

**IK** ben er voor jou

**ALTIJD**

**24/7**

**Veertigdagenboekje 2021**

**Protestantse Gemeente**

**Niekerk - Oldekerk**

**Faan - Enumatil**

De 40dagencommissie van de  
Protestantse gemeente  
Niekerk-Oldekerk-Faan-Enumatil

Aletta Ansing  
Greetje Heerlien-Poll  
Jannet de Jong-Bruining  
Boukje de Jong-Marinus  
Joke Melenberg  
Maja Swart-Andela  
Jantje Westerhoek-Terpstra  
Gina Wegter-Smid  
Janita Wilmink  
José Wobbes-van der Horn

Contactpersoon:  
Greetje Heerlien-Poll  
tel. 0594-503574  
mailadres: [gheerlienpoll@ziggo.nl](mailto:gheerlienpoll@ziggo.nl)

## **40DAGENTIJD: IK BEN ER VOOR JOU**

Hoe wordt Pasen in 2021 ervaren?

Als een belevenis of is het een ervaring?

Het thema 'Ik ben er voor jou', leeft. Voor een ieder op een eigen wijze. 'Ik ben er voor jou' kan gezien worden als het lijntje met God.

En ook als het lijntje met de ander in jouw leven, in jouw nabijheid, in jouw kern. Er zijn zoveel mensen die verlangen naar een reikende hand, een aanraking van liefde, gezien te worden en een vorm van aandacht te mogen ontvangen.

## **TENSLOTTE**

We spreken de wens uit dat het gebruik van dit 40dagenboekje opnieuw mag bijdragen aan een betekenisvolle en waardevolle beleving van de 40dagentijd...

Mogen we een kleine bijdrage vragen om volgend jaar weer een boekje te kunnen realiseren?

U kunt uw bijdragen storten op rekeningnummer

**NL89 RABO 0323707629** o.v.v. 40dagentijdboekje

t.n.v. Protestantse Gemeente

Niekerk-Oldekerk-Faan-Enumatil

Aswoensdag 17 februari 2021



bron: internet

DOE JE MEE ?

**Donderdag 18 februari 2021**

**Het is onmogelijk, zei trots.  
Het is riskant, zei ervaring.  
Het is zinloos, zei het verstand.  
Geef het een kans, fluisterde het hart.**

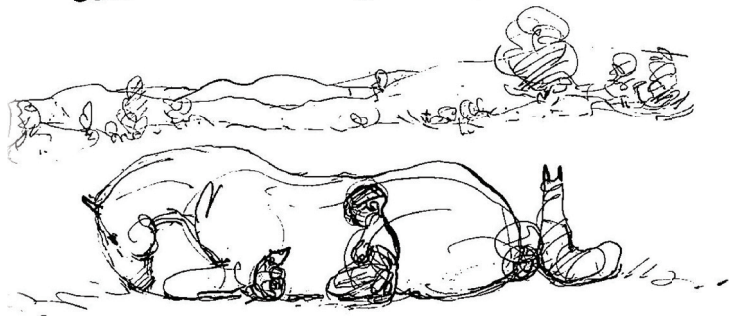
*Sef - Quotes*



*bron: internet*

Vrijdag 19 februari 2021

'Wat doen we als ons hart  
zeer doet?' vroeg de jongen.



'Dan wikkelen we het in vriendschap,  
gedeelde tranen en tijd, totdat het  
weer vrolijk en vol hoop wakker wordt.'

Charlie Mackery

**Zaterdag 20 februari 2021**

Het hartjes symbool zegt iedereen iets,  
het is het symbool van liefde en genegenheid.  
Het laat zien dat je geliefd bent en  
als waardevol wordt gezien,  
of dat je met liefde  
en passie in het leven staat.



**MENS IK HEB JE GRAAG**

*Phil Bosmans*

**Zondag 21 februari 2021**

Mattheüs 25:36

'Ik was ziek en jullie bezochten mij'

Gebed

Wanneer wij moeten gaan  
langs de grenzen van het leven  
waar ziekte ons klein maakt,  
onzeker en afhankelijk,  
laat ons leven  
dan niet verlopen in de angst.  
Als leven pijnlijk wordt,  
het broze lichaam vervalst:  
laat er een omarming blijven  
die ons draagt.  
Laten er mensen zijn  
die ons vasthouden:  
doe zelf uw naam eer aan  
en laat U vinden  
als wij U zoeken.  
Amen.

