

Namen voor Hem, dromen, signalen
diep uit de wereld aangewaaid.
Monden van aarde horen en zien,
onthouden, spreken voort
Gods vrij en lichtend woord.

3 Tafel van Eén,

brood om te weten
dat wij elkaar gegeven zijn.
Wonder van God, mensen in vrede,
oud en vergeten nieuw geheim.
Breken en delen, zijn wat niet kan,
doen wat ondenkbaar is,
dood en verrijzen

5.2 We beluisteren de voorschriften van Paulus om waardig de maaltijd des Heren te vieren in 1 Kor. 11, 17-34

5.3 Voorbeden (kunnen afwisselend gebeden worden – wat stilte tussenin)

Laten we bidden tot God die luistert naar het gebed achter onze woorden.

- Dat we ons onbevooroordeeld openstellen voor wat ons in de eucharistie wordt aangereikt.
- Dat wij ons inschakelen in het gebeuren van mensen die samenkomen om zich te voeden aan Gods woord en brood.
- Dat we communiceren aan het woord van God, zoals dat in de heilige Schrift naar ons toe komt.
- Dat wij het Ene brood dat verwijst naar Jezus' die zich geheel gaf uit liefde tot ons nemen en beseffen dat wij daardoor ook één Lichaam worden.
- Dat wij die één Lichaam vormen ons weten te gedragen als broers en zussen van elkaar.
- Dat wij de zorg voor de armen en kleinen als een plicht zien en met hen ons brood delen en breken.
- Dat wij de eucharistie als een kostbaar geschenk weten te waarderen en ons betrokken weten om ze eigentijds te vieren.

Afsluitend gebed

Gij die luistert naar onze gebeden en beter dan wij weet wat ons tot heil strekt, verhoor onze gebeden.
Leer ons luisteren naar wat Gij ons
langs zoveel verschillende kanalen wilt openbaren.
Dat vragen wij U door Jezus, uw woord
dat mens onder mensen is geworden. Amen.

Aan- en opmerkingen aan guido.debonnet@skynet.be

Bijlage bij Adem_Tocht november 2025

De eucharistie: het sacrament van de vriendschap **Birger Dassonneville**

1 Samenvattend overzicht van het artikel

De 'vriendschapsicoon' die de auteur in Taizé leerde kennen vormt de leidraad voor zijn bijdrage. De vriendschap met Jezus vormt de kern van ons christen-zijn. Heel ons leven groeien wij erin en op bepaalde momenten komen we samen om die te vieren. Eucharistie is als een ontmoeting tussen vrienden.

Wanneer je bij vrienden op bezoek gaat word je welkom geheten. In de eucharistie laat je alles achter en in een kort ritueel worden wij door de priester in Jezus' naam verwelkomd. Met onze tekorten mogen we voor God staan; zingen Gods lof en na een moment stilte richten we ons in gebed tot Hem. Zo worden we binnengeleid in de liturgie en ontstaat verbondenheid onder elkaar. Samen kunnen we thuis komen bij de Heer.

Zoals vrienden elkaar na het welkom in gesprek en ongedwongen samenzijn bij elkaar op verhaal komen, gaan christenen zich openen voor het verhaal van de Heer in de lezingen (drie op zondag): het Oude Testament, de Handelingen der apostelen en hun brieven, de evangelies. De homilie helpt de lezingen op ons leven te leggen. Na de geloofs-belijdenis volgen de voorbeden voor kerk en wereld. Het is vooral na het Tweede Vaticaans Concilie (1962-1965) dat het beluisteren van Gods Woord in de eucharistie werd gevaloriseerd. Er is niet enkel de 'communie' een het Brood des Heren, maar er is ook de 'communie' aan Gods Woord. Hiëronymus(4^{de} eeuw) vergeleek reeds het belang van het beluisteren van Gods Woord met het communiceren aan Christus' lichaam en bloed. De voorbeden die volgen drukken niet alleen de persoonlijke noden uit, maar ook de belangen wereldwijd worden biddend verwoord. Zoals vrienden die niet alleen hun eigen besognes ter sprake brengen, maar ook hun blik wereldwijd houden.

Vrij vlug word je bij vrienden dan aan tafel uitgenodigd. In de mooi gedekte tafel en de lekkere spijzen ervaren we liefde en gastvrijheid. In de eucharistie vinden we dezelfde dynamiek: geven en ontvangen. Brood en wijn zijn 'vruchten van de aarde' waarin we onze afhankelijkheid van God uitdrukken. In het grote eucharistische gebed danken wij God om zijn goedheid en trouw voor ons, maar vooral omdat deze ons in zijn zoon Jezus zijn toegezegd. Jezus' liefde tot het uiterste 'gedenken' wij. Door te communiceren aan brood en wijn als tekenen van Jezus' op het kruis gebroken leven en zijn vergoten bloed, worden wij op onze beurt – zoals Augustinus het al zei – lichaam en bloed van Christus. Dat is onze roeping onszelf, zoals Hij, helemaal inzetten en geven voor elkaar.

