

Bezinningsteksten: Dan. 3 25 en 34 – 43

Matt. 18 21 -35

**zoek een moment waarin u stil kunt zijn, in uzelf te keren en niet afgeleid te worden.*

**neem een ontspannen houding aan. Een bewust rustige ademhaling kan hierbij helpen.*

**Lees de tekst die u wordt aangereikt, laat de tekst tot u doordringen en vraag u af wat er volgens u in de tekst staat.*

**Lees de tekst opnieuw en vraag u af of u nog een aanvulling vindt op wat u aanvankelijk (al) gelezen had.*

** Vraag u af wat de betekenis van wat u overwogen hebt concreet kan betekenen voor uw eigen leven.*

**Blijf een minuut of vijf stil, of zo gewenst langer.*

**Formuleer met uw eigen woorden een gebed ter afsluiting en geef daarin weer wat in u opgekomen is in uw tijd van bezinning.*

In de tekst van Daniel 3 denk ik aan mensen die door regimes worden onderdrukt; zoals in Oekraïne, Syrië en Iran. Dat er voor hen altijd hoop is op betere toekomst.

In de tekst van Matteüs 18 wordt duidelijk dat wij allen dankbaar moeten zijn voor ons leven en niet anderen moeten uitbuiten.

Twee aardige teksten die een bijzondere waarde hebben en die de moeite waard zijn om ons over te bezinnen in deze veertigdagentijd (vastentijd).

Wim Hendriks