

# BREKEN EN DELEN



Viering van Woord en Communie

**Sacramentsdag**

Parochie Onze Lieve Vrouw van Amersfoort - Sint Ansfriduskerk

7 juni 2026



Vandaag vieren we het oergebaar  
dat we van Jezus hebben mogen ontvangen:  
het breken en delen.

Het is een van de oudste aanduidingen  
vanuit de heilige samenkomst  
op de eerste dag van de week.  
Het brood wordt gebroken tot verbinding.

Het breken van het ene brood maakt het mogelijk  
dat velen deel kunnen krijgen aan het hetzelfde brood ten leven.  
Het verbindt ons met elkaar  
en maakt ons één.

Door dit Brood krijgen we Jezus in handen;  
Jezus in onze gedachten; Jezus in ons doen en laten.  
Door Hem ontvangen wij de opdracht  
om wat wij ontvangen door te geven aan anderen.

---

Voorganger: Arie van de Wiel  
Zang: Dameskoor Sint Henricus  
Dirigent: Marian Overmaat  
Begeleiding: Alexandros Seremetakis  
Lector: Aimée Rijlaarsdam  
Koster: Bernard van Schaik



## Openingslied: Om te beginnen zijn wij gekomen

Om te beginnen zijn wij gekomen  
Uit ons alledaagse doen  
Opgetild en meegenomen  
Door een vasthoudend visioen.

Om te beginnen willen wij zwijgen  
Over wat er niets toe doet  
Aan de aardse ruis ontstijgen  
Tot uw vergeten stem ons roept.

Om te beginnen willen wij horen  
Onderweg naar goed verstaan.  
Ons verlangen wordt herboren  
Om in uw woorden op te gaan.

Om te beginnen zijn wij gekomen,  
Want in U ligt elk begin.  
Laat uw adem door ons stromen  
Roep ons opnieuw uw toekomst in.

## Begroeting

### Gebed om vergeving

v.: Laten wij roepen tot God onze Heer,  
dat hij van kracht is en ons doet zingen.  
Hij is de God die ons zal redden:

The image shows two staves of musical notation in G major (one sharp) and 4/4 time. The first staff is a vocal line with a treble clef, starting with a G4 quarter note, followed by A4, B4, C5, B4, A4, G4 quarter notes, and ending with a double bar line. The second staff is a piano accompaniment line with a treble clef, starting with a G4 quarter note, followed by A4, B4, C5, B4, A4, G4 quarter notes, and ending with a double bar line. Below the second staff, the lyrics 'Heer, ont-ferm U o-ver ons.' are written.

*Refrein: 1. Voorzang. 2. Allen: Heer, ont-ferm U o-ver ons.*

Heer, ont-ferm U o-ver ons.

- v.: Laten wij roepen in Zijn poorten  
dat Hij zijn huis van genade opent.  
Hij doet gebroken mensen weer opstaan:  
Heer ontferm U over ons.
- a. Heer ontferm U over ons.
- v.: Laten wij roepen voor Zijn aanschijn,  
dat over ons Zijn heil mag komen.  
Op deze dag die Hij heeft gemaakt:  
Heer ontferm U over ons.
- a.: Heer ontferm U over ons.

### **Glorialied: Alle eer en alle glorie**

Alle eer en alle glorie geldt de luisterrijke naam!  
Viert de vrede die Hij heden uitroept over ons bestaan.  
Aangezicht, vol van licht, zie ons met ontferming aan!

Alle eer en alle glorie geldt de Zoon, de erfgenaam!  
Als genade die ons toekomt is Hij onze nieuwe naam.  
Licht uit licht, vergezicht, steek ons met uw stralen aan!

Alle eer en alle glorie geldt de Geest, die leven doet,  
die de eenheid in ons ademt, vlam die ons vertrouwen voedt!  
Levenszon, liefdesbron, maak de tongen los voorgoed!

### **Gebed** *bij de opening van de schriften*

#### **Lezing**

*Deut., 8, 2-3. 14b-16a*

Mozes sprak tot het volk en zei:

“Blijf denken aan heel de tocht van deze veertig jaar, die de Heer uw God u in de woestijn heeft laten maken om u te vernederen, op de proef te stellen en om de gezindheid van uw hart te leren kennen, of gij zijn geboden zoudt onderhouden of niet. Hij heeft u vernederd en u honger

laten lijden, maar u ook het manna te eten gegeven, dat gij noch uw vaders ooit hadden gekend. Hij wilde u daardoor laten weten, dat de mens niet leeft van brood alleen, maar van alles wat uit de mond van de Heer komt.

