Fokus teks: Johannes 17: 1-8, 2020; Markus 12: 31-34, 2020; Efesiërs 4: 25-32, 2020; Kolossense 3: 5-17, 2020.
Liedere: Gesang 177 x 2; Gesang 200: 1-3; Gesang 475: 1-2.

AANKONDIGINGS:

- ’n Hartlike gelukwensing aan gemeentelede wat in die komende week verjaar. Jean-Jacques le Roux verjaar op Maandag 31 Augustus, terwyl Jan Viljoen op Saterdag 5 September verjaar. Ons wens julle albei ’n baie besondere verjaarsdag toe en bid vir ’n jaar vol vreugde, seën en genade.
- Die gemeente word hartlik uitgenooi na Elizabeth se 60ste verjaarsdagviering op Sondag 6 September 2026. Die viering vind ná die erediens in die kerksaal plaas. Almal word genooi om hierdie besondere mylpaal saam met Elizabeth te vier en asseblief ’n bordjie eetgoed (soet of sout) saam te bring.
- Die gemeente se webtuiste www.nhzuurfontein.org het in 2026 reeds ’n indrukwekkende 186 265 besoeke ontvang, met besoekers uit onder meer Suid-Afrika, Indonesië, die VSA, Indië, Rusland, Vietnam, Japan, Groot-Brittanje en Kanada. Die webtuiste bied ook ’n verskeidenheid Bybelstudies, artikels en preke aan. Dit wys hoe die gemeente se bediening deur digitale platforms mense ver buite ons

plaaslike gemeente bereik. Bly verbind. Bly ingelig. Ons evangelie beweeg van die kansel tot sosiale-media, van die gemeente tot die wye wêreld.

LIEF & LEED:

-

KLOK:

Die kerkklok beier raak stil as simboliese uitnodiging om stil te word en ons aandag op God te rig. Die klok herinner ons daaraan dat ons nie bloot na ’n byeenkoms toe kom nie, maar dat ons as gemeente saamgeroep word om God te ontmoet, na sy Woord te luister en ons geloof saam te vier. Laat die klok wat lui daarom vir ons ’n eenvoudige herinnering wees: God roep ons – kom ons antwoord.

Gesang 177 x 2 ~ Jesus, gróót bo almal.

VOTUM:

Ons loof u Naam, o Skepperheer, U heers oor aarde en hemel. Alles en almal besing die Skepper wat die lewe gee, want die aarde behoort aan die Here; dit is Hy wat heers oor alles en almal wat lewe.

SEËN:

Gemeente, mag die wêreld, wanneer hulle na ons kyk, God raaksien en nie die dinge van mens nie. Amen.

Gesang 200: 1-3 ~ U, goedheid Heer, kan ons nie peil nie.

Matteus 26: 26-35, 2020

Die instelling van die nagmaal

(Mark 14:22-26; Luk. 22:18-20; 1 Kor. 11:23-25)

26Terwyl hulle eet, het Jesus brood geneem, en nadat Hy die seëngebed uitgespreek het, breek Hy dit, gee dit vir die dissipels en sê: “Neem, eet, dit is my liggaam.”
27Toe het Hy die beker geneem, gedank, dit vir hulle gegee en gesê: “Drink almal daaruit,
28want dit is my bloed, die bloed van die verbond wat vir baie uitgegiet word tot vergewing van

sondes.
29 Ek sê vir julle: Van nou af sal Ek beslis nie weer van hierdie vrug van die druiwestok drink nie, tot daardie dag wanneer Ek dit nuut saam met julle sal drink in die •koninkryk van my Vader.”
30 Nadat hulle die lofsang gesing het, het hulle na die Olyfberg vertrek.

UITNODIGING:

Dit is Zuurfontein gemeente se voorreg om u as kinders van God, mense van die Weg, Jesus volgelinge te nooi na die tafel van die Here.

TAFELFORMULE:

Kom ons word weggevoer na daardie Donderdagaand in die bovertrek in Jerusalem toe Jesus die Paasete saam met sy dissipels geniet het. Die aand toe Jesus gesê het: ... *my dood, maak die nuwe ooreenkoms en testament tussen God en julle geldig*.

REËLINGS:

Ons bedien vandag ‘n aansit nagmaal. Ek nooi blok vir blok om te kom en ervaar. Die genooide blok stap na voor, sit aan, ontvang die tekens en as jy die simbole gebruik het kan jy, uit dankbaarheid, ‘n dankoffer op die tafel los.

