**Afbeelding met tekst, poster, Lettertype, grafische vormgeving

Door AI gegenereerde inhoud is mogelijk onjuist.**

**DEEL 1 : Duiding van het thema**

**‘Is er hoop, er is leven’ en daarom ‘doen wij er iets aan’ !**

We doen er iets aan!

Beweging.net en bij uitbreiding het hele middenveld maakt ontegensprekelijk een onderdeel uit van het hele democratische proces. En moet die plek blijven verdedigen.

Een luisterend oor hebben voor waar mensen echt wakker van liggen.

En vooral dan wat we horen versterken, zodat het beleid het echt kan horen.

‘We doen er iets aan’,

dat doen onze vrijwilligers en beroepskrachten samen.

We steken samen de handen uit de mouwen via soms kleine, soms grotere,

haalbare initiatieven en projecten met grote impact op ‘goed samenleven’.

We blijven onze rol als middenveld spelen en opeisen.

Want *‘het zijn sociale en burger bewegingen die ervoor zorgen dat de toekomst niet enkel in de handen beland van grootmachten en elites. Zij moeten de handen van het volk zijn, een tegengewicht tegen populisme en onverschilligheid, een tegenstem en een motor van verandering voor een meer duurzame en rechtvaardige samenleving en wereld’*

*(Paus Franciscus).*

Verbinding met het Jubeljaar van de Hoop

Volgens een eeuwenoude traditie roept de kerk om de 25 jaar een jubeljaar uit, een periode van verdieping, herstel en verzoening. Het Jubeljaar 2025 heeft als thema: ‘Pelgrims van hoop’.

Hoop op een nieuw begin, een nieuwe impuls, een leven dat het waard is om te leven.

Hoop is universeel. In het hart van ieder mens leeft hoop als een verlangen en een verwachting van het goede, zelfs als de toekomst onzeker is.

De onvoorspelbaarheid van de toekomst leidt echter vaak tot tegenstrijdige gevoelens, gaande van vertrouwen tot angst, van kalmte tot ontmoediging, van zekerheid tot twijfel.

Vandaag ontmoeten we vaak ontmoedigde mensen die pessimistisch naar de toekomst kijken, alsof niets nog geluk kan brengen. Laten we de kansen grijpen om de hoop weer aan te wakkeren.

Voor alle duidelijkheid: Hoop is niet passief afwachten, zo van ‘het komt allemaal wel goed’ met de mens en met de wereld. Hoop is met opgestroopte mouwen werken om de dingen beter te maken voor jezelf, de anderen en de planeet.

Hoop en de kracht die van hoop uitgaat, dat is de rode draad doorheen de teksten en gebeden die volgen. Zonder hoop op anders en beter, geen verandering. En onze hoop als beweging.net en partners op een solidaire, sociaal rechtvaardige en duurzame wereld is pas echt, als we ook oprecht geloven dat verandering mogelijk is en we daar in kleine en grote daden concreet werk van maken.

Onze overtuiging klinkt als volgt: ‘Is er hoop, er is leven’ en daarom ‘doen wij er iets aan’.

We hopen op een goed leven voor iedereen, zeker voor de meest kwetsbaren, niemand uitgesloten. Laten we daarom samen de handen uit de mouwen steken.

**DEEL 2 : Teksten en gebeden**

Dit deel bevat een **keuzemogelijkheid aan teksten** **en gebeden** die zowel in een eucharistieviering, een gebedsdienst of een motiverend woordje kunnen worden verwerkt. Sommige teksten kunnen de basis zijn voor een inspirerend gesprek of een stevige babbel. De week voor Hemelvaart zal er ook een homilie voor handen zijn. Uw keuze geeft aan de viering van Rerum Novarum een eigen kleur en inspiratie.

1. **TEKSTEN**

**Bijbellezingen**

***Handelingen 1,1-11***: ‘Wat staan jullie daar toch naar de hemel te kijken?’

*(= eerste lezing liturgie Hemelvaart)*.