Vergeet de Heer uw God niet, die u deed uitgaan uit het land Egypte, uit het slavenhuis; die u door die grote en verschrikkelijke woestijn heeft gevoerd, vol giftige slangen en schorpioenen, door dat dorstige land zonder water; die uit de keiharde rots water voor u liet ontspringen; die u in de woestijn het manna te eten gaf, dat uw vaders nooit hadden gekend.”

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

### **Lied van Gods aanwezigheid**

Heer onze Heer, hoe zijt Gij aanwezig  
en hoe onzegbaar ons nabij.  
Gij zijt gestadig met ons bezig,  
onder uw vleugels rusten wij.

Gij zijt onzichtbaar voor onze ogen  
en niemand heeft u ooit gezien.  
Maar wij vermoeden en geloven  
dat Gij ons draagt, dat Gij ons dient.

Gij zijt in alles diep verscholen,  
in al wat leeft en zich ontvouwt  
Maar in de mensen wilt Gij wonen  
met hart en ziel aan ons getrouwd.

## Lezing

1 Kor., 10, 16-17

Broeders en zusters,  
Geeft niet de kelk van de zegening die wij zegenen, gemeenschap met het Bloed van Christus? Geeft niet het brood dat wij breken, gemeenschap met het Lichaam van Christus? Omdat het Brood één is, vormen wij, de velen, één Lichaam, want allen hebben wij deel aan het ene Brood.

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

## Aankondiging van het Evangelie

Alleluia

Ik ben het levend brood  
dat uit de hemel is neergedaald zegt de Heer.  
Als iemand van dit brood eet  
zal hij leven in eeuwigheid.

Alleluia

## Evangelie

Johannes, 6, 51-58

In die tijd zei Jezus tot de menigte van de Joden:

“Ik ben het levende Brood dat uit de hemel is neergedaald. Als iemand van dit Brood eet, zal hij leven in eeuwigheid. Het Brood dat Ik zal geven, is mijn Vlees voor het leven van de wereld.”

Toen twistten de Joden onderling en zeiden: “Hoe kan Hij ons zijn vlees te eten geven?” Jezus zei daarop tot hen: “Amen, amen, Ik zeg u: als gij het Vlees van de Mensenzoon niet eet en zijn Bloed niet drinkt, hebt gij het leven niet in u. Wie mijn Vlees eet en mijn Bloed drinkt, heeft eeuwig leven en Ik zal hem doen opstaan op de laatste dag. Want mijn Vlees is waarlijk voedsel en mijn Bloed is waarlijk drank. Wie mijn Vlees eet en mijn Bloed drinkt, blijft in Mij en Ik in hem.

Zoals de Vader die leeft, Mij gezonden heeft en Ik leef door de Vader, zo zal ook degene die Mij eet, leven door Mij. Dit is het Brood, dat uit de hemel is neergedaald. Het is niet zoals bij de vadersen. die gegeten hebben en gestorven zijn: wie dit Brood eet, zal leven in eeuwigheid.”

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

## Acclamatie na het Evangelie



Lau - da - te om - nes gen - tes, lau - da - te Do - mi - num. Lau  
da te om - nes gen - tes, lau - da - te Do - mi num Lau..

## Overweging

### Geloofsbelijdenis

Ik geloof in God,  
Schepper en Oorsprong van alles en allen,  
die zich als Persoon laat ontmoeten,  
die in liefde begaan is met mensen.

Ik geloof in Jezus Christus,  
mens naar Gods hart, geboren uit Maria,  
onvoorwaardelijk in liefde en trouw  
aan God en mensen ten einde toe.  
Hij is voor ons veroordeeld tot de dood aan het kruis  
en is voor ons opgestaan ten leven.  
Hij leeft voor altijd bij God.  
Eens zal Hij opnieuw onder ons wonen.  
Dan zal het Rijk van gerechtigheid en vrede,  
waarvoor Hij heeft geijverd, aanbreken.

Ik geloof in de heilige Geest,  
verbonden met God en Jezus,  
die ons steeds weer raakt en bezielt  
en ons aanzet tot daden  
om het Rijk van God dichterbij te brengen.

Ik geloof in de wereldwijde christelijke Kerk,  
open voor traditie en toekomst,  
een gemeenschap van mensen,  
die samen op weg zijn om het Rijk van God vorm te geven

Ik geloof dat wij mensen  
goede rentmeesters zijn over Gods schepping,  
en dat God ons vergeeft ondanks ons falen en onze tekorten,  
en ons optilt uit onze gebrokenheid.

