

## **Sing vooraf staande: Psalm 117:1 (p. 573)**

- 1 Loof, loof die HEER, o heidendom! / O volke, prys sy Naam alom!  
Sy goedheid is in nood en dood / vir ons, sy volk, oneindig groot.  
Sy waarheid wankel nimmermeer, / Sing, halleluja, sing sy eer!

Ons hulp is in die Naam van die Here wat die hemel en die aarde geskape het.

Geliefdes, genade en vrede vir u van God ons Vader en die Here Jesus Christus deur die kragtige werking van God die Heilige Gees.

**Amen.**

## **Psalm 135:1, 2 (p. 655)**

- 1 Prys die Naam van onse HEER! / Hef tesaam die lofsang aan!  
Loof sy goedheid, gee Hom eer, / al wie in sy voorhof staan!  
Loof Hom by die heugenis / van sy Naam wat lieflik is.
- 2 Loof die HEER se goedheid luid, / al wie in sy voorhof kom!  
Want Hy kies vir Jakob uit, / Is'rel tot sy eiendom.  
Bo al wat die mens vereer – / groot, dit weet ek, is die HEER.

Geloofsbelydenis: Nicea

Wet

## **Psalm 119:62, 63 (p. 598)**

- 62 Help my, HEER! Ag, hoe verlang ek / en hoe sug ek diep en swaar  
na die heil wat U belof het, / na u kennis wonderklaar!  
Laat my leef; o HEER, dan loof ek! / Laat niks my die heil ontroof!  
Laat u oordeel my tot hulp wees! / Laat my lewe om te loof!
- 63 HEER, ek is 'n skaap verlore, /in die wildernis verdwaal.  
U, my HEER en Herder, bid ek / dat U my tog wil kom haal  
Soek my, bring my weer, u dienaar / wat in al sy harteleed,  
en in al sy teënhede, / u gebooie nie vergeet.

Gebed

## **Psalm 115:6, 7 (p. 565)**

- 6 Israel, steun op die HEER! / Hy's hul hulp; hul skild is Hy.  
Arons huis, steun op die HEER! / Hy's hul hulp; hul skild is Hy.  
Almal wat die HERE vrees, / laat die HEER jul steunsel wees!
- 7 God die HEER het ons gedenk / na sy troue bondsbestel.  
Seëninge sal Hy skenk / aan die huis van Israel;  
seëninge van die HEER / daal op Arons kinders neer.

**Skriflesing:** Johannes 6:41-59; Efesiërs 5:21-33;

Heidelbergse Kategismus, Sondag 28:76

**Kernvers:** Johannes 6:55-56

**Want my vlees is waarlik spys, en my bloed is waarlik drank. Wie my vlees eet en my bloed drink, bly in My en Ek in hom.**

(Johannes 6:55-56 AFR53)

**Want niemand het ooit sy eie vlees gehaat nie, maar hy voed en koester dit, net soos die Here die gemeente. Want ons is lede van sy liggaam, van sy vlees en van sy bene.**

(Efesiërs 5:29-30 AFR53)

## Heidelbergse Kategismus

**Vraag 76: Wat beteken dit om die gekruisigde liggaam van Christus te eet en sy bloed wat vergiet is, te drink?**

*Antwoord: Dit beteken nie slegs om met 'n gelowige hart die hele lyding en sterwe van Christus aan te neem en daardeur vergewing van sondes en die ewige lewe te verkry nie (a). Dit beteken boonop om deur die Heilige Gees, wat tegelyk in Christus en in ons woon, al hoe meer so met sy geseënde liggaam verenig te word (b), dat ons vlees van sy vlees en been van sy gebeente is (c); al is Christus nou in die hemel (d) en ons op die aarde. Dit wil sê dat ons deur een Gees – soos die ledemate van die liggaam deur een siel – ewig lewe en geregeer word (e).*

*(a) Joh 6:35, 40, 47, 48, 50, 51, 53, 54. (b) Joh 6:55, 56. (c) Efes 5:29, 30; 3:16; 1 Kor 6:15; 1 Joh 3:24; 4:13. (d) Kol 3:1; Hand 3:21; 1 Kor 11:26. (e) Joh 6:57; 15:1-6; Efes 4:15, 16.*

**Tema:** Om Christus in die geloof te eet en te drink, kom Hy in ons en ons in Hom

Geliefdes in ons Here Jesus Christus, Johannes 6 begin om te vertel hoe Jesus vyf brode en twee vissies vir meer as vyf duisend mense vermeerder het. Die onderrig wat ons in Johannes 6 gelees het, het Jesus op die dag na hierdie wonderwerk van Hom gegee. Dit het alles gebeur in die streek van Galilea, 'n gebied wat uit gewoonte maar teen die Romeinse oorheersing was. Daarom is dit ook geen wonder nie dat hulle Jesus na hierdie wonderwerk met geweld wou koning maak. Uit sy werk sien hulle dat Hy werklik die Profeet is, die Een wat na die wêreld moes kom.

