



## Thuis bidden in de Goede Week

Vanwege de beperkingen rondom het coronavirus is het niet mogelijk de liturgie van de Goede Week samen te vieren. Via de media is het wellicht mogelijk toch de vieringen in de (eigen) kerk te volgen. Maar voor wie ook zelf thuis wil bidden aan de hand van de Goede Week, reiken we graag teksten en gebeden aan.

### Goede Vrijdag

#### *Gebed uit de liturgie*

Gedenk, Heer,  
wat Gij gedaan hebt in uw barmhartigheid.  
Blijf uw zegen en bescherming verlenen aan uw dienaren voor wie Christus, uw Zoon, met zijn bloed het paasfeest heeft ingewijd. Amen.

#### *Bij de lezingen*

#### **Vader, in uw handen beveel ik mijn geest.**

Bij U, Heer, zoek ik mijn toevlucht,  
stel mij toch nimmer teleur.  
Vertrouwwol leg ik mijn geest in uw handen,  
Gij zult mij beschermen, getrouwe God.  
Mijn vijanden drijven de spot met mij,  
mijn burens lachen mij uit.  
Men is mij vergeten als was ik dood,  
ik ben gebroken huisraad.  
Toch blijf ik op U vertrouwen, Heer,  
steeds zeg ik: Gij zijt mijn God.  
Gij hebt mijn lot in uw hand,  
bevrijd mij van mijn vervolgers.  
Laat over uw dienaar uw aanschijn stralen,  
red mij door uw genade.

#### *Bij de lezingen*

Christus is voor ons gehoorzaam geworden  
tot de dood, tot de dood aan een kruis.

#### *Bij de kruisverering*

Aanschouwt dit kostbaar kruis,  
waaraan de Redder heeft gehangen.  
Komt laten wij aanbidden.

#### **Vol eerbied, Christus, aanbidden wij uw kruis, en wij zingen de lof van uw heilige verrijzenis. Want zie, door het kruis kwam er vreugde in heel de schepping.**

Mijn volk, wat heb Ik u gedaan,  
of waarmee heb Ik u bedroefd? Antwoord Mij.

Ik heb u uit Egypte weggeroepen;  
Gij hebt geroepen: Aan het kruis met Hem!

Ik heb voor u het water uit de rots doen stromen.  
Gij hebt Mij gal en azijn te drinken gegeven.

Ik heb om uwentwil uw vijanden geslagen,  
maar gij hebt Mij geselsd en gehoond.

Ik heb u groot gemaakt, met heerlijkheid gekroond,  
maar gij hebt Mij een doornenkroon gevlochten.

Wat had Ik nog meer voor u moeten doen?  
Ik heb u binnengevoerd in mijn land, in mijn vrede.  
Maar gij, gij hebt uw Redder aan het kruis geslagen.

Mijn volk, wat heb Ik u gedaan,  
of waarmee heb Ik u bedroefd? Antwoord Mij.

#### *Gebed uit de liturgie*

Almachtige eeuwige God, door de dood  
en de verrijzenis van uw Zoon hebt Gij ons nieuw  
leven gegeven. Bewaar in ons het werk van uw  
barmhartigheid, opdat wij door onze deelname aan  
dit mysterie een leven leiden dat U is toegewijd.  
Amen.

#### *Andere gebeden*

Heer Jezus, uw grote liefdedaad staat mij voor ogen:  
doorboorde handen en doorboorde voeten en een  
geopend hart aan het schandhout van het kruis.

Hoe kan het, Heer, dat ik die al zo lang U ken en van  
uw goedheid weet, zo arm aan liefde ben gebleven,  
op veilige afstand van uw kruis?

Maar waar ik onder mensen mij ook wenden mag,  
U, Heer Jezus, kijkt me aan van op uw kruis.

Nog elke dag wordt U gekruisigd  
in hen die lijden dragen.  
Nog elke dag wordt U verminkt  
in die gefolterd worden,  
onteerd in die verzinken in de zonde.

En elke dag vraagt U mij weer  
met al dat lijden mee te lijden, in al die mensen  
U te onthalen met woord en daad: om hen te laten  
delen in uw vreugde en uw verrijzenis.

Geef mij de moed, gekruiste Heer, mij op de weg  
van het kruis te wagen, al moest ik iets van uw  
doorboorde hart in het eigen hart ervaren.

Geef mij de gunst uw liefde te verstaan. *Anoniem*

## De geestelijke communie

Vanwege alle maatregelen rondom het Coronavirus kunnen veel gelovigen de komende tijd helaas niet deelnemen aan de eucharistievieringen in onze kerken, noch de heilige communie ontvangen. Christus, die zijn leven voor ons gegeven heeft op het kruis, komt op het altaar tegenwoordig in zijn lichaam en bloed. De communie die wij ontvangen is gemeenschap met het lichaam en bloed van de Heer als waarlijk voedsel voor onze ziel.

