

# Leven met Christus

*Pastorale brief over de Eucharistie*



Brief bij gelegenheid van de Veertigdagentijd 2012

Willem Jacobus Kardinaal Eijk,  
aartsbisschop van Utrecht

## **Leven met Christus**

### *Pastorale brief over de Eucharistie*

De Eucharistie is iets prachtigs. Wie het begin van een Eucharistieviering meemaakt, merkt al direct dat er iets bijzonders gaat gebeuren. Gelovigen laten zich roepen door kerkklokken die luiden. De priester komt in een kleine of grote processie de kerk binnen; vaak gaat een kruis voorop en wordt het evangelieboek als een kostbaar teken binnengedragen. De priester en de assistenten knielen of buigen voor het altaar. Na dit eerbetoon volgt een innig gebaar: de priester kust het altaar, om onze Heer Jezus te begroeten. Nog voordat er iets gezegd is, hebben deze rituelen al veel geloof tot uitdrukking gebracht, namelijk dat Christus onze gastheer is, de levende Heer die ons samenbrengt. En niet alleen het begin van de viering, maar heel de viering van de Eucharistie is vol mooie en betekenisvolle rituelen. Elk onderdeel van de viering heeft de bedoeling ons dichter bij God te brengen, ons meer uit Hem te laten leven, om ons te verenigen met Hem en met heel de Kerk. Op zondag, de dag van de verrijzenis, krijgt de Eucharistie een extra accent: we delen in het nieuwe leven van de Verrezen Heer.

In deze brief wil ik stilstaan bij drie vragen: Wat betekent het om Eucharistie te vieren? Hoe kan de Eucharistie ons leven beïnvloeden? Wat is een vruchtbare manier van deelnemen aan de Eucharistie?

God is op vele manieren bij mensen, maar in de Eucharistie ervaren wij op bijzonder intense wijze zijn liefde. Hoe onopvallend en alledaags de eucharistische gaven van brood en wijn op het eerste gezicht ook zijn, het is onder deze gedaanten dat God zichzelf aan ons geeft. Dat is een onverdiend en uitzonderlijk geschenk van God. De Eucharistie heeft een bijzondere kracht die onze relaties met God en met anderen kan vernieuwen.

Op 2 februari 2011 publiceerde de bisdomstaf de beleidsnota 'Het pastoraal-liturgisch beleid in de parochies van het Aartsbisdom Utrecht'. Hierin heeft de bisdomstaf de pastorale teams, de parochiebesturen en de andere vrijwilligers in onze parochies kaders en begrippen aangereikt die hen helpen om het liturgisch leven in de parochies te organiseren op een zodanige wijze dat gewaarborgd is dat de viering van de Eucharistie in de parochies bron en hoogtepunt van het christelijk leven kan blijven.<sup>1</sup> Inmiddels heeft iedere parochie van het Aartsbisdom Utrecht een eucharistisch centrum, waar zonder uitzondering op zondagen, op kerkelijke hoogfeesten en op bepaalde kerkelijke feesten de Eucharistie wordt gevierd. Deze pastorale brief over de Eucharistie, gepresenteerd aan het begin van de Veertigdagentijd, nodigt u uit tot bezinning op de waarde en betekenis van de viering van de Eucharistie. Ik hoop dat het lezen en overwegen van deze pastorale brief over de Eucharistie er aan bijdraagt dat wij ons meer gaan verwonderen over deze bijzondere gave van God en ontvankelijker voor Hem worden.

## **I. Wat betekent het om Eucharistie te vieren?**

### **God wil gekend worden**

Eucharistie vieren zou geen zin hebben als God zich niet aan mensen bekend had willen maken. Vanaf de eerste bladzijde maakt de Bijbel duidelijk dat God niet alleen aan de mensen het leven geeft, maar dat Hij ook contact met ons zoekt; eerst spreekt Hij met Adam en Eva, daarna met Kaïn, met Noach en met Abraham, Izaäk en Jacob. Een hoogtepunt in

---

<sup>1</sup> Vgl. Lumen Gentium nr. 11; Catechismus van de Katholieke Kerk nr. 1324.

Gods openbaring van zichzelf zijn de ontmoetingen met Mozes bij de brandende braambos en op de berg Sinaï. Nog veel meer indrukwekkende ontmoetingen zouden er te noemen zijn. Middels de engel Gabriël spreekt Hij ook met Maria, de moeder van onze Heer Jezus. God wil vooral door Hem gekend worden en komt ons in Hem nabij. Kortom, God heeft de mensen geschapen om in relatie met Hem te leven en telkens neemt Hij zelf het initiatief tot vriendschap en verbond met ons. In die relatie komt God de mensen nabij en krijgt de mens “deel aan Gods eigen wezen” (2 Petr. 1,4). De gemeenschap met God waartoe de mens uitgenodigd wordt, gaat dus zeer ver. De oosterse kerkelijke tradities spreken hier treffend van de ‘vergoddelijking’ van de mens. De hele eucharistieviering is gericht op de ontmoeting en vereniging met God.

In de viering van de Eucharistie heeft de lezing van de Bijbel een belangrijke plaats. We luisteren naar de oude woorden om te horen hoe God zich bekend gemaakt heeft en zich nog steeds aan ons bekend maakt. In de bijbelwoorden lezen we welke weg God met mensen gegaan is en wat Hij van mensen vraagt. Zoals Jezus in de synagoge het Woord van God las, zo leest de Kerk in de liturgie de Bijbel. We horen de woorden van het Oude Testament die voor Jezus van grote betekenis waren en die ons laten binnentreden in de heilsgeschiedenis. In de lezing van het Evangelie horen we Jezus zelf en leren we Hem nader kennen. En door de lezing uit de Brieven of de andere geschriften van het Nieuwe Testament wordt ons geloof verdiept.

### **Wat zal ik op mijn beurt aan de Heer geven voor al het goede aan mij besteed?**

Eucharistie vieren is God danken voor alles wat Hij voor ons gedaan heeft en doet. Het van oorsprong Griekse woord ‘eucharistie’ betekent ook dankzegging. We danken Hem voor het leven. We danken onze Schepper, omdat Hij wil dat wij bestaan.

“Wij danken U, God. Alle leven komt uit uw hand.

U gaf het ons en ziet ons graag altijd gelukkig.”<sup>2</sup>

In verbondenheid met heel de aarde brengen we eer aan God. De Bijbel leert ons dat heel Gods schepping geroepen is Hem te loven, de dieren van het veld, alles wat kruipt of vliegt, de bewoners van de aarde,<sup>3</sup> en de engelen in de hemel. God wordt dank gebracht voor de gang van de seizoenen:

“Gij kroont het jaar met uw goede gaven,

Welig groeit waar Gij trad het gewas.” (Ps. 65,12)

Ook veel heiligen betrokken de aarde in de lof van God. De heilige Franciscus wist zich zo nauw verbonden met heel Gods schepping, dat hij in zijn beroemde Zonnelied zon en maan, wind en water, vuur en aarde als “broeder” en “zuster” aanduidde:

“Wees geprezen, mijn Heer, door broeder wind en door de lucht, bewolkt of helder, en ieder jaargetijde, door wie Gij het leven van uw schepselen onderhoudt. (...)

Wees geprezen, mijn Heer, door onze zuster, moeder aarde, die ons voedt en leidt, en allerlei vruchten voortbrengt, bonte bloemen en planten.”<sup>4</sup>

God heeft ons de wereld gegeven als ruimte om te leven en Hem in liefde en vreugde te ontmoeten. We mogen beseffen dat alles wat God ons gunt, goed is. Door God voor

---

2 Eucharistisch gebed XI voor vieringen met kinderen III.

3 Zie Ps.148.

4 Vertaling: G.P. Freeman e.a., *Franciscus van Assisi - De Geschriften*, Haarlem, 2006<sup>2</sup>.

onze wereld te danken, geven Hem de erkenning die Hem toekomt. Wij zijn het aan God verschuldigd Hem te danken voor wat wij van Hem ontvangen. God heeft ons gemaakt om zijn liefde te beantwoorden met wederliefde; God loven en danken maakt onze liefdesrelatie met Hem concreet.

Uit de dankbaarheid jegens God groeit het verlangen Hem iets te geven:

“Hoe kan ik mijn dank betuigen voor al wat de Heer mij gaf?

De beker des heils zal ik nemen, aanroepen de naam van de Heer.” (Ps. 116,12-13)<sup>5</sup>

Daarom eren we God en bieden we Hem in de viering onze gaven aan, de gaven van brood en wijn, “de vrucht van de aarde” en “de vrucht van de wijngaard”,<sup>6</sup> het werk van onze handen.

Het offer van lof dat wij aan God brengen, is alleen mogelijk door Christus. Daarom sluiten wij ons in onze dank aan bij Christus, die op uitzonderlijke wijze met heel zijn leven zijn hemelse Vader geëerd heeft. “In het brood en de wijn die wij naar het altaar brengen, wordt de gehele schepping door Christus, de Verlosser, aangenomen om omgevormd en aan de Vader aangeboden te worden.”<sup>7</sup> Aan Christus danken we onze verzoening met God; Hij geeft ons aan de Vader terug. Daarom danken we de Vader voor alles wat Christus voor ons gedaan heeft. Daarom sluit de priester zich aan bij Christus die de Vader prijst, als hij bij het slot van het eucharistisch gebed de hostie en de kelk opheft in een gebaar van dank en toewijding<sup>8</sup> en zegt:

“Door Hem en met Hem en in Hem zal uw Naam geprezen zijn,  
Heer onze God, almachtige Vader, in de eenheid van de heilige Geest,  
hier en nu en tot in eeuwigheid.”

