

**Veertigdagentijd**

**WEEK 1:**

**Aswoensdag en de 4 V's**

## Inhoud

1	40 dagen wondere ruimte .....	2
2	Aswoensdag .....	3
3	Over hebzucht, heerszucht en eerzucht .....	4
4	De 4 V's van de veertigdagentijd.....	5
4.1	Verstillen .....	5
4.2	Versoberen .....	5
4.3	Verdelen.....	5
4.4	Vergeven en verzoenen .....	6
4.4.1	Jezelf vergeven.....	6
4.4.2	Verzoenen met jezelf en met God.....	6
4.4.3	De ander vergeven .....	7
4.4.4	Wat fox 8 ons leert: het onvergefelijke vergeven .....	8
4.4.5	Van woede naar vergeving.....	8

## 1 40 dagen wondere ruimte

40 dagen ruimte maken. Stille ruimte. Gods ruimte waar liefde uit straalt. Alledaagse dingen krijgen een nieuwe glans. Relaties een nieuwe kans.

### De 'Veertigdagentijd'

die elk jaar opnieuw begint met **Aswoensdag**  
is een **voorbereidingstijd** met **vier** accenten  
en vele kansen om te groeien als christen.

### Die 40 dagen vóór Pasen:

het blijft iets 'heel eigens' hebben.  
Het is een periode van **verhoogd bewust-zijn**.  
En dat gaat terug op een heel oude traditie.

### We citeren uit de profeet Jesaja:

Is vasten niet het volgende:  
'Uw brood delen met wie honger heeft,  
arme zwervers een dak boven het hoofd geven,  
kleding geven aan wie er geen heeft,  
en niet weglopen als je voor je broer kunt zorgen?'

Was dat ook niet de kern van het optreden van **Jezus**?  
Loskomen van de kleingeestige polemiek van de dag,  
al het bijkomstige in samenleving en godsdienst  
kunnen voorbijsteken om meer met het **wezenlijke**  
in het leven en samenleven bezig te zijn.

40 dagen: een tijd van bewuster leven,  
een **wondere tijd en ruimte** voor:

**Verstilling**  
**Versoberen & Vasten**  
**Verdelen**  
**Vergeving & Verzoening**

### 40 dagen 'quarantaine'

zoals in het verhaal van Jezus zijn **woestijnervaring**:  
**loskomen** van drukte en lawaaierigheid,  
van overtollige dingen,  
van hebzucht, heerszucht en eerzucht  
waar ik enkel bezig ben met mijzelf

Als we volhouden in die verscherpte aandacht  
voor **de essentie, voor de andere, voor het diepere mysterie**,  
dan zal het ons overkomen:  
dat we verwonderd en ontvankelijker worden,  
dat we een blijvende inspiratie en kracht ervaren,  
dat we een connectie vinden met de Geest van het evangelie,  
dat we groeien in het moeilijkste dat er is, vergeven en herverdelen,  
dat we vreugde vinden in de zorg voor mensen die het moeilijk hebben.

Zo voelen we, gaandeweg,  
wat **Pasen** is:  
mensen rondom ons  
helpen **opstaan** uit hun donkere dagen  
en juist daarin het licht van die eerste Pasen beleven.

*Vrij naar een tekst van JP Vermassen*



De veertigdagentijd heeft veel gemeen met de ramadam: het zijn beide perioden van vasten, gebed, solidariteit en van terugkeer tot God. Toch is hun betekenis anders. De veertigdagentijd is een voorbereiding van het Paasfeest en herdenking van de uittocht uit de woestijn en de veertig dagen van Jezus in de woestijn. De ramadan is geen herdenking van een gebeurtenis. De ramadan is in de eerste plaats een maand van vasten. (<https://nikolaassintobin.blogspot.com/2019/03/de-vasten-ramadan-van-de-christenen.html>)

Van 9 maart tot en met 30 maart 2024 zijn moslims en christenen samen aan het vasten. De veertigdagentijd loopt immers van 14 februari tot 30 maart 2024, en de ramadan - de islamitische vastenmaand voor het Eid al-Fitr (het zogenaamde 'suikerfeest') - loopt van 9 maart tot en met 8 april 2024.

