



Leven vanuit de doop

Een pastoraal project in het bisdom Gent

Appendix

Gebedstraject “Leven vanuit de doop”



Hier vind je het gebedstraject dat in het tochtboek werd aangekondigd op blz. 35

Een gebedstraject, (n)iets voor mij?

Wanneer je iemand beter wil leren kennen, dan breng je tijd door met elkaar. Tijd om naar elkaar te luisteren en met elkaar te spreken. Zo gaat het ook wanneer je Jezus beter wil leren kennen. Ook dan komt het erop aan regelmatig tijd uit te trekken om naar Hem te luisteren en met Hem te spreken.

De veertigdagentijd is een uitgelezen periode om daar een (nieuw) begin mee te maken! Denk niet te vlug: een gebedstraject, dat is toch niets voor mij. Schreef paus Franciscus niet in Evangelii Gaudium:

‘Ik nodig iedere christen uit, waar hij of zij ook is en in welke situatie hij of zij zich ook bevindt, vandaag nog zijn/haar persoonlijke ontmoeting met Jezus Christus te hernieuwen of minstens de beslissing te nemen zich door Hem te laten ontmoeten, Hem elke dag onophoudelijk te zoeken. Er is geen reden waarom iemand kan denken dat deze uitnodiging niet voor hem of haar is!’

Jezus ontmoeten en zich door Hem laten ontmoeten: dat gebeurt bij uitstek in momenten van stilte en gebed. Waar kunnen we Hem beter ontmoeten dan in het Evangelie? We lezen er wat Jezus doet en zegt, hoe Hij met mensen omgaat, hoe Hij God zichtbaar en tastbaar maakt. Tegelijk werpt het evangeliewoord een nieuw licht op ons eigen leven. Het verheldert en verrijkt ons mens-zijn. Daarom stellen we jou dit gebedstraject voor aan de hand van de zondagslezingen van de veertigdagentijd.

Wat mag ik concreet verwachten?

We voorzien wekelijks *twee momenten van persoonlijk gebed*. Het eerste vertrekt van het evangelie van de zondag, het tweede is een beeldmeditatie die erbij aansluit. Hoe je dat aanpakt, bidden met een tekst uit de Bijbel of met een afbeelding, lees je verderop.

Hoewel het gebed een persoonlijke bezigheid is, kan het toch verrijkend zijn met tochtgenoten te spreken over je ervaringen. Daarom stellen we voor dat je een drietal keer samenkomt met andere deelnemers aan het gebedstraject uit je parochie of dekenaat. In dat *uitwisselingsgroepje* kan je samen terugblikken op de afgelegde weg. Je hoort waar anderen op botsen in het gebed, waar ze vreugde vinden, en je deelt jouw ervaringen of vragen met de anderen. Je pastoor of deken brengt het groepje bijeen en neemt ook zelf deel aan de bijeenkomsten. Alle info vind je op de website van je parochie of dekenaat.

Bidden met de Schrift: hoe begin ik eraan?

Wanneer je met vrienden wil afspreken, leg je een datum en een plaats vast. Voor je afspraak met Jezus is het niet anders.

Tijd

- probeer de twee wekelijkse gebedsmomenten in je **agenda** te plannen, net zoals je andere afspraken inplant! Zo ben je er zeker van dat het er ook van komt.
- bepaal vooraf voor jezelf **hoelang** je zal bidden: een kwartier, een halfuur, of nog langer. De duur van het gebed is niet zo belangrijk, wel dat je je aan de voorgenomen tijd houdt.
- voorzie ook wat **buffertijd** vóór en na het gebed. Na een drukke vergadering of een vermoeiende werkdag meteen de stilte induiken, is niet ideaal. Het helpt als je eerst je hoofd wat leeg kan maken, om zo rustig de overgang te maken naar de stilte. Na het gebed wil je misschien nog enkele dingen noteren in je tochtboek.

Plaats

- bepaal vooraf waar je zal bidden. Kies een ruimte waar je langere tijd **ongestoord** alleen kan zijn.
- kies een **houding** die je helpt om tot inkeer te komen (zittend, geknield, ...).
- aangezien je in het gebed al in gesprek bent met God, mag de **GSM** aan de kant gelegd worden. Zo ben je met een onverdeeld hart aanwezig voor Hem.
- Een **kaars**, een **icoon** of een symbool kunnen je helpen om tot gebed te komen en je hart op God te richten.

Voor het gebed met een evangelietekst kan het volgende stappenplan inspiratie bieden.

Het begin

- Vooraleer je met de tekst begint, neem je enkele ogenblikken om je bewust te worden van wat je wil doen: in gesprek komen met God. Hij is de grote Aanwezige, mild en barmhartig. Hij wacht op jou.
- Vraag God dat Hij je mag leren bidden. Doe dat met je eigen woorden of met de woorden van de leerlingen: "Heer, leer ons bidden".