***Brief aan de Romeinen 5,1-5****: ‘De hoop stelt niet teleur’*

*God ziet ons als goede mensen omdat we geloven. Wij waren vijanden van God.*

*Maar nu is er vrede tussen God en ons, dankzij Jezus Christus.*

*Daarom vertrouwen we erop dat we eeuwig bij God zullen leven.*

*Op dat vertrouwen mogen we trots zijn.*

*En dat is niet het enige. We mogen er ook trots op zijn dat we het nu moeilijk hebben.*

*Want door alle moeilijkheden leren we om vol te houden.*

*En door vol te houden worden we sterk in ons geloof, en die sterkte leidt tot hoop.*

*En die hoop wordt niet teleurgesteld, want Gods liefde is in ons hart uitgestort*

*door de heilige Geest die ons werd geschonken.*

***Evangelie*** van Hemelvaart volgens Lucas 24,46-53:

*Jezus zei tegen zijn leerlingen: ‘Toen ik nog bij jullie was,*

*heb ik gezegd dat alles wat er over mij in de heilige boeken staat, moet gebeuren’.*

*Daarna hielp Jezus hen om de heilige boeken goed te begrijpen.*

*Hij zei: ‘In de heilige boeken staat dat de Messias zal lijden en sterven,*

*en drie dagen later zal opstaan uit de dood.*

*En ook dat namens de Messias het goede nieuws verteld moet worden.*

*Dit is wat alle volkeren moeten horen:*

*begin een nieuw leven, dan zal God je fouten vergeven.*

*Jullie moeten dat nu aan iedereen gaan vertellen, allereerst in Jeruzalem.*

*Blijf daar totdat de heilige Geest komt.*

*Hij is de hemelse kracht die in jullie zal komen.*

*Ik zal hem naar jullie sturen, zoals mijn Vader jullie beloofd heeft’.*

*Toen nam Jezus de leerlingen mee de stad uit, tot bij het dorp Betanië.*

*Hij stak zijn armen uit en zegende hen.*

*En terwijl hij dat deed, ging hij weg. God haalde hem naar de hemel.*

*De leerlingen eerden Jezus.*

*Daarna gingen ze vol vreugde terug naar Jeruzalem.*

*Daar waren ze voortdurend in de tempel om God te danken.*

**Haiku’s vol hoop**

Na winter: lente,

dan zomer, herfst en winter.

Steeds (op)nieuw hoop.

Ooit wordt het beter,

dat met zekerheid weten.

Maar niet weten hoe.

Durven vertrouwen,

leven heeft het laatste woord.

Ooit en hoe-dan-ook.

Mogen ervaren:

is er hoop, er is leven.

Een punt wordt komma.

*Jan Van den Berghe in brochure ‘Bubbels vol hoop’ – Catechesehuis, p.19*

**Hoop**

Diep in onszelf dragen wij hoop.

Als dat niet het geval is, is er geen hoop.

Hoop is een kwaliteit van de ziel

en hangt niet af van wat er in de wereld gebeurt.

Hoop is niet voorspellen of vooruitzien.

Het is een gerichtheid van de geest,

een gerichtheid van het hart,

verankerd voorbij de horizon.

Hoop in deze diepe en krachtige betekenis

is niet hetzelfde als vreugde omdat alles goed gaat,

of bereidheid je in te zetten voor wat succes heeft.

Hoop is ergens voor werken omdat het goed is,

niet omdat het kans van slagen heeft.

Hoop is niet hetzelfde als optimisme,

evenmin de overtuiging dat iets goed zal aflopen.

Het is de zekerheid dat iets zinvol is

onafhankelijk van de afloop,

onafhankelijk van het resultaat.

*Václav Havel*

**Mimi, de Hoop**

Grote broer wilde met zijn jongste broer en zus op de foto. De vakantietijd was voorbij en hij ging op kot voor verdere studies. Het moest een jeugdfoto worden, waar ze alle drie op stonden. Moeder zou de foto nemen. Achteraf zag ze tot haar verbazing dat haar beide jongens de handen van zusje Mimi vasthielden: twee flinke zonen die kleine zus als het ware in bescherming namen. Moeder was ontroerd.

Ze liet de foto aan haar man zien. Die zei spontaan:

‘Ik moet denken aan het grote gedicht van Charles Péguy over het kleine meisje Hoop’.

‘Heeft die daar een tekst over geschreven?’, vroeg moeder.

