



**40-dagenkalender**

**2021**

## Voorwoord



Mensen op afstand van elkaar. De armen gespreid als kruizen. De lijdende mens. De mens die verlangt naar samen. Naar stevige knuffels en zingen in koor en dan de hele familie rond de tafel, lekker dicht tegen elkaar. Twee mensen op afstand van elkaar, maar de blik vast op elkaar gericht. Verbonden en gedragen in Gods handen.

Een bijzonder jaar hebben we achter de rug. Met angst en verdriet, maar ook met mooie momenten. Met onvrijheid, maar ook met nieuwe wegen bewandelen. Met niet samen kunnen komen, maar elkaar toch vast weten te houden.

Ook als gemeentes was het soms een worsteling, maar wat ontstonden er ook mooie initiatieven. Er was veel creativiteit en mensen wisten elkaar ook over de grens van de gemeentes heen te vinden in online vieringen en zoom-meetings en zelfs een kerkdienst in het bos.

Ook de FDS en GDS trokken het afgelopen jaar samen op. Zo kwam er een gezamenlijke 50-dagenkalender voor de tijd van Pasen naar Pinksteren en werden er kerkdiensten op papier met elkaar gedeeld. Haast vanzelfsprekend komen we nu ook samen met deze 40-dagenkalender.

Onze dank gaat uit naar al diegenen die iets hebben aangeleverd. Het aantal inzendingen overtrof zelfs het aantal dagen van de 40-dagetiijd. Om alle inzenders toch een plekje te geven, hebben we er daarom voor gekozen op sommige dagen twee teksten te plaatsen.

Wij wensen iedereen een goede tijd naar Pasen toe, met ruimte voor bezinning en reflectie en hopen van harte dat we elkaar in de loop van dit voorjaar ook weer in levenden lijve kunnen ontmoeten.

## Woensdag 17 februari

### Aswoensdag'

'Wees mij genadig, God, wees mij genadig, want bij u is mijn leven geborgen. In de schaduw van uw vleugels zal ik schuilen, tot het doodsgevaar is geweken.'

Afgelopen jaar leek het wel één lange Aswoensdag. Langzaam maar zeker werden voorrechten ingeperkt en werd het menselijk contact tot een minimum teruggebracht. Het was één grote oefening in veerkracht en voor mijn gevoel; inkeer. We staan met Aswoensdag aan het begin van de 40 dagen tijd. Een tijd van inkeer en bezinning. Een bijzondere dit jaar, want was het vorig jaar gelatenheid waarmee we deze tijd en het aansluitende Paasfeest misten, juist nu is het een groot gemis. Samen bij elkaar komen, samen vieren en samen tot inkeer komen, wij hunkeren ernaar. Menig maal vragen we om een antwoord op onze vragen. Richten we in wanhoop onze schreeuw naar boven. Zo ook in de psalm die we tijdens deze Aswoensdag lezen. Weinig psalmen beginnen zo explosief als psalm 57, het is een schreeuw naar de Eeuwige. De nood is hier hoog, David zit in een benarde situatie en hij smeekt tot tweemaal toe om redding.

David zat in de rotsspelonk verscholen om aan Saul te ontkomen. Nu zullen wij niet direct in die situatie terecht komen, maar je kunt je wel bedreigd voelen door wat er op je afkomt. Zeker in het afgelopen jaar. Je voelt je zo bedreigt dat het om je heen als het ware een geestelijke spelonk wordt: donker en kil, mistig en onbestemd. Dan voel je je klein en bang. Dan vliegt het je naar de keel. Juist op deze Aswoensdag mogen we open en eerlijk onze angsten tegemoet treden. Maar niet alleen, nooit alleen. Met alle verdriet, eenzaamheid, rouw en angst mag je schuilen in de schaduw van de vleugels van de Eeuwige. Hoe dat voelt? Bij mij komt dan altijd het beeld naar boven van een moedervogel die haar vleugels om haar kuikens heeft geslagen. Dat beeld geeft troost, te weten dat geborgen zijn in de troostrijke schaduw van de Eeuwige. In alle rust kunnen we daar bijkomen, ons bezinnen, maar daarna ook weer verder gaan, op weg naar Pasen.

Ingezonden door Ietsje de Boer

## Donderdag 18 februari

1e zondag van de 40-dagen

*Wees niet bang en laat je stem maar horen  
want wie luist'ren wil die zal verstaan  
Wees niet bang, God voedt je met zijn  
woorden  
en zal alle wegen met jou gaan*

2e zondag van de 40-dagen

*Neem de tijd om stil te zijn, te zwijgen,  
even weg van het rumoer vandaan  
Neem de tijd opnieuw de geest te krijgen  
en met nieuwe moed weer op te staan.*

3e zondag van de 40-dagen

*Ruim maar op de rommel in je leven,  
en doe weg wat niet meer nodig is  
Ruim maar op en durf jezelf te geven  
zodat je huis een plek van welkom is.*

4e zondag van de 40-dagen

*Het komt goed, daar mag je op vertrouwen,  
want God zelf maakt groot wat klein begint  
Het komt goed, daar mag je steeds op  
bouwen  
God doet recht aan ieder mensenkind.*

5e zondag van de 40-dagen

*Keer je om en kies de weg van leven.  
Elke dag is weer een nieuw begin.  
Keer je om, God wil je vreugde geven  
dus sta op en dans en juich en zing.*

Ingezonden door Rinnie Kooiker – Siegers

## Vrijdag 19 februari

Voorbede

*Gij die ons in leven hebt geroepen,  
blijf ons uitnodigen,  
waar wij geen perspectief meer zien,  
en denken dat alles voor niets is geweest.  
Raak ons met uw Geest,  
opdat wij weer zien en geloven.*

