

LEVEN IN DE MAAT

Toerustingsprogramma voor de 40 dagentijd.
Auteur: Ward Cortvriendt



Doel:

- Met elkaar in gesprek komen over de betekenis van de vastentijd en van vasten, tegen de achtergrond van verschillende tradities en onze dagelijkse praktijk.
- Elkaar inspireren om tot een eigen vorm van vasten/bezinning te komen

Duur: twee bijeenkomsten

Bijeenkomst 1: vasten in Boeddhisme, Islam, Joodse traditie, Christelijke traditie

Bijeenkomst 2: vasten in de Schrift en betekenis en toepassing nu

Aan het eind is een hoofdstukje voor kind en jongeren voorzien om thuis te bespreken, of in een bijeenkomst met hen.

Methodische handreiking:

Een bijeenkomst kan worden geopend met een toepasselijke, meditatieve tekst.

De gespreksbegeleider kan (delen van) de aangeboden teksten lezen of voorleggen aan de deelnemers. Deelnemers worden uitgenodigd om hierop vanuit eigen ervaring te reageren. De begeleider kan ook vragen op welke wijze de tekst hen raakt en wat men opmerkelijk vindt.

Aan het eind van de bijeenkomsten kunnen de deelnemers voor zichzelf/ met zichzelf eventueel afspraken maken voor een eigen invulling van de veertigdagentijd.

Zie voor persoonlijke inspiratie ook de publicatie van de OKKN "In het huis van de pottenbakker" a.d.h. van Jeremia, teksten en gebeden voor 40dt en paasweek.

"Begrippencloud" bij wijze van inleidende oriëntatie op het onderwerp.

Doorbreken van vanzelfsprekendheid, klakkeloosheid, de veelheid, de overdaad.

In kader van (herstel van) relatie met God, de ander, de wereld.

Van zelfheiliging naar wereldheiliging. In kader van verlossing.

Doorbreken van de onmiddellijkheid m.b.t. de materialiteit van ons bestaan. In kader van innerlijke vrijheid en geestelijk leven.

Het moderne vasten als zuivering van het lichaam en verheldering van de geest.

Voedsel heeft een waarde die met God van doen heeft (zie adam en eva; spijswetten; manna; geef ons heden brood). Vasten in dat kader. Ook in het kader van de aan God gerelateerde waarde van de mens en het menselijk handelen. Anders gezegd: het menselijk bestaan en voedsel hebben in alles met God van doen.

Het gaat om het hervinden van de juiste maatvoering.

BIJEENKOMST 1

Boeddhisme

Binnen het Boeddhisme zijn geen strakke regels voor vasten in het algemeen. Monniken en monialen vasten in beginsel elke dag tussen 12 uur 's middags en de volgende ochtend 06 uur. Maar voor leken geldt dat niet. Op de dag waarop de geboorte, de verlichting en het sterven van de Boeddha Gautama Siddharta wordt herdacht (Wesak) wordt door ieder die dat viert gevast van de middag tot de volgende ochtend. Bovendien worden er goede werken verricht en 's avonds wordt gebeden en geluisterd naar de Schriften. De huizen worden versierd en men gaat gekleed in feestelijk wit.

Het algemene vasten (oeposatha) houdt in dat gelovigen twee maal een dag in de maand vasten en mediteren en luisteren naar onderricht.

Het leven in onthechting en terughoudendheid is kenmerk voor het Boeddhisme. De vijf leefregels: geen levend wezen doden, niet stelen, niet liegen, gereguleerde seks en geen gebruik van genotsmiddelen zijn ontleend aan het algemenere achtvoudige pad (dharma), dat bestaat uit: juiste inzichten, gedachten, woorden, handelingen, levensonderhoud, inspanningen, bewustzijn, concentratie (focus) .

Ieder gaat een eigen pad van verlossing en verlichting, maar staat niet los van de gemeenschap (sengha).