Maar Christus is volmaak gehoorsaam aan die wil van die Vader. Daarom weet Hy ook dat dit nie die wil van sy Vader is om koning van 'n aardse ryk te wees nie. Die mense van Galilea sien egter in Jesus die leierseienskappe raak wat hulle van die Romeinse juk kan verlos en Herodes as koning kan vervang.

Jesus weet dat hierdie gedagtes by die volk lewe, daarom gaan Hy ook nie in hulle politieke strewes verstrengel raak nie. Teenoor hulle skeefgetrekte verwagtings preek ons Here Jesus en Hy sê wie Hy is en hoe hulle deel aan Hom en sy koninkryk kan hê.

**Ek is die brood van die lewe**, sê Jesus (Johannes 6:35, 48 AFR53). Hy is nie net die uitdeler van brood nie. Hy is self die brood wat lewe gee. Die mense van Galilea kyk na Hom en sien net iemand raak wat wonders doen. Hy vermeerder brood en deel dit aan die mense uit, maar hulle kan en wil nie dieper kyk nie. Hy self is die brood wat uit die hemel kom, en hierdie brood gee lewe – ewige lewe.

Met die ongeduld en onkunde van die mense het Jesus geduld. Om hulle uit hulle onkunde te kry en dieper te laat kyk, leer Hy hulle stelselmatig. Aan die een kant sê Hy: Hier is Ek. Ek kom van die Vader uit die hemel. En aan die ander kant sê Hy: Ek is die brood wat lewe gee wat uit die hemel kom. Dadelik is daar 'n verbinding gemaak. Die brood kom uit die hemel en Jesus kom uit die hemel. Dan begin dit duideliker word: Jesus Christus is self die brood wat uit die hemel kom. Hierdie brood gee lewe. Vir die mense is dit glad nie onduidelik wat 'n mens met brood moet doen nie. Jy moet dit eet. Daarom vra hulle Hom ook:

**Here, gee ons altyd hierdie brood.** (Johannes 6:34 AFR53)

Om hierdie brood te eet is nie sommer maar net 'n saak van eet nie. Die mense weet dit nog nie, want hulle verstand is vasgevang in die uiterlike – vasgevang in die eet van gewone brood met 'n mens se mond. Om die eet van hierdie hemelse brood nog duideliker te maak sê Jesus vir hulle:

**Wie in My glo, het die ewige lewe. Ek is die brood van die lewe. Ek is die lewende brood wat uit die hemel neergedaal het. As iemand van hierdie brood eet, sal hy lewe tot in ewigheid.** (Johannes 6:47, 48, 51 AFR53)

Stadig maar seker maak Jesus die saak duideliker. Stadig maar seker verduidelik Hy aan hulle wat bedoel word met hierdie brood wat lewe gee. Dan, met 'n slag soos 'n hamerhou, sê Hy vir hulle:

**En die brood wat Ek sal gee, is my vlees wat Ek vir die lewe van die wêreld sal gee.** (Johannes 6:51 AFR53)

Dadelik kom daar weersin by die Jode:

**Hoe kan Hy ons sy vlees gee om te eet?** (Johannes 6:52 AFR53)

Dit is heeltemal ongehoord. Dit is teen die wil van die Here. Maar om die slag nog harder te maak sê Jesus dit nog harder:

**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 julleself nie. Hy wat my vlees eet en my bloed drink, het die ewige lewe, en Ek sal hom opwek in die laaste dag.** (Johannes 6:53-54 AFR53)

Die mens se lewe is afhanklik van hierdie eet en drink van Christus se liggaam en bloed. Maar hoe kan dit gebeur, hoe kan Hy verwag dat ons sy liggaam moet eet en sy bloed drink? Dit is tog iets afskuweliks om te doen.

