

---

### **Aperitief: Als ik ooit eens vijf minuten tijd heb – Louis Neefs (1965)**

<https://www.youtube.com/watch?v=EykRwV4Xgqk>

mét de legendarische beelden uit Echo 1965 (het vroom toen wel -10° C !):

<https://www.youtube.com/watch?v=ckVYxBxdpY0>

Als ik ooit eens vijf minuten tijd heb,  
dan begin ik er beslist eens aan,  
aan ik weet niet wat, maar je zult zien dat  
iedereen er zal verstomd van staan.



Als ik ooit eens vijf minuten tijd heb,  
morgen of een andere dag misschien,  
dan doe ik eens echt iets waarvan men zegt:  
nee, dat hebben we nog nooit gezien

#### Refrein:

Maar ik heb de hele dag toch al zoveel te doen:  
eten, drinken, slapen, zoals 't hoort.  
Hele nachten dromen en dan moe zijn tot de noen  
enzovoort, enzovoort, wat 'n leven...

Maar als ik eens vijf minuten tijd heb,  
dan kan je er zeker van op aan  
dat ik op een keer, maar wie weet wanneer,  
mogelijk eens aan de slag zal gaan.

#### Refrein

Maar als ik eens vijf minuten tijd heb,  
dan kan je er zeker van op aan  
dat ik op een keer, maar wie weet wanneer  
mogelijk eens aan de slag zal gaan...

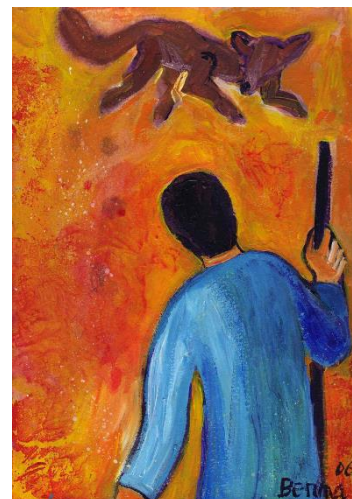


### **Intredelied: ZJ 306 Een mens te zijn op aarde**

Een mens te zijn op aarde in deze wereldtijd  
is leven van genade buiten de eeuwigheid  
is leven van de woorden die opgeschreven staan,  
en net als Jezus worden die 't ons heeft voorgedaan.

Een mens te zijn op aarde in deze wereldtijd  
is komen uit het water en staan in de woestijn,  
geen god onder de goden, geen engel en geen dier,  
een levende, een dode, een mens in wind en vuur.

Een mens te zijn op aarde in deze wereltijd  
dat is de Geest aanvaarden die naar het Leven leidt,  
de mensen niet verlaten, Gods Woord zijn toegedaan,  
dat is op deze aarde de duivel wederstaan.



## **Welkom**

Een nieuwe vastentijd is begonnen:  
tijd om stil te staan bij wat belangrijk is in het leven,  
tijd om ons opnieuw te richten op God en op elkaar.  
De vasten is een uitgelezen tijd om halt te houden  
en het dwingend ritme van leven of geleefd worden  
te doorbreken,  
om vraagtekens te plaatsen  
bij wat wij de 'normale gang van zaken' noemen.  
Daarom nodigt God ons uit  
om met Jezus mee de woestijn in te gaan,  
om Hem daar te ontmoeten,  
en ons tot God te bekeren  
en stil te staan bij de kern van ons geloof.

## **Gebed om ontferming**

Geef me nog vijf minuten,  
voor de brief die ik niet schreef,  
waardoor er in een mensenhart  
een koude leegte bleef.  
( )  
Geef me nog vijf minuten Heer,  
voor het woord dat ik niet sprak,  
waardoor er in een mensenhart  
misschien iets kostbaars brak.  
( )  
Geef me nog vijf minuten  
voor de traan die ik niet liet,  
zo bleef een ander eenzaam  
en alleen in zijn verdriet.  
( )  
Geef me nog vijf minuten Heer,  
voor de fouten die ik niet vergaf,  
zo bleef een ander treuren  
om de schuld die ik hem gaf.  
( )  
Geef me nog vijf minuten,  
voor wat ik niet heb gedaan  
ofschoon U vele kansen gaf,  
die ik voorbij liet gaan.  
( )  
Geef me nog tien minuten Heer,  
misschien dat het wat wordt.  
Ach, geef me een heel leven Heer,  
minuten zijn zo kort.

