



## Oasemoment 'Vrede in je hart' Emmaüsparochie - donderdag 25 april 2019

### Evangelie

We lezen uit het voorlaatste hoofdstuk van het evangelie van Johannes.

Op de avond van die eerste dag van de week  
waren de leerlingen bij elkaar.  
Hoewel de deur op slot was uit vrees voor de Joden,  
kwam Jezus.  
Ineens stond Hij in hun midden en zei:  
"Vrede!"  
Na deze groet toonde Hij hun zijn handen en zijn zijde.  
Vreugde vervulde de leerlingen toen ze de Heer zagen.  
"Vrede", zei Jezus nomaals.  
"Zoals de Vader Mij gezonden heeft,  
zo zend Ik jullie."  
Na deze woorden ademde Hij over hen.  
"Ontvang de heilige Geest," zei Hij.  
"Als jullie iemand zijn zonden vergeven,  
dan zijn ze ook vergeven;  
als jullie ze niet vergeven,  
dan blijven ze behouden."

(Joh. 20, 19-23)

### Stilte

#### Inleiding

"Vrede!" wenste Hij zijn leerlingen toe,  
het was zijn eerste woord  
toen Hij na het Paasfeest en zijn verrijzenis weer bij hen was.

Laten wij in deze Paasdagen bidden om vrede,  
in grote en kleine woorden,  
veraf en dichtbij, vandaag en morgen.

Vrede op de plaats waar wij wonen:  
dat we er samen  
een hemel op aarde van maken.

Vrede in ons land, vrede voor Europa  
en voor heel de wijde wereld:  
dat er overal mensen mogen zijn  
die proberen samen Gods wens van vrede waar te maken.

Vrede en verbondenheid  
in het gezin, familie en de groep,  
ook met hen die anders zijn dan wij.

Vrede voor hen die uitgesloten worden  
en zelden of nooit tot hun recht komen,  
voor wie vandaag geen plaats vindt in deze maatschappij.

Wij bidden voor de velen die werken aan een betere wereld.  
Mogen ook wij, net als die vele anderen,  
brengers van vrede zijn.

(naar voorbeden op <https://www.kuleuven.be/thomas>)

## **Stilte**

### **Bezinning**

Morgen zal anders zijn  
dan vandaag,

Morgen zal,  
ja, moet  
een lied van vrede  
worden gezongen.

Morgen zullen  
raketten van liefde  
worden geplaatst.  
Duizenden raketten  
van rechtvaardigheid  
en van solidariteit.  
Wapens zullen omgesmeed  
tot ploegscharen.  
En het geknakte riet  
zal niet meer worden gebroken.

Vandaag zullen wij  
die vrede leven:  
in onszelf,  
in onze gemeenschappen.  
Wij zullen zuurdeeg worden van vrede!  
Wij zullen ze uitdragen  
als een uitnodiging  
om ze mee te maken.  
We zullen niet opgeven.  
We zullen niet zwijgen.  
In Gods naam zullen wij  
tegen het rumoer van oorlog en geweld,  
tegen het gehuil van de haviken,  
tegen de eigen onmacht in,  
van vrede blijven zingen.

(Carlos Desoete, *Naam die zin is van ons leven*)

## **Stilte**

## **Bezinning**

We kunnen U niet domweg bidden, o God,  
om aan de oorlog een eind te maken.  
Want we weten dat U de wereld zo gemaakt hebt  
dat de mens zijn eigen weg naar de vrede moet vinden,  
bij zichzelf en bij zijn naaste.

We kunnen u niet domweg bidden, o God,  
om vooroordelen uit te roeien,  
Want U hebt ons al ogen gegeven  
om in ieder mens het goede te zien,  
als we er maar een juist gebruik van maken.

We kunnen U niet domweg bidden, o God,  
om een einde te maken aan de wanhoop.  
Want U hebt ons de macht al gegeven  
om sloppenwijken op te ruimen en weer hoop te schenken,  
als we die macht maar rechtvaardig gebruiken.

Daarom bidden we U, in plaats daarvan, o God,  
om kracht, vastberadenheid en een sterke wil, om te doén,  
en niet alleen maar te bidden;  
om te worden,  
en niet uitsluitend te wensen.