Als wij door de omstandigheden Hem in de communie echter nu niet kunnen ontvangen is het toch heilzaam om ons verlangen naar Hem tot uitdrukking te brengen in een gebed. In dit gebed brengen wij tot uitdrukking dat wij met verlangen uitzien naar de komst van de Heer in ons hart. Zo kunnen wij de kracht en genade ontvangen die wij normaal zouden verkrijgen in de communie. Dit wordt de 'geestelijke communie' genoemd.

Aangezien wij niet altijd in staat zijn de Heer in de communie te ontvangen is de geestelijke communie een eeuwenoud gebruik in onze Kerk om ons toch te kunnen verenigen met de Heer die het leven en verrijzenis zelve is.

### *Gebed*

**Mijn Jezus,  
ik geloof dat Gij in het allerheiligste Sacrament  
tegenwoordig zijt.  
Ik bemin U boven alles  
en wens U te ontvangen.**

## Bezinning bij Goede Vrijdag

De Goede Week en het Paasoctaaf zijn in feite de twee sterkste weken van het gehele kerkelijke jaar. Het zijn dagen die ons binnenleiden in het diepste mysterie van ons geloof. Het Paasmysterie leidt ons naar het fundament van ons christen-zijn: dat we verlost zijn uit het zinloze bestaan van dood en zonde, om als kinderen van God te leven als nieuwe mensen, die de ware zin van het leven hebben ontvangen. Dit 'ontvangen' is tevens ook een 'ontdekken': door een bewust christelijk leven zullen we meer ontdekken dat Christus de waarheid en het leven is, dat we verlost zijn, maar ook dat we steeds weer verlossing nodig hebben. We leven in een wereld die niet alleen maar door ziekte-virussen geïnfecteerd wordt. Er breidt zich ook een zinloosheidsvirus uit. Deze zinloosheid is ten diepste een leven zonder God: een werelds denken en leven alsof God niet bestaat. Dat 'onderhuids' de machten der duisternis hierin een machtige invloed blijken te hebben wordt echter te weinig onderkend. Ook mensen die een geestelijk, christelijk leven willen leiden zijn niet immuun

**Maar ik kan dit nu niet werkelijk doen;  
daarom bid ik U:**

**kom tenminste op geestelijke wijze in mijn hart.**

**Ik omhels U, alsof Gij reeds gekomen waart  
en verenig mij geheel en al met U.**

**Laat mij toch nooit van U gescheiden worden.  
Amen.**

## Gebed van de bisschoppen

God, toevlucht in onze nood,  
kracht in onze vertwijfeling en angst,  
vertroosting in ziekte en lijden.  
Wees ons, uw volk, nabij en genadig  
nu wij allen de gevolgen ondervinden  
van het uitgebroken corona-virus.  
Wees een Beschermmer voor hen  
die dit virus hebben opgelopen.  
Wij bidden voor hen om hoop en genezing.  
Wij bidden voor hen die aan de gevolgen  
van dit virus zijn overleden,  
dat zij bij U geborgen mogen zijn.  
Wij bidden voor allen die werkzaam zijn  
in de gezondheidszorg en het openbaar bestuur,  
dat zij uw nabijheid en zegen mogen ervaren  
in hun werk ten dienste van heel de samenleving.  
Doe ons beseffen hoe groot uw liefde is  
voor ieder van ons en dat Gij met ons zijt  
nu wij de kwetsbaarheid van ons bestaan ervaren.  
Versterk ons geloof en onze hoop,  
zodat wij ons altijd zonder aarzelen overgeven  
aan uw vaderlijke voorzienigheid.  
Door Christus onze Heer. Amen.

voor dit virus. Kortom: wij worden allen min of meer door deze wereldse geest bekoord. De apostel Johannes zegt het zo: "Verliest uw hart niet aan de wereld of aan de dingen van de wereld. Want al wat in de wereld is - het begeren van de lust en het begeren van de ogen en de hovaardij van het geld - het komt niet van de Vader maar van de wereld". Zeker, we zijn 'in' de wereld, maar niet 'van' de wereld, zoals Jezus het duidelijk maakt. Daar we - juist ook als christenen - niet vrij zijn van de wereldse geest, is verlossing door het bloed van Christus hoogst noodzakelijk. Bekering en reiniging van hart is het werkzame genademiddel dat de Heer ons aanreikt, om dan ook met Pasen in vrijheid en vreugde de doopbeloften te kunnen vernieuwen. Al wie de verlossing door Christus serieus neemt wordt een vrij mens, die zich kan verheugen over de diepere kennis die God daardoor geeft. Deze innerlijke vrijheid leidt ook daartoe dat we in deze wereld licht kunnen zijn. De Paaskaars die ontstoken gaat worden maakt dit duidelijk: zet ook uw licht op de standaard, zodat de mensen om u heen "uw goede werken zien en uw Vader verheerlijken die in de hemel is".