*Gij die ons tot liefde hebt geroepen,  
blijf ons trouw,  
waar wij elkaar teleurstellen  
en elkaar laten vallen.  
Raak ons met uw Geest,  
opdat wij weer zien en geloven.*

*Gij die ons tot gerechtigheid hebt  
geroepen,  
blijf ons bemoedigen  
waar wij door onrecht en geweld  
ontmoedigd raken.  
Raak ons met uw Geest,  
opdat wij weer zien en geloven.*

*Gij die ons tot vrede hebt geroepen,  
inspireer ons  
in ons werken aan deze verscheurde  
aarde.  
Raak ons met uw Geest,  
opdat wij weer zien en geloven*

Zr. Laetitia Aarnink

Ingezonden door Saakjen van Hoorn – Dantuma

## Zaterdag 20 februari

Bomen

*In de rij staan op eenzame winterse weide  
wat bomen, fier met de kruinen geheven.  
Daar leven zij diep hun innerlijk leven  
en laten de rampen stil over zich glijden.*

*Hen kunnen slechts woedende winden doen beven,  
die streng en hardvochtig hun stammen kastijden.  
Zij buigen deemoedig bij al wat zij lijden  
en staan na de storm nog hover geheven.*

*Om zo in het leven te staan als die bomen  
zo krachtig en fier en zo zelfbewust;  
Maar ook om onder de rampen die komen*

*Te buiten als zij en geworteld in rust  
omhoog weer te veren door een volkomen  
en onverwoestbare levenslust!*

Elsie Franken – Duarc (1911-2001)

Ingezonden door Margriet Oldenziel – Luchtenberg

## Zondag 21 februari

*God, op wie wij vertrouwen, vernieuw en verdiep  
in ons door deze inkeer van veertig dagen ons  
verstaan van de weg die uw Zoon is gegaan en  
versterk onze bereidheid Hem te volgen op die weg.*

Ds. W.R. v.d. Zee

Ingezonden door Grietje Hamersma – de Haan

*Hoe zou Jezus.....?*

*Vraag je van tijd tot tijd af: hoe zou Jezus in deze omstandigheden hebben gehandeld? Wat zou hij hebben gedacht, gezegd, en hoe zou hij concreet hebben gedaan?*

Vincent Depaul

Uit: De armen nabij

Ingezonden door Aaltje Stobbelaar

## Maandag 22 februari

Leer mij, o God van zaligheden,  
*Mijn leven in Uw dienst besteden;*  
*Gij zijt mijn God, vat Gij mijn hand;*  
*Uw goede Geest bestier' mijn schreden,*  
*En leid' mij in een effen land.*

Psalm 143, vers 10

Ingezonden door Kees Kreeft



## Dinsdag 23 februari

Onze trouwtekst is Johannes 15;13: 'Er is geen grotere liefde dan deze in te zetten voor je vrienden'. En toen kregen we een kerstkaart met de volgende tekst:

*vriendschap wordt geweven  
in patronen van eerlijkheid en  
trouw*

*in kleuren van liefde,  
als kostbaar kant,  
teer om te zien,  
maar sterk genoeg  
om ons gewicht te dragen*

*vriendschap is een kunstwerk*

Ingezonden door Lamkje D. Postma & Renze P. Yetsenga

## Woensdag 24 februari

*woorden van Jezus  
gaan veertig dagen  
met ons mee*

*vergezellen  
ons denken en doen  
veertig dagen lang*

*hechten zich  
ondanks  
alle uiterlijk vertoon  
aan hart en nieren*

*woordeloos  
vormen ze*

*maken het hart  
gevoelig  
voor vreugde  
filteren  
ze wat van waarde is*

*het overige  
mag aan ons  
voorbijgaan*

Aukje Wijma

Ingezonden door Froukje Bosch

## Donderdag 25 februari

geen lichaam

*als ik nu eens geen lichaam had  
geen lijf en ook geen leden  
ik hoefde het niet te voeden  
en ik hoefde het niet te kleden*

*als ik nu eens geen lichaam had  
kon ik mn neus niet stoten  
ik ging door ieder sleutelgat  
geen deur bleef voor mij gesloten*

*als ik nu eens geen lichaam had  
dan zweefde ik boven deze stad  
haar straten haar pleinen en haar kerken  
en ik keek dan op ieder neer  
maar niemand zou het merken*

*als ik nu eens geen lichaam had  
leed ik geen honger kou of pijn  
groot ongeluk en groot verdriet  
dat alles kende ik dan niet*

*dat lijkt mij nou zo fijn  
als ik nu eens geen lichaam had  
en als ik nu eens geen lichaam had  
als ik nu eens géén lichaam had  
en ik was alleen maar geest  
wat zou dat héérlijk zijn geweest*

Huug Hartog, Groningen 2019

Ingezonden door Tjalling Kindt

## Vrijdag 26 februari

*Rabbi Mendel merkte op dat de chassidiem (rechtvaardigen) graag pochen dat hún rebbe in staat zou zijn de doden te doen verrijzen. 'Wat mij betreft', zei hij, 'zal ik gelukkig zijn als mijn volgelingen zeggen dat ik de levenden tot leven kon roepen'.*

Ingezonden door Pieter Post

*Herinner je dat de mensen, hoewel ze moeten sterven, niet geboren zijn om te sterven, maar om te vernieuwen, om zich open te stellen voor de geboorte en voor de wedergeboorte.*

Hannah Ahrendt  
Geciteerd in Marc Alain Ouaknin in "De tien geboden".

