

# OM DIE Brood van die Lewe TE EET

Een van die mooi verskynsels in ons taal is intensiewe vorme. Dit teken 'n beskrywende taal-prentjie wat maak dat mens presies kan verstaan wat bedoel word. Dit vir jouself kan sien.

Die intensiewe vorm vir 'nodig' is geen uitsondering op hierdie reël nie: **broodnodig**. Mens verstaan dadelik.

Nou is die vraag: Wat het JY broodnodig in jou lewe? Wat is daardie honger wat jy nie kan stil nie, en wat doen jy om daardie gat te probeer vol maak? Waarna strewe jy? Wat jaag jou en wat jaag jy na?

Die Here Jesus kom openbaar Homself as die Brood van die Lewe en sê dat Hy die Een is wat in elke opsig vir ons voorsien – ons honger kan versadig. Hy word die verpersoonliking van God se ewige en volmaakte voorsiening.

Jesus nooi ons uit om die brood te eet wat Hy gee en só versadig te word, maar hoe doen ons dit?

In die volgende paar weke, tot en met Pinksterfees, gaan ons juis dit ondersoek. Ons gaan ontdek wat die konneksie is tussen Pinkster en brood en God se voorsiening en gaan ons aan die hand van die Pinksterfees ontdek wat dit vir ons beteken om die Brood van die Lewe te eet.

# Hoe om die reeks ten volle te geniet:

Daar is 'n paar maniere hoe jy aan hierdie reeks kan deelneem en ons wil jou uitnoodig om soveel as moontlik daarvan te benut.

1. Eerstens wil ons jou aanmoedig om ons eredienste by te woon. Van **16 April tot 28 Mei** gaan ons elke Sondag oor een van die temas gesels.

Natuurlik gaan ons die hele reeks ook aanlyn op [weskerk.co.za](http://weskerk.co.za) beskikbaar stel. So as jy een diens mis kan jy dit ook op die webwerf gaan luister. Maar ons wil tog vir jou uitnoodig om te kom deelneem aan die eredienste en deur die musiek, dekor en gemeenskap van gelowiges iets groters te kom beleef.

2. Oefen ook ons geloofsgewoontes (wat ons in ons vorige preekreeks weer vasgelê het) op 'n daaglikse en weeklikse basis in. Ons wil graag hê dat hierdie geloofsgewoontes op 'n praktiese manier deel sal word van ons daaglikse wandel saam met God en mekaar. Hoe bly ek gewortel in God se Woord? Hoe groei ek nader aan God en aan die mense om my? Wat moet ek doen om vrugte te dra? Hoe gee ek skaduwee aan die mense wat daaglik oor my pad kom? Hoe verheerlik ek die Skepper, nie net op Sondag nie, maar elke dag?

3. Ons wil saam soek na antwoorde op hierdie vrae in ons persoonlike stiltetyd.

4. in ons gesinstyd en ook

5. onself elke week uitdaag om dit wat ons lees prakties uit te leef.

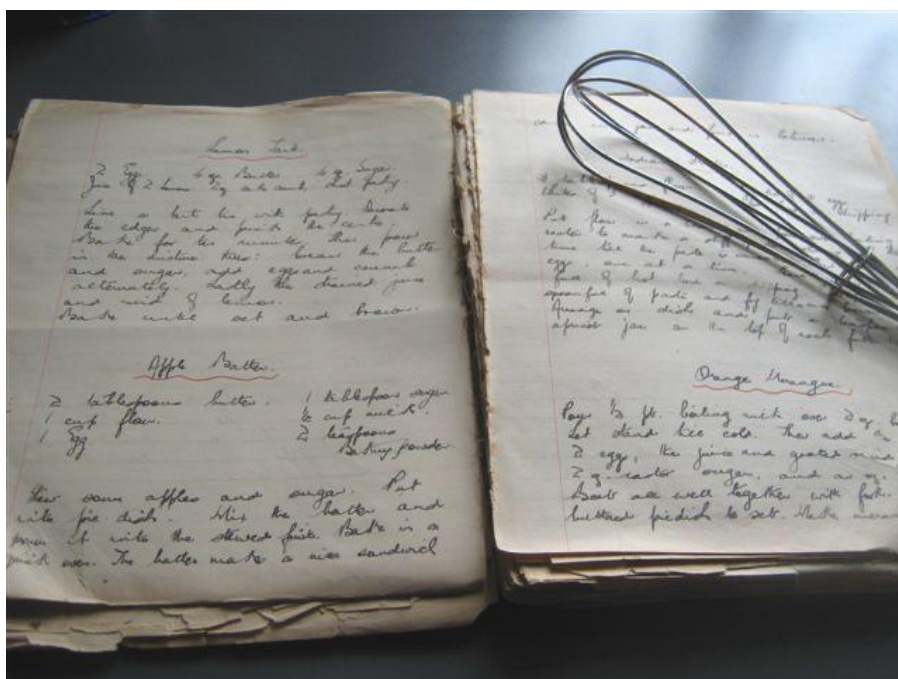
# Daaglikse "Bly Gewortel" ritmes vir persoonlike stiltetyd:

