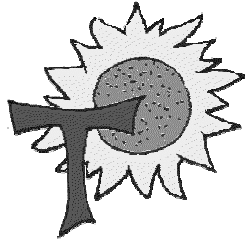


Franciscaans Milieuproject,
Stoutenburgerlaan 5,
3835 PB Stoutenburg. Tel: 033 494 55 00.
E-mail: post@stoutenburg.nl
Webstek: www.stoutenburg.nl



Het Franciscaans Milieuproject

wil op allerlei manieren de verbondenheid van ons mensen met de overige natuur zichtbaar maken, beleven en bevorderen. Daarbij speelt de spiritualiteit van Franciscus een belangrijke rol. Voor hem was ieder scheepsel een uitdrukking van Gods Liefde.

Stoutenburgbrevier

Binnen het Franciscaans Milieuproject woont en werkt een gemeenschap; een religieuze gemeenschap van mannen en vrouwen (en soms kinderen) die ervoor kiezen om in een uitgewogen kloosterlijk ritme te leven. Deze gemeenschap wordt gekenmerkt door haar bijzondere aandacht voor haar verbondenheid met de natuur en de zorg voor onze zuster moeder aarde.

Dit "brevier" biedt een aantal teksten uit de dagelijkse meditatie van de gemeenschap rond de drie centrale thema's: gemeenschap, spiritualiteit en natuur. De teksten zijn bij elkaar gezet voor mensen die thuis op hun eigen tijd met het ritme van de gemeenschap mee willen leven. Maar ook buiten die kring blijkt er belangstelling te bestaan voor deze regelmatig herdrukte bundel.

Meer publicaties

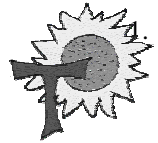
Wie meer wil weten over de gemeenschap en het project zijn verschillende brochures beschikbaar, onder meer:

1. Algemene *informatiefolder* (gratis)
2. Maak ons uw aarde, de *spiritualiteit* van Stoutenburg.
26 pagina's; €2,- + €1,20 porto.
3. Leven in Verbondenheid, de *gemeenschap* van Stoutenburg
36 pagina's, €2,10 + 1,50 porto).

Bestellen door het bedrag over te maken
met vermelding van uw naam, adres en het gewenste boekje.

Bezoek ook onze webstek: www.stoutenburg.nl

Franciscaans Milieuproject



Stoutenburgbrevier



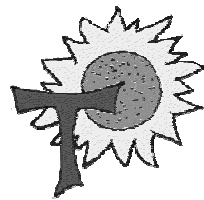
De gemeenschap mediteert 's morgens bij voorkeur in de natuur.

Meditatieve teksten over
gemeenschap, spiritualiteit
en natuur

Register

van titels op alfabet.

Nr.	Titel	pag.			
37.	Aandacht	29	29.	Laat liefgekregen	24
49.	Allegro ma non troppo	39	47.	Laat God stralen	37
48.	Bedelen	38	54.	Lente	42
57.	Boombeschrijving	45	15.	Leren wachten	16
61.	Bos als sacrament	48	53.	Lof van het onkruid	42
5.	Broeders gegeven	10	38.	Mensen gevraagd	30
8.	De aarde bewonen	12	30.	Moeder Aarde	41
39.	De grote Vrede	31	30.	Moeder Theresa	25
4.	De herberg	9	11.	Mooi anders	14
36.	De sneeuwvlok	29	33.	Om mededogen	27
51.	De tuin	40	24.	Om water	22
62.	De vele steeltjes	49	2.	Plaats voor wonder	8
42.	De wind	34	10.	Samen delen	14
12.	Dichtbij en veraf	15	31.	Stil worden	25
50.	Eendjes	40	40.	Stil zijn	32
59.	Eenzaam laten	46	35.	Stilte	28
41.	Franciscus	33	21.	Terugtrekken	20
43.	Gebed tot Franciscus	35	28.	Verantwoordelijkheid	24
26.	Gebed van de Sioux	23	44.	Volmaakte Vreugde	35
7.	Geheim van bestaan	12	7.	Vriendschap	11
9.	Gehoorzaamheid	13	60.	Vrucht dragen	47
14.	Geluk	16	34.	Waarnemer	27
17.	God toelaten	18	20.	Het is wat het is	19
3.	Gods luister	9	13.	Wij wonen in God	15
25.	Heiligdom	22	22.	Goede woorden	21
56.	Herfstmeditatie	44	55.	Zelftranscendentie	43
58.	Honderd bloemen	45	46.	Zonnelied	36
1.	Ik en gemeenschap	7	23.	Zuiverheid	21
18.	Ik ga maar en groet	18			
16.	Ineen vloeien	17		***	
31.	Ja, ik luister	26			
27.	Jezus van Nazareth	23			
45.	Kleine litanie	36			
19.	Laat denken los	19			



Het Stoutenburgbrevier is een uitgave van het Franciscaans Milieu-project.

ISBN/EAN: 978-90-808436-5-3.

5e druk zomer 2009. Met enkele kleine verbeteringen.

Verkoopprijs €2,50. Per post €4,- incl. verzendkosten

Samenstelling en redactie:

Guy Dilweg ofm en Elles Nap

Meer info? Tel 033 4945500, webstek: www.stoutenburg.nl

Inleiding

Teksten van verbondenheid

en er is dus werkelijk een steeltje
tussen onszelf en de wolken.
En dat geldt ook voor de rivier,
het bos, de boer en de houthakker.
Er zijn honderdduizenden steeltjes
die ons met alles in de kosmos
verbinden en waaraan we
ons bestaan te danken hebben.
Zie je hoe jij en ik
met elkaar verbonden zijn?
Als jij er niet zou zijn, zou ik er
niet zijn. Dat staat vast.
Als je dat nog niet ziet,
kijk dan alsjeblieft iets dieper,
dan zul je het zeker zien.

Ik vroeg het blad of het bang was
omdat het herfst was en de andere
blaadjes al gevallen waren.
Het blad zei tegen me:
Nee. In de lente en de zomer heb
ik volop geleefd. Ik heb hard ge-
werkt om de boom
te helpen voeden en een groot deel
van mij is nu in de boom.
Ik ben niet beperkt tot deze vorm,
ik ben de hele boom.
Als ik naar de aarde terugga,
zal ik de boom blijven voeden.
Dus ik maak me nergens zorgen
over.
Als ik deze tak verlaat en naar de
grond dwarrel,

zal ik naar de boom zwaaien en
tegen hem zeggen: "Tot gauw!"

Even later, toen het een beetje
begon te waaien,
zag ik hoe het blad de tak verliet
en vrolijk dansend
naar beneden dwarrelde,
want terwijl het op weg was
naar de grond
zag het zichzelf al weer
in de boom.
Het was heel gelukkig.

Ik boog mijn hoofd,
want ik wist dat ik veel te leren
had van dat blaadje.

*Thich Nhat Hanh,
Iedere stap is vrede.*

In dit boekje zijn een aantal teksten
verzameld die gebruikt worden tij-
dens de meditaties van de communi-
teit van het Franciscaans Milieupro-
ject. 's Morgens en 's avonds komt
de gemeenschap bij elkaar voor een
bezinnend moment. Die meditaties
worden door de leden van de com-
munititeit voorbereid. Ieder kan daar-
mee zijn eigen kleur geven aan de
bijeenkomst. Vaak worden teksten
gekozen die passen bij de tijd van
het jaar, het thema van de werkweek
of bij wat er op dat moment speelt in
de wereld óf in de gemeenschap.

Het leek ons een aardig idee om een
aantal van die teksten te bundelen
voor de mensen die zich op Stouten-
burg betrokken weten. Teksten om
met de gemeenschap mée te leven,
maar ook teksten om mee te
léven. Ze brengen wijsheid en erva-
ring uit alle windstreken waarvan
iedereen kan profiteren.

Het project bestaat ruim 18 jaar en
gemiddeld worden tien teksten per
week gezocht, gevonden en gelezen.
Bij elkaar toch al gauw zo'n vijfdui-
zend teksten! Een aantal komt met

enige regelmaat terug, omdat ze
goed weerspiegelen waar het ons om
gaat. Teksten waarvan we dachten:
"ja, die is mooi om door te geven".
Bij nadere selectie vielen er weer
een heleboel af. Het boekje moest
niet te dik worden; we willen geen
moeilijkheden rond auteursrechten;
het moet om teksten gaan die je
anders niet zo gemakkelijk kunt
vinden enzovoorts.
Dat betekent onder andere dat
teksten uit de Bijbel en van Francis-
cus, Kahlil Gibran, Thich Nath Hanh
niet veel voorkomen in dit boekje.
Dergelijke teksten zijn goed bereik-
baar.

Om het gebruik van het boekje te
bevorderen, hebben we een inhouds-
opgave op thema en een register toe-
gevoegd. De teksten bestrijken de
verschillende facetten van ons leven
in Stoutenburg met als rode draad
het verlangen naar Verbondenheid.

Dit boekje is een uitnodiging om je
met ons te verbinden en mee te me-
diteren.

