

## **Vastentijd**

*Veertig dagen vastentijd,  
Niks geen onverschilligheid,  
Tijd die je gebruiken kunt  
Als een rust- en nadenkpunt*

*Veertig dagen alles nagaan,  
Veertig dagen even stilstaan  
Bij de dingen die je doet;  
Wat kon beter? Wat gaat goed?  
En wat wil ik voortaan kwijt?  
Veertig dagen vastentijd*

*Minder rennen niet zo druk.  
Even denken aan geluk:  
't Steunpunt voor een ander zijn,  
In het groot of in het klein.  
Voor een ander in de weer:  
Doe ik minder heb jij meer!*

*Veertig dagen Vastentijd,  
Niks geen onverschilligheid,  
Tijd die je gebruiken kunt  
Als een rust- en nadenkpunt.  
Veertig dagen alle tijd  
Voor een ander, wereldwijd.*

## **Veertig dagen**

De veertigdagentijd is een tijd van bezinning en inspiratie in voorbereiding op het grote feest, het Hoogfeest van Pasen. Wij kunnen die tijd en mogelijkheid benutten om ons te bezinnen op ons eigen leven. We kunnen ons door inkeer en gebed richten op andere dingen dan het alledaagse, anders dan op de dagelijkse sleur. Kunnen we ons weer richten op God, op onze medemens, op allebei? Zoals ook God zich tot ons richt, door de daden van zijn Zoon in de liefde aan de mensen, vooral aan de zwakke mens. Daarin wil Hij ons tot voorbeeld zijn.

In dit jaar mogen wij in al onze medemensen God zien. "Alles wat jullie voor de geringste onder jullie hebben gedaan, hebben jullie voor Mij gedaan" zegt Jezus in Mattheüs 25.

Laten we daarom onze ogen, oren en handen open houden voor de noden van de mensen, dichtbij en ver weg. Laten we in woord en gebaar, door geld en gebed solidair zijn met allen die dat nodig hebben.

Laat u inspireren door de teksten en gebeden van deze vastenkalender.

Hopelijk komt u mede hierdoor tot de bron van alle leven.

Veertigdagentijd, veertig dagen de tijd om ons te bezinnen op ons leven, op onze leefgewoontes, ons omgaan met elkaar en onze houding tot God, onze Schepper

## **Aswoensdag**

*Jezus wordt verraden door Judas*

VRIEND

Hoe kón Jezus.

Niets liet hij heel

Van wat ik zo vurig droomde-

Geen bezetting, geen onderdrukking.

De grote revolutie.

Een land van licht en vrede.

Ontgoocheld. De wanhoop nabij.

Wat een vriend leek een vijand.

Er valt niet met hem te leven.

Wat rest hem no?

Zo verraden als ik ben,

Verraad ik nu zelf.

En wat hij dan nog

Tot overmaat van ramp

Tegen mij zegt:

Vriend, wat doe je hier.

Vriend. Dit wordt zijn einde.

Ook m'n eigen einde.

Niet om mee te leven.

*Hans Bouma*

## **Donderdag**

Handig

Twee handen, dat is handig!

Maar de ene is links en de ander is rechts

Gaat dat wel goed samen?

Het lijken wel twee mensen:

Wat de enen mens kan, kan de ander niet,

Of wat de ene mens wil, wil de ander niet.

De een is gesloten, kijkt de kat uit de boom,

Hij balt alle krachten en is bereid om toe te slaan,

Een vechtersbaas.

De ander is open, en vol verwachting gericht op de naaste.

Een beetje naïef, zoals een kind kan zijn.

Hij straalt van energie die hij kan

Ontvangen en kan geven.

Twee handen, dat is handig!

De ene is links en de ander is rechts....  
Ze vullen elkaar aan en leren van elkaar.  
Wat de een niet kan of niet wil,  
Dat kan en wil die ander wel.  
En als ze elkaar meenemen,  
Dan zou er een nieuw klimaat kunnen ontstaan.  
Twee handen,  
Dat zou best goed samen kunnen gaan.  
Net als mensen....  
Die samen durven zoeken naar een  
Nieuw klimaat waarin vrede mogelijk wordt.

### **Vrijdag**

Uniek

Waarom zou je jaloers zijn  
Op wat een ander heeft?  
God geeft je tenslotte alles  
Wat je nodig hebt.

Waarom zou je jaloers zijn  
Op wat een ander kan?  
Ieder heeft tenslotte  
Zijn eigen gaven en talenten.