Oggend (of 20 minute iewers in jou dag):

- Gebruik een van die stiltetyd metodes op die volgende bladsy en fokus jou aandag op een van die teksgedeeltes van die week.
- Vra jouself af watter invloed die teksgedeelte het op jou perspektief waarmee jy na jou dag kyk.

Aand (10 minute) – Nadenke en Gebed:

- Kyk terug op die dag. Laat jou dag soos 'n film voor jou afspeel.
- Het jy die iets van die teksgedeelte van vandag op 'n manier beleef? Praat met die Here daaroor.
- In watter oomblikke het jy vandag die verste van God af gevoel? Vra die Here om jou te help met dit wat jy nodig het in daardie oomblikke en om jou te help dat jy sy teenwoordigheid juis ook daardie oomblikke sal beleef.
- In watter oomblikke het jy die naaste aan God gevoel? Dank die Here vir daardie oomblikke in jou dag en vra Hom om môre jou oë oop te maak om meer van Hom te kan sien.



# Stiltetyd Metodes:

## Visualiseer Metode:

- Dink jouself in jy sit onder 'n boom op die mooiste plek moontlik. Jou "happy place". As jy maklik toegang het tot 'n plek waar jy so lekker kan stil word, gebruik dit!
- Haal diep asem, en voel hoe die vars lug jou vul.
- Luister: wat hoor jy rondom jou?
- Jy het net jou Bybel by jou. Lees die teks rustig deur.
- Probeer verstaan wat jy lees. Moet egter nie vashaak by wat jy nie verstaan nie.
- Lees die teks 'n tweede keer deur.
- Verbeel jou daar waar jy sit sien jy hoe speel die verhaal voor jou af.
  - In die verhaal: wat hoor/sien/ruik/proe jy? Hoe voel jy daarvoor?
- Wat staan vir jou uit? 'n Woord, beeld, frase, gevoel? Som dit vir jouself op in een sin.
- Bid. Sonder om te hard te dink, praat met die Here.
- Sê vir hom wat jy sien en hoor en voel.
- Gee 'n oomblik van stilte en luister net.

## Kaarte Metode:

'n Goeie manier om te kan vrae vra oor die teks is om dit aan die hand van die vier prentjies in 'n pak kaarte te doen. Dit help ons om gefokusde vrae te vra. Dit help ons onderskei tussen feite, emosies, motiverings en aksies.

- Diamante:
  - Wat is die harde feite? Wat lees jy?
- Harte:
  - Hoe voel jy daarvoor?
  - Watse emosies kom na vore?
- Graaf (Spade)
  - Delf bietjie dieper
  - Hoekom dink jy voel jy soos wat jy voel?
  - Watse faktore beïnvloed jou om so te voel?
- Klawers
  - Hoe gaan ons vorentoe?
  - Wat gaan ek more doen met dit wat ek vandag beleef?
  - Hoe beïnvloed die teks my denke oor die toekoms?







# Jesus

## DIE EWIGE BROOD

Die konneksies wat die Evangelie van Johannes maak tussen die manier hoedat God Homself in die Ou Testament openbaar en hoe Hy Homself in Jesus openbaar, is aangrypend.

Een van die maniere waarop Johannes dit doen is deur die bekende "Ek is" uitsprake van Jesus. Wanneer Jesus die eerste van hierdie uitsprake maak in Johannes 6:35 volg dit op die wonderteken van die vermeerdering van die brood, en maak dit Jesus se uitspraak nog net soveel GROTER!

*Jesus sê vir hulle: "Ek is die brood wat lewe gee. Wie na My toe kom, sal nooit weer honger kry nie, en wie in My glo, sal nooit weer dors kry nie."*

Hy het net die vorige dag met 5 broodjies en 2 vissies meer as 5000 mense kos gegee en daar het nog brood oorgebly. Nou kom soek die skare weer wondertekens, want hulle het die vorige dag iets geproe wat hulle nie kan beskryf nie.

