



**Oasemoment 'Over bidden'
Emmaüsparochie - donderdag 25 mei 2023**

Inleiding en gebed

We weten dat er mensen zijn
die de moed niet meer hebben
om te bidden.
Ze hebben het gevoel
dat ze te ver van God zijn afgedwaald
en durven niet meer terug.
Diep in hun hart willen ze dat wel,
want er blijft voortdurend
een heimwee naar God.
Ze leven met een blijvend gevoel
iets te hebben verloren.

(heel korte pauze)

Heer,
geef het hun terug.
Zeg het hun, dat uw liefde grenzeloos is
en uw vergeving ongekend.
Roep hen op, zoals U de dag
oproept uit de nacht.
En in het nieuwe licht
zullen ze U hervinden
en gelukkig zijn.

(naar Toon Hermans, Gebedenboek)

Stilte

Bezinning

Bidden is een hartenkreet,
omdat je weet dat God er is,
dat Hij je als een Vader liefheeft,
dat Hij deelt in je onvrede
met zoveel wantoestanden.
Bidden is gegrepen worden
door het mysterie dat God is,
een glimp opvangen van zijn koninkrijk,
van hoe het zou kunnen worden
als de mensen wat meer met Hem
en met elkaar zouden inzitten.
Bidden is geraakt worden
door de levende God

en je in liefde aan Hem toevertrouwen.

Of je gebed echt is
en door God verhoord wordt,
hangt niet af
van hoeveel woorden je ervoor gebruikt.
Je Vader weet wat je nodig hebt
voordat je het Hem vraagt.

(naar een toelichting bij de Bergrede in tijdschrift *Het teken*, september 1999)

Stilte

Evangelie

We lezen uit het evangelie van Lucas.

Jezus gaf een voorbeeld aan zijn leerlingen.
Daarmee wilde hij laten zien
hoe belangrijk het is om te blijven bidden
en nooit op te geven.

Jezus zei:

"Er was eens een rechter in een stad.
Hij had geen respect voor God
en hij hield geen rekening met mensen.
In dezelfde stad woonde ook een vrouw.
Haar man was overleden.
Omdat ze hulp nodig had,
kwam ze steeds weer bij de rechter
en zei dan tegen hem:

'Zorg dat ik krijg waar ik recht op heb.'
Eerst wilde de rechter haar niet helpen.
Maar na een tijdje dacht hij:
Ik moet die vrouw toch maar helpen.
Niet omdat ik bang ben voor God,
of omdat die vrouw mij iets kan schelen.
Maar omdat ik last van haar heb.
Ze blijft maar langskomen,
straks valt ze me nog aan!'

Toen zei de Heer:

'Kijk, zelfs zo'n oneerlijke rechter
helpt mensen die volhouden.
Dan zal God zeker de mensen helpen
die hij zelf uitgekozen heeft.
Mensen die dag en nacht om zijn hulp bidden,
laat hij niet wachten.
Luister naar mijn woorden:
God zal snel komen om die mensen te helpen.
Maar als de Mensenzoon terugkomt,
zullen er dan nog gelovigen op aarde zijn?'"

(Lucas 18, 1-18, *Bijbel in gewone taal*)

Stilte

Bezinning

Elk verlangen
dat
diep in ons
naar God roept
vormt al een gebed.
Jouw verlangen
dat is reeds jouw gebed.

Er bestaat een innerlijk gebed
dat nooit zwijgt:
het is jouw verlangen.

Als je wilt bidden
zonder ophouden,
houd dan nooit op
te verlangen.

(Augustinus - Nederlandse vertaling: Hans Richter, *Gebed en overgave*)

Stilte

Gezamenlijk gebed

Bidden we samen het gebed dat Teresa van Avila neerschreef.

Mijn God,
ik hoef niet naar de hemel te klimmen
om met U te spreken
en bij U mijn vreugde te vinden.
Ik moet mijn stem niet verheffen
om met U te praten.
Al fluisterde ik heel zacht,
U hoort me al.
Want U bent in mij,
ik draag U in mijn hart.

Om U te zoeken
heb ik geen vleugels nodig.
Ik heb me enkel stil te houden,
in mezelf te kijken,
me niet te verwijderen
van een zo hoge Gast.

Als bij mijn broer,
mijn beste vriend,
mag ik bij U vertoeven,
U zeggen wat mij kwelt,
U vragen mij te helpen.
Ik weet
dat U mijn God en vader bent
en ik, hoe onwaardig ook,
Uw kind.

(Teresa van Avila)

Stilte

Gebed

Leer me zwijgen, Heer.
Laat me gewoon aanwezig zijn,
zonder iets te doen.

Leer me zwijgen, Heer.
Dan kan ik die wirwar van gedachten en plannen en zorgen
aan U toevertrouwen.

Leer me zwijgen, Heer,
om me bewust te worden van uw aanwezigheid.

Leer me zwijgen, Heer,
om uw wonder werk in mij niet te dwarsbomen.

Leer me zwijgen, Heer.
Dan komt de tijd om stilletjes zoals Samuel te antwoorden:
"Spreek, Heer,
uw dienaar luistert".

