

## Formulier om het heilig avondmaal te vieren (1)

Gemeente van onze Heer Jezus Christus,

### *Instelling*

Over de instelling van het heilig avondmaal schrijft de apostel Paulus aan de gemeente van Korinte: *Wat ik heb ontvangen en aan u heb doorgegeven, gaat terug op de Heer zelf. In de nacht waarin de Heer Jezus werd uitgeleverd nam hij een brood, sprak het dankgebed uit, brak het brood en zei: 'Neem, eet, dit is mijn lichaam voor jullie. Doe dit, telkens opnieuw, om mij te gedenken.'* Zo nam hij na de maaltijd ook de beker, en hij zei: *'Deze beker is het nieuwe verbond dat door mijn bloed gesloten wordt. Doe dit, telkens als jullie hieruit drinken, om mij te gedenken.'*

De apostel gaat dan als volgt verder: *Dus altijd wanneer u dit brood eet en uit de beker drinkt, verkondigt u de dood van de Heer, totdat hij komt.*

*Daarom maakt iemand die op onwaardige wijze van het brood eet en uit de beker van de Heer drinkt, zich schuldig tegenover het lichaam en het bloed van de Heer. Laat daarom iedereen zichzelf eerst toetsen voordat hij van het brood eet en uit de beker drinkt, want wie eet en drinkt maar niet beseft dat het om het lichaam van de Heer gaat, roept zijn veroordeling af over zichzelf.<sup>1</sup>*

### *Jezelf toetsen*

Om Jezus Christus op waardige wijze te kunnen gedenken moet je dus eerst jezelf toetsen.

In de eerste plaats moet je nadenken over je zonden en beseffen dat je Gods oordeel verdient.<sup>2</sup> Dan krijg je om je zonden een hekel aan jezelf en weet je je heel klein voor God. Je zonden maken God immers zo boos, dat hij liever zijn enige Zoon met de kruisdood heeft gestraft,<sup>3</sup> dan dat hij die zonden onbestraft liet. In de tweede plaats moet je je afvragen of je vertrouwt op de vaste belofte van God dat hij al je zonden heeft vergeven alleen omdat Christus voor

---

<sup>1</sup> 1 Kor. 11:23-29.

<sup>2</sup> Rom. 7:24,25.

<sup>3</sup> Hebr. 10:5-10; Jes. 53:5.

je is gestorven.<sup>4</sup> Om hem spreekt God je vrij, alsof je zelf voor je zonden hebt betaald en net zo rechtvaardig leeft als zijn eigen Zoon.<sup>5</sup>

In de derde plaats moet je bij jezelf nagaan, of je God uit dankbaarheid graag in alles oprecht wilt dienen en in liefde en vrede met je medemensen wilt omgaan.

### *Uitnodiging en terugwijzing*

God wil iedereen die door de heilige Geest zo in het leven staat, graag aan de tafel van zijn Zoon ontvangen. Maar wie die houding niet heeft, haalt Gods veroordeling over zich door toch het avondmaal te vieren. Daarom geven we, op bevel van Christus en zijn apostel Paulus<sup>6</sup>, iedereen die in ernstige zonden leeft, de waarschuwing: blijf weg van het avondmaal!

Je moet namelijk beseffen dat je buiten het rijk van Christus staat, als je<sup>7</sup>:

niet op de Heer alleen wilt vertrouwen;

God op eigenwillige manier vereert;

de naam van de Heer misbruikt;

de kerkdiensten niet trouw bezoekt en onverschillig staat tegenover de verkondiging van het woord of de heiligheid van de doop en het avondmaal;

je ouders of andere gezagsdragers ongehoorzaam bent;

je aan menselijk leven vergrijpt of iemand haat en je niet met hem of haar wilt verzoenen;

getrouwd of niet, jezelf niet rein houdt;

hebzuchtig of verkwistend opgaat in deze wereld;

liegt of roddelt;

kortom, als je je met woord en daad als een ongelovige gedraagt.

Zolang je aan je zonde vasthoudt, mag je niet aan het avondmaal deelnemen; anders word je des te zwaarder veroordeeld.

---

<sup>4</sup> Rom. 3:24.

<sup>5</sup> 2 Kor. 5:21.

<sup>6</sup> 1 Kor. 5:4,5,11.

<sup>7</sup> Ex. 20:1-17.

