

**Vertrouw op de Heer**

**Sla je vleugels uit als een arend**



**Gods Geest vol geloof  
en vertrouwen  
verwachten**

**van Hemelvaart tot na Pinksteren  
15-25 mei 2026**

[www.kcvvlaanderen.be](http://www.kcvvlaanderen.be)  
verantwoordelijke uitgever: Lies Vos  
Verzendadres: Nieuwe Beggaardenstraat 46, 2800 Mechelen



## INLEIDING

Pinksternoveen: we bereiden ons voor, want Jezus zendt ons weer zijn Heilige Geest. 'Hij (de Geest) zal je openbaren wat zonde is: dat zij niet in Mij geloven,' zegt Jezus (Johannes 16,8-9). Het kwaad is erg. Het kwaad is altijd verwoestend. Jezus heeft het over de wortels van dat kwaad: 'dat wij niet in Hem geloven'.

Maar wat is dat: geloven? De 'Dikke Van Dale' noemt geloof 'vertrouwen in de waarheid van iemand anders beweringen of beloften.' In de context van ons geloof is dat dan: vertrouwen in de openbaring en de beloften van God. Geloven en vertrouwen liggen heel dicht bij elkaar.

Waarom is geloven zo moeilijk? Waarom vertrouwen we niet ten einde toe in Gods beloften: dat Hij van ons houdt, dat Hij er altijd voor ons zal zijn en ons nooit in de steek laat, en dat we kostbaar voor Hem zijn?

Zelfs als we het in principe wel geloven, blijkt het in de praktijk toch weer moeilijker: waarom anders hebben we psychosomatische klachten, houden zorgen ons uit de slaap en zoeken we soelaas in allerhande verslavingen?

Heel in het begin van de Bijbel, in het allegorische boek Genesis, lezen we hoe de eerste mensen nog maar pas op aarde waren, toen de boze al wantrouwen in hun harten zaaide: 'God weet dat, als je eet van de vruchten van de levensboom, dat je ogen dan zullen opengaan, en je gelijk zal worden aan God.' Met andere woorden: 'God wil jullie klein houden, want God wil zelf de grootste zijn.' Adam en Eva trappen in de val. Al van heel in het begin van de mensheid hebben het geloof en het vertrouwen in God een flinke deuk gekregen.

Sindsdien voelt de ene zich achtergesteld bij de andere en nemen we het heft in eigen handen (vergelijk Genesis 4,3-8). Iemand kwetst ons? We gaan ervoor zorgen dat die ons niet meer kwetst, we slaan terug, we snabben en bijten, we vliegen uit en vallen aan, we ruimen uit de weg... een spiraal van vergelding; van kwaad gaat het naar erger... Waren de eerste mensen misschien vooral argeloos, voor ons kwam er allerhande gekwetstheid bij: het zijn gekwetste mensen die anderen kwetsen.

In deze noveen willen we groeien in oorspronkelijk vertrouwen, het vertrouwen dat Maria had, zelfs toen zij onder het kruis stond, en het vertrouwen dat Jezus had over de grenzen van de dood heen.

**Vrijdag 15 mei**

**ZALIG JIJ DIE GELOOFD HEBT  
DAT DE WOORDEN VAN DE HEER  
IN VERVULLING ZULLEN GAAN**

*Lucas 1,45*

**Bezinning**

Elisabet: een ferme vrouw, een gelovige en wijze vrouw! Een vrouw die teruggetrokken leeft, omwille van de schande van haar onvruchbaarheid. Maar in die eenzaamheid rijpen haar geloof en haar begripen.

Als zij de groet hoort van haar nichtje Maria, vallen alle puzzelstukken op hun plaats, en wat zij zelf ervaren heeft, dat roept ze haar nichtje toe: 'Zalig jij die geloofd hebt!

Wat je vanwege de Heer is gezegd zal in vervulling gaan!

In deze twee vrouwen, Elisabet en Maria, maakt de neerwaartse spiraal van het wantrouwen een revolutionaire ommekeer naar vertrouwen.

**Gebed**

Kom Heilige Geest! Leer mij steeds weer tijd vrij te maken om alleen te zijn met U in vertrouwend geloof.

Dat ik het woord dat mij vanwege de Heer gezegd is, overweeg en begrijp.

