

## Dank je!

Geef eens vaker een bedankje.  
Een bedankje doet het goed.  
Want zo'n simpel 'dankjewel' zegt:  
'Ik waardeer wat jij daar doet.'  
Dankbaarheid maakt alles leuker  
en kan zo belangrijk zijn.  
Niet alleen voor de ontvanger,  
ook voor gevers is het fijn.

Want wie dankjewel kan zeggen,  
is bevoorrecht als persoon.  
Die vindt niets vanzelfsprekend,  
ook al lijkt het vaak gewoon.  
Dankbaar leven maakt gelukkig.  
Zelfs in deze rare tijd  
kun je goede dingen vinden,  
ook al zijn we best wat kwijt.

Want nog altijd gaat de zon op,  
maken mensen elkaar blij,  
ook al moet je afstand houden  
en al ben je minder vrij.  
En nog altijd is er eten,  
zorgen mensen voor elkaar.  
Iets om heel erg te waarderen,  
juist in dit corona-jaar.

*Greet Brokerhof-van der Waa*

Foto: © Mheim301165 | Dreamstime.com





# BEDANKT!

Uit onderzoek blijkt dat je vrolijker wordt als je dagelijks opschrijft waar je dankbaar voor bent. Dat hoeven geen grote dingen te zijn. Je kunt ook gewoon dankbaar zijn dat de zon schijnt. Zeker als het al een week geregend heeft. Maar ja, het is niet altijd makkelijk om dankbaar te zijn. In deze coronatijd zitten we met z'n allen vooral te balen van alles wat we níét mogen, en níét kunnen doen. Toch zijn er ook tijdens deze crisis lichtpuntjes. De natuur is ons dankbaar, want we stoten een hoop minder CO2 uit nu we thuis zitten. Mensen spreken ook hun waardering uit voor de 'vitale beroepen'. Nu blijkt maar weer eens zonder wie we echt niet kunnen. Hoe kunnen we die dankbaarheid uiten? Is het genoeg om 'Bedankt!' te zeggen?

## Bij de poster

Bekijk samen de poster.

De meeste mensen in Nederland hebben best veel. In elk geval genoeg. Maar een deel van de bevolking heeft te weinig en is arm. Het vreemde is, dat mensen die arm zijn soms zelfs dankbaarder zijn dan mensen die leven in overvloed.

- Bedenk samen waarvoor mensen die arm zijn toch dankbaar kunnen zijn.
- Hoe komt het dat mensen die veel hebben toch soms nog ontevreden zijn?

## WERELDRELIGIES

### Meer bewust ••

**Dankbaarheid maakt je meer bewust.** De bioloog Rupert Sheldrake is van mening dat we niet in een doelloos universum leven waarin alles wordt bepaald door wetten van blind toeval. In de ontwikkeling van de evolutie ziet hij diepe levenskrachten aan het werk. Door het besef van dankbaarheid, geven wij die levenskrachten de eer die hun toekomt. Zoals je je vader en moeder dankbaar bent voor het geschenk van het leven en voor de hele opvoeding, zo kun je dankbaar zijn voor de hele evolutie die jouw bestaan mogelijk heeft gemaakt. Door dankbaarheid treed je in een bewuste relatie met de gever: met je ouders, met de natuur, met de evolutie, met Wie er achter de evolutie zit. 'Bedankt!' kun je dus zowel zeggen tegen iemand die concreet iets voor je gedaan heeft, maar je kunt ook uit de grond van je hart 'Bedankt!' zeggen voor het universum dat ons 'God-zij-dank' heeft voortgebracht.

Bill Banning

- Kun je de evolutie dankbaar zijn voor je bestaan?
- Wat zou de schrijver bedoelen met: 'Door dankbaarheid treed je in een bewuste relatie met de gever.'?

## VERHAAL

### Vos en konijn •

**Een fabel: in plaats van dankbaarheid te tonen, wil vos zijn redder opvreten.**

Een vos zag een dode kip in een kist. Hij sprong erin, maar het was een val. Toen hij een konijn zag, riep hij om hulp. 'Ik ben niet gek,' zei het konijn. 'Dan eet je me op.' 'Nee, ik eet je niet op, ik beloof het.' Het konijn had medelijden en bevrijdde de vos. Die sprong op het konijn af en wilde hem opvreten. 'Is dat jouw dankbaarheid?' zei het konijn. 'Je had beloofd me niet op te eten.' 'Dankbaarheid is achterhaald,' zei de vos. 'Wie doet daar nu nog aan?' Daar kregen ze ruzie over.

Ze vroegen het drie dieren. Het oude paard en de oude herdershond vertelden dat ze op hun oude dag gewoon afgedankt waren. 'Nee, dankbaarheid bestaat niet meer,' was hun conclusie. Maar haas wilde precies weten hoe het was gegaan bij de redding van vos door konijn. 'Hoe ver was het konijn toen u riep?' 'Hoe lang had u werk om eruit te komen?' 'Tja, dat wist de vos allemaal niet meer.' 'Dan moeten we een reconstructie maken.' Dus gingen ze staan zoals eerst, met vos in de kist. Haas klapte het deksel dicht en zei: 'Dankbaarheid is er niet, maar jij zit weer in de val.' Hilda Algra  
Bron: Y. Poortinga, De ring van het licht (via beleven.org)

- Welke lessen vertelt deze fabel?

### Dankbaar? Schrijf het op! • Schrijf iedere dag op waar je dankbaar voor bent.

Uit onderzoek blijkt dat dankbare mensen gelukkiger zijn. Hoe kun je dan gelukkiger worden? Schrijf iedere dag op een briefje waar je dankbaar voor bent. Dat kan iets heel kleins zijn. Zelfs op dagen waarop alles tegenzit, is er altijd wel iets op te noemen. Stop die briefjes in een pot en maak die één keer per jaar open. Maxine Herinx

- Deel briefjes uit en laat leerlingen opschrijven waar ze dankbaar voor zijn.
- Wie wil hier een gewoonte van maken en dit een tijdje, of zelfs een jaar, proberen?

## SOAP • IN DE KLAS

### Uitdelen •

**Delen is een manier van 'dankjewel' zeggen.**

'Waar zal ik dit neerleggen?' vraagt Yunus. Hij draagt een grote tas met appels. 'Leg maar achter op de tafel,' zegt meneer Zijlstra. 'Bij de andere spullen.' Iedereen heeft wat meegenomen. Fruit en noten en Lara heeft koekjes gebakken. 'Wat goed dat jullie eraan gedacht hebben,' zegt meneer Zijlstra. 'En nu?' vraagt Yunus. 'Nu maken jullie die bakjes af,' zegt meneer Zijlstra. 'En ik verdeel dit in gelijke porties.' Na een poosje staan er tien versierde bakjes klaar. Ze zitten vol met lekkere dingen. 'Ik breng het bij mijn buurman,' zegt Yunus. 'Want die is oud en alleen.' 'Heel goed,' knikt meneer Zijlstra. 'De volgende les wil ik de foto's zien die jullie maken.' 'Ik hoop wel dat hij aardig is,' zegt Yunus. 'Ik ken hem eigenlijk niet.' 'Leg hem maar uit wat voor dag het vandaag is,' zegt meneer Zijlstra. 'En dat delen een manier van 'dankjewel' zeggen is.'