Het is interessanter om te kijken naar het kader. Het juiste inzicht heeft betrekking op de aard en oorzaak van het menselijk lijden. Lijden ontstaat door verlangen, verlangen door gehechtheid, de gehechtheid door de zintuigen en het lichamelijk genot of juist angst, maar ook door geestelijke genoegens en de bevredigingen die zij schenken. Wil de mens verlost worden, dan dient deze zich te onthechten. Uiteindelijk zal hij dan verlicht en verlost worden.

Het vasten en de onthouding staan in dit kader, namelijk dat van de weg naar bevrijding van lijden en naar zelfrealisatie.

Werkvragen:

Volgens het Boeddhisme kan een mens zijn eigen verlossing bewerken. Hoe staan we daar tegenover? Wat verstaat u onder verlossing? Wat onder bevrijding? Hoe kunnen we als verlost of bevrijde mensen leven?

Hoe functioneert zoiets als vasten hierin?

Islam

De belangrijkste vastenperiode in de Islam is de Ramadan, de vastenmaand. Het is één van de zuilen van de Islam (bidden, vasten, aalmoezen, studie Koran). Zoals in andere religies zijn die mensen ervan uitgesloten voor wie het een gevaar zou vormen, zoals jonge kinderen, zwangere vrouwen, zieken en soldaten in oorlog. Deze kunnen eventueel later de Ramadan inhalen of hun verplichting afkopen (verdient niet de voorkeur) door grotere bijdragen te geven voor de armen.

Tussen dageraad en zonsondergang neemt men geen voedsel, geen drinken (het verbod op alcohol geldt altijd al), men zal niet roken, geen kwaadspreken en zich onthouden van seksuele gemeenschap.

Gedurende de Ramadan wordt een grotere toelag op gebed gevraagd, als verdieping van het geloof. Het is een maand van tolerantie, vergevingsgezindheid, liefdadigheid, bezinning, verzoening en verbroedering. Ook een maand waarin het samenzijn als familie heel belangrijk is.

Tijdens de Ramadan is het de bedoeling dat de Koran in zijn geheel gelezen wordt.

De verplichtingen staan in het teken van de zuivering van de ziel en de relatie met Allah, maar ook met de medemens.

De vasten leert zelfbeheersing en discipline, sterkt het uithoudingsvermogen, leert begeerte en lusten te overwinnen en de baas te zijn; Het leidt tot meer solidariteit met de armen en met wie hongerig zijn en verhoogt het respect voor Allah en de medemens. Deze verschillende aspecten van de vasten worden ook genoemd in de soera over vasten (De Koe).

Van de profeet Mohammed wordt verteld dat hij vastte ter verdieping van zijn contemplatie in voorbereiding op zijn openbaringen. Hier zuivert het vasten de geest en maakt die open voor Allah's woorden en bedoelingen.

Het kader van de vasten is dan: verdieping van geloof, leren van beheersing, verhogen van dankbaarheid en respect jegens Allah en bevorderen van milddadigheid jegens de medemens.

Werkvragen

In de Islam, en ook in andere geloofsrichtingen, komen categorische verboden voor m.b.t. het nuttigen van bijvoorbeeld alcohol, vlees, chocola, koffie. Hoe staat u tegenover zo'n verbod? Kent u zoiets van meer nabij (van een collega of kennis)? De regels voor de Ramadan zijn vrij strikt en vergaand? Ziet u dat als haalbaar voor uzelf?

Zou het iets zijn om in de vastentijd het hele Nieuwe Testament te lezen?

Jodendom

Wellicht zou voorop gezegd moeten worden dat de rabbijnse traditie geen groot voorstander is van vasten. Zeker niet van een strenge vastenobservantie. De algemene regels en de mitzwot (geboden) voorzien eigenlijk in ruime mate voor een matige houding ten opzichte van het leven in al zijn aspecten.

