

WAAROM (NOG) DE ZONDAGSMIS?

Door Dr. D. van Havre, pr.

Het vieren van het eucharistisch offer op zondag is het centrum van het christelijk leven, omdat Christus er zelf in aanwezig is.

Op de vooravond van zijn kruisdood heeft Christus zijn eucharistisch offer ingesteld om zijn **reddingswerk te bestendigen**. In dit offer blijft Hij zich aanbieden aan de mensheid als bron van goddelijk leven: telkens wordt door de liturgische handeling Christus zelf aanwezig gesteld onder de gedaanten van brood en wijn. In de communie geeft Hij zich volledig om de mens te laten delen in zijn eigen leven.

Christus heeft aan zijn apostelen de opdracht gegeven: 'Blijft dit doen om Mij te gedenken'. Hij heeft het eucharistisch offer aan zijn Kerk toevertrouwd om de reddingskracht van zijn kruisoffer en verrijzenis altijd en overal aanwezig te stellen. De apostelen en hun opvolgers zijn steeds trouw gebleven aan deze opdracht, omdat zij het belang ervan goed inzagen. Steeds heeft de Kerk het eucharistisch offer als een **meesterwerk van God** beschouwd.

Het vieren van het eucharistisch offer is een zichtbaar teken, waarvan de volle betekenis slechts door het **geloof** kan gevat worden.

PAST DE ZONDAGSMIS NOG WEL BIJ DE HUIDIGE LEVENSWIJZE?¹

Het bijwonen van de zondagsmis is een toetssteen voor een volwaardig christelijk leven. Zij brengt de mens tot vervolmaking.

Nu is het in onze streken zo, dat de meerderheid van de gedoopten de Zondagsmis niet regelmatig bijwonen. De ouderen hebben 'afgehaakt', de jongeren hebben het nooit beleefd. De redenen, die men hiervoor gewoonlijk aanhaalt, zijn zeer gelijklopend. Men verwijst naar tijdsgebrek, verveling tijdens de Mis, grieven uit de jeugd, onwennigheid met de liturgie, of gewoonweg gebrek aan belangstelling. Eigenlijk ziet men het nut van de Zondagsmis niet goed in. Kortweg, het bijwonen van de Zondagsmis past niet meer bij de **gangbare levenswijze**.

Nochtans staat het vieren van het eucharistisch offer zo centraal in Christus' boodschap, dat zij het **hoogtepunt** is van het christelijk leven. Dit wordt in praktijk gebracht door het bijwonen van de zondagsmis. Een levenswijze, die niet meer verenigbaar is met de zondagsmis, sluit niet meer aan bij de blijde boodschap van Christus. Het belang van de

¹ Meer uitleg over de zondagsmis vindt men in: *Katechismus van de Katholieke Kerk*, nrs. 1322-1419, Johannes-Paulus II, *Apost. Br. Dies Domini*, Kard. Godfried Danneels, *Tot zondag? In de kerk!*

zondagsmis voor de mens dient daarom herontdekt te worden. Men vergeet zo vaak dat de godvergetenheid de mens in duisternis hult. Ongenoegen, stress, angst, ja zelfs wanhoop, zijn hieraan veelal niet vreemd.

Het **belang van de zondagsmis** komt aan het licht door voluit te geloven in de blijde boodschap van Christus. Hij stelde zijn eucharistisch offer in om de mens te vervolmaken naar zijn eigen volheid. Het bijwonen van de zondagsmis komt tot zijn volle recht in de mate dat men de zondag gaat beleven als de 'Dag des Heren': een dag om volwaardig mens te zijn volgens Gods bedoelingen.

IS DE ZONDAGSMIS NU ZO BELANGRIJK?

Het vieren van de zondagsmis is een bevestiging en een leerschool van een christelijke levenswijze.

Het eucharistisch offer is een leerschool van geloof en liefde, die weerstand opwekt. Het zaaide verdeeldheid zelfs ten tijde van Christus. Zijn kruisoffer en zijn eucharistisch offer zijn trouwens steeds **stenen des aanstoots** geweest.

Waarom? Omdat beide slechts kunnen aanvaard worden vanuit de **blijde boodschap van Christus**. Hierdoor nodigt God de mens uit tot een levensgemeenschap met Hem. Deze komt tot stand door het doopsel, ontplooit zich door de sacramenten en wordt hoofdzakelijk gevoed door de Eucharistie. Alles wat tot de menselijke natuur behoort, vindt zijn plaats in deze levensgemeenschap met God. Deze gemeenschap kan slechts door de zonde verzwakt of verbroken worden.