Opdat ik weet dat ik kostbaar ben in Gods ogen, dat Hij zich mijn lot aantrekt en ingrijpt in mijn geschiedenis: Kom Heilige Geest!

**Verdere meditatie**

Mijn ziel prijst en looft de Heer, mijn hart juicht om God, mijn redder: Hij heeft oog gehad voor mij, zijn minste dienaar (...). Grote dingen heeft de Machtige voor mij gedaan, heilig is zijn naam. Barmhartig is Hij, van geslacht op geslacht, voor al wie Hem vereert... (Lucas 1,46-55)

**Zaterdag 16 mei**

## **WAAROM HEBBEN JULLIE ZO WEINIG MOED? GELOVEN JULLIE NOG STEEDS NIET?**

*Marcus 4,40*

Ze maakten Hem wakker en zeiden Hem: 'Meester, raakt het U niet dat wij vergaan?'

Hij stond op, richtte zich met een dwingend woord tot de wind en sprak tot het water: 'Zwijg, stil!'

De wind ging liggen en het werd volmaakt stil.

Hij sprak tot hen: 'Waarom hebben jullie zo weinig moed? Geloven jullie nog steeds niet?'

### **Gebed**

Heer God, Schepper van alle leven, U die mij gemaakt hebt, U kent mijn hart, U weet waaraan het ligt als ik, in nood, nog niet geloof.

In welke negatieve ervaringen heb ik de beslissing genomen U niet te vertrouwen?

Raak mij genezend aan.

Vervul mij met uw Geest vol liefdevol vertrouwen, telkens weer.

Breng mij tot overgave, wees de Heer van mijn leven.

Ik wil U alvast jubelend danken.

### **Tip**

Bid maar met babyklanken. Laat de Geest in jou maar brabbelen zoals een heel klein kind met zijn Papa brabbelt 😊.

**Zondag 17 mei**

**‘GELOOFT U DAT IK DIT KAN DOEN?’**

**‘ZEKER, HEER.’**

*Matteüs 9,28*

Twee blinden bleven Jezus maar volgen: ‘Heb medelijden met ons Zoon van David.’ Jezus vroeg: ‘Gelooft u dat ik dit kan doen?’ Zij antwoordden: ‘Zeker, Heer.’ Hij raakte hun ogen aan: ‘Zoals u gelooft, zo zal het ook gebeuren.’ En hun ogen gingen open.

### **Bezinning**

Was het blufpoker? Proberen bij gebrek aan een alternatief? Wat er ook in hun harten omging, ze spreken uit dat ze geloven. Door het wonder van hun genezing worden ze bevestigd. Dus, hoe klein je geloof ook is: spreek het uit. Denk aan het mosterdzaadje! Geloof wordt sterker als je het belijdt.

### **Gebed**

Vader, almachtige Vader, voor U is alles mogelijk!

Jezus, U is alle macht gegeven in de hemel en op aarde (Matteüs 28,18).

Kom Heilige Geest van de Vader, Geest van Jezus, leg dit stoutmoedige geloof en vertrouwen in mijn hart. Laat dit geloof mijn stuwende kracht zijn, wat er ook gebeurt, en leid mij naar vrede.

### **Verdere meditatie**

Vol verlangen heb ik op de HEER gewacht en Hij boog zich naar mij toe, Hij heeft mijn roep om hulp gehoord. Hij trok mij uit de kuil van het graf, uit de modder, uit het slijk. Hij zette mij neer op een rots, een vaste grond voor mijn voeten. Hij gaf mij een nieuw lied in de mond, een lofzang voor onze God. Mogen velen het zien vol ontzag en vertrouwen op de HEER. Gelukkig de mens die vertrouwt op de HEER (Psalm 40,2-5).

**Maandag 18 mei**

## **WEES NIET BANG, MAAR BLIJF GELOVEN.**

*Marcus 5,36*

‘Mijn dochtertje kan elk ogenblik sterven, kom toch haar de handen opleggen, opdat ze mag leven.’ Nog niet uitgesproken, kwamen enkele mensen hem zeggen: ‘Uw dochter is gestorven. Waarom valt u de Meester nog langer lastig?’ Maar Jezus zei: ‘Wees niet bang, maar blijf geloven.’

### **Bezinning**

Je bidt... en het wordt nog erger...

