

Bezinning rond tien woorden

Tien (werk)woorden die betrekking hebben op Pasen, om mee op weg te gaan. Met bij ieder woord een korte inleiding, een bijbelgedeelte, een paar gespreksvragen en een lied. Geschikt om te bespreken met bijvoorbeeld huisgenoten, in een gespreksgroep of een serie ontmoetingen rond Pasen die u apart organiseert. Elementen hieruit zijn ook gebruiken bij de opening van een vergadering. Daarnaast zijn de overdenkingen en vragen ook geschikt voor persoonlijk gebruik, in uw eigen stille tijd.

Als u de woorden met anderen wilt bespreken, kunt u per bijeenkomst één of twee woorden centraal stellen. Zo'n bijeenkomst zou er als volgt uit kunnen zien:

1. Wat roept het woord bij u op? (korte uitwisseling)
2. Lees de inleidende woorden hardop
3. Deel het Bijbelgedeelte uit (geprint) of lees het hardop
4. Bespreek kort wat u opvalt of raakt
5. Bespreek de vragen
6. Zing het lied
7. Wissel twee aan twee uit wat u wilt vasthouden of doen naar aanleiding van de bijeenkomst
8. Eindig met een hardop uitgesproken 'Onze Vader'

Vasten

De tijd voor Pasen is vanouds een tijd van vasten. Deze traditie vindt meer en meer ingang in de Protestantse Kerk. Het begint op Aswoensdag, dit jaar op 14 februari. In sommige kerken ontvangt men een 'askruisje' op het voorhoofd, een herinnering aan je sterfelijkheid. 'Stof ben je en tot stof zul je weerkeren.' Daarna begint de vastentijd. Alleen de zondagen zijn een uitzondering, dan wordt er niet gevast. Vasten kun je op verschillende manieren doen: vasten van vlees, van alcohol, van snoep. Maar ook van sociale media of andere gewoonten die je in beslag kunnen nemen. Als je vast zeg je 'nee' tegen iets. Dat doe je omdat je 'ja' wilt zeggen tegen iets anders: tijd van concentratie en bezinning, tijd voor gebed, voor anderen, tijd om stil te staan bij God, bij de weg die Jezus ging. Ook Jezus vastte, veertig dagen lang in de woestijn. U kunt erover lezen in Lucas 4:1-11.

- Hebt u wel eens gevast? Wat zijn uw ervaringen?
- Lees samen over het vasten van Jezus. Na afloop stelt de duivel hem op de proef. Hij kan 'nee' tegen hem zeggen omdat hij 'ja' zegt tegen zijn God, tegen zijn roeping.
- Wat zijn vandaag de dag verleidingen? Hoe zien die eruit voor u persoonlijk, voor deze samenleving? Hoe gaat u daarmee om? Speelt geloof in God, de weg van Jezus daarin, een rol? Welke?
- Bent u van plan te gaan vasten/bent u op dit moment aan het vasten? Hoe?
- Lied 538

Bidden

Als je leest over het leven van Jezus, valt op dat Hij zich vaak terugtrekt om te bidden. Er is ruimte en plaats voor stilte en concentratie in zijn leven. Op die plek van stilte ontmoet Hij zijn Vader. Zijn leven is nauw verbonden met zijn Vader: ik doe wat ik mijn Vader zie doen (Johannes 5:19,20). Gebed speelt daarin kennelijk een sleutelrol. De leerlingen zien het en vragen zich af wat Hij doet en hoe Hij bidt. 'Leer ons bidden' vragen ze. Jezus leert hen het Onze Vader, als voorbeeldgebed. Dat gebed begint met gerichtheid op God, op zijn koninkrijk, niet met onze wensen. Stil worden,

beseffen wie God is, daarna pas vragen. Het eindigt met aanbidding. Dit slot van het gebed komt niet in alle handschriften voor en staat in de nieuwe vertaling in een voetnoot. Lees hierover Matteüs 6:7-14.