## **Kom, heilige Geest**

Als God niet naar ons toe zou komen, zouden wij ver van Hem blijven. De Geest van God zorgt ervoor dat wij met God in contact komen. Zonder de heilige Geest is er geen geloof. Zonder de heilige Geest kunnen we Jezus hooguit zien als een bijzonder mens of als een profeet, maar herkennen wij Hem niet als de Christus en als de Zoon van God. Zonder de heilige Geest is Christus ook niet onder ons tegenwoordig. Want wij kunnen er niet voor zorgen dat God bij ons of zelfs in ons is; alleen God zelf kan dat doen. Het is de Geest die het werk van Christus in de wereld tot voltooiing brengt.

De heilige Geest heeft een “beslissende rol” in de eucharistieviering.<sup>9</sup> Zoals de heilige Cyrillus van Jeruzalem in de vierde eeuw in zijn *Catechesen* kernachtig verwoordde: “Wat door de heilige Geest is aangeraakt, is geheiligd en volledig veranderd.”<sup>10</sup>

In het eucharistisch gebed wordt daarom twee keer gebeden om de heilige Geest. Wij vragen de Geest eerst om brood en wijn om te vormen tot Lichaam en Bloed van Christus en daarna om ons, gelovigen, zo om te vormen dat wij samen steeds meer Lichaam van Christus worden:

“Heilig dan deze gaven, met de dauw van uw Heilige Geest,  
dat zij voor ons worden tot Lichaam en Bloed van Jezus Christus onze Heer.”<sup>11</sup>

5 Paus Johannes Paulus II wees in zijn encycliek *Ecclesia de Eucharistia* (nr. 9) op dit psalmwoord.

6 Gebed bij de opheffing van de pateen met brood, resp. van de kelk met de wijn.

7 Benedictus XVI, *Sacramentum caritatis*, 47.

8 Vgl. de opheffing van offers onder het Oude Verbond: Ex.29,24.26; Lev.14,12.24.

9 Paus Benedictus XVI, *Sacramentum caritatis*, 13.

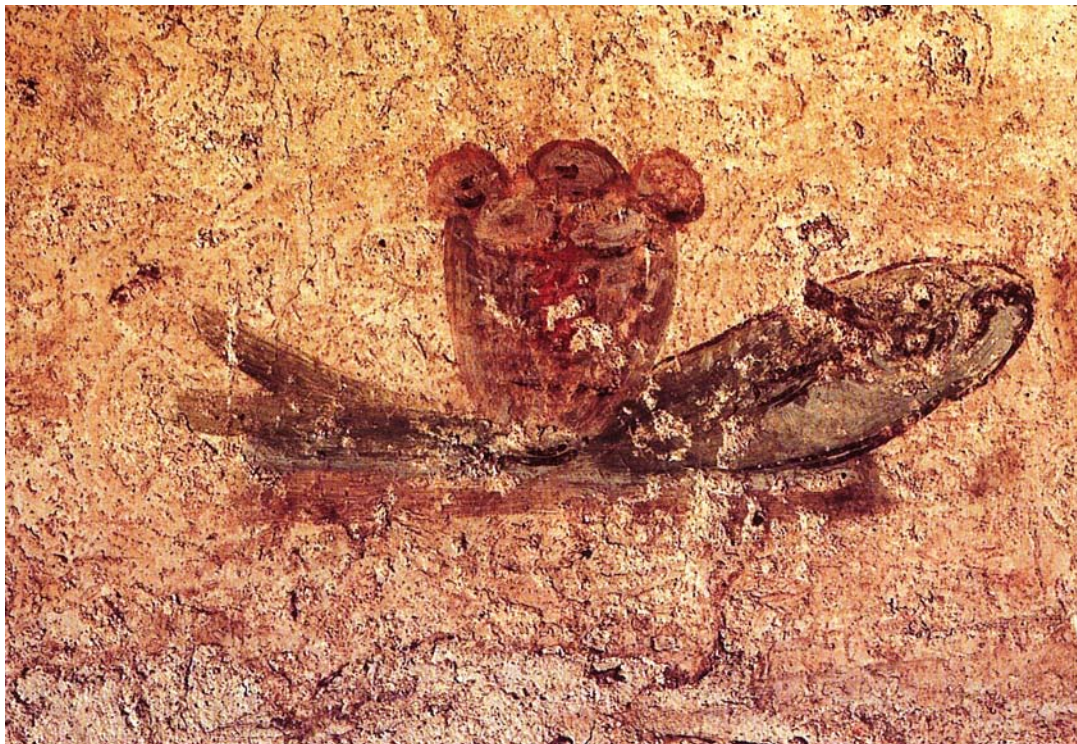
10 Geciteerd door paus Benedictus XVI, *Sacramentum caritatis*, 13.

11 Eucharistisch gebed II.

En:

“Vervul ons van zijn heilige Geest  
opdat men ons in Christus zal zien worden tot één lichaam en één geest.”<sup>12</sup>

Het is menselijk om te verlangen naar verandering. De meest diepgaande verandering waardoor wij werkelijk gelukkig worden, hebben wij van God te verwachten. De Geest van God wil in ons wonen om ons van binnenuit te veranderen. Als we bidden om Gods Geest stellen we ons ervoor open, dat de Geest ons zó gaat omvormen dat we met Paulus kunnen zeggen: “Ikzelf leef niet meer, Christus is het die leeft in mij.” (Gal. 2,20) Voor het geestelijk leven is het van groot belang dat wij ons ervan bewust zijn dat wij de heilige Geest nodig hebben.<sup>13</sup> Wie bidt om de Geest, verlangt naar Gods hulp en ziet uit naar het moment waarop God ons voorgoed verlost. “Ook wij zelf die toch reeds de eerstelingen van de Geest hebben ontvangen, ook wij zuchten over ons eigen lot, zolang wij nog wachten op de verlossing van ons lichaam.” (Rom. 8,23)



Fresco 'Eucharistische vis' in de crypte van Lucina van de catacombe de H. Calixtus te Rome, 3<sup>de</sup> eeuw.  
De vis en de broden van de broodvermenigvuldiging als symbolen van de Eucharistische maaltijd.

### **“Neemt, dit is mijn Lichaam.”**

Telkens als in de evangeliën verteld wordt over maaltijden waar Jezus aan deelnam, merk je dat de maaltijd delen met Jezus iets bijzonders is. Jezus at bij tollenaars en zondaars, maar Hij werd ook bij Farizeeën aan tafel genodigd; op wonderlijke wijze gaf Hij de menigte die Hem gevolgd was meer dan voldoende voedsel. Jezus' vrienden Marta, Maria en Lazarus organiseerden een maaltijd ter ere van Jezus. Al deze maaltijden zijn bijzondere ontmoetingen: door samen met Jezus te eten ontstaat een vorm van gemeenschap. De evangeliën berichten dat Jezus bij een maaltijd vier dingen doet: Hij neemt het brood;

<sup>12</sup> Eucharistisch gebed III.

<sup>13</sup> Paus Benedictus XVI heeft hier met nadruk op gewezen, zie: *Sacramentum Caritatis*, 13.

Hij dankt God (of: Hij zegent het brood); Hij breekt het en Hij deelt het uit. Later, na zijn Verrijzenis, herkennen de twee leerlingen in Emmaus de verrezen Heer aan deze vier handelingen (Luc. 24,30-31). Ook als wij nu Eucharistie vieren, zijn deze herkenbaar. Hoe bijzonder en betekenisvol de maaltijden van Jezus vóór zijn Laatste Avondmaal ook waren, het Laatste Avondmaal waaruit de viering van de Eucharistie voortkomt, overtreft ze, omdat Jezus daarin zichzelf aanbiedt: “Neemt, dit is mijn lichaam.” (Mc. 14,22) De Eucharistie is een gastmaal waarin de Heer zichzelf tot geschenk voor ons maakt om ons met God te verenigen: “Zoals Ik door de Vader die leeft, gezonden ben en leef door de Vader, zo zal ook hij die Mij eet, leven door Mij.” (Joh. 6,57)

We staan hier voor een mysterie. In de Eucharistie ontvangen we de levende Heer. De heilige Theresia van Lisieux die een sterk besef had van de liefdevolle band die er tussen God en een mens kan zijn, verwoordde dit mysterie als volgt:

“Mijn hemel is verborgen in de kleine hostie. En daar luistert mijn milde Verlosser dag en nacht naar mij. O hoe gelukkig is het moment wanneer U mij, in uw tederheid omvormt in U. Deze liefdeseenheid is mijn hemel op aarde, mijn onuitsprekelijke bedwelming.”

In heel de weg die God met de mensen gegaan is vanaf Adam en Eva, heeft God telkens het initiatief genomen om naar mensen toe te komen en zich bekend te maken aan mensen en te zoeken naar innige gemeenschap met mensen. Op een zeer bijzondere wijze kreeg dit verlangen van God gestalte, toen Gods Zoon afdaalde naar de beperktheid en de moeiten van ons menselijk bestaan en geboren werd als mens. In de Eucharistie komt deze gang van God naar mensen tot een intiem hoogtepunt doordat Christus zichzelf tot voedsel en drank maakt voor zijn leerlingen. “In de Eucharistie openbaart zich het liefdesplan dat de hele heilsgeschiedenis bepaalt. Daarin verenigt de *Deus Trinitas*,<sup>14</sup> die in Zichzelf liefde is, zich volledig met ons menselijk lot. In het brood en in de wijn, de gedaanten waaronder Christus zich in het Paasmaal aan ons schenkt, komt het gehele goddelijk leven, in de vorm van het sacrament, naar ons toe en deelt zich aan ons mee.”<sup>15</sup>

Met “Lichaam” en “Bloed” wordt heel de concrete menselijke existentie van de Heer aangeduid. Jezus schenkt in de Eucharistie niet ‘iets’, maar Zichzelf. Hoe kan Hij zichzelf geven onder de gedaanten van brood en wijn? Dat blijft een mysterie. In geloof – als vrucht van de heilige Geest – herkennen we dat het de Heer zelf is die we ontvangen, terwijl de zintuigen iets anders zien of voelen. Christus is in de Eucharistie reëel aanwezig. Met de mond proeven wij brood maar met ons gelovig hart smaken wij Christus.