Ingezonden door Romkje Veenstra

## Zaterdag 27 februari



Ingezonden door Marinus Suiding

## Zondag 28 februari

*Ik hou van de donkere kleuren van 't Noorden  
Van het grijs en het groen met hun veilige rust  
Ik hou van 't voorzichtige licht van de morgen  
Op de knisperende duinen van de Hollandse kust.*

*Ik hou van die kust waar het water kan kolken  
Van de schelpen en het hout voor het spelende kind  
Ik hou van de schuimende zee en de wolken  
Met krijsende meeuwen die dansen in de wind*

*Ik hou van de wieren die de pieren begroeien  
Van een bruisende branding met een zakkende zon  
Ik hou van die kleuren die zachtjes vervloeien  
Aan de kust van mijn jeugd  
Waar alles begon.*

*En met nieuwe muziek en met andere woorden  
Zal ik daar altijd verwonderd weer staan  
En zingen over de zee de zee van het Noorden  
Daar voel ik me thuis, daar kom ik vandaan.*

(uit 'het Noorden' van Paul van Vliet)

Ingezonden door Tiny Spanjer

## Maandag 1 maart

40 dagen, 40 nachten  
liket lang mar is samar om  
Lykwols no mei de corona  
Sjogge wy it somtiden oarsom.  
Sit it libben foar 40 dagen  
samar yn it slot.  
Ja, wy tochten 40 dagen  
mar wer fine wy no it slot?  
Wis en warachtich, 40 dagen  
duorje no al hast in jier.  
Is it noch wol fol te hâlden  
of falt it eltsenien soms swier.  
Klage helpt net, mei ús allen  
Moatte wy der fûl tsjinoan  
40 wiken, 40 moanne wa sil it sizze  
Libje it libben en betink:  
Eltse dei is in geskink!

40 dagen, 40 nachten  
lijkt lang maar is zomaar voorbij.  
Echter, nu met de Corona  
zien we het soms andersom.  
Zit het leven voor 40 dagen  
zomaar op slot.  
Ja, wij dachten 40 dagen  
maar waar vinden we nu het slot?  
Wis en waarachtig, 40 dagen  
duren nu al bijna een jaar.  
Is het noch wel vol te houden  
of is het zwaar voor iedereen.  
Klagen helpt niet met z'n allen  
moeten wij er hard tegenaan  
40 weken, 40 maanden wie zal het zeggen  
Leef het leven en bedenk:  
Iedere dag is een geschenk!

Ingezonden door Syt Hijlkema, Hallum

## Dinsdag 2 maart

Wachten op een wonder

*Ik heb gehoord dat velen van jullie zitten te wachten op een  
wonder, een wonder dat ik, jullie  
God, de wereld zal redden.*

*hoe zal ik redden zonder jullie handen? hoe zal ik recht spreken  
zonder jullie stem?  
hoe zal ik liefhebben zonder jullie hart?*

*vanaf de zevende dag heb ik alles uit handen gegeven,  
heel de schepping en mijn  
wondermacht. niet jullie, maar ik  
wacht nu op een wonder.*

{van: luc gorrebeek}

Ingezonden door Wils `t Hart



## Woensdag 3 maart

Hoop,

*Er zijn momenten in ons leven  
Dat we snakken naar een teken  
Van omhoog  
-o, God, waar ben je?*

*Er zijn momenten waar we op moeten letten  
-want die zijn er wel-  
Die een teken kunnen zijn  
Dat Hij naast ons staat en ons verlichting geeft.*

*Als we zulke tekens ontdekken  
geven ze weer moed om  
"dank je wel" te zeggen  
zo dat we Weten en Voelen  
door moeilijke tijden heen  
gedragen te worden.*

Ingezonden door Aly en Jan Noord.

*Diep in onszelf dragen we de hoop  
Hoop is een kwaliteit van de ziel  
Hoop is ergens voor werken,  
omdat het goed is,  
Niet omdat het kans van slagen heeft*

*Hoop is niet hetzelfde als optimisme,  
Evenmin de overtuiging  
Dat iets goed zal aflopen*

Vrij naar Victor Havel

Ingezonden door Jan van der Velde

## Donderdag 4 maart

Deze parabel kwam ik tegen in het werkboek van de cursus in Amersfoort met vergelijkingen uit de joods-christelijke traditie en de Islam.

"Vier typen zijn erbij degenen die bij de wijzen zitten.  
Een spons, een trechter, een filter en een bloemzeef.

Een spons is degene die alles opzuigt.  
Een trechter is degenen die het hier inlaat en daar uitlaat.  
Een filter is degene die de wijn laat gaan en de droesem vasthoudt.  
Een bloemzeef is degene die het grove meel weggooit en de fijne bloem verzamelt".

Pirké Avot 5-15.  
Spreuken en wijsheden der Vaders

Uit Wikipedia het onderstaande:  
Avot (Hebreeuws: אבות) ook bekend onder de naam Pirké Avot (Hebreeuws: פירקי אבות) is een Misjnatraktaat dat deel uitmaakt van de sectie Neziekien. Avot wordt vertaald met "vaders/vaderen", een verwijzing naar de wijzen en rabbijnen die hebben geleefd vanaf de tijd van de tweede tempel tot het einde van de tweede eeuw. Pirké Avot betekent letterlijk Hoofdstukken van de Vaders ...

Ingezonden door Joke Reijntjes - Vonk

## Vrijdag 5 maart

'Hoe krijgen ze het voor elkaar er zo kalm en perfect uit te zien?' vroeg de jongen.