Guy Dilweg ofm

Inhoud

Gemeenschap

- | | |
|---------------------------|----|
| 1. Ik en de gemeenschap | 7 |
| 2. Plaats voor het wonder | 8 |
| 3. Gods luister | 9 |
| 4. De herberg | 9 |
| 5. Broeders gegeven | 10 |
| 7. Vriendschap | 11 |
| 6. Geheim van ons bestaan | 12 |
| 8. De aarde bewonen | 12 |
| 9. Gehoorzaamheid | 13 |
| 10. Samen delen voedt | 14 |
| 11. Mooi anders | 14 |

Spiritualiteit—Mystiek

- | | |
|-------------------------|----|
| 12. Dichtbij en veraf | 15 |
| 13. Wij wonen in God | 15 |
| 14. Geluk | 16 |
| 15. Leren wachten | 16 |
| 16. Ineen vloeien | 17 |
| 17. God toelaten | 18 |
| 18. Ik ga maar en groet | 18 |
| 19. Laat denken los | 19 |
| 20. Het is wat het is | 19 |
| 21. Terugtrekken | 20 |

Spiritualiteit—Bidden

- | | |
|-------------------|----|
| 22. Goede woorden | 21 |
| 23. Zuiverheid | 21 |
| 24. Om water | 22 |

62. EEN BLAD MET VELE STEELTJES

Ik heb eens in de herfst,
toen ik in een park was,
heel lang naar een prachtig klein
blaadje gekeken
dat de vorm van een hart had.
Het was bijna helemaal rood en
het hing nog net aan een tak,
klaar om te vallen.
Ik heb een hele tijd
bij dat blaadje stil gestaan
en het een aantal vragen gesteld.
Ik ontdekte dat het blaadje
een moeder voor de boom was
geweest.
We zijn meestal geneigd te denken
dat de boom de moeder is
en dat de bladeren de kinderen
zijn, maar terwijl ik naar dat
blaadje keek, zag ik dat een blad
ook een moeder voor de boom is.
Het vocht dat de wortels uit de
grond opzuigen, bevat alleen
water en mineralen; de boom heeft
meer voeding nodig.
Daarom wordt het vocht naar de
bladeren doorgestuurd,
die het met behulp van de zon en
de stikstof in de lucht bewerken
en het daarna weer als voedings-
stof terugsturen naar de boom.
Daarom zijn de bladeren ook een
moeder voor de boom.
Omdat een blad met een steeltje

aan de boom vastzit,
is het niet moeilijk om te zien dat
de boom en het blad met elkaar in
verbinding staan.
Wij zijn niet meer door middel
van een steeltje
met onze moeder verbonden,
maar toen we in haar buik zaten
hadden we een hele lange steel,
de navelstreng.
Via die steel kregen we
de zuurstof en de voeding die we
nodig hadden.
Toen we geboren werden,
werd die streng doorgesneden en
dat heeft ons de illusie gegeven
dat we onafhankelijk van onze
moeder werden.
Maar dat is niet zo.
We blijven heel lang
van haar afhankelijk
en we hebben ook nog een hele-
boel andere moeders.

De aarde is onze moeder.
Er zijn talloze steeltjes die ons met
haar verbinden.
Er zijn stelen die ons met de wol-
ken verbinden.
Zonder wolken hebben we geen
water om te drinken.
We bestaan op z'n minst
voor zeventig procent uit water

61. BOS ALS SACRAMENT

Een bos is als een sacrament:
het brengt de hemelen op aarde
en tilt met haar vele armen de aarde
de hemel in.

Voor wie daar gevoelig voor is
openbaart het bos kwaliteiten
die we religieus noemen,
omdat wij ze met God verbinden.

Een bos is gastvrij.
Het verwelkomt ieder wezen
dat er een woonplaats
of een toevlucht zoekt
en biedt het voedsel en onderdak.

Met haar onuitputtelijke rijkdom
aan levensvormen weerspiegelt het
de scheppende Geest.

Het biedt een plaats
waar de dagdagelijkse zorgen
naar de achtergrond verdwijnen
en waar in het ruisen van de wind
de ziel zich opent voor het mysterie.

Een bos is ook anders, niet-ik,
het omgeeft me,
maar ik ga er niet in op.
Het draagt me
en ik kan besluiten
me wel of niet te laten dragen.

Zo is het me vreemd en nabij,
toont het me mezelf en de Ander.

Het bos is zonder oordeel.
Het is wat het is
en laat ons zijn wie we zijn
en voegt ons samen in dat grote,
dynamische organisme
dat we leven noemen.

Ja, het bos is als een sacrament:
het brengt de Levende op aarde
en tilt ons met haar vele armen
naar de hemel.

Guy Dilweg.

25. Heiligdom	22
26. Gebed van de Sioux	23
27. Jezus van Nazareth	23
28. Verantwoordelijkheid	24
29. Laat liefgekegen	24
30. Moeder Theresa	25
31. Stil worden	25
32. Ja, ik luister	26

Spiritualiteit—Stilte en Vrede

33. Om mededogen	27
34. Waarnemer	27
35. Stilte	28
36. De sneeuwvlok	29
37. Aandacht	29
38. Mensen gevraagd	30
39. De grote Vrede	31
40. Stil zijn	32

Spiritualiteit—Franciscus

41. Franciscus	33
42. Niets minachten	34
43. Gebed tot Franciscus	35
44. Volmaakte Vreugde	35
45. Kleine litanie	36
46. Zonnelied	36
47. Laat God stralen	37
48. Bedelen	38

Natuur

49. Allegro ma non troppo	39
50. Eendjes	40
51. De tuin	40
52. Moeder aarde	41
53. Lof van het onkruid	42
54. Lente	42
55. Zelftranscendentie	43
56. Herfstmeditatie	44
57. Boombeschrijving	45
58. Honderd bloemen	45
59. Eenzaam laten	46
60. Vrucht dragen	47
61. Bos als sacrament	48
62. De vele steeltjes	49

Register

51

60. VRUCHT DRAGEN

De zomer is de tijd waarin
datgene wat we hebben gezaaid
vrucht draagt.

Zo veelvorming als het maar kan;
zaden, knollen, vruchten in alle
soorten en maten,
kleurrijke en fantasievolle ver-
pakkingen van zaden die we vol-
gend jaar weer kunnen zaaien.
Vrucht van ons werk en belofte
voor de toekomst.

Vrucht van ons werk?

Daarmee halen we teveel eer
naar onszelf toe.

We kunnen alleen maar in blijde
verwondering staan bij de kiem-
kracht, bij het eerste ontluiken,
bij het stille groeien;
ieder plantje op zijn eigen tijd,
op zijn eigen plaats,
naar zijn eigen aard.

En dan keert de blik naar binnen,
naar onszelf:

mensen, die hier staan, neergezet
zijn, geplant zijn.

Ieder in zijn eigen situatie.

We kijken in stille verwondering
naar wat in ons groeit en baan-
breekt.

Soms in stilte,
soms met veel kabaal,

soms in ogenshijnlijke stilstand
of in de pijnlijke weeën van een
geboorte.

Zo zomert het ook in ons en
rijpen in ons de vruchten.
Vruchten van een mensenleven.

De Bijbel spreekt van de vruch-
ten van de geest:
wijsheid, kennis, geloof,
de gave om zieken te genezen en
ware woorden te spreken,
de gave om te bemoedigen, en
om te verstaan,
de gave het leven te kunnen
dragen of draaglijk te maken.
En bovenal
die vrucht der vruchten,
de gave der gaven: de Liefde,

alles verdraagt zijn,
alles gelooft zij,
alles hoopt zij,
alles duldt zij.

Liefde.

Goddelijke gave en
vrucht van menselijk leven.

Guy Dilweg

Gemeenschap

59. GIJ MOET HET EENZAAM LATEN

In een woud van droomgewassen
stenen wortels stalen webben
tochtig labyrint van woorden
woont een mens op brekebenen,
lelie van het veld, met ogen
tranend bijna blind van zoeken
naar een plek die water geeft.

Huub Oosterhuis

Gij moet het eenzaam laten
Het zaad dat ligt te slapen
En dat al kiem gaat maken.

Dit eerstelings bewegen
Van leven binnen leven
Vermijd het te genaken.

Laat het stil in z'n waarde
Zaad in de donkere aarde
En het zal groen ontwaken.

Ida Gerhardt

1. IK EN DE GEMEENSCHAP

Wanneer een groep mensen besluit samen te leven zonder duidelijk omschreven doel zullen conflicten heel snel opdagen. Spanningen komen vaak voort uit het feit dat mensen zeer verschillende verwachtingen koesteren, maar ze nooit uitspreken. Een gemeenschap wordt werkelijk één en straalt dit ook uit als alle leden het gevoel hebben: "zó moet het".

Gemeenschap betekent niet zozeer samen wonen. Het is de plaats waar iedereen bezig is vanuit de duisternis van het egocentrisme over te gaan naar het licht van de echte liefde. Liefhebben is eenvoudig gelukkig zijn omdat de ander er is. Het is je bij elkaar geborgen weten en tevens de vaste overtuiging hebben dat de ander trouw is aan zijn roeping.

Gemeenschap heeft twee polen: een gevoel van elkaar wederzijds toebehoren en een verlangen dat

de ander zich ontwikkelt in zijn gave aan God en de mensen.

Om lief te hebben moet je voortdurend je eigen meningen, je prikkelbaarheid en je comfort prijsgeven. Het vraagt offers en een wiltsdaad om je gevoeligheden te overstijgen en een gezuiverd hart van God te ontvangen dat spontaan naar de ander uit gaat.

Uit Jean Vanier, Tien stappen naar gemeenschap.

2. PLAATS VOOR HET WONDER

Voor veel mensen is Stoutenburg een oase in een jachtig bestaan. Er zijn er ook die zulke plekken afwijzen. Ze ervaren het als een vlucht, weg van de barre werkelijkheid.