Hilde van Halm

Woensdag is het Dankdag voor Gewas en Arbeid.

## ACTUEEL



© Alexis Brown | Unsplash

### Complimenten •

**Het is leuk om een compliment te krijgen én te geven.**

'Mooie trui heb je aan!' of 'Wat ben jij goed in Engels!' Als iemand je zo'n compliment geeft, vind je dat vast leuk om te horen. Dit komt omdat door complimenten onze hersenen meer dopamine aanmaken. Dit is een stofje dat zorgt voor een positief gevoel.

Als je een complimentje krijgt, voel je je niet alleen vrolijk door dat stofje. Wat ook helpt, is dat iemand ziet wat je goed kan of doet. Hierdoor zal je nog vaker dit goeie gedrag willen laten zien.

Complimenten geven is óók goed voor je humeur. Als je de goeie dingen bij een ander ziet, ga je dit namelijk ook sneller bij jezelf zien. En als je iemand anders blij maakt, krijg je daar ook weer een goed gevoel van. Het is wel belangrijk dat een compliment altijd persoonlijk én eerlijk is.

Geef jij vaak complimentjes? In Nederland hebben we er zelfs een speciale dag voor: de Nationale Complimentendag (1 maart). De bedenker van deze dag vond dat we elkaar in Nederland veel te weinig complimenten geven. Daar wilde hij verandering in brengen. Kizzy Chin A Foeng

### Vragen voor in de klas

- Geef jij vaak complimentjes? Wat zeg je dan?
- Kun je de klasgenoot die naast je zit een compliment geven?
- Vind je het moeilijker: complimenten te geven en te krijgen?

### Toelichting voor de docent

- Bekijk de eerste 1'50 van deze video.
- Lees de tekst voor en bespreek de vragen met de klas.

[https://youtu.be/awaA\\_-W3Mb0](https://youtu.be/awaA_-W3Mb0)



## BIJBEL & WERELD

### Naar twee kanten •

**'Bedankt' zeggen werkt naar twee kanten goed**

Hanna, een vrouw uit de Bijbel, kon geen kinderen krijgen. En wat doe je dan, als je je alleen voelt met zo'n groot verdriet? Hanna zocht een hoekje in de tempel, en stortte in stilte haar hart uit voor God. Eli, de priester, vond het maar raar dat ze daar zo lang zat. Hij dacht dat ze dronken was. Ja, hoe erg kun je je vergissen? Maar toen Hanna hem vertelde wat er echt aan de hand was, maakte hij zijn fout goed. Hij troostte haar en zei dat God zeker naar haar zou luisteren. En dat hielp. 'Ik dank u voor uw vriendelijkheid,' zei Hanna, en ze ging terug naar haar familie. Haar gezicht was opgeklaard en ze at ook weer.

Wat een verschil. In plaats van diep verdriet voelde Hanna nu dankbaarheid. En ze kon weer verder. Maar ik weet zeker dat Eli ook blij was. 'Bedankt' zeggen werkt naar twee kanten. Als je je dankbaar voelt en dat hardop zegt, voel je weer dat het leven de moeite waard is. En tegelijk geef je die ander een cadeautje. Wow. Ze is mij dankbaar. Al maak ik vergissingen, ik kan een ander dus echt helpen, gewoon door vriendelijk te zijn.

We zijn door corona soms extra prikkelbaar. Misschien een goed idee om juist nu vaker hardop 'bedankt' te zeggen. Dat werkt.

Barbara de Beaufort | Bij: 1 Samuel 1:1-18

### Vragen •

- Wanneer heb jij voor het laatst iemand hardop bedankt?
- Wanneer heeft iemand jou voor het laatst bedankt en waarvoor?

### Vragen ••

- Waar krijg jij een dankbaar gevoel van?
- Heb je iemand anders weleens zien stralen van dankbaarheid? Wanneer?

God,  
dank u voor de mensen  
die je zichtbaar blij kunt maken  
met een simpel 'dankjewel'.

Dank u voor de mensen  
die ons verrassen met hun hulp  
zonder een bedankje te verwachten.

Dank u voor de mensen  
die het kunnen waarderen als je  
iets voor ze doet en die dat laten merken.

Dank u voor iedereen die snapt  
dat het leven leuker wordt  
als we elkaar wat meer bedanken.

## WERELD

### Je geld of je tijd? ••

**Je kunt een goed doel steunen met geld of met tijd.**

Deze week staan ze waarschijnlijk weer aan de deur: collectanten voor het goede doel. Door weer en wind proberen ze geld op te halen. Deze week is de collecte tegen Alzheimer aan de beurt. Door geld te geven steun je een goed doel. Daar mogen mensen je toch best dankbaar voor zijn?

Toch is niet elke manier om een goed doel te steunen even nuttig. De laatste jaren is bijvoorbeeld 'voluntourism' populair. Dit is vrijwilligerswerk gaan doen op reis. Mensen gaan dan bijvoorbeeld in een weeshuis werken in Afrika. Best een dure grap. Er moet een vliegticket worden gekocht. Er moet onderdak worden geregeld in een vreemd land. En de kinderen krijgen elke week weer nieuwe buitenlandse gezichten te zien. Daar krijgen ze soms juist meer problemen door. Dan kan je beter gewoon het geld geven aan een goed doel. Maar dat levert geen leuke ervaring op natuurlijk. Goede doelen hebben trouwens ook betrokken mensen nodig. De collectebussen gaan niet vanzelf langs de deuren.

Koen Füssenich

- Heb je weleens iets gedaan voor een goed doel? Wat dan?
- Ga je liever zelf met de collectebus rond, of stop je er liever geld in?
- Wat vind jij van vrijwilligerswerk-reizen?

## JONGEREN

### Andere kant •

**'Dankjewel' kun je ook negatief gebruiken.**

'Dankjewel' zeggen is meestal iets positiefs, maar dat hoeft niet altijd. Zo kun je ook tegen iemand zeggen: 'Dankjewel hè voor het verpesten van mijn project.' Laten we hopen dat 'dankjewel' zo veel mogelijk voor positieve dingen gebruikt zal worden! Jurjen, 20 jaar

- Heb je 'dankjewel' zelf weleens negatief gebruikt? Wat was de situatie?
- Welke zin zou beter zijn om in zo'n situatie te gebruiken?



