



Centre for
Pastoral
Development

ARCHDIOECSE OF CAPE TOWN

'N REEKS VAN VIER GEBEDSDIENSTE VIR
GEMEENTE KLEIN GELOOFSDELENDE GEMEENSAPPE

Die Eucharistie

BRON EN HOOGTEPUNT
VAN DIE KERK SE LEWE

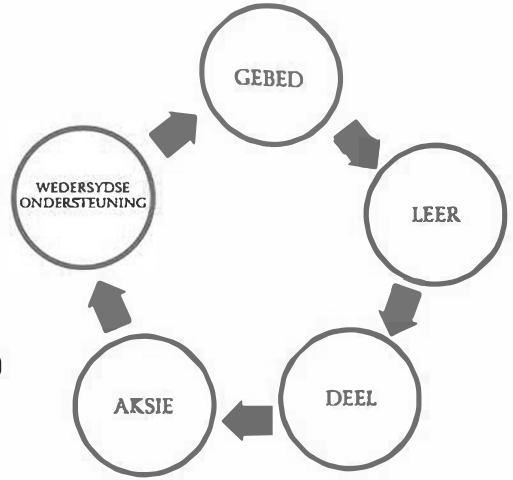
Sessie Een:	Ons lewe ... Ons identiteit
Sessie Twee:	Woord... Eucharistie... Lewe
Sessie drie:	Een brood ... Een liggaam
Sessie Vier:	Ons hoop... Ons vreugde



Baie van die insette in hierdie reeks kom uit die oorspronklike Ekklesia-reeks wat deur die Sentrum vir Pastorale Ontwikkeling in die Aartsbisdom van Kaapstad opgestel is.

FORMAAT VAN ELKE SESSIE

- ✦ Welkom, ontmoet en groet
- ✦ Openingsgebed en gesang
- ✦ Stel die sessie bekend deur die invoergeedeelte te lees
- ✦ Skriflees- en refleksie-aanhalinge
- ✦ Refleksie (persoonlik – vrae wat gegee word om die persoonlike refleksie te lei)
- ✦ Deel en bespreking (binne die groep)
- ✦ Aksie (vir die week wat voorlê)
- ✦ Slotgebed en loflied



WAT IS 'N GEMEENTE KLEIN GELOOFSDELINGSGEMEENSKAP?

Dit is 'n byeenkoms van 6-12 mense wat bymekaarkom om die materiaal wat verskaf word, te lees en na te dink. Elke klein groepie bestaan uit 'n verskeidenheid mense, hulle kan mense van verskillende ouderdomme, uiteenlopende agtergronde en 'n verskeidenheid belangstellings wees, of hulle kan 'n groep mense wees soos die gemeente-kategiste, of die tuisbly-ma's, of die onlangs weduwee - wat wel soortgelyke belangstellings het.

'n gemaklike, vriendelike atmosfeer - 'n plek waar ons onself geestelik kan vernuwe. Geloofsdeling is 'n biddende ervaring om na God se woord sowel as ander geskrifte uit Vatikaan II en die Kategismus van die Katolieke Kerk te luister en dan te deel hoe dit in ons eie lewens en die lewens van ander geleef word. Dit is ook 'n goeie manier om ander in jou gemeentegemeenskap te ontmoet en te leer ken.

RIGLYNE VIR KLEIN GELOOFSDELINGSGROEPFASILITEERDERS

GROEPFASILITEERDERS WORD VERWAG OM:

- ✦ Kontak alle groeplede voor die seisoen begin om seker te maak dat elke lid weet waar en wanneer die vergaderings sal wees.
- ✦ Berei deeglik voor vir elke vergadering deur die materiaal te hersien en seker te maak dat hy/sy vertrouwd is met al die tekste wat voor die vergadering aangehaal is.
- ✦ Maak seker dat elke deelnemer 'n volledige kopie van die materiaal vir die sessie het.
- ✦ Oefen die lees van die insette (uit Ecclesia). Dit is 'n "mini-preek" wat jy gee en dit moet baie goed voorgedra word.
- ✦ Fasiliteer die kleingroepbespreking en hou groeplede op 'n lewendige en interessante manier op die onderwerp gefokus. Moedig die groeplede aan om nuwe maniere te soek om die materiaal wat in hul eie lewens en situasies aangebied word, te verken en te ontwikkel
- ✦ Die aksiepunte wat hier gegee word, is slegs voorbeelde; Jou groep kan dalk met ander vorendag kom.
- ✦ Bid konsekwent vir die mense in die groep en die gemeenteleierskap.
- ✦ Moedig die groep aan om mekaar op spesifieke en tasbare maniere lief te hê, en die klein groepie te sien as 'n ondersteunende gemeenskap vir sy lede, en 'n integrale deel van die groter gemeentegemeenskap.
- ✦ Bel of volg groeplede op wat afwesig is - hulle waardeur sulke sorg wanneer hulle nie 'n vergadering kan bywoon nie.

'N PAAR PUNTE OM OP TE LET VIR BESINNING EN DEEL EN BESPREKING

Refleksie is persoonlik en privaat, 'n tyd om by God en 'n mens se innerlike self te wees.

Deel is om persoonlike gedagtes en gevoelens uit te spreek. Luisteraars moet nie kommentaar lewer, saamstem of nie saamstem nie, maar net aanvaar wat as 'n geskenk gedeel is.

Bespreking is respektvol debatteer en beraadslaag oor kwessies wat verband hou met die onderwerp van die vergadering.

SESSIE EEN

ONS LEWE ... ONS IDENTITEIT

1. WELKOM, ONTMOET EN GROET

2. OPENINGSGEBED

Leier: Laat ons voor die Here in gebed kom terwyl ons ons seisoen van gebedsdienste gedurende hierdie Jubeljaar begin:

Almal: Here Jesus Christus, ons begeerte is om U te soek en U lief te hê met ons hele hart. Ons het onself daartoe verbind om julle te volg wat die Weg, die Waarheid en die Lewe is.

