

## Oecumenisch Meditatief Avondgebed 7 juli 2021

**Thema:** Je hoeft niet bang te zijn  
**Voorganger:** Hetty Heling



[Aanhef: Wees hier aanwezig ... Dat wij herleven.](#)

### Welkom en inleiding

[Luisterlied: Kyrie eleison](#)

We zingen om ontferming en erbarmen.

**Lezing:** uit Marcus hoofdstuk 4, vers 35 t/m 41

Aan het eind van die dag, toen het avond was geworden, zei hij tegen hen: 'Laten we het meer oversteken.' Ze stuurden de menigte weg en namen hem mee in de boot waarin hij al zat, en voeren samen met de andere boten het meer op. Er stak een hevige storm op en de golven beukten tegen de boot, zodat die vol water kwam te staan. Maar hij lag achter in de boot op een kussen te slapen. Ze maakten hem wakker en zeiden: 'Meester, kan het u niet schelen dat we vergaan?' Toen hij wakker geworden was, sprak hij de wind bestraffend toe en zei tegen het meer: 'Zwijg! Wees stil!' De wind ging liggen en het meer kwam helemaal tot rust. Hij zei tegen hen: 'Waarom hebben jullie zo weinig moed? Geloven jullie nog steeds niet?' Ze werden bevangen door grote schrik en zeiden tegen elkaar: 'Wie is hij toch, dat zelfs de wind en het meer hem gehoorzamen?'

[Luisterlied: Niente mi manca \(It\)](#)

Psalm 23 : het ontbreekt mij aan niets.

**Tekst:** Het verhaal van bang mannetje

Als bang mannetje naar de winkel gaat, durft hij niets te zeggen als er een mevrouw voor haar beurt gaat. Op straat durft hij niet zijn lievelingsbloemetjesbroek aan te doen. 'Wat ben ik toch een bang mannetje', denkt hij. 'Ik zou best wel een minder bang mannetje willen zijn'. 'Wie kan ik om hulp vragen?'

Hij zoekt bij google en leest "de toverboom". Hij maakt een afspraak. De toverboom zegt: "Kom morgen maar langs, en succes verzekerd. En oh ja, je hoeft nergens bang voor te zijn." De volgende dag gaat bang mannetje door het wilde woeste woud. De eerste die hij tegenkomt is een woeste draak. Hij spuwt vuur en er komt rook uit zijn oren. 'Maar goed dat de toverboom gezegd heeft dat ik niet bang hoef te zijn'. "Dag draak, ik ben op weg naar de toverboom". "Oh", zegt de draak, "doe hem de groeten, en bij het derde geraamte moet je linksaf." Bang mannetje loopt verder, plotseling ziet hij een enorme harige spin. 'Ik hoef niet bang te zijn', denkt bang mannetje. En zegt: "Dag spin, ik ben op zoek naar de toverboom." "Oh", zegt de spin, "zeg maar tegen de toverboom dat zijn das bijna klaar is". Bang mannetje loopt verder. Af en toe hoort hij allerlei rare geluiden en opeens voelt hij een kille hand in zijn nek. Hij ziet een heks met spinnenwebben en kakkerlakken. 'Maar goed dat de toverboom gezegd heeft dat hij niet bang hoefde te zijn'. "Dag heks, ik ben op weg naar de toverboom". "Oh", zegt de heks, "neem dan maar deze pompoen mee voor hem, kan hij lekkere soep van maken". Dan ineens staat bang mannetje voor de toverboom. "Wat ben je vroeg", zegt de boom. "Heb je de draak niet gezien, en de spin en de heks?" "Ja hoor, u moet de groeten hebben van de draak. Uw das is bijna klaar en hier is een pompoen van de heks."

De toverboom is een tijdje stil. Dan zegt hij: "Hierbij verklaar ik dat je een best wel dapper mannetje bent. Einde van het consult. Goedendag!"

Het best wel dappere mannetje stapt opgelucht naar huis, trekt zijn lievelingbloemetjesbroek aan en koopt in de winkel een slagroomsoes.



### Luisterlied: Amor Amor

*Tekst:*

Amor amor amor amor  
Hermanos ninos Dios es amor  
Ama todos como hermanos  
Dios es amor

*Vertaling:*

Liefde liefde liefde liefde  
Broeders, kinderen, God is liefde  
Houd van allen als broeders  
God is liefde

## Tekst

Wat leert het dappere mannetje ons: hij constateert dat hij bang is. Realiseert zich dat hij hulp kan vragen. Maakt een afspraak en vertrouwt op wat hij hoort: je hoeft nergens bang voor te zijn.

Vertrouwen, daar gaat het om.

Zou het kunnen zijn dat Jezus ons dat ook zegt: heb vertrouwen, neem de beslissing: ik hoef nergens bang voor te zijn!

Jezus kiest een situatie die past in die tijd en in die omstandigheden. Een boot op een meer. Leerlingen die gewend zijn te vissen. Een meer waar het af en toe behoorlijk kan stormen. Wat fijn dat wij dit verhaal kunnen invullen met namen als God, en Jezus. Jezus die ons vertelt dat God altijd bij ons is. Dat God zijn kostbare schepsels niet alleen laat. Wat fijn dat we Jezus altijd kunnen aanroepen als we bang zijn of het even niet meer weten. We hebben een keus: verbinden we ons met de hectiek van de dag, de chaos, of verbinden we ons met God. Je verbindt je met waar je waarde aan hecht. Vaak is dat: wanorde, allerlei meningen, we kunnen ook kiezen voor de Liefde. Dat kan zich uiten in zachtheid, vreugde, vrede. De kalme stem namens God spreekt van vrede en heeft het welzijn van iedereen voor ogen. Maak een besluit om iedere dag, ieder uur, iedere minuut te vertrouwen op God. "Je hoeft niet bang te zijn", zegt Jezus. "God is altijd bij je!"



## Stilte

**Voorbeden** gevolgd door: *Heer in Uw goedheid, (allen:) Hoor ons gebed*

- Bidden wij tot God om wat de mens in zijn leven wellicht het meest nodig heeft: vertrouwen  
*Heer in Uw goedheid, Hoor ons gebed*
- God van Liefde, wij bidden voor mensen die zich ernstig zorgen maken over wat de dag van morgen brengen zal.  
*Heer in Uw goedheid, Hoor ons gebed*

- Voor allen die ziek zijn en geen hoop meer hebben op herstel. Voor mensen die door het leven getekend al hun vertrouwen zijn kwijtgeraakt.

*Heer in Uw goedheid, **Hoor ons gebed***

- (Ruimte voor eigen gebed)

...

*Heer in Uw goedheid, **Hoor ons gebed***

### **Onze Vader** in de Aramese vertaling.

*Bron van Zijn, die ik ontmoet in wat mij ontroert, 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 geboren:*

*de al werkzame wil,*

*de levende kracht om te handelen,*

*en het lied dat alles verfraait,*

*en zich van eeuw tot eeuw vernieuwt.*

[Lied nr. 123: Gott, lass meine Gedanken sich sammeln zu dir.](#)

### **Wegzending**

[Slotlied nr 140: May the blessing](#)

Een reactie kan naar [hettyheling@home.nl](mailto:hettyheling@home.nl)