Deze band met God, zoals Christus die openbaart, staat centraal in **elke christelijke levenswijze**. De mens kan ze in volle vrijheid uitbouwen. Alles wat deze gemeenschap bevordert, komt de mens ten goede. Alles daarentegen wat deze gemeenschap verzwakt, schaadt de mens. Zo belicht en beschermt de christelijke boodschap de vrijheid en de waardigheid van elke mens.

In de zondagsmis komt deze levensgemeenschap **op zichtbare wijze** tot uiting. Ze komt er tot stand door de levende aanwezigheid van Christus in woord en brood².

² 'In het allerheiligste sacrament van de eucharistie zijn het lichaam en bloed van Onze Heer Jezus Christus samen met zijn ziel en zijn godheid, en bijgevolg *de gehele Christus, waarachtig, werkelijk en wezenlijk* tegenwoordig.' (Kat.Kath.Kerk, nr. 1374)

WAAROM TELKENS OP ZONDAG DE MIS BIJWONEN?

Door het bijwonen van de Mis wordt de zondag waarlijk de 'Dag des Heren', die een diepmenselijke levenswijze waarborgt.

Thans beleven velen de zondag zonder meer als een stuk week-end. Niettemin heeft de zondag, als 'Dag des Heren', een onvervangbare waarde. Hij beschermt de **ware identiteit van de mens**. De zondag verwijst naar de verrijzenis van Christus, die de nieuwe schepping inhuldigt. Hij is de eerste dag van de week, die bepalend is voor een christelijke levenswijze.

Het beleven van de zondag als de 'Dag des Heren' is bedoeld om **zichzelf terug te vinden** in rust en ontspanning. Dit effent de weg om de relatie tot God en de gezinsleden in waarheid en liefde te beleven. Zo bezorgt de zondag de nodige vrijheid om van het familiaal, maatschappelijk en cultureel leven te kunnen genieten. De 'Dag des Heren' wordt dan een dag van vreugde, gebed en naastenliefde, waarin men elke vaste bezigheid mijdt, die ontspanning, eredienst en dienstbaarheid kan hinderen.

De authentieke beleving van de 'Dag des Heren' laat ieder de vrijheid een **eigen levensstijl** uit te bouwen volgens zijn aard en inzicht. Elkeen kan hierbij verschillende accenten leggen, zoals de dienst aan zwakkeren en noodlijdenden, intensiever gezinsleven, aandacht voor stilte en meditatie, tijd voor cultuur of ontspanning.

De 'Dag des Heren' is bedoeld om zich te herbronnen. De **viering van de Eucharistie** is de inspiratiebron en de bekroning van de authentieke beleving van de 'Dag des Heren'. Zij geeft hem een diepmenselijk en feestelijk karakter.

WAT BRENGT DE ZONDAGSMIS EIGENLIJK BIJ?

De deelname aan de zondagsmis maakt de levensgemeenschap met God en de medemens steeds dieper en vollediger.

In het eucharistisch offer doet Christus alle mensen delen in de uitwerking van zijn kruisoffer, dat Hij eens voor altijd aan zijn Vader heeft aangeboden. Hierdoor leert de mens **met God de Vader om te gaan**, zoals Christus het deed: God als Vader te beminnen, in Hem te geloven en op Hem te vertrouwen. Op die wijze krijgt de levensgemeenschap met God een familiaal karakter.

Het eucharistisch offer leert de mens ook zijn **medemens te betrekken** in deze gemeenschap met God, zoals Christus het deed. God is Vader van alle mensen en Hij wil elkeen betrekken bij het kruisoffer van zijn Zoon. Zo geeft de gemeenschap met God ook een diepmenselijk karakter aan de omgang met de naaste. Zij geeft er een broederlijk karakter aan, die de mens aanzet tot solidariteit, vriendschap en apostolaat.

Door het eucharistisch offer wordt de levensgemeenschap met God ook vollediger. De mens leert er alles wat hij in zijn hart draagt **in harmonie te brengen** met deze gemeenschap. Zo ontstijgt hij zijn innerlijke verdeeldheid. Hij wordt steeds meer bewust van de waardigheid van elke persoon. Gebeurtenissen en bezigheden krijgen hun ware betekenis. Hij ontplooit zich naar het beeld van Christus, de volmaakte mens. Hierdoor kan de mens bereiken wat zijn eigen krachten te boven gaat en zijn diepste verlangens vervult.

HOE DE ZONDAGSMIS VIEREN?

Het eucharistisch offer dient een blijmoedig en feestelijk karakter te hebben.

Het vieren van de zondagsmis heeft veel weg van een vreugdevol **familiefeest**. De gelovigen delen immers in Gods eigen leven en de Kerk omschrijft zichzelf als de familie van Gods kinderen. Op de 'Dag des Heren' verzamelen zij zich eensgezind rond hun goddelijke Vader, die alle aandacht verdient. Om Hem te eren en in zijn gunsten te delen, sluiten allen zich aan bij het offer van Christus.

