

GEEN TIJD?

Meditatie bij Sacramentsdag

Samen aan tafel gaan. In veel gezinnen staat het onder druk. Nochtans zou het de meest normale zaak van de wereld moeten zijn. Want samen eten, betekent niet alleen voedsel tot je nemen. Dat kan je in je eentje ook. Het gaat hem bij een gezamenlijke maaltijd ook om de beleving van de samenhang. In de Verenigde Staten namen enige tijd geleden, na een zoveelste schietpartij in een school, heel wat gezinnen bewust het initiatief om minstens één keer in de week samen te eten. *Eén keer per week ...* Daar schrik je toch wel even van. Want zo'n laag wekelijks minimum is allesbehalve bevorderlijk voor de samenhang in het gezin.

Opzij, opzij, opzij ... We hebben ongelofelijke haast !

Maar is het in onze contreien zoveel beter? Ook in onze Vlaamse samenleving, met een stijgend aantal tweeverdienersgezinnen, hoor je hoe langer hoe meer kinderen klagen over het lage aantal kwaliteitsvolle momenten die zij met hun ouders delen. Wij hebben het allemaal immers vreselijk druk met ons werk, de school van de kinderen, hobby's, verenigingen, familiale verplichtingen, ... Men hoort verhalen over kinderen die zonder ontbijt naar school gaan – niet omdat er thuis geen eten is, maar omdat er in de drukte 's ochtends gewoon geen tijd voor was. En wanneer papa eens op tijd thuis komt van zijn werk, is Jantje al naar de voetbal, terwijl mama Marieke naar de dansles brengt. Gelukkig zijn er nog de ijskast en de microgolfoven, of de frituur, want zo krijgt iedereen uiteindelijk toch nog een maaltijd binnen.

Onze mogelijkheden om tijd maken voor elkaar, staan onder druk van onze jachtige maatschappij. Vooral in de week hebben nogal wat ouders amper tijd voor de kinderen. En dat proberen zij in het weekend goed te maken. Dat zijn dan voor de kinderen heuse “verwendagen”. Maar als een kind op dinsdag of vrijdag ergens mee zit, heeft niemand tijd om te luisteren. Toch wel bedenkelijk. Net als de wonderbaarlijke vermenigvuldiging van broden en vissen, zouden we in onze samenleving haast een wonderbaarlijke vermenigvuldiging van onze beschikbare tijd kunnen gebruiken, zodat zowel onze familie en sociale engagementen als onze verplichtingen de nodige aandacht kunnen krijgen.

Tegenbeweging

Gelukkig merken we tegelijk ook dat er in heel wat gezinnen reeds een flinke tegenreactie is ingezet tegen dit verlies aan samenhang. Volgens cijfers, gepubliceerd in *The Economist*, besteden ouders vandaag de dag twee tot vier keer meer tijd aan hun gezin en aan de kinderen dan vijftig jaar geleden. Helaas gaat nog heel wat van die tijd verloren aan praktische beslommingen.

Eén van de belangrijkste momenten waarop kinderen betekenisvol contact met hun ouders ervaren, is tijdens de gezamenlijke maaltijd. Het loont om hieraan prioriteit te geven, omdat er vele positieve gevolgen aan verbonden zijn. Gezinnen waar de maaltijd samen wordt genuttigd, ontwikkelen een hechtere band. Je kunt samen op de rem staan en de drukte van alledag ontvluchten. Je kunt met elkaar praten en – hoe vreemd het ook lijkt – elkaar beter leren kennen. Ouders ontdekken wat er omgaat in het leven van hun kroost. Kinderen leren hoe je een gesprek voert, waardoor zij hun woordenschat ontwikkelen, maar ook leren hoe je naar elkaar luistert. De verhalen en grapjes die rond de tafel verteld worden, leggen de basis voor een sterke samenhang tussen de familieleden.

Thuisbereide maaltijden bevatten doorgaans meer groenten en minder suikers en vetten, en zijn dus gezonder dan opwarm- of uithaalmaaltijden. Kinderen leren bovendien een breder smakenpalet appreciëren. Tenslotte blijkt uit onderzoek van de Universiteit van Colombia dat kinderen die vijf tot zeven keer samen met de hele familie aan tafel gaan, beter punten halen op school.

Verbondenheid rond tafel van de Heer

Wat voor de gezinnen geldt, geldt ook voor de (geloofs-)gemeenschap. Gelovige mensen worden verondersteld om geregeld op zondag samen te komen en onze verbondenheid rond het Woord en de breking van het brood te vieren en te bevestigen. En net zoals de samenhang in gezinnen onder druk komt te staan wanneer er geen gezamenlijke momenten zijn, zo ook heeft ons geloofsleven nood aan een regelmatige deelname aan de vieringen van de geloofsgemeenschap om fris en relevant te blijven.

Er is echter nog meer. Die gedachtenis van Jezus' dood en verrijzenis in de Eucharistie is ook het teken van een nieuw Verbond, waarin Hij levend wil blijven bij Zijn volgelingen. Stilstaan bij dit herinneringsteken is veel meer dan statisch terugdenken aan de mens die Hij geweest is, en hoe Hij zich voor de wereld heeft gegeven. Eucharistie is in wezen een oproep om zelf je leven, ook buiten de kerk, te delen met anderen in de omgeving waarin wij leven. Samen de eucharistie vieren is dus in wezen de bron van waaruit het leven van de Kerkgemeenschap ontspringt.

Sacramentsdag

Volgende zondag vieren we Sacramentsdag. Dan stellen wij de aanwezigheid van Jezus zelf, in het breken van het brood en het ronddelen van de beker, centraal. Het moment is daar dan ook om ons te bezinnen over de rol en de betekenis van de Eucharistie in ons leven. *We hebben elkaars aanwezigheid op zondag in de kerk nodig om, in aanwezigheid van Jezus zelf, elkaars geloofsleven te ondersteunen.*

Hoezo, geen tijd? Hoezo, te druk? Is ons geloofsleven het dan niet waard dat we er prioriteit aan geven, en er tijd voor maken?

(Frans Van Looveren)