Het middenstuk

- Lees de evangelietekst een eerste keer langzaam door.
- Probeer je voor te stellen wat daar gebeurt: wat doen de mensen in het verhaal? Wat zeggen ze? Hoe reageren ze?
- Je kan nu de tekst een tweede keer doorlezen.
- Luister vooral met je hart. Blijf staan bij wat je raakt. Laat in je opkomen wat deze tekst met je doet.
- Blijf liever niet staan bij vragen of begrippen die je moeilijk vindt, en laat je niet verleiden tot theorieën. Dan ben je teveel in je hoofd, en te weinig in je hart, waar God je wil ontmoeten.
- Bid in alle eenvoud en nederigheid. Stel je gewoon open voor wat er gebeurt en streef geen doelstellingen na.

Het gebed afsluiten

- Eindig je gebed met een kort gesprek met God, of met Jezus, net zoals je met een goede vriend zou spreken. Je kan danken voor wat je ontvangen hebt, Hem iets voorleggen, Zijn licht vragen over iets in jouw leven.
- Besluit met een kort gebed, bijv. het Onze Vader.

Terugblik op het gebed

Het is goed om na het gebed kort iets te noteren in dit tochtboek. De invulvakjes in het tochtboek willen een hulp zijn daarbij.

Week van zondag 6 maart 2022

Gebedstekst

Evangelie van de 1^e zondag van de veertigdagentijd (C): Lc. 4, 1-13

Vervuld van de heilige Geest ging Jezus weer weg van de Jordaan. Hij werd door de Geest naar de woestijn gevoerd, waar Hij veertig dagen verbleef en door de duivel op de proef werd gesteld. Gedurende die dagen at Hij niets en toen ze voorbij waren, kreeg Hij honger:

De duivel zei nu tot Hem: 'Als Gij de Zoon van God zijt, beveel dan aan die steen daar, dat hij in brood verandert.' Jezus gaf ten antwoord: 'Er staat geschreven: De mens leeft niet van brood alleen.'

Daarop voerde de duivel Hem omhoog en toonde Hem in een oogwenk alle koninkrijken der wereld, en de duivel sprak tot Hem: 'Heel dat machtsgebied zal ik U geven, want het is mij in handen gesteld en ik geef het aan wie ik wil. Als Gij dus in aanbidding voor mij neervalt, zal het in zijn geheel van U zijn.' Toen antwoordde Jezus hem: 'Er staat geschreven: De Heer uw God zult Gij aanbidden en Hem alleen dienen.'

Daarna bracht de duivel Hem naar Jeruzalem, plaatste Hem op de bovenbouw van een tempelpoort en sprak tot Hem: 'Als Gij de zoon van God zijt, werp U dan vanaf deze plaats naar beneden, want er staat geschreven: Aan zijn engelen zal Hij omtrent U het bevel geven U te beschermen en zij zullen U op de handen nemen, opdat Ge uw voet niet zult stoten aan een steen.' Maar Jezus gaf hem ten antwoord: 'Er is gezegd: Gij zult de Heer uw God niet op de proef stellen.'

Toen gaf de duivel al zijn pogingen om Hem te verleiden op en verwijderde zich van Hem tot de vastgestelde tijd.

Korte situering

- Lucas vermeldt in het begin twee keer de heilige Geest: Jezus is 'vervuld van de heilige Geest'; door dezelfde Geest wordt Hij naar de woestijn gevoerd.
- De woestijn is de plaats waar men beproefd wordt, waar men alleen op God aangewezen is, omdat al het andere is weggefallen. Voor Israël was het de plaats van de exodus, voor Jezus van de fundamentele confrontatie met de machten van het kwaad.
- Veertig dagen: het Bijbelse getal 'veertig' staat symbool voor een beslissende periode die men met God doorleeft. Denk maar aan de zondvloed (Gen. 7,12), aan Mozes op de Sinai (Ex. 24,18) of Elia in de woestijn (1 Kon. 19,8).
- De duivel staat hier voor de radicaliteit van het kwaad. Tot drie keer toe wil hij Jezus ertoe verleiden zijn bijzondere band met God ('Als Gij de Zoon van God zijt...') in termen van privileges en macht te beleven, en zo te ontsnappen aan wat het betekent mens te zijn.
- Tegenover de drie verleidingen plaatst Jezus telkens een woord van God. Hij verwijst naar Gods wil als het fundament van Zijn eigen leven.