Zoals een vriendenbezoek niet direct wordt afgebroken na de laatste hap en er uitzicht is om elkaar te blijven ontmoeten en volgen, zo wordt het eucharistisch samenzijn niet beëindigd zonder een zendingsopdracht en de zegen om deze waar te kunnen maken. "Ga en breng vrede". Christus' vriendschap die gevoed is

door woord en brood, dient vruchtbaar te zijn in de komende week. Christus legt zijn arm om ons heen om samen op weg te gaan. In bepaalde vieringen (de 'zalige zondag' in de Godelieveparochie te Roeselare) lukt het om door samen te ontbijten en in groepjes het evangelie te bespreken op een intensere manier de vriendschap met de Heer als gemeenschap sterker te beleven en elkaar 'mee te dragen' in de komende week.

2 Methodische suggesties

* Wanneer je de **vragen rustig doorneemt** kan er een goed gesprek ontstaan over de manier van beleven van de eucharistie.

* **Een alternatieve mogelijkheid** kan hieruit bestaan dat je als gespreksleider/ster vooraf een paar liederen kiest uit 'Zingt Jubilate' over de eucharistie. Volgende liednummers kunnen zeker in aanmerking komen: 528; 535; 545; 546; 673; 735; 766; 921. Om het werkzaam te houden best niet meer dan vier teksten kiezen.

Wanneer iedereen over het zangboek beschikt of over de gekopieerde tekst van de gekozen liederen, kan je samen de tekst van die liederen lezen. **Vooraf** stel je vooraf de vraag: "In welk tekstdeel erken je voor jezelf een belangrijk aspect van de eucharistieviering?" Noteer het tijdens het gezamenlijk hardop lezen van de teksten. Nadien volgt een uitwisseling over de gekozen passages (en waarom die persoon dat belangrijk vindt).

Daarna kan je kiezen uit de besprekingsvragen die volgen op het artikel in het tijdschrift.

* **Bijlage 2** bevat het gebedsmoment.

* **Hieronder nr. 3** vind je een interessant artikel over actieve deelname aan de liturgie.

3 Catechetische bezinning over de eucharistie Joris Polfliet

Te vinden op de webstek van de *Interdiocesane Commissie voor Liturgie*. Hier neem ik alleen het derde punt over.

Hoe kunnen we zelf actief en vruchtbaar deelnemen aan de viering?

Het is niet omdat mensen fysiek aanwezig zijn in de viering, dat ze er ook werkelijk aan "deel nemen" met hun geest, hun aandacht en hun hart. De bedoeling van de liturgie is dat we met heel onze persoon (geest én lichaam) betrokken zijn op de viering, met al onze zintuigen. Er wordt ook van ons een 'werkelijke tegenwoordigheid' gevraagd.

➤ *We kunnen ons dus de vraag stellen: hoe staat het met onze 'werkelijke tegenwoordigheid'?*

We zeggen wel: "Wij zijn met ons hart bij de Heer", maar is dat ook zo? En we kunnen deze zin nog als volgt uitbreiden: "Wij zijn met heel onze persoon – hart, geest, lichaam - bij de Heer." Want in de liturgie speelt de ontmoeting met de onzichtbare God zich af via een ritueel, waarbij de zintuigen en het menselijke lichaam in actie (moeten) komen.

➤ De vraag naar onze actieve deelname wordt nog concreter vanuit twee andere vragen:

1. *Willen we meedoen?* Dat wil zeggen: ben ik echt bereid om mijn aandacht te richten op het liturgische gebeuren, om actief mee te vieren met mijn hart, mijn ogen, mijn oren, mijn lichaam, mijn hele persoon? In onze vieringen ontmoeten we toch regelmatig mensen die dit eigenlijk niet wensen en die weinig inspanning leveren om echt mee te vieren...

2. *Mogen we meedoen?* Krijgen we ook de kans om actief mee te vieren? Mogen we meezingen, mogen we rechtstaan, mogen we antwoorden, mogen we knielen, ... Ook hier zijn er plaatsen waar de gemeenschap soms in de rol wordt geduwd van passieve (zittende!) toeschouwer.

➤ Actief deelnemen aan de viering veronderstelt dus een innerlijke én zintuiglijke betrokkenheid bij de viering: het gaat om mee bewegen, mee zeggen en bidden (met de mond), mee zingen, mee stil worden, mee bidden (met het hart). Opgelet: het gaat dus niet om een louter 'uiterlijk' deelnemen. Het is tegelijkertijd noodzakelijk om actief bij onszelf de *spirituele grondhoudingen* te cultiveren die nodig zijn om vruchtbaar aan de eucharistie te kunnen deelnemen:

1. Geloof in God als een werkzame aanwezige kracht: "de heilsgeschiedenis gaat verder, en wij krijgen er deel aan." (Verbond).

2. Geloof dat God ons in tastbare, zintuiglijke tekens nabij komt. (Schepping en incarnatie)

3. Zich leren toevertrouwen aan het 'spel van de zintuigen' en het verwijzende karakter van de liturgie ernstig nemen.

4. Nederigheid: niemand is meester van de liturgie. Laat ik me invoegen in een groter geheel?

4 Gebedsmoment (Vergeet niet een N.T. mee te brengen!)

5.1 Lied Z. J. 735 Zomaar een dak boven wat hoofden *Dubbelklik hieronder om het lied te beluisteren.*



Z. J. 735 Zomaar een dak boven wat hoofden (ZJ 735).wav

1 Zomaar een dak
boven wat hoofden,
deur die naar stilte openstaat.

Muren van huid, ramen als ogen,
speurend naar hoop en dageraad.
Huis dat een levend lichaam wordt

als wij er binnengaan
om recht voor God te staan.

2 Woorden van ver,
vallende sterren,
vonken verleden hier gezaaid.