*Sytze de Vries*



www.nelleke.vonk.nl



**Maandag 22 februari 2021**

Geschenk

Ik geloof,  
dat ik geen groter geschenk  
kan ontvangen  
dan door de ander  
te worden gezien,  
te worden gehoord,  
te worden begrepen  
en aangeraakt.

Het grootste geschenk  
dat ik kan geven is  
de ander te zien,  
te horen,  
te begrijpen,  
aan te raken.

Wanneer dat gebeurt,  
voel ik  
dat er contact is gelegd.

*Virginia Satir*

Dinsdag 23 februari 2021

Door de wind  
Door de regen  
Dwars door alles heen  
Door de storm  
Al zit alles me tegen  
Door jou ben ik nooit alleen

*Stef Bos*

<https://youtu.be/hnEM6Jm7YE>

## Woensdag 24 februari 2021

Met aandacht open ik een ruimte  
Die ik daarvoor nog niet zag  
Omdat ik in mezelf verborgen en op slot  
Niet open of aanwezig was

Door aandacht vorm ik een cirkel  
Van geven en ontvangen, telkens weer  
Zo voed ik mezelf door de ogen van de ander  
Het verrast en overkomt me, elke keer

Door aandacht vorm ik een cirkel  
Van geven en ontvangen, telkens weer  
Zo voed ik mezelf door de ogen van de ander  
Het verrast en overkomt me, elke keer

Met aandacht sta ik 'aan'  
En mag er komen wat er komt  
Voel ik de verbinding met een ander  
En is m'n binnen-stem verstomd

Dus als we kiezen voor de ander  
En ik hem of haar aandacht geef  
Is er die warmte van gastvrijheid  
Waardoor ik steeds weer voel dat ik van binnen leef

**Donderdag 25 februari 2021**

'Het gaat om  
ontroering,  
beleving  
en  
geraakt worden.

Het geloof  
is geen verklaringsmodel'.

*Werner Pieterse*

Vrijdag 26 februari 2021

'Vooroordelen  
zijn kleverige  
stukken kledde,  
die maar lastig  
weg te boenen zijn.'

*Daniël Lohues*



## Zaterdag 27 februari 2021

Voor alle keren dat we onze deur gesloten hielden,  
geen aandacht hadden,  
vragen wij: Geef ons een nieuwe kans God

Voor alle keren dat we iemand uitsluiten  
buiten onze kring plaatsen,  
vragen wij: Doe ons opnieuw beginnen God

Voor alle keren dat onze woorden  
onherbergzaam zijn,  
hard, minachtend en veroordelen  
vragen wij: Geef ons een nieuwe kans God

Voor alle keren dat de vreemdeling in ons midden  
gewond wordt door muren  
van wantrouwen en vooroordelen,  
vragen wij: Doe ons opnieuw beginnen God

Gij, groter dan ons hart,  
geef ons nieuwe ruimte,  
vernieuw ons hart,  
doe ons opengaan naar elkaar in Uw naam.  
Amen

**Zondag 28 februari 2021**

Mattheüs 25:35

'Ik had dorst en jullie gaven mij te drinken'

Kom naar het levend water,  
kom naar de bron:  
leer valse schijn verlaten  
en keer je om.

Ik ben het levend water,  
ik ben de bron:  
leer je op mij verlaten  
en zie niet om!

Wie zoekt om God te eren,  
hart van bestaan  
zal in mijn daden lezen  
de Ene Naam.

Wie aarde gaat bewerken  
leert met geduld  
de groeikracht op te merken  
die haar vervult.

Leven wordt je gegeven,  
Adem en Geest;  
dood zul je niet meer vrezen,  
zowaar ik leef.

*Henk Jongerius*

## Maandag 1 maart 2021

### De Gaarkeuken

Het is vreselijk koud.