## 2 Aswoensdag

Als de palmtakken verbrand worden rest er niets meer dan een beetje grijs stof, as. De as keert terug naar de aarde. Door zon en regen kunnen er langzaam nieuwe dingen groeien. Het askruisje op ons voorhoofd toont ons wie we zijn. Soms dapper, soms moedeloos. Soms erg verdrietig of heel erg blij. Soms voelen we ons groot, dan weer eens klein. Door het askruisje toont God ons hoe fragiel we wel zijn. Het kruisje herinnert ons eraan dat wij stof zijn en tot stof weerkeren. God nodigt ons uit om ons hart te openen voor anderen. Mensen hebben elkaar nodig. Mensen zijn er voor elkaar. (Meer lezen over de betekenis van het askruisje: [Haal jij ook een askruisje op Aswoensdag?](#))

Met Aswoensdag begint veertig dagen verstillen, versoberen, verzoenen en verdelen.

Jesaja omschrijft wat vasten voor hem betekent:

[6] Is dit niet het vasten zoals ik het verkies:  
boosaardige boeien losmaken,  
de banden van het juk\* losmaken,  
de onderdrukten hun vrijheid hergeven,  
en alle jukken doorbreken?

[7] Is vasten niet dit:  
uw brood delen met wie honger heeft;  
arme zwervers opnemen in uw huis;  
een naakte kleden die u ziet  
en u niet onttrekken aan de zorg voor uw broeder?

[8] Dan breekt uw licht als de dageraad door  
en groeien uw wonden spoedig dicht;  
dan gaat uw gerechtigheid voor u uit,  
en sluit de heerlijkheid van de Heer uw stoet.

[9] Als u dan roept, geeft de Heer u antwoord,  
en smeekt u om hulp, dan zal Hij zeggen: 'Hier ben ik!'  
Als u het juk uit uw midden verwijdert,  
geen vinger bedreigend meer uitsteekt  
en geen valse aanklachten indient;

[10] de hongerige aanbiedt wat u voor uzelf verlangt  
en de onderdrukte met voedsel verzadigt,



dan zal uw licht\* in de duisternis opgaan,  
uw nacht als de heldere middag zijn.

[11] Dan zal de Heer u steeds blijven leiden,  
in verschroeide oorden uw honger stillen.  
Hij zal uw krachten sterken  
en u zult als een rijk besproeide tuin zijn,  
als een bron die nooit teleurstelt als men om water komt.

[12] De oude ruïnes worden door u weer opgebouwd,  
u herstelt de fundamenten van vroegere geslachten.  
Een hersteller van bressen zal men u noemen, herbouwer van straten.

Jesaja 58,6-12, *Willibrordvertaling*

### 3 Over hebzucht, heerszucht en eerzucht

Doordat alledaagse dingen een nieuwe glans krijgen, valt ons op wat echt belangrijk is. Zo ging het ook met Jezus die stil wordt in de woestijn en in de stilte de kracht vindt om verleidingen te weerstaan. In de taal van het evangelie wordt dit gesprek weergegeven als een gesprek tussen Jezus en de satan, de duivel, de ‘verleider’.