Ik geloof dat achter de grens van de dood,  
nieuw leven is bij God.  
Amen.

## Voorbede

*We beantwoorden de gebeden zingend met:*



## Collecte

*Uw bijdrage is bestemd voor de verdere opbouw  
van onze parochiegemeenschap.*

*U kunt daarbij gebruik maken van de QR-code.*



## Lied: Ave verum corpus

Ave verum corpus, natum de Maria Virgine, Vere passum, Immolatum In cruce pro homine, Cujus latus perforatum Fluxit aqua et sanguine: Esto nobis praegustatum, In mortis examine	<i>Wees gegroet, waarachtig Lichaam, geboren uit de Maagd Maria, dat werkelijk geleden heeft en geofferd is aan het kruis voor de mens. Uit wiens doorboorde zijde bloed en water vloeiden: Wees voor ons een voorsmaak tijdens de beproeving van de dood.</i>
---	--

## Overbrengen van het Heilig Brood

### Communiegebed

- v.: Goede God, wij danken U om Jezus, uw Zoon,  
die toekomst biedt aan arme en kwetsbare mensen  
en laat zien dat uw koninkrijk gestalte krijgt  
waar zieken genezing vinden en doden tot leven komen,  
hongerigen te eten krijgen en zondaars worden vergeven.  
Daar breekt vrede en gerechtigheid door op aarde.
- a.: Om Hem te gedenken delen wij het brood.  
Wij bidden U: geef ons kracht en moed  
om te doen wat Hij heeft gedaan:  
leven in overgave aan U en aan elkaar.  
Help ons elkaar te behoeden,  
opdat wij leven naar uw Woord  
en getuigen van uw goedheid.
- v.: Schenk ons uw heilige Geest,  
die bijeenbrengt wat is verdeeld,  
en die ons helpt  
om het aanschijn van deze aarde te vernieuwen.

Blijf ons nabij overal waar wij gaan of staan  
en laat ons ervaren hoe U onze metgezel bent,  
hier en nu en alle dagen van ons leven.

a.: Amen.

## **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: Dona nobis pacem**

### **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: Panis Angelicus** (componist Herman Finkers)

Panis angelicus  
fit panis hominum;  
Dat panis cælicus  
figuris terminum:  
O res mirabilis!  
manducat Dominum  
pauper, servus et humilis.  
Te trina Deitas  
unaque poscimus:  
Sic nos tu visita,  
sicut te colimus;  
Per tuas semitas  
duc nos quo tendimus,  
Ad lucem quam inhabitas.  
Amen.

*Brood van de engelen  
wordt het brood van mensen;  
Het brood van de hemel geeft  
voltooiing aan de voortekenen:  
O, groot wonder!  
dienaren, arm en nederig  
nuttigen hun Heer.  
U, God, drievuldig en één  
zie, wij bidden U:  
Kom ons zo bezoeken,  
zoals wij U vereren,  
leid ons langs uw weg  
waarheen wij willen gaan,  
naar het licht dat uw woning is.  
Amen.*

## **Slotgebed**

## **Mededelingen**

## **Zegenbede en Zending**

## **Slotlied: Lied om mee te gaan**

Wij moeten gaan, aan 't lied van de bevrijding  
voegden we weer een eigen refrein,  
zagen rondom de glans van herkenning,  
hoe we elkaar tot Verbondgenoot zijn.  
Vonden het Woord, eerder gehoord,  
Als nieuwe bron op eigen terrein.

Laten we gaan, geloof in zegen  
die onze God steeds toegezegd heeft,  
in niemandsland soms worst'lend verkregen  
maar die ons hoop, moed en waakzaamheid geeft.  
Neem van hier mee, het vaste idee,  
Licht blijft de kern, vaak tastend beleefd.

Neem bij het gaan de mantel van vrede  
die we behoedzaam om mogen slaan,  
waarin de naam vol kleur is geweven,  
vage beschutting in mensenbestaan.  
In de woestijn, vruchten en wijn:  
Vrede en zegen! Laten we gaan.

- ♪ -

*De geloofsgemeenschap Sint Ansfriidus maakt deel uit van*  
**Parochie Onze Lieve Vrouw van Amersfoort**  
*Informatie vindt u op: [www.katholiekamersfoort.nl](http://www.katholiekamersfoort.nl)*  
*en [www.sintansfridus.nl](http://www.sintansfridus.nl)*  
*Volg ons ook op Instagram: [sintansfriduskerk](https://www.instagram.com/sintansfriduskerk).*