Als iedereen alles zou hebben  
En alles zou kunnen,  
Zou het toch saai zijn.  
Gelukkig is ieder mens uniek.

Als je in staat bent blij te zijn  
Met wat je zelf kunt en hebt,  
Dan kun je ook een ander waarderen  
Om wat hij weer kan en jij niet!

### **Zaterdag**

*Deze zuurkoolschotel past bij aswoensdag:  
De donkere bonen verwijzen naar het begin van de boetetijd.  
De rode uien verwijzen naar de liturgische kleur van aswoensdag.*

### **Zuurkoolschotel**

2 kilo aardappelen  
1 kilo zuurkool  
400 gram gekookte bonen, zwart of bruin (of black eye bonen van 400 gr)  
6 zure appels  
75 gr cashew noten  
2 rode uien  
Klontje boter  
Scheutje melk  
Zout en peper

Verwarm de oven voor op 180 graden.  
Als je de bonen moet koken, doe dat met 1½ liter water.  
Koken ongeveer 25 minuten totdat ze gaar zijn.  
Schil de aardappelen.  
Kook de aardappelen gaar, voeg melk, boter en zout en peper toe en  
Maak er puree van.  
Snijd de rode uien in ringen.  
Schil de appels en snijd ze in dunne stukjes.  
Bak de uien en bonen en cashewnoten in de boter.  
Vul een diepe ovenschaal met onderin de zuurkool, daarbovenop de bonen en  
cashewnoten en vervolgens de appels en de aardappelpuree bovenop.  
Zet de zuurkoolschotel 45 minuten in de oven, zodat er een krokant laagje op komt.

## **Zondag**

### **Eerste zondag van de veertigdagentijd**

Mattheüs 4, 1-11

*In de woestijn wordt Jezus op de proef gesteld.*

Ook wij worden dagelijks blootgesteld aan velerlei verleidingen  
Om aan het ideale beeld te kunnen voldoen,  
Schreeuwen de reclames om het hardst  
Om de meeste aandacht om u daarbij te helpen.  
Lieszen we alleen maar voor onszelf?  
Is ons ideaalbeeld wel zaligmakend?  
Of houden we ook nog rekening met anderen en met de schepping?

## **Maandag**

*Jezus wordt ter dood veroordeeld*

GEEN PLAATS

Je zult het maar zijn,

Mens onder de mensen,  
Mens zoals het moet,  
Mens naar Gods hart.

Je zult het maar zijn,

Mens die deelt en heelt,  
Mens vaardig in recht,  
Bedreven in vrede,

Mens die liefde,  
Niets dan liefde doet.

Geen plaats voor jou.  
Je verstoort de orde,  
Alles breng je in gevaar.

Wat bezielt je, doe maar gewoon.  
Jij, je maakt je onmogelijk.

Hoe eerder we van jou verlost zijn,  
Hoe beter.

*Hans Bouma*

**Dinsdag**

Na het beklimmen van een grote heuvel  
Ontdek je dat er nog meer heuvels te beklimmen zijn

*Nelson Mandela*

**Woensdag**

Arm schaap  
Altijd als laatste over de dam  
Te laat om nog mee te tellen

Arm zwart schaap  
Zoekgeraakt  
Onvindbaar  
Onzichtbaar als de nacht

Tot iemand het optilt  
In zijn hart sluit  
En op handen draagt

Honderd  
Wie niet weg is  
Is gezien

*Bette Westera*

**Donderdag**

**Ter inspiratie**

Wie ben ik  
als jij mij niet noemt?  
Wie ben ik  
als jij mijn naam niet kent?  
Ik, onzichtbaar,  
nameloos  
en ongekend.....

Wie ben jij  
als ik jouw verdriet niet deel?  
Wie ben ij  
als ik jouw vreugde niet vier?  
Jij, eenzaam,  
onbemind,  
en niet gezien.....

**Vrijdag**

*Jezus krijgt het kruis*

GRENZEN

Liefde, recht, vrede,  
goed, als het zo uitkomt,  
bij wijze van uitzondering.

Weggeduwd. Verstoten.  
Hij vraagt erom. Echt,  
hij moet de wereld uit.

Met hem-  
je blijft er geen mens bij.  
Er zijn grenzen.

Het leven moet tenslotte  
Wel leefbaar blijven.

Volstrekt buiten de werkelijkheid  
staat hij.  
Aan het kruis met hem.