'Onder de oppervlakte wordt er ondertussen razend druk gepeddeld,' zei het paard.

Uit: *De jongen de mol de vos en het paard*

Ingezonden door Atsje van der Meer-Kooiker

## Zaterdag 6 maart

Wees hier aanwezig

*Wees hier aanwezig  
Licht dat leven geeft  
Aan mens en wereld*

*Wees hier aanwezig  
Stem die roept:  
Doe recht aan wie lijden en niet leven*

*Wees hier aanwezig  
Kracht tot bevrijding  
Voor wie niet gezien worden*

*Wees hier aanwezig  
Vuur van verlangen  
Naar recht en vrede*

*Wees hier aanwezig  
Gij die genoemd wordt Licht, Stem,  
Kracht, Vuur,  
Dat wij worden mens – medemens –  
naaste*

## Zondag 7 maart

In deze veertig dagen op weg naar Pasen, een periode waarin ik me probeer te bezinnen op verschillende aspecten van lijden, komen regelmatig de woorden van de verzetstheoloog Dietrich Bonhoeffer voorbij. Wat hij in 1944 vanuit de gevangenis in Tegel (Berlijn) schrijft stemt tot nadenken.

*Het lijden*

*Het is veel gemakkelijker te lijden gehoorzamen aan een bevel, dan vrij en na zelf genomen beslissing.*

*Het is veel gemakkelijker te lijden samen met anderen dan eenzaam.*

*Het is veel gemakkelijker publiek en met ere te lijden dan verborgen en in schande.*

*Het is veel gemakkelijker te lijden in je lichaam dan in je geest.*

*Christus leed vrij, eenzaam, verborgen en in schande, naar lichaam en geest en sindsdien vele christenen met hem.*

(uit: Verzet en Overgave, brieven en aantekeningen uit de gevangenis)

Ingezonden door Renze Pieter Yetsenga

## Maandag 8 maart

Gods Geest als levensader

*Onzichtbaar zoals adem is  
woont Gods Geest in ons midden  
als levenskracht die bouwt en bruist  
en zichtbaar maakt wat in ons huist  
aan leven, liefde, zingen.*

*Als wind die waait waarheen hij wil  
is Gods Geest daar aanwezig  
waar mensen voor Haar open staan,  
gestuwd de weg opgaan  
van ruimte, recht en vrede.*

*Als ademnood ons overvalt,  
benauwdheid voor het leven,  
en eenzaamheid ons hart verstart,  
blaast Zij ons warmte in, licht en zacht,  
geeft moed, zet in beweging.*

*De Geest van God is overal  
waar mensen Haar herkennen,  
Zij ziet ons door de ogen aan  
van hen die helpend naast ons staan,  
Zij gaat door heel de schepping.*

*O adem Geest, die ons vervult,  
geschenk aan ons gegeven  
zolang wij hier op aarde zijn,  
geheim van troost in angst en pijn,  
Jouw adem is het leven!*

Marijke Kojick-de Bruine

Ingezonden door Greetje Doornbos

## Dinsdag 9 maart

'Ik ben een optimist. Het lijkt me niet heel zinvol iets anders te zijn!'

woorden van Winston Churchill

Optimisme is goed voor je hart, hebben wetenschappers ontdekt. Mensen met een zonnige kijk op het leven hebben de helft minder kans op een hartaandoening dan zwartkijkers. Optimisten lijden minder onder stress, want ze zien de toekomst rooskleurig in. Ze zien kansen waar pessimisten obstakels zien.

Mocht je pessimistisch aangelegd zijn, dan hoef je niet te wanhopen. Alleen wanneer je verlamd van angst weigert om ook maar iets te ondernemen, dan doe je jezelf echt tekort.

Uit onderzoek blijkt dat 'defensief pessimisme' ook nuttig kan zijn. Dat betekent dat je van tevoren inschat wat er allemaal fout zou kunnen gaan, en daar rekening mee houdt; je stelt een realistisch plan van aanpak op. Een beetje zorgelijk zoeken naar mogelijkheden en oplossingen kan dus ook. Als dat geen optimistische visie is?!

Ingezonden door Jehannes Regnerus

# Woensdag 10 maart

Melodie; 'In het stil midwinter' een oud-Anglicaanse melodie.

Tekst; Cees Luiten (2020)

Het is een oud-Anglicaanse traditional welke het meest tot zijn recht komt als het ingetogen wordt gezongen. Op youtube te vinden door in te toetsen 'In the bleak midwinter' en je hoort het prachtige King's College Choir. Je kunt de Nederlandse tekst dan zachtjes meezingen... Vanwege het virus-gebeuren zijn twee 'actuele' strofen toegevoegd (5 en 6), maar feitelijk is de vastentijd van alle tijden.

Solo 1. Veertig dagen vasten, diep in de woestijn.  
Nergens brood te vinden, laat dat over zijn.  
Geef weer melk en honing, alles wat er is.  
Zorg ervoor dat het weer weldra... Pasen is.

Solo 2. Heer help mensen leven, dat zij samengaan:  
Boodschap van de liefde, juist Uw woord verstaan.  
Wereld zonder wapens, weg met het geweld.  
En dat enkel in het leven... liefde telt.

Solo 3. Opstaan uit de doden, als dat toch eens kon!  
Als niet angst of twijfel, maar de liefde won.  
Als de dood niet dood is, maar een hindernis,  
naar een rijk waar iedereen.... gelukkig is.