Eerste gebedsmoment (zie het stappenplan p. 5 ter inspiratie)

Ik neem de tijd om het evangelie van de 1^e zondag van de veertigdagentijd tot mij te laten spreken.

Terugblik op het eerste gebedsmoment

- **Welke** woorden, beelden, gedachten hebben mij geraakt?

- **Hoe** hebben ze mij geraakt? Hoe voelde ik me tijdens het gebed? (rustig, dankbaar, vredig, getroost, gesterkt, of onrustig, dor, gefrustreerd, ontmoedigd, verdrietig, machteloos, ...) Ik probeer woorden te geven aan mijn innerlijk leven.

- Wat wil ik nu, na afloop van het gebed, in je hart **bewaren**? Wat is de parel die voor mij was weggelegd? Ik probeer het op te schrijven.

Tweede gebedsmoment: beeldmeditatie



Jezus op de proef gesteld in de woestijn, mozaïek (12^{de} eeuw), San Marco-basiliek, Venetië

Korte situering

- De mozaïek laat zich van links naar rechts 'lezen'. Hij beeldt de drie verleidingen door de duivel naast elkaar af: stenen in brood veranderen, zich van de bovenbouw van de tempelpoort naar beneden werpen, en in aanbidding neervallen voor de duivel.
- Helemaal rechts zien we hoe de duivel verslagen neerligt, en hoe engelen klaarstaan om Jezus te dienen.
- Jezus houdt een boekrol in de linkerhand, symbool voor het Schriftwoord waarmee Hij de duivel telkens van antwoord dient.

Impulsen voor de beeldmeditatie:

- Ik maak het stil en neem me voor een kwartiertje met deze afbeelding te bidden. Ik maak me innerlijk klaar om de afbeelding in mij op te nemen en tot mij te laten spreken.
- Ik laat mijn blik rustig van links naar rechts gaan, ik overzie het geheel, en neem de centrale figuren in mij op: Jezus die tot driemaal toe frontaal tegenover 'de duivel' (de macht van het kwade) komt te staan.
- Ik sta stil bij elk van de drie beproevingen en overweeg wat ze voor mij betekenen. Ik laat vooral de drie antwoorden van Jezus diep in mij weerklinken.
- Ik kijk naar de duivel rechtsonder, en overweeg wat het voor mijn leven kan betekenen dat de macht van het kwaad uiteindelijk verslagen wordt, en dat het Woord van God zegeviert.

Terugblik op de beeldmeditatie:

- **Wat** heeft mij geraakt? Waarom precies?

- **Hoe** heeft het mij geraakt? Welke indruk of 'nasmaak' laat de meditatie in mij achter? (rustig, dankbaar, vredig, getroost, gesterkt, of onrustig, dor, gefrustreerd, ontmoedigd, verdrietig, machteloos, ...)

- Wat wil ik nu, na afloop van de meditatie, in mijn hart **bewaren**? Wat is de parel die voor mij was weggelegd? Ik probeer het op te schrijven.

Week van zondag 13 maart 2022

Gebedstekst

Evangelie van de 2^e zondag van de veertigdagentijd (C): Lc. 9, 28b-36

Ongeveer acht dagen na deze woorden nam Jezus Petrus, Johannes en Jakobus met zich mee en besteeg de berg om er te bidden. Terwijl Hij in gebed was, veranderde zijn gelaat van aanblik en werden zijn kleren verblindend wit. En zie, twee mannen waren met Hem in gesprek; het waren Mozes en Elia die in heerlijkheid verschenen waren en spraken over zijn heengaan, dat Hij in Jeruzalem zou voltrekken. Petrus en zijn metgezellen waren intussen door slaap overmand. Klaarwakker geworden zagen zij zijn heerlijkheid en de twee mannen die bij Hem stonden. Toen dezen van Hem heen wilden gaan, zei Petrus tot Jezus: 'Meester, het is goed dat wij hier zijn. Laten we drie tenten bouwen, een voor U, een voor Mozes en een voor Elia.' Maar hij wist niet wat hij zei. Terwijl hij zo sprak, kwam er een wolk die hen overschaduwde. Toen de wolk hen omhulde, werden zij door vrees bewogen. Uit de wolk klonk een stem die sprak: 'Dit is mijn Zoon, de Uitverkorene, luistert naar Hem!' Terwijl de stem weerklonk, bevonden zij dat Jezus alleen was. Zij zwegen erover en verhaalden in die tijd aan niemand iets van wat zij gezien hadden.

Korte situering

- De berg is in de Bijbel de plaats waar hemel en aarde elkaar raken, waar God zich op een bijzondere manier laat kennen.
- Jezus' veranderde gelaat en zijn verblindend witte kleren laten zien dat Hij al helemaal in God is ondergedompeld. Hij is volkomen doorschijnend van en voor God.
- Mozes en Elia staan hier voor de Wet en de Profeten. Dat zij met Jezus in gesprek zijn over zijn nakende dood in Jeruzalem, betekent dat Jezus met zijn kruisdood de Schrift (Wet en Profeten) zal vervullen.