© Chris Dorney | Dreamstime

**Stemmen maar!**

**Vandaag zijn de Amerikaanse presidentsverkiezingen.**

*Vandaag is het een belangrijke dag in de Verenigde Staten van Amerika. Vandaag wordt de nieuwe president gekozen – je hebt er vast al veel over gehoord. We doen even een quiz om te checken of je écht alles al weet, of dat je kennis nog wat bijgespijkerd moet worden.*

**Vragen voor in de klas**

1. Hoe heten de twee partijen die er in Amerika zijn?
2. Om welke twee presidentskandidaten gaat het vandaag?
3. Weet je ook wie hun 'running mates' zijn? Deze mensen worden eventueel vicepresident.
4. Wat is een vicepresident?

Antwoorden:

1. Democratische Partij en Republikeinse Partij
2. Joe Biden en Donald Trump
3. Kamala Harris en Mike Pence
4. De vicepresident is de eerste vervanger van de president. Mocht er iets met de president gebeuren, dan wordt de vicepresident de nieuwe president tot de volgende verkiezingen.

*Hilde van Halm*

**Toelichting voor de docent**

De invloed van de Amerikaanse politiek op ons dagelijks leven is groot. Daarom is het belangrijk om iets te weten van wat er vandaag in de VS gebeurt. Hoeveel weten leerlingen al?

- ▶ Stel de quizvragen.
- ▶ Leerlingen kunnen hun antwoorden opschrijven, of de vragen meteen klassikaal beantwoorden. Geef je les via het scherm? Laat leerlingen dan hun antwoord naar je whatsappen.
- ▶ Laat vervolgens het filmpje (5'13) zien. Hierin wordt uitgelegd hoe de verkiezingen verlopen.
- ▶ Bespreek de antwoorden.



Link: [https://youtu.be/XmRa\\_rLXEOK](https://youtu.be/XmRa_rLXEOK)

**Het zal je maar gebeuren • Zowel een circusdirecteur als Paulus is blij met de hulp.**

Circus Barani was in grote nood. Doordat de optredens niet door konden gaan, was er geen geld meer. Het personeel kon niet meer worden uitbetaald en er was te weinig eten om de dieren en de artiesten te voeden. In tranen vertelde de directeur dat hij niet meer wist hoe het nu verder moest. En op dat moment kwam er hulp. Iemand startte een inzamelingsactie. Er werd ruim € 12.000,- gedoneerd. Er kwamen mensen om eten te brengen: kruiwagens vol met lang houdbare groenten als kool en wortelen. De directeur was sprakeloos. 'Dank, dank, dank voor alles. Ik ben er zo blij mee!' Ongeveer datzelfde schreef Paulus aan de eerste christenen in Filippi: Dank jullie wel voor alles wat je mij gegeven hebt. Ik wist al wel dat jullie mij steunden, maar nu hebben jullie het ook in daden laten merken. Dat zeg ik niet om te klagen, of om te zeggen hoe moeilijk ik het heb. Want ik heb geleerd om tevreden te zijn, ook onder moeilijke omstandigheden. Ik weet hoe het is om arm te zijn. En ik weet hoe het is om rijk te zijn. Soms had ik veel te eten, soms had ik honger. Soms was ik rijk, soms had ik helemaal niets. Maar nu kom ik niets meer tekort.

*Wies van Pijkeren | Bij: Filippenzen 4:10-19  
Bron: Ruim 12.000 euro voor noodlijdend Circus Barani, nos.nl, 19 oktober 2020*

**Vragen •**

- ▶ Heb je weleens iets gekregen waar je heel blij mee was?
- ▶ Heb je weleens iemand geholpen die dat heel erg nodig had?

**Vragen ••**

- ▶ Paulus heeft alles meegemaakt, honger, armoede, rijkdom. Hij heeft geleerd om daarmee om te gaan. Hoe zou jij omgaan met zulke veranderingen in je leven?
- ▶ Geef je weleens aan een collecte?

*God, soms is de nood zo hoog dat je niet meer weet hoe het verder moet. Soms zijn de problemen zo groot dat je je geen raad meer weet.*

*Dank u voor de mensen die dat dan in de gaten hebben. Die er alles aan doen om je te helpen. Gewoon, omdat ze vinden dat dit moet.*

*We bidden u voor iedereen die in zo'n noodsituatie zit. Laten er mensen zijn die dan helpen. En die ervoor gaan. Belangeloos.*

**Voedselprobleem ••**

**Voedselbanken kampen met tekorten.** Eten weggegooid is zonde. Grote supermarkten konden er wat van! Brood, groente, fruit, zuivel ... alles met een beperkte houdbaarheid verdween vlak voor de uiterste verkoopdatum uit de schappen. Als afval, alsof je het ná die datum meteen niet meer kunt eten. Wat een verspilling!

Tegenwoordig gaat het gelukkig beter. Nu plakken ze er vóór de einddatum een sticker op: TE LEKKER OM WEG TE GOOIEN! Wie het koopt, krijgt een fikse korting. Het verkoopt als een tierelier! Wat wil je: je doet iets tegen verspilling en het is ook nog eens goed voor je portemonnee. Superbedankt dus, supermarkt! Toch is niet iedereen er blij mee. Nu heeft de voedselbank namelijk een probleem. Zij geven voedselpakketten aan mensen met weinig geld. Dat doen ze bijvoorbeeld van spullen die overblijven in de supermarkt en die anders worden weggegooid. Alleen zorgen de stickers in de supermarkt nu voor lege schappen bij de voedselbank.

Waar de een 'dankjewel' zegt, staat de ander met lege handen. Misschien moeten die stickers er toch maar weer vanaf?

*Liesbeth Gijsbers*

- ▶ Kun jij een goede oplossing verzinnen voor dit probleem?

JONGEREN

**Schamen •**

**Je hoeft je niet te schamen voor steun van de voedselbank.**

Ik was laatst bij de voedselbank voor mijn maatschappelijke stage. Ik vond het erg leuk om mee te maken. Een vrouw met een klein jongetje kwam met haar boodschappenkar mijn kant op.

'Is alles gelukt?' vroeg ik. Ze knikte en zei 'bedankt,' terwijl ze half naar mij en half naar de grond keek. Je zag zo dat ze zich erg schaamde, omdat ze niet zelf de boodschappen voor haar en haar zoontje kon betalen. Toch zei ze 'bedankt'. Dat vond ik echt heel mooi.

