

Oecumenisch Meditatief Avondgebed 28 augustus 2024

Thema: Vertrouwen op God

Voorganger: Jurgen van der Ent



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

Welkom en inleiding

Welkom bij het Oecumenische Meditatief Avondgebed in de traditie van Taizé.

Vertrouwen in God lijkt een makkelijke opgave. Maar probeer het maar eens, als dingen in je leven niet gaan zoals zou moeten. Als de nood dan hoog op loopt, kun jij je dan nog overgeven en vertrouwen op God?

Hoe kun je in de stress van het moment, als je angsten zich als beren op je weg manifesteren en je alles donker inziet nog vertrouwen op God?

Daar gaat het vandaag in deze vesper over. Maar eerst hoog tijd om tot rust te komen.

[Lied nr. 143: Mijn ziel kom op adem, kom tot rust](#)

Inleiding

De laatste maanden zijn niet makkelijk voor mij. Het geld raakt op, het werk dat ik doe levert te weinig op en met het solliciteren voor een parttimebaan (lees: financiële zekerheid) vang ik steeds bot: Te weinig aantoonbare ervaring, niet de juiste opleidingen en te oud!

Natuurlijk hebben we in Nederland het vangnet van de bijstandsuitkering, maar dat wil ik eigenlijk niet. Ook omdat ik, als voorwaarde voor die uitkering, mijn onderneming moet opzeggen (met alle gevolgen van dien). Nee, er moet inkomen komen. Binnen twee maanden!



Zo zit ik nu al een jaar in deze spanning, stress en het wordt steeds erger. Een mede-zanger van de Barok cursus merkte op: "Je zong beter dan vorig jaar, maar niet voluit: iets houd je tegen." Hij heeft gelijk; de stress benauwd me, belemmert me om vrij te zingen, verkrampt me in mijn

spieren.

En ja, ik kan het loslaten als ik lekker mag zingen samen met goede vrienden en kennissen of thuis mag komen in deze kring. Dan vergeet ik het even en geniet ik van het moment. Maar later openbaart zich de werkelijkheid als een plots opkomende onweersbui en verkramp ik weer. En dat wordt steeds heftiger.

En, in tegenstelling tot vroeger, praat ik er over. Ik krop het niet op, maar deel het met mensen om mij heen. En onderneem actie door een cursus loopbaan APK te volgen waarmee ik mij beter kan profileren op de arbeidsmarkt en blijf stug door solliciteren.

En mijzelf overgeven aan wat gaat komen en vertrouwen op God? Jee, dat wordt steeds moeilijker en zwaarder. Kon ik maar zoals Jezus vol vertrouwen en overgeven. 'In manus tuas Pater commendo spiritum meum' ofwel 'In Uw handen, Vader, beveel ik mijn geest', mijn lievelingslied en nu ook wel lijflied/strijdlied.

[Lied nr. 7:](#) [In manus tuas Pater](#)

Bijbellezing uit Jesaja 12 vers 2 en Psalm 25 vers 1

*God, U bent mijn redder,
op U vertrouw ik.
Ik ben niet bang meer,
want U geeft mij kracht, Heer.
U beschermt me,
U hebt me bevrijd.
Ik verlang naar de Heer

Mijn verlangen gaat uit naar U,
Heer, op U blijf ik steeds vertrouwen*

[Lied nr. 142:](#) [Op U vertrouw ik](#)

Vertrouwen op God

Hoe kan ik dan vertrouwen op God als ik in de stress zit?

Ik vind het antwoord in de stilte. Bewust mijzelf afsluiten van geluiden

om mij heen. De angsten en beren wegsturen, verbannen voor een tijdje en een moment van rust vinden.

En dan, als ik de boodschappen en de to-do-lijstjes hebt geordend, dan kan ik pas echt stil zijn. En mij openstellen, de zender op ontvangst zetten, afwachten wat komen gaat.

Heel soms voel ik contact alsof er een tweestemmig lied klinkt in de stilte, een verbinding. En dan komt er rust, grote rust over mij heen een diep vertrouwen dat het goed gaat komen.

Dat vertrouwen wens ik iedereen toe. Wie weet voel jij het wel in de komende stilte. Laten we het volgende lied gebruiken om stilt te worden.

[Lied nr. 150: Be still](#)

Stilte

Voorbeden met als [acclamatie nr. 138: Gospodi pomilui](#)

- Liefdevolle God, help ons om met stress en angsten om te gaan. Geef ons de kracht en de rust om vol overgave U te vinden in de stilte.
Laat ons zingend bidden...
- Alwetende God, weet wat er in onze harten speelt. Geef ons wijsheid en inzicht om verder te gaan op onze levensweg.
Laat ons zingend bidden...
- Luisterende God, luister naar de stilte in ons hart. Verhoor de gebeden die hier niet zijn uitgesproken maar op onze lippen branden.
Laten voor al deze stille wensen nog één keer zingen...

Onze vader (uit het Aramees vertaald)

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 Amen.

[Lied nr. 152: Gelukkig de mens die op U vertrouwt](#)

Slotgedachte: De Stilte, een tweestemmig lied met God

*Als ik maar één stem hoor,
zing ik veel te hard,
ben ik te veel met mijzelf bezig,
of wil alleen soleren en bereik ik niets.*

*Als de zang niet stemt,
ben ik ontstemt en zit mij iets goed dwars,
kan ik het juiste zendkanaal niet vinden,
ben ik niet in de stemming,
en zal de stilte een kakofonie van geluiden zijn.*

*Als het gezang vals klink,
ben ik niet oprecht,
probeer ik krampachtig dingen te verbergen,
en zal dat de stilte verscheuren.*

*Als ik de tweede stem hoor,
kan deze mij begeleiden,
mij vervoeren in nieuwe inzichten,
of mij leiden naar nieuwe toonsoorten*

*Als de muziek in harmonie is,
klinkt er dus een derde stem door,
een oerton uit het niets voortkomend,
kleuring van klank om mij heen,
een echo van mijn omgeving in de stilte.*

*Soms duurt het een tijd voordat ik de andere stem hoor,
ben ik nog te vol in mijn hoofd met wat mij bezigt,
heb ik meer tijd tot inkeer nodig,
kan ik niet alles loslaten wat ik krampachtig vasthoud.*

*Soms wil ik niet in harmonie zijn en ben ik tegendraads.
Toch zal mijn kontrasubject altijd weer in relatie zijn met de hoofdmelodie.*

*Soms kan ik geen woorden vinden en zing ik op klanken.
Mijn melodie heeft geen uitleg nodig, de boodschap komt altijd over.*

*Ik verlang naar de stilte, maar kan deze soms moeilijk vinden.
Maar af en toe is de stilte, een tweestemmig lied met God.*

[*Lied nr. 114: Iedere nacht verlang ik naar U*](#)

*Ik wens iedereen veel vertrouwen in God
Iedereen is van harte welkom bij de koffie, thee en ontmoeting!*