Ons begin vandag by die blok aan my linker kant, daarna die blok in die middel, en dan die blok aan my regterkant. Heel laaste die galery. Met elke tafel is daar Skriflesing en aan die einde daarvan antwoord ons met die sing van 'n Amen ~ Laat dit so wees! Dit is wanneer die tafel opstaan en gaan sit.

STILGEBED & GEREEDMAAK VAN DIE TAFEL

TAFEL 1:

Vriende in Christus, hoor weer die uitnodiging van ons Here: "Gaan sê vir die uitgenooides alles is reg – 'n spesiale ete is voorberei en al die kos staan reg. Kom en kom hou fees!" Alles is gereed. Kom met oop hande en oop harte na die Nagmaalstafel en beleef die vreugde van God se teenwoordigheid saam met sy kinders. Tafel 1, kom – die Here se tafel wag op julle.

Wanneer die brood gebreek en uitgedeel word, sê die bedienaar: Die brood wat ons breek, is die gemeenskap met die liggaam van Christus. En wanneer die beker aangegee word: Die beker wat ons drink, is die gemeenskap met die

bloed van Christus. Eet en drink, doen dit tot sy gedagtenis. Amen.

Johannes 17: 1-8, 2020
Jesus se gebed

1 Jesus het hierdie dinge gesê, en toe sy oë na die hemel
opgerig en gesê: "Vader, die uur het aangebreek.
Verheerlik u Seun, sodat die Seun U kan verheerlik – 2 net
soos U aan Hom gesag oor die hele mensdom gegee het,
sodat Hy aan elkeen wat U aan Hom gegee het, die ewige
lewe kan gee. 3 En dit is die ewige lewe: dat hulle U ken,
die enigste ware God, en ook Hom wat U gestuur het –
Jesus Christus. 4 Ek het U op die aarde verheerlik deur die
werk te voltooi wat U aan My gegee het om te doen. 5 En
nou, Vader, verheerlik My by U met die heerlikheid wat
Ek by U gehad het voordat die wêreld bestaan het.
6 "Ek het u Naam bekend gemaak aan die mense wat U
My uit die wêreld gegee het. Hulle het aan U behoort, en
U het hulle aan My gegee, en hulle het u woord
gehoorsaam. 7 Nou weet hulle dat alles wat U My gegee
het, van U kom. 8 Die woorde wat U My gegee het, het Ek
aan hulle gegee, en hulle het dit aanvaar en werklik besef

dat Ek van U af gekom het. En hulle het geglo dat U My gestuur het.

OORDENKING: MY VERHOUDING MET GOD:

Ons praat oor hoe belangrik verhoudings vir menswees / kerkwees is – my verhouding met God, my verhouding met myself en my verhouding met die mense rondom my.

Alles begin by die eerste verhouding: *my verhouding met God*. Want hoe ek God ken en verstaan, beïnvloed uiteindelik ook hoe ek myself sien en hoe ek met ander mense omgaan.

Wat beteken dit om ’n verhouding met God te hê? Dit beteken meer as om bloot in God te glo of ’n lidmaat van ’n gemeente te wees. ’n Verhouding is persoonlik. Dit beteken dat ek God leer ken, met Hom praat, na Hom luister, Hom vertrou en my lewe al hoe meer aan Hom toevertrou. Jesus sê in Johannes 17:3: “*En dit is die ewige lewe: dat hulle U ken, die enigste ware God, en ook Hom wat U gestuur het – Jesus Christus.*” Om God te ken,

is dus nie bloot kennis oor God nie; dit is om Hom persoonlik te leer ken.

Hoekom is hierdie verhouding so belangrik? Omdat dit die fondament van my lewe is. Wanneer ek weet aan Wie ek behoort, hoef ek nie my identiteit, waarde of betekenis voortdurend by ander mense te soek nie. ’n Lewende verhouding met God gee rigting wanneer ek onseker is, troos wanneer ek swaarkry, bring hoop wanneer dinge donker lyk en dankbaarheid wanneer dit goed gaan. Dit herinner my daaraan dat ek nie alleen deur die lewe hoef te gaan nie.

Maar hoe groei ek in hierdie verhouding? Tyd is nodig. Geen verhouding groei sonder aandag nie. Daarom is gebed belangrik – nie net om vir God dinge te vra nie, maar om met Hom te praat en ook stil genoeg te wees om te luister. Die Bybel is belangrik, want daarin leer ons God se karakter en sy wil ken. Gemeenskap met ander gelowiges help ons om mekaar te bemoedig en verantwoordbaar te hou. En uiteindelik vra ’n verhouding

met God ook gehoorsaamheid: *om nie net te hoor wat God sê nie, maar om dit te gaan leef*.

