

Oecumenisch Meditatief Avondgebed 1 december 2021

Thema: Kies voor het leven

Voorganger: Dinie Koning & Jurgen van der Ent



[Aanhef blz. 12: Wees hier aanwezig](#)

Hartelijk welkom bij dit avondgebed, dat zo plotseling, niet in de Broederenkerk gehouden wordt, maar op jullie eigen plek, thuis. We zullen elkaar even fysiek moeten missen. Maar dat neemt niet weg dat er toch ook een wonderlijke verbinding is met elkaar, en Dinie en ik hopen dat dit voor eenieder ook door deze online viering zo zal zijn.

Kies voor het leven!!! Een hoofdstuk uit 'Samen luisteren in de stilte' van Tjitske Volkerink willen wij samen met jullie delen, een hoofdstuk dat Dinie en Han een tijdje terug zo raakte. Wandelend op zondag in Zuid-Limburg, besloten zij in de 'grote kathedraal' van het buiten, even te pauzeren met een bakkie en over dit gedeelte te mijmeren, en toen plofte er wel een heel bijzonder blad op de bank. Een blad met twee harten erin.



In deze adventsperiode, deze donkere dagen van onzekerheid kiezen wij ook leven, door uit te kijken naar de komst van het Kind, de Mensenzoon, zoon van Maria nu nog zwanger. Twee harten ineen. Verlangend kijken we uit naar de geboorte, het nieuwe licht en een uitweg uit deze duisternis.

[Lied nr. 136: O Gij, boven alles uit](#)

Lezing uit Spreuken 4 vers 23

Behoed je hart meer dan alles wat je moet behoeden, want daar ontspringt de bron van het leven

[Lied nr. 73: Sviaty Bože.](#)

Overweging 'Kies voor het leven'

Hoe is het met je hart? Een korte vraag waarop het soms lastig antwoorden is. Je kunt er geen test voor doen. Je kunt het wel voelen, maar daarvoor heb je toch ook enige oefening nodig. Wat voel je, wat betekent dat? Een mooi beeld van je hart is een bron van leven. Een 'wellspring of life'. Zie je het voor je? Sluit je ogen maar eens en zie een natuurlijke omgeving met veel kleuren groen, kleurige bloemen, de zon schijnt en dan is daar in het midden een fontein die water opspuit. Het is prachtig en idyllisch.

Deze zomer was de schrijfster, Tjitske Vollerink, in Florida waar waterbronnen opkomen. Ze was zo benieuwd, dat ze er uitvoerig verslag van deed. Ik vertel het je in haar eigen woorden:

We gingen ernaartoe. Het was plakkerig warm, we betaalden aan een loket en samen met honderden anderen zochten we een plekje in de schaduw op het grasveld. We kwamen langs waarschuwingssborden voor alligators en daar was het dan: een waterplas, helderblauw, maar vlak! De lokale bevolking gebruikte de bron als zwembad en het lag vol met mensen, maar waar was de bron? Het bleek niet een springende fontein, maar als je goed keek zag je op verschillende plekken vanuit de grond kleine bubbels opkomen borrelen. Koud water. Het was zo anders dan ik me had voorgesteld. Ik moest het water delen met veel anderen, ik moest opletten op mijn spullen, het koude water trotseren, opletten op natuurlijke gevaren zoals dieren en zonnebrand. Tegelijkertijd was het een ervaring die diep ontzag opriep; hier begint een machtige rivier die verderop leven geeft aan mensen en dieren, die zich slingerend door het land op weg begeeft naar de zee. Ondertussen het land bevochtigt. De bron heeft

aantrekkingskracht, mensen komen massaal om het frisse water te proeven, om nieuwe energie op te doen.

Een bron van leven, dat mag ons hart zijn. Wat bubbelt erop als je bewust stilstaat bij wat er leeft in je hart? Is het fris en helder water waar jij en mensen om je heen nieuwe energie van krijgen? Of is het water (deels) onhelder, modderig of vies geworden?

In Florida was er zorg en onderhoud voor het goedhouden van de bron. Er was een toiletgebouw, een houten steiger aan de rand met een trapje om het water in te komen. Er waren regels, afzettingen waar je niet mocht komen. Je betaalde entree en zo werd de bron en de directe omgeving opgeruimd. Er was toezicht op wat mensen deden.

Wat doe jij om te zorgen voor je hart? Het leven dat je als cadeau hebt gekregen van je Schepper?

Sta eens stil bij aangeleerde gewoontes, keuzes die je maakt. Is daar ruimte voor zorgen voor je hart? Neem je de tijd voor onderhoud als er pijn, verdriet, boosheid of teleurstelling binnen is geslopen?

Nieuw leven wekt eerbied op, maar al te snel is er gewoonte, sleur, ik verbaas me erover hoe gemakkelijk iets kapot gemaakt kan worden. Vaak zonder de intentie. Een nare opmerking, maar die was niet zo bedoeld hoor. Een blik of juist geen aandacht. Een tekort.

Mensenkinderen kiezen vaak voor bescherming van hun hart, ten koste van de ander. Een sneer, een grauw. Jouw pijn wordt er niet minder van: een rimpeleffect. Gek toch, hoeveel moeite er nodig is om het goede te doen en hoe gemakkelijk iets kapotgaat. Fysiek en emotioneel. Het is nodig om je schat te bewaken. Je bron van leven vraagt om bescherming, er zijn gevaren.

Waar moet jij je hart gaan bewaken? Wat voor zorg mag je geven aan jezelf? Welke grens mag je gaan stellen om verwonding te voorkomen? Wat heb je nodig??

Laat je gedachten eerst eens komen en uitrazen. Als het rustiger begint te worden blijf je even zitten. Bespreek wat er is met Jezus. Leg het aan

Hem voor, je hoeft Hem niets te vertellen. Hij herkent jouw situatie, hij kent jou. Kom uit de kramp, uit het doen, uit het moeten. Blijf aanwezig, leg je hart open voor Hem en luister...

[Lied nr. 116: Seigneur tu gardes mon ame](#)

Stilte

Voorbeden met als [acclamatie nr. 70: Heer ontferm U](#)

- Heer God, geef ons de stilte om naar ons hart te luisteren, een bron van leven. Geef ons de kracht om het leven te omhelzen en niet te blijven in die modderige poel waarin wij soms in staan.
Laat ons zingend bidden...
- Heer God, laat ons niet te neer slaan in deze donkere tijd. Geef ons het inzicht dat het licht zal terugkeren in het leven door de geboorte van Uw zoon, Jezus Christus.
Laat ons zingend bidden...
- (vul hier je eigen gebed in)
...
Laat ons zingend bidden...
- Heer God, laten we ook stilstaan bij alle gebeden die we niet horen maar weten dat ze in stilte worden uitgesproken. Wij vragen U: verhoor ook deze gebeden
Laat ons zingen bidden:

Lied nr. 101: Notre Pere (Onze Vader)

Slotgedachte

*Ik wil het leven heffen
Als een goed glas wijn
Lechajim; op het leven!
Zo zou het moeten zijn.
Dus vul ik nu de vaten
En wacht het wonder af
Hoe U mij overschenkt
Van kruik naar een karaf.*

*Jezus – Uw liefde in mij
Jezus – Uw vreugde in mij
Jezus – Uw vrede in mij
Jezus – Uw geloof in mij
Heer Jezus Christus, Zoon van God.
Ontferm U over mij*

Lied nr. 108: Frieden, Frieden



Veel sterkte in deze donkere dagen!!

Dinie & Jurgen