Dat strenge praktijken van ascese worden afgewezen en slechts onder zeer strikte voorwaarden wordt toegestaan voor een beperkte tijd heeft te maken met de Joodse mensleer en een waardering voor het lichaam die totaal verschilt van de wijze waarop die zich in het christendom heeft ontwikkeld.

Binnen de Joodse theologische antropologie is de mens een door God geschapen en gewild lichamelijk en bezielde wezen, dat alleen in die beide lichamelijke aspecten ook beantwoordt aan het beeld van de Ene. Alleen en juist ook in het lichaam kunnen zij God present stellen en Diens wil vervullen. Zij kent geen depreciatie van het lichaam en het lichamelijke. Het "vlees", met andere woorden het lichaam en de wereld, heeft geen negatief teken, is niet minder en heeft geen moreel karakter, zoals onder invloed van het Grieks-christelijke denken dat wel het geval is. De wereld en het lichamelijk bestaan zijn juist de instanties waarmee God geëerd en gediend wordt en waarin zijn verbondenheid zichtbaar wordt.

Niettemin wordt er gevast in de traditie. Het vasten in de bijbel als zodanig, als religieus document, zal later apart aan de orde komen.

Bij het Joodse vasten zijn drie aspecten aan de orde. Rouw, boete en inkeer. Deze overigens niet per se samen. Zij vormen eerder de afzonderlijke aanleidingen of contexten waarin vasten gebruikelijk is.

Het huidige vasten omvat Jom Kippoer en Tisha b'av. De beide grote dagen in het liturgisch jaar, Grote Verzoendag en de negende Av ter herinnering aan de verwoesting van de tempel. Op deze dagen wordt nog steeds gevast.

Dit vasten past in het kader van rouw en deemoediging. Het is een herinnering aan de gebrokenheid van ons bestaan en onze wereld en de uitdrukking van het verlangen naar de Messias, de vervulling, voltooiing van de belofte, de terugkeer naar Jeruzalem.

Sommige Joden zullen altijd iets onvoltooids bij en aan zich hebben ter herinnering aan de verwoesting van de tempel en de ballingschap van de Sjechina (de Aanwezigheid van de Ene) en de onvoltooidheid.

Daarmee is rouw een existentiële grondhouding. Dit tekent ook de vreugde (De vreugde is nooit volkomen, want er is ballingschap en nog geen Koninkrijk. Het verdriet is nooit totaal, want er is de belofte) .

Bij een vasten wordt niet gegeten, niet gedronken, heeft men geen gemeenschap en draagt geen (leren) schoenen. Ook wast en zalft men zich niet. In sommige instanties scheurt men de kleren, en tekent zich met as.

In de Schrift ziet men vasten vaak als een middel om zich te verzoenen met God, wanneer Deze vertoord is.

Ook kent men het vasten als een voorbereiding op belangrijke gebeurtenissen. Mozes

vast voor het ontvangen van de tafelen, Elia vast met betrekking tot het oproepen van Samuel, Jezus vast in de periode net voor zijn openbaar leven.

Naast de twee genoemde dagen waren er in de Joodse praktijk nog wel een paar andere dagen in het jaar waarop gevast werd, maar de twee bovengenoemde zijn overgebleven. Bij vrome Joden in het verleden en ook nog wel heden zijn de maandag en de donderdag ook vastendagen.

Overigens is de houding tot voedsel zeer gereguleerd en vindt men het niet nodig extra dingen te doen. Maimonides, een zeer gezagvolle middeleeuwse geleerde, propageert matigheid in alles en ook in voedsel. Hij raadt aan in de zomer twee derde te eten van de hoeveelheid die men in de winter eet.

Werkvragen

Hoe staan we tegenover de gedachte dat een vasten ons kan verzoenen met G-d en G-d zich doen verzoenen met ons? Denk bijvoorbeeld aan het verhaal van Jona.

Vasten als teken van rouw. Herkennen we dat?