Die teoloog Herman Bavinck het sterk beklemtoon dat ons kennis van God uiteindelik voortkom uit God se eie openbaring aan ons. Ons begin dus nie by onsself nie; God maak Homself aan ons bekend. Dit is genade.

Miskien is dit daarom ’n goeie vraag vir vandag: Hoe lyk my verhouding met God tans? Is ek naby Hom, of het ek Hom op ’n afstand gehou? Want elke gesonde verhouding vra aandag. Begin vandag weer: maak tyd vir God, praat met Hom, lees sy Woord en luister. ’n Kerngesonde lewe begin by ’n lewende verhouding met God.

TAFEL 2:

Hoor die uitnodiging van die Here: “Kom, die fees is klaar en ons is reg om te begin.” Hier word ons herinner dat God ons nie op ’n afstand liefhet nie, maar ons nader trek in gemeenskap met Hom en met mekaar. Alles is gereed – die

brood is gebreek, die beker word gedeel, en die Here se liefde wag op ons. Tafel 2, kom – die fees van genade is gereed, en die Here nooi julle nader.

Wanneer die brood gebreek en uitgedeel word, sê die bedienaar: Die brood wat ons breek, is die gemeenskap met die liggaam van Christus. En wanneer die beker aangegee word: Die beker wat ons drink, is die gemeenskap met die bloed van Christus. Eet en drink, doen dit tot sy gedagtenis. Amen.

Markus 12: 31-34 – Vraag oor die belangrikste gebod

28 Een van die skrifkenners wat hulle hoor redeneer het, het nader gekom. Toe hy sien dat Jesus hulle goed geantwoord het, vra hy Hom: "Watter gebod is die belangrikste van almal?"
29 Jesus het geantwoord: "Die eerste is, 'Luister, Israel, die Here ons God is die enigste Here.
30 Jy moet die Here jou God liefhê met jou hele hart en met jou hele siel en met jou hele verstand en met al jou krag'.
31 Die tweede is dit, 'Jy moet jou naaste liefhê soos jouself.' Geen ander gebod is belangriker as dié nie."

32Die skrifkenner het vir Hom gesê: "Uitstekend, Meester,
dit is waar wat u sê, dat 'Hy die Enigste is en dat daar
geen ander is as Hy nie'. 33'Om Hom lief te hê met jou
hele hart, jou hele verstand en met al jou krag, en om jou
naaste lief te hê soos jouself', is belangriker as al die
brandoffers en diereoffers." 34Toe Jesus sien dat hy
verstandig geantwoord het, sê Hy vir hom: "Jy is nie ver
van die koninkryk van God nie." Niemand het dit toe meer
gewaag om Hom iets te vra nie.

OORDENKING: My verhouding met myself

As ons nou by Tafel Twee stilstaan, gaan dit oor ’n verhouding wat ons maklik miskyk: my verhouding met myself. Dit klink dalk vreemd om van myself as ’n "verhouding" te praat, maar elkeen van ons leef elke dag met onsself saam. Die vraag is: Hoe praat ek met myself? Hoe kyk ek na myself? Wat glo ek oor myself?

’n Kerngesonde verhouding met myself beteken nie dat ek selfgesentreerd of vol van myself moet wees nie. Dit beteken eerder dat ek myself kan aanvaar as iemand wat

deur God geskep, geken en geliefd is. Ek hoef nie voortdurend my waarde te bewys, met ander te vergelyk of myself deur ander mense se goedkeuring te meet nie.

Psalm 139 herinner ons daaraan dat God ons deurdink, deurgrond en wonderlik gemaak het. ’n Gesonde verhouding met myself begin daarom nie by wat ek van myself dink nie, maar by wat God oor my sê.

Dit is belangrik, want die manier waarop ek myself behandel, beïnvloed ook die manier waarop ek ander behandel. Jesus sê: “*Jy moet jou naaste liefhê soos jouself*” (Markus 12:31). Daar is iets belangrik in hierdie woorde: Jesus neem aan dat daar ’n bepaalde vorm van liefde en aanvaarding van myself teenwoordig is. Ek kan moeilik liefde, genade en geduld aan ander gee as ek myself voortdurend afbreek en veroordeel.