Dat kreeg ook Jan Gerhard Toonder, de broer van Maarten Toonder te horen, toen hij op Ibiza ging wonen. Hij schreef daarover het volgende:

“De thuisblijvers zeiden wel eens, dat het een vlucht was, je terugtrekken uit het echte en belangrijke leven en ergens lekker op een goedkoop plekje in de zon gaan zitten, zonder verantwoordelijkheid of zorgen.

Zulke dingen zeiden ze van kloosterlingen of kluizenaars ook. Wie dit zeiden zagen iets over het hoofd. Als je niet meer dagelijks bent betrokken bij het wereldgebeuren en niet langer dringt om een plaats op de voorste rijen, dan heb je ook niets om je achter te verschuilen voor het gezelschap van jezelf.

Wanneer je de zee, de bomen, de dieren, de sterren

meer gaat liefhebben dan het politiek engagement en de economische conjunctuur, dan kun je je niet meer verbergen voor de grote verwondering.

Als je de tijd gaat zien en de stilte gaat horen, kun je niet meer ontkomen aan de zin van het bestaan; en dat is zo'n schrikwekkende verantwoordelijkheid dat je wellicht zult vluchten, terug naar wat ze het echte en belangrijke leven noemen.”

Gerhard Toonder, geciteerd in Vruchtbare Aarde, Nr 5/01

57. BOOMBESCHRIJVING

Bomen zijn werkelijk.
Hun bladeren praten werkelijk met woorden veelzeggend en letterloos.

Hun toppen zingen.
Hun stammen zwijgen hoorbaar.

Hun wortels houden van de aarde.

Bij een boom staande moet ik wel ademen als een boom.

Naar een boom ziende zie ik hemel en aarde in elkanders armen.

Want een boom, een boom is een bruiloft.

*Hans Andreus,
Uit: Gedichten 1948-1974.*

58. HONDERD BLOEMEN

Honderd bloemen mogen bloeien grond en lucht genoeg voor alle zaden knollen anjelieren – stenen moeten stenen blijven mensen vliegen hoog als goden maar de zuring en de klaver mogen bloeien honderdvoud.

Korenbloemen,
flarden blauwe hemel,
vlijmende papaver,
morgensterren aan de dijken,
flemend om gezien te worden,
woekerend in de populieren
als een nest de maretak,
de bloem der zoenen, bitterzoet.

Op zijn stekelige stengel
bloeit en treurt de kale jonker
en geen vlinder zal hem vinden.
Tronken zullen twijgen dragen
varens op bevroren ruiten
zullen wuiven, bloeien mogen
honderd rozen van papier.

Broos op stelen ongebroken
wild en blindelings verstrengeld
in spelonken op de vaalten
tussen schotsen ijs en boeken
op de graven mogen bloeien
alle ongelijk eenzelve
honderd bloemen zonder nam.

56. HERFSTMEDITATIE

Nevels, zachte regen
 kruidig ruikt het
 diepe kleuren,
 herfst in mij, om mij heen,
 volheid,
 rijpheid
 't groeide,
 't bloeide,
 de vruchten zijn rijp.
 Ik mag oogsten
 Ik voel de rijpheid van de herfst,
 ik voel de vreugde
 van het oogsten,
 van het vruchten plukken
 die konden rijpen
 met hulp van 't licht.

Ik voel de kracht
 om noten te kraken
 en de kern te vinden,
 mijn kern,
 mijn diepste waarheid,
 mijn levensbron.
 Ik voel 't leven van de herfst
 van 't afscheid
 van wat eens verbonden was
 en zich weer zal verbinden
 in nieuwe vormen.
 Ik voel 't afscheid
 van wat eens begon
 en nu eindigt.
 Afscheid met de
 belofte van een nieuw begin.

De energie trekt zich terug
 tot diep in de aarde
 om zich te beschermen
 tegen storm en kou
 't Leven wordt bewaard
 in haar diepste kern,
 wachtend op de wedergeboorte.
 Ik bedank mij zelf
 en mijn omgeving voor alles
 Ik wil nu
 met de blaadjes van de bomen
 loslaten,
 in de milde melancholie
 van 't afscheid;
 met de belofte
 van een nieuw begin.

Nevels, zachte regen,
 kruidig ruikt 't,
 diepe kleuren,
 herfst in mij
 om mij heen
 volheid
 rijpheid
 't groeide,
 't bloeide,
 de vruchten zijn rijp.
 Ik ga oogsten.

Guy Dilweg

3. GODS LUISTER LATEN ZIEN

Onze diepste angst is niet
 dat we onbekwaam zijn;
 onze diepste angst is
 dat we bovenmatig machtig zijn.
 Ons licht, niet ons duister
 beangstigt ons het meest.
 We vragen ons af: wie ben ik
 dat ik begaafd, fantastisch zou zijn.
 Waarom zou je eigenlijk niet?
 Je bent een kind van God.
 Jezelf klein maken
 dient de wereld niet.
 Er is niets verstandigs aan
 je kleiner voor te doen
 opdat anderen zich
 niet onveilig bij je zouden voelen.
 We zijn geboren
 om Gods luister
 in ons te laten zien.
 Die is er niet alleen
 in sommigen van ons,
 maar in iedereen.
 En door ons eigen licht
 te laten schijnen,
 geven we anderen ongeweten
 toestemming dat ook te doen.
 Bevrijd van onze eigen angst,
 bevrijdt onze aanwezigheid
 vanzelf anderen.

*Nelson Mandela
 bij zijn inauguratie in 1994.*

4. DE HERBERG

Dit mens zijn is als een herberg:
 elke dag weer een nieuw bezoek.
 Een vreugde, een depressie, een
 benauwdheid;
 en ook een flits van inzicht
 komt als een onverwachte gast.
 Heet ze welkom en ontvang allen
 gastvrij!
 Ook al komen ze soms
 met veel verdriet of met geweld
 en slaan ze de boel kort en klein,
 behandel dan toch
 elke gast met eerbied.
 Misschien komt hij de boel oprui-
 men om plaats te maken voor een
 nieuwe, onbekende, gast.

Ontvang ze bij de voordeur met
 een welkomstgroet,
 die donkere gedaante,
 de schaamte, het venijn
 en laat ze binnen, leer ze kennen,
 geef ze een plaats.
 Wees blij met iedereen
 die langskomt.
 Zij zijn je stuk voor stuk gestuurd
 door de Hemel
 om jou als raadgever te dienen.

Rumi .

5. BROEDERS GEGEVEN

Als Franciscus terugkijkt op zijn leven zegt hij dat de Heer hem broeders heeft gegeven. Het overkwam hem. Hij had er niet aan gedacht en niet naar verlangd, maar toen er mensen zich bij hem aan sloten zag hij daarin de hand van God.

Hij gaat met hen om op een manier mee om die nieuw is voor zijn tijd en waaraan wij ons kunnen spiegelen.

De predikant Jacob van Vitry die in de tijd van Franciscus optrad en goed naar zijn beweging had gekeken schrijft dat volgens hem God de leider is van de minderbroeders.

En hij vervolgt:

“De minderbroeders zijn als sprinkhanen. Zij hebben geen koning die hen op hun wegen voorgaat, want weinigen overtreffen hen in armoede en nederigheid.

Zij hebben geen leraar in de geboden, want niemand zou hen zulk een strengheid van leven voorschrijven.

En hun leger heeft geen aanvoerder, want wie kan hen overtreffen in hun geestelijke strijd?”

Franciscanen zijn broeders die door andere banden dan die van gezag en bevelen met elkaar verbonden zijn.

Het zijn eerder modellen van anarchie die alleen door innerlijke wetmatigheden worden bepaald. De hiërarchie is op zijn kop gezet. Waar in andere gemeenschappen de oversten staan, staan hier de broeders die de anderen moeten overtreffen in horen en dienen.

Ze worden dan ook “ministri” genoemd, dienaars. Hun “onderdanen” moeten met hen om kunnen gaan als heren met hun dienaars.

Maar eigenlijk is er geen sprake van boven en onder, want in werkelijkheid moet iedereen de dienaar en onderdaan van de ander zijn. Niet zomaar, om het weer eens anders te doen, maar omdat in ieder ander, ja zelfs in alle beesten en wilde dieren Gods wil gehoord kan worden.

*Naar Anton Rotzetter, Franciscus van Assisi,
De weg van het Evangelie.*

55. ZELF-TRANSCENDENTIE

Willen we overleven dan moeten we ons keren tot het besef van onze verankering in de aarde en het universum, het besef dat wij hier niet alleen voor onszelf leven, maar dat wij deel uitmaken van hogere, mysterieuze realiteiten die wij niet straffeloos kunnen veronachtzamen.

Dit verloren besef sluimert als een geheime code in alle religies. De echte hoop voor de huidige mens is wellicht de hernieuwde zekerheid dat wij geworteld zijn in de aarde en in de kosmos.

Dit besef schenkt ons de bekwaamheid om onszelf te overstijgen. (...) Het waarlijk betrouwbare pad naar een multiculturele samenleving, naar vreedzaam overleg en creatieve samenwerking, naar een liefdevol respect voor al wat leeft vertrekt bij de wortels van alle culturen, iets wat dichterbij ieders hart ligt

dan een politieke opinie, overtuiging, antipathie of sympathie: de zelftranscendentie.