(naar Jack Riemer - Likrat Shabbat)

## **Stilte**

### **Bezinning**

Ik zal je zeggen waar de vrede begint.  
De vrede begint bij jezelf.  
Niet op het slagveld waar iemand verslagen moet worden,  
maar in je eigen woorden en daden.  
Niet aan de conferentietafel begint de vrede,  
maar in het afstand doen in je eigen leven  
van elke macht die een verdrukking kan inhouden van anderen.  
En van elk bezit dat tot uitbuiting leidt.  
Weiger elke vorm van geweld in je eigen huis  
en in je eigen hart, opdat er plaats zou zijn  
voor vrede en liefde en waarachtig geluk.

(Phil Bosmans, *Menslief, ik wens je vrede en alle goeds*)

## **Muziek**

### **Bezinning**

"Sjalom!" krijg je vaak te horen  
als je op reis bent in een Arabisch land of in Israël,  
zoals wij "Goeiedag" zouden zeggen.  
'Sjalom' betekent 'vrede'.  
In de Bijbel is vrede alles wat te-vrede-n maakt.  
Maar die vrede komt niet zomaar:  
wie vrede wil, moet daaraan werken.

Het begint met: zien, en aandacht hebben voor de ander.  
Het heeft ook te maken  
met spijt hebben, verzoenen, liefhebben.  
En met eigen grillen opzijzetten  
en rekening houden met de ander op een manier  
dat je de ander respecteert  
en hem niet aandoet wat je zelf ook niet wilt.  
Misschien komt die wens van vrede  
inderdaad wel verregaand overeen  
met onze wens voor een goede dag.  
Een dag die goed wordt omdat jij je goed voelt  
omdat je in harmonie leeft  
met jezelf, met de medemens, met de natuur, met God.

(naar Chantal Leterme op <http://www.bijbelin1000seconden.be>)

## **Stilte**

### **Gebed**

Kiezen voor vrede. Wij mensen hebben altijd de keuze.  
We kunnen kiezen voor goed of kwaad

We kunnen kiezen voor lawaai of stilte.  
Om tegenover of naast elkaar te staan.

Geef ons ruimte, God,  
om ons bewust te worden van onze keuzes.

Kiezen voor vrede.  
Wij zoeken geen geweld, wij houden niet van ruzie.

Maar altijd weer steekt het de kop op:  
het eigen gelijk, de drift.

God, U kiest toch voor vrede?  
Wees met uw keuze dicht bij ons,  
dat wij stem geven aan uw vrede.

Vrede lijkt vaak zo ver weg.  
Maar vrede is ook heel dichtbij.  
Het ligt er maar net aan, waar we zelf voor kiezen.

Wees bij ons, God,  
als wij ons wagen om vrede te leven, daar waar we zijn,  
in de geest van Jezus, onze broeder en voorganger.

(naar Leonie van Straaten)

## **Stilte**

### **Bezinning**

Innerlijke vrede schuilt niet in afwezigheid van problemen.  
Het schuilt in het accepteren van problemen  
en vertrouwen dat je er uitkomt.  
Het is niet de werkelijkheid ontkennen

maar weten dat je wordt beschermd, dat je veilig bent.  
Niet voor niets praat de Bijbel  
over "vrede die het verstand te boven gaat".  
God weet wel wat je nodig hebt.  
Hij houdt van jou.

(Wouter van de Toorn)

## **Stilte**

### **Lied**

Zingen we samen het lied *Waar is de plaats die vrede lacht?*,  
nummer 324 in Zingt Jubilate.

Waar is de plaats die vrede lacht?  
Waar wordt aan mensen recht verschaft?  
Waar is de God die leven geeft?  
In elke mens die liefde deelt.

Ik zoek de plek waar vrijheid heerst,  
waar elke mens van angst geneest,  
ik zoek de God die armen heelt,  
in elke mens die liefde deelt.

Ik zoek het land dat vreugde heet,  
vrij van geweld en oorlogsleed,  
ik zoek de stad waar God regeert,  
in elke mens die liefde deelt.

Hier is de plaats die vrede lacht,  
hier wordt aan mensen recht verschaft,  
hier is de God die leven geeft,  
in elke mens die liefde deelt.

