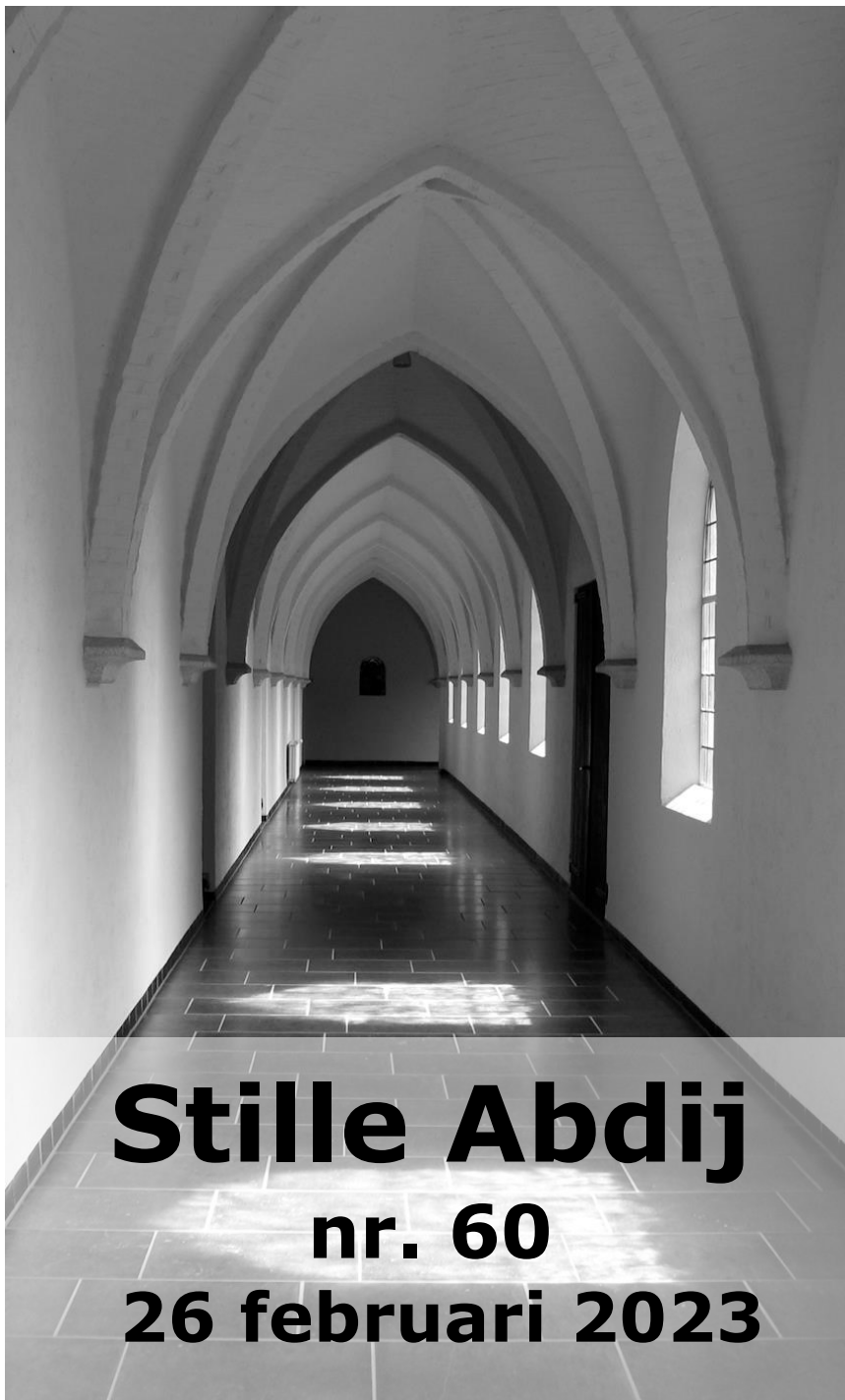




Stille Abdij

nr. 60
26 februari 2023

Onzevader

Onze Vader, die in de hemel zijt,
uw naam worde geheiligd,
uw rijk kome, uw wil geschiede
op aarde zoals in de hemel.
Geef ons heden ons dagelijks brood
en vergeef ons onze schulden,
zoals ook wij vergeven aan onze schuldenaren,
en breng ons niet in beproeving,
maar verlos ons van het kwade. Amen.

