



40 dagen
hier &
nu

8 levenslessen
om Jezus te volgen
in jouw hier & nu

40 dagen hier en nu is een initiatief van: LPB Media, Verre Naasten, Lume en het Toerustingscentrum Gereformeerde Kerken - de fusieorganisatie van Diaconaal Steunpunt, het Praktijkcentrum en de NGT.

Introductie *40 dagen hier & nu*

In de veertigdagentijd staan we stil bij de weg van liefde die Jezus voor ons is gegaan. Een weg die Hem Zijn leven kostte. In de weg die Hij ons voorging, mogen wij Hem volgen. Maar hoe doe je dat in jouw leven hier en nu? In onze serie *40 dagen hier & nu* delen we 8 levenslessen van Jezus met je, om jou daarbij te helpen!

De weg van liefde

Voordat de volgelingen van Jezus "kerk" of "christen" heetten, werden zij volgers van "de weg" genoemd. De weg van liefde. In deze *40 dagen hier & nu* werkten we deze weg uit in acht levenslessen die jou helpen om Jezus te volgen in het hier en nu. Jezus volgen door er zegenend op uit te gaan, eenvoudig en genereus te leven, te leren en te bidden en jezelf steeds weer naar Hem om te keren en te rusten in Zijn liefde.

Jezus volgen in coronatijd

Geloven in coronatijd – hoe dan? We missen het samenkomen op zondag en doordeweeks en worden voor ons persoonlijk geloof teruggeworpen op onszelf. Heb je de energie en het doorzettingsvermogen om zelf actief te blijven bouwen aan jouw persoonlijke relatie met Jezus? Hoe kun je, ook in deze tijd, groeien als volgeling van Jezus? Wat helpt je om Hem in het middelpunt van je leven te houden, zodat je Zijn liefde kan delen in jouw omgeving?

Acht levenslessen

De diepe wortels van onze christelijke traditie bieden misschien wel zo'n weg. Eeuwenlang vormden kloostergemeenschappen hun leven rond ritmes en disciplines om Jezus samen te volgen. Het zijn deze levenslessen die, wanneer ze ons leven steeds meer vormen, ons helpen om Jezus te volgen op de weg van liefde. Deze *40 dagen hier & nu* staan we stil bij acht van deze levenslessen. Het is ons verlangen dat we groeien als gemeenschappen die de liefdevolle en bevrijdende weg van Jezus volgen. Zijn weg heeft de kracht om elk van onze levens te veranderen en om deze wereld te veranderen. Doe je met ons mee?

In de bijlage vind je meer informatie over de acht levenslessen die in deze 40-dagentijd in beeld komen.

40 dagen podcast

Vanaf as-woensdag (17 februari) biedt *40 dagen hier & nu* elke dag (m.u.v. de zondagen) een korte overdenking aan (als mail of als podcast), waarin één van de acht levenslessen centraal staat. De podcast is te volgen via je eigen podcast app of via www.40dagenhierennu.nl. Op de website vind je de overdenking ook in uitgeschreven vorm. Na aanmelding wordt deze ook dagelijks als mail toegestuurd.

De afwisselende inhoud bestaat uit een overdenking en een bijbeltekst, afwisselend aangevuld met een verdiepingsvraag, een lied of een kort gebed. De overdenking is praktisch, inspirerend, bemoedigend en prikkelend en wil je helpen om Jezus te volgen in jouw hier en nu.

40 dagen hier & nu is ook zeer geschikt om als gemeente samen te volgen.

We bieden naast de dagelijkse overdenking, speciaal voor gemeenten extra materialen aan. Input voor preken, materiaal voor kringen en suggesties voor vespers. Meer daarover vind je verderop in dit document.

Meedoen?

Meld je gemeente dan snel aan via www.40dagenhierennu.nl/voorkerken. Meedoen is gratis.

Kerkenpakket

Ben je als kerk aan het nadenken over een goede invulling van de 40-dagentijd? En verlang je ernaar om dit als gemeente samen te doen, ook al moet dat op afstand en coronaproef? Dan hebben wij een mooie oplossing! Dit jaar bieden we *40 dagen hier & nu* ook aan plaatselijke kerken aan voor gebruik in de eigen gemeente. Zo kun je als gemeente toch samen de 40-dagentijd beleven. En door aan te haken bij een centraal programma, hoeft de 40-dagentijd ook minder voorbereiding te kosten. Deelname is gratis. Hieronder kun je lezen op welke manier je als kerk kunt aanhaken.

