

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

Gemeente van Jezus Christus, onze Heer,

### *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.'*

En Paulus 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. Je moet beseffen dat je Gods veroordeling verdient.<sup>2</sup> Dan krijg je een hekel aan het feit dat je zondigt; je weet je heel klein voor God. Je zonden maken God immers zo boos, dat hij liever zijn enige Zoon heeft gestraft met de kruisdood,<sup>3</sup> dan dat hij die zonden onbestraft liet.

In de tweede plaats moet je je afvragen of je vertrouwt op wat God belooft: dat hij je al je zonden heeft vergeven, alleen omdat Christus voor je gestorven

---

<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

is.<sup>4</sup> Om hem spreekt God je vrij, alsof je zelf je schuld 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 ook of je in liefde en vrede wilt omgaan met de mensen om je heen.

### *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 als hij toch het avondmaal viert. In opdracht van Christus en zijn apostel Paulus<sup>6</sup> waarschuwen we daarom iedereen die vasthoudt aan een zondig leven: blijf weg van het avondmaal!

Je moet namelijk beseffen dat het rijk van Christus voor jou gesloten is, als je<sup>7</sup>

niet alleen op de Heer wilt vertrouwen;

als je God op een zelfbedachte manier vereert;

als je misbruik maakt van de naam van God;

als je de kerkdiensten niet trouw bezoekt en geen boodschap hebt aan de verkondiging van het woord of de heiligheid van doop en avondmaal;

als je geen respect toont tegenover je ouders of andere gezagsdragers;

als je je vergrijpt aan menselijk leven of iemand haat en het niet wilt goedmaken met hem of haar;

als je een losse seksuele moraal hebt;

als je hebzuchtig of verkwistend bent;

als je liegt of roddelt;

kortom, als je je laat kennen als een ongelovige, in woord en daad.

Zolang je vasthoudt aan je zondige manier van leven, mag je niet aan het avondmaal deelnemen; het oordeel over jou zal anders des te zwaarder zijn.

---

<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*

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! Wij vieren het avondmaal immers niet om te laten zien dat we van onszelf volmaakt en rechtvaardig zijn. Integendeel. We zoeken onze toevlucht bij Jezus Christus, die ons nieuw leven geeft. 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 volmaakt geloof, dienen we God niet met zo veel toewijding als zou moeten en hebben we dagelijks te vechten tegen onze zwakheden en onze slechte neigingen.<sup>11</sup> Maar dankzij de heilige Geest hebben we oprecht berouw over onze slechtheid, willen we graag tegen ons ongeloof strijden en volgens alle voorschriften 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 genadig accepteert.<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 zijn Zoon, onze Heer, naar deze wereld gezonden heeft. God had dat al beloofd aan Abraham, Isaak en Jakob. Het Woord is mens geworden.<sup>16</sup> Heel zijn leven op aarde heeft Jezus voor ons de toorn van God gedragen. Onder die toorn hadden wij eeuwig moeten bezwijken.<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: zijn zweet viel in grote

---

<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> Mat. 3:15

druppels als bloed op de grond.<sup>19</sup> Hij liet zich boeien<sup>20</sup> om ons vrijuit te laten gaan.

Men dreef de spot met hem,<sup>21</sup> zodat wij nooit meer te schande gemaakt zouden worden. Onschuldig werd hij 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 die aan het kruis te nagelen.<sup>23</sup> De vloek die op ons lag, heeft hij door dit alles 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. Hij riep toen uit: *'Mijn God, mijn God, waarom hebt u mij verlaten?'*<sup>25</sup> Zó maakte Jezus Christus het mogelijk dat God ons als zijn kinderen aannam en ons nooit meer zou verlaten. Tot slot heeft hij door zijn bloed een nieuw verbond met God voor eeuwig rechtsgeldig gemaakt.<sup>26</sup> Toen riep hij uit: *'Het is volbracht!'*<sup>27</sup>

### *Onderwijs*

Jezus Christus, onze Heer, 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 dat 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 gegrond zijn 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 brood uit de hemel geworden waardoor wij eeuwig leven.<sup>32</sup> Door te sterven heeft hij de zonde weggenomen, de oorzaak van onze eeuwige honger en dorst.

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: onze vrijspraak en een leven in eeuwige luister.

Door diezelfde Geest geeft hij ons aan elkaar. We gaan als broers en zussen van elkaar houden. Zo gaan we samen één geheel vormen, één lichaam. 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*

God, onze Vader, dankbaar gedenken we de bittere dood van Jezus Christus, uw geliefde Zoon. We bidden u: geef ons door uw heilige Geest steeds meer vertrouwen in uw Zoon. Voed ons met het brood uit de hemel en schenk ons nieuwe kracht. Dan leeft Christus in ons en leven wij in hém, en niet meer in onze zonden. Geef ons steeds meer besef van het nieuwe verbond in Christus' bloed. Dan weten we zeker dat u voor altijd onze genadige Vader bent: u rekent ons onze zonden nooit meer aan en u zorgt voor ons in alles wat we nodig hebben voor lichaam en ziel.

Wilt u ons goede moed geven om ons kruis op ons nemen, Jezus achterna. Laat ons onze redding niet van onszelf verwachten, maar belijden dat uw Zoon onze redder is. Laat ons in alle omstandigheden met opgeheven hoofd onze Heer uit de hemel verwachten. Hij heeft de kracht alles aan zich te onderwerpen. Met die kracht *zal hij ons armzalig lichaam gelijk maken aan zijn verheerlijkt lichaam*<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 omhoogkijken, onze blik richten op Jezus Christus, die aan de rechterhand van zijn Vader in de hemel<sup>38</sup> zit en voor ons opkomt.<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 Jezus Christus, onze Heer, gegeven is om al onze zonden te vergeven.<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 Jezus Christus, onze Heer, vergoten is om al onze zonden te vergeven.<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 Jezus Christus, onze Heer, zijn lichaam en bloed gegeven heeft om al onze zonden te vergeven.

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

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

*Dankzegging (1)*

Geliefden in de Heer, de Heer heeft ons aan zijn tafel nieuwe geloofsmoed gegeven. Laten we hem daarom onze dank betuigen en hem 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,*

*hij geneest al uw kwalen,*

---

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

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

*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 zullen wij de Heer voor altijd blijven prijzen. Amen.

---

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

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

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



## Avondmaalsformulier 1

### *Dankzegging (2)*

Onze Vader, we danken u van harte dat u ons uit genade uw Zoon hebt gegeven als middelaar 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, dat we door deze avondmaalsviering dagelijks groeien in geloof en dat onze band met Christus steeds sterker wordt.

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