- De wolk staat al in het boek Exodus symbool voor Gods mysterieuze aanwezigheid, die tegelijk heel reëel is, maar toch niet voor het grijpen ligt. Zoals bij het doopsel van Jezus klinkt hier opnieuw een stem, die bevestigt dat Jezus Gods uitverkorene is, en dat Hij Gods woord spreekt. Naar Jezus luisteren is naar God luisteren.

Eerste gebedsmoment (zie het stappenplan p. 5 ter inspiratie)

Ik neem de tijd om het evangelie van de 2e zondag van de veertigdagentijd tot mij te laten spreken.

Terugblik op het eerste gebedsmoment

- **Welke** woorden, beelden, gedachten hebben mij geraakt?

- **Hoe** hebben ze mij geraakt? Hoe voelde ik me tijdens het gebed? (rustig, dankbaar, vredig, getroost, gesterkt, of onrustig, dor, gefrustreerd, ontmoedigd, verdrietig, machteloos, ...) Ik probeer woorden te geven aan mijn innerlijk leven.

- Wat wil ik nu, na afloop van het gebed, in je hart **bewaren**? Wat is de parel die voor mij was weggelegd? Ik probeer het op te schrijven.

Tweede gebedsmoment: beeldmeditatie



De gedaanteverandering, Michael O'Brien (° 1948, Canada)

Korte situering:

- De canadese schilder O'Brien maakte een gestileerde voorstelling van de gedaanteverandering. Alle aandacht gaat naar de figuren: Jezus met Mozes en Elia bovenaan, en de drie leerlingen (Petrus, Johannes en Jakobus) onderaan. De berg Tabor is herleid tot een blauwe halve cirkel.
- Jezus staat centraal, met geopende handen. Hij is de enige die de toeschouwer aankijkt. Zijn kleren zijn verblindend wit. Het stralende aureool rond zijn gelaat toont Hem hier als Zoon van God.
- Mozes (links, met de twee stenen tafels met de Wet) en Elia (rechts) zijn met Hem in gesprek. Merk op dat ze iets kleiner zijn afgebeeld dan Jezus. Hij is immers de vervulling van Wet en Profeten.
- Elk van de drie leerlingen reageert anders. Petrus strekt beide handen uit in een gebaar van aanbidding. Johannes bevindt zich recht onder Jezus, zoals hij op Golgotha recht onder het kruis zal staan. Jakobus knielt met de handen op het hart, nu Hij Jezus in zijn godheid ziet.

Impulsen voor de beeldmeditatie:

- Ik maak het stil en neem me voor een kwartiertje met deze afbeelding te bidden. Ik maak me innerlijk klaar om de afbeelding in mij op te nemen en tot mij te laten spreken.
- Ik neem de afbeelding gedurende enkele minuten rustig in mij op, zonder al te veel te denken en te analyseren.
- Ik kijk naar het stralend witte gewaad van Jezus, en de stralenkrans rond zijn gelaat. Ik overweeg wat het voor mij betekent dat Hij helemaal doorschijnend is van en voor God.
- Ik kijk naar de leerlingen, en neem hun lichaamshouding in mij op. Ik bedenk welke houding ik zelf zou aannemen wanneer ik oog in oog met Jezus kwam te staan.
- Tot slot laat ik Jezus' milde blik enkele ogenblikken op mij rusten.

Terugblik op de beeldmeditatie:

- **Wat** heeft mij geraakt? Waarom precies?

- **Hoe** heeft het mij geraakt? Welke indruk of 'nasmaak' laat de meditatie in mij achter? (rustig, dankbaar, vredig, getroost, gesterkt, of onrustig, dor, gefrustreerd, ontmoedigd, verdrietig, machteloos, ...)

- Wat wil ik nu, na afloop van de meditatie, in mijn hart **bewaren**? Wat is de parel die voor mij was weggelegd? Ik probeer het op te schrijven.