*Bemoediging*

Geliefde broeders en zusters, je zou er toch moedeloos van worden, als je dit allemaal op je laat inwerken<sup>8</sup>. Maar dat hoeft niet! We vieren het avondmaal immers niet om te demonstreren dat we van onszelf volmaakt en rechtvaardig zijn. We zoeken ons leven juist buiten onszelf, in Jezus Christus. Daarmee erkennen we dat ons bestaan beheerst wordt door de dood.<sup>9</sup> En inderdaad, er zijn nog veel zonden en gebreken in ons hart en leven.<sup>10</sup> Zo hebben we geen volkomen geloof, dienen we God niet met zoveel ijver als we zouden moeten en hebben we dagelijks te vechten tegen de zwakheid van ons geloof en tegen onze slechte neigingen.<sup>11</sup> Maar dankzij de heilige Geest hebben we van harte berouw over onze slechtheid en willen we graag tegen ons ongeloof strijden en volgens alle geboden van God leven.<sup>12</sup> Wanneer onze daden in strijd zijn met onze wil<sup>13</sup>, mogen we er toch zeker van zijn dat God ons in genade aanneemt.<sup>14</sup> We zijn van harte welkom aan de tafel van onze Heer om te genieten van dit hemelse eten en drinken.

*Christus gedenken*

We vieren het avondmaal om Christus te gedenken.<sup>15</sup> Dan staan we erbij stil dat God de Vader onze Heer Jezus Christus in deze wereld gezonden heeft, zoals hij onder het oude verbond aan de aartsvaders had beloofd. Het Woord is mens geworden.<sup>16</sup> Heel zijn leven op aarde heeft hij de toorn van God, waaronder wij eeuwig hadden moeten bezwijken, voor ons gedragen.<sup>17</sup> Zo heeft hij gehoorzaam alles gedaan wat Gods wet van ons vraagt.<sup>18</sup> Gebogen onder de zware druk van onze zonden en van Gods toorn werd hij in de olijfgaard Getsemane overvallen door doodsangst,

---

<sup>8</sup> Jes. 57:15.

<sup>9</sup> Rom. 7:24.

<sup>10</sup> Fil. 3:12-14.

<sup>11</sup> Rom. 7:23; Gal. 5:17.

<sup>12</sup> Ps. 19:13,14.

<sup>13</sup> Rom. 7:20.

<sup>14</sup> Jes 42:3; 1Joh.1:9; 3:20.

<sup>15</sup> Luc. 22:19; 1 Kor.11:24, 25.

<sup>16</sup> Joh. 1:14. Gal. 4:4.

<sup>17</sup> Jes. 53:4. Rom. 3:25.

<sup>18</sup> Matt. 3:15.

zodat zijn zweet in grote druppels als bloed op de grond viel.<sup>19</sup> Daar liet hij zich boeien<sup>20</sup> om ons vrijuit te laten gaan.

Daarna dreef men de spot met hem,<sup>21</sup> zodat wij nooit meer te schande gemaakt zouden worden. Hij werd onschuldig ter dood veroordeeld,<sup>22</sup> zodat wij voor Gods rechterstoel zouden worden vrijgesproken. Hij heeft zich zelfs laten kruisigen en de aanklacht tegen ons vernietigd door haar aan het kruis te nagelen.<sup>23</sup> Door dit alles heeft hij de vloek die op ons lag, op zich genomen<sup>24</sup> om ons met zijn zegen te vervullen. Ja, aan het kruishout heeft hij met lichaam en ziel de angstaanjagende verlatenheid van de hel ondergaan, toen hij uitriep: *'Mijn God, mijn God, waarom hebt u mij verlaten?'*<sup>25</sup> opdat wij door God aangenomen en nooit meer door hem verlaten zouden worden. Tot slot heeft hij door zijn bloed uit te gieten het nieuwe verbond van genade en verzoening voor eeuwig rechtsgeldig gemaakt.<sup>26</sup> Toen riep hij uit: *'Het is volbracht!'*<sup>27</sup>

### Onderwijs

Onze Heer Jezus Christus wil dat wij er vast op vertrouwen bij dat nieuwe verbond te horen. Daarom nam hij bij zijn laatste pesachmaal een brood, sprak het dankgebed uit, brak het brood en zei: *'Dit is mijn lichaam voor jullie. Doe dit, telkens opnieuw, om mij te gedenken.'*<sup>28</sup>

Ook nam hij na de maaltijd de beker en hij zei: *'Deze beker is het nieuwe verbond dat door mijn bloed gesloten wordt. Doe dit, telkens als jullie hieruit drinken, om mij te gedenken.'*<sup>29</sup>

Daarmee zei hij, met andere woorden: Zo vaak als je avondmaal viert, herinneren het brood en de wijn je aan mijn hartelijke liefde.

---

<sup>19</sup> Luc. 22:44.

<sup>20</sup> Joh. 18:12.

<sup>21</sup> Luc. 22:63-65.

<sup>22</sup> Luc. 23:14.

<sup>23</sup> Kol. 2:14.