Solo 4. Mensen, zou het waar zijn wat vaak wordt gezegd:  
God heeft ons gegeven: krachtig en oprecht,  
neiging tot het goede, steeds meer mens'lijkheid,  
en de kans te groeien naar de.... Nieuwe Tijd.

Solo 5. 't Wereldwijde virus lijkt de achtste plaag.  
Geen verhaal van vroeger; het gebeurt vandaag.  
Maakt onzeker, angstig, 'k voel me net als Job.  
't Maakt mij stil en zet mijn wereld... op z'n kop.

Solo 6. Als zo'n plaag een doel heeft, geldt dat ook  
vandaag?  
't Zet ons aan het denken, stelt aan ons de vraag:  
Kijk eens naar de Schepping, wat we daarmee doen.  
Moeten wij dat niet met veel meer... liefde doen?

Solo 7. Liefde voor het leven en voor de natuur.  
Liefde voor de liefde, elke dag, elk uur.  
Die oprechte warmte, eerlijk en intens,  
Welbedoeld voor Hem, voor jou, voor ...ieder mens.

Ingezonden door Cees Luiten



## Donderdag 11 maart

Levensgenot

*Wat is de prijs van één Oogenblik? Jaren.*

*Wat is de prijs van het Leven? De Dood.*

*en toch: vrees niet voor wroeging en gevaren.*

*geniet uw leven met zijn lust en nood.*

Uit de bundel 'Kwatrijnen' van Jacob Israël de Haan

Ingezonden door Paulina Roozemeijer

Laat de zon je gezicht verwarmen. Wie met de rug naar de zon staat, ziet alleen zijn schaduw.

Ingezonden door Anco de Vries

## Vrijdag 12 maart

De engel van Pasen

*Zeg eens, heb je de engel ontmoet  
die voor jou de steen wegrolde  
toen je bij het graf stond?*

*Wie was voor jou zo'n engel  
die in je donkerste momenten  
van eenzaamheid, angst,  
ontmoediging en wanhoop  
heel dicht naast je kwam staan  
en luisterde – heel lang?  
Je voelde haar begrip  
en haar warme hand die zei:  
kom, ik ga met je mee.*

*Gaandeweg brak in de donkere chaos  
weer licht door!  
je ging weer geloven in jezelf  
en in je leven.*

*Wie was voor jou die engel  
die de steen wegrolde  
en nieuw leven mogelijk maakte?*

*En jij  
voor wie was jij die engel?*

Ingezonden door Korneel Roosma

## Zaterdag 13 maart

Vorbij de regenboog

Een jonge vrouw zat boven op een berg te genieten van een prachtige regenboog. Ze keek verrukt naar zijn schoonheid en intensiteit. Na een tijdje begon de regenboog te vervagen. Tegelijk verdween haar goede gevoel en ook de glimlach op haar gezicht. De Regenmaker wilde er meer van weten: 'Waarom heeft de vreugde je zo plotseling verlaten?'

'Omdat ik een diep verdriet voel opkomen. De kleuren van de regenboog verdwenen omdat de zon niet langer door de druppels scheen. Het is dus gewoon een illusie. En zo is het ook met mijn geluk.'

De Regenmaker sprenkelde wat druppels in het rond en vroeg: 'Is er nog water? Is er nog zon? Zo ja, dan is de regenboog er ook. Hij is alleen verborgen in de plooiën van de tijd. Je zult hem altijd zien als de zon en de regendruppels elkaar ontmoeten en tijd en ruimte met elkaar delen.'

De vrouw dacht na. 'Mist de natuur hem dan niet?'

'Nee, want hij is nooit weg. Hij is steeds aanwezig in de herinnering. En je gedachten kunnen hem op ieder moment weer terughalen. Zo is ook de herinnering aan geluk in je geest opgesloten. En door dat geluk op te roepen voel je het weer in je hart.'

De vrouw riep de herinnering aan de regenboog op. Het was alsof hij weer voor haar stond. Ze voelde zich die dag opnieuw gelukkig. Misschien kon ze zo ook verdriet verdrijven door vreugdevolle herinneringen te koesteren.

De vrouw nam deze levensles mee naar beneden. En vanaf die tijd genoot ze iedere keer als ze een prachtige regenboog zag.

Naar een idee uit: 'Wisdom of rainmaker', van Cicilia Siel

Ingezonden door Jeltsje Kooistra

## Zondag 14 maart

Krans

*Dit is wat jij later  
aan jouw kinderen vertelt:*

*Voor het virus kwam  
was het vliegtuig goekoper  
dan de trein, kwamen t-shirts  
uit India en sperziebonen  
uit Egypte. Onze varkens  
(bah, aten jullie die echt,  
roepen ze in koor)  
gingen in wagens naar Spanje.*

*Ze zullen hun hoofden schudden  
hun handen wassen en weer  
op schoot komen zitten.*

*Corona, wat betekent dat  
zullen ze vragen. Dan zeg jij:  
krans van licht om de zon.  
Ik zal hem jullie wijzen.*

Monica Boschman

Ingezonden door Vicky van der Linden

## Maandag 15 maart

*Het woord van God  
aan het begin  
aan het einde  
van alle tijden  
eeuwig actueel  
belofte  
verbond  
mens geworden  
zaad in aarde  
licht voor onderweg  
gidsinspiratie  
confrontatie  
kiezelsteen  
kracht om te leven  
troost bij verdriet*

*steun in moeilijkheden  
antwoord  
zegen  
balsem op de wonde  
bron van vreugde  
vervulling  
veertig dagen  
en ook daarna  
elke dag opnieuw*