Typerend voor ons christelijk geloof is dat het lichamelijke zo’n hoge waarde heeft. God heeft de fysieke wereld geschapen als iets goeds. Het eerste scheppingsverhaal uit het boek Genesis maakt er een refrein van dat bij elke scheppingsdag terugkeert: “En God zag dat het goed was.” Toen de Kerk opkwam in de Grieks-Romeinse cultuur van de eerste eeuwen van onze jaartelling heeft ze zich verzet tegen de gedachte dat de fysieke wereld een mens vervreemdt van zijn innerlijk en van het goede. Het lichaam is niet iets waarvan we verlost moeten worden; nee, we hopen juist op de verrijzenis van het lichaam! En we geloven dat God mens is geworden en dat Christus net zo’n lichaam had als wij nu hebben. De evangelist Johannes gebruikt hiervoor niet mis te verstane taal: God is “vles” geworden (Joh. 1,14). De fysieke werkelijkheid is tot draagster van Gods aanwezigheid geworden, doordat de eeuwige en onzichtbare God mens geworden is in Jezus, Zijn Zoon, die uit de schoot van een vrouw

14 Vertaling: ‘de Drieëne God’.

15 Paus Benedictus XVI, *Sacramentum caritatis*, 8.

is geboren en die onder ons heeft gewoond in een lichaam als het onze. Hoewel het ons zal blijven verwonderen dat God zich tot voedsel en drank voor ons maakt, past het helemaal in zijn waardering van onze lichamelijke om zo te doen.

De gemeenschap met Christus in de Eucharistie is niet statisch. Zoals elke liefdesgemeenschap een mens verandert, zo ook deze. “De Eucharistie haalt ons binnen in Jezus’ zelfgave. We ontvangen niet alleen maar statisch de mensgeworden Logos,<sup>16</sup> maar we worden binnengehaald in de dynamiek van zijn zelfgave.” Hij “trekt ons in zichzelf.” “De substantiële verandering van brood en wijn in zijn Lichaam en zijn Bloed introduceert in de schepping het principe van een radicale verandering, als een soort ‘kernsplitsing’ – om een ons welbekend beeld te gebruiken – die zich voordoet in het binnenste van het zijn, een verandering die ertoe bestemd is een omvormingsproces in de werkelijkheid in gang te zetten, met als ultieme doel de verheerlijking van de hele wereld tot de toestand waarin God alles in allen zal zijn (vgl. 1 Kor. 15,28).”<sup>17</sup>

### **Deel krijgen aan het offer van Christus, alsof wij erbij waren geweest**

In de Eucharistie geeft Jezus zichzelf aan de gelovigen als geestelijk voedsel; tegelijk is de Eucharistie ook een offer, dat nauw verbonden is met Jezus’ lijden en sterven op Golgotha. Bij veel mensen roept het woord ‘offer’ negatieve associaties op. Toch gaat het in het christelijke verstaan van offers niet om iets negatiefs. Een offer is een geschenk dat uit liefde gegeven wordt. Maar omdat liefde en goedheid in onze wereld nu eenmaal niet altijd op waardering en wederliefde stuiten, maar ook op weerstand en tegenwerking, gaat liefde regelmatig gepaard met lijden. Aan het negatieve is soms niet te ontkomen. Liefde vraagt daarom in onze wereld om offerbereidheid.

Christus is in onze wereld gekomen om mensen de liefde van God te laten ervaren en alle weerstand tegen God ten diepste te overwinnen. In het mysterie van Jezus’ gehoorzaamheid tot de dood is de zonde van de mens voor altijd uitgeboet. “In zijn gekruisigde lichaam zijn de vrijheid van God en de vrijheid van de mens in een onverbreekelijk, eeuwigdurend verbond definitief samengekomen.” “Zijn dood op het Kruis is het hoogtepunt van de manier waarop God zich tegen zichzelf keert, waarbij Hij zichzelf wegschenkt om de mens weer op te richten en hem te redden – liefde in de meest radicale vorm.”<sup>18</sup>

Omdat Christus alles over had voor deze radicale liefde, lijkt Hij op een offerlam. Al aan het begin van Jezus’ openbare leven begreep Johannes de Doper dat Jezus hiervoor gekomen was; hij sprak de woorden die in elke eucharistieviering hernomen worden: “Zie, het Lam Gods, dat de zonde van de wereld wegneemt.” (Joh. 1,29) Later beschreven zowel Paulus als Petrus Jezus als het paaslam (1 Kor. 5,7; 1 Petr. 1,19-20) en Petrus getuigt ervan dat vanaf het begin van de wereld in Gods plan dit offerlam voorzien was.

Op de avond voor zijn lijden en sterven at Jezus met zijn leerlingen het Joodse Paasmaal. Tijdens die maaltijd stelde Jezus de Eucharistie in. Het Joodse Pesach of Paasfeest is de gedachtenisviering van de bevrijding van het volk Israël uit de slavernij in Egypte. In de paasnacht eet het volk Israël ongedesemd brood, vlees van een eenjarig lam en bittere kruiden. Het brood is ongedesemd, omdat er in de nacht van de bevrijding geen tijd was om het deeg

<sup>16</sup> Vertaling: ‘Woord’.

<sup>17</sup> Benedictus XVI, *Sacramentum caritatis*, 11 met citaten uit zijn Encycliek *Deus caritas est*, 13 (2006) en uit zijn *Homilie op het Marienfeld* (21 augustus 2005).

<sup>18</sup> Benedictus XVI, *Sacramentum caritatis*, 9.

te laten rijzen. Het lam herinnert aan het bloed van het paaslam dat de Joden op de avond voor de uittocht aan hun deurposten gesmeerd hadden als een teken dat hen vrijwaarde van de dodelijke plaag die het Egyptische volk trof (Ex. 12).

Enkele belangrijke symbolen van het joodse paasmaal gaf Jezus een eigen, nieuwe dimensie. Het ongedesemde brood dat Jezus deelde met zijn leerlingen, maakte Hij tot zijn lichaam: “Onder de maaltijd nam Jezus brood, sprak de zegen uit, brak het en gaf het aan zijn leerlingen met de woorden: ‘Neemt, eet: dit is mijn Lichaam.’” De beker met wijn maakte Hij tot “mijn Bloed van het Verbond, dat voor velen vergoten wordt tot vergeving van zonden.” (Mt. 26,26-28) In de context van het Joodse Paasmaal riep Hij daarmee de herinnering op aan het bloed van het lam in de nacht van de uittocht uit Egypte. Zo duidde Jezus op de vooravond van zijn lijden zichzelf als het nieuwe Paaslam, dat met zijn eigen bloed mensen bevrijding van zonden zal brengen.

Wat Jezus bij het Laatste Avondmaal deelde met zijn leerlingen, was wat Hij daarna in zijn lijden en verrijzen bewerkte. De instelling van de Eucharistie liep sacramenteel vooruit op de gebeurtenissen van het paasmysterie. Voor ons die ná Christus’ lijden en verrijzen leven, is de Eucharistie een sacrament dat ons – over de grenzen van de tijd heen – in contact brengt met dit mysterie van zijn lijden, sterven en verrijzen. Het is meer dan een in-herinnering-roepen; de Eucharistie stelt het lijden en de dood van de Heer “opnieuw sacramenteel tegenwoordig.” Door de viering van de Eucharistie kunnen wij deel krijgen aan het offer van Christus, “alsof wij erbij waren geweest. Iedere gelovige kan aldus eraan deelnemen en er onuitputtelijk de vruchten van verkrijgen.”<sup>19</sup> “Door onze gemeenschap met de verrezen Christus worden wij één met Hem in zijn offer aan de Vader.”<sup>20</sup>

De Eucharistie werd voor het eerst gevierd “in de nacht waarin de Heer Jezus werd overgeleverd.” Door het sacrament zijn we bij de lijdende Heer. Zo confronteert de Eucharistie ons met duisternis en kwaad. Jezus’ gewelddadige dood confronteert ons met de leugen en de vernietigende kracht in mensen. Tegelijk ervaren we in zijn dood het mysterie van Gods liefde voor zijn vijanden en zijn bevrijdende bereidheid om de minste te worden en er te zijn voor allen. “De instelling van de Eucharistie laat inderdaad zien hoe de op zich gewelddadige en zinloze dood van Jezus is geworden tot de meest verheven daad van liefde en tot de definitieve bevrijding van de mensheid van het kwaad.”<sup>21</sup> Wie in het licht van Pasen leeft uit de Eucharistie, sluit de ogen niet voor haat, geweld, zonde en de dood. Integendeel, levend vanuit de overwinning van Christus zien we het kwaad in de wereld onder ogen, in het geloof dat Gods genade dit alles kan omvormen en veranderen.

Veel gelovigen die een dierbare ontvallen is, getuigen van dit geloof, omdat hun verdriet zich mengt met de verwachting van de verrijzenis. Op zeer bijzondere wijze getuigen de martelaren ervan dat God de duisterste krachten die in mensen kunnen huizen, zal overwinnen. Velen van hen mochten ervaren dat je met innerlijke rust je lijden tegemoet kan gaan, omdat je hoopt op God.

*Toen de zalige Titus Brandsma in 1942 gevangen zat in de gevangenis van Scheveningen vanwege zijn verzet tegen het nationaal socialisme, kon hij het*

<sup>19</sup> Paus Johannes Paulus II, Encycliek *Ecclesia de Eucharistia*, 11.

<sup>20</sup> R.-k. bisschoppen van Engeland, Wales, Ierland en Schotland, *One Bread One Body*, London/Dublin 1998, nr. 34.

<sup>21</sup> Benedictus XVI, *Sacramentum caritatis*, 10.