- Wat is bidden voor u? Hoe en wanneer doet u dat?
- Is er plek en ruimte voor regelmatig gebed in uw leven, in dat van de kerkgemeenschap?
- Wat betekent bidden, stilte, meditatie en concentratie voor u?
- Wat maakt het lastig om vol te houden, wat helpt bij een regelmatige gebedspraktijk?
- Lied 370/371

Biechten

Biechten is geen kerkelijke gewoonte in de protestantse traditie, althans niet zoals in de rooms-katholieke. Biechten doe je persoonlijk naar God, niet in de kerk bij een priester in een biechthokje. Toch kan het opluchten om bij iemand te biecht te gaan. Het vereist wel wat: eerlijkheid over je tekort, over wat mis is gegaan. Geen excuses meer, niet langer verzachtende omstandigheden aanvoeren. Dat is nogal wat, kunnen zeggen: dat was niet oké, daarin was ik fout. Wie luistert naar mijn falen? Mag ik er zijn, ook met wat er niet goed was en niet goed ging? Je kunt biechten bij een predikant of een andere ambtsdrager met ambtsgeheim. Hij of zij kan je helpen om te ordenen en jezelf onder ogen te komen. Een ambtsdrager brengt je als het goed is ook bij God. God die vergeeft. Daarmee is het niet 'af'. Er zijn ook de mensen die je tekort gedaan hebt. Wat kun je doen om hen tegemoet te komen? Daarover gaat het bij verzoenen. Soms is dat om allerlei redenen niet mogelijk. De gevolgen van je daden blijven. Maar eerlijkheid en biecht helpt om opnieuw te beginnen.

Lees hierover 1 Johannes 1:8-10.

- Hebt u ervaring met biechten, iets eerlijk opbiechten?
- Hebben mensen bij u wel eens iets 'opgebiecht'?
- Hoe gaat u om met tekorten en fouten die u maakt?
- Zou de biecht een plek kunnen krijgen in de kerkgemeenschap? Hoe?
- Lied 916

Vergeven

Vergeving is een kostbaar goed. In onze samenleving word je al gauw 'afgerekend'. Als er iets mis is gegaan wordt de schuldige of verantwoordelijke gezocht en aangeklaagd. Daarna worden nieuwe regels bedacht om fouten in de toekomst te voorkomen. Van vergeving is meestal geen sprake. In de kerk gaat het in ieder geval wél over vergeving, hoe ingewikkeld dat ook is. Dan gaat het nooit om een snelle *fix*. Er is erkenning nodig, ruimte voor woede en verdriet, soms jarenlang. Vergeving is geen strooigoed en al helemaal geen witkalk. Vergeving kost wat. Eén betekenis van vergeving kan helpen: je kunt het zien als 'loslaten'. Niet langer vastzitten aan de woede en wraak, ervoor kiezen om niet in bitterheid te eindigen. Loslaten en toevertrouwen aan God die het uiteindelijke oordeel velt. En onszelf en de ander beter kent dan wij onszelf kennen. Vergeven betekent niet dat je de ander nu opeens aardig moet vinden of weer moet vertrouwen. Het is loslaten en jezelf en de ander een nieuwe kans op leven geven. Bij kleine dagelijkse ergernissen en bij grote misstappen.

Lees hierover Matteüs 18:15-35.

- Wat roept een begrip als 'vergeving' bij u op?
- Hebt u wel eens iemand moeten vergeven?
- Hebt u zelf wel eens vergeving nodig gehad?
- Hoe heeft vergeving voor u met God, met Jezus te maken?

- Helpt geloof bij vergeving en vergeven?
- Lied 836

Verzoenen

Verzoenen gaat verder dan vergeven. Mensen komen in een nieuwe verhouding tot elkaar te staan. Er is herstel, ze kunnen weer verder samen, bijvoorbeeld na een crisis. In de Bijbel wordt ook een oproep gedaan ons met God te verzoenen. Blijkbaar is dat nodig. We hebben ons van God afgekeerd, denken zonder hem te kunnen, slaan dwaalwegen of doodlopende sporen in. Dan is er vergeving en verzoening nodig. God neemt hierin het initiatief, zo wordt duidelijk in de weg die Jezus gaat. In zijn kruisdood neemt Hij onze tekorten en schuld en pijn op zich en opent een weg naar herstel en verzoening. Vanuit die vergeving en verzoening worden wij uitgenodigd ook te zoeken naar verzoening met elkaar. Bisschop Tutu gaf daar een krachtig voorbeeld van in de waarheid- en verzoeningscommissie. De verhalen van pijn werden gehoord, de schuldigen geconfronteerd én er werd gezocht naar verzoening. Een zware weg, maar ook een weg die nieuwe wegen opent. Lees hierover 2 Korintiërs 5:14-21.