Nadat Jezus veertig dagen en veertig nachten had gevast, kreeg Hij honger. Nu trad de verleider op Hem toe en sprak: “Als jij de Zoon van God bent, beveel dan dat deze stenen hier in brood veranderen. Jezus verwees naar de oude geschriften en antwoordde: “Er staat geschreven: Niet van brood alleen leeft de mens, maar van alles wat uit de mond van God voortkomt.” Vervolgens nam de duivel Jezus mee naar de heilige stad, plaatste Hem op de bovenbouw van een tempelpoort; de duivel verwees nu ook naar de oude geschriften en sprak tot Jezus: “Als jij de Zoon van God bent, werp je dan naar beneden; want er staat geschreven: ‘Engelen zullen je op handen dragen. Je zal je geen pijn doen.’” Jezus kende de oude geschriften nog beter en antwoordde: “Er staat ook geschreven: Gij zult de Heer uw God niet uitdagen.” Tenslotte nam de duivel Jezus mee naar een heel hoge berg, vanwaar hij Hem alle koninkrijken der wereld toonde, En de duivel zei: “Dat alles zal ik jou geven, als jij in aanbidding voor mij neervalt.” Toen zei Jezus hem: “Weg, satan: ik zou jou niet aanbidden. Er staat geschreven: ‘De Heer uw God zult gij aanbidden en Hem alleen dienen.’” Nu liet de duivel Jezus met rust. (naar: Matteüs 4, 1-11)



## 4 De 4 V's van de veertigdagedentijd

### 4.1 Verstillen

God spreekt zelden luidkeels, Hij 'fluistert' meestal. Om Hem te horen is stilte een vereiste; in de eerste plaats stilte in je hart. Innerlijke stilte bereik je vaak sneller in een stille omgeving.

Waar is stilte te vinden? Kijk eens op:

- <http://www.startdestilte.be/>
- <https://www.still-magazine.be/?s=stilte&lang=nl>

Als terugblik op de dag kan je het levensgebed bidden. Het heeft de volgende stappen: bedankt - sorry - alstublieft:

- Bedankt: door God te danken voor mooie dingen die gebeurden.
- Sorry: waar ben je vandaag niet ingegaan op Gods uitnodiging om met Hem mee te werken aan zijn liefdesplan, zijn droom voor ons?
- Alstublieft: heb je goede voornemens voor morgen? Wat er gaat gebeuren weet je niet precies, maar door God er nu al in te betrekken geef je aan: ik kan het niet alleen.

Ook tijdens de ramadam is de sfeer sereen en introspectief. 'Een gezegende ramadan', ofwel: 'ramadhan mabroek', wensen moslims elkaar dan doorgaans toe. Moslims leggen in deze periode de nadruk gelegd op gebed en het lezen van de Koran.

### 4.2 Versoberen

Voor de christenen is het vasten in de strikte zin van het woord enkel maar een hulpmiddel. Je bepaalt zelf welke vorm dit aanneemt. Wat voor de een vasten is is dat niet noodzakelijk voor de ander. Je kan ervoor kiezen om strikt te vasten, maar dat hoeft niet. Het is afhankelijk van wat jou persoonlijk helpt om te groeien. Door te versoberen wordt er een soort gemis ingebouwd in de dag. Dit gemis herinnert aan waar de mens werkelijk naar hongert en dorst. Het verlangen naar oppervlakkige behoeften verwijst naar waar we het diepste naar verlangen: liefde, verbondenheid, vrede. En zijn dat niet de wegen die ons dichter bij God brengen?

De moslims vasten op een heel strikte wijze. Voor hen is het een van de belangrijkste manieren om hun toebehoren tot de moslimgemeenschap en hun trouw aan de wet van God vorm te geven. (<https://nikolaassintobin.blogspot.com/2019/03/de-vasten-ramadan-van-de-christenen.html>)

Heel wat inspiratie om met de jongeren te doen rond versoberen vind je op [de site van IJD](#).

### 4.3 Verdelen

De vastentijd is een periode van bezinning en solidariteit met anderen. Je staat stil bij mensen die het minder goed hebben. Ook tijdens de ramadam is er extra aandacht voor solidariteit met minderbedeelden.

De solidariteit binnen beide religies wordt op donderdag 14 maart verbeeld door een mensenketting. Dit is een initiatief van de werkgroep '[Migratie, diversiteit, gastvrijheid](#)'. In Lier en Antwerpen verbindt de mensenketting een moskee en een kerk die in elkaars buurt liggen. Vanaf zonsondergang 18.40 uur gaat de ontmoeting verder bij een iftar/solidariteitsmaal.