*lijden aanvaarden; hij wist dat dit de weg is naar Gods Rijk en hij door het lijden dat hem aangedaan werd, op Christus geleeke. Hij bad:*

*Blijf bij mij, bij mij, Jezus zoet,*

*Uw bijzijn maakt mij alles goed.<sup>22</sup>*

*Toch kwam later, ondanks dit geloof, zijn gevoel in opstand tegen het lijden, toen hij overgebracht was naar een gevangenis in Kleef en hij besepte dat hij vandaar naar een concentratiekamp afgevoerd zou worden. Toen voelde hij een sterke angst, waar hij geen raad mee wist. Maar uiteindelijk, in het vernietigingskamp van Dachau, werd hij gedragen door een diep geloof. Titus Brandsma putte daar ook veel kracht uit de Eucharistie. In het geheim werden hosties doorgegeven in het kamp. Op een avond moest Titus Brandsma voor het naar bed gaan voor controle langs de bewaker. Omdat zijn voeten niet schoon genoeg zouden zijn, sloeg de bewaker hem in elkaar en schopte en sloeg hem waar hij hem maar raken kon. Toen Titus eindelijk de slaapzaal wist te bereiken, wilde zijn ordegenoot, broeder Rafaël, hem troosten. Maar Titus keek Rafaël glimlachend aan en wees naar de brillenkoker die hij al die tijd onder zijn arm gedrukt hield en fluisterde: "Och broerke, ik wist toch wie ik bij mij droeg." In de brillenkoker bevond zich gewikkeld in een papiertje een hostie. Toen Rafael dat besepte, overviel hem een grote eerbied. Fluisterend aanbaden ze samen God. Tenslotte gaf Titus de zegen met het Allerheiligste in de oude brillenkoker.<sup>23</sup>*

## **Door de Eucharistie bouwt Christus de Kerk op**

Toen Jezus de Eucharistie aan zijn leerlingen toevertrouwde, werd de Kerk geboren. De gemeenschap van leerlingen die Jezus rond zich verzameld had, maakte Hij door de instelling van de Eucharistie tot een sacramentele gemeenschap. Hij gaf zijn leerlingen een geschenk waarin Hij Zichzelf aan hen toevertrouwde. Zo gaf Hij hen een nieuwe vorm van gemeenschap met God: de sacramentele gemeenschap met Christus, die zo diep gaat dat Christus in ons komt en wij in Christus zijn.

Deze nieuwe vorm van gemeenschap tussen God en mensen noemde Jezus het "Nieuwe Verbond."<sup>24</sup> Zoals God ooit het volk Israël uit de slavernij bevrijd had, op de Sinaï een verbond met hen gesloten had en hen de Thora, zijn heilige leefregels, gegeven had, opdat zij als een nieuw priesterlijk volk in vrijheid en met toewijding Hem zou kunnen dienen, zo legde Jezus door zijn woorden en handelingen bij het Laatste Avondmaal de grondslag voor een nieuwe Messiaanse gemeenschap, die bedoeld is voor de gehele mensheid. Wat is kenmerkend voor dit volk van het Nieuwe Verbond?<sup>25</sup> De bijzondere eenheid met Christus. Christus verzamelt alle volken en brengt ze tot een omvattende gemeenschap met Hem.

Vanaf de Apostelen tot het einde der tijden groeit de Kerk door de Eucharistie. De Eucharistie is het sacrament van de eenwording, zoals de apostel Paulus ons leert; het maakt ons gelovigen één met Christus en met elkaar; samen vormen wij met Christus één lichaam:

<sup>22</sup> Slot van zijn gedicht 'O, Jezus als ik U aanschouw'.

<sup>23</sup> Constant Dölle, *De weg van Titus Brandsma. Biografie van een martelaar*, Baarn/Gent 2000, p.148-149.

<sup>24</sup> "Deze beker is het nieuwe verbond in mijn Bloed, dat voor u vergoten wordt." Lucas 22,19-20.

<sup>25</sup> Vgl. Paus Johannes Paulus II, Encycliek *Ecclesia de Eucharistia*, 21.

“Maakt het brood dat wij breken, ons niet één met het lichaam van Christus? Omdat het één brood is, zijn wij, hoewel met velen, één lichaam, want wij hebben allen deel aan dat ene brood.” (1 Kor. 10, 16-17)<sup>26</sup>

Zowel de gemeenschap van de Kerk als het eucharistisch brood worden dus in de bijbel “lichaam van Christus” genoemd. Dat is niet zomaar een mooie beeldspraak, maar duidt op wezenlijke eenheid: door beide gestalten is Christus nu in onze wereld aanwezig. Jezus gaf aan zijn leerlingen dus niet alleen de Eucharistie, maar Hij maakte hen ook tot zijn eigen Lichaam. De heilige Augustinus verwoordde treffend de eenheid van de beide gestalten van het Lichaam van Christus, toen hij tegen pasgedoopten die de Eucharistie zouden gaan ontvangen, zei: “Wees wat u ziet en ontvang wat u bent.” In een andere preek zei hij: “Als u waardig ontvangt, bent u zelf wat u ontvangen hebt.”<sup>27</sup>

“Als er iemand is, die in de eerste plaats behoefte heeft aan de Eucharistie, dan is het Christus zelf. De verrezen Christus heeft de behoefte om zich een lichaam te geven, zodat Hij zich vandaag kan openbaren aan de wereld en de eucharistische bijeenkomst is precies de plaats waar het Lichaam... zich belichaamt.”<sup>28</sup>

Het geschenk van de Heer is bedoeld om ons om te vormen tot mensen die leven als deel van het Lichaam van Christus. We hebben het nodig om “geheel omgesmolten te worden in de smeltkroes van de eenheid, de Eucharistie.”<sup>29</sup> Van groot belang voor onze deelname aan de Eucharistie is daarom een biddende aanwezigheid, een innerlijke instemming met wat er gebeurt en het verlangen er de werking van te ervaren. Bidden geeft ruimte aan het handelen van God. Biddend laten we ons meenemen door het handelen van God en gaan we een samenwerking met God aan die zich in heel ons leven ontvouwt.

“Het gaat er om dat uiteindelijk het onderscheid tussen het handelen van Christus en van ons opgeheven wordt. Dat er nog maar één handeling is, die tegelijk de zijne en de onze is – de onze doordat we met Hem ‘één lichaam en één geest’ geworden zijn. Het unieke van de eucharistische liturgie bestaat juist daarin, dat God zelf handelt en dat wij in dit handelen van God binnetrokken worden.”<sup>30</sup>

Door de Eucharistie toe te vertrouwen aan zijn twaalf apostelen maakte Jezus hen tot priesters. De apostelen kregen niet alleen de opdracht om de Heer te gedenken, maar tegelijk ook de mogelijkheid om Christus en zijn offer present te stellen. Het wonderlijke van dit dienstwerk van de apostelen en van elke bisschop en priester na hen, is dat in wat zij doen, Christus de eigenlijke handelende persoon is. Niemand kan immers zeggen: “Dit is mijn Lichaam” en daarmee bewerken dat Christus zelf aanwezig is, als Christus zelf er niet voor zou zorgen dat deze woorden in vereniging met Hem gezegd worden. Daarvoor gebruikt de Kerk de uitdrukking ‘*in persona Christi*’; daarmee wordt “die heel speciale, sacramentele vereenzelviging met de ‘hogepriester in eeuwigheid’” aangeduid waardoor de priester tot middel wordt en Christus “zelf de eigenlijke bewerker en de handelende hoofdpersoon is bij dit, zijn offer.”<sup>31</sup> Zo kan de priester “met de macht die tot hem komt van Christus in het Cenakel”, zeggen: “Dit is mijn Lichaam, dat voor u zal worden overgeleverd... dit is de beker van mijn Bloed, dat voor u zal worden vergoten...” “De priester zegt deze woorden, of liever *hij stelt zijn stem ter beschikking van Hem die deze woorden sprak in de Bovenzaal* en die

26 Vgl. Rom.12,5; 1 Kor.12, 12.27; Efeze 3,6 & 4,12 & 5,23.29; Kol. 1,24 & 3,15.

27 Augustinus, *Sermo 272, Sermo 227,1*: PL 38, 1099.

28 Jean Pierre kardinaal Ricard, *L'Eucharistie, défi et grâce pour une société sécularisée*, lezing St.-Félix, Québec, 21-6-2008.

29 Henri de Lubac, *Méditation sur l'Église*, Paris 1952; vert.: *Bruiloft van het Lam*, Bilthoven/Antwerpen 1955, p.82.

30 Joseph Kardinal Ratzinger, *Der Geist der Liturgie. Eine Einführung*, Freiburg 2000, p.149-150.

31 Paus Johannes Paulus II, Encycliek *Ecclesia de Eucharistia*, 29.

wil dat zij worden herhaald in elke generatie door allen die in de Kerk door hun wijding deel hebben aan zijn priesterschap.”<sup>32</sup> Zo is de priester tegelijk iemand die grootse dingen mag doen in de naam van de Heer en een “dienaar” die “zich voortdurend moet inspannen een teken te zijn dat als gewillig werktuig in de handen van Christus naar Hem verwijst.”<sup>33</sup>

### **“Hoopvol wachtend op de komst van Jezus, Messias, uw Zoon”**

De Maaltijd van de Heer vieren we in het perspectief van het nieuwe leven en het Koninkrijk Gods. De Eucharistie is “onderpand van de toekomstige heerlijkheid.”<sup>34</sup> De Maaltijd van de Heer is een teken van die gemeenschap tussen God en mensen die er eens ten volle zal komen. Jezus heeft het Rijk Gods meermaals vergeleken met een maaltijd, bijvoorbeeld in de gelijkenis van het bruiloftsfeest, waarbij de genodigden niet wilden komen, maar de koning zijn dienaren de opdracht gaf om iedereen uit te nodigen die ze maar tegenkwamen, slechten en goeden, zodat de bruiloftszaal toch vol met gasten was (Mt. 22,1-14). De profeet Jesaja wist al van een feestmaal met uitgelezen gerechten en belegen wijnen, dat de Heer van de machten voor alle volken zal aanrichten, als Hij de sluier die alle naties bedekt, zal wegnemen, de dood zal vernietigen en de tranen van alle gezichten zal afvegen (Jes. 25,6-8). Ook in het laatste bijbelboek horen we van het “bruiloftsmaal van het Lam” (Apok. 19,9). Een grote menigte in de hemel prijst God:

“Alleluja! De Heer onze God, de Albeheerser, heeft zijn koningschap aanvaard. Laat ons blij zijn en juichen en Hem de eer geven: de tijd is gekomen voor de bruiloft van het Lam, zijn bruid heeft zich al klaargemaakt.” (Apok. 19,6-7)

Als wij Eucharistie vieren “totdat Hij komt”, dan doen we dat als bruid die leeft in de verwachting van de bruiloft van het Lam. De Eucharistie biedt ons een voorsmaak van dat bruiloftsmaal. We sluiten ons aan bij de hemelse menigte die de Heer prijst. “De eucharistie is werkelijk een opening van de hemel die zich over de wereld spreidt. Ze is een straal van de heerlijkheid van het hemelse Jeruzalem, die de wolken van onze geschiedenis doorbreekt en die met zijn licht onze weg beschijnt.”<sup>35</sup> Temidden van de ongerijmdheden van onze wereld laat de Eucharistie ons iets proeven van het eeuwige geluk dat alleen God kan schenken; zo geeft dit sacrament voeding aan de hoop. Wij mogen nu al leven in het perspectief van het verrezen leven.<sup>36</sup>

---

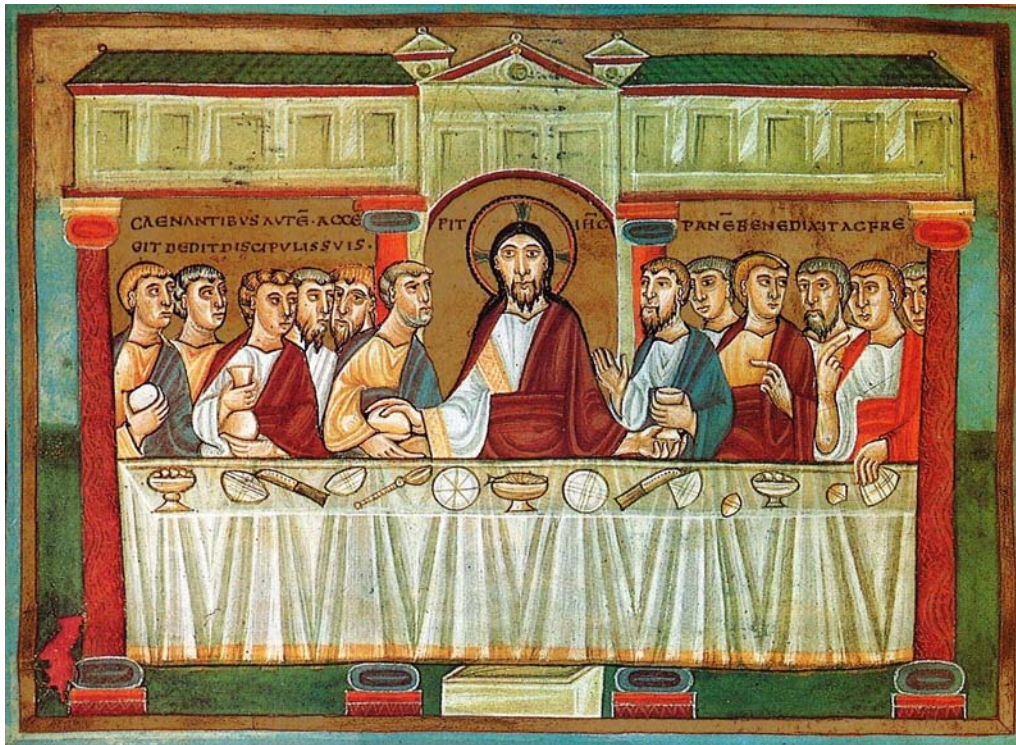
32 Paus Johannes Paulus II, Encycliek *Ecclesia de Eucharistia*, 5.

33 Paus Benedictus XVI, *Sacramentum Caritatis* 23.

34 Magnificat-antifoon van de 2<sup>de</sup> vespers van het Hoogfeest van Sacramentsdag.

35 Paus Johannes Paulus II, Encycliek *Ecclesia de Eucharistia*, 19.

36 Vgl. paus Benedictus XVI, *Sacramentum Caritatis*, 30.



Miniatuur 'Het Laatste Avondmaal' uit het Evangelarium van Hendrik III, ca. 1045, in het Escorial te Madrid.

## II. Hoe vieren we de Eucharistie?

Vijftig jaar geleden wilde het Tweede Vaticaans Concilie (1962-1965) de 'actieve deelname' van alle gelovigen aan de Eucharistie bevorderen. De concilievaders riepen de gelovigen op om de Eucharistie niet bij te wonen "als buitenstaanders of zwijgende toeschouwers" maar "bewust, met godsvrucht en actief aan de heilige handeling deel te nemen."<sup>37</sup> Die oproep blijft actueel.

'Actieve deelname' is meer dan het zingen, staan en knielen en het beamen van gebeden; het gaat ook om een diep besef van het mysterie dat gevierd wordt en van de relatie die dit heeft met het dagelijks leven. Het is zeer waardevol als iemand bijvoorbeeld als zanger of als lector, als acoliet of als koster bijdraagt aan de viering van de Eucharistie. Maar ook kan iemand actief deelnemen zonder zo'n bijzondere liturgische dienst uit te oefenen.

Een authentieke deelname aan de Eucharistie vraagt om persoonlijke voorbereiding. Vóór de viering van de Eucharistie denk je eerst na over je eigen leven en stel je je vragen als: "Wat vraagt God van mij? Heb ik daarnaar geleefd? Besef ik wat God mij geeft?" Als je verlangt om je band met Christus te versterken en bereid bent tot verbetering van gewoontes en Christus wilt dienen in je dagelijks leven, dan staan je open voor gemeenschap met de Heer. Als we beseffen dat we de goede God mogen ontmoeten in de Eucharistie, vervult ons dat met ontzag en verlangen en zijn we innerlijk op God gericht.

De uiterlijke vormen van de liturgie willen ons helpen om ons innerlijk meer open te stellen. In de viering zijn er verschillende rituelen van voorbereiding, zoals de reeds genoemde begroeting van het altaar, de schuldbelijdenis, korte momenten van stil gebed en de inleidende dialogen voor het evangelie en het eucharistisch gebed. Zulke rituelen richten onze aandacht op

<sup>37</sup> Constitutie *Sacrosanctum Concilium*, 48.

wat de Heer ons geven wil. Voor het Evangelie bijvoorbeeld maken we een bijzonder gebaar: we tekenen drie kruisjes, op ons voorhoofd, op onze mond en op onze borst. Het is een woordloos gebed: dat het Evangelie door mag dringen in ons denken, in ons spreken en in ons diepste innerlijk. Zo stellen we ons open voor Christus.

Een respectvolle omgang met de liturgische teksten en handelingen die het Romeins Missaal ons aanbiedt, is van groot belang. Het zijn teksten met een grote geestelijke diepgang en een eeuwenlange wordingsgeschiedenis. De liturgie nodigt ons uit om ons innerlijk door deze teksten (en de daarbij behoren rituelen en gebaren) te laten meenemen. Nu eens zal het ene element in de teksten ons bijzonder aanspreken, dan weer een ander, al naar gelang wat op dat moment in onze beleving resoneert. Slechts langzaam kunnen we heel de innerlijke rijkdom van deze teksten gaan aanvoelen en begrijpen.

Een diepere beleving van de Eucharistie vraagt om verdieping van ons geloof. Geloofsgesprek en catechese zijn daarbij belangrijke middelen. In het gesprek met medegelovigen ontdekken we hoe zij in hun leven iets weerspiegelen van het mysterie van Christus en hoe zij zich verenigen met zijn liefde en zijn offer; dat stimuleert ons in onze band met Christus en in het leven uit zijn liefde. Catechese kan ons helpen om de band tussen de liturgie en de heilsgebeurtenissen uit het Oude Testament en uit het leven van Jezus en van de Kerk dieper te verstaan. De catechese doet ons ook beseffen dat door het vieren van de heilige geloofsmysterieën ons eigen leven omgevormd wordt.

In veel parochiekerken kan de Eucharistie helaas niet meer elke zondag gevierd worden. Dat maakt het moeilijker om de rijkdom van de Eucharistie te ontdekken. Bij gebrek aan priesters zijn woord- en communievieringen gangbaar. Hoewel het ontvangen van de communie buiten de viering van de Eucharistie van grote waarde is – veel zieken maar ook gevangenen zijn aangewezen op de uitreiking van de heilige communie buiten de Eucharistie – toch is het een groot gemis als gelovigen niet regelmatig de gebeden van de Eucharistie kunnen meebidden. Belangrijke dimensies, die in deze gebeden verwoord worden, zoals het offer en de dankzegging en ook het gebed om de heilige Geest en de verwachting van het Rijk van God, treden daarmee op de achtergrond.

### **III. Hoe leven we met en uit de Eucharistie?**

De Eucharistie kan een grote betekenis hebben voor ons leven. De zalige Moeder Teresa zei:  
“Ons leven moet rond de eucharistie geweven worden ... richt je ogen op Hem die het Licht is, breng je hart dicht bij zijn goddelijk Hart, vraag Hem dat Hij je de genade geeft dat je Hem kent, de liefde om Hem lief te hebben, de moed om Hem te dienen. Zoek Hem vurig.”

#### **Dankbaarheid**

De dankbaarheid die we in de Eucharistie tot uitdrukking brengen, staat niet op zichzelf, maar ze mag ons hele leven doortrekken en dragen. “Zegt altijd voor alles dank aan God,” raadt de apostel Paulus ons aan (Ef. 5,20). Dankbaarheid is het besef dat wij ons leven niet in de hand hebben, maar dat veel goeds ons zomaar geschonken wordt.