Wat het ek nodig vir ’n gesonde verhouding met myself? Eerstens eerlikheid – om myself te leer ken, met my sterk én swak kante. Tweedens genade – om te aanvaar dat

ek nie perfek is nie. Derdens grense – om te weet wanneer ek "nee" moet sê en wanneer ek moet rus. En laastens selfaanvaarding – nie om alles aan myself goed te keur nie, maar om myself te aanvaar as iemand wat steeds groei.

Die sosioloog George Herbert Mead het daarop gewys dat ons verstaan van onsself ontwikkel binne ons verhoudings met ander. Ons leer om onsself ook deur die oë van ander te sien. Daarom is dit belangrik om te vra: Wie se stem het ek oor myself begin glo? Miskien is dit vandag tyd om weer God se stem te hoor: Ek is syne. Ek is geken. Ek is geliefd. En ek mag groei.

Ek onthou die woorde van 'n baie ou Afrikaanse liedjie: *ek wens ek kon my deur jou oë sien*. Ja, julle het reg geraai ... Sproetjies.

TAFEL 3:

"Kom, gemeente, ons is almal van die Here afhanklik. Hy voed ons op sy tyd." Alles wat ons nodig het, ontvang ons uit

sy Hand. Tafel 3, kom nader – die Here voed sy kinders op sy tyd en nooi julle vandag na sy tafel van genade.

Wanneer die brood gebreek en uitgedeel word, sê die bedienaar: Die brood wat ons breek, is die gemeenskap met die liggaam van Christus. En wanneer die beker aangegee word: Die beker wat ons drink, is die gemeenskap met die bloed van Christus. Eet en drink, doen dit tot sy gedagtenis. Amen.

Efesiërs 4: 25-32, 2020

25Daarom, vermy die leuen, en praat elkeen die waarheid
met sy naaste, want ons is lede van een liggaam. 26Word
kwaad, maar moenie sondig nie. Laat die son nie
ondergaan oor julle woede nie. 27Moenie vir die Duiwel
plek gee nie.
28Die een wat nog steel, moet nie meer steel nie; hy moet
eerder werk deur met sy eie hande te doen wat goed is,
sodat hy iets het om vir die behoeftige te gee. 29Nie 'n
enkele afbrekende woord moet uit julle mond kom nie,
maar eerder 'n woord wat goed is vir noodsaaklike opbou,
sodat dit voordeel mag bring vir diegene wat dit hoor. 30En

bedroef nie die Heilige Gees van God, deur wie julle met
die oog op die dag van bevryding verseël is nie.
31 Laat vaar alle bitterheid en woede en gramskap en geskreeu
en gelaster, saam met elke vorm van kwaad.
32 Wees goedgesind teenoor mekaar, met innige meelewing,
terwyl julle mekaar vergewe, soos God in •Christus julle
ook vergewe het.

OORDENKING: MY VERHOUDING MET ANDER

By Tafel Drie kom ons by die derde verhouding: *my verhouding met ander mense*. Dit is juis hier waar geloof sigbaar word. Dit is maklik om te sê dat ek God liefhet; die moeiliker vraag is hoe daardie liefde lyk wanneer ek met ander mense te doen kry.

’n Kerngesonde verhouding met ander mense beteken nie dat almal met wie ek omgaan altyd met my saamstem nie. Dit beteken ook nie dat daar nooit konflik of teleurstelling sal wees nie. Dit beteken eerder dat ek leer om ander mense met respek, genade, eerlikheid, geduld en liefde te hanteer. Paulus skryf in Efesiërs 4 dat ons

nederig en sagmoedig moet wees, geduldig met mekaar moet wees en mekaar in liefde moet verdra. Dit vra dat ek kan luister sonder om dadelik te oordeel, kan praat sonder om af te breek, kan verskil sonder om die ander persoon minderwaardig te maak en kan vergewe wanneer verhoudings seerkry.

Jesus maak dit baie eenvoudig wanneer Hy sê: “Jy moet jou naaste liefhê soos jouself.” Die hele Nuwe Testament is vol van hierdie “mekaar”-taal: dra mekaar, vergewe mekaar, bemoedig mekaar, dien mekaar en leef in vrede met mekaar. Kolossense 3 vat dit mooi saam wanneer Paulus ons oproep tot medelye, vriendelikheid, nederigheid, sagmoedigheid en geduld – en dan sê: “En beklee julle bo dit alles met die liefde.”

