

Oecumenisch Meditatief Avondgebed 29 oktober 2025

Thema: Onze dagen tellen

Voorganger: Hetty Heling



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

Welkom en inleiding

De tijd verstrijkt. De tijd lijkt soms voorbij te vliegen. Wij krijgen het leven van God om niet. Elke dag is genadetijd. Ervaar je dat zo of laat je de tijd maar voorbijgaan zonder er aandacht aan te besteden. Elke dag is allesbehalve vanzelfsprekend. Het is een kostbaar geschenk. We weten niet hoe de dag van morgen zal zijn. En kunnen we in dankbaarheid terugkijken hoe het leven verlopen is tot nu toe. Ben je dankbaar voor de mooie herinneringen maar ook dankbaar voor de moeilijke dingen in het leven. Ben je trots of heb je spijt? Misschien zeg je wel: geef mijn portie maar aan Fikkie of zeg je: hier moet ik het mee doen en je maakt er het beste van.



Psalm 90 is het uitgangspunt. Vertrouwen en een vraag om hulp.

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

Bijbeltekst: Psalm 90

Een gebed van Mozes, de man Gods.

Heere, Ú bent ons een toevlucht geweest
van generatie op generatie.

Al vóór de bergen geboren waren
en U de aarde en de wereld voortgebracht had,
ja, van eeuwigheid tot eeuwigheid bent U God.

U doet de sterveling terugkeren tot stof
en zegt: Keer terug, mensenkinderen.
Want duizend jaren zijn in Uw ogen
als de dag van gisteren, wanneer die voorbijgegaan is,
of als een wake in de nacht.

U spoelt hen weg, zij zijn als de slaap.
In de morgen zijn zij als het gras dat opkomt:
in de morgen bloeit het en komt het op,
's avonds wordt het afgesneden en het verdort.

Want wij vergaan door Uw toorn,
door Uw grimmigheid worden wij door schrik overmand.
U stelt onze ongerechtigheden voor Uw ogen,
onze verborgen zonden in het licht van Uw aangezicht.
Want al onze dagen gaan voorbij door Uw verbolgenheid,
wij brengen onze jaren door als een gedachte.
De dagen van onze jaren: daarin zijn zeventig jaren,
of, als wij zeer sterk zijn, tachtig jaren,
maar het beste daarvan is moeite en verdriet,
want het wordt snel afgesneden en wij vliegen heen.

Wie kent de kracht van Uw toorn
en Uw verbolgenheid, wie weet hoezeer U te vrezen bent?
Leer ons zó onze dagen tellen,
dat wij een wijs hart verkrijgen.

Keer terug, HEERE, hoelang nog?
Laat het U berouwen over Uw dienaren.
Verzadig ons in de morgen met Uw goedertierenheid,
dan zullen wij juichen en verblijd zijn, tijdens al onze dagen.

Verblijd ons overeenkomstig de dagen waarin U ons verdrukt hebt,
overeenkomstig de jaren waarin wij het kwade gezien hebben.

Laat Uw werk aan Uw dienaren gezien worden,
Uw glorie over hun kinderen.

De lieflijkheid van de Heere, onze God, zij over ons;
bevestig het werk van onze handen over ons,
ja, het werk van onze handen, bevestig dat.

Gebod van Mozes

“God, kijk ik terug zo ver ik kan: U bent er altijd. Mensen niet. Als ze tachtig worden is het al veel. En wie denkt nog aan ze als ze dood zijn? Mensen zijn geen god. Mensen gaan voorbij. Moeilijk is dat: jong wezen, oud worden, doodgaan. En als je ziet wat er soms met mensen gebeurt: geen leven is het. Daarom bid ik: Geef ook geluk, plezier. Maak het zo dat mensen zeggen: je kunt wel zien dat God er is. En wat wij laten liggen gaat u mee verder.”

[Lied nr. 123:](#) [Aber du weißt dem Weg für mich](#)

Gedicht: Je Vader

*Voordat God zijn kinderen naar de aarde zond,
gaf hij ieder van hen een heel zorgvuldig
samengesteld pakket met problemen.*

*Die, zo beloofde hij glimlachend,
zijn van jou alleen. Niemand anders zal de zegeningen ervaren
die deze problemen jou zullen brengen.*

*En jij alleen hebt de specifieke talenten
en hoedanigheden die nodig zijn
om deze problemen tot jouw dienaren te maken.*

Ga nu naar je geboorte en naar je vergetelheid.

*Weet dat mijn liefde voor jou onmetelijk is.
De problemen die ik jou geef, zijn het symbool van die liefde.
Het monument dat je van je leven maakt
met behulp van je problemen,
zullen een symbool zijn van jouw liefde
voor Mij, je Vader.*

*Monument voor Charlie door Blaine M. Yorgason
Vertaling uit het Engels door René van Lerven.*

[Lied nr. 127: Heureux qui s'abandonne](#)

God's gebed

God heeft niet beloofd
dat de hemel altijd blauw zou zijn,
dat wij ons hele leven bloem bezaaide paden zouden hebben.
God heeft niet beloofd
dat er zon zonder regen;
blijdschap zonder verdriet,
vrede zonder pijn zou zijn.
Maar God belooft wel:
kracht voor de dag;
rust voor werken;
licht voor het pad,
genade voor de beproevingen;
hulp van boven,
onuitputtelijk medegevoel en onsterfelijke liefde.

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

Stilte

Voorbeden met als [acclamatie nr. 30: Kyrie eleison](#)

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 alwerkzame wil,
de levende kracht om te handelen,
en het lied dat alles verfraait,
en zich van eeuw tot eeuw vernieuwt.

[Lied nr. 121: Let all who are thirsty come](#)

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