

Dagthema: Compassie met emoties

Overweging 6 november– Helma Schenkeveld

“...bang om gezien te worden zoals we eigenlijk zijn. In plaats van onze emoties te omarmen, leven we door op de automatische piloot, ons ...”

Openingsgebed

Soms vluchten we God, vluchten we weg,
omdat we niet kunnen omgaan
met de pijn in onszelf
en het verdriet van de ander.
Help ons om juist dan
rust te vinden en liefde uit te stralen.
Amen

Lied

H.Oosterhuis / A.Oomen

A: Van grond en vuur zult Gij ons maken,
hoog op rotsen, aan levend water,
van geur en smaak, van licht en stem,
uw evenbeeld.

K: Volk dat in duisternis gaat,
mensen met stomheid geslagen,
het zal geschieden, zegt Hij,
dat zij weer glanzen als nieuw.

A: Van licht en stem zult Gij ons maken,
uw evenbeeld.

K: Niet meer beklemd en verdeeld,
niet meer in woorden gevangen,
één en gekend en bevrijd,
eindelijk mens zal ik zijn.



A: Van licht en stem zult gij ons maken,
uw evenbeeld.

K: Daar staat de stoel van het recht,
daar zal staan de tafel der armen,
dan is de dag van het lam,
“Zie, Ik kom haastig,” zegt Hij.

A: Van grond en vuur zult Gij ons maken,
hoog op rotsen, aan levend water,
van geur en smaak, van licht en stem,
uw evenbeeld.

Welkom en inleiding

Hiervan is geen tekst beschikbaar

Gebed

Blijf trouw aan jezelf
met je fouten, je krachten,
je eenzaamheid soms,
je emoties, je moed.

Blijf trouw aan dat
wat alleen maar in jou kan groeien
in wisselend klimaat
met wat kwaad en wat goed

Blijf trouw aan je denken,
verlangen en voelen,
aan uiten en warmte
aan stilte en muziek.

Moment van stilte

Lied

J.Meijer / T.Löwenthal

Hore mijn oor het ongehoorde
dat ik bedacht ben op wat ik zie

onze monden dat zij vrede roepen
onze handen dat zij troosten,

dan zullen mijn voeten gaan waar liefde is
mijn hart overvloeien van vreugde.

Eerste lezing Romeinen 15, 1-8

Wij, de sterken, moeten de zwakken in hun kwetsbaarheid helpen en niet ons eigen belang dienen. Laat ieder van ons zich richten op het belang van de ander, op wat goed en opbouwend voor hem is. Ook Christus zocht niet zijn eigen belang; integendeel, er staat geschreven: 'De smaadt van wie u smaadt, is op mij neergekomen.' Alles wat vroeger is geschreven, is geschreven om ons te onderwijzen, opdat wij door te volharden en door troost te putten uit de Schriften zouden blijven hopen. Moge God, die ons doet volharden en ons troost geeft, u de eensgezindheid geven die Christus Jezus van ons vraagt.

Tweede lezing uit Omarm je emoties van R.J. Frederick

Gevoelens zorgen ervoor dat we ons vitaal en levendig voelen. Ze geven energie, om óm te kunnen gaan met de keuzes waar ons leven ons voor stelt. Gevoelens zorgen ervoor dat we de juiste keuzes maken. Ze vormen de brug tussen ons en een ander, geven kleur aan relaties en laten ons dicht bij de ander zijn. Het is de angst voor onze gevoelens die ervoor zorgt dat we afgesloten worden van de kennis en kracht binnen ons, en afgesloten worden van anderen. Deze angst komt heel veel voor.

Eigenlijk zijn de meesten van ons bang voor onze gevoelens. We zijn bang om de volle omvang van onze emoties toe te laten en bang om emotioneel dichtbij anderen te zijn. We zijn bang om kwetsbaar te zijn, de aandacht op onszelf te richten of gewoon bang om een slecht figuur te slaan.

Of we zijn bang om overspoeld te worden door onze emoties de controle kwijt te raken. Of dat het niet meer zal stoppen als we gevoelens toelaten. We zijn bang om gezien te worden zoals we eigenlijk zijn. In plaats van onze emoties te omarmen, leven we door op de automatische piloot, ons maar halfbewust van wat er in ons werkelijk van binnen leeft. Niets van dit alles zal veranderen als we niet de moed vinden om onze ware gevoelens onder ogen te komen en ze te delen met anderen.

Lied

Wat ik gewild heb,
wat ik gedaan heb,
wat mij gedaan werd,
wat ik misdaan heb,
wat ongezegd bleef,
wat onverzoend bleef,
wat niet gekend werd,
wat ongebruikt bleef,
al het beschamende
neem het van mij.

En dat ik dit was
en geen ander,
dit overschot van stof van de aarde:
dit was mijn liefde.
Hier ben ik.

Derde lezing, Lucas 19, 41 – 48

Jeruzalem was nu niet ver meer. Zodra Jezus de stad zag liggen, begon Hij te huilen. Hij zei: 'Jeruzalem! Kon juist u vandaag maar inzien wat er nodig is voor vrede, maar u ziet het niet. Nu is het te laat. Straks zullen uw vijanden u belegeren, u omsingelen en van alle kanten tegen u opdringen. Ze zullen u en uw inwoners vertrappen. Zij zullen geen steen op de andere laten. Want God heeft u de kans gegeven, maar u hebt die laten voorbijgaan.' Toen Hij in de tempel kwam, joeg Hij de handelaars

eruit. 'Er is geschreven: Gods huis moet een huis van gebed zijn. Maar wat hebben jullie ervan gemaakt? Een rovershol!' Daarna sprak Hij elke dag in de tempel. De mannen van de Hoge Raad wilden niets liever dan Hem uit de weg ruimen. Maar zij wisten niet hoe. Want het volk hing aan zijn lippen.