Bij de gaarkeuken staat een lange rij.

Vandaag is het eten weer niet best.

Ik krijg dunne koolsoep, een pan vol.

Daar is bijna niet mee te lopen.

Bij de Visbrug struikel ik.

De soep loopt over de straat.

Thuis begin ik te huilen.

Niet om mijn kapotte knie,

ook niet van de kou.

L. Murk

*bron: internet*



Dinsdag 2 maart 2021



EEN MENS  
moet niet denken  
DAT ZIJN EMMER  
zijn dorst  
KAN LESSEN,  
maar hij moet  
DAARMEE WATER  
halen uit de fontein

*Thomas Hooker*

**Woensdag 3 maart 2021**

Van wat we krijgen  
kunnen we bestaan,  
maar van wat we geven  
kunnen we leven...

*Winston Churchill*

**Donderdag 4 maart 2021**

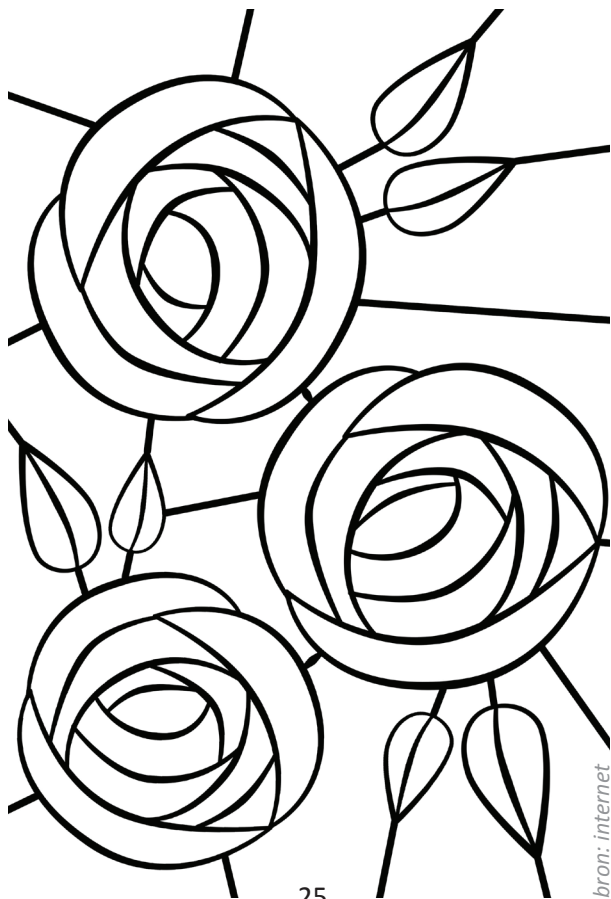
De zon gaat  
niemand voorbij,  
maar als je zelf  
door de schaduw kruipt,  
kan ze je niet vinden.

*Phil Bosmans*

**Vrijdag 5 maart 2021**

Het wordt een bron,  
een bron van God,  
die water geeft  
naarmate we de dorst  
van anderen  
lessen met  
kleine of grote daden van liefde.

Zaterdag 6 maart 2021



## Zondag 7 maart 2021

Mattheüs 25:35

‘Ik was een vreemdeling en jullie namen mij op’

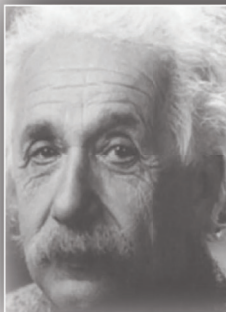
### Gebed

Voor hen die verloren lopen God,  
wij vragen u: vind hen die verloren lopen,  
die, gescheiden van hen van wie ze houden,  
over grenzen moeten gaan,  
uit hun land en weg van hun geboortegrond  
die niet meer weten waarheen.

Vind hen, God,  
gij die altijd hen die verloren raakten zoekt  
en beschermt zoals een kloek haar kuikens.

God, wij vragen u:  
laat hen die onder ons wonen,  
die zich vreemden voelen, ontworteld,  
een veilige woonplaats vinden,  
waar hun geschiedenis wordt gerespecteerd  
hun vaardigheden worden erkend  
zodat ze zonder vrees kunnen leven.  
Laat ons, God, hun nieuwe thuis zijn  
open ons hart voor hen.