‘Ja’, zei vader en hij kende gedeelten van de tekst van buiten:

‘Wat me verwondert, zegt God, is de hoop. Daar ben ik van ondersteboven.

Het is dat kleine meisje hoop, dat de mensen laat zien, soms heel even,

wat in het leven mogelijk is. Dat verwondert mij het meest.’

Tussen de twee stevige steunpilaren van geloof en liefde staat het kleine meisje ‘Hoop’, maar volgens Charles Péguy verwondert God zich het meest over haar. Zij aanvaardt de bijstand van geloof en liefde, maar heeft een eigen taak in het leven: aan de mensen tonen dat het leven vol mogelijkheden zit. In de puinhopen van deze wereld is de hoop het kleine onverwoestbare vlammetje dat telkens weer opflakkert. Dankzij dat lichtje gaat de wereld weer verder. Zelfs God staat er verwonderd naar te kijken.

En niet alleen in de puinhopen waar oorlog of natuurgeweld onze wereld teisteren.

Ook in de harten van velen probeert dit tere vlammetje aanwezig te zijn.

De mens kan niet leven zonder hoop: daarover verwondert God zich.

Dat kleine meisje ‘Hoop’ wordt telkens weer opnieuw geboren en vol verwachting begint ze aan haar pelgrimstocht door het leven. Ze zal er velen onderweg ontmoeten, naar hun levensverhaal luisteren en hen bemoedigen. Ze trekt met hen mee en ze zal haar kleine onverwoestbare vlammetje in hun harten weer doen opflakkeren.

Want dat is haar naam: Mimi, de Hoop.

*Klaas Blijlevens in brochure ‘Bubbels vol hoop’ – Catechesehuis, p.7*

**Een verhaal over Hoop**

God wilde hoop geven aan de mensen. Niet zomaar.

Hoop is iets kostbaars, dat gooi je niet zomaar te grabbel,

daar moet je iets voor doen. Dan vind je haar!

God riep daarom op een dag al zijn engelen bij zich.

‘Kijk eens’, zei God, ‘Ik wil hoop bezorgen aan de mensen. Niet zomaar, ze moeten haar zoeken. Ze moeten er iets voor doen. Jullie moeten me daar even bij helpen.’

Een grote engel zei: ‘Hoop is kostbaar. Ze mag niet te gemakkelijk te vinden zijn.

Laten we haar verbergen diep in de zee.’

Dat vond God niet zo’n goed idee.

‘Dan kunnen alleen de heel goede zwemmers en de duikers haar vinden.

Hoop moet door iedereen gevonden kunnen worden.’

Een kleine engel zei:

‘Wel, laten we haar dan verbergen op de maan. Daar is ze veilig en toch vindbaar.’

‘Neen’, zei God, ‘dat is niet goed. Dan zouden alleen de astronauten haar vinden.

Hoop is voor alle mensen die er echt naar zoeken.’

Een derde engel zei:

‘Niet te diep, niet te ver weg en toch hoog genoeg: op een rots dan maar.’

‘Daar kunnen alleen de bergbeklimmers en mensen met goede benen haar vinden’, zei God.

‘Dat is dus ook niet goed. Hoop is voor alle mensen die ernaar zoeken.’

‘Weet je wat we doen?’, zei God.

‘Ik leg wat hoop in het hart van het kind, de jongere en de volwassene.

Maar de mensen zullen haar pas ontdekken als ze op weg gaan met elkaar.’

*Uit ‘Leeftocht’ – Katholiek onderwijs Vlaanderen, jaargang 39, nummer 10 – juni 2024*

**Espera**

Onlangs zat ik in goed gezelschap te tafelen. Jezus heeft ons dat zowaar voorgedaan.

Een deskundige sommelier schonk ons bij een van de gerechten een lekkere witte Portugese wijn. Ik keek even naar de fles. De wijn had een mooie naam: ESPERA.

Spontaan dachten we: als de wijn zo hoopvol is als de naam, dan zit het goed.

Uiteraard legden we onmiddellijk een connectie met het Franse woord ‘espérance’, hoop.

‘Waarom heeft die wijn een naam die verwijst naar hoop?’