Dikwijls komt er niet meteen genezing, soms zelfs komt die genezing er nooit. Paulus kon ervan meespreken: Gegeseld, geslagen, gestenigd, schipbreuk geleden, honger, dorst, kou, naaktheid, slapeloze nachten, gevaren zonder tal... (vergelijk 2 Korintiërs 11,24-27).

Paulus blijft vertrouwen: ‘God leidt alles ten goede voor wie Hem liefhebben’ (Romeinen 8,28).

### **Gebed**

Vader, U leidt alles ten goede, U houdt van ons!

Jezus, alles hebt U doorstaan in solidariteit met ons, uit liefde voor ons...

Heilige Geest, kom over ons met onverwoestbaar geloof en vertrouwen!

Drie-ene God vol zorg en liefde, ik geloof in U, ik vertrouw op U, en ik prijs U, Drie-ene Liefde.

Kom Heilige Geest vol vertrouwen!

### **Verdere meditatie**

De HEER is mijn herder, het ontbreekt mij aan niets.

Al gaat mijn weg door een donker dal, ik vrees geen gevaar, want U bent bij mij... (Psalm 23,1.4).

**Dinsdag 19 mei**

## **KLEINGELOVIGE, WAAROM TWIJFEL JE?**

*Matteüs 14,31*

### **Bezinning**

Petrus: een onstuimig man met een totale inzet. Vurig houdt hij van de Heer. Petrus heeft grootse plannen en hoge gedachten, en hij kan ook zoveel: hij is een ervaren visser, hij kan tenten bouwen, het zwaard hanteren... Vurig houdt hij van Jezus en hij wil Hem volgen, waar Hij ook gaat. Hij zal Hem verdedigen en desnoods samen met Hem sterven. Hij heeft ook al veel van Jezus begrepen: 'Gij zijt de Christus, de Zoon van de levende God.' Hij is een man van eerst doen, en dan denken: 'Als Gij het zijt, zeg me dan dat ik over het water naar U toe moet komen.' Jezus zegt: 'Kom', en Petrus komt – over het water! – naar Jezus toe. Maar de wind is hevig, het water wild...  
'Petrus, waarom heb je getwijfeld?'

### **Gebed**

Dank U, Heer, om deze tijd om te groeien in geloof en vertrouwen.  
Dank U dat U mij bij de hand hebt genomen, en die niet meer loslaat.  
Ik ben veilig bij U, als een kind in moeders armen.  
Ik vertrouw minder in mijn eigen kunnen; ik bouw alleen nog op U.  
Zend mij steeds weer uw Heilige Geest vol vertrouwen en overgave.  
Kom Heilige Geest!

### **Verdere meditatie**

Heer, mijn hart is niet trots, mijn blik niet hoogmoedig. Ik zoek niet wat te groot is voor mij en te hoog gegrepen. Neen, mijn ziel is bedaard in mij, verstild, als een kind na de voeding ingeslapen op de arm van zijn moeder; als dat kind zo voel ik mij (Psalm 131).

**Woensdag 20 mei**

## **JE HAD MIJN GELD BIJ DE BANKIERS MOETEN UITZETTEN**

*Matteüs 25,27*

### **Bezinning**

‘Heer, ik heb ervaren dat gij een hardvochtig mens zijt. Ik was bang en heb uw talent in de grond verborgen.’

Zoveel kan ons beangstigen, verlammen, belemmeren om aan de slag te gaan: kwetsuren waarvan we ons niet meer bewust zijn, uit onze vroegste kindertijd, of een uitzichtloze situatie in deze tijd...

Bij een bank krijg je het geld met wat rente terug. God werkt als een soort geestelijke bank, en die is nog veel interessanter, want alles kunnen we aan de Heer toevertrouwen, heel ons hebben en zijn, alles en iedereen... Nooit gaat één gebed verloren, alles wordt aangeraakt, moeilijke situaties vinden een oplossing, alles evolueert ten goede.

### **Gebed**

Heer, ik vertrouw U alles toe. Zend uw Geest. Leer mij om mij altijd naar U te wenden en U elke zaak en zelfs elke detail ervan toe te vertrouwen. Leer mij, om U zelfs mijn gebrek aan vertrouwen toe te vertrouwen. Dank U dat ik zo met U mag omgaan. Kom Heilige Geest, leer mij vertrouwen!