Christendom

Het christendom is geen massief gegeven en daardoor is het moeilijk om over de christelijke vastenpraktijk te spreken.

We beperken ons derhalve enigszins tot het onderscheid tussen de religieuze en de leken-traditie en tussen de reformatie en de (rooms) katholieke traditie.

Al vroeg in de ontwikkeling van het christendom voelden mensen de behoefte om zich vanuit de beleving van een eindtijdurgentie en/of geconcentreerde afstemming op het Koninkrijk van God uit de wereld terug te trekken. Deze anachoreten gingen veelal als kluizenaars in een onherbergzaam gebied wonen (woestijnvaders). Zij leidden een streng ascetisch leven. Voortdurend vasten, algehele onthouding, gebed, studie, nachtwaken en kastijding. Dit zette zich voort in de vroege kloosters en in de religieuze traditie. Het is aan Benedictus van Nursia (480-547) te danken dat hij een regel stelde aan het monnikenleven. Hij vond het juist van belang om het lichaam en de geest bij elkaar te houden. Elementen van dit ascetische leven vinden we nog in de striktere contemplatieve kloosters (matigheid plus vastenperiodes en vastendagen, onthouden van vlees, geen seksuele gemeenschap, toeleg op gebed, Schriftstudie; soms ook dagelijks nachtofficie). In de vroege kerk was het niet ongebruikelijk om, met name bij de christenen uit de Joden, twee dagen in de week te vasten (op woensdag en vrijdag). Dat betekende dat men niet voor het negende uur at. In de tweede eeuw vastte men ook de drie dagen voor Pasen en vanaf ongeveer 250 de hele week voor Pasen. Na 325 (concilie van Nicea) de veertig dagen voor Pasen.

De bedoeling van het vasten werd beschreven als: boetedoening voor zonden, het verhogen van het zondebesef (boetvaardigheid), bekering. Dus sterk vanuit de zondigheid van de mens gedefinieerd en in het kader van de terugkeer tot God.

De kerkvaders benadrukken daarnaast ook het gebed en het geven van aalmoezen.

Daarbij komt dan nog het idee van de versterving om het lichaam en de verleidingen van de zintuigen te (leren) beheersen.

Vanaf de vierde eeuw worden ook de Quatertemperdagen als vastendagen geïntroduceerd. Telkens drie dagen aan het begin van een nieuw seizoen. Dit om stil te staan bij de gave van de seizoenen en het verhogen van een besef van afhankelijkheid en dankbaarheid. Ook deze dagen hebben altijd tevens een aspect van boete in zich wegens onachtzaamheid en de klakkeloze aanvaarding van het goede dat de schepping geeft.

Niet ongebruikelijk was ook het vasten ter voorbereiding op de ontvangst van de sacramenten, bijvoorbeeld als doopvoorbereiding (bij volwassenendoop). Tot voor kort kenden we deze vorm nog als het vasten voor de communie, de vasten en retraite voor het huwelijk en nog steeds voor een wijding.

Binnen de Reformatie was nogal wat verzet tegen de roomse vastenpraktijken (en vroomheidsoefeningen). Dit verzet werd met name ingegeven door de genadeleer.

Vasten kan immers geen instrument zijn om God tot verzoening te brengen of de mens

door boete met God te verzoenen. Verzoening is een autonome genade-akt van God zelf. Het tweede Vaticaans concilie benadrukt de Goede Vrijdag als vasten- en onthoudingsdag (naast Aswoensdag) en beveelt ook Stille Zaterdag aan. De veertigdagentijd is een tijd van grotere toeleeg op het Evangelie en de sacramenten en een tijd van inkeer en gebed en van solidariteit met de armen (vandaar de nieuwe interpretatie van het hongerdoek. In de Middeleeuwen hing tussen schip en priesterkoor een doek, velum quadragesimale, om het zicht op het altaar te ontnemen; vandaar: hongeren, bij wijze van boete).