*Hans Bouma*

## **Zaterdag Kaasblintsjes**

### Ingrediënten voor het deeg:

125 gram gezeefd meel,  
zout  
2 eieren goed geklopt  
1½ deciliter melk  
1 eetl. gesmolten boter

### Ingrediënten voor de vulling:

250 gram kwark  
2 eierdooiers  
evt. kaneel  
1 eetl. suiker  
Zout

### Bereidingswijze:

Meng het zout door het meel.

Roer de eieren met de melk en de boter en voeg dit bij het meel onder voortdurend roeren.

Doe 3 á 4 eetlepels van het beslag in een koekenpan.

Zorg dat het beslag de hele koekenpan bedekt.

Bak slechts één zijde van het pannenkoekje totdat er kleine blaasjes opkomen.

Leg al de pannenkoekjes op elkaar.

### Voor de vulling:

Roer de kwark door een zeef, voeg alle ingrediënten toe en roer heel goed.

Leg een eetlepel van dit mengsel in het midden op de gebakken kant van elk pannenkoekje en vouw ze dicht.

Bak opnieuw in de koekenpan tot alle zijden bruin zijn.

Opdienen met even opgeklopte ongezoete room.

*Recept: Joodse recepten van toen en nu.*

Recept voor Sjawoe'ot (Wekenfeest)

Sjawoe'ot, het hoogtepunt van de zomeroogst,  
is door de rabbijnen verbonden met het geven van de Tora:  
"Wat jou onaangenaam is, doe dat je naaste niet aan;  
de rest is commentaar; ga heen en leer!"  
Als overblijfsel van een oud gebruik wordt tijdens Sjawoe'ot veel melkkost gegeten.

### **Zondag**

#### **Tweede zondag van de veertigdagentijd**

Mattheüs 17, 1-9

*Op de berg verandert Jezus van gedaante.  
Zijn leerlingen krijgen uitzicht op het doel van zijn levensweg.*

Jezus toont iets van zijn stralende heerlijkheid.  
Een stem roept op om naar Hem te luisteren!  
Zoveel Goddelijkheid maakt de leerlingen angstig.  
Durven wij de waarheid onder ogen te zien?  
Durven wij het aan om het Evangelie waar te maken in onze daden van liefde?

### **Maandag**

De wereld verandert niet zozeer door spectaculaire daden,  
maar eerder door het volharden in alledaagse menselijke goedheid.

*Br. Aloïs, Taizé*

### **Dinsdag**

We kunnen in het leven alle kanten op.  
Noord, zuid, oost of west:  
Welke wegen gaan we allemaal?  
Welke richting staat ons voor ogen?

Vastentijd is oefentijd, om het kompas van het leven te leren lezen.

### **Woensdag**

*Jezus valt de eerste keer*

VALLEND

*Zoveel dat hem neerdrukt,  
ondraaglijk belast.*

*Hij, mens tot het uiterste,  
mens tot het innigste,  
geen mens moet hem nog.*

*En zijn God?*

*Vallend en vallend blijven geloven,  
onwankelbaar geloven  
in wie jou zijn zegen gaf,*

*blijven geloven in wie jou vervloeken,*

*blijven geloven, onwankelbaar geloven in jezelf -*

*jij mens van Godswege,  
jij mens zo mens.*

*Hans Bouma*

### **Donderdag**

“Oordeel me niet naar mijn succes,  
Maar naar het aantal keer  
Dat ik ben gevallen en opnieuw opgestaan”

*Nelson Mandela*

### **Vrijdag**

God,  
val me niet te hard,  
wanneer ik het niet meer zie zitten:  
U, mijzelf, uw kerk....  
Geef me heldere ogen om  
uw daden te onderscheiden  
door de smog van  
deze wereld heen.  
U te blijven vertrouwen,  
telkens weer.

### **Zaterdag**

#### **Ethiopische boerenkool**

500 gr. boerenkool gesneden  
225 gr. rode uien en 4 groene pepers  
2 teentjes knoflook  
4 eetl. (zonnebloem) olie

#### **Bereiding**

Kook de boerenkool tot de groente bijna gaar is. Giet de groente zo nodig af.  
Pel de uien en hak ze fijn. Verwijder het zaad uit de pepers en snijd ze in smalle reepjes.  
Verhit 2 eetl. olie, doe de uien erin en bak ze lichtbruin. Doe er nog 2 eetl. olie bij en voeg de boerenkool toe. Roerbak de groenten een minuut of twee.  
Voeg de knoflook, pepers en zout naar smaak toe en laat de boerenkool helemaal gaar en zacht worden. Serveer met brood of rijst en 'hardgekookte eieren.