Week van zondag 20 maart 2022

Gebedstekst

Evangelie van de 3^e zondag van de veertigdagentijd (A):
Joh. 4, 5-42 (partim)

In die tijd kwam Jezus in een stad van Samaria, Sichar genaamd, dichtbij het stuk grond dat Jakob aan zijn zoon Jozef had gegeven. Daar bevond zich de bron van Jakob en vermoeid van de tocht ging Jezus zomaar bij deze bron zitten. Het was ongeveer het zesde uur. Toen een vrouw uit Samaria water kwam putten zei Jezus tot haar: "Geef Mij te drinken." De leerlingen waren namelijk naar de stad gegaan om levensmiddelen te kopen. De Samaritaanse zei tot Hem: "Hoe kunt Gij als Jood nu te drinken vragen aan mij, een Samaritaanse?" Joden onderhouden namelijk geen betrekkingen met de Samaritanen. Jezus gaf haar ten antwoord: "Als ge enig begrip had van de gave Gods en wist wie het is, die u zegt: Geef Mij te drinken, zoudt ge het aan Hem hebben gevraagd en Hij zou u levend water hebben gegeven." Daarop zei de vrouw tot Hem: "Heer, Ge hebt niet eens een emmer en de put is diep; waar haalt Ge dan dat levende water vandaan? Zijt ge soms groter dan onze vader Jakob die ons de put gaf en er met zijn zonen en zijn vee uit dronk?" Jezus antwoordde haar: "Iedereen die van dit water drinkt, krijgt weer dorst, maar wie van het water drinkt dat Ik hem zal geven, krijgt in eeuwigheid geen dorst meer; integendeel, het water dat Ik hem zal geven, zal in hem een waterbron worden, opborrelend tot eeuwig leven."

Korte situering

- *Dit is een tekst die van oudsher in de doopcatechese en -liturgie gebruikt werd. We leren er Jezus kennen als het levend water.*
- *Samaria doorkruisen betekende voor een Jood uit de eerste eeuw zich in vijandelijk en zelfs onrein gebied begeven. Daarom ook vraagt de*

Samaritaanse vrouw aan Jezus: 'Hoe kunt Gij als Jood nu te drinken vragen aan mij, een Samaritaanse?'

- *De dialoog die zich ontspint tussen Jezus en de Samaritaanse gaat over water, een kostbaar goed in die tijd. Jezus spreekt over 'levend water', waarmee Hij verwijst naar het echte leven, het leven in volheid dat door God geschonken wordt.*
- *Op het einde wordt duidelijk dat Jezus zélf dat levende water is, dat alleen Hij de diepste dorst van elke mens naar echt leven kan lessen.*

Eerste gebedsmoment (zie het stappenplan p. 5 ter inspiratie)

Ik neem de tijd om het evangelie van de 3e zondag van de veertigdagentijd tot mij te laten spreken.

Terugblik op het eerste gebedsmoment

- **Welke** woorden, beelden, gedachten hebben mij geraakt?

- **Hoe** hebben ze mij geraakt? Hoe voelde ik me tijdens het gebed? (rustig, dankbaar, vredig, getroost, gesterkt, of onrustig, dor, gefrustreerd, ontmoedigd, verdrietig, machteloos, ...) Ik probeer woorden te geven aan mijn innerlijk leven.

- Wat wil ik nu, na afloop van het gebed, in je hart **bewaren**? Wat is de parel die voor mij was weggelegd? Ik probeer het op te schrijven.

Tweede gebedsmoment



Ignatius van Antiochië © Fresco orthodoxe parochie van de Heilige Apostel Andreas. Foto: J-P Vanhopplinus

Ignatius van Antiochië (1^e-2^e eeuw na Christus):

“In mij is een levend water, dat murmelend zegt: Kom naar de Vader.”

Impulsen tot gebed:

- Ik neem me voor een kwartiertje te bidden met de afbeelding en de tekst erop. Ik maak het stil rondom mij en in mij, en probeer mij af te stemmen op God.
- Ook in mij is Christus aanwezig als een bron van levend water; die onophoudelijk opborrelt. Ik sta stil bij deze gedachte en overweeg enkele minuten wat ze voor mij betekent.
- Ik sluit mijn ogen en probeer rustig bij die bron te komen, diep in mij, daar waar God in mij woont. Ik zet me in gedachten neer bij die bron en blijf er even bij, in stilte, zonder woorden.
- Ik hoor Jezus zeggen: "Iedereen die van dit water drinkt, zal in eeuwigheid geen dorst meer krijgen." Ik beluister deze woorden als waren ze tot mij persoonlijk gezegd.

Terugblik op de beeldmeditatie:

- **Wat** heeft mij geraakt? Waarom precies?

- **Hoe** heeft het mij geraakt? Welke indruk of 'nasmaak' laat de meditatie in mij achter? (rustig, dankbaar, vredig, getroost, gesterkt, of onrustig, dor, gefrustreerd, ontmoedigd, verdrietig, machteloos, ...)

- Wat wil ik nu, na afloop van de meditatie, in mijn hart **bewaren**? Wat is de parel die voor mij was weggelegd? Ik probeer het op te schrijven.