Weesgegroet

Wees gegroet, Maria, vol van genade,
de Heer is met u.
Gezegend zijt gij boven alle vrouwen,
en gezegend is de vrucht van uw lichaam, Jezus.
Heilige Maria, Moeder Gods,
bid voor ons, arme zondaars,
nu en in het uur van onze dood. Amen.

Colofon

*De bijbelteksten zijn ontleend aan de NBV21
© Nederlands-Vlaams Bijbelgenootschap
Tekst (of redactie) van de gebeden:
priester Pradip Smagge*

Beste geloofsgenoot

We richten ons graag tot jou,
die de pijn voelt van je ouderdom en/of van je ziekte.
Jij die de eenzaamheid ervaart of die wordt beproefd
in je lichamelijke of geestelijke gezondheid.
We weten dat je dagen niet makkelijk om dragen zijn.
Daarom dit initiatief van "Stille Abdij".
Een vreemde naam weliswaar,
met graag een woordje uitleg.

"Stille Abdij"

sluit aan bij de gebedstraditie van gelovige mensen.
Uiteindelijk hebben we het leven niet in handen.
God zelf draagt ons. Hij is de bron waaruit wij leven.
In het gebed komen we op het spoor van Gods kracht
in ons leven en vooral van zijn liefde en goedheid.

- Waarom **Stille** Abdij?

Veel zieke, oudere of eenzame mensen
voelen elke dag de stilte aan in hun directe omgeving.
Je kan je minder goed verplaatsen.
Je hebt minder contacten dan vroeger.
Het is minder druk rondom jou
en zo ervaar je elke dag stilte in je leven.

- Waarom Stille **Abdij**?

Elke abdijsamenleving heeft een hart voor bidden.
Het bidden vormt het hart van de abdij
en haar bewoners en schept verbondenheid
met de hele wereld,
Gods schepping en zijn schepselen.

- Waarom **Stille Abdij**?

Eenvoudigweg,

omdat we geloven dat ieder christen geroepen is om in stilte verbonden te zijn en te blijven met de wereld en met alle mensen, ook al neem je niet meer in volle activiteit deel aan zoveel.

Je stille huis, je woonkamer of ziekenkamer mag je letterlijk aanzien als een kleine abdij, waar in stilte wordt gebeden voor de talrijk noden in onze wereld.

Je begrijpt wellicht al een beetje waarover het gaat. Je bidden is dus heel belangrijk, want zo staat er geschreven in het bijbels boek van Psalmen:

'Als de Heer niet helpt bij het bouwen van een huis, dan heeft het geen zin, ook al doen de bouwers hun best.' (Psalm 127)

Ons bidden is de dragende kracht van ons leven en schept verbondenheid met de geloofsgemeenschap.

Hieronder **enkele tips** om van je dagelijks gebed een ogenblik van rust te maken, met je hart bij de Heer...

Misschien kan je eerst

een **stukje rustige muziek** beluisteren.

Dit maakt je stiller. Weet dat je verbonden bent met een hele groep mensen, met wie je een onzichtbare kring vormt.

Een **kaarsje** aansteken is een belangrijke hulp om tot de gepaste gebedssfeer te komen.

Lees rustig het evangeliefragment en het gebed voor elke dag in dit gebedenboekje.

Herlees het en laat het tot je doordringen.

Eventueel kan je samen lezen als koppel,

of met iemand die je heel goed kent

of af en toe eens op bezoek komt.

Weet dat **Jezus** verbonden is met je.

Hij is de levende Heer die geen mens in de steek laat.

Zijn verrijzenis werpt een nieuw licht op ons leven.

Denk daarna aan de **intenties** die je zelf hebt:

een zieke medemens, iemand in moeilijkheden,

de jongeren die worden gevormd,

roepingen in onze Kerk, de herders van de Kerk,

de armen met wie wij broederlijk delen,...

Als besluit kan je dan heel rustig en bewust

het **Onzevader en een Weesgegroet** bidden.

