

INHOUD

1.	Vooraf.....	5
2.	Vieren thuis of in kleine kring	6
2.1.	Waarom?	7
2.2.	Hoe?	7
2.3.	Tussen begin en afronding	9
3.	Vierhoek	10
4.	Vieren met verbeelding	11
4.1.	Projectafbeelding.....	11
4.2.	Suggesties	11
5.	Met gebed de dag rond	16
5.1.	Ochtendgebed	16
5.2.	Gebed voor de werkdag	16
5.3.	Bij de maaltijd.....	16
5.4.	Avondgebed voor kinderen	17
5.5.	Gebed in de nacht	17
6.	Werkvorm: Ben je klaar voor het feest?	18
7.	Vasten als voorbereiding	20
7.1.	Vasten – ja, nee, hoe?	20
7.2.	Vasten met de zintuigen.....	22
7.3.	Stress-vasten?	23
8.	Zuurdesem	24
8.1.	Weg met alle zuurdesem.....	24
8.2.	Brood bakken	25
9.	Op z'n paasbest en de Grote schoonmaak.....	26
10.	Te voet.....	28
10.1.	Lopen als een pelgrim.....	28
10.2.	Pelgrimspaden in Nederland	29
11.	voor de ander	30
11.1.	Anugrah	30

Ben je klaar voor het feest!

11.2.	Vrouwen in Oeganda	30
12.	Luisteren en lezen	32
12.1.	Pelgrimsgebed	32
12.2.	Mercy, Mercy Me.....	33
12.3.	Graf te Blauwhuis.....	34

VIEREN THUIS OF IN KLEINE KRING

1.1. Waarom?

Ja, waarom zou je thuis vieren? Doe je dat niet vooral in de kerk? Is dat niet iets van de zondag?

En als je het noodgedwongen doet, zoals bij de coronalockdowns, dan is dat toch iets tijdelijks?

Er zijn genoeg redenen om eens na te denken over *vieren thuis*. De coronapandemie heeft dat wel duidelijk gemaakt. Maar er is meer. Misschien is het belangrijkste wel dat vieren, *liturgie*, niet alleen iets van de zondag is.

Vanaf het begin zijn er twee lijnen in het gezamenlijk vieren geweest: de lijn van de zondag én de lijn van alledag. Die tweede kennen we nu vooral uit de kloosters – daar zijn iedere dag op vaste tijdstippen diensten. Maar weet je dat het ‘bidden en Bijbellezen’ bij het eten en het bidden voor je gaat slapen precies dezelfde wortels heeft?¹

Het vieren thuis is een van de dingen waaruit duidelijk wordt dat het leven met God over alle aspecten van het leven gaat. Het kleurt de dag, de gedachten en de daden. En – als je met anderen samenleeft – het vormt je samen.

1.2. Hoe?

- Er is een groot verschil tussen een viering in een kerk en een viering in de eigen huiskamer. Een huiskamer wordt niet vanzelf een *liturgische* ruimte. Kijk daarom even goed rond in je eigen omgeving: wat is een goede plek, wat zorgt voor ruis en wat helpt om te concentreren?

Suggestie: Zet op een centrale plek een kaars neer. Ga je dit vaker doen dan kun je het beste één vaste kaars gebruiken – alleen voor dit doel. Je kunt bij de kaars bloemen neerzetten, een open Bijbel of een kruis. Je kunt ook met symbolische kleuren werken, met bloemen, een kleed In de Veertigdagentijd is de liturgische kleur *paars*, van Pasen tot Pinksteren is het wit of goud. Zie ook paragraaf 2.3!

¹ Wil je daar meer van weten? Vraag dan bij het Steunpunt Liturgie de notitie *Vespers en andere getijden* aan. En de notitie *Morgen- en middagdienst* – elk een eigen karakter.

Ben je klaar voor het feest!

8. OP Z'N PAASBEST EN DE GROTE SCHOONMAAK

Wordt de uitdrukking *Op z'n paasbest* nog wel eens gebruikt?

Het werd (wordt?) gezegd als iemand er piekfijn uitziet: 'nou, jij ziet er op je paasbest uit!'

Achter die uitspraak gaat een gewoonte schuil die tot ver in de 20^{ste} eeuw in gebruik was: met Pasen trek je nieuwe kleren aan. Tegenwoordig gaat het vooral over de vraag wat je 'met Kerst' aantrekt, maar dat is nog helemaal niet zo lang het geval. Nieuwe kleren? Ja, met oog op Pasen! Want dan breekt er een nieuw seizoen aan.

De vraag *Ben je klaar voor het feest?* kon pas met 'ja' worden beantwoord als die nieuwe kleren klaar hingen.

Het klinkt platter dan het is. Allereerst omdat de donkere winter voorbij was, en het nieuwe groeiseizoen begon. Ook omdat Pasen het feest van de grote vernieuwing is. De Veertigdagentijd is de voorbereiding daarop, de tijd van inkeer, bekering en zo nodig ook boete. In de aanloop naar Pasen was het heel lang ook verplicht om te biechten, zodat je met Pasen de eucharistie (het avondmaal) kon vieren).

Inkeer, bekering, boete, biechten gaat over een innerlijke schoonmaak. Maar wat heeft dat dan met de voorjaarschoonmaak te maken, de grote schoonmaak? Die schoonmaak markeerde het einde van de winter. De kachel ging naar zolder, en het hele huis werd grondig schoongemaakt, o.a. van de roet van een winter lang stoken.

Met Pasen – of het nu een vroege of late Pasen was – moest alles klaar zijn. Alles schoon en fris, daar passen nieuwe kleren bij. Alles op z'n Paasbest.

Er volgt hier geen link naar een site met een complete handreiking voor de grote schoonmaak 🤨. Ook geen pleidooi om het huis met bezemen te keren. Maar...



structuur van de weg onder je voeten, voel de wind in je gezicht - soms hard, soms niet meer dan een zachte aanraking. Niet alles tegelijk natuurlijk; kies per wandeling een invalshoek. Belangrijk is je houding: stel je open voor dat wat je tegenkomt.

→ **Tip (2)**: neem van elke wandeling 'iets mee', een steen, een takje. Kun je het gebruiken bij de suggesties uit hoofdstuk 4 'Vieren met verbeelding'? Zeker doen!

→ **Tip (3)**: neem wat tuinraffia of touw mee. Maak tijdens je wandeling van wat takjes een kruisje en zet of leg het ergens neer.. Op een bankje, op een muurtje, op een paaltje, in het gaas van een hek, net wat zich voordoet. Waarom? Voor degene die het ziet, een klein cadeautje voor wie het waarneemt. Misschien is het wel een wegwijzer...

→ **Tip (4)**: beluister het lied op pagina 32.

9.2. Pelgrimspaden in Nederland

Ook in Nederland kan gepelgrimeerd worden. Een mooi overzicht van pilgrimspaden is hier te vinden:

<https://www.op-vrije-voeten.nl/wandelen-nl/pelgrimspaden>