Geliefdes, dit is juis as gevolg van die mense se ongeloof en blindheid dat hulle iets afskuweliks in Jesus se woorde raakgesien het. Jesus het dit ook vir hulle gesê:

**Julle sien My, en tog glo julle nie in My nie.** (Johannes 6:83 AFR53)

Met hierdie woorde sê Jesus wat Hy bedoel met die eet van sy liggaam en drink van sy bloed. Dit is om in Hom te glo – om in die geloof geestelik een met Hom te word.

Om in Christus Jesus te glo beteken **om met 'n gelowige hart die hele lyding en sterwe van Christus aan te neem en daardeur vergewing van sondes en die ewige lewe te verkry**. Om Christus se gekruisigde liggaam te eet en sy bloed wat vergiet is te drink het ook hierdie betekenis. Met die geloof, die hand wat die Heilige Gees aan ons gegee het, neem ons die hele lyding en sterwe van Christus aan. Ons omhels die geskenk wat God gee. Wanneer ons Jesus Christus en sy lyding en sterwe so in die geloof ontvang – wanneer ons met ons hele hart en siel in Jesus Christus glo as ons enigste Verlosser – verklaar God ons regverdig en onskuldig. Hy vergewe ons die sondes en ons kry die ewige lewe.

Christus sê baie duidelik dat ons sy liggaam moet eet en sy bloed moet drink. Hierdie eet en drink is ons geloof wat eet en drink. Dit is die geloof wat die Gees ons gegee het wat moet eet en drink. En hierdie eet en drink is nie iets wat eenmalig kan gebeur nie. Dit gebeur ook nie net elke drie maande by die nagmaal nie. Trouens, Jesus sê in Johannes 6 niks oor die nagmaal nie. Dit is eers by die instelling van die nagmaal dat Jesus hierdie eet en drink by die nagmaal betrek.

In vers 56 sê Jesus inderwaarheid:

**Wie my vlees aanhoudend eet en my bloed aanhoudend drink, bly in My en Ek in hom** (Johannes 6:56 AFR53).

Dus, is die eet en drink van Christus se liggaam en bloed nie 'n eenmalige saak wat net aan die nagmaalstafel gebeur nie. En wat nog meer is, om die liggaam en bloed van Christus met die geloof te eet word ons met Christus verenig. Ons word in Hom ingebind en Hy in ons. En dit gebeur so dat Hy in ons bly en ons in Hom. Nou is dit ook nie ons wat onself met Hom verenig nie. Net so min as wat dit is dat ons uit ons eie uit begin glo het. Die geloof waarmee ons die lyding en sterwe van Christus aanneem as ons eie, is die hand wat die Heilige Gees aan ons gee om Christus en sy lyding en sterwe te kan ontvang. Net so is dit die Heilige Gees wat ons deur middel van die geloof met Christus se geseënde liggaam verenig. Daarom is ons in Christus en Hy in ons wanneer ons sy gekruisigde liggaam eet en sy bloed wat vergiet is drink.

As ons nou net gedurende die nagmaal met Christus verenig word, is ons weer besig om meer van die nagmaal te maak as wat die Here ons leer. Dan wil ons mos ook sê dat God sy genade deur die sakramente in ons instort, terwyl die Here ons leer dat die sakramente ons geloof versterk en nie geloof gee nie. Verder, as 'n mens net met nagmaal met Christus verenig word, beteken dit dat kinders wat nog nie aan die viering van die nagmaal deel het nie, nie met Christus verenig is nie. Dan wil ons daarmee sê dat kinders lidmate van 'n laer graad is as wat grootmense lidmate van Christus is. By die doop leer die Here ons en bely ons dat kinders net so deel van die gemeente van Christus is as wat die grootmense daarvan deel is. Dit wil sê, om met die geseënde liggaam van Christus verenig te word is meer as nagmaal vier. Om die liggaam en bloed van Christus te eet en te drink is meer as om aan die nagmaalstafel te eet en te drink. Jesus sê immers:

**Wie my vlees aanhoudend eet en my bloed aanhoudend drink, bly in My en Ek in hom.** (Johannes 6:56 AFR53)

Christus se liggaam en bloed is die ware voedsel en ware drank vir oud en jonk, vir grootmense en kinders, vir elke dag van ons lewe. Daarom dra hierdie vraag: **Wat beteken dit om die liggaam van Christus te eet en sy bloed te drink**, so baie gewig. Ons lewe hang immers hiervan af. Die mense wat nie die liggaam en bloed van Christus eet en drink nie, het nie die lewe in hulle nie.