We staan altijd open voor je suggesties.

In ieder geval zijn we je dankbaar

omdat je wil meewerken aan deze kring

van biddende mensen,

want je bent inderdaad niet alleen.

We danken je evenzeer

omdat je het hele parochiegebeuren

helpt dragen vanuit je bidden.

God is werkzaam via je bidden in je huis,

als in een echte **"Stille Abdij"**.

Bedankt en veel goede moed toegewenst!

Daarna werd Jezus door de Geest meegevoerd
naar de woestijn om door de duivel
op de proef gesteld te worden.

Nadat Hij veertig dagen en veertig nachten
had gevast, had Hij grote honger.

Toen kwam de beproever naar Hem toe en zei:
'Als U de Zoon van God bent,
beveel die stenen dan in broden te veranderen.'
(Matteüs 4:1-3)

We bidden dat we ons met elkaar verbinden,
de handen in elkaar slaan
voor een nieuwe manier van leven,
dat we elkaar steeds opnieuw ontmoeten
en respecteren zo verschillend als we zijn.
Dat de norm van ons samenleven niet bepaald wordt
door het grote Nooit Genoeg,
dat de kwaliteit van het leven niet gemeten wordt
aan wat mode en reclame ons voorschrijven.
Dat we samen werk maken van een gemeenschap
waarin de rode draad, de leidraad voor onze relaties,
voor ons omgaan met de dingen en met elkaar
Gods eigen naam mag zijn:
'Ik zal er zijn voor u.'
Moge het zo zijn. Amen.

Eigen intentie + Onzevader + Weesgegroet

Zes dagen later nam Jezus Petrus, Jakobus
en diens broer Johannes met zich mee
een hoge berg op, waar ze alleen waren.
Voor hun ogen veranderde Hij van gedaante,
zijn gezicht straalde als de zon
en zijn kleren werden wit als het licht.
Plotseling verschenen aan hen Mozes en Elia,
die met Jezus in gesprek waren. (Matteüs 17:1-3)

God, roepstem door de eeuwen heen,
spreek ons aan vandaag
en zegen ons met durf en goede moed.
Roep ons bij onze liefste naam
en zet ons op weg in het spoor van uw profeten
om het visioen te zien van een nieuwe wereld
volledig met uw stralend licht doorschijnen.
Geef dat geen duister en schaduw
ons nog weerhouden om betere mensen te worden
die leven, denken en doen
met de allesoverwinnende kracht
van uw liefde. Amen.

Eigen intentie + Onzevader + Weesgegroet

Jezus zei tegen haar: 'Als u wist wat God wil geven,
en wie het is die u om water vraagt,
zou u Hém erom vragen
en dan zou Hij u levend water geven.'
'Maar heer,' zei de vrouw, 'U hebt geen emmer,
en de put is diep –
waar wilt U dan levend water vandaan halen?'
(Johannes 4:10-11)

God, die genoemd wil worden: 'Ik zal er zijn',
die water doet ontspringen uit de rots
en levend water schenkt uit de oude bron,
op uw woord willen we opstaan
en geloven in de oogst
die we niet durfden verwachten.
Dat wij zien wat er te doen staat.
Dat we levend water zijn,
zo gul als we kunnen zijn... en meer,
om woestijnen in bloei te zetten,
dorre akkers tot groene weiden te maken.
Amen.

Eigen intentie + Onzevader + Weesgegroet

In het voorbijgaan zag Jezus iemand
die al vanaf zijn geboorte blind was.
Zijn leerlingen vroegen: 'Rabbi, hoe komt het
dat hij blind was toen hij geboren werd?
Heeft hij zelf gezondigd of zijn ouders?'
'Hij niet en zijn ouders ook niet,'
was het antwoord van Jezus,
'maar Gods werk moet door hem zichtbaar worden.
Zolang Ik in de wereld ben,
ben Ik het licht voor de wereld.'
(Johannes 9:1-3.5)

God van levend licht,
niet voor verblinding hebt U ons gemaakt
niet voor schemerdonker en beneveling,
maar voor het volle licht.
U oordeelt niet naar uiterlijkheid en schone schijn.
Bezie ons met genegenheid
en laat ons met al onze talenten en beperkingen
verder schrijven aan ons eigen levensverhaal.
Verhelder ons bestaan en sterk onze binnenkant
met wijsheid en levenskunst.
Geef ons inzicht in wie wij zijn,
geef ons uitzicht op uw nieuwe wereld. Amen.