Leer ons om lief te hê soos jy, selfs om ons lewens vir ons familie en ons vriende af te lê. Wees saam met ons terwyl ons hierdie jaar die pelgrimspad van hoop reis, sodat ons harte kan brand van liefde en vreugde. Eer aan die Vader...

Ons sing saam: (’n alternatiewe musiekstuk kan gebruik word)

*Hier op hierdie plek stroom nuwe lig,
Nou is die duisternis verdwyn.*

*Sien, in hierdie ruimte, ons vrese en
ons drome,*

*Hierheen na jou toe gebring in die lig
van hierdie dag.*

*Versamel ons, die verlore en verlate,
Versamel ons, die blindes en die
kreupeles;*

*Roep ons nou aan en ons sal wakker
word,*

*Ons sal opstaan by die klank van ons
naam.*

*Ons is die jonges – ons lewens is ’n
raaisel,*

Ons is die oues – wat smag na jou gesig.

Ons is deur die hele geskiedenis gesing,

*Geroep om lig te wees vir die hele
mensdom.*

*Versamel ons, die rykes en die
hoogmoediges,*

Versamel ons, die trotse en die sterkes;

*Gee ons ’n hart, so sagmoedig en so
nederig,*

*Gee ons die moed om die liedjie in te
skryf.*

YouTube-skakel vir hierdie gesange:
<https://www.youtube.com/watch?v=mGxrL83mocQ>

3. INSETTE (uit *Ecclesia-reeks*)

Die Eucharistie is die kern van ons Katolieke geloof en identiteit. As Kerk is ons 'n Eucharistiese Volk en ons moet onself altyd as sodanig beskou. Ongelukkig is dit nie altyd hoe ons onself sien of onself verstaan nie. Uit haar aard is die Kerk sakramenteel, openbaar Jesus en maak hom teenwoordig en nêrens is dit duideliker as in die Eucharistie nie.

Dit is in die Eucharistie dat ons in Jesus vier wie ons is en terselfdertyd in Hom en sy lewenswyse groei. Met ander woorde, die Eucharistie is die hoogtepunt waarheen al die aktiwiteit van die Kerk gerig is en die punt waaruit al haar krag vloei soos uit 'n groot fontein – die toppunt en bron van ons lewe in Christus. Daardie lewe is altyd vir die Vader en vir ander.

Noodwendig gaan die Eucharistie alles oor opoffering – die volmaakte offer van Jesus wat teenwoordig gemaak word en ons eie offers wat by syne saamgevoeg word. So, wat is ons opofferings? Dit is alles wat ons in liefde doen, wat Jesus ons vra om te doen – om mekaar lief te hê, om ons vyande te vergewe en diegene wat ons 'n moeilike tyd gee, om genesing en versoening in ons verhoudings en ons samelewing te bring, om vir die armes en behoeftiges om te gee, om die wêreld om ons te transformeer. Terselfdertyd is ons opofferings ons strewe om God lief te hê, te aanbid, te eer, ons lewens en ons wil

aan syne te onderwerp, ons groei in heiligheid in Hom. Op sy beurt neem dit ons terug na wie ons vir ander is. Om werklik die Eucharistie te vier, is vir ons om ons te onderwerp en alles aan God op te offer.

So dikwels word die klagte gemaak dat mense niks uit die mis kry nie – wel, die waarheid is dat ons nooit iets gaan uitkry voordat ons iets ingesit het nie, want dit is waaroor dit gaan. Wanneer ons dit wel begryp, dan vier ons die Eucharistie as aanbidding van God (ons offers in die offer van Jesus wat eer aan God gee) en terselfdertyd word ons heilig gemaak – so wat na ons terugkom, is heeltemal afhanklik van wat ons van onself in die Eucharistie plaas.

In alles moet ons lewens eer aan God gee (aanbidding en lof) aangesien alles wat ons het en is, van God af kom. Dit is die Eucharistie wat al die oomblikke en aksies van ons lewens bymekaarbring in een groot daad van aanbidding wat oorskry wat ons as onbeduidend en onbelangrik beskou. Hoe wonderlik dat ons lewens, dikwels klein en beperk, deel word van iets soveel groter as onself. Dit is vir ons om te besef dat ons in die Eucharistie in die teenwoordigheid van God kom en Hom bedien deur die lewens wat ons in die offer van Jesus plaas.

Dit is duidelik dat dit nie genoeg is vir ons om net die mis by te woon of om 'n verpligting na te kom nie (dit kan slegs 'n

beginpunt wees) – ons moet met mekaar saamwerk om ons hele lewe in die Eucharistie, in Jesus en sy volmaakte offer te plaas. Ons moet

toenemend meer en meer van onself aan God gee, onself in Hom verloor en onself Eucharistie word.

4. AANHALINGS VAN DIE SKRIF EN NADENKE

ROMEINE 8:28 – 36

Ons weet dat God in alles ten goede werk met diegene wat Hom liefhet, wat volgens sy voorneme geroep is. Want diegene wat hy tevore geken het, het hy ook voorbestem om gelykvormig te wees aan die beeld van sy Seun, sodat hy die eersgeborene onder baie broeders kon wees. En die wat hy voorbestem het, het hy ook geroep; en diegene wat hy geroep het, het hy ook geregverdig; en diegene wat hy geregverdig het, het Hy ook verheerlik. Wat sal ons dan hieroor sê? As God vir ons is, wie is teen ons? Hy wat sy eie Seun nie gespaar het nie, maar hom vir ons almal oorgegee het,

sal Hy ons nie ook alles saam met hom gee nie? Wie sal enige aanklag teen God se uitverkorenes instel? Dit is God wat regverdig; Wie moet veroordeel? Is dit Christus Jesus, wat gesterf het, ja, wat uit die dood opgewek is, wat aan die regterhand van God is, wat inderdaad vir ons intree? Wie sal ons skei van die liefde van Christus? Sal verdrukking of benoudheid of vervolging of hongersnood of naaktheid of gevaar of swaard wees? Soos daar geskrywe is, "Ter wille van u word ons die hele dag doodgemaak; ons word beskou as skape wat geslag moet word."