- Kent u voorbeelden van herstel en verzoening tussen mensen?
- Wat betekent 'verzoening met God' voor u? Wat roept dat bij u op?
- Hoe zou de kerkgemeenschap aan verzoening kunnen bijdragen?
- Lied 1005

Lijden

Er is veel lijden in de wereld. Een deel van dat lijden is door toedoen van mensen. We zijn kennelijk in staat elkaar groot kwaad aan te doen. Mensen kwetsen, verwonden, misbruiken en staan elkaar naar het leven. Daarnaast is er kwaad dat mensen zomaar treft: ziekte, natuurrampen, ongelukken. In de Bijbel komen we het allemaal tegen. De Bijbel is geen boek vol verheven gedachten, losgezongen van de werkelijkheid. De rauwheid van het lijden en het kwaad komt in volle omvang op je af als je de verhalen leest. Heeft God daar nog iets mee te maken? En hoe dan? Dat zijn grote vragen, antwoorden zijn er niet of niet zomaar. Eén ding is duidelijk: God neemt geen afstand van ons. We lezen al in Exodus hoe Hij ziet en hoort, en afdaalt en Mozes roept (Exodus 3). Ten slotte komt Hij tot ons in Jezus Christus die het koninkrijk, Gods nieuwe wereld, laat zien. Mensen genezen, ontvangen vergeving, worden opgericht. Dat leidt niet tot instant succes, integendeel. Jezus wordt gekruisigd. Uitgejouwd. Weggehoond. Als iemand weet wat lijden is, is het Jezus wel. Ieder jaar weer luisteren duizenden mensen naar de Matteüs Passion of kijken naar The Passion. Het lijden van Jezus raakt velen. Lees hierover Matteüs 27:33-55.

- Hoe beleeft u het lijden van Jezus? Wat heeft het u te zeggen?
- Wat zijn uw gedachten bij het lijden en het kwaad in deze wereld?
- Hoe gaat u om met het lijden in uw leven, in uw omgeving?
- Suggestie: schrijf een gebed waarin u bidt voor mensen die lijden.
- Lied 1010

Sterven

De dood is in deze wereld. Aan alle leven komt een eind. Een mensenleven is kort. 'Memento mori' staat bij vele kerkhoven: gedenk te sterven. 'Stof ben je en tot stof zul je weerkeren' klinken de woorden in de kerk. Een mens, zijn dagen zijn als het gras: kortstondig. De dood went niet. Telkens als iemand sterft is er verdriet. Afscheid nemen is vreselijk, mensen moeten verder met een groot

gemis. Ook Jezus werd geraakt door de dood. Bij het graf van zijn vriend Lazarus is Hij boos en diep verdrietig. Hij huilt lang en aanhoudend (Johannes 11).

Het paasfeest gaat over de dood van Jezus zelf. Op Goede Vrijdag staat zijn sterven centraal. Wat kan er goed zijn aan de dood? Wat is er goed aan de dood van Jezus? Jezus werd slachtoffer van mensen. Tegelijk lezen we dat Hij zelf zijn dood ziet aankomen en de gang naar het kruis gaat. Als een roeping, als de weg die God gaat. Kruis is niet alleen een symbool van dood en verlies, maar ook symbool van hoop. Hoop op God, die niet alleen met ons meelijdt, maar ook vóór ons lijdt. Het kruis wordt zo een weg naar het leven, betekent vergeving en verzoening en herstel. Lezen: Psalm 22, de psalm die Jezus citeert in zijn sterven.

- Hoe hebt u te maken met verlies en dood in uw leven?
- Hoe gaat u daarmee om? Wat geeft u steun of hoop?
- Hoe kijkt u aan tegen de dood van Jezus?
- Welke betekenis heeft het kruis, Goede Vrijdag voor u?
- Lied 578