Gelukkig is er een voedselbank voor als je het financieel moeilijk hebt. Daar hoef je je toch niet voor te schamen!

*Jasmijn, 14 jaar*

- ▶ Vind je het logisch dat mensen die gesteund worden door de voedselbank dankbaar zijn?
- ▶ Vind je het logisch dat mensen die gesteund worden door de voedselbank zich schamen?



© Oleksii Lukin | Dreamstime

**Dankdag •**

**Vandaag is het 'dankdag'.**

*Protestante christenen vieren vandaag 'Dankdag voor Gewas en Arbeid'. Dit jaar gaat het waarschijnlijk via een online kerkdienst, maar goed, ook zo kun je God danken voor alles wat je dit jaar hebt kunnen 'oogsten'.*

Het woord 'oogsten' betekent hier nog iets meer dan alleen de oogst die je van het land kunt halen. Het gaat eigenlijk om alles waarvoor je hebt gewerkt en alles wat je hebt gekregen. Je denkt misschien: waarom zou je God danken voor iets waar je zelf hard voor gewerkt hebt? Gelovige mensen zien dat anders. Want er zijn miljoenen mensen die keihard werken, maar die toch geen dak boven hun hoofd hebben. Of die niet elke dag te eten hebben. En aan wie of wat heb je het eigenlijk te danken als je dat allemaal wel hebt? Licht dat helemaal alleen aan jezelf? Of is er meer?

Gelovigen voelen zich dankbaar voor al het goede dat ze 'zomaar' mogen ontvangen. Daarvoor danken ze God.

*Hilde van Halm*

**Vragen voor in de klas**

- ▶ Waar ben jij dankbaar voor?
- ▶ Wie kun je daarvoor bedanken?

**Toelichting voor de docent**

'Dankdag voor Gewas en Arbeid' is een onderdeel van de protestantse traditie. In het voorjaar wordt er een 'biddag' gehouden, in november is er de dankdag.

- ▶ Lees de tekst voor.
- ▶ Bekijk het filmpje, gemaakt door het Reformatorisch Dagblad. Ze vragen daarin aan mensen: Waar ben je dankbaar voor? En wie bedank je daarvoor? (4'0)
- ▶ Bespreek de vragen.

Link: <https://youtu.be/aOxkfPEeHDO>



**Vanzelfsprekend? •**

**Dankbaar zijn spreekt niet vanzelf in een welvarend land.**

Dankbaarheid. Is dat geen ouderwets woord? Hoezo moet ik dankbaar zijn? Veel mensen in onze samenleving voelen zich helemaal niet dankbaar. Ze zijn eerder boos of hebben zorgen. Ze zijn helemaal klaar met corona en de mondkapjes. Of hebben steeds minder werk of helemaal geen werk meer. Klopt. Maar toch. De meeste mensen in Nederland hebben een dak boven hun hoofd. Je kunt naar school en hoeft geen honger te lijden. Dat vinden we normaal, dat is onze welvaart. Als iets vanzelf spreekt, ben je er niet gelijk dankbaar voor. Het volk Israël dat vanuit een slavenbestaan uit Egypte vluchtte, had andere ervaringen. Zij trokken jarenlang dwars door de woestijn. Dan was er weer geen water, dan weer geen eten. Vlak voordat ze Kanaän, het door God beloofde land, binnentrokken, geeft hun leider Mozes hun regels en levenslessen mee. 'Jullie zullen straks in een mooi en vruchtbaar land leven,' zegt hij. 'Er zal eten in overvloed zijn. Dat spreekt niet vanzelf, je moet God daarvoor bedanken.'

Het volk Israël kon goed vergelijken. Zij kwamen vanuit een slavenbestaan en een tekort in een land van overvloed. Wij zien vaak alleen maar meer de luxe die we gewend zijn. Terwijl dat voor heel veel mensen op deze aarde helemaal niet vanzelfsprekend is.

*Jeanet Aartsen | Bij: Deuteronomium 8:7-10*

**Vragen •**

- ▶ Waarvoor ben jij dankbaar, of ben je daar nooit mee bezig?
- ▶ Vind jij dat wij in Nederland in luxe leven? Leg je antwoord uit.

**Vragen ••**

- ▶ Ben jij dankbaar voor je leven, voor wat je allemaal hebt en krijgt? Zo ja, wie ben je dan dankbaar?
- ▶ Hoort dankbaar zijn bij een geloof?

*God, niets is meer vanzelfsprekend. Werk hebben, naar school kunnen, reizen en op vakantie gaan, alles is onzeker in deze rare tijd.*

*Maar nog altijd kunnen we samen het hoofd boven water houden. Nog altijd is er een vangnet en helpen mensen elkaar. Nog altijd gaat de zon op en levert de vruchtbare aarde voedsel. Nog altijd hebben we elke dag te eten.*

*Dat is iets om te waarderen. Daar willen we u voor bedanken. Ook nu.*

**Thanksgiving •**

**Dankbaarheid voor de oogst wordt dankbaarheid voor al het goede in je leven.**

Een officiële feestdag van dankbaarheid kennen we in Nederland niet. In Amerika en Canada is dat wel anders. Daar is Thanksgiving een groot feest. Mensen bezoeken hun familie om een kalkoen klaar te maken en samen lekker en veel te eten. Tijdens het diner vertelt iedereen waar hij of zij dankbaar voor is. Dat kan van alles zijn. Vooral dingen die er dat jaar gebeurd zijn of mensen die belangrijk voor hen zijn. Dat is een nieuwe vorm voor een oud gebruik. Met Thanksgiving dankten mensen voor de oogst van dat jaar. In Nederland kennen we ook zoiets binnen de protestantse kerk. Daar wordt het 'Dankdag voor Gewas en Arbeid' genoemd. Dus ook een dag om dankbaar te zijn voor de oogst van dit seizoen.

Ook deze Dankdag wordt steeds vaker gebruikt om te danken voor alle fijne dingen in je leven. Het is een mooie traditie, vooral tijdens lastige tijden, zoals nu met corona. Stilstaan bij waar we dankbaar voor zijn: dat zouden we allemaal wat vaker moeten doen.

*Sarah Mullié*

- ▶ Heb jij weleens Thanksgiving of Dankdag gevierd?
- ▶ Waar ben jij dankbaar voor?

JONGEREN

**Kleine moeite •**

**Bedanken is een klein gebaar met grote impact.**

Ik vind dat we anderen te weinig bedanken. Bedanken is namelijk nodig. Het geeft iedereen een goed gevoel. Maar het hoeft niet altijd om een heldendaad te gaan. Bijvoorbeeld wanneer je klasgenootje je heeft geholpen met een wiskundesom. Of die automobilist die jou even voor liet gaan. Of je moeder die het shirt vindt dat je al zo lang kwijt was. Het zijn kleine dingen, maar je doet de ander een groot plezier met een simpel bedankje daarvoor. En hoeveel moeite kost dat nu? Bedanken is een klein gebaar met grote impact.