Werkvragen

Hoe staan we tegenover het idee om het lichaam te versterven ten einde het hart op G-d te richten?

Wat zou de waarde kunnen zijn om het leven (handelingen, tijd) te structureren met momenten en perioden van vasten (matiging) en inkeer (gebed, meditatie, studie)?

Hoe verhoudt zich dan zo'n periode tot de rest van ons leven?

Secularisatie

Ook de vasten heeft een secularisatie ondergaan, die hier genoemd moet worden, aangezien nogal wat mensen zonder religieuze motivatie toch aan vastenpraktijken doen. Soms een dag in de week, soms een periode in de zoveel tijd. Soms heeft het een spirituele motivatie, maar vaak ook niet.

Ik onderscheid een viertal aangrijpingspunten.

--Vasten is goed voor je lichaam en voor je geest. Het reinigt het lichaam van slakken en overtollige zaken en zuivert het. Je voelt je beter na een sapkuur of vastenperiode. Ook verheldert het de geest. Bij langduriger en intensief vasten kunnen zich zelfs ervaringen voordoen die als geestverruimend geïnterpreteerd worden. In een aantal "scholen" speelt het afzien van het eten van vlees daarin een belangrijke rol.

--De schepping is eindig in belastbaarheid en we hebben een verantwoordelijkheid jegens de schepping om haar niet uit te putten. Ook naar volgende generaties. Vasten en matiging in voedsel en grondstoffen is de uiting van die verantwoordelijkheid.

--De welvaart is zeer ongelijk verdeeld. Ook het verbruik van voedsel en voedselgranen. Vasten en matigheid is de uitdrukking van solidariteit met hen die vrijwel niets hebben en een poging om door zelfrestrictie tot een rechtvaardiger verdeling van de welvaart en de levensmogelijkheden op deze aarde te komen.

--Sommigen van ons worden moe van de veelheid en de vanzelfsprekendheid van het aanbod dat ons overspoelt aan prikkels, aan vermaaksmogelijkheden, aan snacken en zappen en contacten en berichten. Een aantal ook van het tempo dat geen ruimte laat voor stilte. Voor hen is vasten een manier om aan die veelheid en het tempo te ontsnappen en iets van een menselijke maat te hervinden.

Werkvragen

Kan het houden van een bepaald dieet of een bepaalde levenswijze bijdragen aan de kwaliteit van het (geestelijk) leven?

Zijn verantwoordelijkheid voor de schepping en mondiale solidariteit voor u redenen om te vasten, te matigen?

40

dagen
en nog wat...

BIJeenkomst 2

De Schriften

Wanneer we de Bijbel als aangereikt geheel bekijken, zien we dat daarin op verschillende manieren sprake is van vasten, maar tevens reikt het een aantal fundamentele noties aan die naar mijn smaak de gelovige basis vormen voor een vastenpraktijk, c.q. een levenshouding van matigheid.

Het meest bekende en meest frequent voorkomende is de vasten als boete-akt. Het volk, of de koning heeft gedaan wat God mishaaft en er wordt gevast om te zien of God terugkeert van zijn toorn. Bijvoorbeeld Achab na de dood van Nabot, wiens wijngaard hij zich heeft toegeëigend, in 1 Koningen 21,27. Of David die berouwvol vast bij de ziekte van zijn zoon, uit overspel verkregen, in 2 Samuel 12,16. Of de Ninevieten in het boekje Jona, die massaal vasten, Jona 3,5 vv, zodat God zijn plan niet uitvoert.

Ook als teken van rouw kan gevast worden, bijvoorbeeld in 1 Samuel 31,13 waar de mannen van Jabes zeven dagen vasten na de dood van Saul en diens zonen.

