

## ACHTTIENDE ZONDAG DOOR HET JAAR

### 161 EERSTE LEZING *Ex., 16, 2-4. 12-15*

*Ik zal brood voor u laten regenen uit de hemel.*

Uit het boek Exodus

- 2 In die dagen, toen ze in de woestijn waren begon heel de gemeenschap van de Israëlieten te morren tegen Mozes en Aáron.
- 3 De Israëlieten zeiden tegen hen:  
„Waren we maar door de hand van de Heer gestorven in Egypte, waar we bij de vleespotten zaten en volop brood konden eten.  
„Jullie hebben ons alleen maar naar de woestijn gebracht om al deze mensen van honger te laten omkomen.”
- 4 Toen sprak de Heer tot Mozes:  
„Ik zal brood voor u laten regenen uit de hemel.  
„De mensen moeten er dagelijks op uit gaan en de hoeveelheid voor één dag verzamelen.  
„Dan kan ik vaststellen of het mijn leiding wil volgen of niet.
- 12 „Ik heb het gemor van de Israëlieten gehoord.  
„Dit moet ge hun zeggen:  
Tegen de avond kunt ge vlees eten en morgenochtend zult ge volop brood hebben.  
Dan zult ge weten dat ik de Heer, uw God, ben.”
- 13 En het was avond toen kwartels kwamen aangevlogen die neervielen over heel het kamp.  
De volgende morgen hing er dauw rondom het kamp.
- 14 En toen deze was opgetrokken lag er over de woestijn een fijn korrelige laag, alsof de grond met rijp was bedekt.
- 15 De Israëlieten zagen het en vroegen:  
„Wat is dat?”  
Ze wisten werkelijk niet wat het was.  
Mozes legde hun uit:  
„Dit is het brood dat de Heer u te eten geeft.”

## **162 TWEEDE LEZING** *Ef., 4, 17. 20-24*

*Bekleedt u met de nieuwe mens, die naar Gods beeld is geschapen.*

Uit de brief van de heilige apostel Paulus  
aan de christenen van Efeze

Broeders en zusters,

17 Ik bezweer u in de Heer:

leeft niet langer zoals de heidenen in hun waanwijsheid.

20 Maar gij hebt de Christus zo niet leren kennen

21 Want gij hebt van Hem gehoord

en zijt in Hem onderricht naar de waarheid die in Jezus is:

22 dat gij de oude mens van uw vroegere levenswandel,

die te gronde gaat aan zijn bedrieglijke begeerten moet afleggen

23 en dat geheel uw denken zich moet vernieuwen.

24 Bekleedt u met de nieuwe mens,

die naar Gods beeld is geschapen

in ware gerechtigheid en heiligheid.

## **ALLELUIA** *Joh., 17, 17 b en a*

Alleluia.

Uw woord is waarheid, Heer,

Wijd ons toe aan de Waarheid.

Alleluia.

## 163 EVANGELIE Joh., 6, 24-35

*Wie tot Mij komt zal geen honger meer hebben,  
en wie in Mij gelooft zal nooit meer dorst krijgen.*

Uit het heilig evangelie van onze Heer Jezus Christus  
volgens Johannes

- 24 In die tijd, toen de mensen bemerkten  
dat noch Jezus noch zijn leerlingen daar waren;  
gingen zij in de boten  
en voeren in de richting van Kafarnaum  
op zoek naar Jezus.
- 25 Zij vonden Hem aan de overkant van het meer en zeiden:  
„Rabbi, wanneer bent U hier gekomen?”
- 26 Jezus nam het woord en zei:  
„Voorwaar, voorwaar, Ik zeg u:  
„Niet omdat gij tekenen gezien hebt zoekt ge Mij,  
maar omdat gij van de broden hebt gegeten  
tot uw honger was gestild.
- 27 „Werkt niet voor het voedsel dat vergaat  
maar voor het voedsel dat blijft ten eeuwigsten leven  
en dat de Mensenzoon u zal geven.  
„Op Hem immers heeft de Vader, God zelf, zijn zegel gedrukt.”
- 28 Daarop zeiden zij tot Hem:  
„Welke werken moeten wij voor God verrichten?”
- 29 Jezus gaf hun ten antwoord:  
„Dit is het werk dat God u vraagt:  
te geloven in Degene die Hij gezonden heeft.”
- 30 Zij zeiden tot Hem:  
„Wat voor teken doet Gij dan wel  
waardoor wij kunnen zien dat wij in U moeten geloven?  
„Wat doet Gij eigenlijk?”
- 31 „Onze vaders hebben het manna gegeten in de woestijn,  
zoals geschreven staat:  
Brood uit de hemel gaf hij hun te eten.”
- 32 Jezus hernam:  
„Voorwaar, voorwaar, Ik zeg u:  
wat Mozes u gaf was niet het brood uit de hemel;  
het echte brood uit de hemel  
wordt u door mijn Vader gegeven;
- 33 want het brood van God daalt uit de hemel neer  
en geeft leven aan de wereld.”
- 34 Zij zeiden tot Hem:  
„Heer, geef ons te allen tijde dat brood.”
- 35 Jezus sprak tot hen:  
„Ik ben het brood des levens:  
wie tot Mij komt zal geen honger meer hebben,  
en wie in Mij gelooft zal nooit meer dorst krijgen.”