genade geroepen tot een verbond

¹ 1 Joh 3,1.

² VATICANUM II, Past. const. *Gaudium et spes*, 12,1.

³ *Ibid*, 24,3.

*met zijn Schepper, om aan Hem een antwoord van geloof en liefde te geven, dat niemand in zijn plaats kan geven.*⁴

Zoals we zien, doet God er alles aan om ons lief te hebben en het is zijn verlangen, dat wij aan zijn liefde beantwoorden overeenkomstig onze krachten. Wanneer Hij ons zijn goddelijke wil openbaart, dan is ook het eerste wat Hij tot ons zegt, het eerste wat Hij ons leert: *Gij zult de Heer uw God beminnen met heel uw hart.*⁵ Een christelijk leven dat niet gebaseerd is op het beoefenen van het eerste van alle geboden, is daarom erg schriel en verschrompeld.

Hoe kunnen wij God beminnen?

Vanaf alle eeuwigheid heeft God aan ons gedacht. Toèn waren wij slechts een gedachte in Gods geest; maar deze gedachte heeft God zozeer, zo intens liefgehad, dat Hij er leven aan heeft gegeven. En wel, omdat Gods liefde voor ons zo groot is, dat Hij iets kon doen waartoe niemand van ons in staat is. Inderdaad: wanneer wij een verlangen koesteren, wanneer wij iets willen dat nog niet bestaat, dan moeten wij ons, hoe groot onze ijver ook is, tevreden stellen met de hoop dat dit op een goede dag werkelijkheid zal worden. Bij God is echter alles anders: wanneer God liefheeft, dan is dat met zulk een kracht dat Hij het leven geeft. Dát is de verklaring van ons bestaan: de

⁴ *Katechismus van de Katholieke Kerk*, 356-357.

⁵ *Lev 19,18.*

liefde waarmee God ons bemint, de enige liefde die in zijn grootheid in staat is om hetgeen nog slechts een gedachte is, daadwerkelijk tot het bestaan te roepen.

En God heeft ons voor zich gemaakt, naar zijn beeld en gelijkenis, opdat wij door Hem te kennen en te beminnen gelukkig zouden zijn, voor altijd, bij Hem in de eeuwigheid. God wil voor ons een onbeschrijfelijk geluk, waarover zelfs de heilige Paulus zich alleen maar stamelend weet uit te drukken: *geen oog heeft gezien, geen oor heeft gehoord, geen mens kan het zich voorstellen, al wat God bereid heeft voor die Hem liefhebben.*⁶

De Heer verlangt dat wij Hem beminnen en zijn wil is, dat deze liefde groeit. Welnu, hoe kunnen we God liefhebben? Hoe kan de genegenheid tot Hem in ons toenemen? De filosofen leren een waarheid die de ervaring van ieder van ons aantoonst: *men kan niet liefhebben wat men niet kent*; daarom kan men niet naar God verlangen als men Hem niet kent. En hoe kunnen wij Hem kennen, als wij niet met Hem omgaan in het gebed? De liefde tot God is derhalve zeer nauw verbonden met het gebed van de mens, zodanig dat men zou kunnen zeggen dat, *wie veel bidt veel liefheeft, en wie weinig bidt weinig liefheeft.*

Zeer vele mensen weten dat God bestaat, maar niet zovelen bekommeren zich erom Hem te kennen en innig met Hem om te gaan. Daarom zijn er heel wat mensen die Hem weinig lief hebben en derhalve een geestelijk leven hebben dat kil en zonder vroomheid is.

⁶ 1 Kor 2,9.

Zonder gebed kan er geen of nauwelijks echte liefde tot God bestaan. Alle geestelijke schrijvers bevestigen eensgezind de noodzaak van het gebed voor het leven van de ziel. Onze Heer Jezus Christus zei het al twintig eeuwen geleden: *men moet steeds bidden*.⁷ En Jezus liet het niet slechts bij onderrichten, maar gaf ons ook talloze voorbeelden door zijn optreden. Wanneer wij de bladzijden van het Evangelie doornemen, vinden we daarin veel passages, waarin ons wordt gezegd dat de Heer *de nacht doorbracht in gebed*⁸, en meer van dergelijke zinnen, waarin zijn zorg voor het gesprek met God zijn Vader blijkt en die zijn opgeschreven als getuigenis van zijn gedrag.

