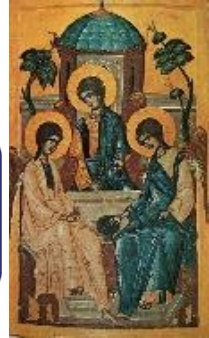


Oecumenisch Meditatief Avondgebed 8 januari 2025

Thema: Blijmoedigheid

Voorganger: Hetty Heling



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

## **Inleiding**

Afgelopen week las ik een interview met Axel Hacke, hij bepleit dat we in deze moeilijke tijden toch blijmoedig moeten zijn. Dit nieuwe jaar met zijn uitdagingen nodigt ons uit om een keuze te maken. Hoe serieus moeten we het leven nemen?

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

## **Vrolijke levenshouding**

Over de toekomst kun je niet zoveel vrolijks vertellen. Zet je alles naast elkaar dan zijn er niet zoveel lichtpuntjes. We klagen graag, we zijn gefixeerd op ellende, kijk maar naar het journaal of wat er in de krant staat. Maar we hebben wel een keuze. Lukt het je om het leven ook vrolijk te benaderen? Niet als een vrolijke stemming, dit kan zo weer over gaan, dat is vaak maar tijdelijk... Er wordt bedoeld een levenshouding.

Er hebt er twee dingen voor nodig:

Als eerste: Moed. Het streven om je leven niet te laten beheersen door angst. De angst van mensen om te verliezen wat ze hebben is een van de grondgevoelens van deze tijd. Het maakt dat je verkramp bent, dat je angstig leeft. Je zet jezelf op de handrem.

Het tweede wat je nodig hebt is: zelfspot. Kun je een beetje afstand van jezelf nemen. Even een stapje achteruit zetten. Deze houding zorgt er voor dat je kalmte ervaart, en berusting.

Neem niets persoonlijk, mensen voelen zich tegenwoordig zo gauw gekrenkt, of beledigd. Waar richt je je aandacht op? Is een belangrijke vraag. Kalmte bewaren kost inspanning maar het loont wel.

Het is niet de bedoeling om de zware dingen van het leven te ontkennen maar om ze als het ware te omarmen. “Het lichte heeft het zware nodig om licht te kunnen zijn”.

Lied nr. 46: Spiritus Jesu Christi

**Bijbeltekst** naar Jesaja 60 vers 1

Sta op en schitter  
want lang was de nacht  
en bitter de strijd  
met oude fantomen,  
maar nu is het morgen,  
nu wordt het tijd  
om blinkende dromen  
waar te maken  
– weet je geborgen in een  
nieuw licht –



Vat moed en schitter en richt je op wat komen gaat,  
want je hart wordt witter en de dag verwacht je eigen herboren gelaat.

Lied nr. 52: Laudate omnes gentes

**Gebed** - Gun ons nieuwe ogen

*Onnoembare,*

*Gun ons nieuwe ogen*

*die helderziende zijn voor de signalen van mensen om ons heen.*

*Gun ons open oren,*

*om het zwijgen van anderen op de juiste golflengte op te vangen.*

*Gun ons humor en blijmoedigheid in de omgang met lastige mensen;*

*want ook die plaatst u op ons levenspad.*

*Gun ons een goed geheugen,*

*voor wat anderen ons hebben toevertrouwd*

*en voor wat wij hen hebben beloofd te zullen doen.*

*Gun ons vasthoudendheid,*

*om de tijd niet te verdoen met kleine onenigheden;*

*Uw rijk kan niet worden gebouwd door zure mensen.*

*Gun ons een blij gezicht en een glimlach  
die de spiegel is van een vrolijk hart,  
zodat anderen zich daaraan kunnen optrekken.*

*Gun ons die gezindheid die ook in Jezus stak,  
toen hij mens onder de mensen en vriend onder vrienden was.*

*Alfred C. Bronswijk*

[Lied nr. 123: Aber du weißt den Weg](#)

**Stilte**

**Voorbeden** met als acclamatie nr. 32 Gospodi pomilui

**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.*

*Schenk ons wat we elke dag nodig hebben*

*aan brood en aan inzicht.*

*Maak de koorden van fouten los*

*die ons verbinden aan het verleden,*

*opdat ook wij anderen hun misstappen kunnen vergeven.*

*Laat de 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. 77: Toi tu nous aime](#)

Slotlied nr. 132: Vrede wens ik jou (blijmoedigheid wens ik jou)



*Van harte welkom  
voor een warm bakje koffie of thee.  
Vanavond is er ook weer koorrepetitie*