Hoe kan oud en jonk dan elke dag van hulle lewe die liggaam en bloed van Christus eet en drink? Almal wat deur die Vader na Christus toe getrek is, het die Heilige Gees ontvang sodat hulle in Christus kan glo. As ons dan in Christus glo, het ons die geloof waarmee ons Christus en sy werk vir ons omhels. Daarom kan ons ook na Christus toe gaan en in Hom glo. Die mens met wie dit gebeur, is deur God regverdig verklaar.

Wie van ons dan nou ook al – terwyl ons werk in die dag of terwyl ons rus in die nag – tot Christus, ons Here, vlug en smee: Here, ons Here, my hart en my lewe is vol boosheid en sonde. Laat u Seun met sy kruisoffer vir my 'n Borg wees. Laat u Seun se gebreekte liggaam en vergiete bloed betaling wees vir my skuld voor U.

Die mens wat so tot God vlug, eet en drink Christus se liggaam en bloed. En, sonder om dit uiterlik te kan sien, verenig die Heilige Gees so 'n mens deur middel van die geloof met Christus se geseënde liggaam. En ja, dit kan ook 'n kind wees wat met sy sonde tot Christus, sy Here, vlug en die Vader om vergifnis smee. Ook hierdie kind eet en drink dan Christus se liggaam en bloed. Die Heilige Gees verenig ook hierdie kind met die geseënde liggaam van Christus deur middel van die geloof.

Wanneer ons die liggaam en bloed van Christus in die geloof eet en drink, neem ons met 'n gelowige hart Christus se hele lyding en sterwe aan. Ons word vrygespreek op grond van wat Christus vir ons gedoen het. Maar ons verhouding met Christus hou nie hier op

nie. Nee, 'n gelowige se verhouding met Christus is nog baie meer intens en intiem. Ons verhouding met Christus is nie om maar net vinnig te sê ek behoort aan die kerk van die Here nie. Dit is veel dieper en baie meer persoonlik. My verhouding met Christus gaan oor my persoonlike verbintenis – ja, my persoonlike vereniging met die geseënde liggaam van Christus. Met die eet en drink van die liggaam en bloed van Christus verenig die Heilige Gees ons met die geseënde liggaam van Christus. As ons dit weet, besef ons dat ons verhouding met Christus nie net daarin geleë is dat Hy by ons is nie, maar dat Hy selfs binne-in ons is en ons binne-in Hom.

Die Heilige Gees verenig ons so innig met die geseënde liggaam van Christus **dat ons vlees van sy vlees en been van sy gebeente is**. Dit is opvallend dat die eerste Skrifgedeelte wat gegee word as grond vir hierdie uitspraak Efesiërs 5:29-30 in aansluiting by vers 31 en 32 is. In hierdie Skrifgedeelte vergelyk Paulus die innige verbintenis tussen Christus en sy kerk met die innige verbintenis tussen 'n man en sy vrou in die huwelik soos dit in geslagsgemeenskap tot uitdrukking kom.

Dit wil sê, 'n gelowige se eet en drink van Christus se liggaam en bloed het 'n soortgelyke betekenis as wat die eenwording van 'n man en sy vrou in die huwelik het. Die man en vrou word een deur middel van die geslagsgemeenskap. 'n Gelowige wat met die geloof Christus se liggaam en bloed eet en drink, word geestelik een met Hom. So innig verbind die Heilige Gees ons aan Christus.

Wanneer die Heilige Gees ons so een met ons Here Jesus Christus maak, kom dit daarop neer dat die Heilige Gees wat in Hom is, so in ons werk en regeer dat ons lewe getuienis daarvan is dat ons een met die Here is.

Kom ons trek dit wat ons nou gehoor het deur na ons viering van die heilige nagmaal. By die nagmaal eet en drink ons die brood en wyn wat die tekens is van Christus se liggaam en bloed wat Hy self gegee het. By die nagmaal eet en drink ons wel met die mond, maar deur die werk van die Heilige Gees eet en drink ons in werklikheid Christus se liggaam en bloed met die geloof. Ons kom na die tafel en ons eet en drink is dan eintlik 'n belydenis. Ons bely dat ons met die Here geestelik een is.