“De taferelen waarin Christus tot zijn Vader spreekt, zijn zo talrijk, dat het niet mogelijk is bij allemaal stil te staan. Maar we mogen, lijkt me, niet voorbijgaan aan de uren, de zo intense uren die voorafgaan aan zijn Lijden en Sterven, de uren waarin Hij zich voorbereidt op het voltrekken van het Offer waardoor wij verzoend zullen worden met de goddelijke liefde. In de intimiteit van het Cenakel loopt zijn hart over. Hij richt zich in een smeekgebed tot de Vader. Hij kondigt de komst van de Heilige Geest aan. Hij spoort de zijnen aan tot een niet aflatende ijver in liefde en geloof.

Deze gloedvolle overpeinzing van de Verlosser vindt haar voortzetting in Getsemane, wanneer Hij voelt dat zijn lijden vol vernederingen en smarten

⁷ Lc 18,1.

⁸ Lc 6,12.

ophanden is; met dat harde Kruis – het schandhout van de boosdoeners – waarnaar Hij zo vurig verlangde. *Vader, als Gij wilt, laat dan deze beker aan Mij voorbijgaan.*⁹ En hij bidt verder: *Maar toch: niet mijn wil, maar uw wil geschiede.*¹⁰ Later, als Hij aan het kruishout genageld is, alleen, de armen gespreid, met het gebaar van de eeuwige priester is het nog steeds hetzelfde gesprek met zijn Vader: *in uw handen beveel Ik mijn geest.*¹¹

Deze zelfde houding hebben onvermoeibaar alle trouwe christenen nagevolgd: gebed, altijd gebed. De heiligen, zij die minder heilig zijn, iedereen die maar een beetje liefde bezit, heeft altijd de weg naar het gebed weten te vinden op momenten van vreugde en in ogenblikken van verdriet. Zouden wij dus niet dezelfde weg moeten inslaan om onze liefde tot God te doen groeien?

Dat is niets voor mij!

De *Katechismus van de Katholieke Kerk* maakt onderscheid tussen het mondgebed (bijvoorbeeld: het Onze Vader) en het inwendig gebed. Hoewel verschillend – het mondgebed geschiedt met woorden – hebben ze één wezenlijke eigenschap gemeen: *de aanwezigheid van het hart bij Hem tot wie we in het gebed spreken.*¹²

⁹ Lc 22,42.

¹⁰ *Ibid.*

¹¹ Zalige JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Vrienden van God*, 240.

¹² *Katechismus van de Katholieke Kerk*, 2700.

Zodra men begint te spreken over inwendig gebed, denken velen meteen dat dit zo iets moeilijks is dat alleen heiligen of enkele mensen die daarvoor bijzonder zijn toegerust door hun cultuur of hun neiging tot een leven van vroomheid – een soort superbegaafde mensen – tot zo'n gebed in staat zijn.

Niets staat verder af van de werkelijkheid. Want als we ons afvragen wat het inwendige gebed is en waarin het bestaat, dan zullen we aanstonds zien dat het om iets gaat dat binnen ieders bereik ligt, en dat deze gebedsvorm zelfs gemakkelijker te beoefenen is dan het mondgebed; immers, voor het mondgebed heeft men een vastgestelde formule nodig en die is niet nodig voor het inwendig gebed, dat *van binnen uit komt*. Wanneer we bijvoorbeeld in een situatie van ernstige nood of in een ogenblik van gevaar verkeren, zullen wij op een heel natuurlijke wijze met de Heer gaan spreken, zonder onze toevlucht te hoeven nemen tot van buiten geleerde gebeden. Zinnen als: *help mij, Heer*, of *verleen mij deze genade*, vormen, hoe kort ze ook zijn, het begin van een dialoog waarin we met God onze Vader spreken.

“Je hebt me geschreven: ‘Bidden is spreken met God. Maar waarover?’. – Waarover? Over Hem, over jezelf: je vreugden, je verdriet, je successen en mislukkingen, je edele ambities, je dagelijkse zorgen..., je zwakheden! Je dankbaarheid en je wensen, je Liefde en je eerherstel. – Kortom: Hem kennen en jezelf kennen: met Hem omgaan.”¹³

¹³ Zalige JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *De Weg*, nr. 91.

In deze paar regels ligt het wezen van het inwendige gebed vervat. Dat bestaat hierin: te praten met God, op een eenvoudige manier en zonder dat het nodig is een voorgebakken methode of een strak schema te volgen.