Maar Jesus se antwoord wys vir hulle dat waarna hulle soek nie deur fisiese brood versadig kan word nie, maar slegs deur Hom wat die lewende Brood is.

Jesus is die ware teken van lewe uit die Vaderhand. Ons moet in Jesus glo. Ons moenie, soos die skare besig bly met 'n brood in die teken nie, maar met die Teken in die brood.

# Persoonlike Stiltetyd

BLY GEWORTEL

## OGGEND:

Gebruik een van die stiltetyd metodes (bl. 4) om een van die week se Bybeltekste wat op die volgende bladsye verskyn te lees en skryf jou gedagtes neer.

Ons tel met afwagting die dae af tot en met Pinksterfees en lees elke dag 'n teks wat ons help om die betekenis daarvan beter te verstaan.

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

## AAND:

Gebruik die riglyne op bl. 3 om na te dink oor jou dag en met die Here daaroor te praat.

Praat vanaand met die Here oor jou persoonlike drome en vrese. Waarna honger en dors jy? Wat is volgens jou nodig om daardie gat te vul? Vertel vir die Here daarvan en vra Hom om jou te help en jou in die regte rigting te stuur en jou oë oop te maak vir die pad wat HY wil hê jy op moet wees.



# Skriflesings

## JOHANNES 6:1-15

<sup>1</sup>Hierna het Jesus na die oorkant van die See van Galilea toe gegaan, wat ook die See van Tiberias genoem word. <sup>2</sup>'n Groot klomp mense het agter Hom aan gekom omdat hulle die wondertekens gesien het wat Hy aan die siekes gedoen het. <sup>3</sup>Jesus het toe teen die berg opgegaan en met sy dissipels daar gaan sit.

<sup>4</sup>Die paasfees van die Jode was naby.

<sup>5</sup>Toe Jesus rondkyk en sien dat 'n groot klomp mense na Hom toe aankom, sê Hy vir Filippus: "Waar kan ons brood gaan koop sodat die mense kan eet?"

<sup>6</sup>Dit het Hy net gesê om hom op die proef te stel, want Hy het self goed geweet wat Hy gaan doen.

<sup>7</sup>Filippus antwoord Hom toe: "Twee honderd mense se dagloon is nie eers genoeg om elkeen van hulle 'n stukkie brood te laat kry nie."

<sup>8</sup>'n Ander dissipel, Andreas, die broer van Simon Petrus, sê toe vir Hom:

<sup>9</sup>"Hier is 'n seuntjie met vyf garsbrode en twee vissies; maar wat is dit vir so baie mense?"

<sup>10</sup>Toe sê Jesus: "Laat die mense gaan sit."

Daar was baie gras op daardie plek en die mense het gaan sit. Die mans alleen was omtrent vyf duisend. <sup>11</sup>Daarna het Jesus die brood geneem, God daarvoor gedank en dit uitgedeel aan die mense wat daar gesit het, en net so ook soveel van die vis as wat hulle wou hê.

<sup>12</sup>Nadat die mense versadig was, sê Hy vir sy dissipels: "Maak die stukke bymekaar wat oorgebly het sodat daar niks verlore gaan nie."

<sup>13</sup>Hulle het dit toe bymekaargemaak. Daar was twaalf mandjies vol met die stukke wat van die vyf garsbrode oorgebly het nadat die mense klaar geëet het.

<sup>14</sup>Toe die mense die wonderteken sien wat Jesus gedoen het, het hulle gesê: "Hy is werklik die Profeet, die Een wat na die wêreld toe moes kom."

<sup>15</sup>Toe Jesus merk dat hulle Hom met geweld wil kom koning maak, het Hy verder die berg op gegaan. Hy alleen.



## JOHANNES 6:22-35

<sup>22</sup>Die mense wat oorkant die see was, het gesien dat daar net een skuitjie is en geweet dat Jesus nie saam met sy dissipels in die skuit geklim het nie, maar dat hulle alleen weggevaar het. Die volgende dag <sup>23</sup>kom daar toe ander skuitjies van Tiberias af aan naby die plek waar die mense die brood geëet het nadat die Here daarvoor gedank het. <sup>24</sup>Toe die mense sien dat Jesus nie daar is nie en sy dissipels ook nie, het hulle in die skuitjies geklim en na Kapernaum toe gevaar op soek na Jesus. <sup>25</sup>En toe hulle Hom oorkant die see kry, vra hulle vir Hom: "Rabbi, wanneer het u hierheen gekom?"