Die nagmaal is dan die uiterlike bewys dat ons verhouding met Christus 'n soortgelyke betekenis het as die eenwording in die huwelik tussen een man en een vrou. Op grond van hierdie vergelyking wat die Here self in Efesiërs maak tussen die nagmaal en die eenwording tussen 'n man en sy vrou in die huwelik, is dit tog duidelik dat nie enige een somer uit eie wil en beweging na die tafel van die Here kan kom nie. Die nagmaal is die vergestaltung van die verhouding tussen Christus en sy kerk, soos geslagsgemeenskap die vergestaltung van die verhouding tussen 'n man en sy vrou in die huwelik is. Geen man of vrou gaan toelaat dat iemand anders met sy of haar huweliksmaat een word soos wat hulle twee reeds een is nie. Daarom moet ons soveel ag op onself slaan in die self-onderzoek voor die nagmaal, want wanneer ons aan die tafel van die Here gaan sit, bely ons dat ons geestelik een met Hom is. Ons lewe behoort ook daarvan te getuig dat ons geestelik een met Hom is – ons lewe deur die Gees wat in Hom en in ons is – en die Heilige Gees regeer ons lewe. Daarom is dit ook nodig dat die ouderlinge by ons huisbesoek doen sodat die kerkraad, in die mate waarin die Heilige Gees hulle lei, oortuig kan wees dat ons geestelik een met die Here is.

Die nagmaal bewerkstellig nie die geestelike eenwees met die Here nie. Die Heilige Gees maak ons met die ware geloof geestelik een met ons Here Jesus Christus. Met die nagmaal bely ons dat ons geestelik een met die Here is. Die nagmaal is dan die vrug van ons geestelike eenwees met ons Here.

Mag die Heilige Gees ons met hierdie nagmaal nogeens verseker dat ons werklik geestelik een is met Christus Jesus. Mag Hy ons so deur die ware geloof in Christus inlyf en Christus so in ons laat wees dat ons saam met Paulus kan sê:

**Ek is met Christus gekruisig, en ek leef nie meer nie, maar Christus leef in my. En wat ek nou in die vlees lewe, leef ek deur die geloof in die Seun van God wat my liefgehad het en Homself vir my oorgegee het. (Galasiërs 2:20 AFR53)**

**Amen!**

Psalm 115:8, 9 (p. 565)

- 8 Hy sal seën wie Hom vrees, / groot en klein wat op Hom wag;  
ja, Hy sal hul allermees / seën in hul nageslag.  
Hy wat spreek, en 't het geskied, / sal sy seen oor hul gebied.
- 9 HEER, die hemel 's u paleis, / U 't die aarde aan ons gegee:  
dooies kan die HEER nie prys, / maar óns sal – 'n stemmese –  
ewig juig die HEER ten prys, / hallelujas op laat rys.

Formulier vir die viering van die heilige nagmaal

Psalm 23:1, 3 (p. 107)

- 1 Net soos 'n herder uittrek met sy skape / en hul laat neerlê in die veld van milde groen,  
met sagte hand hul lei langs stille waters – / so is die HEER, so het Hy ook aan my gedoen:  
Hy laaf my siel en lei my swakke skrede / in vaste spoor van sy geregtighede.
- 3 U bring vir my die tafel in gereedheid, / my hoof druip olie en my beker vloei van wyn,  
'n bron van goedheid stroom vir my gedurig; / dit is my gees 'n vreug, my vyande 'n pyn;  
dit kroon my lewe met u welbehag; / en in u huis, daar bly ek al my dae.

Aan tafel: Psalm 116

Met die terugbeweeg: Psalm 118

Slotgebed

Psalm 25:2, 4 (p. 115)

- 2 Leer my, HEER, u regte weë, / wys die regte pad my aan;  
maak my hart daartoe geneë, / om met lus daarop te gaan.  
Wil my deur u waarheid leer, / lei my dwalende gedagte;  
want u is my heil, o HEER! / U is ek altyd te wagte.
- 4 God is goed in al sy handel, / en sy pad is enkel reg;  
daarom laat Hy sondaars wandel / in die waarheid van sy weg.  
Hy sal met sy hand hul lei / wat verdwaal was en verlore;  
wie sagmoedig is, laat Hy / wandel op sy regte spore.

Die genade van ons Here Jesus Christus, die liefde God die Vader en die gemeenskap van die Heilige Gees sal met elkeen van julle wees en bly.

**Amen.**

Ds Coenraad Vrey  
Gereformeerde Kerk Bellville  
31 Augustus 2014