Boerenkool is een zeer geliefde groente in Ethiopië.

### **Zondag**

#### **Derde zondag van de veertigdagentijd**

Johannes 4, 5-42

*Jesus openbaart zich als de bron van levend water en als redder van der wereld.*

Tegen de gebruikelijke Joodse regels in, staat Jezus open voor wie geminacht worden.  
Voor een vrouw, een zondaar, een vreemdeling....



Hij biedt hen weer uitzicht op leven. Geven wij ook ruimte aan andersdenkenden?  
Laten we anderen in hun waarde zonder hen te beklemmen met onze eigen visie?  
We kunnen anderen voor ons winnen door te laten zien wat we waard zijn door onze  
daden van liefde.

### **Maandag**

*Jezus ontmoet zijn moeder*

Moeder,

Zo vol geloof,  
zo hoopvol, zo liefdevol  
als jij mij het leven schonk,

jij moeder van mij.

Ik weet het,  
zo ver, zo vreemd ben ik.  
Meer dood dan levend.

Ik weet het. Weet nog meer.  
Mijn God jóúw God.  
Zie mij toch, ken mij toch,

Ik zo nabij, zo vertrouwd.  
Geloof met mij, hoop met mij,  
heb lief met mij.

Moeder, zie je zoon,  
meer levend dan dood,

jij moeder van mij,  
wend je niet af.

*Hans Bouma*

### **Dinsdag**

Met Maria zijn wij op weg gegaan.  
Haar levensweg is onze levensweg.  
Moge haar geloof ook ons geloof zijn.  
Dan zijn wij gezegende mensen en mogen we  
ons gezegend weten door de Eeuwige, God- van-mensen.

### **Woensdag**

#### **Biechtstoel**

Bij ons op zolder staat een stoel van stoffig, rood fluweel.  
Een doodgewone stoel. Van dat soort stoelen zijn er veel.  
Hij mag niet weg, die oude stoel.  
Soms ga ik er in zitten en denk over van alles na:  
Mijn zus die zat te vitten en dat ik haar geschopt heb en geknepen, heel gemeen.  
Ze heeft nog steeds twee grote blauwe plekken op haar been.

En over toen die keer, dat ik niet naar dat feestje mocht,

Terwijl ik van mijn zakgeld al cadeautjes had gekocht.  
Die heb ik toen uit woede door de kamer heen gesmeten  
en ik ben stiekem toch gegaan (maar dat mag niemand weten).  
Het was een heel stom feestje, echt, er was geen donder aan.  
Mijn moeder had gelijk, ik had gewoon niet moeten gaan.

Ik denk er ook nog vaak aan Sam, die zat in onze klas.  
Hij werd gepest door iedereen, omdat hij anders was.  
Hoe anders? Geen idee. Gewoon heel anders dan de rest.  
Toch heb ik er wel spijt van dat ik Sammy heb gepest.  
Hij zit nu op een andere school, ik kom hem nooit meer tegen.  
Hij was best aardig eigenlijk, alleen maar heel verlegen.

Soms zit ik uren in de stoel en als ik daar dan zit,  
zo stilletjes op zolder, voelt het net alsof ik bid.  
Alsof ik daar aan God vertel hoe stom ik heb gedaan  
en dat ik graag zou willen dat het anders was gegaan.

En als ik opsta uit de stoel, voel ik me licht van binnen en opgelucht.  
Ik kan weer met een schone lei beginnen.

*Bette Westera*

### **Donderdag Even-maar**

laat me even, even maar  
heel behoedzaam....  
raken aan het geheim dat huist  
in de afgebroken tak  
het schors van de boom  
het mos aan mijn voeten  
in de slak die een slijmerig spoor  
trekt over mijn huid  
de dode vogel  
in de wind die fluistert  
de storm die me beukt  
de zon, de regen  
in de mens die mijn pad kruist  
de vrienden die mijn  
tochtgenoten willen zijn  
het kind dat mijn hand zoekt

laat me even, tastend, raken  
aan het geheim  
dat mensen , god, genoemd hebben,  
even maar.....

*Anny Marsman-Hümmels*

### **Vrijdag** *Simon van Cirene helpt jesus*

BLIK

Het moment  
dat ik van voorbijganger  
betrokken werd-

je bent onderweg en ineens,  
zijn gang ga je,  
zijn leven leef je.