‘Ha’, zei de schenker, ‘het woord betekent hier eerder: geduld!’

‘Hoezo?’

‘Wel, om deze wijn te maken moet de wijngaardenier geduld hebben. Door het snoeien van de wijnstok moet hij immers wachten op tweejarige twijgen om druiven te kunnen oogsten.’

Die gedachte liet mij niet meer los. Wij zeggen nogal vlotjes dat hoop doet leven, maar dikwijls zijn we te ongeduldig omdat we als moderne mensen steeds onmiddellijk resultaat willen zien. Zou het kunnen dat wie zijn geduld te snel verliest, ook gemakkelijker terecht komt in een hopeloze situatie?

Ik verzeker je, de wijn was bijzonder lekker en had veel diepgang.

Zonder hoop kun je niet leven,

maar blijkbaar kun je beter meteen ook een lange adem hebben.

Allicht helpt een diep vertrouwen in Diegene die ons nooit in de steek laat.

Geloof maar dat ‘Ik-zal-er-zijn-voor-jou’ er ook zal zijn,

zelfs als er gesnoeid wordt in je leven.

*André Quintelier in brochure ‘Bubbels vol hoop’ – Catechesehuis, p.9*

**Hoop heeft twee prachtige dochters: woede en moed**

De woorden zijn van Augustinus, theoloog, filosoof en kerkvader.

Hoop als drijvende kracht van verandering veronderstelt dat wie hoop koestert met beide voeten in de wereld staat en de waarheid onder ogen ziet. De hoop wordt dan verder gevoed door verontwaardiging, woede en moed om over te gaan tot actie en strijd.

Hoop ontstaat vaak op momenten waarop ook angst of wanhoop de kop opsteken.

In een wereld in crisis hebben we de keuze tussen cynisme of hoop,

tussen verlammende wanhoop of hoop, tussen bang afwachten of hoop.

Wij kiezen voor hoop om de wereld te veranderen.

Barack Obama zei eens het volgende over hoop:

‘Hoop is datgene in ons dat volhoudt, ondanks alle bewijzen van het tegendeel,

dat iets beters ons te wachten staat als we de moed hebben ernaar te streven,

ervoor te werken én ervoor te vechten.’

*Nancy Govaerts in WSM-magazine, oktober 2020, p.5*

**Hoop is menselijk en christelijk**

‘De God in wie ik geloof is in onze wereld aanwezig, vooral door het gebed en het werk van mensen (denk maar aan het benedictijnse ora et labora), door menselijke antwoorden op Gods impulsen (traditioneel uitgedrukt: de werking van de genade), dus door een leven van geloof, hoop en liefde. Theologisch gezien zijn geloof, hoop en liefde niet louter menselijke levenshoudingen, maar een plaats van ontmoeting en wezenlijke verbinding tussen het goddelijke en het menselijke, tussen genade en vrijheid, tussen hemel en aarde.’

‘Al jarenlang heb ik erover gesproken en geschreven dat het geloof, om een levend geloof te blijven, de twijfel nodig heeft als zijn metgezel die hem voortdurend corrigeert. Zo heeft op haar beurt de twijfel het geloof weer nodig om niet in het moeras van een verbitterde absolute scepsis terecht te komen. Dat geloof en hoop elkaar op dezelfde manier moeten begeleiden en corrigeren, beschouw ik tegenwoordig als net zo belangrijk, zo niet belangrijker. Als het geloof zou vergeten dat zijn object zich blijft hullen in de wolk van het geheimenis waarin alleen de hoop kan binnengaan, zou het tot ideologie kunnen worden, een leverancier van zekerheden. En als de hoop zich zou losmaken van het geloof, bestaat de dreiging dat ze wordt meegevoerd door een vlaag van dromen, illusies en verlangens.’

*Tomas Halik in ‘De namiddag van het christendom’, p.32 & in ‘Niet zonder hoop’, p.16*

**Getuigenis van Maria Martinez**

**Moschta – Dominicaanse Republiek**

Vele dingen geven mij hoop: ontmoetingen met positieve mensen, mijn geloof,

de krachten te kunnen bundelen met gelijkgestemden, …

Ik weet dat het moment komt waarop we als samenleving sterker zullen zijn.