Eigen intentie + Onzevader + Weesgegroet

Jezus zei: 'Je broer zal uit de dood opstaan.'
'Ja,' zei Marta, 'ik weet dat hij bij de opstanding
op de laatste dag zal opstaan.' Maar Jezus zei:
'Ik ben de opstanding en het leven.
Wie in Mij gelooft zal leven, ook wanneer hij sterft,
en ieder die leeft en in Mij gelooft zal nooit sterven.
Geloof je dat?' 'Ja, Heer,' zei ze, 'ik geloof
dat U de messias bent, de Zoon van God
die naar de wereld zou komen.' (Johannes 11:23-27)

God, het is mooi om te geloven dat U liefde bent,
maar wij blijven met zovele onoplosbare vragen
rond het lijden, de dood,
het waarom en waarheen van ons leven.
Wij zijn mensen die willen weten, die willen zien,
zichtbare tekenen, harde bewijzen:
bestaat uw hemel, hoe is het daar,
wat zullen we daar doen?
God, geef ons het geloof dat U niet laat vallen
al het werk van uw handen.
U bent de lucht om ons heen,
wij ademen U in en uit, van U leven wij,
ook al zien we U niet,
wij geloven dat U als een mantel van liefde
om ons heen geslagen bent,
een mantel die nooit verslijt. Amen.

Eigen intentie + Onzevader + Weesgegroet

Vanuit de menigte spreidden velen hun mantels op de weg uit, anderen braken takken van de bomen en spreidden die uit op de weg.

De talloze mensen die voor Hem uit liepen en achter Hem aan kwamen, riepen luidkeels:

'Hosanna voor de Zoon van David!

Gezegend Hij die komt in de naam van de Heer.

Hosanna in de hoogste hemel!' (Matteüs 21:8-9)

Hosanna, help ons toch!*

Breng ons liefde uit de bron van God.

Heilig, die komt van godswege,

om recht te doen aan rechtelozen

en de smeulende vlaspit niet te doven.

Heilig, bijzonder, enig in zijn soort,

die enkel liefde is en zich als een onschuldig lam naar de offertafel laat voeren.

Heilig, Hij die broodvlees en druivenbloed,

levensadem en zielskracht

wil zijn voor velen de eeuwen door.

Hosanna, help ons toch!

Breng ons liefde uit de bron van God. Amen.

**de Hebreeuwse roep Hosha Na
betekent letterlijk: Help nu! (Help toch!)*

Eigen intentie + Onzevader + Weesgegroet

De mannen zeiden tegen hen:

‘Waarom zoeken jullie de levende bij de doden?

Hij is niet hier, Hij is uit de dood opgewekt.

Herinner je wat Hij jullie gezegd heeft

toen Hij nog in Galilea was:

de Mensenzoon moest worden uitgeleverd

aan zondaars en moest gekruisigd worden

en op de derde dag opstaan.’

Toen herinnerden ze zich zijn woorden.

(Lucas 24:5b-8)

Voor allen die tastend God zoeken

dat ze hem vinden.

Voor hen die menen God te bezitten

dat ze hem zoeken.

Voor allen die de toekomst vrezen

dat ze vertrouwen.

Voor allen die twijfelen

dat ze niet vertwijfelen.

Voor allen die in deze wereld leven

tussen hoop en vrees en voor onszelf

bidden wij tot U, God:

bevrijd ons van angst en vrees.

Sterk ons in het vertrouwen

dat U het leven draagt over de dood heen. Amen.

