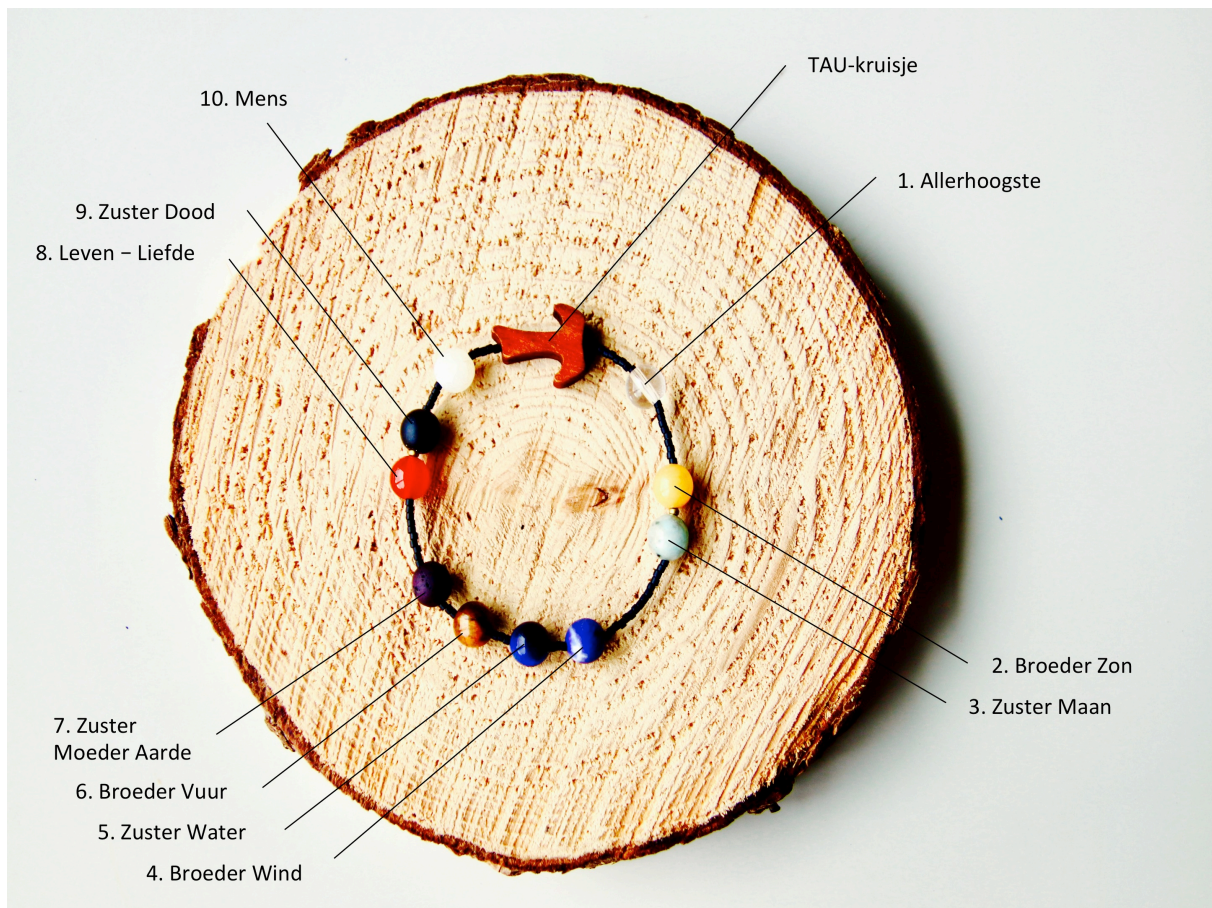


# De Laudato Si' gebedsarmband





## Het Zonnelied bidden

De tien parels kan je als tientje bidden.

- Je kiest je favoriete verzen uit het Zonnelied.
- Je herhaalt deze verzen 10 keer.
- Bij het TAU-kruisje kies je een ander vers of een refrein van een lied.

*Andreas kiest het eerste vers van de Allerhoogste, samen met de vier verzen van de natuurelementen. Na elk tientje bidt hij het laatste vers van het Zonnelied: "Prijs en zegen mijn Heer..."*

Aan de hand van de parels kan je, waar je ook bent, je eigen Zonnelied bidden: bij elk element kan je danken, vergeving vragen, hoop uitspreken.

*Sophia houdt even halt tijdens een natuurwandeling om God te danken voor Zijn schepping: "Dankjewel God voor je liefdevolle scheppingskracht, dankjewel God voor broeder Zon die ons warmte geeft, dankjewel God voor zuster Maan die ons troost tijdens de nacht..."*

## De gebedsarmband uitgelegd

De manier van bidden door herhaling aan de hand van een gebedsnoer is eeuwenoud!