Vasten ter voorbereiding op belangrijke gebeurtenissen vinden we ook. Mozes vast tot tweemaal toe veertig dagen voor de ontvangst van de stenen tafelen (zie bv Deut 9, 18); Elia loopt in veertig dagen en nachten zonder voedsel naar de Horeb waar hij zijn G-dsontmoeting heeft (1 Koningen 19,8). Esther vast met haar volk voor zij naar de koning gaat met haar verzoek (Esther 4, 16). Jezus vast veertig dagen in de woestijn voor zijn roeping en openbaar leven (Matteus 4, 1vv).

Daniel vast om inzicht te krijgen (Daniel 9,3). In hetzelfde boek vast de koning in 6,19 om uitredding van Daniel uit de leeuwenkuil te krijgen.

In Richteren 20 vasten uiteindelijk de Israëlieten in de opgedragen slag tegen de Benjaminieten en behalen de overwinning (vers 26)

Ook bij belangrijke beslissingen vindt men het vasten terug, bijvoorbeeld bij de jonge kerk in Handelingen 13, 2vv, waar gevast wordt en gebeden voor de zending van Barnabas en Saulus. Zie ook 14,23 voor de aanstelling van oudsten.

Hierbij gaat het meer om het verkrijgen van een gunst of een begunstigende stemming. Bij Jezus vormt vasten een bijna vaste trits met aalmoezen en gebed. Het is veelmeer de uitdrukking van een bepaalde levenswijze, een levenshouding die op God en mens tezamen gericht is. Zie met name de Bergrede over barmhartigheid, bidden en vasten (Matteus 6,1-18). (Kijk in dit verband ook eens even naar Matteus 17,21 m.b.t. het uitdrijven van kwade geesten door vasten en gebed.)

In de houding van Jezus klinkt de profeet Jesaja door. Zie bij Jesaja 58, 1-9a. Hij spreekt daarin over het ware vasten dat niet zozeer uiterlijke vroomheid en godsdiensttoefening is, maar een van zelfzucht ontledigde houding die uit is op gerechtigheid.

De bovengenoemde voorbeelden geven wel een beschrijving en aanleiding en doel van een vasten, maar valt er ook in de Schrift een grondstructuur voor (een houding van) vasten aan te wijzen. Ik denk het wel. Die heeft te maken met de fundamenteel aan God gerelateerde structuur van ons menselijk bestaan en van onze wereld voor hen die in God geloven.

Daarmee is niets wat zich voordoet neutraal of onverschillig (om het even). Ons leven, ons handelen, ons voedsel, onze wereld heeft met God van doen. Het is geschonken werkelijkheid. Niet bemeesterde werkelijkheid, geen verdienste, niet zonder meer toe te eigenen, niet het domein van rechten kunnen doen gelden. Dit betekent dat we er terughoudend, dankbaar en prudent mee om gaan. Het is niet van ons, laat staan van mij, maar in eerste instantie van God en in gebruik gegeven ten dienste van alle mensen. Sterker nog, het toe-eigenen van wat je niet geschonken wordt is de kortste weg uit het

paradijs (ongeoorloofde toe-eigening).

Het paradijs bestaat dus niet alleen uit overvloed, misschien zelfs niet in de eerste plaats, maar bestaat in de beperking, in de matiging (zie tweede scheppingsverhaal in Genesis 2, 16-17). Hierin wordt een maat gesteld aan wat men neemt van hetgeen voorhanden is. Het gaat om onderscheid maken tussen wat wel en niet genomen kan worden. Het doorbreekt het mechanisme van de vanzelfsprekendheid waarmee alles wat er is ook potentieel van mij is. Dat stelt niet alleen maat aan de verwerving, maar opent ook de mogelijkheid tot genieten, als niet toe-eigenende vreugde om iets dat niet jouw vanzelfsprekende eigendom is, en tot dankbaarheid.