Sommige landgenoten begrijpen me niet,

een Dominicaanse die opkomt voor mensen van Haïtiaanse afkomst?

Zij vergeten dat mensenrechten voor iedereen gelden.

Ik vecht voor mensen zonder papieren. Zij krijgen geen toegang tot onderwijs,

tot gezondheidszorgen of werk. Dat onrecht maakt mij kwaad.

In onze praatgroepen kan iedereen terecht. We informeren over rechten, plichten en gezondheid. We praten over weerbaarheid en hoop voor de toekomst. We doen ons uiterste best om zoveel mogelijk mensen officieel te laten registreren. Met onze mobiele klinieken gaan we langs in Haïtiaanse wijken. En wie wel papieren heeft en een opleiding kan volgen, stomen wij klaar om die kennis door te geven. Zo zorgen we ervoor dat ook mensen die niet in het gewoon onderwijs terecht kunnen hun vaardigheden kunnen uitbreiden.

Liefde, begrip en respect: die drie dingen raad ik iedereen aan.

***Moschta*** *komt op voor mensen van Haïtiaanse origine in de Dominicaanse Republiek. Velen van hen leven zonder officiële documenten. Hierdoor krijgen ze geen toegang tot openbare gezondheidszorg, een job, een opleiding. Dat leidt tot wanhoop en onverschilligheid.*

*Moschta brengt Hoop met juridische steun, gezondheidszorgen en opleidingen.*

*WSM-magazine, oktober 2020, p.8*

**Je kan dit getuigenis aanvullen of vervangen door een getuigenis over hoop van een medewerker of een vrijwilliger van beweging.net of van één van de partners.**

**Jezus’ humaniserende boodschap als inspiratiebron voor Hoop**

Ik stel vast dat transcendentie in onze cultuur nog maar zelden aan bod komt. Accepteren dat er iets meer kan zijn tussen hemel en aarde ligt moeilijk in de seculiere cultuur. Steeds minder mensen weten de band te leggen tussen onze levenservaringen en een transcendent verhaal. Jezus heeft een zeer humaniserende boodschap, maar hoever gaat die?

Brachten we die humaniteit waar Hij voor stond, maar in praktijk!

Hoe uitdagend is het niet om die boodschap in praktijk te brengen?

Je andere wang toekeren, vergeven, geweldloosheid, … Je stelt je wel heel kwetsbaar op als je in Jezus’ voetspoor wil treden. En dan duikt de vraag op: kun je die grote menselijkheid volhouden als ze niet gevoed wordt uit een transcendente bron?

Je gaat sowieso tegen de stroom in, want onze neoliberale ik-cultuur wijst je andere richtingen uit: zelf uitblinken, geen rekening houden met de ander, profiteren en genieten.

Je moet sterk staan om tegen de stroom in te gaan.

Die transcendente bron helpt je ‘verder hopen’ dan hier en nu. De profetische boodschap van Jezus maakt duidelijk dat we niet voor niets leven, maar ergens naar toe gaan.

En bij hem is hopen niets anders dan zoeken naar liefde en dé Liefde, God zelf.

*Naar een interview met Tony De Jans in Diaconie / Reeks over ‘naastenliefde’ – oktober 2024*

1. **GEBEDEN**

**Ruimte om te vergeven**

(1)

Liefdevolle God,

we doen wat gevraagd wordt:

we aanvaarden grenzen,

we beheersen verlangens,

we dragen respect uit,

de wet voor ogen.

Maar laat ons daarbij onszelf geven:

geheel en al, graag leven,

ongeremd vergeven steeds opnieuw

en daarbij niemand vergeten,

de liefde voor ogen…

*Naar Leeftocht – Katholiek Onderwijs Vlaanderen, 2025*

(2)

*Wij zijn geroepen om te leven, en dat leven in vreugde te delen met elkaar.*

*Zo kunnen wij als mensen die in goede harmonie met elkaar leven,*

*gelukkig worden met elkaar en zo meteen met God…*

Mensen hebben mensen nodig om voor elkaar op te komen,

om samen te werken aan ieders welzijn en geluk.