<sup>26</sup>Jesus antwoord hulle: "Dit verseker Ek julle: Julle soek My, nie omdat julle die wondertekens gesien het nie, maar omdat julle van die brood geëet en versadig geword het." <sup>27</sup>Julle moet nie werk vir die voedsel wat vergaan nie, maar vir die voedsel wat nie vergaan nie en wat ewige lewe gee. Dit sal die Seun van die mens vir julle gee, want God die Vader het Hom die mag daartoe verleen."

<sup>28</sup>Hulle vra Hom toe: "Wat moet ons doen om te doen wat God van ons verlang?"

<sup>29</sup>En Jesus antwoord hulle: "Wat God van julle verlang, is dat julle moet glo in Hom wat Hy gestuur het."

<sup>30</sup>Hulle sê toe vir Hom: "Watter wonderteken kan u doen sodat ons dit kan sien en in u kan glo? Wat gaan u doen?" <sup>31</sup>Ons voorouers het manna in die woestyn geëet, soos daar geskrywe staan: Hy het aan hulle brood uit die hemel gegee om te eet."

<sup>32</sup>Jesus het hulle geantwoord: "Dit verseker Ek julle: Dit is nie Moses wat vir julle die brood uit die hemel gegee het nie, maar dit is my Vader wat vir julle die ware brood uit die hemel gee." <sup>33</sup>Die brood wat God gee, is Hy wat uit die hemel kom en aan die wêreld die lewe gee."

<sup>34</sup>Hulle sê toe vir Hom: "Meneer, gee ons tog altyd hierdie brood."

<sup>35</sup>Maar Jesus sê vir hulle: "Ek is die brood wat lewe gee. Wie na My toe kom, sal nooit weer honger kry nie, en wie in My glo, sal nooit weer dors kry nie."

**Deel met mekaar:**

- Hoe was jou dag gewees?
- Wat was jou die lekkerste gewees?
- Wat was nie so lekker gewees nie?
- Wat is jou gunsteling ding om op 'n broodjie te eet?

**Bid saam:**

- Vra iemand wat graag wil om te bid. Bid vir julle gesin dat die Here vir elkeen alhoemeer sal wys dat Hy vir ons genoeg is. Vra die Here om vir ons te wys hoedat Hy in elke een van ons behoeftes voorsien.

**Luister, lees en gesels:**

- Lees Johannes 6:28-35 hardop saam. As daar meer as een vertaling (Afrikaans of Engels) naby is, lees die teks gerus in 'n ander vertaling ook.
- Laat elkeen die teksgedeelte stil op hulle eie weer deurlees.
- Vertel vir mekaar wat elkeen in die teks hoor/oplet/oor wonder.
- Wat leer hierdie gedeelte ons oor Wie Jesus is?
- Watter deel van die teks is vandag vir jou AMAZING?

**Vragies vir die gesin:**

- Wat beteken dit vir jou dat Jesus die "Brood is wat lewe gee"?
- Wat dink jy beteken dit om daardie Brood te eet?
- Hoe help die beeld van die brood jou om te verstaan hoe God vir ons sorg?
- Hoe help die beeld van die brood jou om te verstaan hoe ons in God moet glo?

**Uitdaging vir die week:**

Kyk of jy hierdie week elke keer as jy brood eet – of dit nou by die skool, by die werk of by die huis is – kan onthou om daaraan te dink dat Jesus vir jou gesterf het en vir Hom dankie te sê daarvoor.

Kyk of jy met elke ete hierdie week nie net voor jy eet kan bid nie, maar bid ook NA elke ete:

"Dankie Here dat U ons liggame so gevoed het. Voed ook ons siele met die Brood van die Lewe en vergewe ons ons sondes, om Christus wil.  
Amen."

# PERFECT TUNA CASSEROLE

In a casserole, combine 1 can Campbell's Cream of Celery (or Cream of Mushroom) Soup, 1/2 cup milk, 1 cup drained flaked tuna (7-oz. can), 1 cup cooked green peas, 1 cup crushed potato chips. Garnish with chips. Bake in oven (375°), 25 minutes. 4 servings.