Aanhaling waarom om na te dink:

ST JOHN VIANNY (1786 – 1859)

“Om nie na die nagmaal te gaan nie, is soos iemand wat van dors sterf langs 'n fontein”

5. WEERSPIEËLING

Individuele besinning oor die volgende:

- ✦ As die viering van die Eucharistie 'n uitdrukking is van ons dankbaarheid teenoor God, waarvoor is ek vandag dankbaar?
- ✦ Wat moet ek in die viering van die Eucharistie sit om dit vir my meer betekenisvol te maak?

6. GROEPDEEL EN BESPREKING

7. AKSIE VIR DIE WEEK WAT VOORLÉ

Maniere waarop ons ons reaksie op die deel kan uitleef, bv.

Voordat jy hierdie Sondag na die mis gaan, neem tyd om bewustelik 'n opoffering in jou lewe te maak en plaas

dan daardie offer op die altaar wanneer jy die volgende keer die mis vier.

8. SLOTGEBED

Leier: By die Laaste Avondmaal het ons Verlosser die herdenking van sy dood en opstanding aan sy Kerk toevertrou, wat vir ewig gevier sou word. Kom ons aanbid hom en sê ...

Almal: Heilig jou volk wat deur jou bloed verlos is

Leier: In hul beproewinge stel jou getroue mense in staat om in jou passie te deel en so in hulle lewens jou reddende krag te openbaar ...

All: Heilig jou volk wat deur jou bloed verlos is

Leier: Jy het jouself verneder deur gehoorsaam te wees selfs om die dood aan 'n kruis te aanvaar, gee almal wat

jou dien die gawes van gehoorsaamheid en geduldige volharding ...

Almal: Heilig jou volk wat deur jou bloed verlos is

Leier: Gee O Here, dat, net soos ons vernuwe word deur die nagmaal van u Seun in hierdie huidige tyd, so mag ons sy banket tot in alle ewigheid geniet...

Almal: Heilig jou volk wat deur jou bloed verlos is.

Ons Vader wat in die hemel is ...

Leier: (Terwyl hy die teken van die kruis maak)

Mag die Here ons seën, ons van kwaad bewaar en ons na die ewige lewe bring. Amen.

Ons sing saam: (sien skakel hierbo)

*Hier sal ons die wyn en die water neem,
Hier sal ons die brood van nuwe
geboorte neem.*

*Hier moet jy jou seuns en jou dogters
roep,*

*Roep ons opnuut om sout vir die aarde
te wees.*

*Gee ons om die wyn van deernis te
drink,*

*Gee ons om die brood te eet wat jy is;
Voed ons goed en leer ons mode*

*Lewens wat heilig is en harte wat
waaragtig is.*

*Nie in die donker van geboue wat beperk
nie,*

*Nie in een of ander hemel, ligjare weg nie,
maar*

Hier op hierdie plek skyn die nuwe lig,

Nou is die Koninkryk, nou is die dag.

Versamel ons en hou ons vir ewig,

Versamel ons en maak ons jou eie;

Versamel ons in alle volke bymekaar,

Vuur van liefde in ons vlees en ons been.

SOSIALE TYD

SESSIE TWEE

WOORD... EUCHARISTIE... LEWE

1. WELKOM, ONTMOET EN GROET

2. OPENINGSGEBED

Leier: Here Jesus Christus, U het vir ons die Eucharistie gegee as die herdenking van u lyding en dood. Mag ons aanbidding van hierdie sakrament van jou liggaam en bloed ons help om die verlossing te ervaar

wat jy vir ons gewen het en die vrede van die koninkryk waar jy saam met die Vader en die Heilige Gees woon.

Almal: Amen

Eer aan die Vader en aan die Seun ...

Ons sing saam: ('n alternatiewe musiekstuk kan gebruik word)

*Dit is my liggaam, gebreek vir jou,
bring jou heelheid, maak jou vry.
Neem dit en eet dit, en wanneer jy dit
doen,
doen dit in liefde vir My.*

*Dit is my bloed wat vir julle uitgestort
is,
om vergifnis te bring, jou vry te maak.
Neem dit en drink dit, en wanneer jy
dit doen,
doen dit in liefde vir My.*

*Terug na my vader binnekort sal ek
gaan.*

*Moenie My vergeet nie; dan sal jy sien
Ek is nog steeds by julle, en julle sal weet
jy is baie naby aan My.*

*Gevul met My Gees, hoe sal julle groei!
Julle is My lote; Ek is die boom.
As jy getrou is, sal ander weet
jy lewe in My.*

*Wees lief vir mekaar, ek het julle
liefgehad,
en Ek het julle gewys hoe om vry te wees;
Dien mekaar, en wanneer julle dit doen,
doen dit in liefde vir My.*

YouTube-skakel vir hierdie gesange:

<https://www.youtube.com/watch?v=D3xwGEFXcNw&t=37s>

3. INSETTE (uit *Ecclesia-reeks*)

Met hierdie visie van die Eucharistie as ons lewe en ons identiteit voor ons, moet ons die aard van die struktuur van

die viering van die Eucharistie oorweeg, wat ons deelname vereis, sodat die visie in ons werklikheid word.

Die Eucharistie bestaan uit twee gelyke tafels – die tafel of liturgie van die Woord en die tafel of liturgie van die Eucharistie. Dit is die Woord wat Eucharistie word en die Eucharistie besef die Woord in ons. Dit beteken dat Woord en Eucharistie absoluut interafhanklik is en in werklikheid een werklikheid is. Terwyl ons die klem plaas op die liturgie van die Eucharistie (ons is gefokus op die toewyding en miskien selfs meer op nagmaal), moet ons die plek van die Woord in hierdie enkele viering van die passie, dood en opstanding van Jesus waardeer.