**Vergeef ons, Heer, als wij soms alleen aan ons eigen geluk denken.**

Mensen hebben mensen nodig die het goede blijven zien en dat delen met elkaar,

juist in de kleine dingen van het leven.

**Vergeef ons, Heer, als wij vaak alleen aan ons zelf denken.**

Mensen hebben mensen nodig die tijd en aandacht voor hen hebben

en zo ervoor zorgen dat niemand vereenzaamt.

**Vergeef ons, Heer, als wij soms te weinig tijd maken voor anderen.**

*God en Vader, vergeef ons onze fouten en tekorten en help ons te leven in de geest van Jezus, U een Zoon en ons een Broer voor tijd een eeuwigheid. Amen.*

*Naar een viering t.g.v. 80 jaar Raak Baal – oktober 2024*

(3)

*In een gebed om vergeving willen we nu eerst dieper in onszelf kijken*

*en bidden naar een tekst van Sytze De Vries:*

God, gedenk uw mensen met de ruimte van uw hart.

Gedenk hen als zij U zoeken, maar niet weten te vinden,

als zij zich van U hebben afgekeerd en alle zoeken hebben opgegeven.

Gedenk uw mensen,

in de steek gelaten, alleen gelaten, in angst en doodsnood.

Gedenk uw mensen die de moed hebben verloren,

al te zeer door het leven gekwetst, beschadigd.

Gedenk uw mensen,

laat uw teder oog op ieder van ons rusten en wees barmhartig in ons midden…

*Moge God ons de kracht geven om gesloten harten te openen.*

*Moge God ons barmhartig nabij zijn zodat we samen de wereld beter maken.*

*We vragen het voor vandaag en al de dagen van ons leven.*

*Amen.*

**Openingsgebeden**

(1)

Liefdevolle God,

Gij trekt met ons doorheen dit leven,

zonder ophouden spreekt Gij woorden van liefde

en houdt Gij het verlangen in ons brandend naar een meer rechtvaardige samenleving.

Wij bidden U:

plant uw droom over vrede en verbondenheid in ons hart,

geef ons de kracht en de weerbaarheid om mee te bouwen aan uw Rijk,

de wereld zoals Gij hem droomt en bedoelt,

en wek in ons de hoop opdat wij met vertrouwen de toekomst tegemoet zien.

Zo bidden wij door Christus onze Heer.

Amen.

(2)

God,

uw naam is: ‘Ik zal er zijn voor u’.

U trekt zich het lot van mensen en deze planeet aan.

Laat door Jezus uw bevrijdende boodschap klinken in ons midden.

Laat uw droom van solidariteit en gerechtigheid in ons wakker blijven.

En schenk ons de kracht om samen met velen te werken aan goed samenleven.

Zo bidden wij door Christus onze Heer.

Amen.

**Psalm 118 tussen de lezingen**

Hoe overtuigend is zijn trouw weer gebleken!

Is Hij je God, schreef Hij je op ten leven,

geen mens, geen macht brengt je ten val,

zijn hart is je woning.

Bedreigd, bestookt, dodelijk ingeklemd.

Maar ontkomen, krachtdadig bevrijd.

Gaan en staan waar ik wil.

Wijder dan ooit mijn horizon.

O poort die mij toelaat, tempel die mij verwelkomt

– een dag van vreugde mag het zijn,

een hoge, stralende dag.

Zoveel moet er gevierd,

zoveel heil, zoveel zegen,

Gods hart moet er gevierd.

Gods hart,

mijn innige woning.

*Hans Bouma*

**Voorbeden**

(1)

Zie liturgische suggesties van ICL voor Hemelvaart 2025

(2)

Met gezongen refrein van Lied ‘Wij bidden U om vrede’ – Zingt Jubilate 734

Heer en Vriend Jezus,

Uw handen braken brood voor wie met u aan tafel zat.

Wij vragen u om moed voor allen die uw brood verder breken en delen.

***Wij bidden U om vrede en vragen U om brood***

***Dat mensen redt van honger en onmacht totterdood.***

Heer en Vriend Jezus,

Jij stak in gebed uw handen op naar God.

Wij vragen U om inspiratie telkens wij u zoeken, wees ons nabij in goede en kwade dagen.

