

Oktober 2026

“Vreemdelingen mag je niet uitbuiten of onderdrukken, want jullie zijn zelf vreemdelingen geweest in Egypte” (Ex. 22,20)

Hier vind je verschillende digitale versies van het maandelijkse Woord van Leven: video voor iedereen, video voor kinderen, Powerpoint voorstelling, MP3 Podcast, stripverhaal voor kinderen en tieners: www.woord-van-leven.be

Het Woord van leven van deze maand komt uit het boek Exodus. Daarin kun je het verhaal lezen over de steeds wanhopiger omstandigheden van de Israëlieten in Egypte. Onderdrukt en tot slaven gemaakt roepen zij de hemel aan en vragen om hulp. Deze noodkreet bereikt het hart van God, die besluit in te grijpen door Mozes te kiezen als zijn gezant. Na de bevrijding volgt de viering die het Verbond tussen God en Israël bezegelt. Het document dat deze relatie weerspiegelt, is de zogenaamde “Verbondscode”^[1], waarmee het hele volk instemt^[2] en waarvan de bekendste passage bestaat uit de Tien Geboden. Daaraan worden andere voorschriften en wetten van allerlei aard toegevoegd, allemaal gelinkt aan de buitengewone gebeurtenis van de bevrijding. De zin van deze maand komt uit dit geheel van levens- en gedragsregels.

“Vreemdelingen mag je niet uitbuiten of onderdrukken, want jullie zijn zelf vreemdelingen geweest in Egypte”

De vreemdeling behoort samen met de arme, de wees en de weduwe, tot de groepen die door God bijzonder geliefd en beschermd worden, omdat de vreemdeling zo erg kwetsbaar is. De motivering voor deze regel beroept zich allereerst op de herinnering aan de slavernij in Egypte. Gods machtige ingrijpen tijdens de Uittocht wordt in het Oude Testament voortdurend opnieuw aangehaald. Het gaat om een gebeurtenis die het volk altijd voor ogen moet houden als iets dat zich in elke generatie op velerlei wijzen blijft herhalen. Veelbetekenend is de uitspraak van Origenes in zijn commentaar op het boek Exodus: “Wie de vreemdeling onderdrukt, toont dat hij Egypte nog niet heeft verlaten”^[3].

Dit gebod roept ook op tot empathie: jezelf in de plaats stellen van de ander helpt om hem te begrijpen en te ontdekken wat hij nodig heeft. Wie zelf een moeilijke ervaring heeft doorgemaakt, zou zich gemakkelijker moeten kunnen inleven in het lijden van anderen. Maar in het Oude Testament gaat het niet alleen om een menselijke ervaring. God zelf geeft als eerste het voorbeeld van wat het betekent zich in de situatie van anderen in te leven.

“Vreemdelingen mag je niet uitbuiten of onderdrukken, want jullie zijn zelf vreemdelingen geweest in Egypte”

Hoe kunnen we dit Woord van leven in praktijk brengen? Het kan helpen onszelf enkele vragen te stellen: heb ik ooit ervaren wat het betekent een vreemdeling te zijn? Heb ik mij ooit niet aanvaard gevoeld, niet welkom, niet begrepen of niet op mijn plaats? Wat heb ik uit deze

ervaringen geleerd? Wie is de vreemdeling voor mij? Wie is de vreemdeling voor God? Hoe kan ik hem zonder voorbehoud ontvangen of onthalen, zoals de Heer ons ontvangt en onthaalt? Wat kan ik concreet doen?

Chiara Lubich schrijft: “Als God geen onderscheid maakt tussen mensen, hoe kunnen wij dan de universele broederlijkheid niet ter harte nemen? Als kinderen van dezelfde Vader kunnen wij ontdekken dat we broers en zussen zijn van iedere man en vrouw die we ontmoeten. Als wij dus allen broers en zussen zijn, moeten wij iedereen liefhebben, te beginnen met degenen die dicht bij ons staat, zonder grenzen te stellen aan onze inzet en liefde. Onze liefde zal dan geen abstract idee zijn, maar concreet en dienstbaar. Een liefde die de ander tegemoet gaat, die een dialoog begint, zich inleeft in moeilijke situaties en de lasten en zorgen van de ander mee draagt. Zodat de ander zich begrepen en aanvaard voelt in zijn anders-zijn, en vrij wordt om alle rijkdom die hij in zich draagt tot uitdrukking te brengen.”^[4]

Dat is ook de ervaring van Maryam, een jonge Pakistaanse vrouw. “In een café zag ik hoe de eigenaar een kop thee weigerde aan een oudere vrouw. Ik had maar een paar roepies (de plaatselijke munt) op zak, maar ik voelde dat ik haar moest helpen. Daarom stapte ik naar de eigenaar en bood aan voor haar te betalen. Eerst keek hij vreemd op en aarzelde even. Daarna glimlachte hij en zei: ‘Nee, dat is niet juist. Als jij, als klant, bereid bent je weinige geld te gebruiken om voor haar te zorgen, hoeveel te meer zou ik dan als eigenaar niet gul moeten zijn? Het is voor mij gemakkelijker haar gratis een kop thee te geven dan jou te laten betalen.’ Het was een sterke ervaring. Door liefde te tonen, eerst aan de vrouw en daarna aan de eigenaar, zag ik hoe een eenvoudig gebaar van vriendelijkheid het hart van een ander kan openen.”

Augusto Parody Reyes en het Woord-van-Leven-team

^[1] Ex. 20, 23.

^[2] Vgl. Ex. 24.

^[3] Origenes, Homilieën over Exodus V,5.

^[4] Chiara Lubich, Woord van leven van mei 2006.