### **Verdere meditatie**

Bij U, HEER, schuil ik, maak mij nooit te schande. Bevrijd mij en doe mij recht, hoor mij, haast u mij te helpen. U bent mijn rots, mijn vesting, U zult mijn gids zijn, mij leiden, tot eer van uw naam, mij losmaken uit het net dat voor mij is gespannen, U bent mijn toevlucht. In uw hand leg ik mijn geest, HEER, trouwe God, verlos mij. U die uw hoop vestigt op de HEER: wees allen sterk en houd moed (Psalm 31,2-6, 25).

**Donderdag 21 mei**

## **DE HONDEN ETEN TOCH DE KRUIMELS OP DIE VAN DE TAFEL VALLEN**

*Matteüs 15,27*

‘Heb medelijden met mij, Heer, Zoon van David! Mijn dochter wordt vreselijk gekweld. Heer, help mij!’ De vrouw bleef hen maar naroeppen... ‘Het is niet goed om het brood voor de kinderen aan de honden te voeren.’ ‘Zeker, Heer, maar de honden eten toch de kruimels op die van de tafel van hun baas vallen.’

### **Bezinning**

Waar haalde deze Kanaänitische vrouw dat stoutmoedige geloof vandaan? Zij, een vreemdelinge, in de ogen van het ‘uitverkoren volk’ een hond. Zij getuigt van een soort innerlijke adel: ze reageert niet gekwetst, maar lijkt zich bewust van haar waardigheid, én van haar rechten als dochter van de Allerhoogste. Hoe kwam zij bij Jezus terecht? Had zij ván Hem gehoord, of had zij Hem zélf gehoord? Hadden hun blikken elkaar gekruist?... En wat had zij toen in zijn ogen gelezen?

### **Gebed**

Heer, leer mij bij U te verwijlen, naar U te kijken met de ogen van het geloof. Laat mij in uw hart kijken, en, terwijl ik kijk, vervul mij met stoutmoedig geloof, met de waardigheid die ik heb als uw kind.  
Kom Heilige Geest vol vertrouwen, vervul mij met het vaste geloof dat U, mijn God, mij nooit in de steek laat.

### **Verdere meditatie**

De Heer is een rechter en persoonlijk aanzien is voor Hem niet van belang. Hij is niet partijdig ten koste van de arme, Hij verhoort de bede van wie onrecht werd gedaan. Wie de Heer zo dient dat het Hem behaagt, wordt aangenomen, zijn bede reikt tot aan de wolken. Het gebed van een nederige dringt door de wolken heen (Sirach 35,15...21).

**Vrijdag 22 mei**

## **VADER, IN UW HANDEN BEVEEL IK MIJN GEEST**

*Lucas 23,46*

### **Bezinning**

‘Eli, Eli, lema sabachtani? Mijn God, mijn God, waarom hebt U Mij verlaten?’ (onder andere Matteüs 27,46)

Altijd was er een volkomen vertrouwen tussen de Vader en Jezus.

Jezus leeft helemaal vanuit de Vader, Hij is ‘God uit God, Licht uit Licht, ware God uit de ware God’. Maar Jezus legt zijn goddelijkheid af. Hij laadt de boosheid van de wereld op zich, alsof Hij alleen al dat kwaad gedaan heeft... en de Vader houdt de Adem in, de Vader uit Wie Jezus leeft: Jezus gaat dood.

Wat heeft Jezus toen doorgemaakt? De schrikwekkende afgrond waarin Hij terecht komt tart elk voorstellingsvermogen. Zijn vertrouwen echter blijft rotsvast. Heel eenvoudig vertrouwt Jezus zijn Geest toe aan de Vader: ‘Vader, in uw handen beveel ik mijn Geest’.

### **Gebed**

Jezus, vol bewondering en ontzag kijk ik naar U op. Adem uw Geest over mij, uw Geest van volkomen vertrouwen, opdat ik mij veilig weet, opdat ik weet dat U altijd bij mij bent, opdat ook ik altijd alles vol vertrouwen in uw handen leg, want U leidt alles ten goede (Romeinen 8, 28).

Kom Heilige Geest!