Die blik van hem.  
Eeuwig blijft hij mij bij.

Ogen die mij verhelderden,  
aanzienlijk maakten.

Alsof ik opnieuw geboren werd.  
Alsof leven  
nu pas echt leven werd.

*Hans Bouma*

### **Zaterdag** **Tonijnsalade met verse venkel.**

'.....al wat in de wateren, in de zeeën en in de rivieren,  
vinnen en schubben heeft, dat zult gij eten,' (Leviticus 11:9)

*Uit: recepten uit de tijd van de bijbel*

Ingrediënten:

200 g tonijn uit blik of 1 kg verse tonijn  
1 grote in blokjes gesneden venkelknol  
125 g rozijnen  
2 gesnipperde augurken  
2 stevige, in stukjes gesneden appels  
Slabladeren  
Plakjes radijs

Dressing:

150 ml olijfolie  
1 el mosterd of ½ el mosterdpoeder  
1tl honing  
Snufje selderijzaad  
Zout naar smaak  
70 ml azijn  
Verder nodig: grote slabladeren of folie

Bereiding:

Verpak de verse tonijn in slabladeren of folie (bij gebruik van folie kleine gaatjes erin prikken) en stoom hem in een bamboe- of metalen groentestomer 30 minuten boven kokend water.

Bij gebruik van tonijn uit blik de vis afspoelen en laten uitlekken.

Breek de vis in kleine stukjes. Roer in een kommetje olie, mosterd, honing, selderijzaad en zout door elkaar. Klop de azijn erdoor.

Doe de venkelblokjes, rozijnen, augurk, appel en tonijn in een slakom.

Giet de dressing over de salade en schep alles voorzichtig om.  
Serveer de salade op slabladeren en garneer hem met plakjes radijs.

### **Vierde zondag van de veertigdagentijd**

Johannes 9, 1-41

*Over een blinde die leert zien en over zienden die verblind zijn.*

Jezus oordeelt niet over de blinde man  
en veroordeelt ook zijn ouders niet.  
Niet voor alles is een logische verklaring.  
Kunnen wij aanvaarden  
dat we niet allemaal hetzelfde zijn  
en hetzelfde nastreven,  
maar toch in ons mens-zijn  
Allemaal van gelijke waarde zijn?  
Beseffen en waarderen we  
dat onze wieg op een gunstige plek stond?

### **Maandag**

#### **Door de ogen van een ander**

Let our hearts be broken by the things that break the heart of God.  
(laat onze harten gebroken zijn door de dingen die het hart van God breken)  
*Bob Pierce*

God,  
Laat ons zien, laat ons zien  
wat wij hebben gedaan.  
Hoe wij u hebben behandeld.  
God,  
Laat ons zien, laat ons zien  
en kijk ons steeds weer aan  
door de ogen van de ander.

*Bas van Nienes, Koeland Smith, Jeroen van Werken*

### **Dinsdag**

Niemand ziet het  
als we ons eenzaam  
en verlaten voelen  
We houden ons groot,  
we laten ons niet kennen,  
maar ze moesten eens weten  
de anderen.

Niemand ziet het  
als we een ander pesten,  
of de boel beduvelen.  
We kijken goed uit,  
hebben zo onze trucjes,  
geen mens weet ervan,  
gelukkig maar.

Maar u kent ons,  
tot diep in ons hart,  
u ziet onze eenzaamheid  
maar ook onze schaamte.  
Help ons te zijn wie we zijn,  
tevoorschijn te komen,  
voorgoed.

### **Woensdag**

*Jezus valt voor de tweede keer*

ADAM  
Als geen ander  
mens onder mensen.

Brood en wijn,  
broeder, vriend.  
Heil en zegen.

Maar onaanvaardbaar.  
Resoluut afgewezen  
Hij - hij hoort er niet bij.

Val dan maar eens niet.  
Geen weg zo onbegaanbaar.

Valt.  
Peilloos diep valt hij  
om weer op te staan.  
O hij, Adam, ware Adam,  
droom van de Schepper,

voorgoed verandert hij  
de loop van de geschiedenis.

*Hans Bouma*

### **Donderdag Medemens**

Om je weer prettig te voelen  
heb je mensen om je heen nodig  
die je verzorgen  
die je helpen  
die je opzoeken  
die je laten merken  
dat ze je niet vergeten zijn  
en zeker, héél zeker  
heb je mensen nodig  
- al is het maar één mens-  
die, als het moet  
bij je blijft.