Dit geschonken zijn en de maat van toe-eigening treffen we ook aan in het verhaal over de gave van manna in hoofdstuk 16 van Exodus. Wat teveel genomen wordt verrot en verstoort de rechtvaardige verdeling waarin ieder krijgt wat hij nodig heeft voor zijn gezin. Dit is ook de diepere betekenis van het dagelijks brood; het is de uitdrukking van de gerechte maat, de gerechtigheid, en van vertrouwen in Gods voorzienigheid (Hij weet wel dat u dat alles nodig hebt; zoekt eerst het rijk van God en al het andere zal u gegeven worden. Matteus 6,33). Een goede oogst is geen verdienste, hoe hard je ook voor gewerkt hebt, maar gave; en daarbij passen bescheidenheid en dankbaarheid. Zoals het voorgaande citaat ook wil zeggen, gaat het ook om een prioriteitsvolgorde. Dat wil zeggen, om de materialiteit van ons bestaan in het juiste perspectief te stellen. Het materiële aspect is niet alles wat er over ons leven te vertellen is. Er is meer.

Deuteronomium 8,3 zegt het ook: de mens leeft niet van brood alleen, maar van elk woord dat komt uit de mond van God. Matteus herhaalt het in een andere setting in 4,4. Daar is Jezus zelf het Woord van God en het levend brood.

In deze grondhouding en dit basisbesef zouden we ook de grond kunnen vinden voor een fundering van vasten, als die terughoudende en maatvoerende omgang met al wat ons gegeven is.

Werkvragen

Vasten heeft te maken met keuzes. Welke? Hoe beïnvloeden die uw (geloofs)leven?

Wat zou de relatie zijn tussen vasten en groei in aandacht voor anderen, voor gerechtigheid, de schepping?

We hebben de schepping niet in eigendom, maar zijn rentmeesters. Betekent dat in de praktijk van alledag iets voor U? En wat dan?

Kent u de vastenpraktijk van huis uit? Zijn er ook verkeerde of onzinnige vormen van vasten?

Maakt u, of wilt u die maken, afspraken met u zelf om invulling te geven aan de veertigdagentijd?

40

dagen
en nog wat...

In gesprek met jongeren

Lees wat er staat onder het kopje secularisatie (zoek eventueel op wat het betekent). Herken je wat daar staat? Hoe ga je daar zelf mee om en wat doet het met je?

Ken je islamitische jongeren en heb je daar contact mee? Onderhouden die de Ramadan (middelbare schoolleeftijd)? Wat vinden zij daarvan? Lees de uitgangspunten van de Ramadan uit het paragraaf over vasten in de Islam. Herken je dat en wat vind je daar zelf van?

Wat vind je van kinderen die heel veel hebben, maar niet tevreden zijn? Wat wil je zelf allemaal hebben? Kun je iets noemen waar je heel gelukkig van wordt? Kun je dat kopen?

In het gebed dat Jezus ons geleerd heeft, bidden we: geef ons heden ons dagelijks brood. Dat heeft te maken met het verhaal over de tocht van het volk Israel door de woestijn en de gave van het manna. Lees het deel van het verhaal maar eens door (Exodus hoofdstuk 16, verzen 2 tot en met 5, en de verzen 15 tot en met 20 of 26). Ieder krijgt wat hij nodig heeft. Dat is rechtvaardig. Je mag niet meer nemen dan je toekomt, anders bederft het.

Kun je zeggen wat dat betekent voor jou en het gezin waar je deel van uitmaakt?

Het Onze Vader staat in de Bergrede van Jezus, in hoofdstuk 6 van het Matteusevangelie. Lees het maar eens. Daar staat ook iets over vasten (vers 16 en volgende). Waarom zou Jezus dat nu zo zeggen, denk je?

(voor oudere jongeren)

Pasen is het grote feest van de belofte van (eeuwig) leven. Niet voor een enkeling, maar voor allen. Het kost tijd om stil te staan bij wat dat betekent. Veertig dagen lang nemen we daar de tijd voor. Wat betekent het dat er leven is voor allen? Wat betekent het voor jou? Welke belofte houdt het in voor jouw leven? Kun je leren ernaar te leven en hoe leef je dan?