*Berit, 13 jaar*

- ▶ Vind je bedanken nodig?
- ▶ Voor welke kleine dingen ben je dankbaar? Laat je dat ook merken?



© Mexrtix | Dreamstime

**Gezonder en zorgzamer •• Dankbaarheid kun je oefenen, en levert je veel op!**

Wist je dat je van 'dankbaar zijn' gelukkiger en gezonder wordt? Wetenschappelijke onderzoeken tonen dat keer op keer aan. Maar wat nu als je van nature niet zo'n 'dankbaar type' bent? Dat is niet zo erg. Je kunt jezelf erin oefenen door er af en toe bewust bij stil te staan.

Bijvoorbeeld door een bedankkaartje of -appje te sturen naar mensen die jou hielpen of een compliment gaven. Of door 's avonds een paar dingen op te schrijven waar je dankbaar voor bent. Dat is de moeite waard, want dankbaarheid levert veel op. Dankbare mensen...

- 1) ...zijn minder gehecht aan spullen. Ze voelen zich goed in hun vel en hebben daardoor minder behoefte aan nieuwe aankopen.
- 2) ... slapen beter. Dat heeft te maken met gedachten, herinneringen en beelden die door je hoofd gaan net voor je in slaap valt. Zijn die positief – denk nog even aan dat opschrijven – dan is de lengte van je slaap en de kwaliteit beter.
- 3) ... doen vaker gezonde activiteiten en ze zoeken sneller hulp bij gezondheidsproblemen.
- 4) ... krijgen minder snel een burn-out.
- 5) ... zijn zich bewust van de waarde van relaties. Daardoor zijn ze zorgzamer en vriendelijker.

Best een aardige lijst toch? En ... zou het bij jou werken, denk je?

Jeanet Aartsen  
Bron: 5 redenen om vaker dankbaar te zijn, vrt.be, 3 maart 2020

- Vragen voor in de klas**
- ▶ Ben jij een dankbaar type of niet?
  - ▶ Denk je dat je dankbaarheid kunt oefenen? Zou je dat willen doen? Zo ja, hoe zou je dat aanpakken?
  - ▶ Welke van de vijf punten vind jij het belangrijkste als 'opbrengst' van dankbaarheid?

**Toelichting voor de docent**

- ▶ Lees de tekst voor.
- ▶ Voer een gesprek aan de hand van de vragen.

**Mogen we niet mopperen? • Hoe kun je nu dankbaar zijn als je geen kant meer op kunt.**

Hoe kun je nu dankbaar zijn als je geen kant meer op kunt, als op alle fronten je bewegingsruimte beperkt wordt? Want dat ervaren we nu toch in deze halve-lockdown-tijd? 'Ik ben maar één keer jong!' Dankbaar? Forget it. Anne Frank, je kent haar vast, schreef in 1944: 'Ik keek uit het open raam over een groot stuk Amsterdam heen, over de daken tot aan de horizon die zo licht en blauw was, dat de scheidingslijn niet goed te zien was. Zolang dit nog bestaat en ik het mag beleven, deze zonneshijn, de hemel waaraan geen wolk is, zolang kan ik niet treurig zijn.'

Je kunt Anne Frank, een Joods meisje, geen simpele positieve gevoelens toeschrijven, want de Tweede Wereldoorlog speelde zich onder haar ogen af. Ze zat in lockdown in het Achterhuis, door angst omringd. Haar lockdown was van een heel andere orde dan die van nu. Toch was ze dankbaar dat ze de zon en de blauwe lucht zag.

Mogen wij dan niet mopperen? Natuurlijk wel, maar de neiging om te blijven hangen in negatieve gevoelens is groot. Daardoor zien we het mooie, waardevolle haast niet meer. David uit de Bijbel beseft dat en hij gaat beschrijven waar hij dankbaar voor is: 'Ik dank de Heer voor alles wat Hij heeft gedaan... Hij houdt van mij... Hij geeft mij kracht... is geduldig.' David staat stil bij wat hij wél heeft. En dat is meer dan hij dacht. Daar wordt hij blij van.

Ruth van der Waall-Schaeffer | Citaat: Uit Psalm 103:2,4,5,8 Bijbel in Gewone Taal

- Vragen •**
- ▶ Voor welke dingen ben je dankbaar (geveest)?
- Vragen ••**
- ▶ Is het moeilijk om dankbaar te zijn? Zo ja, hoe moet dat?
  - ▶ David is God dankbaar. Heeft jouw dankbaarheid ook met God te maken?

God, help ons om niet te blijven hangen in gemopper, ook al valt het niet mee nu zoveel dingen niet kunnen.

Help ons om verder te kijken dan de boosheid en teleurstelling over alles wat zo anders gaat dan we hoopten en verwachtten.

Til ons uit boven al die somberheid. Help ons om te letten op de goede dingen om ons heen. Laat ons zien dat er nog heel veel is om dankbaar voor te zijn.

**Hoera, (niet) naar school • Sommige leerlingen zijn dankbaar dat ze naar school mogen.**

Zolang de corona-pandemie niet over is, weet je nooit helemaal zeker of je naar school kan. Als je verkouden bent, mag je niet. Als je leerkracht verkouden is, staat er niemand voor de klas. Als je school dichtgaat, moet iedereen weer online lessen volgen. Je leert de leerstof, maar het voelt toch anders.

Sommige kinderen vinden elke dag naar school gaan vervelend. Vroeg op. Fietsen door de regen. De hele dag stilzitten en luisteren. Waarom moet dat allemaal? Maar na de schoolsluiting dit voorjaar waren veel leerlingen dankbaar dat ze weer naar school mochten. Als naar school gaan niet meer zo gewoon is, merk je wat je mist. Het contact met je vrienden. Of de veiligheid die een school biedt. Het is er warm en er zijn volwassenen die voor je zorgen.

Er zijn ook leerlingen die liever thuis werken. Misschien worden zij in de klas gepest. Voor andere kinderen is vijf dagen school eigenlijk te vermoeiend. Nu zijn ze meer uitgerust. Zij waren juist dankbaar voor de adempauze die ze kregen. Zo heeft iedereen andere gevoelens bij deze bijzondere tijd.

Ingrid Bilardie

- ▶ Wat vind jij van de online-lessen?
- ▶ Ben je anders gaan denken over 'naar school gaan'?