*Ina Sipkes- de Smit*

## **Vrijdag**

### **Die mij door en doorheeft**

Ik laat me niet gauw kennen  
want zo ben ik niet,  
En wat ik wel ben  
gaat niemand wat aan.  
Zo iemand ligt mij niet  
aan wie ik ziel en zaligheid toevertrouw  
ik zou niet weten wie dat zou kunnen zijn.

Maar dan te weten dat er een is  
die mij door en doorheeft  
die mij door en doorziet  
die mij doorlicht door merg en been  
tot in mijn nieren, tot op het bot  
dwars door mij heen, tot in het hart.  
Zo een, wie zou dat kunnen zijn?

Om dan te weten dat er een is  
die mij vierkant uitlacht  
als ik stoer doe, als ik opschep  
die een hand legt op mijn schouder  
als ik me opwind, als ik kwaad ben  
of diepbedroefd en dat niet wil laten zien.  
Zo een, zou hij dat kunnen zijn?

*Karel Eykman*

## **Zaterdag**

### **Paté van wortel en koriander**

Ingrediënten:

1 kg geraspte wortels  
2 eetl gemalen korianderzaad  
60 g korianderblaadjes en nog wat extra voor de garnering  
3,5 dl versgeperst sinaasappelsap  
6 dl water  
100 g roomkaas bijv. mon chou  
Zout en peper

Bereiden:

Vermeng in een pan de geraspte wortel samen met de gemalen koriander, het sinaasappelsap en het water.  
Breng het mengsel aan de kook en laat het ca. 40 minuten sudderen.  
Pureer het geheel met de keukenmachine samen met wat kookvocht.  
Voeg roomkaas en fijngesneden korianderblad toe en pureer het geheel tot het glad is.  
Op smaak brengen met peper en zout.  
Schep de paté in een schaal of in meerdere schaalpjes en versier met wat korianderblad.  
Eet de paté koud.

## **Zondag**

### **Vijfde zondag van de veertigdagentijd**

Johannes 11, 1-45

*Wie gelooft in Jezus, Messias en Zoon van God,  
ontvangt het ware leven dat sterker is dan de dood.*

De leerlingen van Jezus zijn bang voor de dood  
als Jezus besluit naar Judea te gaan.  
Hij toont zich juist sterker dan de dood  
door zijn vriend Lazarus die al vier dagen in het graf ligt,  
uit de doden te doen opstaan. Een wonder.....  
Durven wij te vertrouwen op Gos woord.  
Geloven wij nog in wonderen of alleen in toeval.  
Zijn wij dood voor de daden van God?  
Of durven wij ernaar te leven?

### **Maandag**

*Jezus troost wenende vrouwen*

GEZEGEND

Zij, één en al tranen:  
wie ben je, waarom jij,  
laat ons niet alleen.

Hij, ogen vol mededogen:  
wie ik altijd was.  
Zo blijf ik bij mijn God.

Zij, vanuit de diepte:  
noem ons, je hand,  
laat ons niet alleen.

Hij, zich buigend en buigend:  
hoorde je me niet,  
voel mij dan.

Hoe gezegend jullie,  
voorgoed,  
ben ik jullie mens.

*Hans Bouma*

### **Dinsdag**

*Wie gelooft, weet zeker dat hij twijfelt.  
Wie zijn geloof verdiept, komt steeds dichterbij het ongrijpbare.*

God,  
die wij de Eeuwige noemen,  
we bidden voor allen  
die hun geliefden omringen,  
naast hen blijven tot over de dood heen,  
hen koesteren en eren.  
Help ons te beseffen  
dat de dood het einde niet is,  
dat de steen wordt weggerold.  
dat het licht zich altijd weer

een weg baant door alle duisternis.  
In dat vertrouwen, met dat verlangen,  
vervolgen wij nu onze eigen levensweg.  
Amen.

*Guus Koelman, Els Cornax*

**Woensdag**  
**Het koninkrijk van God**

Hoe rijk ben jij?  
zou ik je willen vragen.  
Misschien een beer voor mee in bed,  
een paar ton legostenen,  
een game die iedereen wel wil,  
een hele koele zonnebril  
en in de schuur een snelle fiets.  
Maar verder heb je niets.

Hoe rijk is een koning?  
Dat is de vraag.  
Een huis en twee paleizen - vast!  
Wel vijf serviezen in de kast,  
een koets voor op hun reizen  
naar ándere paleizen.