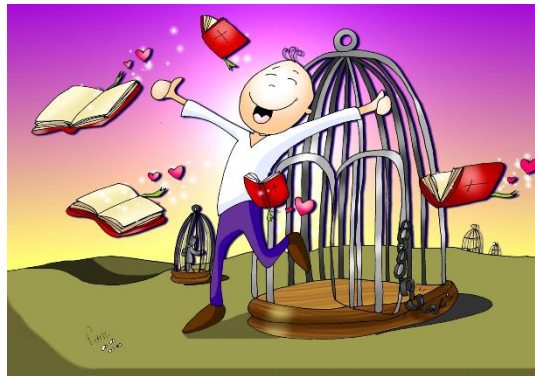
### **Wat ik gewild heb**

Wat ik gewild heb  
Wat ik gedaan heb  
wat mij gedaan werd  
wat ik misdaan heb  
wat ongezegd bleef  
wat onverzoend bleef  
wat niet gekend werd  
wat ongebruikt bleef  
al het beschamende  
neem het van mij.

En dat ik dit was  
en geen ander,  
dit overschot  
van stof van de aarde:  
dit was mijn liefde.  
Hier ben ik.

## Openingsgebed

Vader van het leven,  
laat ons uw nabijheid voelen.  
Als angst om alles wat rond ons gebeurt  
ons in de greep houdt,  
als onrecht hoofdtoon wordt  
in het dagelijkse nieuws,  
maak dat wij staande blijven.  
Meer nog:  
help ons oude patronen los te laten  
om nieuwe wegen te gaan.  
Doe ons uw schepping behoeden  
en elkaar weer zien als broeders en zusters.  
Dat we daarin mogen gelijken op Jezus.  
Hij gaat ons voor al de dagen die ons gegeven zijn.  
Het moge gebeuren! Amen.



## Eerste lezing: (Gen. 9, 8-15)

Uit het boek Genesis

8 God zei tegen Noach en zijn zonen:  
9 `Nu sluit Ik mijn verbond met u en met uw nageslacht,  
10 en met alle levende wezens die bij u zijn,  
met de vogels en de viervoetige dieren,  
met alle dieren van de aarde die bij u zijn,  
alle dieren die uit de ark zijn gekomen,  
alle dieren van de aarde.  
11 Ik sluit met u mijn verbond,  
dat nooit meer enig levend wezen  
door het water van de vloed zal worden uitgeroeid,  
en dat er zich nooit meer een vloed zal voordoen  
om de aarde te verwoesten.'  
12 En God zei:  
`Dit is het teken van het verbond,  
dat Ik sluit tussen Mij en u,  
en alle levende wezens die bij u zijn, voor alle generaties.  
13 Ik zet mijn boog in de wolken;  
die zal het teken zijn van het verbond tussen Mij en de aarde.  
14 Wanneer Ik op de aarde de wolken samenpak, en de boog in de wolken  
zichtbaar wordt,  
15 dan zal Ik denken aan het  
verbond tussen Mij en u en alle  
levende wezens, aan alles wat leven  
heeft. De wateren zullen nooit meer  
aanzwellen tot een vloed,  
om alles wat leeft te verdelgen.



## **Lied van Noach – Stef Bos**

<https://www.youtube.com/watch?v=uHd1Wfljuu8>

Het was nacht en ik stond onder de sterren  
En een stem van binnenuit vertelde mij  
Het wordt tijd om je grenzen te verleggen  
Weg van deze wereld, deze tijd

En bouw een huis zoals een schip  
En vaar naar waar de stroom jou ook brengt  
Vraag niet waarom maar geloof  
Dat aan het einde alles weer opnieuw begint

Dezelfde nacht zag ik een vloedgolf in mijn dromen  
die langzaam heel de aarde overstroomde  
En ik zag een engel die vertelde met zijn ogen  
Dat het tijd wordt om op water te gaan wonen

Dus ik bouw een huis zoals een schip  
En wie mij lief is neem ik met mij mee  
Ik begin van voor af aan  
in een land dat zal ontstijgen aan de zee

Ik zag de wereld om me heen  
Ik zag de leegte  
Ik zag mensen die alleen nog overleefden  
En ik zag de aarde met haar woestijnen en haar zeeën  
Moegestreden omdat ze alles had gegeven.