### **Verdere meditatie**

Ik zag een nieuwe hemel en een nieuwe aarde. Ik hoorde een luide stem vanaf de troon, die uitriep: ‘Gods woonplaats is onder de mensen, Hij zal bij hen wonen. Zij zullen zijn volken zijn en God zelf zal als hun God bij hen zijn. Hij zal alle tranen uit hun ogen wissen. Er zal geen dood meer zijn, geen rouw, geen jammerklacht, geen pijn, want wat er eerst was is voorbij.’ Hij die op de troon zat zei: ‘Alles maak Ik nieuw! Het is voltrokken!’ (Openbaring 21,1-5)

**Zaterdag 23 mei**

## **NIEMAND KAN ZEGGEN: JEZUS IS DE HEER, TENZIJ DOOR DE HEILIGE GEEST.**

*1 Korintiërs 12,3*

### **Bezinning**

Zelfs de dood moest voor Hem zwichten: Jezus is de Heer van hemel en aarde. Hij heeft alle kwaad overwonnen, elke ziekte, elke angst, elk wantrouwen...

‘Wij geloven dat God ons zal redden. Aan dat geloof moeten we vasthouden, zonder te twifelen. Want God zal doen wat Hij beloofd heeft. Daar kunnen we op vertrouwen’ (Hebreeën 10, 23).

Daaraan houden we ons vast, hoe dan ook.

### **Geloofsbelijdenis**

Ik geloof in God, de almachtige Vader, Schepper van hemel en aarde.

En in Jezus Christus, zijn enige Zoon, onze Heer; die ontvangen is van de Heilige Geest en geboren uit de maagd Maria; die geleden heeft onder Pontius Pilatus, gekruisigd is, gestorven en begraven; die neergedaald is ter helle, de derde dag verzezen uit de doden; die opgevaren is ten hemel en zit aan de rechterhand van God, zijn almachtige Vader.

Vandaar zal Hij komen oordelen de levenden en de doden; Ik geloof in de Heilige Geest, de heilige Katholieke Kerk, de gemeenschap van de heiligen, de vergiffenis van de zonden, de verrijzenis van het lichaam en het eeuwig leven. Amen.

### **Verdere meditatie**

Ik weet: mijn redder leeft, en Hij zal ten slotte hier op aarde ingrijpen. Hoezeer mijn huid ook is geschonden, toch zal ik in dit lichaam God aanschouwen.

Ik zal Hem aanschouwen, ik zal Hem met eigen ogen zien, ik, geen ander, heel mijn binnenste smacht van verlangen (Job 19,25-27).

**Zondag 24 mei – Pinksteren**

**DIE OP DE HEER VERTROUWEN  
VERNIEUWEN HUN KRACHT  
ZIJ SLAAN HUN VLEUGELS UIT ALS ADELAARS  
EN WORDEN NIET MOE**

*Jesaja 40,31*

Gegeseld, bespot en uitgemaakt, met doornen gekroond, in de steek gelaten door zijn beste vrienden... Krachteloos valt Hij onder de last van het kruis...

Elke keer Jezus staat weer op!

Gestikt, doodgebloed tot de laatste drup...

De derde dag staat Hij er weer: 'Vrede zij u!'

Doodsbang zijn de apostelen, ze vluchten, ze sluiten zich op...

Vervuld met Gods Geest komen ze met Pinksteren naar buiten:  
ze zullen hun Meester volgen, altijd en overal.

**ZALIG PINKSTEREN!**

Dat de Geest vol geloof en vertrouwen  
je in vuur en vlam mag zetten  
je telkens weer mag sterken en bemoedigen  
en je helemaal vervullen!

**25 mei 2026 – na Pinksteren**

**NIET JULLIE HEBT MIJ UITGEKOZEN,  
MAAR IK JULLIE.  
IK HEB JULLIE DE TAAK GEGEVEN  
OP TOCHT TE GAAN  
EN VRUCHTEN VOORT TE BRENGEN,  
DIE BLIJVEND MOGEN ZIJN.**

*Johannes 15,16*

Deze hele noveen groeiden we in vertrouwen op de Heer. Nu de pinkstertijd weer vernieuwd is, bekijken we het vertrouwen ook eens van een andere kant: als wij vertrouwen op de Heer en op Hem bouwen, als zijn Geest ons mag bezielen met zijn liefde en wijsheid en met zoveel andere hemelse gaven, dan vertrouwt de Heer op óns, en zendt ons.