Ook [Broederlijk Delen](#) zet dit jaar in op solidariteit en focust daarbij op Congo, een land waar toegang tot grond geen evidentie is. Daar bouwen Christine, Georges en Léonie aan alternatieven. Door zich

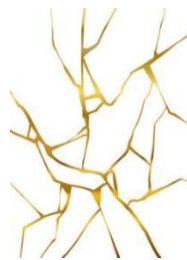


te verenigen en samen actie te ondernemen, garanderen ze niet alleen voor zichzelf een veilige toekomst, maar oefenen ze ook druk uit op het beleid.

#### 4.4 Vergeven en verzoenen

##### 4.4.1 Jezelf vergeven

Vergeven is belangrijk, dat weet iedereen. Maar het is niet simpel. En je kan het ook niet alleen. En is alles daarna vergeten of blijven er barsten in de relatie? Zit daar ergens het verschil tussen vergeven en verzoenen? [Het leeftochtnummer van maart](#) staat hierbij stil.



##### 4.4.2 Verzoenen met jezelf en met God

Als je een fout maakt, probeer dan opnieuw te beginnen. Steeds opnieuw. Het helpt daarbij om te beseffen dat perfect zijn niet gelukkig maakt. God geeft je niet op.

##### **Gebed om verzoening met jezelf en met God**

*Als je je keert tot God  
en opstaat uit je zonde,  
dan doet de trouwe God  
alsof je nooit gezondigd had!  
Hij heeft je even lief als ieder ander.  
Als Hij je nu maar bereid vindt,  
dan let Hij niet op wat vroeger is geweest.  
God is een God van het nu:  
zoals Hij je vindt  
zo neemt Hij je en laat Hij je.  
Net zoals je nu bent.  
Hij wil graag jarenlang op je wachten  
opdat je dan toch  
van zijn eindeloze liefde zou weten.*

(Eckhart)



#### 4.4.3 De ander vergeven

Je relaties vertellen wie je bent en of je gelukkig bent. Goede relaties maken je gelukkig. Daarbij hoort ook kunnen zeggen: 'ik heb fouten gemaakt' of 'het spijt me' of 'ik heb je nodig'.

- Ga voor jezelf na welke relaties je hebt met wie. Hoe sterk zijn de banden? Waar zit spanning op? Je kan dat doen door een mindmap te maken en jezelf in de midden te plaatsen met je relaties eromheen. Mensen met wie je een sterke relaties kan je met jezelf verbinden met een dubbele lijn. Vertrouwelde relaties kan je bijvoorbeeld een stippellijn geven. Of je kan werken met kleuren.
- Tegen wie zeg je soms 'Ik hou van je'?
- Geef mensen die van je houden nooit op. Doordat je zelf fouten maakt, kan je ook met meer geluld en verdraagzaamheid met anderen omgaan.

#### ***Gebed om verzoening met anderen***

*Ik geef u de woorden,  
de kracht,  
de Ja,  
om als je het wil  
de dingen om te keren  
om van mens tot mens  
medemens te zijn.  
Om een andere discours te gebruiken  
dat dat wordt verwacht.  
ik doorbreek  
Doorbeek mee, in Mijn spoor.  
Ik heel,  
Heel mee in Mijn spoor.*