**JONGEREN**

**Naar school • Dankbaar dat ik in deze tijd met corona naar school mag.**

Ik ben er heel dankbaar voor dat ik nu nog in deze tijd met corona naar school mag. Want in andere landen kunnen veel kinderen niet naar school. Ook vriendinnen van mij die op een andere school zitten, zitten thuis. Deze periode brengt veel onzekerheid met zich mee, dus ik mag dankbaar zijn dat ik nu nog naar school mag.

Akkelina, 12 jaar

- ▶ Vind jij het fijn dat je naar school mag?



© Michele D'Ottavio | Dreamstime

**Wat koop je voor dankbaarheid? • Weet je nog, in maart? We stonden allemaal voor het open raam om hard te klappen voor alle 'kanjers' die in de zorg werkten. Ineens wist iedereen weer welke beroepen écht belangrijk zijn: verplegers, leraren, schoonmakers – we kunnen geen dag zonder hen.**

Natuurlijk is dat fijn, zo'n applaus. Je voelt je gewaardeerd. Je voelt respect voor wat je doet. Maar we weten ook dat je in deze banen heel hard moet werken. Er is te veel werk, voor te weinig mensen. En het is ook nog eens gevaarlijk werk. Deze mensen hebben meer kans om besmet te worden met het coronavirus. Veel van hen zijn ook ziek geworden. Sommigen zijn zelfs overleden. Wat heb je dan aan zo'n applaus of aan een spandoek waar 'bedankt!' op staat? Deze harde werkers zouden veel meer geholpen zijn met extra salaris. Met meer collega's om het werk mee te delen, zodat ze minder stress hebben. Het is leuk als mensen je bedanken, maar wat koop je ervoor?

Hilde van Halm

**Vragen voor in de klas**

- ▶ Vind jij dat mensen in deze beroepen meer zouden moeten verdienen? Waarom wel of niet?
- ▶ Is het werk van een schoonmaker net zo belangrijk als het werk van een manager? Wat is het verschil?
- ▶ Zou je zelf willen werken in de zorg, het onderwijs of de schoonmaak?
- ▶ Wat heb je eraan als mensen je bedanken voor het werk dat je doet?
- ▶ Onlangs bleek uit een onderzoek dat een kwart van de werkers in de zorg er over denkt om te stoppen. Wat betekent dat?

**Toelichting voor de docent**

Dankbaarheid is vluchtig en niet tastbaar. De dankbaarheid van tijdens de eerste golf is nu niet meer zo voelbaar. De druk is groter, omdat het allemaal ook langer duurt.

- ▶ Lees de tekst voor en bespreek de vragen.

NB: Vorige week is er in de Tweede Kamer 'per ongeluk' een motie aangenomen die vraagt om een structureel hogere beloning voor zorgpersoneel. Betrek dit gegeven in het gesprek.

**Hoezo dankbaar? • Laten mensen genoeg merken dat ze dankbaar zijn?**

Ben jij blij met wat je ouders voor je doen? Het huis schoonhouden, voor eten zorgen, je ergens heen rijden of zo. En andersom? Zijn zij blij als jij hen helpt? Of vinden jullie het allemaal 'gewoon'? Tijdens de eerste coronagolf was er veel waardering voor dokters en verpleegkundigen. Ze kregen taarten en bloemen en landelijk applaus. Inmiddels zijn we een half jaar verder en midden in de tweede golf. Veel zorgpersoneel is nog bekap van de vorige keer en moet weer hard aan de bak. Zij zijn niet meer zo blij met dat applaus van toen. Ze hebben het gevoel dat die dankbaarheid niet zo diep zit. Veel mensen in de zorg zijn teleurgesteld dat anderen zich niet aan de regels houden, terwijl zij zo veel coronapatiënten moeten verplegen. Realiseren we ons wel wat zij meemaken? We vinden het vaak 'gewoon' dat zij hun werk goed doen.

Vonden de mensen die door Jezus genezen werden van een huidziekte het misschien ook 'gewoon' dat ze weer beter waren? Van de tien die beter waren geworden, kwam er maar één terug bij Jezus om hem en God te danken. Waarom de andere negen niet terugkwamen, wordt niet duidelijk, maar die ene man wilde in ieder geval zijn dankbaarheid laten merken. En daar was Jezus dan weer blij mee.

Corinne Kat | Bij: Lucas 17:11-19

- Vragen •**
- ▶ Waarvoor en wie ben jij dankbaar?
  - ▶ Laat je je dankbaarheid weleens aan iemand (of aan God) merken?

**Vragen ••**

- ▶ Waarom toonden die negen zieken die beter werden hun dankbaarheid niet? Of waren ze misschien niet dankbaar?
- ▶ Denk je dat mensen nu minder dankbaar zijn voor het werk van zorgpersoneel dan een half jaar geleden? Waarom denk je dat?

God, het is zo gewoon dat er voor je gezorgd wordt. Dat er mensen zijn die zorgen dat de winkels elke dag gevuld zijn. Dat er mensen voor je klaarstaan als je ziek bent of een ongeluk krijgt. Daar sta je meestal niet bij stil.

Maar dit voorjaar werd dat anders. Wat waren we dankbaar voor al die helden die ons hielpen om niet te verdrinken in de coronagolf. Geef dat we hun inzet ook nú waarderen. Niet alleen met mooie woorden, maar ook met wat we doen en laten.

**Namwe murakoze (geen dank) •• Pieter zorgt vanzelfsprekend voor zijn adoptiezoon, maar wordt er toch voor bedankt.**

Ik ben best wel goed in klussen, al zeg ik het zelf. Vaak hielp ik mijn ouders. Ze haalden dan lekkere dingen in huis en maakten het gezellig. Ik deed het met alle plezier – het waren immers mijn ouders!

Hier in Rwanda klus ik ook, nu bij mijn zoon. Hij woont nu op zichzelf en zijn huisje kan wel wat verbeteringen hebben. Hij is dankbaar dat ik dat voor hem doe. Maar het is vanzelfsprekend dat ik voor hem zorg. Hij is Rwandees, ik zorg sinds 2015 voor hem. Hij zit in het laatste jaar van de universiteit. Ik zie regelmatig de Chief van zijn Umudugudu [spreek uit als Oemoedoegoedoe] – dat is zijn dorp. Die Chief vroeg me waarom ik dat toch allemaal doe. Ik vond het een rare vraag. Maar hij bedoelde dat het vreemd is dat een blanke hier zelf klust. Dat had hij nog nooit gezien. Ook bedankte hij mij uitvoerig dat ik goed voor mijn zoon zorg. Ik zei maar: 'Namwe murakoze' (geen dank).

Pieter Ruigrok van der Werve

- ▶ Hoe vind je het als je wordt bedankt voor iets wat je heel gewoon vindt om te doen?
- ▶ Maakt het uit of de ontvanger dat zegt of iemand anders?