Ingezonden door Anja Elzinga – de Vries

## Dinsdag 16 maart

*Ik vroeg om rijkdom,  
Om gelukkig te worden;  
Ik kreeg armoede, en daarmee  
Wijsheid*

*Ik vroeg om alle dingen, om  
Van het leven te genieten;  
Ik kreeg het leven, en genoot  
Van alle dingen*

*Ik kreeg niets waarom ik  
Gevraagd had; maar wel alles  
Waarop in gehoopt had*

Ingezonden door Jantiena de Vries – Durksz

## Woensdag 17 maart

*God, geef ons het zelfvertrouwen  
van een middelmatige witte man  
bidden mijn vriendinnen  
en ze houden eigentijdse seances  
met kaarsen en kennisuitwisseling  
en wijn  
Mensen noemen mijn vriendinnen hysterisch  
Gewoon normaal doen  
Dan beginnen de middelmatige mannen een  
prijsoorlog  
of een gewoon normale oorlog, met wapens*

*Zwijgend rapen mijn vriendinnen scherven op*

Uit 'De volgende scan duurt vijf minuten' van Lieke Marsman, sept. 2018 - uitgeverij Pluim, Amsterdam/Antwerpen

Ingezonden door Magda Bolt

## Donderdag 18 maart

Prayer uit het boek - Instant Healing –  
van Susan Shumsky :

*I now know, at the center of my being,  
Here lies happiness, joy, content, and  
fulfillment.  
Whatever sadness and pain I have endured  
Is now lifted into the light of God's perfect  
peace.  
I AM at rest in the heart of God's love.  
I find joy within, at the center of my being.  
I AM the joy that God is. I AM the fulfillment  
that God is.  
Therefore I AM happy, I AM content, I AM at  
peace,  
Thank you, God and SO IT IS.*

*Ik ken nu, de kern van mijn wezen  
Hier bevindt zich geluk, vreugde,  
tevredenheid en vervulling.  
Wat ik ook aan verdriet en pijn te verdragen  
heb, wordt nu opgetild in het licht van God's  
perfecte vrede  
Ik BEN bewegingsloos in het hart van Gods  
liefde  
In vind vreugde van binnen, in het centrum  
van mijn zijn.  
Ik BEN de de vreugde die God is. Ik BEN de  
vervulling die God is.  
Daarom BEN ik gelukkig, BEN ik tevreden, BEN  
ik in vrede.  
Dank u, God en ZO IS HET*



## Vrijdag 19 maart

*Heer, onze God,  
Van U komt alle leven en alles is uit U  
geboren.  
Hongerigen brengt Gij tot verzadiging  
En wie dorst lijden,  
Voert Gij tot de bron van levend water.  
Leid uw kerk in deze veertigdagentijd,  
Vervul ons van uw heilige Geest,  
Waarin wij allen zijn gedoopt  
Tot het éne lichaam van Jezus Christus, uw  
Zoon.*

Uit: altaarmissaal voor zon- en feestdagen

Ingezonden door Saapke van der Meer

*De nacht is nu voorbijgegaan.  
Zie mij, o Licht der wereld aan!  
Die heel de aarde hebt geschapen  
en mij gerust en stil deed slapen,  
houd Gij het leven hier in stand,  
het leven, Heer, van dier en plant,  
en houd ons mensen in Uw hand.*

W. Barnard

Ingezonden door Cees van Hoorn

## Zaterdag 20 maart

'Alleen met het hart zie je goed'

Een rabbi vroeg ooit aan zijn leerlingen, hoe men het uur bepaalt waarop de nacht eindigt en de dag begint.

'Is dat het moment waarop men van veraf een hond van een schaap kan onderscheiden?', vroeg een leerling.

'Nee', zei de rabbi.

'Is dat het moment waarop men van veraf een dadelboom van een vijgeboom kan onderscheiden?', vroeg een ander.

'Nee', zei de rabbi

'Maar wanneer is het dan?', vroegen de leerlingen.

'Het is hetmoment waarop je in het gezicht van een willekeurig mens kan kijken en je broeder of zuster ziet. Tot dan moment zijn we nog in de nacht'

Ingezonden door Manon ter Haar

## Zondag 21 maart

Queeste

*Ach wat ik ook  
op deze tocht  
ten grave zocht  
was wind en rook,*

*en wie weet is  
wel nooit geweest  
wat ik het meest  
van alles mis;*

*maar vroeg of laat  
verschijnt het land  
dat elk verstand  
te boven gaat,*

*waar ik volmaakt  
opnieuw ontmoet  
wie ik voorgoed  
was kwijtgeraakt.*

Gedicht van Jean Pierre Rawie

Ingezonden door Bart Smits

## Maandag 22 maart

Het is maar een droom

*De toekomst is vandaag,  
Het bestaat in gedachten,  
Alles kun je ervan maken,  
Vrijheid, vreugde, verdriet  
Verbazingwekkend  
Opgewekt*

Gedicht van Anna van der Laan

Ingezonden door Jansje Osinga

Het leven is alleen  
achterwaarts te begrijpen,  
maar we zullen het  
voorwaarts moeten leven.