# Salmon-Lima Bean Casserole

1 30-oz. can salmon  
2 tablespoons butter  
or margarine  
No. 2 can (2 1/2 cups)  
1 tablespoon lemon  
juice  
1 teaspoon grated  
lemon rind

# SCALLOPS AU GRATIN

1 pkg frozen scallops  
4 tablespoons butter or margarine  
1 1/2 cups soft bread crumbs  
1 small green pepper  
1 medium onion  
4 stalks celery  
1/2 cup grated Cheddar cheese  
1/2 teaspoon salt  
Dash pepper  
1 cup light cream

Butter a 1-quart casserole or baking dish and start your oven at 350F or moderate. Cover scallops with cold water and bring to a boil. Drain immediately.

Now melt 2 tablespoons butter or margarine and mix with bread crumbs. Cut green pepper, onion and celery into chunks and cook slowly in remaining butter or margarine for about 5 minutes.

Arrange layers of scallops, vegetables, bread crumbs and cheese in casserole. Season layers with salt and pepper. Pour cream over and bake 30 minutes. Makes 4 servings.

# SALMON SUPPER PIE

1 pound can Cold Harbor Salmon  
10 1/2-ounce can condensed cream of celery soup  
1/4 cup milk  
17-ounce can whole kernel corn  
2 slices bread  
Butter or margarine  
Paprika

Salmon, remove skin and break into bite-size pieces. Soup and milk together over low heat. Combine with salmon in baking dish. Spread bread with butter or oil. Cut into strips about one inch wide. Arrange on salmon and corn. Sprinkle generously with paprika. Bake in moderate oven (375° F) 25 to 30 minutes or until through and bread is toasted. Serves 6.

# SEVEN SEAS CASSEROLE

1 can condensed cream of mushroom  
(or celery) soup  
1 1/4 cups water or milk  
1/4 teaspoon salt  
Dash of nutmeg

# TUNA BOAT CROQUETTES

2 cups cooked rice, cooled  
1 can (6 1/2 or 7 ounces) tuna,  
flaked  
2 teaspoons minced parsley  
1/2 teaspoon soy sauce  
2 tablespoons fresh lemon juice

Combine rice, tuna, parsley, soy sauce, lemon juice and egg yolk. Form into boat-shaped croquettes. Add water to egg whites; beat slightly. Dip croquettes in this mixture, drain, and coat with bread crumbs. Let coating dry a few minutes. Fry in deep Wesson Oil heated to 375° for 2 1/2 to 3 minutes, until golden brown. Drain. Arrange lemon "sails" as in picture, using quarters of Sanjak lemon. Makes 6 to 10 boats.

# Sardine Casserole

8-oz. pkg macaroni  
1/2 green pepper  
2 cans (3 1/2-oz. size) sardines  
2 cans (8-oz. size) tomato sauce  
2 tablespoons  
grated Parmesan-  
style cheese  
1/2 teaspoon  
savory salt\*

Start your oven at 375F or moderate and grease a medium casserole or baking dish.

Cook macaroni according to package directions and drain when tender. Chop green pepper, wash sardines and mix all remaining ingredients together with the cooked macaroni. Spoon mixture into the casserole and bake 20 minutes. Serves 4.

Celery salt or celery seeds can be substituted for savory salt.

More

at food  
made of  
either  
1 book  
built in  
travelling  
Eli  
d-serv  
wt. 1 lb.  
order,  
see: 10

\$2.68

works  
occasin  
deter  
flash  
bar, lat  
d plon  
and  
a. For  
de sue  
er: 8 in  
er: 1 lb.

\$1.54

10. 100  
or Pop  
8, 328

thirty, eight, chopped parsley and drained tuna. Season with salt and pepper, cover and cook over to gently for 15 to 20 minutes.

Serve with hot rice to 4.

See 13, 1, 2, 3, 4, Wt. 1 lb. ea.  
K 9640 - Red.  
K 9641 - Brown.  
K 9642 - White.  
See \$3.09. . . . . Now \$3.79  
See 5, 7, 9, 10, 11, 12, Wt. 1 lb.  
K 9642 - Red.  
K 9643 - Brown.  
K 9644 - White.  
Were \$3.79. . . . . Now \$3.69

All Cattle Steers: 4 to 12, Wt. 12 to 24  
K 9642-Block. Were \$1.69, Now \$1.59  
K 9643-White. Were \$1.69, Now \$1.79  
All Boys' Steers: 11 to 2, Wt. 1 lb. 4 oz.  
K 9601-Block. Were \$1.85, Now \$1.75  
All Boys' Steers: 2 1/2 to 8, Wt. 1 lb. 12 oz.  
K 9600-Block. Were \$1.85, Now \$1.79

CRABER WARDS 43