De zelftranscendentie is als een uitgestoken hand naar wie ons nabij zijn, naar vreemdelingen, naar de mensengemeenschap, naar alle levende wezens. Het gaat om de transcendentie als een diepe en vreugdevolle behoefte om te leven in harmonie met wat wijzelf niet zijn, met wat wij niet begrijpen, met wat in tijd en ruimte ver van ons verwijderd lijkt, maar met wat we niettemin op mysterieuze wijze verbonden zijn, omdat dit alles, samen met ons, één enkele wereld vormt. Zo lijkt deze transcendentie het enig ware alternatief voor de ondergang.

*Vaclav Havel
Uit de toespraak van 4 juli 1994
in Philadelphia, Amerika.*

53. LOF VAN HET ONKRUID

Godlof dat onkruid niet vergaat.
Het nestelt zich
in spleet en steen,
breekt door beton en asfalt heen,
bevolkt de voegen van de straat.

Achter de stoomwals
valt weer zaad:
de berenklaauw grijpt
om zich heen.
En waar een bom
zijn trechter slaat
is straks de distel algemeen.

Als hebzucht alles heeft geslecht
straalt het klein hoefblad
op de vaalt
en wordt door brandnetels
vertaald:

‘gij die miljoenen hebt ontrecht:
zij komen – uw berekening faalt.’

Het onkruid wint
het laatst gevecht.

Ida Gerhardt.

54. LENTE

Natuurlijk, ook mij loopt het licht
als een vrouw in het oog
en ja de lucht
is blauw van de liederen
en de aarde groen van hoop.
Natuurlijk,
ook ik hoor
het applaus van de bomen
en duizend dieren
tintelend van leven
flitsen, zwermen
en dromen door m'n dromen.

Maar ik raak het niet kwijt
en het knaagt maar en klaagt
een scheur door de lente,
een kras op m'n geluk –
al die miljoenen en miljoenen
dieren, gekooid en berooid op
weg naar de dood.

En nooit zien ze het licht
en ruiken ze de lucht
en voelen ze de grond,
nooit zullen ze weten
wat leven is,
leven in de lente,
dier zijn in de lente.
Lente is lachen
maar het is om te huilen
en lach ik,
dan lach ik
door m'n tranen heen.

Hans Bouma

6. VRIENDSCHAP

Als je jezelf liefhebt,
heb je alle mensen lief als jezelf.
Zolang je een enkel mens
minder liefhebt dan jezelf,
heb je jezelf nog niet waarachtig
lief gekregen.
Zo ook als je niet alle mensen
even liefhebt als jezelf,
in één mens alle mensen:
in deze mens is God en mens.

Het gaat goed met zo'n mens
die zichzelf liefheeft
en alle mensen als zichzelf;
met hem gaat het waarlijk goed.

Nu zeggen sommige mensen:
van mijn vriend die mij weldoet,
houd ik meer
dan van een andere mens.
Dat is niet juist;
het is onvolmaakt.
Maar je moet het toch nemen:
sommige mensen varen over zee
met halfsterke wind en komen toch
ook aan de overkant.
Zo is het ook met die mensen
die de ene mens meer liefhebben
dan de andere; dat is natuurlijk.

Als ik iemand zo oprecht liefhad
als mijzelf,
zou al wat hem overkwam

aan vreugde en verdriet,
zelfs dood of leven,
mij even lief zijn als
wanneer het mijzelf overkwam;
en dit zou echte vriendschap zijn.

*Meester Eckhart,
Uit: Kruispunten in de mystieke
traditie.*

7. HET GEHEIM VAN ONS BESTAAN

Het geheim van ons bestaan is gelegen in de omarming met God, waarin we ons bemind weten en van schuld bevrijd. In het diepste van onszelf, los van onze bekwaamheid, van begrijpen en handelen, is er een kwetsbaar hart, het kind dat bemint maar bang is om te beminnen.

Het stille gebed voedt deze diepe lagen in ons. En het is noodzakelijk voedsel voor iedereen die in gemeenschap leeft. Want het is ons meest geheime en meest persoonlijke voedsel.”

Jean Vanier, “In broosheid dragen, gemeenschap beleven vanuit spiritualiteit van De Ark”.

8. DE AARDE BEWONEN

Dat ik de aarde zou bewonen niet op vleugels als een arend niet in schemer als een nachtuil, niet kortstondig als een bloem

niet op vinnen onder water, niet gejaagd en niet de jager, niet op hoeven, niet met klauwen, om de verte te belopen, om de horizon te halen – en met handen die wat kunnen: kappen, ruimen, zaaien, oogsten:

met een neus vol levensadem, met een buik vol van begeren, met een hoofd niet in de wolken, wel geheven naar de zon om te overzien die aarde, haar te hoeden als een kudde, haar te dienen als een akker en te noemen bij haar naam.

Dat ik ben, niet meer of minder, dan een mens, een kind van mensen, één van velen, één met allen, groot en nietig, weerloos vrij om te zijn elkaar tot zegen, om te gaan een weg van dagen, liefdes weg, die ooit zal leiden naar een menselijk bestaan.

*Genesis 1 – 2.
Huub Oosterhuis.*

52. MOEDER AARDE

Zintuiglijke gewaarwordingen en de daaraan verbonden gevoelens van schoonheid en verwondering bieden even zovele mogelijkheden tot woordloos gebed, kunnen dienen als brug naar het goddelijke.

Daarbij is de natuur, (...), een gemakkelijk toegankelijke bron van inspiratie. Voor ieder mens die zijn zintuigen openstelt, is de natuur in al haar details een directe manifestatie van God. Intense ontmoetingen met de natuur bevatten dikwijls, onuitsproken, alle elementen van het traditionele gebed. We beseffen onze eigen nietigheid en beperkingen ten overstaan van zo'n grootse scheppingskracht; we voelen een diepe dankbaarheid tegenover dit creatieve beginsel en tegenover het ons gegeven vermogen hiervan bewust getuige te zijn; we wensen dat de aarde haar levenskracht en schoonheid mag behouden tot het einde der tijden. Soms krijg zo'n stil gebed vorm in woorden.

“Moeder Aarde, vruchtbaar eiland in de ruimte drager van leven, huis van de mensheid, tussen het licht van de zon en het duister van de kosmos; geef ons heden ons dagelijks brood, dat wij mogen ontvangen uit aarde, water lucht en vuur, schenk ons licht in onze geest opdat het duister uit ons hart verdwijnt en bloemen bloeien en vogels zingen in de eeuwen der eeuwen. OM”

Eef Arnolds, Weg van de natuur, leidraad voor natuurbeleving en natuurbeschouwing.

50. EENDJES

Toen God
de grote dingen schiep,
de grote dingen van de nacht,
verlicht en van bizond're pracht,
en naar het glinst'rend water
keek
van stroom en meer en beek,
toen heeft hij goudgruis
saamgebracht,
het allermooiste van de nacht,
en vormde wilgenteentjes
voor overdag,
en eendjes.

*Jac. van Hattum,
Uit Het Heksenkind.*

51. DE TUIN

Een morgen ben ik
zeer vroeg opgestaan
en zie de bloemen, halmen,
grassen staan
in een zo helder eigenaardig licht
of zij daar nog niet lang
alleen zo staan
maar iemand juist van hen
was heengegaan.

Zo, als men in gezelschap
binnentreedt
in stilte, en weet
dat er gesproken is
maar niemand u wilt zeggen
wat het was.

Het is alsof er
een engel op dit gras
getreden is
en juist verdwenen is
zodat nog alles luistert
naar zijn tred.
En halmen, grassen
staan nog in gebed.

*WF Buning; Uit verzamelde
gedichten.*

9. DE RUIMTE VAN DE
GEHOORZAAMHEID.

Bij Franciscus heeft de gehoorzaamheid niet alleen te maken met de relatie tussen twee personen. Voor hem heeft de gehoorzaamheid alles te maken met de gemeenschap. In de eerste plaats is dat de broederschap.

De broederschap is de ruimte van de gehoorzaamheid, want de broederschap, de gemeenschap, is ruimte van Godsontmoeting. Daar openbaart Gods Liefde zich in de wederzijdse genegenheid en dienstbaarheid van de broeders en zusters. Die dienstbaarheid is niet gebaseerd op bloedbanden of op de wederzijdse afhankelijkheid, maar op het gelovige feit dat God zelf dienstbaar is gebleken. Zijn Zoon verkeerde als een dienaar onder ons, waste ons de voeten, bediende ons aan tafel. Wanneer we dat weten of geloven opent zich de deur naar de religieuze, de goddelijke dimensie van het elkaar hoogachten en dienen.

En zo is het ook met de grotere gemeenschap. De ruimte om God te ontmoeten kan – voor wie dat wil zien – zich uitstrekken tot

heel de geschapen wereld. Heel de schepping getuigt van Gods Liefde. Wie zich tegen die schepping keert, keert zich tegen de Liefde van God, is een ongehoorzame. Maar wie zich in dienst stelt van die wereld als openbaring van Gods Liefde, dat is de gehoorzame mens. Die beantwoordt aan zijn religieuze, ja aan zijn goddelijke roeping.

*Naar Rotzetter, De weg van het
Evangelie.*

Natuur

10. SAMEN DELEN VOEDT

Alleen de rijst die we samen delen, voedt.

Alleen het water dat we samen drinken, lest onze dorst.

Alleen de strijd die we samen voeren, brengt bevrijding.

Alleen de kleren die we samen delen, maken mooi.

Alleen de woorden die we samen vinden, zijn verstaanbaar.