Er zijn duizend en één manieren om te bidden, en daar het om iets gaat dat zo toegankelijk voor iedereen is, hoeft men er zich niet over te verwonderen dat de Kerk het gebed zo nadrukkelijk aanbeveelt, en zouden wij ons niet moeten verschuilen achter argumenten van luiheid of gemakzucht om het gebed na te laten. Zinnen als *ik weet niet hoe ik moet bidden* of *ik heb er niets aan* zijn soms uitvluchten om het geweten te sussen. Als degenen die zo praten oprechter jegens God en zichzelf waren, als zij de moed en standvastigheid bezaten die nodig zijn om elke dag een tijd voor het gebed in te ruimen, dan zouden ze duidelijk inzien hoe onjuist hun argumenten zijn en zouden ze daadwerkelijk kunnen zeggen: wat ons in feite overkomt, is niet dat we niet weten of kunnen bidden, maar *dat wij het niet willen*.

Het mondgebed

Men treft ook betrekkelijk vaak bij sommige christenen een soort afkeer van het mondgebed aan. Deze beweren dat zij zich niet kunnen laten inkapselen binnen de nauwe grenzen van een concrete formule, maar dat het ware gebed uit het hart dient te komen;

dat het gebed iets heel persoonlijk moet zijn, omdat iedereen zijn eigen manier heeft om zich uit te drukken.

Natuurlijk valt hiertegen ten aanzien van het inwendige gebed niets in te brengen, maar het gesproken gebed bezit enkele heel bijzondere karaktertrekken: beginnen we met wat Jezus Christus ons daarover zegt. Wanneer de apostelen Hem vragen om hen te leren bidden, zoals Johannes dat bij zijn leerlingen deed, zegt de Heer hun: wanneer jullie in Gods tegenwoordigheid bent, moeten jullie zeggen: *Onze Vader die in de hemel zijt...*¹⁴ Het gaat hier om een mondgebed waarin ons zelfs de woorden worden aangeduid waarmee wij ons tot God onze Vader dienen te richten. En dat is zo, omdat de woorden de gevoelens uitdrukken, en de Heer wil dat ons hart in een bepaalde gesteltenis verkeert wanneer we gaan bidden. Daaraan dient te worden toegevoegd, dat wij, christenen, de plicht hebben God ook op uiterlijke wijze te loven – met de mond – en niet slechts met de geest. Zo heeft de Kerk het ook altijd verstaan: Wij zijn lichaam en geest en we ervaren de behoefte om onze gevoelens naar buiten toe te vertalen. We moeten met heel ons wezen bidden om aan onze smeekbede de hoogst mogelijke kracht te verlenen.¹⁵

Behalve het gebed des Heren – het Onze Vader – treffen we andere gebeden aan die eveneens een bovennatuurlijke oorsprong hebben, zoals het Weesgegroet, dat gevormd wordt door de woorden waarmee

¹⁴ Mt 6,9; vgl. Lc 11,1.

¹⁵ *Katechismus van de Katholieke Kerk*, 2702.

de aartsengel Gabriël de maagd Maria begroette en voortgezet met de woorden die de H. Elisabet op ingeving van de H. Geest tot onze lieve Vrouw richtte.

Met het Onze Vader, het Weesgegroet – inclusief die andere woorden die door de Kerk zijn toegevoegd: *Heilige Maria, Moeder van God...* – en met het Eer aan de Vader is de heilige Rozenkrans gevormd, een machtig wapen (...) om in onze innerlijke strijd de overwinning te behalen en om alle zielen te helpen.¹⁶

Wij kunnen onmogelijk de Heer waarlijk beminnen, als wij dit buitengewone middel om met Hem om te gaan – de mondgebeden – vergeten. En zeg nu niet dat men op straat niet mondeling zou kunnen bidden, want de woorden hoeven niet per se gehoord te worden; het is voldoende als we met onze geest bidden, waarbij we dan onze aandacht vast op de Heer gericht trachten te houden.

Bovendien biedt het mondgebed een welhaast oneindig aantal mogelijkheden. Veel mondgebeden zijn door de heiligen vervaardigd en door de Kerk aanbevolen; in de loop der eeuwen zijn zij langzamerhand uitgekristalliseerd met die zeldzame volmaaktheid van edelstenen.

