

## Hoe nederiger te worden

### Openingsgebed

Laat ons bidden. God van liefde en goedheid, schenk aan uw kinderen die zich wegcijferen op de weg van de nederigheid, de gelukzaligheid die eigen is aan de zielen die zich volledig ten dienste stellen van de liefde. Door de Heer en de Vrouwe. **Amen.**

### Eerste Lezing (Moeder Theresa)

LECTOR: Lezing genomen uit het geestelijk erfgoed van de mensheid.

ALLEN: ***Vanaf den beginne bereidt de hemel de komst voor van het Koninkrijk.***

LECTOR: Vandaag de 15 raadgevingen van Moeder Theresa aan haar Zusters die nederig wensten te worden.

Er staat geschreven:

Mijn zeer dierbare kinderen,

Het is onze kleinheid waaraan God behoefte heeft en niet onze grootheid. Hierbij enkele middelen die toestaan om nederiger te worden:

- Zo weinig mogelijk spreken over zichzelf.
- Zich bezighouden met zijn eigen zaken.
- De nieuwsgierigheid vermijden.
- Zich niet willen mengen in zaken van anderen.
- Tegenslag aanvaarden met goed humeur.
- Niet praten over de fouten van anderen.
- Schuld aanvaarden zelfs als men onschuldig is.
- Toegeven aan de wil van anderen.
- Beledigingen en ongerechtigheden aanvaarden.
- Accepteren te worden genegeerd, vergeten en veracht.
- Aardig blijven en zacht, zelfs als men wordt uitgedaagd.
- Niet zoeken om te worden gewaardeerd of bemind.
- De eigenwaarde niet gebruiken als schild.
- Toegeven in de discussies, zelfs als men gelijk heeft.
- Altijd kiezen dat wat het moeilijkst is.

Dit was een boodschap van Moeder Theresa aan haar zusters.

***Wij danken God.***

**Tussenzang** (Ps 15, 2-5)

***R./ Bewaar mijn ziel in vrede Heer, dicht bij U.***

Mijn hart is niet hoogmoedig, Heer,  
mijn ogen kijken niet verwaand.  
Ik streef ook niet naar grote daden  
hoger dan ik reiken kan. **R./**

De stormen zijn bedaard in mij  
en vredig is mijn geest.  
Zoals een kind op moeders schoot,  
zo veilig voel ik mij. **R./**

Zoek, Israël, uw toevlucht bij de Heer,  
van nu af en voor altijd. **R./**

**Tweede Lezing** (Luc 18, 9-14)

ACCLAMATIE: ***Alleluia. Alleluia. Jezus zegt: "Leert van Mij: Ik ben zachtmoedig en nederig van hart; en gij zult rust vinden voor uw zielen, want mijn juk is zacht en mijn last is licht." Alleluia.***

PRIESTER: Uit het heilig Evangelie van onze Heer Jezus Christus volgens Lucas.

ALLEN: ***Lof zij U, Christus.***

Met het oog op sommigen, die overtuigd van eigen gerechtigheid, de anderen minachtten, vertelde Hij de volgende gelijkenis.

"Twee mensen gingen op naar de tempel om te bidden; de een was een farizeeër en de andere een tollenaar. De farizeeër stond met opgeheven hoofd en bad bij zichzelf als volgt: 'God, ik dank u dat ik niet zo ben als de rest van de mensen, rovers, onrechtvaardigen, echtbrekers, of ook als die tollenaar daar. Ik vast tweemaal per week en geef tienden van al mijn inkomsten.'

Maar de tollenaar bleef op een afstand en wilde zelfs niet zijn ogen opheffen naar de hemel; maar hij klopte zich op de borst, en zei:

'God wees mij, zondaar, genadig.'

Ik zeg u: deze ging gerechtvaardigd naar huis en niet die andere, want al wie zich verheft zal vernederd worden, maar wie zich vernedert zal verheven worden.”

- Zo spreekt de Heer. ***R/ Wij danken God.***

**Derde Lezing** (LR 7, p. 6)

ACCLAMATIE: ***Van de Heer tot de Vrouwe: één liefde, één mysterie, één Koninkrijk om heel de Schepping te leiden naar God.***

MOEDER: Verkondiging uit de werken van de Vrouwe.

ALLEN: ***Het woord van de Vrouwe is woord van Waarheid.***

In *Het Koninkrijk* van december 1982 schrijft Marie-Paule:

Men spreekt ons vaak over het belang van zichzelf weg te cijferen, maar wat wordt hier onder verstaan?

Het komt erop neer zich gering op te stellen of zichzelf op de achtergrond te houden. Het is dus de voorbereiding of de daad die leidt tot nederigheid, die de basis is van het geestelijk leven. Als men de nederigheid verwerft, bereidt men de wegen van de Heer voor.

- Zichzelf wegcijferen, dat is zich vergeten; dat is de ander voorrang geven.
- Zichzelf wegcijferen, dat is ons standpunt opgeven om dat van de ander te bestuderen.
- Zichzelf wegcijferen, dat is beminnen zelfs wanneer men ons kleineert, veracht of belastert.
- Zichzelf wegcijferen, dat is de weg voorbereiden voor de Ander, en dat is tegelijkertijd ons geluk voorbereiden, want hoe meer wij ons geven, hoe gelukkiger wij zijn. Wat een verschil met de egoïst die alleen maar probeert te ontvangen!

Men kan het als volgt samenvatten: kleiner worden opdat Christus in ons kan groeien, het "ik" doen verdwijnen zodat Christus door ons kan stralen. Doordrongen van deze gevoelens, doet het er niet toe of onze actie op de voor- of achtergrond plaatsheeft; wat telt is dat we Jezus en Maria, die in ons wonen, ons voor laten gaan, om zo enkel nog maar voor Hen en door Hen te leven.

- Zo sprak de Vrouwe. ***Moge Zij voor altijd gezegend zijn.***

## **Gebed over de gaven**

God-als-Vader en Onbevleete-als-Moeder, aanvaard dit brood en deze wijn die wij U aanbieden samen met de volmaakte offergave van de Zoon en de Dochter. Moge de tederheid en de nederigheid van hun Harten ons aansporen om ons nederig op te stellen, zodat ook wij tot bij U opgeheven kunnen worden. Door de Heer en de Vrouwe. **Amen.**

## **Communitiekst**

LECTOR: Christus heeft zich vernedert in gehoorzaamheid tot aan de dood.  
Daarom heeft God Hem opgeheven.

## **Gebed na de communie**

Laat ons bidden. Jezus-Christus en Paul-Marie, moge de genade van deze communie ons de kracht geven om U alle plaats te laten in ons binnenste. Moge de Geest van Heiligheid en Waarheid ons helpen om steeds nederiger te worden in vooruitzicht van het Koninkrijk. Door de Heer en de Vrouwe. **Amen.**