Zo rijk is een koning van vandaag.  
Hoe rijk is God dan wel?  
zou ik willen vragen.  
Van echte dinge heeft God niets:  
geen paleis, geen beer en ook geen fiets.

God heeft een eigen koninkrijk,  
daar kun jij ook in wonen:  
minister die de vrede sluit,  
moeder die een deuntje fluit,  
een kind dat valt en wordt getroost,  
een boer deelt uit van rijke oogst.  
Overal kun je binnen gaan,  
want huizen gaan niet meer op slot.  
Dat is het koninkrijk van God.

*Bara van Pelt*

**Donderdag**  
Voor wie dit leest:

Moge de weg naar u toekomen  
moge de wind in uw rug waaien  
moge de zon uw gelaat verwarmen  
en de regen uw akker bevoeien.  
En moge tot wij elkander weer ontmoeten  
God u dragen in de palm van zijn hand.



Coenraad J. H. Janmaat ocds

### **Vrijdag**

*Jezus valt voor de derde keer*

WEG

Maar één weg  
en ja, het wordt zijn dood.

Maar leven is leven,  
Liefde is liefde.

Maar één weg.  
Jij bent mens, mens of niet.  
Mens van God.

Vreemd,  
huiveringwekkend vreemd,  
vrij, ongekend vrij

gaat hij zijn gang,  
vervult hij majesteitelijk  
de droom van zijn God.

### **Zaterdag**

#### **Armeens paasbrood**

Een feestelijke vlecht bestaande uit drie strengen als verwijzing naar de Drie-eenheid. Het brood wordt versierd met rode eieren als verwijzing naar het bloed van Jezus. Het brood wordt op Goede vrijdag gemaakt.

Hier een Franse versie van het Armeens paasbrood. (2 stuks)

*500 g bloem*

*25 g verse gist*

*25 g gesmolten roomboter*

*ca. 2 dl melk*

*40 g witte basterdsuiker*

*4 thl geraspte citroenschil*

*2 thl vanille merg*

*8 g zout*

*boter om in te vetten*

*2 losgeklopte eierdooiers*

*grof gehakte amandelen*

250 g bloem in een kom storten, kuiltje maken. De gist hierin brokkelen, roeren met suiker en beetje melk. Rest van de melk, losgeklopt ei en boter toevoegen. Een glad beslag kloppen, dat een kwartier toegedekt laten rusten.

Dan de rest van de bloem, suiker, de smaakmakers en het zout erdoorheen kneden. Misschien nog wat melk of bloem toevoegen. Zorgen dat het deeg niet te slap wordt. Laten rijzen tot tweemaal de omvang.

Het deeg uitdrukken tot een rechthoek, daaruit 6 repen snijden. Deze repen uitrollen tot strengen van 60 cm. Hiervan twee vlechten van drie strengen breien. Nu of één lange vlecht maken van ca. 35 cm, of één krans, waarbij de uiteinden aan elkaar gevlochten worden.

Op een ingevette bakplaat onder een vochtige doek tot tweemaal de omvang laten rijzen (a. 1 uur). Met dooier bestrijken, bestrooien met gehakte amandelen. 10 minuten bakken in een oven van 225 graden, daarna 15 minuten op 150 graden.

*Janny de Moor*

**Zondag**  
**Palm- of Passiezondag**

Mattheüs 21, 1-11

Toegejuicht door de massa  
trekt Jezus Jeruzalem binnen  
als een vredevorst,  
zachtmoedig en  
gezet op een ezel.

**Maandag**  
**Hij ging zijn gang**

Daar zat Hij dan  
niet hoog in 't zadel  
want hoog te paard  
rijdt onrecht langs de wegen,

Maar kwetsbaar klein  
op de rug van een ezel,  
nee, zelfs niet dat,  
op een veulen daarvan.

Hoe anders, hoe nieuw,  
hoe veelzeggend  
en toch  
wie toen heeft het begrepen?  
Wij nu?

Zijn vrienden hadden Hem  
zelfs hun mantels toevertrouwd.  
Hij zat erop, bovenop,  
ze droegen Hem,  
maar zou dat ook zo blijven?

Nog even wel,  
die laatste avond nog wel,  
maar de zilverlingen lagen al klaar  
en de haan stond al op de uitkijk....

En Jezus...  
Hij ging zijn gang,  
zijn onvergetelijke gang,  
dwars door de dood naar het leven.