**Maandag 8 maart 2021**



Nothing happens until something moves. When something vibrates, the electrons of the entire universe resonate with it. Everything is connected.

— *Albert Einstein* —

AZ QUOTES

bron: internet

Er gebeurt niets totdat er iets beweegt. Als iets trilt, resoneren de elektronen van het hele universum ermee. Alles is verbonden.

*Albert Einstein*

## Dinsdag 9 maart 2021

Ik geloof

Ik geloof dat ik op deze aarde ben  
om iets moois, iets goeds  
van mijn leven te maken.

Ik geloof dat ik de verplichting heb  
iets moois van deze aarde te maken,  
speciaal ook voor anderen.

Ik geloof, dat ik met volle teugen mag genieten  
van alles wat deze aarde te bieden heeft,  
maar nooit ten koste van een ander.

Ik geloof dat ik naar de geest van Christus  
moet leven en mijn medemens  
de hand moet reiken,  
door met hem mee te leven,  
en hem begrip en liefde te tonen.

Ik geloof, dat ik door zó te leven  
mijn leven zin geef; en dan  
is het leven waard geleefd te worden.

Amen.



## **Biddag voor gewas en arbeid**

### **Woensdag 10 maart 2021**

Jij en ik

Laat de drukte maar even gaan  
Neem de tijd om mij te verstaan  
Dat je weet wat er in mij leeft  
En ik beseft dat je om mij geeft

De volle aandacht van hart tot hart is fijn  
Laat me weten, geliefd te zijn  
Dat ik er mag zijn, met mijn verhaal  
En door de ontmoeting met jou, weer straal

Zo trekken we samen op  
Mogen we geven en ontvangen  
Zijn we door elkaar aangeraakt  
Wat diepe Liefde zichtbaar maakt

Kijk naar mij  
met liefdevolle ogen  
Zie mij aan  
Wees met mij bewogen

**Donderdag 11 maart 2021**

**Uit moeilijkheden  
ontstaan wonderen**

*bron: internet*

**Vrijdag 12 maart 2021**

We voelen ons niet alleen ongelukkig omdat er iets ergs is gebeurd, maar ook door de rondkolkende gedachten over wat er is gebeurd.



## Zaterdag 13 maart 2021

De pandemie zo onverwacht;  
de wereld in misère.  
Het is zo anders dan gedacht;  
een virus als barrière.

Laat hoop in 't hart blijven bestaan,  
met moed èn het vertrouwen,  
weer nieuwe wegen in te slaan  
om toekomst op te bouwen.

In vrede èn gerechtigheid,  
voor mens, dier en natuur,  
gelijkheid en barmhartigheid,  
voor iedere cultuur.

De sterren blijven schijnen,  
als weerschijn van Zijn Licht,  
het duister zal verdwijnen,  
Gods zoon geeft ons weer zicht.

*Cobie Verheij-de Peuter*

Zondag 14 maart 2021

Mattheüs 25:36

'Ik was naakt en jullie kleedden mij'

HOUD MOED

Geef niet op als je kritiek krijgt.  
Leer het naast je neer te leggen  
als mensen niet begrijpen  
wat je te zeggen hebt.  
Als je kritiek krijgt, betekent dat  
dat je de aandacht van mensen hebt.  
Houd moed en ga verder  
op het pad dat je bent ingeslagen.

*Haemin Sunim*

GEEF NIET OP

Maandag 15 maart 2021



bron: internet

In een koude wereld  
naast een warm iemand zitten  
is als op een koude dag  
naast een warm vuur zitten.

*David Brown*

**Dinsdag 16 maart 2021**

De Protestantse Gemeente  
Niekerk-Oldekerk-Faan-Enumatil  
steunt regionale initiatieven:

# **Kledingbank** *Maxima*

**Kledingbank Maxima Westerkwartier**  
aan het Marktplein in Grootegast is geopend  
van dinsdag tot en met vrijdag  
tussen 10.00 en 15.30 uur.