Kom ons begin met die liturgie van die Woord. Dit is 'n dialoog tussen God en ons – 'n gesprek van liefde tussen God en sy mense. Dit plaas die eerste uitdaging voor ons – is ons regtig lief vir God en wil ons hierdie gesprek voer? God praat en ons reageer deur die einste woorde te gebruik wat Hy vir ons gegee het. Die struktuur is Ou Testament (God berei die weg vir Jesus) en 'n responsoriële Psalm. Dan is daar 'n voorlesing uit die Nuwe-Testamentiese Briewe (die Kerk wat Jesus leef) met 'n akklamasie wat reageer en die Evangelie verwag. Uiteindelik ontvang ons die Evangelie self, wat Jesus is wat hier en nou met ons praat. Ons reaksie op die Evangelie is eenvoudig en direk – Loof aan U, Here Jesus Christus, waardeur ons erken dat ons weet dat dit Jesus is wat met ons praat.

'n Verdere uitdaging is hier vir ons - die Woord moet met vrymoedigheid verkondig word en ons moet luister met aandag en 'n begeerte om die Woord in ons harte en gedagtes te ontvang en 'n

gewilligheid om hierdie Woord as sy Volk uit te leef. Benewens die feit dat ons by hierdie dialoog betrokke is, moet ons die verband tussen onself en die Woord as 'n lewende werklikheid vir ons sien - wat ons en ons lewens bepaal sodat die Woord aktief is en in aksie geleef word. Dit is waar die homilie 'n deurslaggewende rol speel en die Woord wortel in ons lewenswerklikheid as individue en as 'n gemeenskap.

Hierdie dialoog lei tot verdere reaksies - ons geloof (ek glo), ons vertrou en vertrou in God in die gebede van voorbidding wat ons aan Hom toevertrou (Here luister genadiglik na ons) en uiteindelik in die totale gee van onself as offer in die volmaakte offer van Jesus - die Woord word Eucharistie - soos ons van die Tafel van die Woord ontvang, daarom verbind ons onself aan die Woord en gee ons oor aan die Eucharistie aan die tafel van die Eucharistie wat volg. In die liturgie van die Eucharistie word Jesus in sy offer teenwoordig gemaak (Woord en Gees) – dit is my Liggaam; dit is my Bloed en in hierdie offer plaas ons onself. Weereens word ons uitgedaag in terme van ons eie offers wat in Christus gebring word.

Soos die Vader ons in Christus ontvang, so reageer Hy deur vir ons die werklikheid van Nagmaal in Christus te gee. Dit bemagtig ons om die Woord uit te leef wat ons onself daartoe verbind het om te leef en waarvoor ons onself as opoffering gegee het. Die Woord het inderdaad Eucharistie geword en Eucharistie, as offer en maaltyd, het die Woord van die lewe in ons lewens en ons lewe geword.

Mag ons die ernstige uitdagings van deelname aan die viering van die Eucharistie die hoof bied, sodat dit vir ons almal ons lewe kan wees en ons as

God se volk in Jesus ons Verlosser - Eucharistie die toppunt en bron van ons lewens kan verwesenlik.

4. SKRIFLESING

LUKAS 24: 13-35

Daardie selfde dag het twee van hulle na 'n dorpie met die naam Emmaus gegaan, ongeveer sewe myl van Jerusalem af, en met mekaar gepraat oor al hierdie dinge wat gebeur het. Terwyl hulle saam gepraat en bespreek het, het Jesus self nader gekom en saam met hulle gegaan. Maar hulle oë is daarvan weerhou om hom te herken. En hy sê vir hulle: "Wat is hierdie gesprek wat julle met mekaar voer terwyl julle loop?" En hulle het stilgestaan en hartseer gelyk. Toe antwoord een van hulle, Kleopas met die naam Kleopas: "Is jy die enigste besoeker aan Jerusalem wat nie weet wat daar in hierdie dae gebeur het nie?" En hy sê vir hulle: "Watter dinge?" En hulle sê vir hom: "Oor Jesus van Naset, wat 'n profeet was wat sterk was in daad en woord voor God en die hele volk, en hoe ons owerpriesters en owerstes Hom oorgelewer het om ter dood veroordeel te word en Hom gekruisig het. Maar ons het gehoop dat hy die een was wat Israel sou verlos. Ja, en behalwe dit alles, is dit nou die derde dag sedert dit gebeur het. Boonop het sommige vroue van ons maatskappy ons verbaas. Hulle was vroegoggend by die graf en het nie sy liggaam gevind nie; en hulle het teruggekom en gesê dat hulle selfs 'n visioen van engele gesien het, wat gesê het dat hy lewe. Sommige van diegene wat by ons was, het na die graf

gegaan en dit gevind net soos die vroue gesê het; maar hom het hulle nie gesien nie." En hy sê vir hulle: "O dwase manne en traag van hart om alles te glo wat die profete gespreek het! Was dit nie nodig dat die Christus hierdie dinge moes ly en in sy heerlijkheid sou ingaan nie?" En hy het by Moses en al die profete begin en in die hele Skrif vir hulle uitgelê wat oor homself betrokke was.