Ik bouw een huis zoals een schip  
En wie mij lief is neem ik met mij mee  
En ik begin, ik begin van voor af aan  
In een land dat zal ontstijgen aan de zee  
Het land dat zal ontstijgen aan de zee  
Het land zal ooit ontstijgen aan de zee

## **Tussenzang: Psalm 25 (24) 4bc-5ab, 6-7bc, 8-9**

refrein: De wegen van God zijn goed en betrouwbaar  
voor ieder die zijn verbond onderhoudt.

Wijs mij uw wegen, Heer,  
leer mij uw paden kennen.

Leid mij volgens uw woord,  
want Gij zijt mijn God en Verlosser.

Gedenk uw barmhartigheid, Heer,  
uw altijd geschonken ontferming.



Herinner u niet het kwaad van mijn jeugd,  
maar denk aan mij met erbarmen.

De Heer is goed en rechtschapen,  
daarom wijst Hij zondaars de weg.

Hij leidt de geringe langs eerbare paden,  
Hij leert de eenvoudige wat hij moet doen.

### **Tweede lezing:** (1 Petr. 3, 18-22)

Uit de eerste brief van de apostel Paulus

Broeders en zusters,

18 Ook Christus heeft eens en voorgoed geleden voor de zonden,  
de rechtvaardige voor de onrechtvaardigen, om u tot God te brengen.  
Hij is gedood naar het lichaam, maar tot leven gewekt door de Geest.

19 Zo ging Hij heen en predikte voor de geesten in de kerker,  
20 die destijds weigerden te gehoorzamen,  
terwijl God geduldig wachtte,  
in de dagen dat Noach de ark bouwde.

In de ark bleven slechts enkelen, niet meer dan acht personen,  
behouden te midden van het water.

21 Dit was een voorafbeelding van het doopwater,  
waardoor u nu gered wordt.

De doop beoogt niet de verwijdering van lichamelijke onreinheid,  
maar is een verzoek aan God om een zuiver geweten,  
krachtens de opstanding van Jezus Christus,

22 die ten hemel opgestegen zetelt aan Gods rechterhand,  
nadat engelen en machten en krachten  
aan Hem onderworpen zijn.

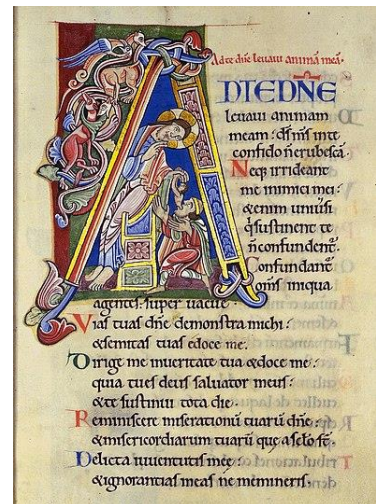
### **Lied:** ZJ 310 **Uit angst en nood** (Ps. 130/ t.&m.: M. Luther)

<https://www.youtube.com/watch?v=CcgkImQ5ns8>

Uit angst en nood stijgt mijn gebed. O Heer, wil naar mij horen!  
Wanneer Gij op ons falen let, zijn wij, o God verloren.  
Maar in uw eindeloos geduld delgt Gij de menselijke schuld  
en zegent die U vrezen.

Ik hoop op God de Heer en wacht het woord dat Hij zal spreken.  
Al loopt het naar de middernacht, ik volg zijn heilig teken.  
Mijn hart is in d donkerheid een wachter die het licht verbeidt,  
een wachter op de morgen.

Hoop, Israël, op God de Heer die rijk is aan genade.  
Want Hij verlaat u nimmermeer, al kiest gij ook ten kwade.  
Hij leidt u door de woestenij en maakt gans Israël eens vrij  
van ongerechtigheden.





## **Evangelie:** (Mc. 1, 12-15)

Uit het heilig evangelie van onze heer Jezus Christus volgens Marcus

12 In die tijd dreef de Geest Jezus weg, recht de woestijn in.

13 Hij bleef in de woestijn, veertig dagen,  
op de proef gesteld door de satan.

Hij was in gezelschap van de wilde dieren,  
en de engelen stonden Hem ten dienste.

14 Maar nadat Johannes overgeleverd was,  
kwam Jezus in Galilea  
de goede boodschap van God verkondigen

15 en zei:

'De tijd is rijp en het koninkrijk van God is ophanden.  
Bekeer u! Heb geloof in de Goede Boodschap.'