Dagelijkse overdenking

Met *40 dagen hier & nu* bieden we een dagelijkse kleine overdenking aan, in de vorm van een podcast of (mail)tekst die je individueel of samen als gemeente kunt volgen. Voor kerken bieden we daarnaast extra materialen aan om de hele gemeente te betrekken.

Individueel meedoen

Via www.40dagenhierennu.nl kunnen mensen zich individueel aanmelden voor *40 dagen hier & nu*. Nieuw is dat we dit jaar een aparte app gebruiken om de podcast dichtbij te brengen. Meer informatie over deze app volgt op korte termijn via de website.

Als gemeente meedoen

Kerken kunnen hun gemeente betrekken bij *40 dagen hier & nu*. Allereerst door gemeentebreed de verspreiding van de content te verzorgen. Daarbij kun je aansluiten bij de communicatiekanalen van je gemeente (denk aan WhatsApp groepen, je eigen kerkapp of via de gemeente-mail). Naast de content van *40 dagen hier & nu* kun je ook eigen voorbeelden, gebedspunten en andere uitwerkingen toevoegen. Zo word je mede-eigenaar van het veertigdagenproject.

Natuurlijk kun je ook meedoen door gemeenteleden te stimuleren zich individueel op te geven. Geef daarbij dan aan dat je als kerk tijdens deze lijdenstijd *40 dagen hier & nu* wilt volgen. En dat als mensen niks willen missen, ze zich kunnen aanmelden via de website of de app kunnen downloaden.

Input voor predikanten

Als predikant kun je met je preek of met eigen meditatie aansluiten bij het project. Daarvoor bieden we ideeën, voorbeelden en suggesties aan voor predikanten om hun eigen preek mee te maken. Verder bieden we een bijbelleesrooster dat te gebruiken is voor gemeenteleden die niet direct de podcast zullen volgen.

Wat we bieden

1. Materiaal voor communicatie naar de gemeente.
2. Materialen voor de predikant (zie hierboven).
3. Materialen voor kringen.
4. Materialen voor jongeren.
5. Ideeën voor vespervieringen.
6. Voor vacante gemeenten: elke zondag een video-viering over de betreffende levenslessen in de vorm van een kerkdienst.

Hoe doe je mee?

1. **Meld je aan** via www.40dagenhierennu.nl/voorkerken.
2. **Informeer de gemeente.** Hiervoor ontvang je van ons diverse materialen die je kunt gebruiken in de communicatie naar gemeenteleden.
3. **Zet de informatie van het project klaar in de door jullie gekozen communicatiekanalen.** We leveren steeds per twee weken de materialen aan, uiterlijk anderhalve week van tevoren. We moedigen je aan om ook extra inhoud toe te voegen, dus eigen voorbeelden, gebedspunten e.d.
4. **Bereid je eigen preken voor** met behulp van de aangeleverde materialen. (We houden ons zeer aanbevolen deze preek achteraf toegestuurd te krijgen)
5. **Informeer kringen, wijken en jeugdleiders.**
6. **Deel materialen met kringen, wijken en jeugdgroepen.**
7. **Organiseer een groep die de vespers helpt voorbereiden.**

Wij leveren deze materialen van tevoren aan naar de kerken die zich via de website hebben aangemeld.

Planning

week	start(zondag)	levensles	Info naar kerk
		informatie voor gemeente	18-01
8	17.02 (aswoensdag)	introductie op <i>40 dagen hier & nu</i> over de 8 levenslessen	01-02
9	21.02	1. tot zegen zijn	05-02
10	28.02	2. erop uitgaan	
11	07.03	3. simpel leven	19-02
12	14.03	4. gul geven	
13	21.03	5. leren	05-03
14	28.03	6. bidden	
14	02.04 (goede vrijdag)	7. omkeren	19-03
15	04.04 (pasen)	8. rusten	

Bijlage: suggesties om het project in je gemeente te delen

Er zijn diverse manieren waarop de inhoud van *40 dagen hier & nu* met de gemeente gedeeld kan worden.