Søren Kierkegaard (1813-1855,  
Deens filosoof en theoloog)

Ingezonden door Anco de Vries

## Dinsdag 23 maart

Mensen worden getekend

*mensen worden getekend  
door tegenslagen in het leven  
gebukt onder zorgen  
achtervolgd door een voortdurende pech*

*soms bewust,  
meestal onwetend  
gepijnigd door mensen  
gestenigd door woorden  
die verwonden de ziel*

*de levensweg lijkt te zijn afgesloten  
donkere wolken verhullen  
de vuurvlammen achter de einder  
belagers liggen op de loer*

*maar...*

*welzalgig de mens  
die in de diepste duisternis  
verscholen in de verste hoek  
toch het licht ziet  
van Gods woord  
en weet dat het noodlot  
overwonnen zal worden*

*welzalgig de mens  
die de diepste verslagenheid doorbreekt  
door de hoop van het geloof*

## Woensdag 24 maart

*Blijf geloven in de toekomst  
Ook al lijkt de kans maar klein  
Blijf geloven in de wereld  
Die jouw wereld ook kan zijn  
Blijf geloven in de vrede  
En een simpel kort gebed  
Blijf geloven in de mens  
Die zich voor jou heeft ingezet  
Blijf geloven in het wonder*

*Dat jouw angsten overwint  
Blijft geloven in de onschuld  
En in de glimlach van een kind  
Blijf geloven in de liefde  
Alle dagen dat je leeft  
Blijf geloven in de waarde  
En het doel van je bestaan  
Blijf geloven dat de mensen  
Eenmaal samen zullen gaan.*

Ingezonden door Anna de Jong - Weima

## Donderdag 25 maart

Van de dichteres Marjolijn van Heemstra:

[...]

Ik hoorde ooit een Joodse mythe over vaten vol licht die op een dag in scherven  
braken

en die scherven werden letters, zachte schemerlampen die de scheuren willen  
dichten.

Elk woord is dan een samenkomst van hunkerende splinters,

elk verhaal verzet tegen het totaal dat brak,

elk lied een daad van reparatie, heimwee naar het vat.

We verlangen omdat we gebarsten zijn. De hoop zit in de barst.

[...]

Ingezonden door Jan Cees Noord

## Vrijdag 26 maart

Aandacht,

*Aandacht is een variatie van liefde*

*Ze is een geschenk dat je ontvangt en  
geven kunt.*

*Ze is niet alleen op zichzelf gericht*

*Ze ziet een ander en geeft licht.*

*Ze heeft fantasie en is verrassend*

*Ze haalt mensen uit de schaduw.*

*Ze is attent en creatief*

*Ze denkt aan wie gemist wordt.*

*Ze kan stil zijn maar ook een stem geven  
aan wie vergeten wordt.*

*Aandacht is voedsel voor de ziel*

*en onmisbaar als de liefde voor elkaar.*

*Schenk aandacht aan elkaar.*

Ingezonden door Mieke Dooper



## Zaterdag 27 maart

Knipoog - Erik Idema

*Ik zag het wel , hoor.*

*Dat U naar mij knipoogde.*

*Ik zat te balen omdat iets niet lukte,  
toen ik ineens Uw knipoog zag.*

*Het leek alsof mijn vriendin het deed,  
maar ik weet wel beter.*

*U was het, toch?*

Ingezonden door Reina de Groot – van der Veen

## Zondag 28 maart

Palmpasen

Zovelen stonden langs de weg

*Zovelen stonden langs de weg  
waar Jezus binnen kwam,  
maar waren er ook onder hen  
die zagen wie hij was?*

*Een ezel , een onschuldig dier,  
dat draagt geen wereld macht,  
een pril en koppig ezeltje  
draagt wie is rein van hart.*

*Wie tranen laat in feestgedruis  
weet van het leven meer,  
weet dat een feest pas feest kan zijn  
door kwaad en lijden heen.*

*De intocht in Jeruzalem  
een zoektocht voor het hart  
naar vrede en gerechtigheid  
een haast onzichtbaar pad.*

Marijke de Bruijne, uit 'Zangen van zoeken en zien'

Ingezonden door Mads Haadsma

## Maandag 29 maart

Recept voor Charoset

Uit: Mijn Joodse keuken van Nanny ten Brink – de Lieme

450 gr zoete handappels  
150 gr blanke amandelen  
2 volle theelepels kaneel  
100 gr suiker  
150 gr rozijnen  
5 eetlepels zoete rode wijn

De appels schillen en de klokhuizen verwijderen. Om een echte specie te krijgen kunt u alles, behalve de wijn in de keukenmachine fijnmaken. Voeg de wijn beetje bij beetje toe zodat de massa niet te nat wordt. Wilt u de ingrediënten apart kunnen proeven, maak dan alles met de hand fijn, maar het moet wel een samenhangende massa worden. Ook al viert u geen Pesach, deze charoset (metselspecie) is heerlijk op matzes.

Dit recept maakte ik in 'Dopersduin' voor de gasten met Pasen.

Ingezonden door Meiny Eizenga

## Dinsdag 30 maart

'Wie ben ik?'

Wie ben ik?  
Ze zeggen me vaak  
dat ik uit mijn cel treed  
gelaten, opgewekt, vast  
als een herenboer uit zijn slot.

Wie ben ik?  
Ze zeggen me vaak  
dat ik met mijn bewakers spreek  
vrij, vriendelijk, helder  
als gaf ik bevelen

Wie ben ik?  
Ze zeggen mij ook  
dat ik de dagen van het ongeluk  
draag  
gelijkmoedig, glimlachend, trots  
als iemand, gewend te winnen.

Ben ik dat werkelijk,  
wat anderen van mij zeggen?

Of ben ik slechts wat ik weet van  
mijzelf?  
Onrustig, verlangend, ziek,  
als een vogel in een kooi  
smachtend naar levensadem  
alsof iemand mijn keel wurgt  
hongerend naar kleuren, bloemen,  
naar vogelstemmen  
dorstend naar goede woorden,  
naar menselijke nabijheid  
bevend van toorn over willekeur  
en de minste krenking,  
opgejaagd door wachten op  
grote dingen,  
machteloos bezorgd om vrienden  
eindeloos ver,  
te moe en te leeg om te bidden,  
denken  
werken – mat en bereid  
van alles afscheid te nemen?