### **Gebed**

Heilige Geest, nu Jezus ons zendt: kom over ons. Vervul ons met rotsvast geloof en met gerust vertrouwen, opdat Hij leeft in ons, liefheeft met ons hart, denkt door ons verstand en fantasie, speelt, lacht, weent in ons... Opdat heel ons doen en laten ervan getuigt dat God liefde is, dat God zorgt voor elke mens: Kom Heilige Geest!

### **Verdere meditatie**

Jezus zei tegen hen: 'Trek heel de wereld rond en verkondig het goede nieuws aan alle schepselen. Wie gelooft en gedoopt is zal worden gered. Zij die geloven zullen in mijn naam demonen uitdrijven, in onbekende talen spreken, met hun handen slangen oppakken, en als ze een dodelijk gif drinken zal het hen niet deren. Ze zullen zieken weer gezond maken door hun de handen op te leggen.' (Naar Marcus 16,15.16a.17b-18)

## Litanie tot de Heilige Geest

Innige band tussen de Vader en Jezus – Kom Heilige Geest!  
Diepste wezen van de Vader en van Jezus –  
Wervelende beweeglijkheid tussen de Vader en Jezus –  
En ons neemt U op in diezelfde beweging –  
U deelt alles wat U van de Vader en Jezus ontvangen hebt –  
U maakt alles duidelijk en brengt alles in herinnering –  
U komt onze zwakheid te hulp en bidt in ons: 'Abba, Vader!' –

U bent liefde –  
U bent kracht en goede moed –  
U bent wijsheid –  
U kent de Heer –  
U boezemt ontzag voor de Heer in –  
U brengt inzicht –  
U troost en bemoedigt –

U doopt ons met vuur en stuwt ons naar elkaar –  
U maakt ons fijngevoelig en attent voor elkaar –  
U geeft ons in wat goed is om uit te spreken –  
U zuivert onze bedoelingen en ons handelen –  
U vormt ons tot een liefdevolle gemeenschap –  
Bij U begint vergeving –  
U voert ons naar vrijheid, de vrijheid om lief te hebben –

Waar chaos is brengt U orde –  
Wat hard is maakt U zacht –  
Wat star is maakt U buigzaam –  
Wie rusteloos is brengt U tot rust –  
Wie verdwaald is brengt U thuis –  
Wie gevangen is maakt U innerlijk vrij –  
Aan wie onwetend is, openbaart U de Drie-ene God van liefde –

Wie ziek is maakt U gezond –  
Wie doof is hoort uw stem –  
Wie niet kan spreken laat U jubelen –  
Wie lam is laat U dansen –  
Wie blind is ziet uw zorg voor ons –  
Wie dood is brengt U tot leven –  
Wie niet bemind werd dompelt U onder in hemelse liefde –

Want waar U bent, daar is liefde –  
Waar U bent is vreugde –  
Waar u bent is vrede –  
Waar U bent is geduld –  
Waar U bent is vriendelijkheid en goedheid –  
Waar U bent is trouw –  
Waar U bent is zachtmoedigheid en zelfbeheersing –

Kom met liefdevol vertrouwen –  
Kom met hartelijk vertrouwen –  
Kom met gerust vertrouwen –  
Kom met kinderlijk vertrouwen en overgave –  
Kom met vertrouwen dat nooit opgeeft –  
Kom met stoutmoedige vertrouwen –  
Kom met onverwoestbaar geloof –

Zin in meer?

U wordt hartelijk onthaald in de  
gebedsgroepen van de charismatische vernieuwing:

info: Herman Embrechts 0498 28 99 64

<https://kcvvlaanderen.be/spiritualiteit>



Is dit boekje u tot hulp geweest?

Mede dankzij uw gift komt er volgend jaar een nieuw boekje:

**BE78 7340 7802 4886 van KCV vzw**

Vermeld uw naam en adres + PINOV26



**CHARIS Belgium**, dienst voor de Internationale  
Katholieke Charismatische Vernieuwing

# NODIGT JE UIT

---



**Pinkstermaandag (25 mei)  
samen te vieren in de  
Basiliek van Koekelberg**

Meer info: [www.charisbelgium.be](http://www.charisbelgium.be)



Mis niets van wat eraan komt!