“Van de moederschoot af was ik veilig bij U.  
Gij, mijn helper sinds ze mij droeg.  
En voor U was immer mijn loflied.” (Ps. 71,6)

Als wij leven in vertrouwen op God, en al te grote zorg om onszelf leren loslaten, dan kan de dankbaarheid in ons opbloeien. In de viering van de Eucharistie danken we God voor de vriendschap die Hij ons schenkt en voor de zorg die Hij aan ons besteedt.

Drie evangelisten<sup>38</sup> verhalen van een vrouw die in Bethanië een flesje met kostbare balsem uitgoot over het hoofd respectievelijk de voeten van Jezus. Jezus' leerlingen en in het bijzonder Judas vonden dit verspilling: het geld had beter aan de armen besteed kunnen worden. Maar Jezus oordeelde anders; aan de plicht om de armen te dienen deed hij niets af, maar Hij waardeerde deze zalving als een eerbetoon aan zijn lichaam met het oog op zijn begrafenis. Bij de evangelist Johannes lezen we: de geur van de olie trok door het hele huis. Dat is niet zomaar een sfeervol detail, maar een suggestie hoe de Kerk kan zijn: door dit gebaar van vrijgevigheid en ruimhartigheid moet heel de sfeer in de Kerk bepaald worden. Toen kardinaal Meisner, de aartsbisschop van Keulen, zijn kostbare bisschopsring schonk aan Moeder Teresa, zei ze: "De steen van de ring krijgt de Heer in een monstrans. Want wanneer de Heer te kort komt, verhongeren de kinderen."<sup>39</sup> Voor de Heer mogen we het beste overhebben en met dezelfde vrijgevigheid en ruimhartigheid mogen we de armen dienen. Zoals de vrouw in Betanië veel overhad voor het lichaam van de Heer, zo mogen wij vol liefde zorg dragen voor de schoonheid van de kerk en de viering, omdat de Heer daarin aanwezig is. Deze liefde voor de Heer heeft in de loop der eeuwen geleid tot een grote rijkdom aan kerkarchitectuur, vormgeving van tabernakels en altaren, religieuze muziek, beeldhouwkunst en schilderkunst. De schoonheid van deze kunst is een dienst aan het geloof. Ook in onze tijd, waarin veel kerkgemeenschappen kleiner worden en geldgebrek veel parochies parten speelt, blijft dit belangrijk. Het gaat er om dat we tot uitdrukking brengen dat we het beste voor de Heer over hebben.

### **Christelijk leven als weg van bekering**

Authentieke deelname aan de Eucharistie en morele verandering hangen nauw samen. De gemeenschap met de Heer die ons in de Eucharistie geschonken wordt, is een kracht die ons dagelijkse leven kan veranderen.

“We geven God alles wat Hij eerst aan ons heeft gegeven, alles wat we zijn en hebben, en verenigen ons met Jezus zelf. Onze deelname aan de eucharistie zou ons tot offerbereide mensen moeten maken, die ons leven verheffen en geven, uit liefde voor God en elkaar, en alles wat we hebben en zijn, delen met hen die in nood verkeren.”<sup>40</sup>

Wie de kracht van Gods liefde in zich voelt en zich innerlijk aan Hem overgeeft, voelt het verlangen om met zijn hele bestaan een antwoord op deze liefde te geven.

“We kunnen de Eucharistie niet beleven, als we niet bezielde zijn van de geest, die Christus ertoe gebracht heeft zijn leven te geven voor de wereld ... Delend in de zelfgave van de Heer stellen wij ons in dienst van het Koninkrijk en verwezenlijken wij het woord van de apostel: ‘Ik leef niet meer, Christus leeft in mij.’”<sup>41</sup>

Door onze deelname aan de Eucharistie worden we wat we ontvangen. Als we gewoon voedsel eten, wordt het omgezet in de bestanddelen van ons lichaam. Bij de Eucharistie gebeurt het omgekeerde: wij worden omgezet in het voedsel dat we ontvangen, namelijk in Christus. Door het sacrament van de Eucharistie bewust en met een open hart te ontvangen

38 Mt. 26,6-13; Mk. 14,3-9; Joh. 12,1-8; vgl. Paus Johannes Paulus II, Encycliek *Ecclesia de Eucharistia*, 47.

39 Kardinaal Meisner, lezing over de encycliek *Ecclesia de Eucharistia*, te Echt (bisdom Roermond), 29-4-2004.

40 R.-k. bisschoppen van Engeland, Wales, Ierland en Schotland, *One Bread One Body*, London/Dublin 1998, nr.34.

41 Leefregel van de Religieuzen van het H. Sacrament, nr. 4.

worden we gelijkvormig aan Christus, dat wil zeggen, kunnen wij ook komen tot een gave van onszelf in liefde. We worden dan zelf door Christus Eucharistie.

Christus wil de dragende kracht in ons leven worden. Als we onze gerichtheid op Christus willen versterken, zijn het persoonlijk gebed, het lezen van de bijbel en het overdenken van ons handelen belangrijke middelen. Als we God en onze medemensen dienen, dan is de zondagse Eucharistie ingebed in het leven.

Voor de authentieke deelname aan de Eucharistie kan het zinvol zijn om eerst te biecht te gaan. In onze godsdienstige praktijk in Nederland is de biecht, het sacrament van boete en verzoening, een vergeten sacrament. Dat is echt jammer, want berouw voelen<sup>42</sup> en de vergeving van de Heer ontvangen, zetten je leven op een nieuw spoor. Het is bevrijdend en helend. Als we te biecht gaan voor we de communie ontvangen, zijn we innerlijk veel opener om Christus in ons te ontvangen.<sup>43</sup>

### **Naar de ander kijken vanuit het perspectief van Jezus**

“Eucharistische gemeenschap omvat de werkelijkheid van zowel bemind worden als ook anderen op hun beurt liefhebben. Eucharistie die zich niet vertaalt in concrete beoefening van de liefde is ten diepste onvolledig.”<sup>44</sup> De Eucharistie kan ons ertoe brengen om de medemens te zien zoals Christus die mens ziet. In het evangelie horen we vele malen dat Jezus een diep gevoel van medelijden heeft jegens de lijdenden en de zondaars. Jezus zet zich in om hen te brengen tot het ware leven. In iedere eucharistieviering ontvangen we de sacramentele tegenwoordigstelling van Jezus’ zelfgave voor ons en voor de hele wereld. “Tegelijk maakt Jezus ons in de Eucharistie tot getuige van Gods medelijden met iedere broeder en zuster. Zo ontstaat in het vieren van het eucharistisch mysterie de dienst van de naastenliefde, die erin bestaat ‘dat ik ook de medemens die ik vooralsnog helemaal niet mag of zelfs niet ken, vanuit God liefheb.’ ‘Dan leer ik die ander niet meer alleen met mijn ogen en gevoelens te bekijken, maar vanuit het perspectief van Jezus Christus.’”<sup>45</sup>

Heiligen als Augustinus en Johannes Chrysostomus<sup>46</sup> hebben er op gewezen dat Christus in zijn liefde zich identificeert met de mensen die lijden:

“Wil je het lichaam van de Heer eren? Veracht Hem dan niet wanneer Hij naakt is. Eer Hem niet hier in het heiligdom met zijden stoffen, om Hem dan buiten te verachten waar Hij kou lijdt en gebrek aan kleren. Hij die gezegd heeft: ‘Dit is mijn lichaam’, is dezelfde die gezegd heeft: ‘Jullie hebben mij hongerig gezien en niets te eten gegeven’ en ‘Wat je de minste van mijn broeders hebt gedaan, heb je mij gedaan.’”<sup>47</sup>

In onze tijd heeft de zalige Moeder Teresa vaak op hetzelfde gewezen: “De eucharistie en de armen zijn voor mij en mijn liefde één.” Daarom begon Moeder Teresa iedere dag met de deelname aan de Heilige Mis om 6.00 uur.

“De mis is het geestelijk voedsel dat mij in stand houdt. Ik zou het geen dag of geen uur van mijn leven kunnen missen. In de eucharistie zie ik Christus in de gedaante van

42 In de biecht belijden we de daden en omissies waardoor we de liefde tot God of de liefde tot de naaste geschaad hebben.

43 Het is zeer waardevol dat kinderen voor ze de eerste communie ontvangen, in het traject van voorbereiding ook te biecht gaan. Zo leren kinderen ook hoe sterk de band tussen het dagelijkse leven en de gemeenschap met de Heer is.

44 Benedictus XVI, Encycliek *Deus caritas est*, 14.

45 Paus Benedictus XVI, *Sacramentum Caritatis*, 88 en Encycliek *Deus caritas est*, 18.

46 Ca. 345-407. In Antiochië in het huidige Turkije geboren en na een periode als kluizenaar aldaar in 386 priester gewijd; van 398 tot 403 aartsbisschop van Constantinopel.

47 Johannes Chrysostomus, *Homilie over het Evangelie van Matteus*, 50,3-4, in PG 58,508-509.

brood. In de sloppen zie ik Christus in de meelijwekkende gedaante van de armen – in de geknakte lichamen, de kinderen, de stervenden.”<sup>48</sup>

Ook pater Damiaan de Veuster die vrijwillig als priester werkzaam was in de melaatsenkolonie op Molokaï, één van de Hawaï eilanden, in een tijd dat er nog geen medicijnen tegen lepra bestonden, vond de kracht voor zijn dienst aan de melaatsen in de Eucharistie:

“De Heilige Eucharistie is werkelijk een stimulans voor ons allemaal. Zonder de voortdurende aanwezigheid van onze Goddelijke Meester bij het altaar van mijn armzalige kapelletje, had ik mijn leven niet op het spel kunnen blijven zetten bij de melaatsen op Molokaï.”