## **Overweging(en)**

We hoorden daarnet hoe Jezus zich 40 dagen in de woestijn terugtrok vooraleer Hij aan zijn zending begon. Jezus ging dus eerst in quarantaine. Het woord dat we intussen maar al te goed kennen, is daarvan afgeleid want het slaat op 40 (in het Frans 'quarante') dagen van afzondering. Door de medische kennis hoeft quarantaine intussen niet altijd zo lang te zijn (10 dagen vinden de meesten trouwens al onoverkomelijk !) maar het begrip is gebleven en de vastentijd zal wel voor altijd 40 dagen blijven, want 40 is een bijbels getal en verwijst naar een lange, volle periode: 40 jaren in de woestijn, 40 dagen dobberde Noach's ark op het water; ... en toeval of niet maar een zwangerschap duurt meestal 40 weken (ook voor niet Joden!). Wil er echt iets groeien of veranderen, dan is daar tijd voor nodig; en dan trek je daar best ook wat tijd voor uit, 40 dagen dus... om te beginnen, want sommige dingen hebben een veelvoud van 40 nodig. Ik bedoel: we hebben met de huidige coronacrisis het gevoel dat we in een lange vasten/woestijn zijn verzeild geraakt. En hoe langer het blijft duren hoe uitzichtlozer het wordt, en hoe meer men klaagt. '40' slaat blijkbaar op de limiet van wat menselijk haalbaar is, of het nu om dagen of weken gaat, laat staan dat het om jaren gaat.

Nu, wie in quarantaine gaat, moet zoveel mogelijk contacten vermijden. In Jezus' tijd trok men daarvoor de woestijn in. Wie zich terugtrekt in de stilte en de eenzaamheid komt zichzelf tegen. Vluchten in inzet, werk of van alles dat je kan verstrooien of afleiden lukt niet meer. Telkenmale word je op jezelf teruggeworpen, word je beproefd zowel op lichamelijk als op geestelijk vlak.

Marcus in zijn evangelie, in tegenstelling tot Lucas en Mattheüs benoemt dit niet concreet. Hij heeft het over beproefd worden door de duivel én over het omringd zijn door wilde dieren én door engelen. Vul zelf maar in welke duivels je verleiden, welk beest zowel in jezelf, als erbuiten ten tonele komt: allerlei duistere verlangens, agressies, donkere gedachten, angsten en verlammingen. Wie ben ik, wat zit ik hier te doen, geraak ik hier ooit nog uit, van verlost, bevrijd? Maar daarnaast vermeldt Marcus ook - en dat is hoopgevend - dat er engelen zijn die ten dienste staan. In de nood kent men zijn vrienden. Welke engelen omringen je en bieden onverwacht hulp, troost of perspectief? Misschien ontdek je ze nu pas; hoe je ondanks alles, in je eenzaamheid je toch omringd, gedragen en graag gezien bent. Het is ontdekken waar je steunpunten en ankers

liggen. Ook herinneringen (die bij wijze van spreken engelen je in de oren fluisteren), al die zaken die je meedraagt uit je verleden en waar je deugd aan hebt beleefd of die zekerheid boden, kunnen soelaas bieden en je opnieuw op weg helpen. Het zijn allemaal zaken die rust en vertrouwen geven, bemoedigend en genezend werken. Ze doen hopen, verlangen en uitzien naar iets nieuws. Jezus' woestijntijd, zijn quarantaine is een periode van crisis, zelfconfrontatie, loslaten, rouw om gaandeweg te ontdekken zijn krachten, zijn sterktes, nieuwe verbondenheid en trouw. Dit geeft perspectief, uitzicht en hoop. Als een herboren mens kan hij zeggen: 'De tijd is rijp en het koninkrijk van God is ophanden. Bekeer u! Heb geloof in de Goede Boodschap.'

Hoe zit het met onze 'tijd'? Om de vastentijd te beleven moet je tijd vrijmaken. Zie je het zitten om in 'quarantaine' te gaan? Niet direct zeker? Zijn we niet allemaal 'vastenmoe' door de coronacrisis die maar blijft duren? We moeten ons al zoveel ontzeggen, wordt er nu van ons gelovigen de komende 40 dagen nog iets extra's verlangd? Neen, het is niet de bedoeling nog extra lasten op te leggen. Alleen dat we wat tijd zouden vrijmaken om op zoek te gaan naar onze innerlijke krachten, naar ons geloof en vertrouwen die ons doorheen deze crisis, de woestijn waarin we al een jaar zitten, kunnen helpen. Tijd vrijmaken om week na week de verhalen te lezen van lang geleden die mensen naar een Pasen, naar een nieuw leven hebben geleid. Zoals de lezingen van vandaag, met ook dat prachtige reddingsverhaal van Noach en zijn ark, die willen perspectief en hoop aanreiken. Ik wens dat je een regenboog mag zien, een teken van hoop en trouw, of engelen mag ontmoeten die je doorheen je angsten en eenzaamheid loodsen en perspectief aanreiken. 't Is de hoogste tijd, is het niet?

