Oasemoment 'Tot rust komen'
Emmaüsparochie - donderdag 26 juni 2025

Bezinning

Wie wil dat niet: tot rust komen?
Dat wil iedereen die gestrest is in deze tijd.
Maar veel mensen vinden geen rust.
Ze kunnen niet uitrusten.
En wanneer het om hen heen rustig wordt,
worden ze gewoonweg nerveus:
ze voelen dat ze hun eigen waarheid tegen kunnen komen!
Dat maakt hen onrustig.
Dan lopen ze liever weg voor zichzelf
en storten ze zich in koortsachtige activiteiten.
Rust begint in ons binnenste,
gemoedsrust betekent ook rust voor het hele lijf.

Wanneer onze ziel niet tot rust komt,
dan zal ook ons lijf niet echt rustig worden,
zelfs wanneer het puur uiterlijk niets doet.
Wie constant in beweging is,
verhindert dat zijn ziel rustig wordt.
We moeten ook ons lijf rust geven
om onze ziel rust te laten vinden.

(Anselm Grün, *Het kleine boek van het goede leven, met coupures*)

Stilte

Evangelie

We lezen kort uit het evangelie van Marcus.

Jezus zei tegen de apostelen:
"Ga nu mee naar een eenzame plaats
om alleen te zijn
en een tijdje uit te rusten."
Want het was een voortdurend komen en gaan van mensen,
zodat ze zelfs niet de kans kregen om te eten.
Ze voeren met de boot naar een afgelegen plaats,
om daar alleen te kunnen zijn.

(Mc. 6, 31-32)

Stilte

Bezinning

Als je weg lang is, hou dan op tijd eens halt.
Zie achterom hoever je al bent
en kijk vooruit om bij te sturen,
om richting te bepalen,
om je te heroriënteren op de etappe van morgen.

Sta op tijd eens stil
om te weten waar je staat,
om zicht te krijgen op je leven,
op je unieke plaats tussen de mensen,
op je eigen onvervangbare taak in de kleine en de grote wijde wereld.

Sta op tijd eens stil
al was het alleen maar om tot rust te komen
om nieuwe krachten te verzamelen
om met volle teugen te genieten van het goede,
om verbondenheid te vieren.

Als je de haltes voorbijloopt
zie je op de duur de weg niet meer.
Je loopt leeg of je holt door als een doldraaiende machine.
Sta op tijd eens stil!

(Carlos Desoete, *Naam die zin is van ons leven)*

Stilte

Bezinning

Vakantie is luisteren naar de stilte,
het lawaai vergeten van motoren en van mensen
en aandachtig worden
voor de roep van de vogels
als de avond valt.

Vakantie is een beetje dromen in muziek
die nog nimmer werd geschreven
en waarvan de partituren
nooit het daglicht zullen zien.

Vakantie is veel dingen zeggen
met een glimlach die gelukkig maakt.
Het is zich ongeweten wennen
aan een taal die iedereen verstaat
en die men in de loop der dagen
al te dikwijls overslaat.

Vakantie is een beetje luisteren
naar de stilte om de andere,
in de kilte van de avond
te horen fluisteren
wat men eerder niet verstond.

(Parochie Heilige Damiaan - Erpe-Mere)

Muziek

Bezinning

Wij hebben er behoefte aan naar God te zoeken,
maar in lawaai en rusteloosheid vinden we Hem niet.
Kijk hoe in de natuur
de bomen, de bloemen en het gras
groeien in volmaakte zwijgzaamheid.
Kijk naar de sterren, de maan en de zon,
hoe ze geluidloos bewegen.

Hoe meer wij in stil gebed ontvangen,
hoe meer we kunnen geven in ons actieve leven.
Stilte geeft ons een nieuwe kijk op de dingen om ons heen.
Stilte is voorwaarde om de ziel werkelijk te raken.
Het gaat niet om wat wij zeggen,
maar om wat God ons en door ons te zeggen heeft.
Jezus wacht stilzwijgend op ons.
In de stilte luistert Hij naar ons,
spreekt onze ziel aan.
En in die stilte horen wij Hem.