<sup>24</sup> Gal. 3:13.

<sup>25</sup> Mat. 27:46.

<sup>26</sup> Hebr. 9:15.

<sup>27</sup> Joh. 19:30.

<sup>28</sup> 1 Kor. 11:24.

<sup>29</sup> 1 Kor. 11:25.

## Avondmaalsformulier 1

Jij moest de eeuwige dood ondergaan. Daarom heb ik mijn lichaam in de dood gegeven en mijn bloed voor jou vergoten. Met mijn gekruisigde lichaam en vergoten bloed stil ik jouw geestelijke honger en dorst zodat je eeuwig leeft.<sup>30</sup> Dat is net zo zeker als het brood voor je ogen wordt gebroken, de beker je gegeven wordt en je dit brood eet en uit deze beker drinkt.

### *Eenheid met Christus en zijn broeders en zusters*

Ons geloof moet rusten op het offer dat Jezus Christus eenmaal aan het kruis heeft gebracht.<sup>31</sup>

Dat wil de Heer ons met dit avondmaal leren. Alleen door dat offer worden we gered, want aan het kruis is hij voor ons het echte eten en drinken geworden waardoor wij eeuwig leven.<sup>32</sup> Door te sterven heeft hij de zonde, de oorzaak van onze eeuwige honger en dorst, weggenomen.

Door zijn dood heeft Christus ook het recht gekregen de levendmakende Geest aan ons te geven.<sup>33</sup> Christus en wij vormen één lichaam: hij is ons hoofd, wij zijn delen van zijn lichaam. De Geest, die hem bezielt, woont ook in ons en verbindt ons aan hem.<sup>34</sup> Hij laat ons delen in heel de rijkdom die Christus schenkt: de vrijspraak en het leven in eeuwige luister.

Door diezelfde Geest verbindt hij ons ook met elkaar. We gaan als broeders en zusters van elkaar houden. Zo gaat een groot aantal delen één lichaam vormen. De apostel Paulus schrijft namelijk: *Omdat het één brood is zijn wij, hoewel met velen, één lichaam, want wij hebben allen deel aan dat ene brood.*<sup>35</sup> Christus heeft ons eerst volmaakt liefgehad. Daarom moeten ook wij elkaar liefhebben, en wel met woord én daad.<sup>36</sup> Hiertoe helpe ons de almachtige God en Vader van onze Heer Jezus Christus, door zijn heilige Geest. Amen!

---

<sup>30</sup> Joh. 6:53-57.

<sup>31</sup> Hebr. 10:14.

<sup>32</sup> Joh. 6:32, 51.

<sup>33</sup> Rom. 8:11.

<sup>34</sup> Joh. 14:16.

<sup>35</sup> 1 Kor. 10:17.

<sup>36</sup> Jak. 1:22, 23.

### *Gebed*

Barmhartige God, onze Vader, dankbaar gedenken we de bittere dood van uw geliefde Zoon Jezus Christus. We bidden u: geef ons door uw heilige Geest dat we ons hoe langer hoe meer vol vertrouwen aan uw Zoon Jezus Christus overgeven. Schenk ons daarom nieuwe kracht door ons te voeden met het brood uit de hemel. Dan leeft Christus in ons en leven wij in hém, en niet meer in onze zonden. *Laat ons steeds meer groeien in* het nieuwe verbond in Christus' bloed. Dan weten we zeker dat u voor altijd onze genadige Vader bent, die ons onze zonden nooit meer aanrekent en voor ons zorgt met alle dingen voor lichaam en ziel.

Geef dat we opgewekt gestemd ons kruis op ons nemen, Jezus achterna, dat we afzien van onszelf en belijden dat uw Zoon onze redder is. Laat ons in alle *omstandigheden* met opgeheven hoofd onze Heer uit de hemel verwachten. Hij zal ons armzalig lichaam aan zijn verheerlijkt lichaam gelijkmaken<sup>37</sup> en ons voor altijd bij zich nemen.

*Dit gebed wordt afgesloten met het Onzevader, gesproken of gezongen.*

### *Belijdenis*

*De Apostolische Geloofsbelijdenis of de Belijdenis van Nicea, gesproken of gezongen.*

### *Opwekking*

Om met het echte brood uit de hemel, Christus zelf, gevoed te worden moeten we niet alleen naar dit brood en deze wijn kijken. We moeten juist omhoog kijken, onze blik richten op Jezus Christus, die aan de rechterhand van zijn Vader in de hemel<sup>38</sup> voor ons pleit.<sup>39</sup>

Laten we vast geloven dat we door de werking van de heilige Geest zijn lichaam en bloed geestelijk te eten en te drinken krijgen.