(Miguel Dehondt)

-----

### **Een nieuw verbond.**

Noach is samen met zijn familie en met alle dieren uit de ark gestapt.

Die grote boot die hij bouwde in zijn gevecht tegen de bierkaai.

En het blijkt een strijd die niet verloren is.

Niet door hem, tenminste.

God is blij dat in ieder geval Noach nog daar is.

Hij denkt: dit wil ik nooit meer beleven ...

dat de hele wereld onder water verdwijnt,

daar ga ik een stokje voor steken.

Ik beloof aan Noach en alle mensen en dieren

dat mijn regenboog aan de hemel zal komen.

Telkens als de mensen die zien, zullen ze blij zijn

dat er een einde komt aan de alles-overspoelende wateren

- zij weten dat zij mogen hopen

op droge grond onder hun voeten.

Wanneer precies? Dat kan ik nu niet zeggen,

maar het zal nooit meer zover komen,

dat de hele aarde en alle mensen verdrinken.

Zover komt het nooit meer.

Zo dacht God, zo doet hij,

en hij maakt blij een ommetje met Noach.

Samen onder de regenboog, de toekomst tegemoet.



(Ina Koeman, Wereld over hoop, tekstenboekje van Spoor ZES, p. 26)

-----

Soms vinden we een brug  
die hemel en aarde verbindt,  
als een kleurrijke boog  
die oplicht na zware regenval.  
Mensen bouwen bruggen  
tussen kleuren  
tussen continenten  
tussen broos en sterk.  
Wereldwijd van noord tot zuid.  
Geluk en leven voor velen.  
Het staat geschreven  
in die kleurrijke regenboog.  
Belofte.  
Gods toekomst voor deze wereld.

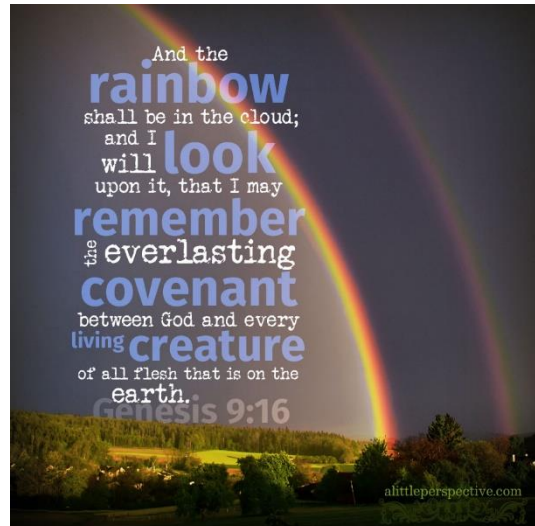
(Roos Maes)

-----

### **Ben ik meer waard dan goud?**

Uw scheppingswerk blijft doorgaan, Heer.  
Jij blijft ons vormgeven tot we  
'naar uw beeld en gelijkenis' zijn.  
Jij brengt ons tot bij onszelf.  
De les is even hard als duidelijk.  
rijkdom, macht noch overwicht  
op de natuur zijn bronnen van leven.  
Maar ik ben er vaak voor bezweken.  
Alleen jij weet hoe ik telkens terugweek  
en mezelf een rad voor de ogen draaide.  
Jij ziet dwars door dit alles heen.  
Hier sta ik nu, in al mijn naaktheid.  
Jij zuivert mij zoals goud in de smeltoven.  
Ben ik in jouw ogen dan zoveel waard?  
In de woestijn heb jij weerstand geboden.  
Waarom zou ik dat dan ook niet doen?  
Die verbondenheid tussen jou en mij  
raakt en ontroert mij.  
Zoon van God  
die in de wereld bent gekomen,  
jij leert mij te vechten om mens te zijn.  
Lof zij jou! Zo zij het!

(Anne Soupa – Wouter Meeus)





## **Woorden van geloof:**

Wij geloven in God  
die leven geeft aan mensen,  
die ons koestert als zijn kinderen  
en die er zal zijn, al onze dagen.