U kunt nette/gebruikte kleding afgeven tijdens  
de openingstijden. Maar u kunt het ook brengen  
bij Janny de Jong, Kerkdreef 14 in Oldekerk.  
(tel. 0594-504751)

**Woensdag 17 maart 2021**

Wij kennen de wereld alleen  
door het venster van onze geest.  
Als onze geest luidruchtig is,  
is de wereld dat ook.  
En als onze geest vredig is,  
is de wereld dat ook.  
Kennis hebben van onze geest  
is net zo belangrijk  
als proberen de wereld te veranderen.

*Haemin Sumin*




**Donderdag 18 maart 2021**

Zorgen maken het hart  
van een mens verdrietig,  
maar een bemoedigend woord  
maakt het weer blij.

*Spreuken 12 vers 25*

Vrijdag 19 maart 2021



Verdriet is drie sokken  
een te weinig  
of een te veel  
en altijd ergens één  
helemaal alleen.

bron: internet

Zaterdag 20 maart 2021

De drie D's in je leven:  
durven,  
dromen,  
doen.

Droom over wat echt gaaf is.  
Durf er in te geloven.  
En doe je best.


*bron: internet*

**Zondag 21 maart 2021**

Mattheüs 25:35

‘Ik had honger en jullie gaven mij te eten’

bron: internet



Op het einde van ons leven,  
zal God ons niet oordelen  
over de diploma's die we behaald hebben,  
over hoeveel geld we verdiend hebben  
of hoeveel grote daden wij gesteld hebben.

Hij zal oordelen over:  
"Ik had honger en u gaf mij te eten.  
Ik was naakt en u hebt mij gekleed.  
Ik was dakloos en u hebt mij bij u opgenomen."

*Moeder Theresa*

**Maandag 22 maart 2021**

“Wie aan de ander niet geeft  
wat aan de ander toebehoort,  
eet niet slechts  
zijn eigen voedsel op  
maar tevens dat van de ander.”

*Meister Eckhart*

**Dinsdag 23 maart 2021**

Besteed evenveel tijd  
aan het genieten  
van een maaltijd  
als het gekost heeft  
om hem klaar te maken.

Dat is een goede vuistregel, die de kok eert voor de zorg en aandacht die hij of zij aan de maaltijd heeft besteed en u tevens helpt om langzamer te eten en ervan te smullen.

*Michael Polland*

Woensdag 24 maart 2021

'Wat zou succes zijn?'  
vroeg de jongen.



'Liefhebben,' zei de mol.

*Charlie Mackery*

Donderdag 25 maart 2021

## REGELS VOOR VANDAAG

LACH, ONTSPAN EN VOLG JE HART

**GELOOF IN JEZELF**

WEES BLIJ MET WAT JE HEBT

**LEEF IN HET MOMENT**

WEES AARDIG VOOR JE MEDEMENS

MAAK EEN COMPLIMENT

**EN WAT ER OOK GEBEURT**

**BLIJF ADEMEN**

bron: internet



**Vrijdag 26 maart 2021**

...zullen we samen  
gewoon samen  
volhouden, lachen  
huilen, zorgen  
liefhebben, koesteren  
elkaar steunen  
vandaag en morgen  
want als we samen  
gewoon samen  
volhouden, doen  
begrijpen, streven  
hopen, overwinnen  
dragen, alles geven  
zullen we samen  
gewoon samen  
weer kunnen genieten  
van het leven...




*bron: internet*

Zaterdag 27 maart 2021



bron: internet

## Palmzondag 28 maart 2021



Wij zijn tot hier gekomen,  
vanuit het hele land,  
wij willen welkom heten,  
met takken in de hand,  
de koning op zijn ezel,  
zo hoog en zo gewoon,  
een dienaar voor de mensen,  
geen staf, geen paard, geen troon.

Wij zwaaien hier met palmen  
voor God in onze stad,  
omdat Hij alle mensen  
zozeer heeft liefgehad.  
Hij wil in onze straten  
de vredeskoning zijn  
een dienaar voor de mensen,  
geen kroon, geen hermelijn.