***Wij bidden U om wijsheid en vragen U om licht***

***dat mensen ogen opent en op elkander richt.***

Heer en Vriend Jezus,

Uw handen hebben mensen aangeraakt en genezen.

Wij vragen U om sterkte voor wie zorg dragen

en zich inzetten voor de gezondheid en het welzijn van anderen.

***Wij bidden U om zegen en vragen om het woord***

***dat mensen weer verenigt en naar de vrijheid voert.***

Heer en Vriend Jezus,

met je handen heb je kinderen gezegend.

Wij bidden u voor kinderen en jongeren die in hun leven weinig zegen kunnen vinden.

***Wij bidden U om adem en vragen om uw Geest***

***die mensen doet herleven en ons van schuld geneest.***

Heer en Vriend Jezus,

Jij stond met open handen in het leven.

In uw handen leggen we alles wat ons onuitgesproken ter harte gaat.

***Wij bidden om verhoring en vragen U altijd***

***dat mensen mogen weten dat Gij hun Vader zijt.***

**Gebeden over de gaven van brood en wijn**

(1)

God, hemelse Vader en eeuwige Moeder,

vanuit het geloof dat Jezus met ons begaan is,

plaatsen wij dit brood en deze wijn op tafel.

Wil er uw Liefde in leggen en ze tot teken maken

van Jezus’ aanwezigheid in ons midden,

voor vandaag en morgen en voor alle dagen van ons leven.

Amen.

(2)

God, die wij mogen noemen :

Vader en Moeder, geheim van alle leven.

Op tafel staan brood en wijn : teken dat Jezus uur gekomen is.

Geef dat Zijn idealen onder ons levend blijven.

Dit vragen wij U vanuit een diep verlangen

en vanuit Zijn naam : Jezus Christus, onze Heer.

Amen.

**Bidden om vrede**

(1)

Ieder mens heeft een stuk bemoediging nodig :

een klop op de schouder, een open gesprek,

een stevige handdruk, een blik die blij maakt,

iemand die kan meeleven,

iemand die begrijpt en bekommerd is om vreugde en pijn.

Ieder mens zou ergens iemand moeten kunnen ontmoeten

die laat vermoeden dat God liefde is.

We hebben het allemaal broodnodig en we kunnen het elkaar geven.

God, zegen ons met vrede in ons hart

en zegen ons met handen die vrede brengen. Amen.

(2)

Heer en Vriend Jezus, aan uw apostelen hebt Gij gezegd:

‘Mijn vrede geef ik u’.

Open ons hart voor uw aanwezigheid

die vrede brengt te midden van haat en angst.

Laat ons de ogen niet sluiten voor onze zussen en broers

die gebukt gaan onder oorlog en geweld.

Doe regeringen bedacht zijn op het welzijn van hun volk

en beziel allen die ijveren voor vrede.

We bidden U dat het geweld zou ophouden

en dat de rede zich kan doen verstaan,

dat wrok voor vergeving mag wijken

en dat vergiffenis het wint van haat.

Heer en Vriend Jezus,

schenk ons uw vrede!

Amen.

*Naar paus Franciscus*

**Bezinning na de Communie**

(1)

Hij houdt zich op

waar mensen Gods milde zegen voelbaar maken

en ruimte scheppen,

zodat anderen tot leven komen,

waar mensen de taal spreken van ieder die rond de tafel zit

en met hoofd, hart en handen bij hun naasten zijn,

waar mensen levende getuigen zijn

van Gods naam onder ons:

Ik zal er zijn voor jou.

*Piet Stienaers*

(2)

Vrijwilligers zijn wondere mensen!

Waarom doen ze dat? Waarom zetten ze zich in?

Tien, vijftien, vele jaren… Waarom?

Er zijn geen zegebulletins, geen prijzen, geen eer.

Wat ze doen en al jarenlang volhouden, doen ze vrijwillig en gratis.

Het kost hen tijd en geld. Maar ze vragen niet om geld of dankbaarheid.

Ze hebben geen naam die genoemd wordt in kranten of journaals.

Hun naam staat dankbaar en onuitwisbaar geschreven

in de palm van Gods hand.