Alleen de weg die we samen gaan, heeft een doel.

Alleen het doel dat we samen stellen, is bereikbaar.

Alleen de vrede die we samen maken, wordt wereldwijd.

Boliviaans gedicht.

11. MOOI ANDERS

Je bent zo mooi anders dan ik

Natuurlijk niet meer of minder maar zo mooi anders.

Ik zou je nooit anders dan anders willen.

Hans Andreus

49. ALLEGRO MA NON TROPPO

Leven – zeg ik – je bent mooi, je had niet rijker kunnen zijn, niet mieriger of meer bemereld, niet kikkeriger of pittiger.

Ik probeer het leven te bevallen, het te vleien, weten wat het wil. Altijd groet ik het als eerste, trek daarbij een nederig gezicht.

Ik kom van links of ik kom van rechts, loop het altijd voor de voeten, in vervoering stijg ik op, in bewondering val ik neer.

Wat bosrijk is die bes, wat brommerig die vlieg – ik had het nooit geloofd als ik niet zelf geboren was.

Leven – zeg ik – ik weet niets waar ik jou mee vergelijken kan. Niemand maakt zo'n dennenappel, geen betere, geen slechtere.

Ik prijs je gulheid en precisie, je zwier en vindingrijkheid, en verder nog, en sterker nog je toverkunst en toverkracht.

Ik hoop maar dat ik je niet kwets, je woede of je drift ontketen. Meer dan honderdduizend jaar al doe ik mijn best voor jou en lach.

Ik trek het leven aan een blaadje: Is het blijven staan? Ben ik gehoord? Heeft het eventjes, één keertje maar, vergeten waar het heen wil gaan?

Szyborska Wislawa, Einde en begin, gedichten 1957-1997.

Spiritualiteit

De mysterieuze verbondenheid der dingen

12. DICHTBIJ EN VERAFF

Overal zijt Gij
onzichtbaar gegeven.
Sprekend nabij,
de stilte verwacht u.
Mensen bestaan u,
zien en beleven u.

Mensen van vlees,
van licht en gesteente,
hard en van bloed,
een vloed niet te stelpen,
mensen uw volk,
uw stad hier op aarde.

Aarde is al wat wij zijn
wat wij maken,
adem ons open,
maak ons uw aarde,
uw nieuwe hemel,
vrede op aarde.

Huub Oosterhuis

13. WIJ WONEN IN GOD

God is allesoverstijgend.
God is de grote onkenbare, het
grote mysterie. Maria en Jezus
hebben dat belichaamd, hebben
in hun menszijn laten zien hoe
God in mensen aan het licht wil
komen. Zij hebben God mens
laten worden.
God woont in iedere mens. Maar
het is belangrijker dat we besef-
fen dat wij in God wonen. Wij
maken deel uit van een werkelijk-
heid die het laatste woord heeft.
Als je bent geraakt door dat mys-
terie, dan heb je ergens aan ge-
proefd dat naar meer smaakt.
Dan kun je het niet laten om ver-
der te gaan zoeken naar sporen
van God in deze werkelijkheid.
En als je zoekt, zul je vinden.

*Sanny Bruins O.Carm in
Biblia, najaar 2002*

48. BEDELEN

Ik raad mijn broeders aan
en ik druk ze op hun hart,
om toch overal waar ze zijn
en in alles wat ze meemaken
de liefde van God te zien.

Het is zijn liefde
die jou op weg stuurt
als je uit bedelen gaat voor
jou en je broeders.
Het is zijn liefde
die de harten van de mensen
voor je opent.
En wat je ook gegeven wordt,
het is zijn liefdesgave aan jou.

En daarbij maakt het niet uit
of je brood ontvangt of een
schimpscheut,
een zegening of een vuistslag.

Wie van ons maakt uit
hoe God zich aan ons voor doet?

En verzamel alles
wat je ontvangt in je hart.
En laat het daar lichten en laaien
tot een vuur dat jou
in lichterlaaie zet.

En haast je dan
om dat alles
wat je ontvangen hebt

in het midden
van je broeders te brengen,
zodat ook zij zich
kunnen warmen aan de Liefde die
de Heer jou heeft betoond.

Naar Franciscus

14. GELUK

Zolang je nog het geluk najaagt,
ben je nog niet rijp voor
het gelukkig-zijn.
Ook al zou al het liefste
het jouwe zijn,
zolang je om het verlorene klaagt
en doelen hebt
en rusteloos bent,
weet je nog niet, wat vrede is.

Pas wanneer je afstand doet
van elke wens,
niet meer doel noch begeren kent,
het geluk niet meer met namen
noemt,
dan knabbelt jou
de vloed van het gebeuren
niet meer aan het hart,

en rust jouw ziel .

Hermann Hesse

15. LEREN WACHTEN

'Ik geloof dat wij moeten leren
wachten zoals we leren scheppen.
We moeten geduldig de graan-
korrels zaaien
en de aarde waarin zij gezaaid
zijn koppig water blijven geven
en het gewas
zijn eigen tijd gunnen.

We kunnen een plant
niet voor de gek houden,
net zomin als we de geschiedenis
voor de gek kunnen houden.
Maar we kunnen haar wel water
geven.
Geduldig, elke dag opnieuw,
met mededogen, met liefde.

Als politici en burgers leren
wachten
en daarmee hun achting
voor de intrinsieke orde van de
dingen betonen,
als de mensen opnieuw leren be-
grijpen
dat al het geschapene beschikt
over zijn eigen ritme
en dat,
naast datgene wat wij verwachten
van de wereld en de geschiedenis,
het ook van belang is
te weten
wat de wereld zelf en de geschie-

47. LAAT GOD STRALEN

Gelukkig de mens
die zijn naaste
in al diens broosheid draagt,
zoals hij door die naaste gedra-
gen zou willen worden
als hij in een zelfde situatie zou
verkeren.

Gelukkig de mens
die al het goede dat hij van de
Heer heeft ontvangen
dankbaar kan aanvaarden
en kan laten stralen
en niets daarvan
voor zichzelf houdt.

Wie iets van dat goede dat hij
van de Heer heeft ontvangen
voor zichzelf achterhoudt,
doet niet alleen zichzelf
maar ook God tekort.
Hij besteelt de Heer.
En wat hij meende voor zichzelf
te kunnen houden
zal hem worden afgenomen.

Naar vermaning 18

die zo vrolijk is en oplicht in het
duister.

Wees geprezen goede Heer
met de Aarde die ons draagt
onze zuster en de moeder van
ons allen.

Wees geprezen goede Heer
met de vruchten van haar schoot
grassen, kruiden, bloemen, bo-
men, geuren, kleuren.

Wees geprezen om de mensen
die uit liefde voor uw Liefde
zich verzoenen
en het lijden willen dragen.
Zalig zij die Vrede stichten
en daarmee hun voeten richten
naar 't Rijk waar zij van U hun
kroon ontvangen.

Wees geprezen Goede Heer
met de Dood die allen treft,
onze zuster
het lichamelijke sterven.
Zalig zij die overleven
omdat zij, U trouw gebleven,
nu hun loon beleven
in het eeuwig leven.

*Bewerking door Branduardi,
L'Infinitamente Piccolo.
Vertaling Guy Dilweg.*

45. KLEINE LITANIE VAN FRANCISCUS

Franciscus,
jij wonderlijke man
bid voor ons, als dat kan:

Dat wij de armen mogen eren
en met geen machten
samenzweren,

Dat wij de wolf in ons herkennen
en hem met mededogen temmen,

Dat wij in vrede zullen groeten
al die wij onderweg ontmoeten,

Dat wij het vuur niet laten doven
en in de nacht de zon nog loven,

Dat wij zelfs stervend
zullen zingen
van alle goeds dat wij ontvingen.

Franciscus,
Jij wonderlijke man
bid voor ons, als dat kan.

Hein Stufkens

46. ZONNELIED

Allerhoogste, goede Heer,
u komt toe de lof en eer,
alle glorie, roem
en alle zegening.
U alleen en anders geen
is het waardig U te noemen
en zo stemmen wij met heel de
schepping in.

Wees geprezen goede Heer,
met al wat geschapen is
en wel heel bijzonder
onze broeder Zon.
Hij verlicht ons als de dag
en verwijst met al zijn kracht
naar U die de bron
van alle leven is.

Wees geprezen goede Heer
met de glans van 't firmament:
zuster Maan en sterren,
fonkelend en kostbaar.
Wees geloofd met broeder Wind,
lucht en wolken, ieder weer
hij steunt heel uw schepping met
uw levensadem.

Wees geprezen goede Heer
met het water, fris en klaar
onze zuster die zo helder is
en nuttig.

Wees geprezen met het vuur
onze broeder, mooi en puur

16. INEEN VLOEIEN

Ik sterf als mineraal
en bloeide op als plant.
Als plant gestorven
sprong uit mij een dier
en uit het dier verrees
een wezen met verstand.
Maar ook het mens-zijn moet ik
achterlaten hier
om geest te zijn
bij Wie van wisseling niet weet.
En verder nog moet ik
uit die verheven staat vandaan
opdat ik heel en al
mijn eigen ik vergeet.
O laat het mij beleven
om eens in mijn bestaan
gelijk een druppel
ineen te vloeien met de oceaan.

Rumi

denis op hun beurt verwachten,
dan kan het met de mensheid
niet zo slecht aflopen
als we wel eens denken.