## **Stilte**

### **Bezinning**

Mild worden is de rijpste groei van de mens.  
Het is zacht worden in je woorden,  
in de klank van je stem en heel je zijn.  
De blik in je ogen wordt een warm aanvoelen  
omdat je in de mensen om je heen jezelf herkent.  
Het heeft niets te maken met zwakheid, het zit veel dieper.  
Het is een kracht die je doet ontwaken en doet leven.

Mensen die binnen mild worden, beseffen wie ze zelf zijn.  
Je oordeelt niet meer over anderen.  
Je bent niet langer hard.  
Je wilt je niet overal doen gelden ten koste van je medemensen.  
Je luistert omdat elke andere een voortdurend wonder is.  
Je geniet van de zon, de regen en van de kleine dingen.

Dikwijls zie je de mildheid bij mensen die fel geleden hebben.  
Ze horen en zien anders.  
Wie mild is heeft zichzelf overwonnen.

Een dankbare zucht van bevrijding welt uit je op.  
Je houdt van de mensen omdat je geleerd hebt van jezelf te houden,  
niet zoals je zou willen zijn, maar gewoon zoals je bent.

(Karel Staes)

## **Stilte**

### **Gezamenlijk gebed**

In een gebedsdienst over vrede  
mag het Vredeslied van Franciscus van Assisi niet ontbreken.  
Laten we dat samen bidden.

Heer, maak mij tot een werktuig van uw vrede:  
laat me liefde brengen waar haat is,

eenheid waar mensen verdeeld zijn,  
vergeving aan mensen die zwak zijn.

Laat mij hoop geven aan wie niet meer hoopt,  
geloof aan wie twijfelt.

Laat mij licht brengen waar het duister is  
en vreugde waar mensen bedroefd zijn.

Heer, help mij  
liever te troosten dan getroost te worden,

liever te begrijpen dan begrepen te worden,  
liever te beminnen dan bemind te worden.

Want als ik geef zal mij gegeven worden,  
als ik vergeef zal mij vergeven worden,  
als ik sterf zal ik voor eeuwig leven.

(H. Franciscus van Assisi)

## **Muziek**

### **Gebed**

Heer, ik prijs U,  
U bent de morgen en de avond,  
het begin en het einde van de tijd.

Ik dank U voor de rust van de nacht  
en het licht van de nieuwe dag.

Lichaam en ziel zijn van U,  
al wat gebeurt komt van U.

Heer Jezus Christus, licht van de wereld,  
U bent de weg die ik vandaag ga.

U bent de waarheid die mij leidt,  
U bent het leven dat ik vind.

Geef mij uw liefde,  
opdat ik U terugvind in de mensen.

Geef mij geduld en gelatenheid  
en bewaar mij in uw liefde.

Geef mij het juiste, helpende woord  
en het zorgzame handelen,

Ik bid U voor allen die deze dag beginnen met zorgen,  
met angst of pijn.

Zegen en bewaar ons, almachtige God,  
Begeleid ons,  
bescherm ons,  
bewaar ons.  
Wij danken U voor elke nieuwe dag.

(naar Jörg Zink, *Het nieuwe woord. Hoe wij kunnen bidden*)

## **Stilte**

## **Afsluiting**

Bedankt omdat u vanavond bij ons wou zijn  
en het mee met ons stil wou maken in uw hart.

Het volgend Oasemoment  
is op donderdag 23 mei.  
We zullen dan stilstaan  
bij het evangelie van het weekend voordien,  
waar Hij zijn leerlingen zijn testament meegeeft:  
"Ik geef jullie een nieuw gebod:  
dat je elkaar liefhebt.  
Daaraan zal iedereen kunnen zien  
dat jullie leerlingen van Mij zijn:  
als jullie onder elkaar de liefde bewaren."

In dit samenzijn  
werden ons bouwstenen van vrede aangereikt.  
Moge die vrede met ons meegaan,  
moge zij aanstekelijk werken,  
overal waar wij met anderen bijeen zijn.  
Daartoe worden wij gezonden en gezegend  
+ in de naam van de Vader, de Zoon en de Heilige Geest. Amen.

(naar [www.dominicanenschildebergen.be](http://www.dominicanenschildebergen.be))