Gebeden als *De Engel des Heren*, het *Engel van God, die mijn bewaarder zijt*, enz. houden voor nagenoeg alle christenen een bijzondere bekoring in, die ons tot waarachtige devotie brengt. Wellicht herinneren zij ons aan de onschuld en reinheid waarmee we ze voor de eerste keer gebeden hebben. “Vergeet de gebeden

¹⁶ Zalige JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *De Heilige Rozenkrans*, blz. 11.

niet die je als kind bad en die je misschien van je moeder geleerd hebt. – Bid ze iedere dag met dezelfde eenvoud als vroeger.”¹⁷

Het mondgebed is dus een uiting van de vroomheid van het hart, en het helpt ons om Gods tegenwoordigheid levend te houden in de loop van de dag; het is tevens een steun voor die momenten van het inwendig gebed waarin ons niets te binnen schiet. Maar we moeten er wel op letten, dat het mondgebed geen mechanische en zinloze herhaling wordt.

“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.”¹⁸

¹⁷ IDEM, *De Weg*, 553.

¹⁸ *Ibid.* 85.

GEBED EN GEVOELENS

In een onderzeeboot

Er was eens een klein jochie, vol verlangens naar kinderavonturen. Dat jaar was hij met zijn ouders naar het strand geweest. Hij was zwemmen aan het leren. Op een morgen zei hij tegen zijn moeder, dat hij te communie wilde gaan. Moeder maakte zich gereed en samen gingen ze naar de dorpskerk. Beiden ontvingen de Heer en toen de H. Mis was afgelopen, verbaasde zijn moeder zich erover, dat het kind enige minuten lang in dankzegging verzonken bleef. Zij onderbrak hem niet, maar toen ze weer op straat waren, vroeg zij hem hoe hij toch zo lang bij de Heer had kunnen blijven, zonder haast te tonen om snel weer te gaan spelen. Het kind antwoordde haar, dat hij Jezus had zitten vertellen wat hij die ochtend ging doen en dat hij Hem gezegd had: *vandaag gaan we naar het strand. U zult eens zien hoe fijn dat is. Ik ben bezig met duiken te leren. U moet met me meegaan, want het is geweldig: U gaat als in een onderzeeër.*

Het inwendige gebed – we zagen het al eerder – is niet zo moeilijk als sommigen zich voorstellen. In werkelijkheid hoeft men zich, als men ermee begint, alleen maar in *Gods tegenwoordigheid* te stellen. Daar zijn geen grote overwegingen of bovenmenselijke

inspanningen voor nodig. Het volstaat om tegen onszelf te zeggen: *ik ga een poosje met de Heer praten*. Dát is zich in Gods tegenwoordigheid stellen. Kan er iets eenvoudigers zijn, iets wat minder werk vereist?

Wanneer we eenmaal het voorgaande gezegd hebben, kunnen we overgaan tot een gesprek met de Heer. Daarvoor moeten we geen fraaie volzinnen maken, die we in een boek gelezen of van een predikant gehoord hebben, want dan zouden we vervallen in een gebrek dat ons mettertijd tot wanhoop en tot het achterwege laten van het gebed zou kunnen brengen; we zijn immers niet gewend aan het houden van *toespraken* en we zouden onszelf dan ook heel gauw onderbreken om het juiste woord te zoeken; en daarmee zou het gebed veranderen in iets dat veel lijkt op het oplossen van een kruiswoordraadsel of een puzzel.

Dit gevaar lopen niet alleen degenen die moeilijk uit hun woorden kunnen komen, maar ook welbespraakte mensen kunnen over dezelfde steen struikelen. Het verschil is dat, in het tweede geval, hun inspanningen hen ertoe kunnen brengen, niet om de juiste woorden te zoeken, maar om te pronken door mooie dingen te zeggen die weinig of geen betekenis hebben; op die manier maken zij het gebed tot een monoloog, waarin zij degenen zijn die tegelijkertijd spreken en naar zichzelf luisteren, en daarmee wordt het principe van elk echt gebed – namelijk dat men vanuit het hart en waarachtig met God spreekt – radicaal ondermijnd.

Daarom moeten we vanaf het eerste ogenblik van onze tijd van gebed met de uiterste eenvoud te werk

gaan. Wij zijn zoals we zijn, en God houdt van ons zoáls we zijn. Iedereen moet met God praten op zijn eigen manier, overeenkomstig de vorming en cultuur die hij bezit, want wanneer wij met Hem spreken, let God enkel op onze goede wil en onze goede verlangens, ook al weten we die niet precies in woorden uit te drukken.