Toe het hulle nader gekom aan die dorpie waarheen hulle op pad was. Dit het gelyk asof hy verder gegaan het, maar hulle het hom gedwing en gesê: "Bly by ons, want dit is teen die aand en die dag is nou verby." Toe het hy ingegaan om by hulle te bly. Toe hy by hulle aan tafel was, het hy die brood geneem en geseën en dit gebreek en vir hulle gegee. En hulle oë is oopgemaak en hulle het hom herken; en hy het uit hulle oë verdwyn. En hulle sê vir mekaar: "Het ons harte nie in ons gebrand terwyl Hy met ons op die pad gepraat het terwyl Hy die Skrif vir ons oopgemaak het nie?" En hulle het op dieselfde uur opgestaan en na Jerusalem teruggekeer; En hulle het die elf bymekaargekom en die wat saam met hulle was, gevind wat gesê het: "Die Here het waarlik opgestaan en aan Simon verskyn. Toe vertel hulle wat op die pad gebeur het, en hoe hy aan hulle geken was toe die brood gebreek is.

Aanhaling waarom om na te dink:

GESEËNDE TERESA VAN CALCUTTA (1910-1997)

“Jou lewe moet rondom die Eucharistie geweeft wees. Rig jou oë op Hom, wat die Lig is; bring julle harte baie naby aan Sy Goddelike Hart; vra Hom vir die

genade om Hom te ken, vir die liefdadigheid om Hom lief te hê, vir die moed om Hom te dien. Soek hom verlangend.

5. WEERSPIEËLING

Individuele besinning oor die volgende:

✦ Wat moet ek doen om te beseef dat dit Jesus is wat met my praat wanneer ek die Woord by die mis hoor verkondig?

✦ Hoe maak ek die dialoog tussen my en Jesus 'n werklikheid in my lewe?

6. GROEPDEEL EN BESPREKING

7. AKSIE VIR DIE WEEK WAT VOORLÉ

Maniere waarop ons ons reaksie op die deel kan uitleef, bv.

Neem die uitdagings wat in die preek by die mis hierdie komende Sondag

aangebied word en leef dit elke dag vir die volgende week uit.

8. SLOTGEBED

Leier: Die Vader het in Christus die fondament van al ons hoop en die beginsel van ons opstanding gevestig. Laat ons ons in Christus verheug en tot Hom uitroep en sê ...

Almal: Koning van heerlikheid, hoor ons gebed

Leier: Here Jesus deur u opstanding het U die heiligdom van die hemel binnegegaan om die bloed van u eie offer te offer, ons saam met U na die heerlikheid van die Vader te lei...

Almal: Koning van heerlikheid, hoor ons gebed

Leier: Deur jou opstanding het jy die geloof van jou dissipels bevestig en hulle in die wêreld uitgestuur, ons Aartsbiskop, priesters en diakens getroue predikers van die evangelie maak..

Leier: U is die Woord en die Lewe, mag ons tot die ewige lewe kom terwyl ons aan die Eucharistie deelneem ...

Almal: Koning van heerlikheid, hoor ons gebed.

Almal: Koning van heerlikheid, hoor ons gebed

Ons Vader wat in die hemel is ...

Leier: (Terwyl hy die teken van die kruis maak)

Mag die Here ons seën, ons van kwaad bewaar en ons na die ewige lewe bring. Amen.

Ons sing saam: (n alternatiewe musiekstuk kan gebruik word)

*Wees stil en weet
dat ek God is (x3)*

*Thula wazi ndingu
Tixo (x3)*

*Wees stil en weet
dat jy God is (x3)*

YouTube-skakel vir hierdie gesang (slegs Engels):
https://www.youtube.com/watch?v=AyDr9-Mpc_s

SOSIALE TYD

SESSIE DRIE

EEN BROOD ... EEN LIGGAAMV

1 WELKOM, ONTMOET EN GROET

2. OPENINGSGEBED

Leier: Kom ons bid saam vir ons gemeentegemeenskap terwyl ons vandag ons tyd saam begin.

Almal: Genadige en liefdevolle God, ons vra U om u Heilige Gees na ons gemeente te stuur om ons met liefde te vul.

Maak ons instrumente van u liefde vir almal wat ons tuis, by die werk, in ons woonbuurte en in ons gemeentegemeenskap teëkom. Werk deur ons sodat ons jou waarheid kan

bring aan diegene wat na jou soek. Help ons om in dankbaarheid te groei sodat ons u kan herken en bedank vir al die goeie dinge wat u ons gegee het. Boesem by ons 'n diep gevoel van vrygewigheid in sodat ons bereid is om ons gawes, ons talente, ons tyd en ons finansiële hulpbronne te deel. Verdiep ons begeerte om jou wil te volg en om alles tot jou eer en eer te doen. Ons vra dit deur Jesus Christus, ons Here en Verlosser. Amen Eer aan die Vader...

Ons sing saam: (n alternatiewe musiekstuk kan gebruik word)

*In brood bring ons U Here, ons liggaam se arbeid
In wyn bied ons U ons gees se droefheid
Ons vra U nie, Here, wie is my naaste nie? Maar staan nou verenig, een in geloof
O ons het u woord met blydschap gehoor, u heilige woord
En nou in antwoord, Here, ons gawes bring ons
Ons selfsugtige harte maak waar, ons verswakkende geloof vernuwe
Ons lewe behoort aan U, ons Here en Koning*

*Die brood wat ons u aanbied, is gesëënd en gebroke
En dit word vir ons ons gees se voedsel
Oor die beker wat ons bring, jou woord is gesprek
Maak dit jou geskenk aan ons, jou genesende bloed
Neem al daardie daaglikse swoeg, plant in ons hart se arm grond
Neem alles wat ons begin en bederf, elke hoopvolle droom
Die kans wat ons gemis het, die genade wat ons weerstaan
Here, in u Eucharistie, neem en los*

YouTube-skakel vir hierdie gesange:
<https://www.youtube.com/watch?v=HTXPVOUfTg>

3. INSETTE (uit *Ecclesia-reeks*)

Hierdie sessie sal ons begrip ontwikkel van die verband tussen die saamgestelde gemeenskap en die Eucharistie en die implikasies vir ons. Gemeenskap is noodsaaklik vir die Eucharistie en Eucharistie vir die gemeenskap, want dit is in die Eucharistie dat die eenheid van die gemeenskap toenemend besef word.