Er is geen reden
om ongeduldig te zijn,
als er maar blijvend wordt ge-
zaaid en water wordt gegeven.

Ons wachten is niet zinloos.
Wachten dat gevoed wordt
door hoop en vertrouwen,
door nederigheid
tegenover de tijd van deze wereld
leidt niet tot verveling,
maar zit vol spanning.
Een dergelijke verwachting
is veel meer dan alleen maar
wachten.
Het is het leven zelf,
het leven
als een vreugdevolle deelname
aan het wonder van het bestaan.'

*(Uit een toespraak van Vaclav
Havel)*

17. GOD TOELATEN

Er is iets
dat men maar op één plaats ter
wereld vinden kan.
Het is een grote schat.
Men kan haar
de vervulling van het bestaan
noemen.
En de plaats
waar deze schat te vinden is,
is de plaats waar men staat.
En daar waar we staan,
moeten we het verborgen
goddelijk leven doen oplichten.
God woont daar
waar men Hem toelaat.
Dat is het
waarop het uiteindelijk aankomt:
God toelaten.
Men kan Hem echter
slechts daar toelaten
waar men staat
waar men werkelijk staat.
Daar waar men leeft,
waar men zijn ware leven heeft.

Martin Buber

18. IK GA MAAR EN GROET

Steeds weer zoeken
mijn voeten de aarde.
Adem verbindt mij
met al wat leeft.

Mijn ogen zien:
het regent licht
Mijn oren geloven blind
wat zij horen:

achter mij fluisteren
zacht de duizenden
uit wier liefde
ik werd geboren.

Voor mij wacht
het land van belofte.
Mijn stok
weet de weg.

Zo reist mijn ziel
door de tijd.
Zo trekt de geest
door de stof.

Ik doe niets
fout of goed.
Ik ga maar
en groet.

*Hein Stufkens. Uit: Waarvoor ik
dien. Gebeden gedichten.*

43. GEBED TOT
FRANCISCUS

Voor het laatst deed jij je blinde
ogen dicht
en zingend zocht je ziel
het hoge licht.
Leeuweriken vlogen lang
nadat de avond viel
en droegen met hun lied
jouw ziel
over de drempel van de tijd.
Zo werd je wijd en zijd
een bron als broeder zon
en zuster maan.

O, raak mij met jouw liefde aan
en laat mij zingend
in jouw voetspoor gaan.

Hein Stufkens

44. VOLMAAKTE VREUGDE

Op een keer tijdens een barre
winter verliet Franciscus Perugia
en ging met Leone op weg en
een koude wind sneed hun door
de botten zodat ze bijna bevro-
ren.
Terwijl ze in stilte voortgingen
riep Franciscus tot Leone: "Je
kunt je hele leven als een heilige
geleefd hebben, dat is niet de
ware vreugde,
ook al kun je zieken genezen en
boze geesten verjagen, doden het
leven teruggeven en stommen
hun spraakvermogen,
ook al ken je de omloop van de
sterren, weet dat dat niet de ware
vreugde is.

Maar als we dadelijk bij Santa
Maria dell'Angeli aankomen en
ze doen voor ons de deur niet
open, terwijl we vergaan van de
honger en daar voor de deur
staan door en door nat van de
regen, als we dan die ellende
verdragen zonder te kankeren en
haar met geduld en vreugde dra-
gen, als we onszelf overwinnen,
weet dat dat de ware vreugde is.

*Branduardi's versie van dit
Franciscaanse verhaal.*

42. BROEDER WIND

Franciscus had zijn overwegingen in de eenzaamheid hervat. Op de bospaadjes onder de dennen werd het helle licht van de lente mild en buitengewoon zacht. Hij kwam er graag ingetogenheid zoeken en bidden. Hij zei bijna geen woord. Zijn gebed bestond niet uit formules. Hij luisterde vooral. Hij nam er genoeg mee, daar te zijn en aandachtig te zijn. Men zou zeggen, dat hij op de loer lag, als een jager.

Zo bracht hij lange uren van wachten door, terwijl hij lette op het minste verroeren van de wezens en de dingen rondom hem, gereed om er het teken van een Aanwezigheid in te ontdekken. De zang van een vogel, het ruisen der bladeren, de halsbrekerij van een eekhoorn, ja, ook de trage, stille groei van het leven, sprak dat alles geen geheime goddelijke taal? Men moest vooral luisteren en begrijpen, zonder iets te verwerpen, zonder iets te verstoren, nederig en vol eerbied, en het stil maken in zichzelf. De wind blies zicht tussen de dennen en neuriede een

heerlijk lied. En Franciscus luisterde hoe de wind tot hem sprak. De wind was zijn grote vriend geworden. Was ook hij niet pelgrim en vreemdeling op deze wereld, dakloze, eeuwige zwerfer, die zich altijd terugtrekt? Arm onder de armen, droeg de wind in zijn haveloosheid de rijke zaden van de schepping. Hij behield niets voor zich. Hij zaaide en ging voorbij. Zonder bekommerd te zijn, waar het zaad kon vallen, zonder iets af te weten van de vrucht van zijn arbeid. Hij nam er genoeg mee, te zaaien en hij deed het overvloedig. (...). En terwijl Franciscus luisterde naar de zang van de wind, voelde hij in zich het verlangen groeien, te delen in de Geest van de Heer en Zijn heilige werking. En dat verlangen, dat hem gaandeweg overrompelde, vervulde hem ook met eindeloze vrede. Heel het streven van zijn ziel werd in dat éne hoogste verlangen opgelost en bevredigd.

Eloi Leclercq:
Wijsheid van een arme.

19. LAAT DENKEN LOS

Laat denken los:
het wil bevatten, grijpen
wat voor haar te groot is,
Het wil bemachtigen
wat van de kant van Liefde
tot ons komt.
Laat denken los:
het staat je in de weg
te zien wat komt,
het wil het Goddelijke
gebeuren in menselijke
maat dwingen.
Luister naar het hart,
kijk met de ogen van de ziel.
Luister met de oren
die horen
wat niet in woorden
te vangen is:
Zijn liefde
komt tot ons,
met overmacht.

Hans Stolp
Uit: 'Ga tot voorbij'

20. HET IS WAT HET IS

Het is onzinnig,
zegt het verstand.
Het is wat het is, zegt de liefde.

Het is tegenspoed,
zegt de berekening,
Het is niets dan verdriet,
zegt de angst.
Het is uitzichtloos,
zegt het inzicht.
Het is wat het is, zegt de liefde.

Het is belachelijk,
zegt de trots.
Het is lichtzinnig,
zegt de voorzichtigheid.
Het is onmogelijk,
zegt de ervaring.
Het is wat het is, zegt de liefde.

Erich Fried, Uit: 'Grunde' Gesammelte Gedichte.

21. LAAT ALLE VORMEN VAN VREUGDE

Laat alle vormen van vreugde
samenvloeien in mijn laatste lied.

De vreugde die de aarde
overstroomt
met de wilde overdaad van gras.

De vreugde die dood en leven,
die tweelingbroers,
laat ronddansen
over de wijde wereld.

De vreugde
die met de storm binnenzwiept
en schaterend alle leven wakker
schudt.

De vreugde
die als een traan verstilt
op de rode open roos van smart.

De vreugde tenslotte,
die alle bezit
weggooit in het stof
en zonder woorden blijft.

Tagore

Spiritualiteit

Franciscus

41. FRANCISCUS

Ik droom:
de Heilige Geest is in de kerk.
Ik begrijp het niet,
de kerk is licht en stil,
we zijn er alleen,
iemand en ik.
Wie is die ander, mijn geleider ?
Hij knielt op den grond
en buigt zich over iets, dat in een
mandje schijnt,
Hij ont-dekt het.
Ik begrijp het niet, het lijkt wel
een Paaschmandje,
Maar hij is heel eerbiedig
en devoot,
Er is een vogeltje in.

Ik kniel er nu ook bij,
nieuwsgierig,
ik begrijp het niet,
Hoog en licht is de kerk,
En dan, plotseling,
vliegt het vogeltje op
en pikt zich vast aan mijn hart
en lang, lang blijft het zoo aan
mij vast, zwevend, aan mijn hart,

het vogeltje,
en ik voel het snorren van de
vleugeltjes van het vogeltje
en ik voel het trillen
van het kleine leven
van het vogeltje,
dat zich aldoor op dezelfde
hoogte vliegend vasthoudt aan
mijn hart, en on-zegbaar zalig is
de teederheid van dit ijle trillen
aan mijn hart,
van het vogeltje,
en er is geen kerk,
er is geen tijd,
er is nu niets meer
dan een eindeloos licht
en dit oneindig teedere trillen,
aan mijn hart –
Van het vogeltje.

*J.C. van Schagen,
Onderaardsch.*

40. STIL ZIJN

Als we heel stil zijn, niet spreken,
maar luisteren,
kunnen we het bos om ons heen
horen, het bos horen praten,
het bos horen leven.

Maar stil zitten, niet spreken, is
niet genoeg.
Ook onze gedachten moeten zwij-
gen; moeten ons niet meer
afleiden van wat het bos ons ver-
telt.

Maar tot rust laten komen van
onze gedachten, is niet genoeg.
Ook onze adem moet meegaan
met de ademhaling van het bos ...
met het rustige vanzelfsprekende
leven.

Maar het regelen van onze adem
is niet genoeg.

Ook ons lichaam moet recht en
natuurlijk, zonder inspanning zijn,
als het leven van het bos.

