

Meditatief moment, dinsdag 18 augustus 2020

Welkom allemaal bij dit Meditatief Moment in de Bosbeskapel op dinsdag 18 augustus 2020.
Fijn dat u meeluistert!

Mijn naam is Wim Davidse, ik ben lid van de Bosbeskapel, die deel uitmaakt van de
Protestantse gemeente Den Haag Zuid/west.

Ik steek nu in de kerk de gemeentekaars aan, aan de Paaskaars.
Als symbool van het licht waar we naar zoeken.

Deze korte meditatie staat in het teken van een bekende tekst uit Exodus 3: **'De grond
waarop je staat is heilig'**

We luisteren nu naar het **'Sanctus'**, gezongen door het Scola Cantorum onder leiding van Jos
Lennards. De tekst staat in lied 406 a :

Heilig, heilig, heilig
O heer van alle machten
hemel en aarde zijn vol
van Uw heerlijkheid

De muziek klinkt vanaf CD

Ypie Veer leest nu uit Exodus 3 vers 1 tot 6 en daarna de verzen 13 en 14,

Verzen 1-6 Mozes was gewoon de schapen en geiten van zijn schoonvader Jetro, de
Midjanitische priester, te weiden. Eens dreef hij de kudde tot voorbij het steppeland, en zo
kwam hij bij de Horeb, de berg van God. Daar verscheen de engel van de HEER aan hem in
een vuur dat uit een doornstruik opvlamde. Mozes zag dat de struik in brand stond en toch
niet door het vuur werd verteerd. Hoe kan het dat die struik niet verbrandt? dacht hij.
Ik ga dat wonderlijke verschijnsel eens van dichtbij bekijken. Maar toen de HEER zag dat
Mozes dat ging doen, riep hij hem vanuit de struik: 'Mozes! Mozes!' 'Ik luister', antwoordde
Mozes. 'Kom niet dichterbij', waarschuwde de HEER, 'en trek je sandalen uit, want de grond
waarop je staat, is heilig'

Vers 13 Maar Mozes zei: ' Stel dat ik naar de Israëlieten ga en tegen hen zeg dat de God van
hun voorouders mij gestuurd heeft, en ze vragen: "Wat is de naam van die God?" Wat moet
ik dan zeggen?' Toen antwoordde God hem: 'Ik ben die er zijn zal. Zeg daarom tegen de
Israëlieten: " IK ZAL ER ZIJN heeft mij naar u toegestuurd"'.
"

Korte overdenking

Het kan heel waardevol zijn om je te verdiepen in een ander geloof. Je kunt dan onderdelen
uit je eigen geloof wel eens wat scherper gaan zien.

Ik ben zelf opgegroeid met het gereformeerde geloof van de jaren vijftig. Met vaste
geloofswaarheden.

Een tijd lang heb ik me later verdiept in het zenboeddhisme. Dat houdt in: veel mediteren. Zitten op je kussen of bank en niets doen. Of kijken naar je ademhaling.

Volledig in het hier en nu zijn is een belangrijke raad in het zenboeddhisme. Een bekende zenmeester drukt dit als volgt uit: 'Lopen als je loopt, eten als je eet, als je rijstkom vuil is was je hem af en als je slaap hebt ga je naar bed'.

Met andere woorden: doe wat je doet, heb al je aandacht bij wat je doet. Wees helemaal aanwezig in het hier en nu.

Toen ik dat weer eens hoorde dacht ik aan die woorden uit Exodus: 'De plaats waar je staat is heilige grond'.

Het was voor mij een bekende zin, die me nooit iets had gezegd. Maar ineens gingen die woorden spreken: Het hier en het nu zijn heel belangrijk, je staat op heilige grond. Zelfs eenvoudige bezigheden als de vaat doen, de was ophangen, gewoon lopen, worden dan belangrijk, ondervond ik.

Je kunt de vaat doen als je de vaat doet, de was ophangen als je de was ophangt, lopen als je loopt. Met al je aandacht. Wat je doet, doet ertoe, kun je dan ervaren.

Ik vind het in dit verband mooi dat het Duitse woord 'die Andacht' betekent 'godsdiensstoefening'. Zo worden die eenvoudige bezigheden bijna religieuze bezigheden.

Maar het is helemaal niet gemakkelijk om de was op te hangen als je de was ophangt, om te lopen als je loopt en om met al je aandacht naar iemand te luisteren.

Want vaak denken we dan aan andere dingen. Aan zaken uit het verleden die ons nog bezighouden of aan de dingen die we nog moeten gaan doen. Allerlei zorgen kunnen ons in beslag nemen en ons weghalen uit het hier en nu.

Onze geest kan maar doormalen terwijl we de was ophangen, als we lopen zien we soms het moois om ons heen helemaal niet en als iemand tegen ons praat denken we al aan wat we zelf zullen gaan zeggen.

Helemaal in het heden zijn heeft voor mij ook te maken met vertrouwen: al je beslommeringen even loslaten en helemaal aanwezig zijn in het nu.

De wijze waarop God zich aan Mozes bekend maakte is vertrouwenwekkend: 'IK ZAL ER ZIJN'.

Dat betekent dat we er niet helemaal alleen voor staan, dat het niet allemaal van ons afhangt. Dan kan er overgave zijn aan iets dat groter is dan wij zijn.

En zo kun je al die beslommeringen en zorgen wel eens wat relativeren.

Muziek

We luisteren nu naar muziek van Bach: orkestersuite nr. 3, het gedeelte 'Air', uitgevoerd door The Consort of London, onder leiding van Robert Haydon Clark.

De muziek klinkt vanaf CD

Gebed

Heer

Vaak zijn we vol van zorgen

van allerlei beslommeringen

we doen de dingen soms gedachteloos

zien mensen soms over het hoofd

Laten wij beseffen, steeds weer:

we staan op heilige grond

onze aandacht is belangrijk

daarmee geven we onszelf

en kunnen we iets van U laten zien

Amen

Muziek

Tot slot een lied uit Taize. De titel is 'Mijn ziel verstilt'.

Het luidt als volgt:

Mijn ziel verstilt in rust en vrede

bij God: van Hem alleen mijn heil.

Ja, bij de Heer verstilt mijn ziel in vrede,

keert zich stil tot Hem.

Het zijn woorden uit Psalm 62, die verschillende keren worden herhaald bij het zingen.

De muziek klinkt vanaf CD