

VERFRIST EN GESTERKT



Viering van Woord en Communie
3e Zondag van de Veertigdagentijd
Parochie Onze Lieve Vrouw van Amersfoort - Sint Ansfriduskerk
12 maart 2023



De Bron

Jezus is de bron
waar wij het levend water mogen ontvangen.

Hij biedt dit levende water aan.
Het is water dat in iedere gedoopte zijn werk kan doen
om verfrist en gesterkt als gelovige christen
anderen weer op te beuren,
misschien wel met één beker water.

Uit: liturgische handreiking - Berne Media

Voorganger: Arie van de Wiel
Zang: Dameskoor Sint Henricus
Dirigent: Marian Overmaat
Begeleiding: Herman van Ruitenbeek
Lector: Jan van der Sijs



Openingslied: God roept een mens tot leven

God roept een mens op weg te gaan
zijn leven is een reis:
“Verlaat wat gij bezit,
en ga naar 't land dat ik u wijs”.

Het volk van God was veertig jaar
een mensenleven lang
op weg naar het beloofde land,
het land van Kanaän.

Heer, geef ons moed en doe ons gaan
uw weg door de woestijn
en laat uw Zoon een laaiend vuur,
een nieuwe Mozes zijn.

Begroeting

Gebed om vergeving

- v.: God, u bent het die ons gemaakt heeft met hart en ziel,
U roept ons tot een leven van liefde,
van geven en nemen.
Wees mild voor ons, als wij ontrouw worden aan onszelf.
Als wij ontrouw worden aan allen die bij ons horen.
- a.: Vergeef ons dat wij onverschillig doen
tegenover alles wat Uw goede geest bedreigt,
in onze relaties, op ons werk, hier in dit huis vol mensen.
Geef ons terug dat vuur van het begin
en doe ons opengaan voor dromen, die Gij hebt neergelegd in ons hart.
Maak ons tot uw mensen, blijf trouw
en geef Uw zegen aan ons samenzijn.
- v.: Keer ons dan ook weer om naar elkaar.
Keer ons om naar U toe,
Vergeef ons, waar wij dwaalden
en neem ons opnieuw in Uw ontferming aan.

Daarom bidden wij U:
ontferm U over ons;
Kyrie eleison.

Ky - ri - e e - lei - son, wees met ons be - gaan,
doe ons weer ver - rij - zen uit de dood van - daan

Gebed bij de opening van de schriften

Lezing

Exodus, 17, 3-7

In die dagen, leden de Israëlieten tijdens de woestijntocht hevige dorst. Zij bleven tegen Mozes morren en zeiden „Waarom hebt gij ons weggevoerd uit Egypte als wij toch met kinderen en vee van dorst moeten sterven?“ Mozes klaagde zijn nood bij de Heer „Wat moet ik toch aan met dit volk? „Ze staan op het punt mij te stenigen.“ De Heer gaf Mozes ten antwoord: „Ga met enkelen van Israëls oudsten voor het volk uit, neem in uw hand de staf waarmee ge de Nijl geslagen hebt en begeef u op weg. Ik zal ginds, voor uw ogen, op een rots staan, op de Horeb. Sla op die rots er zal water uitstromen zodat de mensen kunnen drinken.“

Mozes deed dat in het bijzijn van Israëls oudsten. Hij noemde de plaats Massa en Meriba vanwege de verwijten der Israëlieten en omdat zij de Heer hadden uitgedaagd door zich af te vragen: Is de Heer nu bij ons of niet?

Woord van de Heer – **Wij danken God.**

Lied: Hoort hoe God met mensen omgaat

Hoort hoe God met mensen omgaat,
hoe Hij zijn belofte houdt.
Die de mens van den beginne,
adem geeft en gaande houdt.

Hoort hoe God met mensen omgaat,
hoe Hij Adam koning schiep.
Die zou heersen over alles
wat Hij in het leven riep.

Hoort hoe God met mensen omgaat,
hoe Hij ons en Dienaar zond.
Die met liefde als zijn wapen
ons voorgoed aan zich verbond.

Hoort hoe God met mensen omgaat,
hoe wij Hem ter harte gaan,
Die ook hier tot ons zal spreken
als wij vragen naar zijn naam.

Lezing

Rom., 5, 1-2. 5-8

Broeders en zusters,
Gerechtigd door het geloof, leven wij in vrede met God door Jezus Christus onze Heer. Hij is het, die ons door het geloof de toegang heeft ontsloten tot die genade waarin wij staan; door Hem ook mogen wij ons beroemen op onze hoop op de heerlijkheid Gods. En die hoop wordt niet teleurgesteld, want Gods liefde is in ons hart uitgestort door de heilige Geest die ons werd geschonken. Christus is immers voor goddelozen gestorven op de gestelde tijd, toen wij zelf nog geheel hulpeloos waren. Men zal niet licht iemand vinden die zijn leven geeft voor een rechtvaardige, al zou misschien iemand in een bepaald geval dit van zich kunnen verkrijgen. God echter bewijst zijn liefde voor ons juist hierdoor, dat Christus voor ons is gestorven, toen wij nog zondaars waren.