Maar het lichaam in de juiste na-
tuurlijke houding is niet genoeg.
Ook het dwangbeeld dat we nog
zoveel te doen hebben moet losge-
laten worden,
als we het bos tot ons willen laten
spreken.

Maar het loslaten van onze
dwanggedachten is niet genoeg.

Ook onze gevoelens van eenzaam-
heid, verlatenheid, moeten afval-
len. als de bladeren in het bos die
we willen horen.

Maar het wegvallen van onze af-
zondering is niet genoeg.
Ook onze afhankelijkheid van
gezelschap moet afgelegd worden,
als we verlangen het bos te horen.

Maar het wegvallen van onze af-
hankelijkheid van anderen is niet
genoeg. Ook onszelf moeten we
loslaten, onze belangrijkheid, on-
belangrijkheid, onze rol, het beeld
dat we koesteren van onszelf, als
we het leven in het bos zoeken.

Maar het loslaten en vergeten van
onzelf, ons ik, onze functie is niet
genoeg. Ook het zoeken moet nog
verdwijnen - het verlangen en het
willen; vanzelf.

In die vanzelf gekomen vrede is er
geen afstand meer, geen bos ...,
geen ik, geen jij, alleen nog maar
leven, alleen nog maar zijn,
in waarheid, in vrede, in liefde,
In Stilte.

N.N.

Spiritualiteit

Bidden

22. GOEDE WOORDEN

Als ik van u moet spreken,
doe ik alle mooie woorden weg
ik wil liever maar weinig zeggen
ik wil maar liever enkele kale
woorden zeggen
wat arme kale stenen,
dat is mijn verhaal
mooie woorden denken alleen
aan zichzelf,
ze weten van dienen niet
de goede woorden zijn arm en
naakt als Franciscus
ze zijn trouw
enkele goede woorden,
dat is genoeg
want er mag niets komen
tussen u en mij
eigenlijk
wil ik liever met u zwijgen.

*Uit: Ik ga maar en ben.
J.C. van Schagen.*

23. ZUIVERHEID

Het is jouw zuiverheid,
m'n lieve,
die mij versteld doet staan
van alle duisternis in mij:
mijn bedoelingen, m'n agenda,
m'n hebzucht en mijn vleierij.

Het is jouw zuiverheid,
m'n lieve,
die mij met zoete pijn verbindt
met de dagen van mijn jeugd,
toen mijn ogen,
nog niet door oordelen verblind
de klaarheid hadden van het kind.

Het is jouw zuiverheid,
m'n lieve,
die onweerstaanbaar in mij wekt
het zo eenvoudig weten
van hoe we zijn bedoeld:
licht te zijn
in elkanders ogen.

Guy Dilweg .

24. OM WATER

Moge mij schoon wassen
 alle regenwater van de toekomst
 mogen mij afspoelen
 alle stortbuien
 van de komende eeuw.
 Dat, op een goede dag,
 ik op mijn hoofd krijg
 de ene waterval na de andere.
 Alle voorraden, die gij, hemel,
 in uw mededogen hebt bewaard
 voor steppe en woestijn:
 geef maar aan mij.
 Mogen de golven van de zee
 over mij heenslaan
 en zijn branding mij beuken.
 Moge de wervelwind opsteken
 en mij ontrukken vloer en dak
 en alles wat ik om mij heen
 verzameld heb.

Dan kome tot mij
 die de bronnen slaat,
 die alle water van de wereld
 weet te vinden.
 Hij moge van mij maken
 een bron die zacht en vrolijk
 stroomt.
 Dat ik mij geven mag
 aan de wortels van het gras
 en van de bloemen.

Huub Oosterhuis

25. HEILIGDOM

Er is een plek van binnen,
 niet gezien en niet gehoord,
 die niemand kent dan jij alleen.
 Een plek waar stilte heerst,
 een heiligdom. Slechts onge-
 schoeid, op blote voeten,
 de handen leeg,
 het hart geschoond,
 mag je haar betreden.

Er is een plek van binnen die je
 geeft wat je niet zoekt, die je vin-
 den laat wat ongeweten eens ver-
 loren was geraakt.
 Wie klopt in onbevanging zal
 mogen binnegaan.

Er is een plek van binnen,
 niet gezien en niet gehoord,
 waar leven is en licht,
 waar alle schijn verbleekt, ver-
 sterft,
 tot overblijft wat echt is: dat zui-
 vere begin dat was en is
 en tot in eeuwigheid zal blijven:
 god in God.
 Er is een plek van binnen, niet
 gezien en niet gehoord.
 Wie klopt zal worden toegelaten,
 zal zien: het stralende gelaat van
 hem die ons bewoont:
 de innerlijke Christus.

Hans Stolp

39. TOEN DAALDE DE GROTE VREDE NEER

Toen daalde de grote Vrede
 vanuit de onmetelijke hemelen
 op Moeder Aarde neer.
 En licht en liefde
 verscheurden het gordijn van
 duisternis en haat.
 Vanuit het noorden
 straalden rechtvaardigheid en
 saamhorigheid,
 vanuit het zuiden
 mededogen en genegenheid,
 vanuit het oosten
 wijsheid en waarheid,
 vanuit het westen
 kracht en glorie.
 De Wijnstok van de levende Wet
 werd opnieuw in de tuin der
 mensen geplant tot geluk
 en vrede van alle schepselen.
 En de vermoeide kusten van de
 gekwelde aarde
 werden overspoeld door golven
 van vreugde.
 In de akkers van lijden
 en verdriet werden voren
 van liefde getrokken
 om het zaad van waarheid
 te ontvangen
 en duizendvoudig tot bloei te
 brengen.
 En het goddelijk vuur
 werd in de harten
 van alle mensen ontstoken,

werd tot een vlammenzee
 van liefde en geluk.
 De kinderen van de aarde
 namen afscheid van hun wape-
 nen,
 herstelden wouden en bossen,
 zuiverden lucht en water,
 genazen de aarde van haar pijn.

De grote Vrede
 spreidde haar handen
 vol barmhartigheid uit over de
 gehele aarde,
 vaagde met een vinger het hele
 verleden weg
 en schreef
 met tedere woorden van liefde:
 vrede... vrede... vrede...

Marcel Messing

38. MENSEN GEVRAAGD

Mensen gevraagd
om de vrede te leren
Waar geweld door de eeuwen
model heeft gestaan
Mensen gevraagd die de wegen
markeren
Waarop alles wat leven heeft
verder kan gaan

Mensen gevraagd
om de noodklok te luiden
En om tegen de waanzin de straat
op te gaan
Mensen gevraagd om de tekens
te duiden
Die alleen nog moedwillig zijn
mis te verstaan

Mensen gevraagd
om hun nek uit te steken
Voor een andere tijd
en een nieuwe moraal
Mensen om ijzer met handen te
breken
Ook al lijkt het ondoenlijk
en paradoksaal

Mensen gevraagd
om hun stem te verheffen
Verontrust door een wapen dat
niemand ontziet
Mensen die helder de waarheid
beseffen

Dat wie mikt op de ander zich-
zelf ook beschiet

Mensen gevraagd die in naam
van de vrede
voor behoud van de aarde en al
wat daar leeft
wapens het liefst tot een ploeg
willen smeden
voor de oogst die aan allen weer
overvloed geeft

Mensen gevraagd
Er worden mensen gevraagd
Dringend mensen gevraagd
Mensen temidden van mensen
gevraagd

Coert Poort

26. GEBED VAN DE SIOUX

O grote Geest, wiens stem ik ver-
neem in de winden en wiens
adem de ganse wereld leven
geeft, luister naar mij.
Ik verschijn voor U als een van
uw vele kinderen.
Ik ben klein en zwak.
Ik heb kracht en wijsheid nodig.
Laat mij in schoonheid wandelen
en mogen mijn ogen steeds de
rode en purperen zonsondergang
aanschouwen.
Laat mijn handen de dingen
vereren die U gemaakt hebt,
en mijn oren uw stem horen.
Schenk mij wijsheid
opdat ik de dingen die U mijn
volk geleerd hebt,
en de les die U in elk blad en elke
rots verborgen hebt,
moge erkennen.
Niet om sterker te zijn dan mijn
broeders zoek ik kracht,
maar om mijn grootste vijand te
kunnen bestrijden — mijzelf.

Maak mij steeds bereid
met reine handen en open blik tot
U te komen,
opdat mijn geest, als mijn leven
eenmaal verbleekt gelijk de on-
dergaande zon, zonder schaamte
tot U moge komen.

27. JEZUS VAN NAZARETH

Eindelijk iemand die zegt:
“Ik ben gekomen om te dienen”
en niet: het gaat erom
carrière te maken.

Eindelijk iemand die zegt:
“Heb je naaste lief als jezelf”
en niet: het komt er maar op aan
dat je iedereen het zijne geeft.

Eindelijk iemand die zegt:
“Ik ben de goede herder,
Ik zet mijn leven in
voor de schapen”
en niet: ben ik de hoeder
van mijn broeder?

Eindelijk iemand die zegt:
“Je zonden zijn je vergeven”
en niet: wie eenmaal steelt,
is altijd een dief.

Eindelijk iemand die zegt:
“Ik maak alle dingen nieuw”
en niet: de geschiedenis
herhaalt zich.

Eindelijk iemand die zegt:
“Wie in Mij gelooft,
heeft eeuwig leven”
en niet: dood is dood.

Jaap Zijlstra.