Eigen intentie + Onzevader + Weesgegroet

Terwijl de deuren op slot zaten,
kwam Jezus in hun midden staan.
'Vrede zij met jullie!' zei Hij,
en daarna richtte Hij zich tot Tomas:
'Leg je vingers hier en kijk naar mijn handen,
en leg je hand in mijn zij. Wees niet langer ongelovig,
maar geloof.' Tomas antwoordde:
'Mijn Heer, mijn God!' Jezus zei tegen hem:
'Omdat je Me gezien hebt, geloof je.
Gelukkig zijn zij die niet zien en toch geloven.'
(Johannes 20:26b-29)

Om de moeilijkheden die wij ondervinden
om te geloven.
Om de geslotenheid van ons hart.
Om ons angstvallig vasthouden aan valse zekerheden.
Om ons kleine en wankele vertrouwen.
Om volgehouden niet willen begrijpen.
Om alles wat ons neerdrukt,
Verrezene, geef ons de kracht
om zonder te zien toch te geloven. Amen.

Eigen intentie + Onzevader + Weesgegroet

Toen Hij met hen aanlag voor de maaltijd,
nam Hij het brood, sprak het zegengebed uit,
brak het en gaf het hun.
Nu werden hun ogen geopend en herkenden ze Hem.
Maar Hij werd onttrokken aan hun blik.
Daarop zeiden ze tegen elkaar:
'Brandde ons hart niet toen Hij onderweg
met ons sprak en de Schriften voor ons ontsloot?'
(Lucas 24:30-33)

"Heer blijf bij ons, de zon gaat onder."
Wij boden dan het avondbrood
de vreemde man, die langs de baan
met ons was meegegaan.
En wijl Hij, 't zegenend, de ogen sloot,
gebeurde het: Zijn aangezicht
verklaarde in een Hemels licht,
waarin Hij plotseling verdween...
Dit was het wonder.
Wij stonden weer alleen,
doch vouwden blij onz' handen.
Het was alsof Hij door ons heen verdween
en 't licht in ons is blijven branden.
Blijf zo in ons, o Heer, de zon gaat onder!

Felix Timmermans

Eigen intentie + Onzevader + Weesgegroet

Ik ben de deur: wanneer iemand door Mij binnenkomt
zal hij gered worden; hij zal in en uit lopen,
en hij zal weidegrond vinden.

Een dief komt alleen om te roven,
te slachten en te vernietigen, maar Ik ben gekomen
om hun het leven te geven in al zijn volheid.
(Johannes 10:9-10)

Wij bidden om herders van mensen
die durven het voortouw nemen
en weten waar de waterbronnen van het leven
zich bevinden.

Om herders van mensen
die door groene weiden en doodsvalleien
moedig verder stappen in groot vertrouwen.

Om herders van mensen die vol vertrouwen
de toekomst tegemoet gaan
en rust uitstralen
omdat ze bij God kind aan huis zijn.

Eigen intentie + Onzevader + Weesgegroet

'Jullie kennen de weg naar waar Ik heen ga.'
Toen zei Tomas: 'Wij weten niet eens
waar U naartoe gaat, Heer,
hoe zouden we dan de weg daarheen kunnen weten?'
Jezus zei: 'Ik ben de weg, de waarheid en het leven.
Niemand kan bij de Vader komen dan door Mij.'
(Johannes 14:4-6)

God, geef ons de eenvoud van een kind
dat openstaat voor het nieuwe,
dat ten volle vertrouwen kan
in de goedheid van het leven.
Geef ons meer geloof.

God, geef ons de moed van de eerste christenen,
dat wij de weg gaan die Jezus ons toont,
dat we het lef vinden het te wagen met zijn woorden.
Geef ons meer geloof.

God, geef ons de gaven van de heilige Geest;
wijsheid, inzicht, goede raad, sterkte, kennis,
vroomheid en eerbied voor uw Naam.
Geef ons meer geloof.