Opstaan

Paasen gaat over opstanding. Jezus staat op uit de dood. Dat is een ongelooflijke boodschap, dat verzin je niet. Dat komt niet op uit de natuurlijke gang van de dingen. Onbestaanbaar voor veel mensen. Een absurd verhaal. Wat gebeurde er daar op die paasmorgen? Er zijn verschijningen. Mensen rennen door elkaar, schrikken, zijn in verwarring, roepen elkaar toe dat ze Jezus hebben gezien. Dan verspreidt dat nieuws zich als een lopend vuurtje. Wat betekent dit? In de kerk wordt verteld en gezongen over de dood die overwonnen is, over een nieuw begin, over Jezus die leeft. Ook nu. Het is een oude traditie om de kerkdienst op paasmorgen te beginnen met een grap over de dood. Het enige moment waarop de dood een grap kan zijn is dan. Opstanding geeft mensen hoop en vertrouwen en troost. We zijn niet overgeleverd aan de kringloop van het leven, dood is niet het einde, er is meer dan wat we voor ogen zien en we hopen op en geloven in een nieuwe wereld waar de dood niet meer is. Lees hierover 1 Korintiërs 15.

- Wat is 'opstaan' en 'opstanding' voor u?
- Wat gelooft u over de opstanding van Jezus?
- Wat is de betekenis van de opstanding, van Paasen voor u?
- Hoe kan Paasen doorwerken in het leven van alledag?
- Lied 608

Leven

Wat is leven, wat is goed leven? Veel mensen verbinden dat met geluk. Hoe word ik gelukkig? Geluk heeft te maken met gezondheid, met goede relaties, maar ook met 'zin', met een leven dat van betekenis is. Haalt het iets uit dat ik er ben, dat ik mijn werk doe en mij inspan voor anderen? In de Bijbel worden mensen gelukkig geprezen die treuren, die verlangen naar gerechtigheid, die zuiver van hart zijn, die zachtmoedig zijn en vrede stichten. Zijn zij altijd gelukkig? Hoe kan verdriet gelukkig zijn? Het zijn vreemde woorden uit de Bergrede van Jezus. Met Paasen vieren we de overwinning van het leven op de dood. Maar om wat voor leven gaat dan dan? Hoe ziet 'opstandingsleven' eruit? Paulus schrijft dat we mogen geloven dat niets meer tevergeefs is, omdat Jezus leeft (slot van 1 Korintiërs 15). Leven is niet 'ongestoord geluk van de wieg tot het graf', nooit. Geloven geeft geen garanties op een voorspoedig leven zonder problemen of verdriet. Toch krijgt het leven een andere kleur, krijgt perspectief: je bent hier niet zomaar, je leven heeft een bedoeling, je bent een geliefd kind van God en zelfs de dood maakt geen einde aan die liefde. Lees hierover Matteüs 5:1-12.

- Wat is geluk voor u?
- Wat geeft uw leven zin/betekenis?
- Maakt geloven gelukkiger volgens u? Waarom wel of niet?
- Wat betekent de gedachte dat Jezus leeft voor u?
- Lied 1005

Vieren

Het leven vieren. Pasen vieren. Vieren, wat roept dat op? We zijn in Nederland niet al te uitbundig als het om vieren gaat, behalve als we de Europacup winnen. Dan gaan we los. We vieren doorgaans bescheiden. Als het om Pasen gaat, zou dat best wat uitbundiger mogen. Met Pasen mag de vlag uit. Trompetten in de kerkdienst. Mensen die elkaar begroeten op het kerkplein: 'De Heer is waarlijk opgestaan!' Dat klinkt toch heel anders dan: môguh! Op paasmorgen heffen we het glas, kijken elkaar aan: zou het dan toch? Ja, het is zo: Jezus leeft. *En onze ogen fluisteren: eindelijk. Het is er eindelijk, het is er onomwonden* dichtte Anton B. Lam. Als het Pasen is hebben we niet genoeg aan woorden alleen, dan moet er gedicht en gezongen worden. Dit vreemde verhaal. Deze Jezus die telkens weer opduikt in onze werkelijkheid. Die telkens weer laat zien: ik heb je lief, ja, jou, met al je vragen, twijfels, beperkingen, tekorten, schaamte en schuld. In de paasnacht worden vanouds mensen gedoopt: kopje onder in de chaos en de dood, maar daarna opstaan tot een nieuw leven. In witte kleren. In het wit naar de kerk, juist op Pasen. Trek je feestkleren aan. Lezen: Matteüs 28.

- Wat zijn viermomenten in het leven voor u? Hoe viert u?
- Viert u ook Pasen, en hoe dan?
- Hoe doet de kerkgemeenschap dat?
- Wat merkt de omgeving van de kerk ervan dat het Pasen is?
- Lied 630