28. ONEINDIGE VERANTWOORDELIJKHEID

Ieder mens heeft een oneindige sfeer van verantwoordelijkheid, de verantwoordelijkheid van het oneindige. Hij beweegt zich, hij spreekt, hij kijkt, en elk van zijn bewegingen elk van zijn woorden, elk van zijn blikken slaat golven in het geschieden van de wereld, hij is niet in staat te onderkennen hoe sterk die zijn en hoe vérreikend.

Ieder mens bestemt met zijn hele zijn het lot der wereld in een mate die voor hemzelf en voor allen onkenbaar is, want de oorzakelijkheid, die wij kunnen waarnemen is maar een heel kleine sector uit de onuitdenkbaar veelvoudige onzichtbare inwerking van allen op allen.

Martin Buber

29. LAAT HEB IK U LIEF GEKREGEN

Laat heb ik u liefgekregen
o schoonheid zo oud en zo nieuw
Laat heb ik u liefgekregen

En zie, Gij waart binnen
en ik was buiten
en dáár zocht ik u;
en ik, wanstaltig als ik was
stortte mij op de schone dingen
die Gij gemaakt hebt.

Gij waart met mij,
maar ik was niet bij U!
Die dingen hielden mij ver van U,
die niet zouden zijn,
wanneer ze niet waren in U.

Maar geroepen hebt Gij
en geschreeuwd
en mijn doofheid doorbroken;
gestraald hebt Gij en geschitterd
en mijn blindheid verjaagd;
gegeurd hebt Gij
en gesnoven heb ik
en nu snak ik naar U;
ik heb geproefd
en nu honger en dorst ik.
Gij hebt mij aangeraakt
en nu ben ik ontvlamd
tot Uw vrede.

*Augustinus, Confessiones,
boek 10.*

36. DE SNEEUWVLOK

“Zeg mij eens hoeveel een sneeuwvlok weegt,
vroeg een koolmees
aan een wilde duif.
“Niets meer dan niets”,
was het antwoord.
“In dat geval moet ik je een mooi verhaal vertellen”,
zei de koolmees.
“Ik zat op de tak van een spar,
dicht bij de stam,
toen het begon te sneeuwen,
niet erg, geen razende sneeuwstorm,
nee, net als een droom,
zonder pijn en zonder geweld.

Omdat ik niets beters te doen had,
telde ik de naalden op mijn tak.
Het aantal was precies 3.741.952,
Toen de 3.741.953^{ste} op de tak
viel, niets meer dan niets
zoals jij zegt, brak de tak”.

De duif, die sinds Noachs' tijd
een autoriteit was op dat gebied,
dacht een ogenblik na over dat
verhaal en zei tenslotte in zichzelf:
“Misschien ontbreekt maar de
stem van één mens om vrede in de
wereld te brengen.”

Kurt Kauter

37. AANDACHT

Een man uit het volk vroeg eens
aan de priester Ikkyou:
Eerwaarde, wilt u mij zeggen
waarin hoge wijsheid bestaat?
En Ikkyou scheef één woord: aandacht.

Is dat alles? zei de man, wilt u er
niet enkele woorden aan toevoegen?
Ikkyou schreef toen tweemaal achter
elkaar: Aandacht.
Toch, zei de man teleurgesteld,
zie ik geen diepte nog subtiliteit in
wat u daar schrijft.
Ikkyou schreef toen driemaal het-
zelfde woord.
Half geprikkeld zei de man: Ten-
slotte, wat wil dat woord
'aandacht' eigenlijk zeggen?
En Ikkyou antwoordde :
Aandacht betekent 'aandacht'.

Dom Tholens

Uit: Teksten om bij stil te staan.

35. STILTE

treed ik de weidsheid binnen.
 Dan drijf ik onder het zachte
 oppervlak in trage, krachtige
 stromen van dieper leven:
 stromen van verstillings,
 stromen van liefde,
 stromen van vreugde,
 stromen van verrukking.

Plotseling ben ik vrij.
 Vrij van een rumoerige geest,
 vrij van een brein vol strijd,
 vrij om de schoonheid van het le-
 ven te omarmen,
 vrij om me te verbinden
 met mijn innerlijk wezen.
 Ik weet alleen van vrede
 en zachtmoedigheid,
 liefde en vreugde, een ogenblik
 van eeuwigdurende vrijheid.

Door mijn geest bevrijd
 komt het diepste van mij
 uit mijn binnenste tevoorschijn
 en met kleine, zachte en
 ijle aanrakingen
 spreekt de stilte me toe.

N.N.

Er is haast niets dat de Westerse
 mens zo mist als de Stilte,
 haast niets dat hem zo moeilijk
 valt als het beoefenen van Stilte.
 Het lawaai boeit ons als het ware,
 het lawaai van de wereld, doch
 meer nog het innerlijk geluid van
 de ons bewegende zorgen,
 van de onderdrukte gevoelens,
 van de verdrongen neigingen, be-
 geerten en verlangens,
 maar vooral de zucht, die voort-
 komt uit de spanning ten opzichte
 van ons onbevrijde wezen.
 Gewend aan lawaai en daarop in-
 gesteld, kunnen wij vaak niet meer
 zonder lawaai leven
 en vluchten zelfs vaak naar het ons
 rustgevende lawaai. Wij vluchten
 in het vele, dat om ons is en in ons
 weerklinkt en lopen het Ene mis,
 dat van node is, doch alleen in de
 Stilte zich openbaart. Wij vluchten
 voor de ontmoeting met onszelf.

En juist dat is de zin van het zitten
 in Stilte; de onvermijdelijke ont-
 moeting met onszelf, met ons we-
 zen en - op de weg erheen - de
 ontmoeting met hetgeen, dat in de
 weg staat.

Karlfried Graf van Durckheim

30. GEBED
 VAN MOEDER THERESA

Wilt U mijn handen, Heer,
 opdat ik de dag doorbreng
 met het verzorgen van hen die ze
 nodig hebben?
 Heer,
 vandaag geef ik U mijn handen.

Wilt U mijn voeten, Heer,
 opdat ik de dag besteed aan het
 bezoeken van hen die een vriend
 nodig hebben?
 Heer,
 vandaag geef ik U mijn voeten.

Wilt U mijn stem, Heer,
 opdat ik de dag besteed met het
 zeggen van woorden van liefde
 tegen iedereen die dat nodig
 heeft? Heer,
 vandaag geef ik U mijn stem.

Wilt U mijn hart, Heer,
 opdat ik de dag besteed met ieder-
 een, zonder uitzondering, lief te
 hebben?

Heer,
 vandaag geef ik U mijn hart.

Moeder Theresa

31. STIL WORDEN

Hoe aandachtiger, hoe inniger
 mijn gebed werd,
 hoe minder ik te zeggen had.
 Op het laatst werd ik helemaal
 stil.

Ik werd dat,
 wat mogelijk de grootste tegen-
 stelling is van spreken:
 ik werd een hoorder.

Eerst dacht ik
 dat bidden spreken was.
 Maar ik leerde dat bidden nog
 meer is dan zwijgen,
 namelijk horen.

Zo is het.
 Bidden wil niet zeggen:
 jezelf horen spreken.
 Bidden wil zeggen:
 stil worden tot je God hoort.

Sören Kierkegaard.

32. JA, IK LUISTER

...en nog hoor ik veel te veel
mezelf
mijn zorgen,
mijn aspiraties
mijn kwetsuren,
de beslommingen van het leven

Ja, ik luister,
maar het is nog lang niet stil in me
en de stemmen van de burens
van die me gekwetst hebben
en die ik gekwetst heb
en van die het beter weten
zijn nog lang niet in mij verstomd

Ja, ik luister.
Spreek toch wat luider
laat je horen,
laat me niet zo wachten,
verzamel mijn gedachten en
leid me niet zo af.

Ja, ik luister
onder de kermismuziek
van mijn gedachten
hoor ik soms de toon
die me grond geeft
en richting en rust
en me geborgenheid biedt
in het alleen zijn.

Of ...
is dat maar

een gesuis in mijn oor
veroorzaakt door een klein defect
tussen hamer en aambeeld
in mijn gehoorgang?

Het kan me niet schelen.

Ik luister.

Guy Dilweg.

Spiritualiteit

Stilte en Vrede

33. OM MEDEDOGEN

Moge mijn mededogen zacht en
vriendelijk zijn
als de zon in het voorjaar

Moge het schaduw geven
en beschutting
als een plataan in de zomer.

Moge het sterk en standvastig zijn
in de herfst
als de wind der vergankelijkheid
waait.

Moge het de barre winter
branden als een barmhartig vuur.

Dat mijn hart te allen tijde
weet heeft van het grote lijden.

Hein Stufkens

*Uit: Waarvoor ik dien – gebeden,
gedichten – Dabar-Luyten, Hees-
wijk 1999.*

34. WAARNEMER

Ik word de afstandelijke
waarnemer en bekijk
mijn gedachten
die hun eigen leven leiden,
heen en weer schieten,
op en neergaan,
komen en weer verdwijnen.

Zoveel vlinders buiten mijn raam.

En ik glimlach
en ik vertraag
mijn gedachten,
breng ze tot rust.
Ik breng ze allemaal
geduldig tot bedaren
en rust uit.
Onbeweeglijk, moeiteloos,
helemaal kalm,
een grote en vredige oceaan
waar mysteries en schatten huizen,
geluidloos rustend onder de zee.

In stille contemplatie
en met innerlijke aandacht
baant de geest zich een weg,