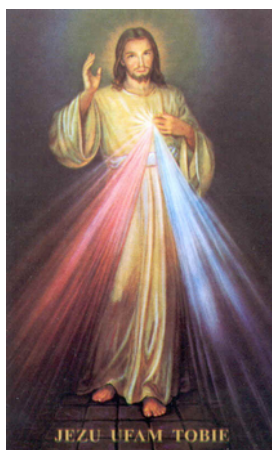


Oecumenisch Meditatief Avondgebed

Thema: "Stralend Licht"



Laten wij het stil in ons worden...

OPENING:

Solo: Wees hier aanwezig, God van de machten, licht in ons midden, wees onze Heiland.

Allen: Dat wij herleven. Solo: Wees hier aanwezig. Allen: Dat wij herleven.

INLEIDING: Van harte welkom bij dit Oecumenisch Meditatief Avondgebed, hier in de Broederenkerk. Zoals jullie zien, heb ik vanavond op de plaats van onze gebruikelijke icoon een afbeelding van Jezus in een goudkleurig lijstje neergezet. Dit van oorsprong Poolse schilderij kreeg ik van een goede vriend voor onze meditatiezolder cadeau. Hierdoor heb ik er een gewoonte van gemaakt om mij dagelijks enkele minuten op dit schilderijtje te richten voordat ik in gebed en meditatie ga. Niet omdat ik veronderstel dat Jezus er twee duizend jaar geleden precies zo uitgezien heeft als op het schilderij, maar veelmeer vanwege de zuiverheid en het licht welke deze afbeelding uitstraalt. Jezus' mat gele gewaad straalt licht uit, de aureool om zijn hoofd en – misschien het meest opvallend – het licht van zijn hart, dat in een rode en blauwe stralenbundel naar buiten straalt. In dit stralende licht mag ik mij tijdens mijn gebed en meditatie geborgen weten, in het diepe besef dat door de sluiting van alle wereldse beslommeringen heen eenzelfde licht in mij, ja in eenieder van ons, wil stralen. Mogen wij dit avondgebed nu dan ook met lichaam, geest en ziel opdragen aan dit stralende Licht.

LIED 19: Jésus le Christ, lumière intérieure (Jezus Christus, innerlijk licht, laat nimmer toe dat mijn duister tot mij spreekt, Jezus Christus, innerlijk licht, open mij voor uw liefde, o Heer)

OPENINGSGEBED (naar Ignatius van Loyola):

:

*Heer, maak mijn ziel geheel leeg
van alles wat Gij niet zijt,
geleid al mijn vermogens en krachten
tot uw liefdedienst en laat mij toe
tot die onuitsprekelijke eenheid met U.
**Mijn geest schouwe altijd in uw goddelijk,
alles overstralend Licht**
en mijn wil geve zich geheel over
aan uw alles doordringende liefde.
Neem Heer, en ontvang.
Amen.*

LIED 7: In manus tuas Pater (In uw handen, Vader, beveel ik mijn geest)

EVANGELIE: JOHANNES 8:12 & MATTEUS 5:14-16

- *Weer richtte Jezus zich tot zijn leerlingen: 'Ik ben het licht van de wereld. Wie mij volgt, gaat zijn weg niet in duisternis, maar zal het ware levenslicht bezitten.*
- *Jullie zijn het licht van de wereld. Een stad kan niet verborgen blijven als ze boven op een berg ligt. Je steekt een lamp niet aan om haar onder de korenmaat te zetten, maar je zet haar op de kandelaar, en dan schijnt ze voor allen in huis. Laat zo jullie licht schijnen voor de mensen, opdat ze jullie goede werken zien en jullie Vader in de hemel verheerlijken.*

LIED 81: Licht van de wereld, wie u volgt op uw weg, die heeft het licht van leven, levenslicht.

GELEIDE MEDITATIE

In het midden van deze kring staat een brandende kaars. Kijk naar de vlam en hoe deze een krans van licht om zich heen vormt. Sluit je ogen en visualiseer de kaarsvlam met haar lichtkrans in het midden van je borst. Houd dit innerlijke beeld voor even vast en laat dan in gedachten de kaarsvlam oplossen in een stralende, witte lichtbol die met zijn intense licht heel je lichaam opvult. Je bent vanbinnen nu één en al licht. Voel hoe zuiverend en genezend dit licht in jou werkt. Al je wereldse zorgjes, zaakjes en taakjes betekenen niets ten opzichte van dit licht; voel je met elke ademhaling stiller en vrediger worden, want diep van binnen weet je dat je je niet door de vele wereldse beslommeringen, maar door het Licht zelf mag laten leiden. - Geef je volledig aan dit Licht over en laat het op jouw beurt liefdevol stralen: in en rondom jou, naar je verdere omgeving, naar heel de wereld, door al haar verschijningsvormen heen...

LIED: Licht van de wereld, Christus in o-ons, licht dat ons leven doet (naar melodie 124)

STILTE, CA 7 MINUTEN

VOORBEDEN MET ACCLAMATIE 78: Amen

GEZAMENLIJK 'ONZE VADER', ARAMESE VERSIE:

*Bron van Zijn, die ik ontmoet in mijn ontroering over wat is, ik geef u een naam opdat ik u een plaats kan geven in mijn leven. **Bundel uw Licht in mij - maak het nuttig.** Vestig uw rijk van eenheid nu, uw enige verlangen handelt dan samen met het onze. Geef ons wat we elke dag nodig hebben aan brood en aan inzicht. Maak de koorden van fouten los die ons vastbinden aan het verleden, opdat wij ook anderen hun misstappen kunnen vergeven. Laat oppervlakkige dingen ons niet misleiden. Uit u wordt de alwerkzame wil geboren, de levende kracht om te handelen, en het lied dat alles verfraait en zich van eeuw tot eeuw vernieuwt.*

LIED 18: C'est toi ma lampe Seigneur (U bent mijn lamp, mijn God, verlicht mijn duisternis)

AFSLUITENDE AVONDGEDACHTE: EFEZIËRS 5,9

*Leef als kinderen van het licht, want
de vrucht van het licht kan alleen maar zijn:
goedheid, gerechtigheid, waarheid.*

LIED 71a: Meine Hoffnung und meine Freude, meine Stärke, mein Licht, Christus meine Zuversicht, auf dich vertrau' ich und fürcht' mich nicht, auf dich vertrau ich und fürcht' mich nicht.