(Moeder Theresa)

Gezamenlijk gebed

Toen Jezus en zijn leerlingen
op een dag heel moe waren
en het volk bleef maar aandringen,
heeft Hij tegen zijn leerlingen gezegd:
"Kom even opzij naar een eenzame plaats
om uit te rusten."
Bidden wij samen dat ons dat ook mag lukken:

Heer, aan de vooravond van de vakantie,
geef ons de tijd
om even opzij te gaan
en uit te rusten.
Geef ons wat we anders toch zo weinig hebben:
tijd.

Tijd om de andere te zien
en lief te hebben,
wie naast ons leven nog het eerst.
Tijd om bij onszelf te zijn.
Tijd om aan U te denken.

Heer Jezus,
in de weken die komen:
geef ons tijd.

(naar Godfried Danneels)

Stilte

Bezinning

Gun jezelf vakantietijd
om te zoeken naar het ritme van leven,
een ritme van eb en vloed,
naast vrolijke drukte, ook stilte en rust,
anderen weer ontdekken,
maar ook op zoek gaan naar jezelf,
genieten en anderen daarin deelgenoot maken.

Gun jezelf vakantietijd
om te genieten van het samen aan tafel zitten
en laat de dag en de mensen maar op je afkomen.
Luister naar het verhaal van je kind, je man, je moeder,
je vader, je vriend, je vriendin.
Luister echt, je hebt de tijd
en wie weet hoor je wel iets nieuws
in dat oude, vertrouwde verhaal.

(*Femma inspiratiebundel*)

Muziek

Voorbeden

En laten we dan even bidden…

Wij bidden voor al wie met vakantie gaan,
dat ze open mogen staan voor nieuwe ervaringen en uitdagingen
en er inspiratie in mogen vinden
om hun eigen bestaan nieuw leven in te blazen.

Laat ons bidden…
Laat ons bidden in de stilte van ons hart,
dat de Vader ons daartoe bezielen mag.

Wij bidden voor mensen die lijden aan de drukte,
dat ze bij zichzelf mogen thuiskomen en zo vrede vinden.

Laat ons bidden…

Wij bidden voor mensen die vaak eenzaam zijn,
dat zij mensen ontmoeten die tijd maken voor een rustig gesprek
en iemand vinden met wie ze in vertrouwen op reis kunnen gaan.

Laat ons bidden…

Wij bidden voor elk van ons om tijd,
niet om te haasten en te lopen,
maar om het wondere van deze wereld te herontdekken
en elke dag en elk uur
als een geschenk te ervaren.

Laat ons bidden…

Stilte

Bezinning

Vakantie is…

Tijd om de dagen
met smaak te beginnen.
Tijd om de zon te vermoeden
achter vuisten van mist.
Tijd om een vogel
vlakbij te horen zingen.
Tijd om te ontdekken
wat je altijd al wist.
Tijd om de wereld
opnieuw te verzinnen.
Tijd om de tijd te vergeten
en mee te nemen
in duizend-en-één kleine dingen.
Leven is alles en daarom zo enig,
om geen uur van te missen.

(naar Kris Gelaude)

Stilte

Afsluiting

Dankjewel dat je vanavond bij ons wou zijn
en het mee met ons stil wou maken in je hart.
Hopelijk heeft deze avond geholpen om even
tot rust te komen.
Als je vertrekt, neem zeker een wenskaartje mee…
Ook dat kan helpen om tot rust te komen…

Het volgend Oasemoment vindt plaats in de maand oktober.
We houden je op de hoogte waar en wanneer…

Voor vanavond wensen we jullie een behouden thuiskomst,
onder Gods zegen,
Hij die is Vader, Zoon en Heilige Geest. Amen.