**JONGEREN**

**Met twee woorden • Soms zeg ik 'bedankt' om beleefd te zijn.**

Bedankt. Ik bedank mensen voor hun daden. En mensen bedanken mij voor de mijne. Ben ik altijd dankbaar als ik 'bedankt' zeg of praat ik dan 'met twee woorden'? Als ik tegen volwassenen praat, zeg ik vaak 'bedankt' om beleefd te zijn. Tegen leeftijdgenoten ben ik oprechter. Ik zeg dingen die ik meen en niet om beleefd te zijn. Is het dan liegen om 'bedankt' te zeggen uit beleefdheid? Misschien wel, maar als je het niet doet, heb je ook een probleem.

Marie-Julie, 13 jaar

- ▶ Zeg je ook weleens 'dankjewel' uit beleefdheid?
- ▶ Ben jij oprechter tegenover leeftijdgenoten dan tegenover volwassenen?

## Ondankbaar

Nabal behandelt de manschappen van David heel ondankbaar.

'Ga naar Nabal,' zei David tegen tien van zijn strijders. 'Hij is op de Karmel bij het schaapscheerdersfeest. Doe hem de groeten van me. En wens hem het beste voor zijn familie en zijn bedrijf. Herinner hem eraan dat we de afgelopen maanden goed voor zijn herders zijn geweest. We hebben hen zelfs beschermd tegen rovers. Zijn knechten kunnen dat bevestigen. Nabal zal jullie belonen en laten meedelen in de feestvreugde. Bij het afscheid zal hij jullie voor ons meegeven wat hij missen kan.'

Dat is een leuke opdracht! Iedereen weet dat Nabal schatrijk is. Hij heeft meer dan drieduizend schapen en meer dan duizend geiten. Het schaapscheerdersfeest is het grootste feest van het jaar. Daar hebben de strijders van David wel zin in.

Hoopvol komen ze de volgende dag bij Nabal aan. Maar die reageert heel anders dan ze hadden gedacht. 'Wat heb ik met jullie te maken?' sneert hij. 'Wie is die David? Er zijn zoveel Davids. Iedereen kan zich wel voordoen als een ander. Het wemelt tegenwoordig van de weggelopen slaven. Denk je nou echt dat ik het feestmaal voor mijn scheerders ga weggeven aan de eerste de beste vreemdelingen? Scheer je weg!'

Teleurgesteld komen de strijders bij David terug. Als die hoort hoe zijn strijders zijn behandeld, springt hij bijna uit zijn vel van woede. 'Wat? Wat denkt die vent wel? Hebben we daarvoor ons leven gewaagd om zijn herders en kuddes te beschermen? Niet één schaap is hij kwijt en wat krijgen wij? Stank voor dank! Kom op, pak je wapens, allemaal. We gaan die schoft een lesje leren. Morgenochtend leeft niet een van de mannen in zijn familie meer.'

Zo stuift een guerrilla van vierhonderd man nog diezelfde dag naar Nabal. Had hij maar 'dankjewel' moeten zeggen voor de diensten van Davids strijders. (wordt vervolgd)

1 Samuel 25:1-13

### Gespreksvragen:

- ▶ De rijke Nabal gelooft de mannen van David niet. Heeft hij een punt?
- ▶ En David, als hij uit zijn vel springt van woede... heeft hij een punt?

### Gebedsintentie:

Heer, wat zijn mensen toch achterdochtig en ondankbaar. Geef ons een luisterend oor en een luisterend hart. Zodat we elkaar beter begrijpen en waarderen.

## Beauty and the beast

Vervolg van het verhaal over David en Nabal.

'Wat een sukkel!' Abigail is woest als ze hoort wat haar man Nabal heeft gedaan. Zojuist kwamen een paar knechten van haar man het haar vertellen: 'De strijders van David kwamen naar het schaapscheerdersfeest. Davids mensen hebben ons altijd beschermd. Maar uw man lachte ze uit en stuurde ze met lege handen weg. David zal dit niet over zijn kant laten gaan. Uw man heeft zichzelf in het ongeluk gestort, en ons erbij. Verzint u alstublieft iets.'

Snel laat Abigail ezels beladen met eten en drinken om een leger van vierhonderd man een week te kunnen laten feesten. Brood, wijn, vlees, graan, rozijnen en vijgen: twintig ezels zakken haast door de knieën onder het gewicht. Zo rijdt een stoet David tegemoet, met achteraan Abigail. David is inderdaad diep beledigd en op weg naar Nabal om wraak te nemen. Op de bergpas staan ze plotseling oog in oog. Zodra Abigail David ziet, glijdt ze van haar ezels en valt voor hem op haar knieën. 'Duizend excuses voor mijn man, heer David,' zegt ze. 'Hij is een sukkel. Geef hem geen aandacht alstublieft. Neem deze geschenken aan voor u en uw mannen, als dank voor de bescherming van onze knechten. Ik weet dat God achter u staat. Later, als God u koning maakt, moet u een schoon geweten hebben en geen onschuldig bloed hebben vergoten. Neem daarom alstublieft deze geschenken aan als genoegdoening.' 'Dank u wel,' zegt David. Hij is blij verrast. 'U hebt me behoed voor een grote vergissing. Ik wilde echt wraak nemen. Goddank bent u op mijn pad gekomen. U kunt gerust naar huis gaan. Ik heb uw excuses aanvaard en zal uw mensen met rust laten.'

1 Samuel 25:14-35

### Gespreksvragen:

- ▶ David is de vrouw van Nabal dankbaar. Waarom? Is dat begrijpelijk?
- ▶ Welk woord past het beste bij de actie van Abigail: dankbaarheid - boosheid - zorgzaamheid - onderdanigheid - angst?

### Gebedsintentie:

Heer, de wereld is vol boosheid, wraak en angst. Laten we ons ervan bewust zijn als we een kort lontje hebben, waardoor we dingen kunnen doen, die niet goed zijn en die we eigenlijk ook niet willen.

## God zorgt voor regen en zon

De vruchtbare aarde is iets om altijd dankbaar voor te zijn.

'Nog maar een korte tijd,' zegt Mozes, 'dan zal jullie leven enorm veranderen. Niet langer zul je telkens je tenten op hoeven te breken. Jullie gaan in huizen wonen. Op de akkers groeit jullie eten in overvloed. Je zult genieten van graan, druiven, vijgen, dadels, granaatappels en honing, en er is altijd water. Je zult in ongekende luxe leven.'