Deur die Doop word ons ingetrek in die gemeenskap van die Drie-eenheid en in verhouding met mekaar as die gemeenskap van die Kerk. Daarom is die kwessie van ons gemeenskap, in en deur die Drie-eenheid, van geweldige belang. Alhoewel ons onself dikwels sien as individue wat saamgeslinger word deur die feit dat ons in 'n gegewe geografiese gebied woon en dus dieselfde gemeente bywoon, is die werklikheid heeltemal anders. As ons onself as 'n ewekansige versameling individue sien, kan ons onself maklik van die gemeenskap onderskei en geen gevoel hê van ons verantwoordelikheid vir mekaar nie. Dit is 'n ontkenning van die werklikheid van ons Doop en 'n mislukking vir elkeen van ons om saam die waarheid oor die Doop te besef.

Ons is 'n gemeenskapsgemeenskap, diep verbind met mekaar in die verenigende Drie-eenheid en ons is verantwoordelik vir mekaar om tot redding in Jesus te kom. Ons is in die eerste plek gemeenskap en eers dan individue, wat ons uniekheid en begaafdheid bring om die geheel te verryk.

Die mis is die openbare aanbidding van God, wat dit onmiddellik alles oor die

gemeenskap maak. Die versamelde gemeenskap is die teenwoordigheid van Jesus, sodat ons in Hom die Vader aanbid. In die Eucharistie het ons die mees volmaakte uitdrukking van ons aanbidding van God en terselfdertyd word ons as gemeenskap heilig gemaak. Sulke groei in heiligheid gaan alles daaroor om een te word, gemeenskap op 'n steeds dieper en voller vlak te word.

In die liturgie van die Eucharistie is daar beide offer en nagmaal, al plaas ons soms die klem op die ontvangs van nagmaal. Laasgenoemde hang af van die werklikheid van opoffering - ons plaas ons offers in die volmaakte offer van Jesus wat teenwoordig gemaak is en bied so onself en ons lewens in Jesus aan die Vader en op sy beurt gee die Vader terug wat ons as nagmaal bring - die offer in 'n maaltyd en 'n maaltyd in die offer. Weereens is ons opofferings al wat ons daarna streef om te doen wat die Vader ons gee en dit gaan alles oor wie ons in Hom en vir mekaar is. Wanneer ons hierdie innerlike werklikheid van die Eucharistie leef, dan word die ontvangs van nagmaal alles oor ons nagmaal.

Weereens daag dit ons uit om mekaar te erken, te respekteer, te waardeer, om te gee en mekaar te eerbiedig. Dit omhels gebed vir en diens aan mekaar as uitdrukking van ons identiteit as gemeenskapsgemeenskap, gebind in die liefde wat ons vir mekaar het. In praktiese terme is dit ons deernisvolle, vriendelike, bedagsame, sorgsame, vergewensgesinde, begripvolle teenoor ander in selfs die eenvoudigste en mees gewone aktiwiteite, wat op sigself van min belang lyk, maar wat stralend word van Sy liefde.

Mag die Gees ons trek om mekaar binne ons gemeenskap te herken en lief te hê en mag ons die Eucharistie sien, nie as

'n taak of verpligting nie, maar eerder as die volste uitdrukking van wie ons is en hoop om te word.

4. SKRIFLESING

JOHANNES 6:53 -58

Toe sê Jesus vir hulle: "Voorwaar, voorwaar Ek sê vir julle: As julle nie die vlees van die Seun van die mens eet en sy bloed drink nie, het julle geen lewe in julle nie; hy wat my vlees eet en my bloed drink, het die ewige lewe, en Ek sal hom opwek op die laaste dag. Want

my vlees is waarlik voedsel, en my bloed is waarlik drank. Hy wat my vlees eet en my bloed drink, bly in my, en ek in hom. Soos die lewende Vader my gestuur het, en ek lewe ter wille van die Vader, so sal hy wat My eet, lewe weens My. Dit is die brood wat uit die hemel neergedaal het, nie soos die vaders geëet en gesterf het nie; Hy wat hierdie brood eet, sal vir ewig lewe."

Aanhaling waarom om na te dink:

YOUCAT 211

Ons is nie Kerk omdat ons goed oor die weg kom nie, of omdat ons toevallig in dieselfde gemeentegemeenskap beland, maar eerder omdat ons in die Eucharistie

die Liggaam van Christus ontvang en toenemend in die liggaam van Christus verander word

5. WEERSPIEËLING

Individuele besinning oor die volgende:

✦ Op watter maniere druk ek my gemeenskap met die gemeentegemeenskap uit?

✦ Hoe ervaar ons eenheid in ons gemeente?

6. GROEPDEEL EN BESPREKING

7. AKSIE VIR DIE WEEK WAT VOORLÊ

Maniere waarop ons ons reaksie op die deel kan uitleef, bv.

✦ Moenie hierdie Sondag na die mis jaag nie. Bly en gesels met iemand wat jy nie ken nie.

✦ Neem deel aan 'n gemeenteaktiwiteit of liturgie buite die naweekmis.

✦ Berei voor vir die Paasfees Triduum deur die Kruisstasies te bid.

8. SLOTGEBED

Almal: God van die hele skepping, ons dank U en loof U vir al die seëninge wat ons ontvang het, veral die gawe van u onvoorwaardelike liefde, u Seun, Jesus Christus..... Gemeentenaam] met die krag van u Heilige Gees. Versterk ons in die weë van geloof, hoop, liefde, barmhartigheid, vrede en deernis. Maak ons bewus van ons verantwoordelikheid om na jou skepping om te sien, om uit te reik na ons broers en susters wat arm en in nood is, en om met geregtigheid en liefde vir mekaar op te tree in ons

daaglikse lewens. Aan die siekes, gee gesondheid, aan die ontsteldes, bring kalmte, en aan diegene wat bedroef is, vreugde. Maria, aangeneem in die hemel ... bid vir us. St. [Gemeente Beskermheilige]... bid vir ons.