*Melodie  
Ik wil mij gaan vertroosten*

## Maandag 29 maart 2021

### Gebedskring

Samen bidden, praten met God  
in een kring hardop.

Woorden die God  
prijzen, loven, eren,  
woorden van verdriet en zorg,  
van dankbaarheid,  
ontroerende woorden.

Samen in een kring  
hardop praten met God,  
luisteren naar elkaar.

Zelf bidden hardop,  
woorden zitten in mijn hoofd  
blijven steken in mijn keel,  
geen geluid.

Wat zou ik willen bidden,  
vragen aan God?

Voor mezelf, de mensen die me lief zijn,  
gemeenteleden, jong en oud,  
de samenleving, de wereld?

Onze Vader..

Die in de hemelen zijt

Dinsdag 30 maart 2021



## Woensdag 31 maart 2021

### De verstillings

Laat ik eerst maar eens stil zijn  
laat ik mijn mond maar houden  
voor ik aan nadenken begin  
en aan gepieker vol rondzwervende gedachten.  
Voor ik mijn mond voorbij praat  
heb ik dat soms nodig.

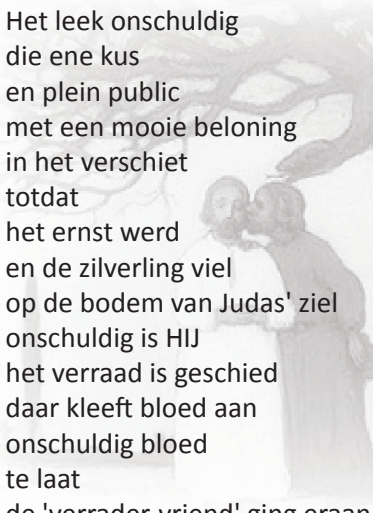
Laat ik eerst maar eens stil zijn  
laat ik stilzwijgend wachten  
tot ik licht in mijn hoofd raak  
van kalm geruisloos luisteren.  
Tot ik daar blijf staan waar het om gaat  
heb ik dat soms nodig.

Laat ik eerst maar eens stil zijn  
en hem horen als ik hem laat uitpraten  
dan komt helder binnen wat hij zegt  
gaan mijn oren open naar mijn hart  
God laat van zich spreken.  
Hij is aan het woord.  
Dat heb ik nodig.

*Karel Eykman*

**Donderdag 1 april 2021**

Weggegooid geld




Het leek onschuldig  
die ene kus  
en plein public  
met een mooie beloning  
in het verschiet  
totdat  
het ernst werd  
en de silverling viel  
op de bodem van Judas' ziel  
onschuldig is HIJ  
het verraad is geschied  
daar kleeft bloed aan  
onschuldig bloed  
te laat  
de 'verrader-vriend' ging eraan  
hij heeft het zelf gedaan...

*Annet Kijzer*

*bron: internet*

Goede Vrijdag 2 april 2021



Als je verdrietig bent,  
is het goed  
om je verdriet te accepteren.  
Als je pijn hebt omdat je  
niet weet wat je moet doen,  
is het goed  
om over die pijn te praten...

*Haemin Sunim*

*bron: sofie hupkens*



## Stille Zaterdag 3 april 2021

Als ik in een stil moment  
me even terugtrek  
niets mijn gedachten  
kan verstoren  
laat ik herinnering komen

waarin onze verbondenheid  
nog altijd voelbaar is  
al reikt vriendschap  
door tot in de hemel  
mis ik onze uren samen

*Paula Hagaraars*

bron: internet

**Paaszondag 4 april 2021**

1 Johannes 4:2

‘Wie God liefheeft, moet ook de ander liefhebben’

Nieuwe morgen  
nieuwe dag  
nieuwe mogelijkheden  
om zon te zijn voor de mensen  
om zon te zijn wanneer het regent.  
Nieuwe dingen  
om gelukkig te maken  
om te helpen.  
Nieuwe vragen  
nieuwe antwoorden  
om te aanvaarden  
en op te lossen.  
Nieuwe inzichten  
dat iedere dag zo anders is  
en ik te dikwijls dezelfde blij...

*Medemens 5*

*bron: internet*