Op dit familiefeest verloopt de **ontmoeting met God** volgens een vaste ritus. Om de zondagsmis goed te vieren hoeft men zich slechts te laten leiden door deze ritus. Hij bevordert het spreken met God, hetzij in stilte, hetzij door het inwendig meebidden van de woorden, die de priester uitspreekt. De ritus zet ook aan tot luisteren, wanneer in de schriftlezingen God tot elkeen spreekt.

Deze viering wordt slechts een **levende ontmoeting met God** voor wie Hem hierbij zoekt. Dit doet men best door in te stemmen met alles wat de priester tot God zegt en in zijn naam doet. Hierdoor leert men oog te hebben voor Gods weldaden. Dit leidt op zijn beurt tot vertrouwen in Gods almacht en barmhartigheid. Wie zich op dergelijke wijze bij de woorden en de daden van de priester aansluit, krijgt ruim de gelegenheid om zijn liefde tot God uit te drukken. Zo wordt de ontmoeting met God tijdens de zondagsmis telkens opnieuw een belevenis: minnende harten letten op details en zijn vindingrijk.

HOE VERLOOPT DE ZONDAGSMIS?

De Mis bestaat uit vier delen: de openingsriten, de woorddienst, de eucharistische dienst en de slotritus.

1. De **openingsriten** spreken Gods barmhartigheid aan. Na de *begroeting* erkent men zijn *schuld* als zondaar. Hierop volgen een *lofzang* en een *smeekbede* tot God.

2. De **woorddienst** bestaat uit drie *Schriftlezingen*, afgewisseld met *tussenzangen*. Hierbij spreekt God tot zijn volk en leert het bidden. Daarna komt de *homilie*, een uitleg van Gods

woord, de *geloofsbelijdenis*, waarin elkeen zijn geloof uitdrukt, en de *voorbeden*, waardoor men de intenties van de Kerk aan God voorlegt.

3. De **eucharistische dienst** begint met de *bereiding van de offergaven*.

Brood en wijn worden aan God aangeboden. Hierdoor wordt uitgedrukt dat men Hem zichzelf en de schepping aanbiedt om opgenomen te worden in het offer van Christus.

Daarna komt het hoogtepunt van de viering: het *eucharistisch gebed*, een plechtig dankgebed voor het reddingswerk van Christus. Eerst verheerlijkt de priester God de Vader in naam van allen. Na het aanroepen van de H.Geest, spreekt hij de woorden van de *consecratie* uit. Hierdoor worden Christus' lichaam en bloed, onder de gedaanten van brood en wijn, en zijn offer sacramenteel tegenwoordig gesteld. Daarna gedenkt de priester de verheerlijking van Christus en bidt hij voor levenden en doden. Hij eindigt met een plechtige lofprijzing van de drie goddelijke Personen.

Hierop volgt de *communieritus*, die ingeleid wordt door het *Onze Vader*. Men smeekt God om zijn *vrede*, om deze daarna onderling te delen. Voor en na de communie bidt elkeen *in stilte*, uit dank voor deze grote gave. Ten slotte *dankt* de priester God voor de vruchten van deze viering.

4. De **slotritus** bestaat uit een (plechtige) *zegen*, die een aanzet is om te leven in overeenstemming met de Eucharistie.

PRAKTISCHE WENKEN

Tijdens de zondagsmis:

1. Let op wat je uitdrukt met woorden en gebaren in Gods aanwezigheid.
2. Neem één punt uit de schriftlezingen of de homilie om het te beleven.
3. Ga eens na of je wel beaamt wat je uitspreekt in de geloofsbelijdenis.
4. Laat de woorden van het eucharistisch gebed in je binnenste weerklinken.
5. Aanbid Christus, werkelijk aanwezig onder de gedaanten van brood en wijn.
6. Druk je verlangen uit de Heer te ontvangen, zoals zijn Moeder Hem ontving.

Algemeen:

7. Geef de voorkeur aan de zondagsmis in parochieverband, behalve wanneer dit om een of andere reden niet past.

8. Span je in elke zondag de Mis bij te wonen. Vergeet niet dat zij die dit willens en wetens verwaarlozen een zware zonde begaan.

9. Zo je voldoende mobiel bent, kan je je voor de zondagsmis verplaatsen, zoals je ook doet voor inkopen, ontspanning of familiebezoek.

10. Toon je eerbied voor de Heer door één uur 'nuchterheid' in acht te nemen alvorens te communiceren. Zo je je bewust bent van een zware zonde, zoek dan eerst verzoening in de persoonlijk biecht.

11. Kom tijdens de week terug op wat je beleefde tijdens de zondagsmis.

12. Zoek nu en dan gelegenheden voor een kort bezoek aan Christus, aanwezig in het H. Sacrament.