Wij geloven in Jezus van Nazareth  
in wie God zichtbaar is geworden.  
Hij is Mens geworden,  
heeft ons in woord en daad voorgeleefd  
hoe we God en mens kunnen liefhebben  
en trouw aan zijn opdracht ten einde toe,  
heeft Hij zelfs zijn leven voor ons gegeven.

Wij geloven in Gods Geest  
die ons oproept tot recht en vrede,  
om te helen wat gebroken is,  
om hoop te bieden aan wie lijden moet.

Wij geloven in een Kerk  
die werkt aan de droom van God:  
arme en kleine mensen  
een stukje hemel op aarde geven.  
En wij geloven  
dat God ons nooit in de steek laat.  
Amen.



## **Voorbeden** (accl.: Ubi caritas et amor, Deus ibi est)

Pr.: Met mensen die net als Noach willen leven naar Gods wil,  
sluit Hij een verbond ten leven.  
Bidden we, opdat wij zo'n mensen mogen zijn.

L.: We willen graag wereldwijde vrede en hopen dat eens  
de spiraal van geweld voorgoed doorbroken wordt. Laat ons bidden.

L.: We willen af en toe een beetje woestijntijd,  
ruimte en tijd om keuzes te maken die doordacht en goed zijn  
en die ons helpen uitgroeien tot gelukkige mensen. Laat ons bidden.

L.: We willen tochtgenoten op onze weg, mensen die net  
als wij ingaan op Jezus' uitdaging, erop vertrouwend  
dat Hij met ons meegaat.  
Zelf willen wij tochtgenoot zijn, o.a. van vrouwen en boeren in Kwilu,  
Congo die door COPMIKWI ondersteund worden in hun zoektocht  
naar milieuvriendelijke landbouwmethodes. Laat ons bidden.

L.: Bidden we om daadkracht en positieve motivatie om  
vanuit stilte en bezinning te werken aan structurele  
veranderingen, zodat een betere samenleving werkelijkheid wordt.  
Laat ons bidden.

## **Gebed over de gaven**

Aan U, die deze aarde draagt en stuwt,  
die ons wilt bezielen met uw liefde,  
aan U bieden wij deze vruchten van uw schepping aan  
en spreken daarmee onze bereidheid uit  
om te leven verbonden met U,  
samen met Jezus die ons daarin voorgaat  
vandaag en alle dagen die ons gegeven zijn. Amen.

## **Groot Dankgebed**

In uw Naam zijn wij hier samen.  
Tastend en aarzelend noemen wij U:  
God en Vader,  
Roepstem,  
Drager,  
Grond van ons leven.

Niemand heeft U ooit gezien  
maar elke dag opnieuw is het duidelijk  
hoe U werkzaam aanwezig bent  
daar waar mensen elkaar vinden  
en samen kleine stappen zetten  
om deze wereld om te bouwen tot uw Wereld.

Wij zien U aan het werk  
in de ontluikende liefde tussen mensen,  
in groeiende solidariteit,  
in blijvende verbondenheid,  
in de kleine en grote inzet voor vrede en gerechtigheid.

Wij zien U aan het werk in Jezus uw Zoon:  
de woorden die Hij sprak waren uw Woorden,  
en worden nu ook de onze.  
Zijn keuze voor de kleine mensen was uw keuze,  
en wordt nu ook de onze.

Hem willen wij hier noemen:  
Inspiratie,  
Wegwijzer voor ons leven,  
blijvende Oproep om te blijven doen wat Hij gedaan heeft.  
Wij loven, eren en danken U daarom, en zeggen: **Heilig ...**

Wij danken U voor Jezus, de Christus, de man uit Nazareth,  
die U 'Abba', zijn lieve Vader noemde.  
Nooit was er van U zoveel te zien en te ervaren  
als toen Hij op onze aarde was.

Gedreven door gerechtigheid en goedheid  
openbaarde Hij uw naam in deze wereld.  
Door zijn woorden van begrip en vergeving,

door zijn attentie voor gekwetste mensen,  
door blinden uitzicht te geven en lammen veerkracht,  
toonde Hij uw menslievendheid.

Hij was met mensen begaan,  
deelde hun vreugde, maar ook hun verdriet.  
Hij veroordeelde niet, maar gaf mensen nieuwe kansen.

Vooraf in de nacht die de laatste van zijn leven werd,  
heeft Hij een subliem gebaar van liefde gesteld.