Dat de Eucharistie ons stelt voor verplichtingen jegens de armen en noodlijdenden in onze samenleving dichtbij en ver weg, wordt in de parochies van ons aartsbisdom onderkend overal waar een vruchtbare wisselwerking plaatsvindt tussen de viering van de Eucharistie en concrete activiteiten op het terrein van caritas en diaconie. In kracht van de Eucharistie worden velen bezielde in hun inzet voor de ander. Het is verheugend om te zien hoe op tal van manieren, bijvoorbeeld door deelname aan de Vastenactie in de Veertigdagentijd en door het houden van bijzondere collectes voor diaconale doelen, gelovigen metterdaad omzien naar hun naasten. Ook in de eucharistische centra die ons aartsbisdom inmiddels kent, behoeft het uitdrukking geven aan het diaconale gezicht van onze geloofsgemeenschap onze zorg, aandacht en creativiteit.

## Gemeenschap

De Eucharistie sticht en versterkt tussen de gelovigen een bijzondere gemeenschap: wie samen vervuld worden van de aanwezigheid van God krijgen een bijzondere band met elkaar. Levend vanuit de Eucharistie zijn wij geen gelovige individuen, maar leden van de gemeenschap van de Kerk, de Kerk op aarde en in de hemel. Op vele momenten brengt de eucharistische liturgie deze gemeenschap tot uitdrukking. In de schuldbelijdenis erkennen wij als gelovigen tegenover elkaar, dat wij gezondigd hebben en vragen wij elkaar om voor elkaar te bidden.<sup>49</sup> En als we het Onze Vader bidden, dan vraagt het gebed ons dat we elkaar vergeven.<sup>50</sup> In de voorbede bidden we onder meer voor alle gelovigen. In het eucharistisch gebed bidden we samen met de heiligen,<sup>51</sup> bevelen we onze medegelovigen aan gene zijde van de dood bij God aan<sup>52</sup> en bidden we voor de gemeenschap van de Kerk:

“Houd ons allen bijeen in één gemeenschap van geest en hart, samen met onze paus Benedictus en onze bisschop Willem en Theodorus en Hermanus, onze hulpbisschoppen.”<sup>53</sup>

Omdat wij behoren bij de gemeenschap van het Lichaam van Christus zijn wij verantwoordelijk voor elkaar en zijn wij geroepen om meer eenheid en gemeenschap te

48 Raghu Rai en Navin Chawla, *Moeder Teresa. haar leven in werk woord en beeld*, Utrecht 1997, p.93.

49 “Ik belijd voor de almachtige God, en voor u allen, dat ik gezondigd heb ... Daarom smeek ik de heilige Maria, altijd maagd, alle engelen en heiligen, en u, broeders en zusters, voor mij te bidden tot de Heer, onze God.”

50 “Vergeef ons onze schuld, zoals ook wij aan anderen hun schuld vergeven.”

51 “Zo bidden wij U met Maria, altijd Maagd (...), met de heilige Jozef en met uw Apostelen en Bloedgetuigen Petrus, Paulus, Andreas, (...) en met al uw Heiligen. Om hunnentwil en op hun voorspraak vragen wij: wees onze toevlucht, waar wij ook gaan, wees onze kracht.” Eucharistisch gebed I, versie A.

52 “Gedenk ook onze broeders en zusters die reeds ontslapen zijn in de hoop der verrijzenis, ja, alle gestorvenen dragen wij op aan uw zorg. Neem hen aan en laat hen verschijnen in het licht van uw gelaat.” Eucharistisch gebed II.

53 Eucharistisch gebed VII.



brengen in onze wereld. Hulp aan medegelovigen in eigen omgeving en in andere landen hoort daarom bij het Kerk-zijn.

Een sacrament van gemeenschap dat op een bijzondere wijze met de Eucharistie verbonden is, is het huwelijk. De apostel Paulus leert ons dat de huwelijksband een sacramentele afspiegeling is van de eenheid tussen Christus en zijn Kerk (vgl. Ef. 5,31-32). Als gehuwden de band tussen beide sacramenten beseffen, kan dat de beleving van deze sacramenten versterken. In onze tijd waarin het velen zwaar valt de huwelijksband te bewaren, ligt hier een bijzondere opdracht voor alle gelovigen om waar nodig de gehuwden bij te staan.

## **Vrede**

De Eucharistie is een “sacrament van vrede.”<sup>54</sup> Christus wil de volkeren met elkaar verzoenen; van Hem verwachten we de vrede. Op bijzondere wijze komt dit tot uitdrukking in het gebed om vrede en de vredegroet. Deze laten ons iets ervaren van de vrede van Christus. Wij kunnen de vrede met Christus pas goed ervaren als we die vrede met onze medegelovigen beleven. Daarom wensen wij elkaar de vrede van Christus. Van oudsher ging dit gepaard met een “heilige kus” (Rom. 16,16; 1 Kor. 16,20; 2 Kor. 13,12). Wij geven elkaar veelal een hand. Welk gebaar we ook gebruiken, in de woorden en het gebaar komt tot uitdrukking dat onze gemeenschap met Christus de bron van onderlinge gemeenschap is.<sup>55</sup> Levend vanuit de Eucharistie zijn wij geroepen om ons in te zetten voor de vrede door te bidden om vrede, door zelf vrede-stichters te zijn en door ons samen in te zetten voor vrede in de wereld.

## **De zondag**

Vanaf de tijd van de apostelen is de zondag de dag van de verrijzenis van de Heer en viert de Kerk dan de Eucharistie. In de eerste eeuwen was de zondag geen maatschappelijk erkende vrije dag, maar de christenen uit een stad en het omliggende land kwamen op die dag op één plaats bij elkaar, zo vertelt ons de heilige Justinus aan het begin van de 2<sup>de</sup> eeuw. Aan het samenkomen op zondag kon je christenen herkennen. Waarom deden ze dat? Omdat ze ervan overtuigd waren dat ze in de Eucharistie Christus die verrezen is en leeft, konden ontmoeten. Later hebben christenen, mede op grond van de betekenis van de sabbat, de zondag gemaakt tot een dag, waarop men vrij is van dagelijkse beslommeringen. Deze rustdag is waardevol omdat ze laat ervaren dat “het werk er is voor de mens en de mens niet voor het werk.”<sup>56</sup> Het is een feestdag, de Dag des Heren, die ritme geeft aan de tijd en ruimte biedt om gemeenschap te beleven. Ook door niet-gelovigen in onze tijd wordt de zondag vaak gewaardeerd als rustdag.

Maar voor ons gelovigen is het van belang de zondag te herontdekken als dag van de verrijzenis van Christus. Op deze dag ervaren wij de aanwezigheid van de Verrezen Christus onder ons. Het is een dag van vreugde, een klein Pasen. De gemeenschap met Christus en de menselijke ontmoetingen en de vriendschap die we op deze dag ervaren, vervullen ons met

---

54 Vgl. Benedictus XVI, *Sacramentum Caritatis*, 49.

55 Vgl. Benedictus XVI, *Sacramentum Caritatis*, 49.

56 Paus Benedictus XVI, *Sacramentum Caritatis*, 74.

vreugde en hoop. Hierin licht iets op van de goddelijke vreugde die Christus zijn leerlingen wil geven (Joh. 15,11) en weten we ons uitgenodigd om de Heer na te volgen in zelfgave.<sup>57</sup>

## De aanbidding

De aanbidding van het heilig Sacrament buiten de viering van de Eucharistie is van bijzondere waarde. In het teken van het brood, de heilige Hostie, ter aanbidding geplaatst in een monstrans of bewaard in een ciborie, vonden vele heiligen hun kracht. Paus Johannes Paulus II heeft ervaren hoe mooi het is “om lang te blijven in geestelijk gesprek, in stille aanbidding, in een houding van liefde, vóór Christus die aanwezig is in het Allerheiligst Sacrament. Hoe dikwijls, dierbare broeders en zusters, heb ik dit ervaren, en heb ik hieruit kracht, troost en steun gevonden!”<sup>58</sup> Ook Moeder Teresa heeft vaak verteld hoe waardevol de aanbidding is:

“Om alleen te zijn met Jezus in aanbidding en innige vereniging met Hem is het grootste geschenk van de liefde, de tedere liefde van onze Vader in de hemel.”

Vaak heeft zij de aanbidding aan anderen aanbevolen. Zij was ervan overtuigd dat elke parochie vele uren zich moest bevinden “aan de voet van Jezus in het heilig Sacrament:”

“De tijd die u bij Jezus in het H. Sacrament doorbrengt is de beste tijd die u op aarde doorbrengt. Elk ogenblik bij Jezus doorgebracht verdiept uw eenheid met Hem, zal uw onsterfelijke ziel heerlijker en mooier maken in de hemel en zal bijdragen tot eeuwige vreugde op aarde.”



57 In zijn apostolische brief over de zondag *Dies Domini* (1998) onderscheidt paus Johannes Paulus II verschillende aspecten van de zondag: de zondag is de dag van de Schepper, de dag van Christus, de dag van de Kerk en de dag van de mens.

58 Paus Johannes Paulus II, Encycliek *Ecclesia de Eucharistia*, 25.

Soms wordt gezegd dat het eucharistisch brood niet is om naar te kijken, maar om te eten. De tegenstelling die op deze manier gemaakt wordt tussen de deelname aan de communie en de aanbidding is niet terecht. Want als je beseft dat Christus zelf aanwezig is in de Hostie, dan kun je niet anders dan Hem in de Hostie aanbidden. De heilige Augustinus heeft al gezegd: “Niemand eet dit vlees zonder het eerst te aanbidden ... wij zouden zondigen als we het niet eerst zouden aanbidden.”<sup>59</sup> In de aanbidding mogen we stilstaan bij de manier waarop Christus aanwezig wil zijn in deze wereld: Hij is er, zo kwetsbaar als brood, met de overgave van de liefde, in stilte.