Wat het ek nodig om sulke verhoudings te laat groei? Eerstens tyd. Verhoudings word nie gebou in haastige gesprekke en oppervlakkige kontak nie. Ek het ook ’n luisterende oor nodig, want om iemand te ken, moet ek bereid wees om werklik te luister. Ek het grense nodig,

want liefde beteken nie dat ek alles moet verdra nie. Ek het moed vir eerlikheid, die nederigheid om jammer te sê en die genade om te vergewe nodig.

Die teoloog Dietrich Bonhoeffer het in sy boek *Life Together* sterk beklemtoon dat Christelike gemeenskap ’n gawe van God is en dat ons mekaar uiteindelik deur Christus en in Christus ontvang. Ons hoef dus nie van elke verhouding ’n perfekte verhouding te maak nie. Ons word geroep om mense te ontvang as mense wat ook deur God geken en geliefd is.

Miskien is die vraag vir Tafel Drie eenvoudig: Hoe voel die mense rondom my wanneer hulle by my is? Ervaar hulle genade, veiligheid, respek en liefde? Want ’n kerngesonde gemeente begin by mense wat leer om mekaar gesond lief te hê.

TAFEL 4:

“Gemeente, kom dan; want die Here maak sy hand oop en ons kry meer as genoeg.” Met oop hande ontvang ons uit sy

volheid, meer as wat ons verdien en dikwels meer as wat ons verwag. Tafel 4, kom nader – die Here se hand is oop, en sy tafel is gereed vir julle.

Wanneer die brood gebreek en uitgedeel word, sê die bedienaar: Die brood wat ons breek, is die gemeenskap met die liggaam van Christus. En wanneer die beker aangegee word: Die beker wat ons drink, is die gemeenskap met die bloed van Christus. Eet en drink, doen dit tot sy gedagtenis. Amen.

Kolossense 3: 5-17, 2020.

5 Daarom moet julle daardie deel van julle wat op die
aardse gerig is, doodmaak: onsedelikheid, onreinheid,
wellus en slegte begeertes, en ook gierigheid, wat
afgodediens is. 6 As gevolg van sulke dinge, kom die toorn
van God oor die seuns van die ongehoorsaamheid. 7 Ook
julle het vroeër daaraan meegedoen, toe julle nog onder
hulle geleef het. 8 Maar raak ook julle van al hierdie dinge
ontslae: woede, driftigheid, kwaadwilligheid, lastering, en
onwelvoeglike taal wat uit julle mond kom. 9 Moenie vir
mekaar lieg nie, aangesien julle die ou mens en sy

gewoontes uitgetrek het, [10]en die nuwe mens aangetrek
het, wat tot volle kennis en na die beeld van sy Skepper
vernuwe word. [11]By die nuwe mens is daar nie
onderskeidings soos Griek of Jood, besnedene of
onbesnedene, barbaar of Skittiër, slaaf of vry persoon nie,
maar Christus is alles en in almal. [12]Daarom, omdat julle
God se uitverkore heiliges en geliefdes is, beklee julleself
met innige meelewing, goedheid, nederigheid,
sagmoedigheid en geduld. [13]Verdra mekaar en, as
enigiemand 'n klagte teen iemand anders het, vergewe
mekaar. Soos die Here julle vergewe het, so moet julle
ook vergewe. [14]Maar beklee julle, bo en behalwe al
hierdie dinge, met die liefde, wat die band is wat alles
volmaak saambind. [15]Verder, laat die vrede van Christus
in julle harte regeer. As lede van een liggaam, is julle juis
daartoe geroep. En wees dankbaar. [16]Laat die woord van
Christus in sy volle rykdom in julle woon. Leer en vermaan
mekaar, in alle wysheid, deur met dankbare harte psalms,
lofgesange en geestelike liedere tot eer van God te sing.
[17]En wat julle ook al doen, in woord of daad, doen alles in

die Naam van die Here Jesus, terwyl julle God die Vader deur Hom dank.

Gesang 475: 1-2 ~ Allerhoogste Hemelvader

GEBED:

SEËNGROET:

Ontvang die seën van die Here en gaan in vrede: Mag die Drie-enige God met ons wees op elke pad wat ons stap. Waar ons ook mag gaan, weet dit: God bly met ons. Wanneer die pad swaar raak of ons struikel, trek die Vader ons in liefde weer nader; die Seun loop langs ons as ons Verlosser, en die Heilige Gees versterk en lei ons elke dag. Gaan daarom met moed en hoop, want die Here laat ons nooit alleen nie. God bly met ons, waar ons ook mag gaan. Amen.