Week van zondag 27 maart 2022

Gebedstekst

Evangelie van de 4^e zondag van de veertigdagentijd (A):
Joh. 9, 1-41 (partim)

In het voorbijgaan zag Jezus een man die blind was van zijn geboorte af. Jezus spuwde op de grond, maakte met het speeksel slijk, bestreek daarmee de ogen van de man en zei tot hem: "Ga u wassen in de vijver van de Siloam," – wat betekent: gezondene –. Hij ging er naar toe, waste zich en kwam er ziende vandaan. Zijn burens nu en degenen die hem vroeger hadden zien bedelen, zeiden: "Is dat niet de man, die zat te bedelen?" Sommigen zeiden: "Inderdaad, hij is het." Anderen: "Neen, hij lijkt alleen maar op hem." Hijzelf zei: "Ik ben het." Men bracht nu de man die blind geweest was bij de Farizeeën; de dag waarop Jezus slijk had gemaakt en zijn ogen geopend, was namelijk een sabbat. Ook de Farizeeën vroegen hem dus, hoe hij het gezicht herkregen had. Hij zei hun: "Hij deed slijk op mijn ogen, ik waste mij en ik zie." Toen zeiden sommige Farizeeën: "Die man komt niet van God, want Hij onderhoudt de sabbat niet." Anderen zeiden: "Hoe zou een zondig mens zulke tekenen kunnen doen?" Zo was er verdeeldheid onder hen. Zij richtten zich opnieuw tot de blinde en vroegen: "Wat zegt gijzelf van Hem, daar Hij u toch de ogen geopend heeft?" Hij antwoordde: "Het is een profeet." Zij voegden hem toe: "In zonden ben je geboren, zo groot als je bent, en jij wilt ons de les lezen?" Toen wierpen ze hem buiten. Jezus vernam dat men hem buiten geworpen had en toen Hij hem aantrof, zei Hij: "Geloof je in de Mensenzoon?" Hij antwoordde: "Wie is dat, Heer? Dan zal ik in Hem geloven." Jezus zei hem: "Gij ziet Hem, het is Degene, die met u spreekt." Toen zei hij: "Ik geloof, Heer." En hij wierp zich voor Hem neer.

Korte situering

- Dit is een tekst die van oudsher in de doopcatechese en -liturgie gebruikt werd. We leren er Jezus kennen als het licht van de wereld.
- Blind van zijn geboorte af: in Jezus' tijd werden ziekte en lichamelijke kwalen gezien als symptomen van zonde, van innerlijk kwaad. Door hem te genezen zal Jezus tonen dat God Hem macht heeft gegeven over het kwaad.
- Jezus geneest de man. Hij geneest elke mens van geestelijke blindheid, en doet hem of haar zien (in geloof) wie Hij werkelijk is: de Mensenzoon.
- De vijver van Siloam ("de gezondene"): in de reinigende werking van het water kan men een verwijzing zien naar het doopwater. De blindgeborene moet zich onderdompelen in het water, zoals de dopelingen ondergedompeld worden in het doopwater. Met 'Siloam' verwijst Johannes naar Jezus, de Gezondene van God. Om te genezen van onze geestelijke blindheid dienen we ons onder te dompelen in de relatie met Jezus, de Gezondene.

Eerste gebedsmoment (zie het stappenplan p. 5 ter inspiratie)

Ik neem de tijd om het evangelie van de 4e zondag van de veertigdagentijd tot mij te laten spreken.

Terugblik op het eerste gebedsmoment

- **Welke** woorden, beelden, gedachten hebben mij geraakt?

- **Hoe** hebben ze mij geraakt? Hoe voelde ik me tijdens het gebed? (rustig, dankbaar, vredig, getroost, gesterkt, of onrustig, dor, gefrustreerd, ontmoedigd, verdrietig, machteloos, ...) Ik probeer woorden te geven aan mijn innerlijk leven.

- Wat wil ik nu, na afloop van het gebed, in je hart **bewaren**? Wat is de parel die voor mij was weggelegd? Ik probeer het op te schrijven.

Tweede gebedsmoment: beeldmeditatie



Jesus healing the blind man, Brian Jekel (°1951)

Korte situering

- De Amerikaanse schilder Brian Jekel maakte een momentopname van het ogenblik vlak voordat Jezus de blinde man aanraakt. Met de ogen nog dicht strekt de blinde tastend en zoekend de hand uit naar Jezus.
- De hand van Jezus komt als het ware door het canvas binnen, vanuit de rechterbovenhoek. Het doet enigszins denken aan Michelangelo's beroemde schilderij op het plafond van de Sixtijnse kapel, waarbij God de Vader met zijn vingertoppen het leven geeft aan Adam.
- Enkel het gezicht van de blinde man is scherp afgebeeld. De rest van het schilderij kreeg een wazige, onscherpe uitwerking, die symbool staat voor de geestelijke blindheid van de man.
- Achter de genezende hand van Jezus breekt het goudgele licht al door. Hij schenkt de man opnieuw het licht in de ogen.