Een praktisch idee is om aan ons gebed de eenvoudige toon van een alledaags gesprek te geven; als we alleen zijn, is er zelfs geen bezwaar om hardop te spreken. Wij gaan de Heer vertellen over onze dingen, ook al kent Hij die al, want we weten dat Hij er genoeg in schept ze uit onze mond te horen. Vol vertrouwen, zoals een kind dat zijn vader alle *gebeurtenissen* vertelt die hem tijdens het spel of op school zijn overkomen. Zo zullen we Hem bijvoorbeeld zeggen: *Vandaag heb ik me maar heel gewoontjes gedragen; mijn werk heb ik niet zo goed gedaan en ik heb het ook niet aan U opgedragen. Heel de ochtend heb ik nauwelijks aan U gedacht. Maar ik ben wel meer tevreden over mijn gedrag in het gezinsleven, want ik heb mijn slechte humeur weten te bedwingen en de anderen niet met mijn irritaties aangestoken.*

Allemaal eenvoudige dingen dus, die ons in de loop van de dag overkomen, zoals ieder ander normaal mens, en die men precies zo zou vertellen aan een vader of aan een vriend die zich om ons bekommert. En God is onze hemelse Vader, onze Vriend, die *belang stelt in al onze zaken*.¹⁹

¹⁹ IDEM, *Vrienden van God*, 245.

Als we het zó doen, zal ons gebed meteen in een hartelijke sfeer beginnen, en langzamerhand, naarmate het vertrouwen gewonnen is, zal ons gesprek met de Heer meer diepgang krijgen en inniger worden; uit zo'n gebed zullen veel goede verlangens en voornemens voortkomen.

De beste hefboom

We zijn nu aangekomen bij een van de meest belangwekkende onderwerpen, namelijk de verhouding tussen liefde en gebed. Het is de liefde die ons tot handelen aanzet in ons dagelijks leven. Dat is de hefboom die de grootste hindernissen uit de weg weet te ruimen.

Men heeft zijn ouders lief, zijn broers en zussen, zijn kinderen, andere mensen en dingen. Zodanig dat men van al ons handelen kan zeggen, dat we het doen omdat we er door liefde toe worden aangezet. Maar om dit goed te begrijpen is het nodig voor ogen te houden, dat *gevoel* niet altijd hetzelfde is als liefde. We moeten dit benadrukken, omdat deze twee begrippen dikwijls vereenzelvigd worden; en als deze verwarring wordt overgebracht op het terrein van het geestelijk leven, kan dit tot gevolg hebben dat de mensen gedesorienteerd en ontmoedigd raken in hun omgang met de Heer.

Gewoonlijk zegt men dat iemand een ander bemint, wanneer hij voor die ander een bijzondere sympathie *voelt*, iets waardoor hij gedreven wordt zijn

omgang en gezelschap te zoeken. Dit gebeurt bijvoorbeeld bij verliefde mensen.

Wanneer we deze wijze van denken echter toepassen op het gebed, zouden we in de meeste gevallen in de dwaling vervallen te denken, dat we God niet beminnen, omdat we voor Hem niet hetzelfde *voelen* als voor onze ouders of voor mensen met wie we vertrouwelijk omgaan. Daarom is het erg nuttig te verklaren waarin de liefde werkelijk bestaat.

Om dit te verhelderen moeten we eerst in herinnering brengen dat men niet kan beminnen zonder te kennen. Wij zien iemand of horen hem spreken; dan gaan we hem leren kennen, en pas na die kennismaking vatten we sympathie of liefde voor hem op. Deze liefde gaat in veel gevallen vergezeld van een *gevoel* in het hart, dat ervoor zorgt dat wij graag bij die persoon vertoeven. Dit gebeurt bij een verliefd stel of bij een moeder die haar kind met liefkozingen en kussen overlaadt. Welnu, bijna iedereen denkt dat juist dáárin, in het welbevinden van het hart, de ware liefde bestaat, zozeer dat, als ze dat *gevoel* niet hebben, ze menen dat het komt omdat ze niet beminnen.

Als we *genoegens of gevoelens* als maatstaf van onze liefde aannemen, dan zouden we gemakkelijk tot de slotsom kunnen komen dat er veel mensen zijn die wij niet beminnen, omdat wij niets bijzonders voor hen voelen, wanneer wij ons in hun aanwezigheid bevinden. Zo zou zelfs een moeder, als ze niets voelt voor haar kind wanneer dit aan het studeren of slapen is, kunnen zeggen dat zij het niet liefheeft; maar dat is te dwaas voor woorden en in volkomen tegenspraak met