---

<sup>37</sup> Fil. 3:21.

<sup>38</sup> Kol. 3:1,2.

<sup>39</sup> Rom. 8:34; Hebr. 7:25.

## Avondmaalsformulier 1

### *Viering*

*Bij het breken en uitdelen van het brood spreekt de voorganger:*

Het brood dat we breken, maakt ons één met het lichaam van Christus. Neem, eet, gedenk en geloof, dat het lichaam van onze Heer Jezus Christus gegeven is om al onze zonden volkomen te verzoenen.<sup>40</sup>

*En als hij de beker geeft:*

De beker met wijn, waarvoor we God loven en danken, maakt ons één met het bloed van Christus.

Neem, drink allen daaruit, gedenk en geloof, dat het kostbare bloed van onze Heer Jezus Christus vergoten is om al onze zonden volkomen te verzoenen.<sup>41</sup>

*Bij de gaande viering kunnen deze woorden gecombineerd worden tot:*

Het brood dat we breken, maakt ons één met het lichaam van Christus. De beker met wijn, waarvoor we God loven en danken, maakt ons één met het bloed van Christus.

Neem dit brood en deze beker, eet en drink, gedenk en geloof dat onze Heer Jezus Christus zijn lichaam en bloed gegeven heeft om al onze zonden volkomen te verzoenen.

*Tijdens de viering kan gelezen, gezongen of gemusiceerd worden.*

*Bij de dankzegging kan men kiezen uit de volgende alternatieven of ze allebei gebruiken.*

*Dankzegging (1)*

Geliefden in de Heer, de Heer heeft aan zijn tafel ons innerlijk kracht en sterkte geschonken. Laten we daarom samen zijn naam met dankzegging prijzen:

*Prijs de HEER, mijn ziel,  
prijs, mijn hart, zijn heilige naam.  
Prijs de HEER, mijn ziel,  
vergeet niet één van zijn weldaden.  
Hij vergeeft u alle schuld,*

---

<sup>40</sup> 1 Kor. 10:16; Matt. 26:26; Luc. 22:19; Gal.1:4.

<sup>41</sup> 1 Kor. 10:16; Matt. 26:27,28.

*hij geneest al uw kwalen,  
hij redt uw leven van het graf,  
hij kroont u met trouw en liefde, ...  
Liefdevol en genadig is de HEER,  
hij blijft geduldig en groot is zijn trouw.  
Niet eindeloos blijft hij twisten,  
niet eeuwig duurt zijn toorn.  
Hij straft ons niet naar onze zonden,  
hij vergeldt ons niet naar onze schuld.  
Zoals de hoge hemel de aarde overspant,  
zo welft zich zijn trouw over wie hem vrezen.  
Zo ver als het oosten is van het westen,  
zo ver heeft hij onze zonden van ons verwijderd.  
Zo liefdevol als een vader is voor zijn kinderen,  
zo liefdevol is de HEER voor wie hem vrezen.<sup>42</sup>  
Zal hij, die zijn eigen Zoon niet heeft gespaard, maar hem omwille van ons  
allen heeft prijsgegeven, ons met hem niet alles schenken?<sup>43</sup>  
God bewees ons zijn liefde doordat Christus voor ons gestorven is toen wij nog  
zondaars waren. Des te zekerder is het dus dat wij, nu we door zijn dood zijn  
vrijgesproken, dankzij hem zullen worden gered en niet veroordeeld. Werden  
we in de tijd dat we nog Gods vijanden waren al met hem verzoend door de  
dood van zijn Zoon, des te zekerder is het dat wij, nu we met hem zijn  
verzoend, worden gered door zijn leven.<sup>44</sup>  
Daarom zal ik voor mezelf en voor de mensen om me heen de Heer altijd  
blijven prijzen.<sup>45</sup> Amen.*

---

<sup>42</sup> Ps. 103:1-4,8-13.

<sup>43</sup> Rom. 8:32.

<sup>44</sup> Rom. 5:8-10.

<sup>45</sup> Ps. 116:17-19.



## Avondmaalsformulier 1

### *Dankzegging (2)*

Onze Vader, we danken u van harte dat u ons uit genade uw Zoon hebt gegeven als onze bemiddelaar en als offer voor onze zonden. Dank u wel dat we eeuwig leven hebben doordat hij ons eten en drinken werd. We zeggen u dank voor ons geloof dat ons verbindt aan Christus en aan alles wat hij voor ons gedaan heeft.

We bidden u, trouwe God en Vader, geef door deze avondmaalsviering dat we dagelijks groeien in het echte geloof en dat onze band met Christus sterker wordt.

We vragen u dat in de naam van uw geliefde Zoon Jezus Christus. Amen.