Scipio app

Via Scipio (kerkapp) zijn er in elk geval twee mogelijkheden:

- Door het toevoegen van de RSS feed van *40 dagen hier & nu*. Elke dag krijgen gemeenteleden dan een kort bericht, waarin ze kunnen doorklikken naar de podcast op de website.
- Als gemeentelid kun je pushmeldingen aanzetten, zodat je dagelijks bericht krijgt van de nieuwe podcast.
- Via de app kunnen gemeenteleden op elk bericht onderling reageren via opmerkingen of via icons. Door dat te stimuleren ontstaat interactie in een tijd waarin we elkaar fysiek moeten missen.

Via WhatsApp groepen, mailinglijsten of de interne website

De berichten kunnen natuurlijk ook worden verstuurd vanuit de kerk naar de eigen mailinglijsten (WhatsApp of mail) of via het eigen intranet.

Bijlage: Acht levenslessen

In deze *40 dagen hier & nu* staan we stil bij acht levenslessen, die we steeds in tweetallen uitlichten. Ze vullen elkaar aan en houden elkaar in balans.

Tot zegen zijn & er op uit gaan

Zoals Jezus onze wereld binnenkwam, zo zijn wij geroepen om de wereld van anderen binnen te gaan. Dat lijkt misschien een grote stap. Toch is het niet meer dan 'zijn waar God je al heeft gebracht' en 'Geven van wat God jou heeft gegeven'. Op die plek Zijn nieuwe wereld zoeken en ontdekken. Daar het goede doen en spreken om zo iets van die nieuwe wereld zichtbaar te maken in het hier en nu.

Tot zegen zijn	Er op uit gaan
Deel jouw geloof door hoopvolle woorden en onzelfzuchtige daden. Wees onbaatzuchtig in je geven en je dienen. Draag zo je steentje bij aan herstel en verzoening van wat gebroken is in deze wereld.	Ga de grenzen van je comfortzone over en de wereld van de ander binnen. Luister aandachtig en nederig en leef als Jezus. Getuig van de liefde, gerechtigheid en waarheid van God met je woorden en je leven.

Simpel leven & gul geven

Onze levensstijl mag getuigen van de hoop die in ons is. De weg achter Jezus aan richt onze verlangens en liefde op God en Zijn wereld. Dat heeft gevolgen voor hoe we omgaan met Zijn schepping. Deze wereld is niet van ons maar van Hem. En het evangelie maakt van ons gulle mensen.

Simpel leven	Gul geven
Deze les gaat over rentmeesterschap en onze omgang met de schepping. Onze keuzes hebben namelijk gevolgen voor anderen en voor de natuur. Je mag leren leven van genoeg en genieten van dat wat je van God hebt ontvangen.	We mogen leven in het besef dat we dingen niet 'bezitten' maar in gebruik hebben gekregen om er goed mee te doen. Het evangelie vormt een onuitputtelijke bron om overvloedig te delen met anderen. Zo'n leven van vrijgevigheid is een krachtig getuigenis van onze gulle God.

Leren & bidden

Groeien in je persoonlijke relatie met God – hoe doe je dat ook in coronatijd? Bijbellesen en bidden zijn eeuwenoude gewoonten die ook jou vandaag daarbij kunnen helpen.

Leren	Bidden
Het dagelijkse lezen in Gods woord en erover nadenken. In het bijzonder het leven en de woorden van Jezus. Zo kom je dichterbij tot God en woont Gods woord in jou.	Jezus leert ons om met een nederig hart voor God te komen en moedigt ons aan om onze dankzegging en zorgen bij God te brengen of gewoon te luisteren naar Gods zachte stem in ons leven en in deze wereld.

Omkeren & rusten

Deze twee lessen gaan over de dagelijkse intentie en beweging om je hele leven met God te delen. Dat vraagt om het afkeren van wat je afhoudt van de weg achter Jezus aan en om het bewust kiezen voor de weg van liefde. Tegelijkertijd mag je rusten in Gods bevrijdende liefde. Je identiteit ligt in God en van daaruit mag je veranderen en meer op Jezus gaan lijken.

Omkeren	Rusten
Kies er dagelijks voor om Jezus te volgen. Keer je bewust af van de macht van zonde, haat, angst, onrecht en onderdrukking en kies vol overtuiging voor de weg van waarheid, liefde, hoop, gerechtigheid en vrijheid.	Ontvang Gods genade, vrede en herstel als een cadeau van Hem aan jou. Je mag rusten in Zijn volbrachte werk. En van daaruit je weer in zetten voor herstel en heelheid.