Wie ben ik? Deze of gene?  
Ben ik dan vandaag deze  
en morgen een ander?  
Ben ik dan beiden tegelijk?  
Voor mensen een huichelaar en  
voor mijzelf een verachtelijke  
klagende slappeling?  
Of lijkt wat in mij nog rest  
een verslagen leger dat  
wanordelijk wijkt  
bij een reeds gewonnen slag?

Wie ben ik?  
Eenzaam vragen drijft de spot met  
mij  
Wie ik ook ben, Gij kent mij  
U behoort ik toe, o God!

Dietrich Bonhoeffer (1906 - 1945)

## Woensdag 31 maart

*Alles wat ik zoek  
is een plek om te bestaan  
een huis om in te wonen  
een weg om langs te gaan  
    een wei, een plein,  
    een tuin, een tent,  
ik zoek vooral een stem die zegt:  
    Goed dat je er bent.*

Ingezonden door Ren de Poel

# Donderdag 1 april

Witte donderdag

I have a dream

I have a dream. Soms heeft een mens een droom  
een droom waarvoor hij wakker dient te blijven  
en niet – als in de hof van de olijven –  
in slaap te vallen, ergens bij een boom

die kromgegroeid van onrecht, al het lijdens  
aanschouwde van wie ooit zijn onderdrukt.  
Het recht behoort aan hen die zijn mislukt,  
verliezers die zachtmoedig blijven strijden,

geweldenaars recht in de ogen kijken,  
dwars door hen heen, naar het beloofde land.  
Zover als blote armen kunnen reiken.

Wie slaapt, ziet nooit de tekens aan de wand  
die God met zijn gewonde vinger schrijft.  
Ik heb een droom. Als je maar wakker blijft.

Rikkert Zuiderveld ( uit "Medemens")



Ingezonden door Trix Bergsma – Overdiep

## Vrijdag 2 april

Goede vrijdag

*Jij viel zoals licht  
in mijn leven naar binnen  
De zon door de ramen  
aan het begin van de dag  
Je zei het wordt tijd  
om opnieuw te beginnen  
We leven alleen nog  
recht uit het hart*

*Jij was altijd verwonderd  
met open armen  
Jij liet mij zien  
dat samen bestaat*

*Jij hebt je dromen  
nooit verraden  
Jij hebt de wereld  
de liefde verklaard*

*Ik heb niemand gekend  
die mij zo heeft ontwapend  
Ik heb niemand gekend  
die mij zo heeft verwond  
Ik heb mezelf  
in jou achtergelaten  
Maar het was goed  
dat jij bestond*

Het lied van Maria Magdalena (tekst Stef Bos, CD In een ander licht)

Ingezonden door Tineke Bosma

## Zaterdag 3 april

Stille zaterdag

De verlatene

*Niemand  
kan de weg gaan  
die jij moet gaan,  
zo naakt, zo diep.*

*Kan ik je troosten?  
Mag ik dichterbij?*

*Zo eenzaam, zo stil.*

*Wat ik je zeggen wilde  
is weggewaaid.*

*Alleen mijn lichaam  
is nog waar.*

Uit Open Deur, Pasen 2010

Ingezonden door Jantsje Huizinga



# Zondag 4 april

1<sup>e</sup> paasdag

*Want als hij is opgestaan vannacht  
dan ook onze moed om te doen als Hij.  
Want als Hij is opgestaan in deze vroege ochtend  
dan ook onze wil Hem te volgen.  
Want als Hij is opgestaan  
dan ook ons geloof dat het donker niet het laatste woord spreekt.  
Laten we dan opstaan en uitgaan  
om het leven te vieren op de plaatsen  
waar wij wonen en werken  
waar wij medemensen ontmoeten.  
Wij mogen erop vertrouwen,  
wat wij gedragen worden door G'ds nabijheid  
als wij onze weg in de wereld gaan  
met toewijding en in verantwoordelijkheid voor onszelf,  
onze geloofsgemeenschap en de wereld met haar noden.  
Laten wij dan voor elkaar vragen om  
de zegen van de G'd van Sara en Abraham  
de zegen van de Zoon uit Maria geboren  
de Zegen van de Heilige Geest die als een Moeder over ons waakt.  
Amen*

Paaszegen uitgesproken door Ds. Christien Duhoux - Rueb, april 2006

Ingezonden door Femmy Busscher

# Maandag 5 april

2<sup>e</sup> paasdag

'Van voor af aan' – Stef Bos

*Gooi de ramen open  
Laat de wereld binnen  
De winter geeft zich over  
De lente kan beginnen*

*Streep door het verleden  
Toekomst aan het woord  
De strijd die is gestreden  
De gebeden zijn verhoord*

*Ik kijk niet om  
Ik blijf niet staan  
Ik begin van voor af aan  
De zon komt op  
De dag breekt aan  
En ik begin van voor af aan*

*Er is nog niets verloren  
Al is er veel vergaan... maar  
Ik zie daar in de verte de torens  
Van de stad al staan*

*Het is niet ver meer lopen  
Het is een rechte weg  
De poorten staan al open  
De tafels staan gedekt*

*Ik kijk niet om  
Ik blijf niet staan  
Ik begin van voor af aan  
De zon komt op  
De dag breekt aan  
En ik begin van voor af aan*

Ingezonden door Marga Oosterbaan – Hoekstra