

Eerste lezing uit het boek Spreuken (Spr. 9:1-6)

Wijsheid heeft haar huis gebouwd,
zeven zuilen heeft ze uitgekapt.
Ze heeft haar vee geslacht, haar wijn gemengd,
haar tafel heeft ze gedekt.
Haar dienaressen heeft zij de stad in gestuurd,
zelf roept zij vanaf de hoogste plaats:
'Onnozele mensen, kom toch deze kant op.'
Wie geen verstand heeft roept ze toe:
'Kom, eet het brood dat ik je geef,
drink de wijn die ik heb gemengd.
Breek met je onnozelheid
en betreed de weg van het inzicht,
dan zal het je goed gaan.'

- Woord van de Heer – Wij danken God

Antwoordpsalm (Ps. 34)

Wie de HEER zoekt, ontbreekt het aan niets.

De HEER wil ik prijzen, elk uur van de dag,
mijn mond is altijd vol van zijn lof.
Laat mijn leven een loflied zijn voor de HEER,
de nederigen zullen het met vreugde horen.

Wie de HEER zoekt, ontbreekt het aan niets.

Vromen, heb ontzag voor de HEER:
wie Hem vreest lijdt geen gebrek.
Jonge leeuwen lopen hongerig rond,
wie de HEER zoekt, ontbreekt het aan niets.

Wie de HEER zoekt, ontbreekt het aan niets.

...

Kom, kinderen, luister naar mij,
ik leer je ontzag voor de HEER.
Hebben jullie het leven lief,
wil je goede jaren genieten?

Wie de HEER zoekt, ontbreekt het aan niets.

Behoed dan je tong voor het kwaad,
je lippen voor woorden van bedrog.
Mijd het kwade, doe wat goed is,
streef naar vrede, jaag die na.

Wie de HEER zoekt, ontbreekt het aan niets.

Tussenzang

Tweede lezing uit de brief aan de Efeziërs (Ef. 5:15-20)

Broeders en zusters, let er dus goed op welke weg u bewandelt,
gedraag u niet als dwazen maar als verstandige mensen.
Gebruik uw dagen goed, want we leven in een slechte tijd.
Wees daarom niet onverstandig,
maar probeer te begrijpen wat de Heer wil.
Bedrink u niet, want dat leidt tot uitpattingen,
maar laat de Geest u vervullen en zing met elkaar psalmen,
hymnen en liederen die de Geest u ingeeft.
Zing en jubel met heel uw hart voor de Heer en dank God,
die uw Vader is, altijd voor alles
in de naam van onze Heer Jezus Christus.

- Woord van de Heer – Wij danken God

Evangelie volgens Johannes (Joh. 6:51-58)

Jezus zei: 'Ik ben het levende brood dat uit de hemel is neergedaald; wanneer iemand dit brood eet zal hij eeuwig leven. En het brood dat Ik zal geven voor het leven van de wereld, is mijn lichaam.'

Nu begonnen de Joden heftig met elkaar te discussiëren:

'Hoe kan die man ons zijn lichaam te eten geven!'

Daarop zei Jezus: 'Werkelijk, Ik verzeker u, als u het lichaam van de Mensenzoon niet eet en zijn bloed niet drinkt, hebt u geen leven in u.

Wie mijn lichaam eet en mijn bloed drinkt, heeft eeuwig leven en hem zal Ik op de laatste dag laten opstaan.

Mijn lichaam is het ware voedsel en mijn bloed is de ware drank.

Wie mijn lichaam eet en mijn bloed drinkt, blijft in Mij en Ik blijf in hem.

De levende Vader heeft Mij gezonden, en Ik leef door de Vader;

zo zal wie Mij eet, leven door Mij.

Dit is het brood dat uit de hemel is neergedaald.

Het is niet het brood dat uw voorouders aten; zij zijn gestorven, maar wie dit brood eet zal eeuwig leven.'