Leier: (Terwyl hy die teken van die kruis maak)

Mag die Here ons seën, ons van kwaad bewaar en ons na die ewige lewe bring. Amen.

Ons sing saam: (n alternatiewe musiekstuk kan gebruik word)

*Bind ons saam, Here, bind ons saam
Met toue wat nie gebreek kan word nie
Bind ons saam, Here, bind ons saam
Bind ons saam in liefde*

*geskik vir die eer van God,
Gekoop deur Sy kosbare Bloed
Gebore met die reg om vry te wees
Jesus die oorwinning het behaal.*

*Daar is net een God, Daar is net een Koning
Daar is net een Liggaam,
Daarom sing ons.*

*Ons is die familie van God
Ons is die goddelike belofte
Ons is God se uitverkore begeerte
Ons is die heerlike nuwe wyn.*

YouTube-skakel vir hierdie gesange:
<https://www.youtube.com/watch?v=ljXaoPAVJhs>

SOSIALE TYD

SESSIE VIER

ONS HOOP... ONS VREUGDE

1. WELKOM, ONTMOET EN GROET

2. OPENINGSGEBED

Leier: Wees stil en ken die teenwoordigheid van die Here hier op hierdie plek, hier in die harte van elkeen van ons. (Pouse vir stille gebed)

Almal: Here Jesus, hoor ons gebed vir die geestelike vernuwing van biskoppe, priesters, diakens, broers, susters, lekepredikante en seminariste, veral dié van ons aartsbisdom. Ons prys jou dat jy hul bediening aan die Kerk gegee het. Vernuwe hulle vandag met die gawes van U Gees. U het eenkeer die Heilige Skrif vir U dissipels opgemaak toe U op hierdie aarde gewandel het. Vernuwe nou U gegeordendes en

uitverkorenes met die waarheid en krag van U Woord. In die Eucharistie het jy Jou dissipels hernieude lewe en hoop gegee. Voed U toegewydes met U Eie Liggaam en Bloed. Help hulle om in hul lewens die dood en opstanding na te boots wat hulle rondom U altaar vier. Gee hulle entoesiasme vir die Evangelie, ywer vir die redding van alle mense, moed in leierskap en nederigheid in diens. Gee hulle U liefde vir mekaar en vir al hulle broers en susters in U. Want U het hulle lief, Here Jesus, en ons het hulle lief en bid vir hulle in U Heilige Naam. Amen.
Eer aan die Vader...

Ons sing saam: (’n alternatiewe musiekstuk kan gebruik word)

*Wees stil vir die teenwoordigheid van die Here, die Heilige is hier
Kom buig nou voor Hom, met eerbied en vrees*

In Hom word geen sonde gevind nie, ons staan op heilige grond

Wees stil vir die teenwoordigheid van die Here, die Heilige is hier

Wees stil, want die eer van die Here skyn oral rondom

Hy brand met heilige vuur, met heerlijkheid word Hy gekroon

Hoe ontsagwekkend is die gesig ons stralende Koning van lig

Wees stil, want die eer van die Here skyn oral rondom

Wees stil, want die krag van die Here beweeg op hierdie plek

Hy kom om te reinig en te genees, om Sy genade te bedien

Geen werk te hard vir Hom in geloof ontvang van Hom nie

Wees stil, want die krag van die Here beweeg op hierdie plek

YouTube-skakel vir hierdie gesange:
<https://www.youtube.com/watch?v=hZ5NYG2kP8k>

3. INSETTE (uit *Ecclesia-reeks*)

Soos ons by die laaste sessie van hierdie gebedsdienste kom, moet ons alles bymekaarbring wat ons tot dusver verkry het – Die Eucharistie is ons lewe en druk ons identiteit uit. Die viering trek ons in die Woord en deur die Woord in die Eucharistie. Ons ontmoet Christus ten volle teenwoordig aan ons en word in Hom 'n gemeenskaps-gemeenskap, wat doen wat ons in die Eucharistie doen om die redding van die wêreld te verwesenlik, alles wat in Jesus versoen en herstel is. En nou is dit vir ons om te besef dat dit beide ons ware hoop en vreugde is.

Die hoogtepunt van die Kerk se Liturgiese Jaar is die viering van die Paasfees Triduum of die Groot Drie Dae – Heilige Donderdag, Goeie Vrydag en Heilige Saterdag. Dit is een liturgie in drie fases, wat die oomblikke van Christus se lyding, dood en opstanding binnegaan, wat die kern van ons geloof is. Die hoogtepunt van hierdie drie dae is die Paaswaak, waartydens ons die beloftes van ons Doop hernu en nuwe lidmate in die Kerk inwy.

Elke Sondag is dan 'n klein Paasfees, wat die dag van die Here se opstanding vier. As die gelowige gemeenskap van die Kerk kom ons bymekaar om Sondag te vier as 'n voortdurende verwesenliking van ons Christelike inisiasie en dit word gedoen deur die viering van die Eucharistie. Die Eucharistie is dus beide die viering van die lyding, dood en opstanding van Jesus en die manier waarop ons groei in

ons inisiasie, ons verlossing. In haar wysheid plaas die Kerk die verpligting op alle Katolieke om die Eucharistie op Sondae te vier.

Dit is duidelik dat die viering van die Eucharistie meer as net die nakoming van 'n verpligting moet wees, aangesien die Eucharistie ons deelname aan beide die Liturgie van die Woord en die Liturgie van die Eucharistie vereis. Sodanige deelname moet die hele persoon en die gemeenskap van almal wat in Jesus bymekaargekom is, betrek. Wanneer ons sulke aktiewe en volle deelname ervaar, word ons ingetrek in die lewe van die opgestane Jesus. Dit beteken dat die Sondag-nagmaal ook gaan oor die viering van ons groei tot ons opstanding in Jesus of ons verlossing. Dit is 'n interne werklikheid - om heilig te word en in gemeenskap te groei - en is daar as sy beloftes wat in ons vervul word.