#### INSTELLINGSVERHAAL

Als wij dan eten van dit Brood  
en drinken uit deze Beker,  
verkondigen wij de dood des Heren  
totdat Hij komt.

Vader, wij zijn U dankbaar  
omdat wij in deze tekenen van Brood en Beker  
Jezus van Nazareth mogen gedenken.  
Zend ons zijn Geest  
opdat ook wij voor elkaar genade zouden zijn,  
hoe onvolkomen ook.

Geef dat wij elkaar waarderen,  
dat we niet blind zijn voor de mens naast ons  
of doof en onverschillig voor zijn nood.

Dan zal er vreugde zijn op aarde  
liefde, vrijheid en vriendschap in Jezus' naam.

Door Hem en met Hem en in Hem ...



#### **Onze Vader**

Laten wij nooit vergeten hoe Jezus ons leerde bidden:  
met Hem, mogen wij ons richten tot zijn Vader die ook onze Vader wil zijn:

**Onze Vader,...**

Vergeef ons, God,  
wanneer we er niet in slagen om dit gebed  
daadwerkelijk te beleven.

Moedig ons aan, houd ons hart brandend voor U en door U,  
zodat wij hoopvol blijven uitzien naar Jezus, Messias, uw Zoon.

**Want van U is het Koninkrijk,...**

## **Vredeswens**

'Kijk eens', zegt God,  
en Hij houdt ons een spiegel voor.  
Weet je hoe ik jou het liefst zie? - vraagt Hij.  
Gelukkig en tevreden.  
*Sjaloom* was een woord dat Jezus dikwijls gebruikte  
toen Hij aan zijn leerlingen verscheen.  
In onze taal wil dat zeggen: tevreden zijn,  
tevreden aan tafel, op de werkvloer, heel de dag.



Vasten is natuurlijk veel meer,  
maar eens in de spiegel kijken  
en je levensstijl opkrikken  
kan een blij begin zijn  
van heel veel inzet  
op alle vlakken. (vrij naar Manu Verhulst)

Ik wens je '*sjaloom*', vrede van God, tevredenheid, geluk !  
(en wensen we het ook aan elkaar)

## **Lam Gods**

## **Communie**

### **Liederen: ZJ 924 Ik sta voor U in leegte en gemis**

<https://www.youtube.com/watch?v=eqUGz1H6rQg&t=70s>

Ik sta voor u in leegte en gemis  
vreemd is uw naam, onvindbaar zijn uw wegen.  
Gij zijt mijn God, sinds mensenheugenis,  
dood is mijn lot hebt Gij een and're zegen?  
Zijt Gij de God bij wie mijn toekomst is?  
Heer, ik geloof, waarom staat Gij mij tegen.

Mijn dagen zijn door twijfel overmand,  
ik ben gevangen in mijn onvermogen.  
Hebt Gij mijn naam geschreven in uw hand,  
zult Gij mij bergen in uw mededogen?  
Mag ik nog levend wonen in uw land,  
mag ik nog eenmaal zien met nieuwe ogen?



Spreek Gij het woord dat mij vertroosting geeft,  
dat mij bevrijdt en opneemt in uw vrede.  
Open die wereld die geen einde heeft,  
wil alle liefde aan uw Zoon besteden.  
Wees Gij vandaag mijn brood zowaar Gij leeft.  
Gij zijt toch zelf de ziel van mijn gebeden



## Time in a bottle – Jim Croce (1973)

<https://www.youtube.com/watch?v=dO1rMeYnOmM>

If I could save time in a bottle  
The first thing that I'd like to do  
Is to save every day  
'Til eternity passes away  
Just to spend them with you

If I could make days last forever  
If words could make wishes come true  
I'd save every day like a treasure and then  
Again, I would spend them with you

But there never seems to be enough time  
To do the things you want to do  
Once you find them  
I've looked around enough to know  
That you're the one I want to go  
Through time with

If I had a box just for wishes  
And dreams that had never come true  
The box would be empty  
Except for the memory  
Of how they were answered by you

But there never seems to be enough time  
To do the things you want to do  
Once you find them  
I've looked around enough to know  
That you're the one I want to go  
Through time with

Als ik tijd kon bewaren in een fles,  
het eerste dat ik zou willen doen  
is elke dag bewaren  
tot in de eeuwigheid  
gewoon om ze bij jou door te brengen.

Als ik dagen voor altijd kon laten duren,  
als woorden wensen konden doen uitkomen  
dan zou ik elke dag als een schat bewaren  
nogmaals, om ze met jou door te brengen.