**Dinsdag**  
Soms wordt het je

zómaar aangereikt;  
Liefde  
Warmte  
Aandacht  
Tederheid  
Vriendschap

een mens op je pad  
op het juiste moment  
die je écht ziet

iemand die je zó  
vertrouwt  
dat je het levensverhaal  
horen mag  
en de tranen mag zien

*Ina Sipkes- de Smit*

### **Woensdag**

Als iemand in onze omgeving lijdt,  
dan staan wij erbij en kijken ernaar.  
Machteloosheid, woede, verdriet overvallen ons:  
een verwijt naar God is snel gemaakt.

Maar de vraag is misschien niet: waar is God in dit lijden?  
Dichterbij is de vraag:  
waar is de mens, de medemens als iemand lijdt?

Zie ik het lijden van de ander?  
Zelfs als die ander ver weg is?

Maria geeft ons een voorbeeld:  
weinig woorden, veel nabijheid,  
ondanks afstanden van duizenden kilometers.  
Het eigen lijden doorstaan  
om deel te hebben aan het lijden van de ander  
door er bij te blijven,  
zo dichtbij als mogelijk en menselijk is.

### **Donderdag** **Gebed**

Gij die mij kent, Gij die mij hoort  
en weet wat in mij leeft,  
Gij weet hoeveel aan goedheid, kracht  
mijn angst verborgen heeft.  
Doorbreek mijn waan, mijn zelfverweer  
mijn opgebouwde schijn.  
Breng aan het licht bij iedereen  
de mens die ik kan zijn.

Gij die mij wenkt en aanziet, smeekt  
in mensen zonder tal.

Gij die in elke vreemde hoopt  
dat ik die kennen zal.  
Doorbreek mijn kleur, mijn eigen aard  
mijn eigen stad en land,  
dat ik nog ooit de ander zie  
Van diens verborgen kant.

Gij die mij zegt met  
brood en wijn  
wie mensen kunnen zijn,  
Gij die mij leert  
hoe mensen voor  
elkaar te winnen zijn.  
Doorbreek mijn angst  
voor zelfverlies  
mijn zorg voor eigen brood.  
Dat ik toch ooit durf op te staan  
uit zelfbehoud en dood.

### **Vrijdag**

*Jezus wordt aan het kruis genageld*

#### **HANDEN**

Handen die bevrijdden, genazen,  
handen die zegenden,  
handen vol ontferming, vol liefde,

de meest menselijke handen,  
handen als de handen van God.  
Doorboor ze, nagel ze vast,  
maak ze machteloos.

De enige manier  
om zelf weer onze handen  
vrij te hebben.

*Hans Bouma*

### **Zaterdag**

#### **Stille zaterdag**

Doe de buitendeur maar dicht  
nestel je in je binnenkamer  
als de dood rondwaart in de stad  
en er geen hoop te verwachten is.

Als verbijstering je keel snoert  
een klem je handen en voeten bindt  
zoek dan de stille plek in jezelf  
geef je over aan niets.

### **Zondag**

#### **Pasen**

Johannes 20, 1-9

*De Heer Jezus is opgestaan: het leven heeft de dood overwonnen.*

De leerlingen waren nog vol ongeloof en verontwaardiging over zijn dood, als Jezus al blijkt te zijn opgestaan uit de doden.

Hij heeft voor ons mogelijk gemaakt een nieuw begin te maken.

Telkens opnieuw. Onze God is geen God van doden, maar van levenden.

Wij vieren vandaag PASEN,

niet alleen met het nieuwe leven van de lente,

de eieren, kuikentjes en lammetjes in de wei,

wij mogen een nieuw begin maken bij God.

Dat nieuwe leven begint met het besef dat we het wel zelf moeten doen,  
voor onszelf, voor God en voor anderen.

Daden van liefde.

*Zalig Pasen*

**Maandag**

*Jezus is opgestaan*

TE VERWACHTEN

Genoeg

rekende niemand meer op hem.

Maar toch te verwachten,  
hij had het ook gezegd.

Met de dood voor ogen  
zong hij liederen van bevrijding.

Toch te verwachten.  
Ging de aangewezen weg.  
Had lief tot het einde.

Een God die hem handhaaft,  
koestert, verheft.

Eenmaal zijn mens,  
voor eeuwig zijn mens.

God,  
hoe gelukkig is Hij met hem.

Hij - zijn beeld, zijn trots,  
zijn vorstelijk signalement.

*Hans Bouma*