*De zalige Charles de Foucauld<sup>60</sup> heeft in de aanbidding van het sacrament zijn basis gevonden. Lang was hij op zoek naar zijn levensdoel. Toen hij zijn geloof verloren had, koos hij voor een militaire carrière en was hij bekend als levensgenieter, maar ook geliefd als leider; later werd hij ontdekkingsreiziger die vermomd als jood waardevol geografisch onderzoek deed in de binnenlanden van Marokko. Na zijn bekering werd hij trappist, eerst in Frankrijk en later in Syrië, maar dat bleek toch niet zijn weg; vervolgens werkte hij een aantal jaren als knecht bij de Clarissen in Nazareth, waar hij zijn roeping ontdekte. Diep onder de indruk van de nederigheid van Jezus voelde hij zich geroepen tot een verborgen leven zoals Jezus dat in de jaren tot aan zijn openbare optreden in Nazareth beleefde. De Foucauld koos voor een grote eenvoud; hij wilde zich nergens op voor laten staan en wilde dicht bij de armen leven:*

*“Er is, geloof ik, geen woord uit het evangelie dat meer indruk op mij gemaakt heeft en mijn leven veranderd heeft dan dit: “Alles wat u gedaan hebt voor een van deze kleinen, hebt u voor Mij gedaan”. Als je beseft dat deze woorden die van de ongeschapen Waarheid zijn, woorden die uit de mond komen van Hem die gezegd heeft “Dit is mijn lichaam, dit is mijn bloed”, met hoeveel kracht wordt je er dan toe gebracht om Jezus te zoeken en te beminnen in de kleinen.”<sup>61</sup>*

*Vanaf 1901 leefde hij als kluizenaar in het zuiden van Algerije en vanaf 1907 temidden van de Touaregs. De navolging van Jezus' verborgen leven en de verborgen aanwezigheid van Jezus in de Hostie waren voor Charles de Foucauld nauw verbonden. Voor de aanbidding van het sacrament van de Eucharistie nam hij veel tijd. Het was de basis van zijn leven, iets dat voorrang had boven alle andere activiteiten. Hij wilde de Eucharistie brengen naar plaatsen waar zij het minst aanwezig was; hij dacht daarbij aan de Sahara. Hij was ervan overtuigd dat de aanwezigheid van de Heer in de Eucharistie alleen door zijn aanwezigheid een heiligende werking had op de mensen die in de nabijheid ervan leefden. In de eenzaamheid van de Sahara was hij met “zijn beste vriend” en “niets ontbrak hem.”*

*“Als je de heilige hostie ziet, wat zou je dan kunnen zeggen behalve dat de nacht van het leven zijn duisternis heeft verloren?”<sup>62</sup>*

59 Augustinus, *Enarrationes in Psalmos* 98,9: CCL XXXIX, 1385; geciteerd in: Benedictus XVI, *Sacramentum Caritatis*, 66.

60 Straatburg 1858- Tamanrasset 1916.

61 Mgr Jean-Claude Boulanger, *La Prière d'abandon*, France, 2010, p. 158.

62 Alain Vircondelet, *Charles de Foucauld, comme un agneau parmi des loups*, Monaco, 1997, p.303.

## IV. Enkele suggesties

### Verbind diaconale activiteiten met de viering van de Eucharistie

De PCI of een diaconale werkgroep neemt voor de vergadering deel aan de Eucharistie en brengt intenties in voor de voorbede. Ook een groep katholieke vrijwilligers in een hospice of bij een voedselbank kan samen deelnemen aan de Eucharistie en intenties voor de voorbede inbrengen.

### Catechetische bijeenkomst over de eucharistieviering

Veel parochianen vragen naar de betekenis van verschillende rituelen van de eucharistieviering. Organiseer een bijeenkomst over de betekenis van de verschillende delen van de eucharistieviering. Geef daarbij een rondleiding door de kerk en de sacristie en sluit af met een gebed bij het tabernakel.

### Gespreksgroep over de Eucharistie

Besprek deze pastorale brief in 4 bijeenkomsten. Begin met gelegenheid tot onderlinge ontmoeting. Laat daarna een van de bisschoppen, een lid van het pastoraal team of een docent theologie van de Faculteit Katholieke Theologie of Fontys een inleiding geven aan de hand van de pastorale brief. De inleider laat daarbij ook iets merken van de waarde die de Eucharistie in zijn/haar leven heeft. Dan volgt gesprek in kleine groepen. De avond wordt afgesloten met gebed; op de derde avond is er een half uur aanbidding.

De thema's van deze pastorale brief kunnen als volgt over de 4 bijeenkomsten verdeeld worden:

- *Bijeenkomst 1* over God die zich openbaart en over onze dankbaarheid en offerande. Daarbij past ook deel II van deze brief en de paragraaf over de dankbaarheid.
- *Bijeenkomst 2* over het Lichaam van Christus en over Christus' offer. Tevens spreken we over bekering en het zien van de ander vanuit het perspectief van Jezus en over de aanbidding.
- *Bijeenkomst 3* over de werking van de heilige Geest en de verwachting van het Rijk Gods. In verband daarmee komt de viering van de zondag ter sprake.
- *Bijeenkomst 4* over de Kerk die Christus opbouwt door de Eucharistie. Daarbij worden ook de thema's gemeenschap en vrede besproken.

### Tijd voor aanbidding

Tijdens de Wereldjongerendagen in Keulen en in Madrid toonden jongeren veel belangstelling voor de aanbidding. Deze herontdekking van de aanbidding heeft in verschillende delen van de wereld geleid tot nieuwe aandacht voor de aanbidding van het Heilig Sacrament.<sup>63</sup> Er zijn verschillende vormen van aanbidding, zoals het lof en de stille aanbidding, ingeleid door een lied of gebed en afgesloten met de zegen met het Allerheiligste. Ook kan een bijzondere gebedsavond georganiseerd worden waarvan de aanbidding een deel is.<sup>64</sup> Meerdere

---

63 Bijvoorbeeld de Nightfever in de Plechelmusbasiliek in Oldenzaal en het Festival van Aanbidding in het Aartsbisdom Mechelen-Brussel (10 dagen en nachten aanbidding afwisselend in verschillende parochiekerken en kloosters).

64 Zoals de NightFever in Oldenzaal.

parochies,<sup>65</sup> kloostergemeenschappen<sup>66</sup> en gebedsgroepen<sup>67</sup> in ons aartsbisdom hebben ervaring met regelmatige aanbidding.

### **Ontmoeting met medeparochianen uit verschillende culturen**

In onze parochies wonen katholieken die uit vele delen van de wereld afkomstig zijn. Op het hoogfeest van Pinksteren of op een andere geschikte zondag wordt een aantal parochianen met een buitenlandse achtergrond uitgenodigd om intenties voor de voorbede aan te reiken. Na de viering is er een maaltijd met gerechten uit verschillende landen en gelegenheid tot ontmoeting. Het gesprek wordt zo geleid dat verschillen in cultuur en in spiritualiteit verkend kunnen worden.

### **V. Slot**

In de Eucharistie ervaren we dat de Heer bij ons blijft. Met Hem zijn we onderweg totdat eens God alles in allen zal zijn.

Van harte wens en bid ik dat wij ons meer laten raken door de goedheid van de Heer die tot ons komt in het sacrament van de Eucharistie en dat wij meer en meer mogen ontdekken en ervaren dat de deelname aan het eucharistisch offer bron en hoogtepunt is van heel ons christelijk leven.<sup>68</sup> Behalve deze Veertigdagentijd biedt ook het komende Jaar van het Geloof<sup>69</sup> een goede gelegenheid om ons gelovig verstaan van de Eucharistie te verdiepen, zodat dit sacrament ons nog meer kan sterken om als christen te leven.

Laten we de Heer danken voor zijn blijvende aanwezigheid onder ons. Laten we Hem danken dat Hij ons in het sacrament van de Eucharistie wil voeden en heiligen, dat Hij ons wil laten delen in zijn zelfgave, dat Hij alle mensen één wil maken in geloof, één in onderlinge liefde en laten we Hem vragen dat Hij ons door dit sacrament herschept tot gelijkenis met Hem.

Aswoendag, 22 februari 2012

+ Willem Jacobus Kardinaal Eijk  
Aartsbisschop van Utrecht

Afbeelding voorzijde: mozaïek van het Laatste Avondmaal in de basiliek Sant' Apollinare Nuovo te Ravenna (Italië), 6<sup>de</sup> eeuw.

65 Bijvoorbeeld wekelijks op zaterdag zoals in de Utrechtse Catharinakathedraal (een uur voor de vespers), in de Martinuskerk in Arnhem (na de eucharistieviering van 12.00 uur) en in Ommen (een uur) of maandelijks zoals in de basiliek in Zwolle (een half uur op woensdag) en in de kerk van O.L.V. Tenhemelopneming in De Meern (een uur op vrijdag).

66 Dagelijkse aanbidding bij de broeders van Sint Jan in de Utrechtse Gerardus Majellakerk (zo-vr.: 18.00 – 19.00 en za.: 11.00 – 19.00 uur) en altijdurende aanbidding in de St. Ludgerus Aanbiddingskapel van het klooster Cenakel in Utrecht.

67 Bijvoorbeeld de Gebedsgroep voor priesterroepingen die in de kapel van het Ariënsinstituut komt bidden.

68 Tweede Vaticaans Concilie, Constituties *Sacrosanctum Concilium*, nr. 10 (4 dec.1963) en *Lumen Gentium*, nr. 11 (21 nov. 1964).

69 Paus Benedictus XVI heeft het Jaar van het Geloof uitgeroepen “om een vernieuwde impuls aan de missie van de Kerk” te geven. Het begint op 11 oktober 2012 en eindigt op 24 november 2013. Zie het pauselijke Motu Proprio *Porta Fidei* - Over het uitroepen van het ‘Jaar van het Geloof’ en de *Notitie met pastorale aanbevelingen voor het ‘Jaar van het Geloof’* van de Congregatie voor de Geloofsleer.