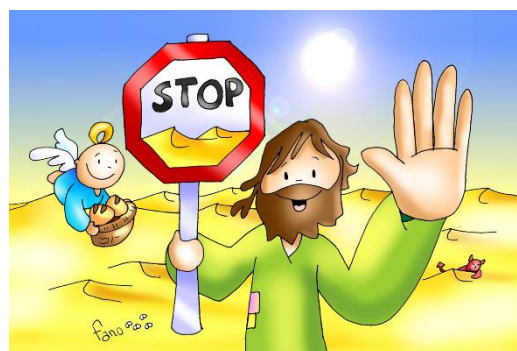
Maar er lijkt nooit genoeg tijd te zijn  
om de dingen te doen die je wilt doen.  
Als je ze eenmaal hebt gevonden,  
ik heb genoeg ervaring om het te weten,  
dat jij degene bent met wie ik alle tijd wil  
doormaken.

Als ik een doos had alleen maar met  
wensen en dromen die nooit zijn  
uitgekomen, die doos zou leeg zijn  
op de herinneringen na van hoe ze  
door jou werden beantwoord.

Maar er lijkt nooit genoeg tijd te zijn  
om de dingen te doen die je wilt doen.  
Als je ze eenmaal hebt gevonden,  
ik heb genoeg ervaring om het te weten,  
dat jij degene bent met wie ik alle tijd wil  
doormaken.

### **Slotgebed:**

Jezus,  
gedreven door de Geest  
bent U naar de woestijn getrokken,  
veertig dagen lang.  
Veertig dagen vol kwelling,  
maar zeker ook dagen van vasten  
en van diep en intens gebed.  
Schenk ook ons uw Geest  
opdat wij klaarder zouden mogen zien  
in alle bekoringen en bedreigingen in ons leven.  
Leer ons zien en geloven  
dat U steeds met ons bent en blijft.  
Leer ons vertrouwen op U,  
ook al maken wij moeilijke  
en weinig hoopgevende tijden door. Amen.



### **Zegen en zending**

## **Dessertje: TIJD**

Vasten-tijd.  
Tijd om te bezinnen,  
te veranderen,  
te vernieuwen.  
Tijd om stil te staan,  
te bidden,  
verder te gaan.  
Tijd om te luisteren,  
te kijken,  
te voelen,  
te handelen.  
Tijd om dichterbij jezelf te komen.  
Tijd om naar anderen te gaan.  
Tijd om God terug op het spoor te komen.



Vasten-tijd.  
Tijd om los te laten.  
Tijd om vast te houden.  
Tijd om los te laten wat dooft en verslaaft.  
Tijd om terug vast te nemen  
wat leven en toekomst geeft.

## **Hopelijk heb je tijd...! Lied: If I only have time – John Rowles (1968)**

officiële versie: <https://www.youtube.com/watch?v=TQTnljdGdwo>

bewerkte versie: <https://www.youtube.com/watch?v=Jn0AE5vZsUg>

If I only had time  
Only time

So much to do  
If I only had time, if I only had time  
Dreams to pursue  
If I only had time they'd be mine

Time like the wind  
Those are hurrying by  
and the hours just fly  
Where to begin  
There are mountains I'd climb,  
if I'd time

Since I met you I've gazed  
Life really is too short, lovin' you  
So many things we could make true  
A whole century isn't enough  
to satisfy me

So much to do  
If I only had time, if I only had time  
Dreams to pursue  
If I only had time they'd be mine  
Mmm, if I only had time  
Only time, mmm...

Als ik maar tijd had,  
een beetje tijd

Zo veel te doen  
als ik maar tijd had, als ik maar tijd had.  
Dromen om na te jagen  
Als ik maar tijd had, zouden ze de mijne zijn.

Tijd als de wind  
die raast voorbij  
en de uren vliegen gewoon  
waar te beginnen?  
Er zijn bergen die ik zou beklimmen  
als ik tijd had.

Sinds ik je heb ontmoet, bloei ik  
en 't leven is echt te kort, houdend van jou  
We zouden zoveel dingen kunnen realiseren  
een hele eeuw is niet genoeg  
om me te voldoen.

Zo veel te doen  
als ik maar tijd had, als ik maar tijd had  
Dromen om na te jagen  
Als ik maar tijd had, zouden ze de mijne zijn  
Mmm, als ik maar tijd had  
Alleen tijd, mmm ...