Daarom is dit ons hoop sowel as ons vreugde. Ons hoop nie net op verlossing nie, maar wanneer ons die Eucharistie ten volle vier, word ons hoop vervul. Dit beteken dat hoop 'n dominante werklikheid in ons lewens word wanneer ons in Jesus groei, ons gemeenskap verdiep en weet dat verlossing deur ons vir alle volke aangebied word. Eucharistie is dus ons hoop uitgespreek en verwesenlik.

Op sy beurt is dit die oorsaak van 'n diepe vreugde – nie iets oppervlakkig nie (om die Eucharistie as 'n prettige gebeurtenis of as 'n vorm van vermaak te sien) - maar eerder 'n vreugde wat in ons uitstraal as gevolg van alles wat deur die Eucharistie in ons gebeur. Dit maak nie saak hoe

onvolmaak ons is nie, ons ken hierdie vreugde in die wete dat ons in die lewe van Jesus groei. Dit is 'n vreugde wat nie oorkom kan word deur die spanning, lyding of uitdagings van ons lewens nie – dit is die vreugde wat kom van Jesus wat dit alles reeds in ons oorkom het.

Mag ons die Eucharistie sien as sentraal in ons lewens en lewe – ons hoop en

vreugde – en mag ons die viering van die Eucharistie omhels as die belangrikste ding wat ons in ons lewens doen. Mag hierdie sin van die Eucharistie op sy beurt beteken dat ons onself meer mildelik en betekenisvol gee aan die viering van die Eucharistie en om vir ander alles te leef wat die Eucharistie vir ons is en in ons doen.

4. SKRIFLESING

JOHANNES 6: 44-51

Niemand kan na my toe kom tensy die Vader wat my gestuur het, hom trek nie; en Ek sal hom oprig op die laaste dag. In die profete staan geskrywe: En hulle sal almal deur God geleer word. Almal wat van die Vader gehoor en geleer het, kom na my toe. Nie dat iemand die Vader gesien het behalwe Hy wat van God is nie; hy het die Vader gesien. Voorwaar, voorwaar, Ek sê vir julle, hy

wat glo, het die ewige lewe. Ek is die brood van die lewe. Julle vaders het die manna in die woestyn geëet, en hulle het gesterf. Dit is die brood wat uit die hemel neerdaal, sodat 'n mens daarvan kan eet en nie sterf nie. Ek is die lewende brood wat uit die hemel neergedaal het; as iemand van hierdie brood eet, sal hy vir ewig lewe; en die brood wat ek vir die lewe van die wêreld sal gee, is my vlees."

Aanhaling waarom om na te dink:

CCC 2657

Die Heilige Gees, wat ons opdrag gee om die liturgie te vier in afwagting van Christus se wederkoms, leer ons om in hoop te bid. Omgekeerd voed die gebed van die Kerk en persoonlike gebed hoop in ons. Ver al die psalms, met hul konkrete en gevarieerde taal, leer ons om ons hoop op God te vestig: "Ek het geduldig op die HERE gewag; hy neig na my toe en hoor my geroep." Soos St. Paulus

gebid het: "Mag die God van hoop jou vervul met alle vreugde en vrede in die geloof, sodat jy deur die krag van die Heilige Gees oorvloedig kan wees in hoop."

5. WEERSPIEËLING

Individuele besinning oor die volgende:

- ✦ Wat gee my die hoop en vreugde wat uit my viering van die Eucharistie kom?
- ✦ Is elke Sondag nog 'n Paasfees in my lewe?
- ✦ Wat het verander in my lewe en in my viering van die Eucharistie as gevolg van hierdie gebedsreeks?

6. GROEPDEEL EN BESPREKING

7. AKSIE VIR DIE WEEK WAT VOORLÊ

Maniere waarop ons ons reaksie op die deel kan uitleef, bv.

Maak die Paasfees Triduum ekstra spesiaal vir jou en jou geliefdes deur al die dienste gedurende daardie tyd by te woon.

8. SLOTGEBED

Almal: O God, U het ons na u beeld gemaak en ons verlos deur Jesus u Seun: Kyk met medelye na die hele mensdom; neem die arrogansie en haat weg wat ons harte besmet; breek die mure af wat ons skei; verenig ons in bande van liefde; en werk deur ons stryd en verwarring om u doelwitte op aarde te bereik; dat, in jou goeie tyd kan alle nasies en rasse jou in harmonie aan die Eucharistiese tafel dien; deur Jesus Christus, ons Here. Amen.

volke onder die vaandel van die Vredevors versamel kan word as kinders van een Vader. Amen.

Ons Vader wat in die hemel is.....

Leier: (Terwyl hy die teken van die kruis maak)
Mag die Here ons seën, ons van kwaad bewaar en ons na die ewige lewe bring. Amen.

Ewige God, in wie se volmaakte koninkryk geen swaard getrek word nie, behalwe die swaard van geregtigheid, geen krag bekend nie, behalwe die krag van die liefde: stuur u Gees, sodat al die

Ons sing saam: (n alternatiewe musiekstuk kan gebruik word)

*O Sakrament allerheiligste, o goddelike sakrament,
Alle lof en alle danksegging is elke oomblik joune. (Herhaal in Afrikaans
en isiXhosa)*

*O sakrament mees heilig, O sakrament van voorsiening
Alle prys en alle dankseging behoort elke oomblik aan U.*

*O! Heilige sakrament, o! Die Hoë Sakrament,
Alle gedigte en gedigte is te alle tye joune.*

YouTube-skakel vir hierdie gesang (slegs Engels):
<https://www.youtube.com/watch?v=RbNENIa8Gew>

SOSIALE TYD

NOTAS
