



stap je mee in de schoenen van Maria?

De **kwetsbaarheid** van Maria die haar zo sterk maakt.

Het **uniek zijn** van Maria waardoor ze moeder kon worden van een heel volk.

De **generositeit** van Maria die vol vertrouwen zei: 'niet mijn wil maar Uw wil geschiede'.

Het **rechtvaardigheidsgevoel** van Maria waarmee ze telkens opnieuw ten strijde trok tegen het onrecht dat anderen werd aangedaan.

Toekomst durven dromen ondanks zoveel harde realiteit en deuren die dicht bleven.

Met **verbeelding** blijven geloven in haar Zoon en zijn boodschap van vertrouwen en liefde.

De **gastvrijheid** waarmee ze haar huis, haar hart en haar zoon heeft open gesteld voor iedereen zonder onderscheid.

Wat als we nu eens simpelweg geloven in mensen. In wat ze kunnen, wat ze willen, waarvan ze dromen. En vooral ook geloven in jezelf in je eigen mogelijkheden. Wat kan ik doen? Wat wil ik doen? Om de dromen van anderen waar te maken. Simpelweg geloven ... dat gewone mensen hand in hand, schouder aan schouder buitengewone dingen doen.

Heer, maak ons tot mensen
naar het beeld van Uw zoon:

met **ogen** die niet alleen kijken
maar ook kunnen aanzien,

met **oren** die niet alleen horen
maar ook kunnen luisteren,

met een **mond** die niet alleen praat
maar ook kan aanspreken,

met een **verstand** dat niet alleen begrijpt
maar ook kan verstaan,

met een **hart** dat niet alleen klopt
maar ook bewogen kan zijn,

met **handen** die niet alleen grijpen
maar zich ook kunnen openen,

met **voeten** die niet alleen draven
maar ook tegemoet kunnen komen,

Want zo zijn wij gezegend
en elkaar tot zegen. Amen.

Carlos Desoete

de Metta Sutta

Wanneer boeddhistische leerlingen hun leraar vragen hoe ze moeten leven, wordt dikwijls deze tekst gebruikt. Een beetje zoals wij het Onze Vader bidden, de woorden waarvan we zeggen dat Jezus ze zelf gebruikte. In de Metta Sutta vertellen de Boeddhisten hoe je verlichting bereikt. Dat is geen individueel streven, geen huzarenstuk van het ego. "Mogen alle mensen gelukkig zijn", herhaalt de tekst. Het pad naar verlichting en naar vrede is niet zozeer een beweging naar binnen, het is een beweging naar buiten. De beweging loopt via het hart dat gaandeweg groter wordt. Het hart doet het Ik smelten en verbindt ons met de wereld.

"Wie vaardig is in het goede en het pad der vrede kennen wil,
dient het volgende te doen: Laat hem bekwaam en eerlijk,
oprecht en zachtmoedig zijn, bescheiden en niet verwaand
tevreden, met weinig behoeften, gematigd, met weinig plichten,
mogen alle wezens gelukkig zijn! Zo wenst hij geluk en vrede toe,
aan elk levend wezen dat bestaat: zwak of sterk, zonder uitzondering,
lang, groot of middelmatig; kort, klein of van grote omvang.

Zowel zichtbaar als onzichtbaar, zowel ver weg levend als dichtbij,
zowel geboren als nog niet geboren: mogen alle wezens gelukkig zijn!
Zoals een moeder haar enig kind met haar eigen leven beschermen zal:

Zo dient men voor alle wezens een grenzeloos hart te cultiveren.

En met liefde voor de gehele wereld, een grenzeloos hart te cultiveren.

Naar boven, naar beneden en om zich heen: onbelemmerd, liefdevol en vredig."

Je kunt geen nieuw leven beginnen,
maar dagelijks wel een nieuwe dag...

Wat als je je leven
een keer kon overdoen
of zelfs helemaal herbeginnen?

“Wat zou ik anders doen”,
vragen mensen zich af.

Helaas, je kunt je leven
niet overdoen of herbeginnen.
Wat is geweest, is geweest.

Je kunt wel spijt hebben
van bepaalde daden en feiten,
maar je kunt het verleden
niet zomaar uitgommen.

Je kunt dus - helaas misschien –
geen nieuw leven beginnen,
want je krijgt er maar één.

Wat een geluk, moet je denken,
dat ons leven
niet één lange ononderbroken dag is,
maar dat de zon
elke avond ondergaat
en de nacht toedekt
wat het daglicht ons liet zien!

Zo krijg je om het etmaal
in dat ene leven van je
een nieuwe dag aangeboden
om als nieuwgeborene
uit de nacht op te staan.

Elke morgen
kun je opnieuw van start gaan.
Geen nieuw leven
na al een keer geleefd te hebben
maar wel dagelijks
een nieuwe dag op je bord.

Dus niet:
“Helaas, ik kan mijn leven niet overdoen”.
Maar wel:
“Gelukkig maar,
zo krijg ik elke dag een nieuwe kans.”

Je hoeft niet te piekeren
over wat je anders
zou kunnen of willen doen,
je krijgt elke dag de kans
om te herbeginnen.

Mark Van de Voorde

Wij zullen slechts éénmaal door deze wereld
gaan. Laat ons daarom het goede dat wij
kunnen doen, of de vriendelijkheid die wij
tegenover een mens kunnen tonen, **nu doen**. Stel
niet uit tot morgen, want wij zullen deze weg niet
opnieuw gaan.

Als we echt beminnen
onderkennen we aan de tonaliteit
van iemands stem
en aan de wijze waarop
hij ons aankijkt
wat omgaat in zijn gemoed.
We weten hoe blij hij is
of in neerslachtigheid verzinkt:
“Ik begrijp wat je neerhaalt
en wat je droevig maakt,
maar op mij kun je ten volle rekenen.”

Als we echt beminnen
vragen we ons niet af hoe lang
onze edelmoedigheid
op de proef wordt gesteld
en hoe ver de moeizame tocht nog gaat.
We verlangen dat onze liefde
in een mateloos geven
haar voltooiing vindt:
“Zeg me wat ik voor jou kan doen,
graag blijf ik jouw tochtgenoot.”

Als we echt beminnen
kan het gelaat
van een mens ons raken
in de kern van ons wezen.
We herkennen zijn verlangen voor ons
niet langer een nummer te zijn,
maar iemand die we noemen
bij zijn eigenste naam:
“Mag ik verwachten
dat jij het trouw opneemt voor mij?”

Als we echt beminnen
zal het medeleven
met de mensen
die onze wegen kruisen
zich niet beperken
tot hen die ons aardig
en vriendelijk voorkomen.
Echte liefde maakt geen onderscheid:
“Wellicht heeft hij
die ik het liefst uit de weg zou gaan,
de meeste nood aan mij.”

Valeer Deschacht