Impulsen voor de beeldmeditatie:

- Ik maak het stil en neem me voor een kwartiertje met deze afbeelding te bidden. Ik maak me innerlijk klaar om de afbeelding in mij op te nemen en tot mij te laten spreken.
- Ik stel me in de plaats van de blinde man, sluit mijn ogen, en overweeg wat het voor mij kan betekenen mijn hand tastend uit te strekken naar Jezus.
- Zoals de blinde man zich laat aanraken door Jezus, zo stel ook ik mij open voor Hem. Ik leg mijn geestelijke blindheid aan Hem voor, en laat Hem mij aanraken.
- Ik probeer enkele ogenblikken te verwijlen bij de genezende aanraking door Jezus.

Terugblik op de beeldmeditatie:

- **Wat** heeft mij geraakt? Waarom precies?

- **Hoe** heeft het mij geraakt? Welke indruk of 'nasmaak' laat de meditatie in mij achter? (rustig, dankbaar, vredig, getroost, gesterkt, of onrustig, dor, gefrustreerd, ontmoedigd, verdrietig, machteloos, ...)

- Wat wil ik nu, na afloop van de meditatie, in mijn hart **bewaren**? Wat is de parel die voor mij was weggelegd? Ik probeer het op te schrijven.

Week van zondag 3 april 2022

Gebedstekst

Evangelie van de 5^e zondag van de veertigdagentijd (A):
Joh. 11, 1-45 (partim)

Er was iemand ziek, een zekere Lazarus uit Betanië, het dorp van Maria en haar zuster Marta. Maria was de vrouw die de Heer met geurige olie had gezalfd en zijn voeten met haar haren had afgedroogd. De zieke Lazarus was haar broer. De zusters stuurden Hem nu de boodschap: "Heer, hij die Gij liefhebt, is ziek." Toen Jezus dit hoorde, zei Hij: "Deze ziekte voert niet tot de dood, maar is om Gods glorie, opdat de Zoon Gods er door verheerlijkt moge worden." Jezus hield veel van Marta, haar zuster en Lazarus. Toen Hij dan ook hoorde dat hij ziek was, bleef Hij weliswaar nog twee dagen ter plaatse, maar daarna zei Hij tot zijn leerlingen: "Laat ons weer naar Judea gaan."

Bij zijn aankomst bevond Jezus dat hij al vier dagen in het graf lag. Zodra Marta hoorde dat Jezus op komst was, ging zij Hem tegemoet; Maria echter bleef thuis. Marta zei tot Jezus: "Heer, als Gij hier was geweest, zou mijn broer niet gestorven zijn. Maar zelfs nu weet ik, dat wat Gij ook aan God vraagt, God het U zal geven." Jezus zei tot haar: "Uw broer zal verrijzen." Marta antwoordde: "Ik weet dat hij zal verrijzen bij de verrijzenis op de laatste dag." Jezus zei haar: "Ik ben de verrijzenis en het leven. Wie in Mij gelooft, zal leven, ook al is hij gestorven, en ieder die leeft in geloof aan Mij, zal in eeuwigheid niet sterven. Geloofst gij dit?" Zij zei tot Hem: "Ja, Heer ik geloof vast dat Gij de Messias zijt, de Zoon Gods, die in de wereld komt."

Diep ontroerd sprak Jezus: "Waar hebt gij hem neergelegd?" Zij zeiden Hem: "Kom en zie, Heer." Jezus begon te wenen, zodat de Joden zeiden: "Zie eens hoe Hij van hem hield." Maar sommigen

onder hen zeiden: "Kon Hij, die de ogen van een blinde opende, ook niet maken dat deze niet stierf?" Bij het graf gekomen overviel Jezus opnieuw een huivering. Het was een rotsgraf en er lag een steen voor. Jezus zei: "Neemt de steen weg." Marta, de zuster van de gestorvene, zei Hem: "Hij riekt al, want het is al de vierde dag." Jezus gaf haar ten antwoord: "Zei Ik u niet, dat gij Gods heerlijkheid zult zien als gij gelooft?" Toen namen zij de steen weg. Jezus sloeg de ogen ten hemel en sprak: "Vader, Ik dank U dat Gij Mij verhoord hebt. Ik wist wel, dat Gij Mij altijd verhoort, maar omwille van het volk rondom Mij heb Ik dit gezegd, opdat zij mogen geloven, dat Gij Mij gezonden hebt." Na deze woorden riep Hij met luider stem: "Lazarus, kom naar buiten!" De gestorvene kwam naar buiten, voeten en handen met zwachtels omwonden en met een zweetdoek om zijn gezicht. Jezus beval hun: "Maakt hem los en laat hem gaan." Vele Joden, die naar Maria waren gekomen en zagen wat Hij gedaan had, geloofden in Hem.