Mozes zwijgt even en kijkt naar de mensen die naar hem luisteren. De meesten staren dromerig voor zich uit. Ze proberen zich voor te stellen hoe het is om in huizen te wonen en zomaar sappige druiven te plukken in een wijngaard. De meesten hebben dat nooit gekend. Die zijn al hun hele leven nomaden in de grote woestijn. Vluchtelingen uit Egypte. Daar waren ze slaven geweest. Sindsdien zijn ze al veertig jaar op weg naar de vrijheid. Het was een moeilijke weg. Met vallen en opstaan moesten ze leren hoe je als volk samenleeft en hoe belangrijk het is om op God te vertrouwen in moeilijke tijden.

Mozes vervolgt zijn preek: 'Maar vergeet nooit dat je de luxe straks niet aan jezelf te danken hebt. Zelfs al heb je zelf geploegd, gezaaid, gesnoeid en geoogst: God heeft het belangrijkste werk gedaan. Hij heeft jullie bevrijd uit Egypte. Hij beloofde je grootouders dat jullie het beter zouden hebben. Hij heeft woord gehouden en jullie dwars door de woestijn naar dit nieuwe leven geleid. En hij zal voor jullie blijven zorgen. God zorgt voor regen en zon en vruchtbare aarde, zodat alles groeien en bloeien kan.

Knoop dit dus goed in je oren: vergeet nooit om God te danken voor al het goede in je leven.'

Deuteronomium 8:2-10

### Gespreksvragen:

- ▶ Wat eten mensen, dat niet van moeder aarde komt?
- ▶ Klopt het dat God het belangrijkste werk heeft gedaan, ook al heb je zelf hard gewerkt voor je eten?

### Gebedsintentie:

Heer, U zorgt ervoor dat alles groeien en bloeien kan. Wij mensen zijn slechts hulpjes in uw tuin. Doordring ons van dankbaarheid voor uw werk op onze aarde. En leid ons uit de woestijn van egoïsme en zelfgenoegzaamheid.

## Gewoon goed doen

'Verwacht geen beloning van God als je goed doet,' zegt Jezus.

Een gewone klas op donderdagochtend. Meneer Dieters controleert of iedereen zijn huiswerk heeft gemaakt. Een paar leerlingen hebben het niet af. Ze geven een reden op, of een smoes, of ze geven toe dat andere dingen leuker waren. Sommigen krijgen een waarschuwing. Eentje krijgt straf, want het is al de zoveelste keer. Dan loopt meneer Dieters naar het bord en legt een opdracht uit. Maar Dennis doet niet mee. Nijdig krast hij dikke strepen in zijn schrift. 'Dennis, wat zou volgens jou meneer Jansen moeten doen?' vraagt meneer Dieters. Dennis weet niet waar het over gaat. Hij is veel te kwaad om op te letten. Met hoog opgetrokken schouders gromt hij: 'Moet hij weten!' Verbaasd kijkt meneer Dieters Dennis aan. 'Wat is er aan de hand?' Dan barst Dennis los: 'Altijd ziet u alleen onze fouten. Als iemand zijn huiswerk niet af heeft, krijgt hij gelijk straf. Maar als je je huiswerk wél afhebt, dan zegt u er niks van. Er kan niet eens een complimentje vanaf. Dat vind ik zo stom, daar baal ik van, weet je!'

Even is meneer Dieters stil. Dan zegt hij: 'Je zit hier op school om dingen te leren. Dat betekent dat jullie je huiswerk doen en opletten tijdens de les, en dat ik lessen voorbereid en die geef. Ik verwacht geen compliment van jou voor de les die ik geef. Het is normaal dat ik dat doe, het hoort bij de afspraak. En het is ook normaal als jij je huiswerk doet. Daar hoeft je geen compliment voor, het is gewoon jouw deel van de afspraak.'

Over complimenten en beloningen had Jezus het ook met zijn leerlingen. 'Verwacht geen beloning van God als je goed doet,' zegt hij. 'Goede dingen doen en mensen helpen is gewoon je werk. Het hoort bij de afspraak die God met jullie heeft gemaakt.'

Lucas 17:7-10

### Gespreksvragen:

- ▶ Heb je een leraar weleens bedankt voor een goede les?
- ▶ Vind je dat goede dingen doen en mensen helpen gewoon is?

### Gebedsintentie:

Heer, het huiswerk voor school is niet altijd even leuk. Het huiswerk voor het leven ook niet. Geef dat we opgewassen zijn tegen de taken die het leven ons stelt. Dankuwel voor alle goede dingen die het leven ons brengt.

## Bedankje

Jezus geneest tien mensen; slechts één van hen bedankt hem.

Tien mensen leden aan lepra. Daar waren nog geen medicijnen voor en het was heel besmettelijk. Ze moesten daarom altijd uit de buurt van gezonde mensen blijven. Ze leefden in groepjes buiten de stad en leefden van restjes eten die mensen uit medelijden naar ze toe gooiden.

Zo'n groepje leprozen riep vanaf een veilige afstand naar Jezus: 'Meester Jezus, heb medelijden met ons!' Ze hoopten op wat eten. Maar Jezus riep terug: 'Ga naar de tempel en laat je aan de priesters zien.' De tempel? Daar mochten ze toch niet komen? Ze gingen toch maar. En onderweg verdwenen zomaar alle zweren. Ze waren genezen! Een wonder! Een van hen ging direct terug om Jezus te bedanken.

Maar waar waren die negen anderen? 'O, maar ik moest toch naar de tempel van hem?' zou de eerste later misschien zeggen. 'En daarna kwam het er niet van,' zou de tweede zeggen. En de derde zou aanvullen: 'Je weet hoe dat gaat. Je wilt eerst naar je familie. We hebben elkaar zo gemist al die jaren.' En de vierde: 'En ik moest werk zoeken.' De vijfde: 'Nog best lastig, werkgevers zijn altijd bang dat je toch weer ziek wordt.' De zesde: 'Ik vertel het niet als ik solliciteer.' De zevende: 'Ik wil het verleden zo snel mogelijk achter me laten. Niet achteromkijken.' De achtste: 'Je schaamt je toch hè, ook al kon je er niets aan doen.' En de negende: 'Waarom moet ik dankbaar zijn? Ik heb toch ook recht op een gezond lichaam? Ben jij elke dag dankbaar voor je gezondheid? Nou dan.'

Lucas 17:11-19

### Gespreksvragen:

- ▶ Zijn het begrijpelijke redenen waarom die negen Jezus niet bedanken?
- ▶ Zijn het geldige redenen waarom die negen Jezus niet bedanken?
- ▶ Ben jij elke dag dankbaar voor je gezondheid?

### Gebedsintentie

Heer, wij staan vaak niet stil bij het meest kostbare in ons leven. En we merken dat pas als dat ons ontvalt. Leer ons dagelijks te danken voor het wonder van het leven.