Woord van de Heer – **Wij danken God.**

Aankondiging van het Evangelie:

Looft de Heer alle gij volken. (2x)
Ik ben de verrijzenis en het leven:
wie in Mij gelooft zal leven in eeuwigheid.
Looft de Heer alle gij volken.

In die tijd kwam Jezus in een stad van Samaria, Sichar genaamd, dichtbij het stuk grond dat Jakob aan zijn zoon Jozef had gegeven. Daar bevond zich de bron van Jakob en vermoeid van de tocht ging Jezus zo maar bij deze bron zitten. Het was rond het middaguur. Toen een vrouw uit Samaria water kwam putten zei Jezus tot haar „Geef Mij te drinken.” De leerlingen waren namelijk naar de stad gegaan om levensmiddelen te kopen. De Samaritaanse zei tot Hem „Hoe kunt Gij als Jood nu te drinken vragen aan mij, een Samaritaanse?” - Joden namelijk onderhouden geen betrekkingen met de Samaritanen. - Jezus gaf ten antwoord: „Als ge enig begrip hadt van de gave Gods en als ge wist wie het is, die u zegt Geef Mij te drinken, zoudt ge het aan Hem hebben gevraagd en Hij zou u levend water hebben gegeven.” Daarop zei de vrouw tot Hem „Heer, Ge hebt niet eens een emmer en de put is diep waar haalt Ge dan dat levende water vandaan? „Zijt Ge soms groter dan onze vader Jakob die ons de put gaf en er met zijn zonen en zijn vee uit dronk?” Jezus antwoordde haar: „Iedereen die van dit water drinkt, krijgt weer dorst, maar wie van het water drinkt dat Ik hem zal geven, krijgt in eeuwigheid geen dorst meer; integendeel, het water dat Ik hem zal geven, zal in hem een waterbron worden, opborrelend tot eeuwig leven.” Hierop zei de vrouw tot Hem: „Heer, geef mij van dat water, zodat ik geen dorst meer krijg en hier niet meer moet komen om te putten.” ik zie dat Gij een profeet zijt. „Onze vaders aanbaden op die berg daar, en gij, Joden, zegt dat in Jeruzalem de plaats is waar men aanbidden moet.” „Geloof Mij, vrouw, - zei Jezus haar, - er komt een uur dat gij noch op die berg noch in Jeruzalem de Vader zult aanbidden. „Gij aanbidt wat gij niet kent; wij aanbidden wat wij kennen, omdat het heil uit de Joden komt. „Maar er zal een uur komen, ja het is er al, dat de ware aanbidders de Vader zullen aanbidden in geest en waarheid. „De Vader toch zoekt mensen die Hem zo aanbidden. „God is geest, en wie Hem aanbidden, moeten Hem in geest en waarheid aanbidden.” De vrouw zei Hem „Ik weet dat de Messias - dat wil zeggen : de Gezalfde - komt, en wanneer Die komt zal Hij ons alles verkondigen.” Jezus zei tot haar „Dat ben Ik, die met u spreek.” Vele Samaritanen uit de stad geloofden in Hem Toen dus de Samaritanen bij Hem gekomen waren, verzochten zij Hem bij hen te blijven. Hij bleef er dan ook twee dagen en door zijn woord kwamen er nog veel meer tot het geloof. Tot de vrouw zeiden ze „Niet langer geloven wij om wat gij gezegd hebt, want wij hebben Hem zelf gehoord en wij weten, dat Deze werkelijk de redder van de wereld is.”

Woord van de Heer – **Wij danken God.**

Overweging

Geloofsbelijdenis

Ik geloof in het leven mij gegeven als kans
om mens te worden.

Ik geloof in de Vader van dit leven die zin is en grond van mijn bestaan,
hoop en uitzicht door alles heen.

Ik geloof in Jezus, mensgeworden God van liefde,
de “mens voor anderen”,
gekruisigd op lijden en dood, maar levend voor goed,
de Mens om nooit te vergeten,
de Christus, eten en drinken
voor mensen van alle tijden.

Ik geloof in zijn Geest, die levend maakt en kracht geeft,
perspectief en toekomst biedt.
Die werkt in mens en tijd, die het kwaad en onrecht aandurft,
en niet ophoudt de liefde waar te maken.
Amen.

Voorbede

We beantwoorden de gebeden zingend met:
Heer, ontferm U, Heer ontferm U, Heer ontferm U.

Collecte

Uw bijdrage is bestemd voor de Bisschoppelijke adventsactie.