*(Inwezig.be)*

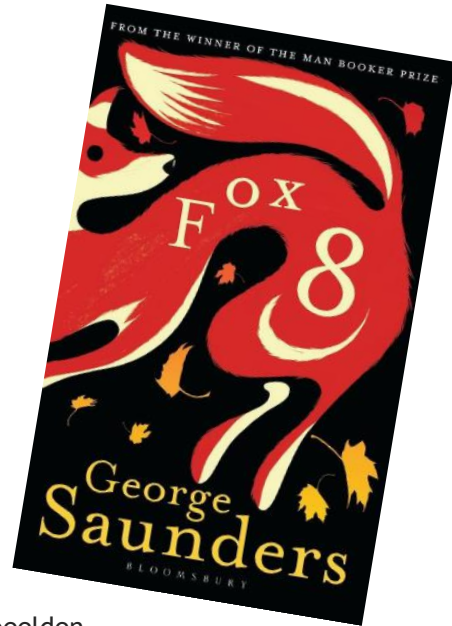
Naast de veertigdagentijd staan ook Jom Kipoer en de ramadam traditioneel in het teken van verzoening en vergeving. Het Arabisch woord ramadan komt van ramadá (رمضاء), wat verbranden betekent. Deze betekenis verwijst naar de schulden en zonden die doorheen het jaar opgelopen worden. Op de feestdagen van ramadam worden die vergeven en vergeten door Allah. Op Jom Kippoer of de 'Grote Verzoendag' vragen joden aan God vergiffenis voor de fouten die zij hebben gemaakt. Voor de dag begint hebben ze zich bij vrienden, familieleden en kennissen verontschuldigd en om vergeving gevraagd.



#### 4.4.4 Wat fox 8 ons leert: het onvergefelijke vergeven

'Het onvergefelijke vergeven staat haaks op elke normale manier van denken en handelen. Vergeven betekent een volkomen geven, gratis en genereus. Het overstijgt het gewone menselijke handelen.' (Naar Carl Snoecx, Scholen die naar de sterren reiken)

Fox 8 vergeeft de mens het onvergefelijke. Enkel op die manier kan het vosje zijn leven terug oppakken. In zijn 'vossen-mensentaaltje' klinkt dat zo: 'I want to feel strong en generus. I want to feel hope full. (...) Reed my leter, go farth, ask your felow Yumans wath is up, rite bak, leeve your anser under your Berd feeder, I will come in the nite to retreeve and lern'. (Uit: George Saunders, Fox 8, Bloomsbury). (Zie ook het [leeftochtnummer van maart](#))



- Vergeven doe je elke dag. Geef eens wat voorbeelden.
- Sommige dingen zijn onvergefelijk. Kan je hier ook voorbeelden van geven?
- Het onvergefelijke toch vergeven. Dat doet Fox 8 vanuit heel diep verdriet en onmacht. Dat deed ook Jezus aan het kruis. Wat willen ze ons leren?

#### 4.4.5 Van woede naar vergeving

Beatriz Flores en Louis Apers onderzoeken met tekeningen en gedichten de moeizame stappen van woede tot vergeving. Woede giert door je lijf en knijpt je strot dicht:

'Ik bijt in het stof met mijn lippen strak opeen,  
en proef het metaal zakken tot in mijn keel,  
en ik schreeuw en spuug wrange woorden.  
- alsof er iemand ruw mijn strot toekneep -'

Op de bijhorende tekening is de schreeuwende pijn een felrood brandend kluwen. Wat een contrast met de tekening over vergeving. Daar zien we opgaande blauwe lijnen en veel licht. Maar niet alle pijn is weg. Want vergeving is vooral lang en geduldig wachten.





Vergeven is niet buigen voor de krachtige.  
Het is elke dag opnieuw jezelf geven,  
zo ver vooruit,  
dat de pijn zich langzaam ledigt,  
uit de knagende herinnering van het verleden.

**Het is wachten op een teken  
- van boven of vanuit de diepte -  
dat je aan wil spreken op wie je bent  
en wie je bent geworden,  
om opnieuw die afstand waar te nemen,  
tussen wat er leeft en wat er is gestorven.**

Vergeven is geduld als je naaste zien,  
hem bevragen zonder hem iets op te leggen,  
in de hoop dat je liefde begrepen wordt,  
zonder dat je hem iets hoeft uit te leggen.

**Het is uit de schaduw van de dood treden,  
en blindelings vertrouwen  
op wat de dagen je elke dag beloven.  
Het is je donkere gedachten  
aan de wereld tonen,  
zodat er licht kan schijnen  
over de schaduwzijde van je onvermogen.**