Franciscus van Assisi voltooide in 1224 het Zonnelied. Zelf bad hij 70 keer per dag de mantra: "Laten wij Hem prijzen en hoog verheffen altijd door." Dit maakt het Zonnelied tot een loflied voor God voor en door de schepping met een duidelijke opdracht voor de mens in die scheppingsdynamiek.

Het TAU-kruisje geeft de juiste richting aan: we starten bij God en eindigen bij de nederige mens, van hoog naar laag, van God via de hemellichamen en de oerelementen, over leven, liefde en dood naar de opdracht van de mens.

## De 10 natuurstenen van de Laudato Si gebedsarmband

<p><b>1. Allerhoogste, Almachtige Goede Heer</b> Bergkristal werkt genezend, stimuleert of kalmeert, afhankelijk van wat er nodig is, en brengt harmonie</p>	<p>De Allerhoogste is een transparante bergkristal waardoor het licht helder schijnt. De mens gelijkt op God, maar op een onvolmaakte manier: het licht schijnt doorheen de barsten aan de oppervlakte...</p>
<p><b>2. Meneer, Broeder Zon</b> Gele Aventurijn werkt kalmerend en beschermend, helpt voorspoed aan te trekken en te ontspannen</p> <p><b>3. Zuster maan</b> Maansteen verbindt met de energie van de maan en vrouwelijke kracht, bevordert intuïtie en zelfinzicht.</p>	<p>Er zijn twee keer twee parels die met een gouden pareltje verbonden worden: enerzijds zon (dag) en maan (nacht) en anderzijds leven/liefde en dood.</p>
<p><b>4. Broeder Wind</b> Sodaliet bevrijdt je van beperkende patronen en handelingen, bevordert zelfrespect en zelfvertrouwen</p> <p><b>5. Zuster Water</b> Blauwe Tijgeroog maakt ook creatief en productief: het doet energie stromen</p> <p><b>6. Broeder Vuur</b> Roodbruine tijgeroog werkt aardend en stimuleert: het vuurt je aan</p> <p><b>7. Zuster, Moeder Aarde</b> Lavasteen geeft je aardse energie en vergroot je wilskracht op een gebalanceerde, zachte manier.</p>	<p>De vier natuurelementen zijn regelmatig en evenwichtig gerangschikt en staan symbool voor de natuurlijke wijsheid van eco-systemen waar 'alles met alles verbonden is'.</p>
<p><b>8. Leven en Liefde</b> Rode agaat stimuleert persoonlijke groei en ontwikkeling.</p> <p><b>9. Zuster Dood</b> Onyx geeft steun en kracht en helpt om de realiteit onder ogen te kunnen zien</p> <p><b>10. De mens</b> Gebroken melkwitte agaat het laat je veilig voelen en zorgt voor geestelijke als emotionele rust en balans.</p>	<p>Het laatste vers is de opdracht van de mens in Gods schepping</p>

## *Het Zonnelied in 10 strofes*

1. Allerhoogste, almachtige, goede Heer,  
van U zijn de lof, de roem, de eer en alle zegen.  
U alleen, Allerhoogste, komen zij toe  
en geen mens is waardig uw naam te noemen.
2. Wees geprezen, mijn Heer, door al uw schepselen,  
vooral door mijnheer broeder zon  
die de dag is en door wie Gij ons verlicht.  
En hij is mooi en straalt met grote pracht;  
van U, Allerhoogste, draagt hij het teken.
2. Wees geprezen, mijn Heer, door zuster maan en de sterren.  
Aan de hemel hebt Gij ze gevormd, helder en kostbaar en mooi.
4. 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.
5. Wees geprezen, mijn Heer, door zuster water  
die heel nuttig is en nederig, kostbaar en kuis.
6. Wees geprezen, mijn Heer, door broeder vuur  
door wie Gij voor ons de nacht verlicht;  
en hij is mooi en vrolijk, stoer en sterk.
7. Wees geprezen, mijn Heer, door onze zuster moeder aarde  
die ons voedt en leidt, en allerlei vruchten voortbrengt,  
bonte bloemen en planten.
8. Wees geprezen, mijn Heer, door wie omwille van uw liefde  
vergiffenis schenken, en ziekte en verdrukking dragen.  
Gelukkig wie dat dragen in vrede,  
want door U, Allerhoogste, worden zij gekroond.
9. Wees geprezen, mijn Heer, door onze zuster de lichamelijke dood,  
die geen levend mens kan ontvluchten. [...]
10. Prijs en zegen mijn Heer,  
en dank en dien Hem in grote nederigheid.