Overweging

Hiervan is geen tekst beschikbaar

Zie, door technische storing, gedeelte van de viering bij de opname hiervan.

Stilte, gevolgd door pianospel door Irina Ursu - Antonava

Geloofsbelijdenis

God van het leven, die vreugde vindt in ieder mens,

Je bent zorgzaam en je laat ons niet in de steek.

Ik geloof in je.

Jezus, onze naaste, die mij laat zien wie God is,

Je vraagt aan ons om rechtop te staan.

Ik geloof in je.

Heilzame Geest, ik geloof in je.

Je openbaart je op onverwachte momenten

Als wijsheid in mensen die weten wat goed is om te doen.

Ik geloof dat jouw kracht zich in mij kan openbaren.

Ik geloof in onze gemeenschap, van mensen die durven zoeken en

durven vieren dat ze jou vinden, God van het leven. Amen

Collecte

Om onze wekelijkse vieringen te kunnen houden maakt onze gemeenschap kosten. In de Duif dragen veel mensen bij door middel van een periodieke/jaarlijkse bankafschrijving. Daarnaast kun je vandaag ook een bijdrage in de

collecteschaal doen of een digitale gift doen via onderstaande QRcode: Iedere bijdrage wordt erg op prijs gesteld.

Hartelijk dank!!!



Intenties uit de Duif en van thuis.

Lied

H.Oosterhuis/T.Löwenthal

Liefde. Liefde.

Liefde, lichaam van zon
zachtheid van de sterke
liefde ziel van ontferming.

Woord lankmoedig en trouw
fijner dan fijngoud
zoet als de zoetste honing.

Tienvoud in ons midden, water uit de rots,
vogels uit de hemel, land ons beloofd,
wijnstok, oogst van tarwe, brood der armen.

Woord in ons vlees,
rots van erbarmen,
sterk als de dood ben je. (2x)

Liefde. Liefde.

Breken en delen, wat we hebben met elkaar

Lied

H.Oosterhuis / A.Oomen

Refr. Wie heeft brood genoeg
voor zo grote hongerige menigte? (2x)

Woord dat zegt wat liefde is,
en weer zegt: de aarde delen,
recht is liefde, brood voor velen
God is brood is mensenrecht?
Woord van God, God in ons, hou aan.
Eeuwig woord, alledagenwoord,
doe ons verstaan.

Refr. Hongerdood genoeg
voor zo grote goddeloze menigte. (2x)

Hand die kan wat liefde is,
maar niet doet: de aarde delen,
nieuwe levensbomen telen
God de hand die mensheid voedt?
Hand, doe goed. God in ons, hou aan.
Kinderhand, grotemensenhand,
breng dood tot staan.

Refr. Mensengeest genoeg
voor zo grote mensgeworden menigte. (2x)

Geest die weet wat liefde is,
en volvoert: de aarde delen
hoeveel liefde zal het schelen
of er God of niet-god is?
Mens, doe goed. God in ons, hou aan.

Levensgeest, allemensengeest,
vuur liefde aan.

Refr. Wie is God genoeg
voor zo grote hongerige menigte? (2x)

Nodiging

Lied

H.Oosterhuis, A. Oomen

Liefde heeft geen longen maar zij ademhaalt en zingt
en wat zij heeft gezongen klimt over steile hoogten. (2x)

Korte, lange, vlagen kussen,
zwermen zoenen noem je liefde
dat betonnen knoesten, twijgen, groen blad,
rooie wangen krijgen.
Maar ook harde noten kraken, stenen slijpen tot zij zingen,
stenen kloven tot zij stromen.
Maar ook cederhoven planten,
rozenperken in woestijnen noem je liefde.
Maar ook blinde ogen wenken, doden drenken noem ik liefde,
en de zon, met al zijn felle zachte stralen,
vuursteen tussen diamanten.

Liefde heeft niet één paar handen, geen paar voeten,
maar zij treedt je tot je wijn bent,
maar zij kneedt je voor elkaar tot daag'lijks brood.
Liefde heeft geen hart, geen schoot,
maar je wordt uit haar geboren tot je dood. (2x)

Het Rijk der Hemelen

Liselore Gerritsen

Onze Vader die in de hemel zijt
geef mij een plek op aarde waarvan de naam mij heilig is,
een koninkrijk dat mijn huis is,
een plek die mijn spelend kind ruimte wil geven,

waar dan ook.

Geef mij een plek waar het koren groeit voor mijn brood,

waar de wind in de bomen

en het vuur in huis

vergeving van alle schuld is,

zoals ook ik vergiffenis ben voor dat stukje aarde

dat zonder mij braak zou liggen;

een plek die mij niet in verzoeking leidt;

die mij verlost van angst.

Mededelingen

Slotgedachte

Lied

H.Oosterhuis / H. Rouw

Om liefde gaan wij een leven,

zeilen wij over de zee,

vliegen wij langs de hemel,

om liefde gaan wij een leven

met licht en met donker mee.

Vogeltje van de bergen

wat zwoeg je dapper voort ?

Om wat ik uit de verte

van liefde heb gehoord.

Om liefde gaan wij een leven,

graven diep in de nacht,

kruipen wij onder de hemel

om liefde gaan wij een leven

om weten en stille kracht.

Mensje, één van de velen

waar snelt je voetstap heen ?

Waar is te vinden dat ene,

daar snellen mijn voeten heen.

Om iemand gaan wij een leven,
wagen wij dood na dood,
zwerven de verste wegen
om jou, op hoop van zegen,
mijn liefde, mijn reisgenoot.
Dalen van zwarte aarde,
bergen van hemelsblauw,
om alles ga ik dit leven
om alles of niets met jou.

Zegenbede