Lied: Veertig dagen

Veertig dagen nog tot Pasen
Tot de winter is gegaan
En het lengen van de dagen
Kou en duister gaan verjagen
En het leven op zal staan.

(refrein:)

Veertig dagen, weken, jaren
Wachten, weten en ervaren
Dat iets nieuws, verandering
Met vreugd' en moeite samenging.

Veertig jaren van een leven
zijn naar mensenmaat een tijd
om te leren en te delen
wat met moeite werd verkregen,
daardoor worden mensen vrij. (refrein)

Veertig dagen nog tot Pasen,
soms een tocht door de woestijn
om te leren en te vragen
hoe je duister kunt verjagen
om met Pasen klaar te zijn. (refrein)

Communiegebed *Bron van ons bestaan*

- v.: Af en toe moeten wij kunnen raken aan uw aanwezigheid God,
moeten wij betrouwvol kunnen leunen op het wonder in ons leven;
af en toe verlangen we -als bij thuiskomst - te kunnen aanschuiven aan
uw tafel.
Brood is de basis van ons leven, van onze gemeenschap met u.
- a.: Bomen hebben wortels, rivieren hebben bronnen, wij wortelen in U, Gij
zijt onze bron.
- v.: Samengebracht rond uw tafel hebben wij ons opnieuw bewust gemaakt
van de grond van ons bestaan.
Ondanks ons tekort aan vertrouwen bewaren wij onze dromen over
recht en vrede die de inzet zijn van onze daden.
- a.: Gedragen door uw liefde durven wij uw weg te gaan, krijgen we weer de
kracht om tegen de stroom in te roeien.
We gaan voort in het vertrouwen dat we bergen kunnen verzetten.

- v.: Moge de kracht van het heilig Brood ons vervullen van Jezus, onze
Messias.
Hij wijst ons het fundament van ons geloven: vertrouwen groter dan
verraad, liefde machtiger dan haat, leven sterker dan de dood.
- a.: God, wees de bron van ons leven, wees onze kracht, vandaag en alle
dagen.

Onze Vader

Onze Vader, die in de hemel zijt,
uw naam worde geheiligd,
uw rijk kome,
uw wil geschiede
op aarde zoals in de hemel.
Geef ons heden ons dagelijks brood
en vergeef ons onze schulden,
zoals ook wij vergeven aan onze schuldenaren,
en breng ons niet in beproeving,
maar verlos ons van het kwade.
Verlos ons, Heer...

Want Uw is het Koninkrijk, en de kracht en de heerlijkheid,
tot in eeuwigheid. Amen.

Gebed om vrede – vredewens

Vredeslied: Jerusalaim

Er is een stad voor vriend en vreemde
diep in het bloemendal,
er is een mens die roept om vrede,
die mens roept overal.

Refrein: Jerusalaim, stad van God,
wees voor de mensen een veilig huis,
Jerusalaim, stad van vrede,
breng ons weer thuis.

Er is een huis om in te wonen
voorbij het dodendal,
er is een vader met zijn zonen,
zij roepen overal. Refrein

Er is een tafel om te eten
voorbij het niemandsland.
Er is een volk dat wordt vergeten,
dat volk roept overal. Refrein

Er is een wereld zonder grenzen,
zo groot als het heelal,
Er is een hemel voor de mensen,
dat hoor je overal. Refrein

Uitnodiging tot de communie

a.: Heer, ik ben niet waardig dat Gij tot mij komt,
maar spreek slechts een woord en ik zal gezond worden.

Communielied: Oculi nostri (Taizé)

O - cu - li nos - tri ad Do - mi - num Je - sum,
o - cu - li nos - tri ad Do - mi - num nos - trum.

Slotgebed

Mededelingen

Zegenbede en Zending

Slotlied: De Heer zal ons bevrijden

De Heer zal ons bevrijden, Hij neemt ons leven aan
Voor nu en alle tijden, dat wij in vrede gaan.
Hij zegt: Ik zal verhoren, wie roept en Mij verwacht
Zijn naam gaat niet verloren in't holle van de nacht.

Door vasten en versterving, door water en woestijn,
Geleidt ons zijn ontferming en voert ons aan het eind
De gouden straten binnen en door de gouden poort,
Zo laat ons Gode dienen en vragen naar zijn Woord!

Mijn ogen zijn gevestigd op God of Hij mij redt.
Mijn hart, hoezeer onrustig, heb ik op Hem gezet.
Kan ik de nacht verduren waarin Gij verre zijt?
Gij zult mijn gangen sturen in 't duister van de tijd.

- 🎵 -

De geloofsgemeenschap Sint Ansfridus maakt deel uit van
Parochie Onze Lieve Vrouw van Amersfoort
Informatie vindt u op: www.katholiekamersfoort.nl
en www.sintansfridus.nl
Volg ons op twitter: [@SintAnsfridus](https://twitter.com/SintAnsfridus) of op
www.facebook.com/SintAnsfriduskerk