(naar de Zusters van Saint-Jean-de-Braye)

Muziek

Bezinning

Sommigen vragen meteen:
Wat moet ik God dan zeggen?
Hij weet toch alles al.
Natuurlijk weet God alles.
Hij heeft mijn gebed niet nodig.
Maar ik heb het gebed nodig.
Mij doet het goed
dat ik mij met mijn innerlijke noden en verlangens
tot God kan wenden.
Wij zouden ons niet eens kunnen voorstellen
wat het zou zijn,
als wij ons slechts tot mensen konden wenden
en niet tot God,
de grond van al wat bestaat.
Dan zouden wij ons uiteindelijk niet begrepen voelen.
Want mensen kunnen onze laatste vragen niet beantwoorden ...
Het gebed geeft ons midden in de vreemdheid
en ongeborgenheid van ons bestaan
het gevoel van geborgenheid,
begrepen zijn en aanvaard zijn.

(Anselm Grün)

(heel korte stilte)

Bezinning

We moeten in het gebed onze gebreken aan God geven,
ons verlangen,
ons ongenoegen met onszelf en met ons leven.

Het gebed bevrijdt me alleen
als ik God ook in mijn afgronden laat kijken,
in wat ik heb verdrongen,
van het leven uitgesloten.
In het gebed mag ik mijn angst en mijn vertwijfeling uitspreken.
Alleen als ik alles aan God geef, zal het gebed me bevrijden.
Mijn gebed hoeft niet vroom te zijn,
maar moet in de eerste plaats eerlijk zijn.

(naar Anselm Grün, *Een jaar met Anselm Grün. Wijsheid en geloof voor elke dag*)

Stilte

Inleiding op gezamenlijk gebed

"Wanneer je bidt,
wees dan niet als de schijnheiligen
die op de hoeken van de straten staan te bidden.
Maar ga je binnenkamer in,
doe de deur dicht,
en bid tot je Vader, die in het verborgene is."
Dat was de goeie raad die Jezus gaf
toen het ging over spreken met God.

Hij gaf hen ook woorden mee
waarmee ze in hun binnenkamer
tot de Vader konden bidden.
Die simpele maar zo rijke woorden
gebruiken we nog elke dag
en wereldwijd.
Laten we samen het Onze Vader bidden.

Gezamenlijk gebed

Samen:
Onze Vader, die in de hemel zijt,
uw naam worde geheiligd,
uw rijk kome,
uw wil geschiede
op aarde zoals in de hemel.
Geef ons heden ons dagelijks brood
en vergeef ons onze schulden,
zoals ook wij vergeven aan onze schuldenaren,
en breng ons niet in beproeving
maar verlos ons van het kwade.

Want van U is het koninkrijk
en de kracht
en de heerlijkheid
in eeuwigheid.
Amen

Stilte

Bezinning

Ik vroeg om kracht

en God gaf mij moeilijkheden om mij sterk te maken.

Ik vroeg om wijsheid
en God gaf mij problemen om me te leren die op te lossen.

Ik vroeg om voorspoed
en God gaf me hersenen en spieren om mee te werken.

Ik vroeg om moed
en God gaf mij gevaren om te overwinnen.

Ik vroeg om liefde
en God gaf mij mensen met moeilijkheden om te helpen.

Ik vroeg om gunsten
en God gaf mij kansen.

Ik kreeg niets waar ik om vroeg
maar ik kreeg alles wat ik nodig had.

(Liturgie Dominicanen)

Stilte

Inleiding op gezamenlijk gebed

Bidden we, nu de avond valt,
samen een heel simpel avondgebed.
Laten we dat heel rustig doen,
zodat we elk woord
diep kunnen laten doordringen tot ons.
En daarop laten we nog een stil gebed aansluiten,
voor de persoonlijke intenties van elk van ons.

Gezamenlijk avondgebed

We bidden samen:

Heer God,
nu de nacht aanbreekt
leggen wij vol vertrouwen
wat voorbij is
in uw handen.

Wil vergeven wat verkeerd was
en zegenen wat goed was.

Geef ons diepe rust
om morgen,
toegerust met uw kracht,
elke taak weer op te nemen
die U ons geeft.

(Valeer Deschacht)

Muziek

Bezinning

Ik trek mijn schoenen uit - mijn ambities,
doe mijn horloge af - mijn planning,
zet mijn bril af - mijn visies,
leg mijn pen weg - mijn werk,
leg mijn sleutels neer - mijn zekerheid,
om alleen te zijn met U, de enig ware God.

Nadat ik met U ben samen geweest
trek ik mijn schoenen aan,
om te gaan in Uw spoor,
doe ik mijn horloge om,
om te leven in Uw tijd,
zet ik mijn bril op,
om te kijken naar Uw wereld,
steek ik mijn pen bij me,
om Uw gedachten op te schrijven,
en pak ik mijn sleutels op,
om Uw deuren te openen.

(Graham Kings op <http://www.theobaldusparochie.nl/tekst-bidden.html>)

Stilte

Afsluiting

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

Het laatste Oasemoment van dit werkjaar
is op donderdag 22 juni.

De zomervakantie zal ons kansen bieden
om een versnelling lager te gaan,
om de prioriteiten te herschikken
en om tijd te maken.

Tijd maken voor,
daar zal het Oasemoment over gaan,
tijd maken voor wat anders minder aandacht krijgt,
en voor wie anders minder aandacht krijgt.

We hebben vanavond gebeden
in de stille binnenkamer van ons hart
en luidop met ons allen samen.
Dit halfuur bijeenzijn met de Heer
heeft ons kracht gegeven
om te blijven
zijn Liefde in ons leven waar te maken.
Mogen Hij ook in de komende dagen en weken
bij ons zijn
en ons inspireren
om van zijn liefde te getuigen..

Daartoe zegene ons de levenwekkende God:
+ in de naam van de Vader, de Zoon en heilige Geest. Amen.