Korte situering

- *Dit is een tekst die van oudsher in de doopcatechese en -liturgie gebruikt werd. We leren er Jezus kennen als de verrijzenis en het leven.*
- *Deze tekst vertelt over het laatste in een reeks van zeven wondertekenen die Jezus doet. De opwekking van Lazarus is het grootste en belangrijkste teken. Het toont dat Jezus gezag heeft over leven en dood. Het vat heel zijn zending samen: leven geven, en wel in overvloed.*
- *Lazarus ('hij die door God geholpen wordt') gaat over van de dood naar het leven. Hij staat symbool voor elke dopeling, die in het doopsel met Christus ondergaat in het water, om met Hem te verrijzen tot nieuw leven.*

Eerste gebedsmoment (zie het stappenplan p. 5 ter inspiratie)

Ik neem de tijd om het evangelie van de 5e zondag van de veertigdagentijd tot mij te laten spreken.

Terugblik op het eerste gebedsmoment

- **Welke** woorden, beelden, gedachten hebben mij geraakt?

- **Hoe** hebben ze mij geraakt? Hoe voelde ik me tijdens het gebed? (rustig, dankbaar, vredig, getroost, gesterkt, of onrustig, dor, gefrustreerd, ontmoedigd, verdrietig, machteloos, ...) Ik probeer woorden te geven aan mijn innerlijk leven.

- Wat wil ik nu, na afloop van het gebed, in je hart **bewaren**? Wat is de parel die voor mij was weggelegd? Ik probeer het op te schrijven.

Tweede gebedsmoment: beeldmeditatie



De opwekking van Lazarus – Giotto di Bondone (1304/1306) – Padua, Scrovegni-kapel

Korte situering:

- de afbeelding heeft niet één, maar twee brandpunten: Jezus aan de linkerkant, en Lazarus aan de rechterkant. Het leven tegenover de dood. Jezus in een kleurrijk gewaad, met goddelijke macht over leven en dood; Lazarus in een vaalgrijze kleur, in het rijk van de dood.
- de jongeman in het groen, centraal op de afbeelding, is één en al verwondering over wat er net gebeurd is. Met zijn hand wijst hij naar Jezus, alsof hij wil aangeven vanwaar de levengevende kracht komt.
- de twee vrouwen helemaal rechts bedekken hun gezicht in een poging om de lijkgeur tegen te houden. Daaronder zien we twee mannen die de grafsteen neerleggen.
- Centraal vooraan zien we Marta en Maria geknield voor Jezus, terwijl ze hun handen naar Hem uitstrekken. Heel hun houding drukt uit dat ze in Jezus de Redder en de Zoon van God erkennen.
- Achter Jezus zien we de leerlingen, met vooraan Johannes en Petrus, sterk onder de indruk van het gebeurde.

Impulsen voor de beeldmeditatie:

- Ik maak het stil en neem me voor een kwartiertje met deze afbeelding te bidden. Ik maak me innerlijk klaar om de afbeelding in mij op te nemen en tot mij te laten spreken.
- Ik laat mijn blik rustig van links naar rechts gaan, en neem de tijd om even stil te staan bij elk van de figuren.
- Daarna geef ik vooral aandacht aan de twee brandpunten: Jezus en Lazarus. Ik zie hoe hun blikken elkaar zoeken. Ik zie het gebaar van Jezus, en laat het op mij inwerken. Ik zie Lazarus, gebonden in windsels van dood, en neem hem in me op.
- Ik stel me in de plaats van de jongeman in het groen, en beeld me in dat ik erbij was. Ik hoor Jezus zeggen: 'Lazarus, kom naar buiten!'. Wat zie ik gebeuren? Hoe kijk ik ernaar? Hoe reageer ik? Wat doet het gebeuren met mij?

Terugblik op de beeldmeditatie:

- **Wat** heeft mij geraakt? Waarom precies?

- **Hoe** heeft het mij geraakt? Welke indruk of 'nasmaak' laat de meditatie in mij achter? (rustig, dankbaar, vredig, getroost, gesterkt, of onrustig, dor, gefrustreerd, ontmoedigd, verdrietig, machteloos, ...)

- Wat wil ik nu, na afloop van de meditatie, in mijn hart **bewaren**? Wat is de parel die voor mij was weggelegd? Ik probeer het op te schrijven.