En ook in het hart van hen voor wie ze een oase zijn en waren,

midden in de woestijn van het leven.

Vrijwilligers zijn wondere mensen.

Ze zijn als bloemen.

Ze hebben geen macht.

Ze zijn gewoon wat ze zijn.

Ze zijn een zegen.

Ze zijn de longen waarlangs onze samenleving ademhaalt.

Dankjewel, om zoveel wondere mensen.

*Naar een viering t.g.v. 80 jaar Raak Baal – oktober 2024*

**Slotgebeden**

(1)

Is het waar, God, dat mijn naam in uw hand geschreven staat,

dat U ieder haar op mijn hoofd telt?

Is het waar dat U mij draagt,

ook in angst en twijfel,

dat U mij al kende en liefhad nog voor ik geboren werd?

Is het waar dat U enkel liefde, vrede en vreugde bent?

Is het waar, God?

Laat mij dan verder leven

en hopen en geloven dat U me door en door kent.

Neem me dan op en draag me vandaag en morgen.

Ik vertrouw mij aan U toe en noem U vol liefde: God en Vader.

*Uit ‘Tussen U en mij… Kleine gebeden in grote letters, Catechesehuis, p.35*

(2)

Omdat ik hoop

Als ik zal roepen, hoop ik dat je luistert

Als ik moet huilen, hoop ik dat je ’t ziet.

Als ik omhoog kijk, hoop ik dat er licht is

Als ik mijn hoofd buig, is het van verdriet.

Als ik mijn kind mis, hoop ik op erbarmen

Als ik de pijn verbijt, hoop ik op jouw hand.

Als ik regen krijg, hoop ik bij jou te schuilen

Als ik moet wenen, schrei dan mee met mij.

Als ik de lente voel, hoop ik dat jij meegroeit

Als ik de storm trotseer, weet ik dat jij staat.

Als ik van vreugde zing, hoop ik dat je invalt.

Als ik zou fluisteren, wens ik dat jij praat.

Als ik naar vrede zoek, vind ik die bij jou

Als ik niet kijken mag, hoop ik dat jij ziet.

Als ik om liefde vraag, voel ik wat jij geeft

Als ik mag zingen, hoor je dan mijn lied?

Als ik geloven zou, hoop ik dat jij weet

Als ik bidden kan, weet ik dat Hij leeft.

Als ik hopen mag, word ik weer een kind

Als Liefde licht wordt, weet ik mij bemind.

*Paul Béatse in brochure ‘Bubbels vol hoop’ – Catechesehuis, p.5*

(3)

U kent mij.

U weet beter dan ik

waar ik goed in ben,

waar ik trots op ben,

waar ik beschaamd om ben,

waar ik zoekend ben,

waar ik zwak in ben.

Geef me de zachtmoedigheid

om te aanvaarden wie ik ben.

Geef me de moed

om te blijven veranderen,

te blijven groeien

tot wie ik kan zijn.

Ik ontmoet anderen.

Ik zie hoe ze lijken op mij.

Ik merk hoe ze denken zoals ik.

Ik hoor hoe ze praten zoals ik.

Maar U weet beter dan ik

hoe ik me voel

wanneer ik zie

hoe ze verschillen van mij,

wanneer ik merk

hoe anders ze denken dan ik,

wanneer ik hoor

hoe anders ze praten dan ik.

Geef me de wijsheid

om te leren

uit die verschillen.

Geef me het inzicht

om mezelf te herkennen

in de verschillen.

Amen.

*Vrij naar een gebed van Franciscus van Assisi, Leeftocht, mei 2024*

**Zegengebed**

Mogen onze gezichten stralen van vreugde,

want God is onze Vader,

Hij is liefde.

Mogen onze handen vrede brengen,

want de Zoon is onze broeder,

Hij is vergeving en genezing.

Mogen onze voeten licht zijn op onze levensweg,

want de Geest stuwt en leidt ons,

Hij is onze gids en reisgenoot.

Mogen ons zegenen,

Vader, Zoon en heilige Geest.

Amen.

*Samengesteld door Tony De Jans,*

*zingevingscoördinator Beweging.net,*

*t.g.v. Rerum Novarum 29 mei 2025*