Eigen intentie + Onzevader + Weesgegroet

'Als je Mij liefhebt, houd je dan aan mijn geboden.
Dan zal Ik de Vader vragen
jullie een andere pleitbezorger te geven,
die altijd bij je zal zijn: de Geest van de waarheid.
De wereld kan Hem niet ontvangen,
want ze ziet Hem niet en kent Hem niet.
Jullie kennen Hem wel, want Hij blijft bij jullie
en zal in jullie zijn.' (Johannes 14:15-17)

Levende God, die uw Geest uitzendt
en mensen beweegt, bezielt en aanvuurt,
houd ons gaande,
bemoedig ons als kerkgemeenschap,
dat wij U en mekaar nooit opgeven.
Doe ons zien met nieuwe ogen.
Beziel ons met een geloof dat bergen kan verzetten.
Geest van God, U waait, brandt en spreekt in mensen.
U voegt ons aaneen ter wille van uw vredesvisioen.
Blijf voor ons: levensadem in een dode wereld.
Golfslag van nabijheid in een zee van onrecht.
Wees stem van waarheid,
geef ons aan elkaar terug als broer of zus,
kind van God. Amen.

Eigen intentie + Onzevader + Weesgegroet

'Ga dus op weg en maak alle volken
tot mijn leerlingen, door hen te dopen in de naam
van de Vader en de Zoon en de heilige Geest,
en hun te leren dat ze zich moeten houden
aan alles wat Ik jullie opgedragen heb.
En houd dit voor ogen: Ik ben met jullie, alle dagen,
tot aan de voltooiing van deze wereld.'
(Matteüs 28:19-20)

Ik zie de hemel opengaan, de aarde in het licht
van mensen die elkaar zien staan,
Gods eigen aangezicht.
Ik zie de wereld omgekeerd, het laagste bovenaan,
het ongeziene in het licht,
uit niets groeit Gods bestaan.
Ik zie het lang beloofde land,
waar alles wordt gedeeld,
van grond en licht, van steen tot brood,
wij zijn Gods evenbeeld.
Ik zie een stad van puur kristal,
de leugens zijn voorbij.
Wij leven in doorzichtigheid, Gods waarheid leven wij.
Ik zie de aarde vol sjaloom, de ongeest weggeleefd.
Ontmaskerd staan wij voor elkaar.
En zie: de vrede leeft.

Jan van Opbergen

Eigen intentie + Onzevader + Weesgegroet

'Ik heb de woorden die Ik van U ontvangen heb aan hen doorgegeven, zij hebben ze aanvaard en nu weten ze echt dat Ik van U gekomen ben, en ze geloven dat U Mij hebt gezonden. Ik bid voor hen. Ik bid niet voor de wereld, maar voor de mensen die U Mij hebt gegeven, omdat zij van U zijn.' (Johannes 17:8-9)

Misschien is bidden in alle rust je dag overschouwen
blij om het mooie dat je deed
en op 't einde niet vergeten te zeggen: Dank je wel.
Misschien is bidden samen zoeken naar helende kracht
om het morgen beter te doen,
durven zeggen: "Mens, ik hou van je".
Jammer dat we het soms
zo weinig laten zien of voelen.
Misschien is bidden beseffen hoe klein je bent,
bang en hulpeloos,
aanvaarden dat je de anderen zo nodig hebt
en dat je zelf zo nodig bent
en elkaar en ook God laten zeggen: Dank je wel.
Misschien is bidden helemaal niets doen, niets horen,
niets zeggen, alleen maar zijn en geloven.
God, leer ons weer hoe wij moeten bidden...

naar Theo Willems

Eigen intentie + Onzevader + Weesgegroet

De leerlingen waren blij omdat ze de Heer zagen.
Nog eens zei Jezus: 'Vrede zij met jullie!
Zoals de Vader Mij heeft uitgezonden,
zo zend Ik jullie uit.'
Na deze woorden blies Hij over hen heen en zei:
'Ontvang de heilige Geest.' (Johannes 20:20b-22)

Kom, heilige Geest,
vervul de harten van uw gelovigen
en ontsteek in hen het vuur van uw liefde.
Stort U uit in alles en allen,
dat wij herschapen worden
en het gelaat van de wereld vernieuwen.
Dat we scheidingsmuren slopen
en nieuwe manieren vinden om elkaar
hartelijk te ontmoeten over enge grenzen heen.

Heilige Geest, wij bidden U,
dat wij ons door U de weg laten wijzen,
wijsheid ontdekken, troost en kracht vinden
in Jezus' liefde, voor nu, morgen en altijd. Amen.

Eigen intentie + Onzevader + Weesgegroet