God het my vergeef in Jesus Naam,
ek's 'n nuwe mens in Jesus Naam.
En in Jesus Naam kom ek na jou
met die boodskap van Gods liefdetrou.
*R. Hy sê:*
*Kom na My, kom na My, kom nou na My,*
*Ek sal vir jou nou genees.*
*Glo in My en dan sal jy altyd leef*
*dit is my gawe aan jou.*

Alle krag vind jy in Jesus Naam,
alle vrede ook in Jesus Naam.
En in Jesus Naam kom ek na jou
met die boodskap van sy mag so trou.
*R. Hy sê:*
*Kom na My, kom na My, kom nou na My,*
*Ek sal vir jou nou genees.*
*Glo in My en dan sal jy altyd leef*
*dit is my gawe aan jou.*

God het my laat leef in Jesus Naam,
en Hy leef in my in Jesus Naam.
En in Jesus Naam kom ek na jou
met die boodskap: Ja, Hy leef in jou. *R.*
*(uit die Sing voor die Here 2020, nr 137)*

*Saamgestel deur*
*die Sinodale Komitee van die Aartsbisdom Moembaai*

# 'N SINODALE KRUISWEG

## SAAM OP DIE KRUISWEG

# 'N SINODALE KRUISWEG
## Saam op die Kruisweg

*"Sinodaliteit maak onlosmaaklik deel uit van die Kerk: dit is wat God van die Kerk in die nuwe millennium verwag".*
Pous Franciskus (1936 - )

Die woord 'sinode' beteken letterlik die saamloop van paaie en dui tradisioneel op 'n vergadering van kerke/gemeentes uit 'n bepaalde gebied. Pous Franciskus lei die Kerk op 'n SINODALE WEG waar onderlinge dialoog en 'saam praat' en 'saam bid' en 'saam luister' ons hopelik tot wedersydse begrip en 'n saamstaan in die Heilige Gees sal neem, iets wat alle gelowiges desperaat nodig het. Net soos die heilige Franciskus van Assisi eeue gelede voor 'n kruisbeeld neergekniel het in 'n tyd toe die Kerk stukkend was en soos 'n muraise voorgekom het, en die stem van die Gekruisigde Here gehoor het, wat hom beveel het om die Kerk te herbou en te herstel, so wil dit vandag miskien lyk asof die Kerk oral in puin lê. Ons samelewing word geteister deur oorloë, pandemies en 'n gees van afvalligheid. Polities, ekonomies en sosiaal is dinge besig om uit mekaar te val en te verbrokkel. Gebroke huwelike, gebroke verhoudings, gebroke families en ons eie innerlike gebrokenheid in hart, siel en gees.

Juis in hierdie tyd durf die Kerk die SINODALE WEG aan - die pad van gemeenskap, deelname en sending – ons reis saam, elkeen van ons met ons eie lyding en puinhope en gebrokenheid. Saam dra ons dit alles en saam met Christus dra ons dit alles, ons kruise is sy Kruis en deur ons wonde en gebrokenheid straal die krag van die Opgestane Christus bietjie vir bietjie uit, dit is Hy wat herbou, herstel en heelmaak.

## Intree gesang

God van liefde en genade
hoor my stem, my smeekgebed.
Tot U kom ek met die skade
maak my rein van al my smet.



ACTIO

* Bring tyd in stilte deur; dit moet lank genoeg wees om jou ongemaklik te laat voel...jy kan jou wekker stel maar moenie die heeltyd daarna kyk nie.
* Sit tyd opsy om 'n daaglikse gewetensondersoek te doen en maak gebruik van geestelike begeleiding.
* Oefen hoe om met jou hart te luister.

TUSSENSANG

*Teer lê hulle Jesus*
*in die graf ter rus.*
*Here, laat my altyd*
*in u Wil berus.*

## *SLOTGEBED*

Ons staan voor U, Heilige Gees,
soos ons in u naam bymekaarkom.
U is ons Leidsman, en ons bid U:
maak Uself tuis in ons harte;
wys ons die regte weg aan en hoe om dit te volg.
Ons is swak en sondig;
laat ons nie verder onmin saai nie.
Moenie toelaat dat ons onkunde
ons die pad byster laat raak
of dat ons aksies deur partydigheid gelei sal word nie.
Laat ons U in eenheid met mekaar vind
en saam op die pad na die ewige lewe gaan
en nooit afdwaal van die waarheid en dit wat reg is nie.
U wat in elke plek en op elke tyd werksaam is,
in eenheid met die Vader en die Seun, tot in alle ewigheid. Amen.

VIR DIE INTENSIES VAN ONS HEILIGE VADER, DIE POUS:
* Een Onse Vader-gebed
* Drie Wees Gegroet-gebede
* Een Eer aan die Vader-gebed.

## Slotgesang

ORATIO

Tot u beskerming vlug ons, heilige Moeder van God, verag nie ons smekinge noudat ons in nood verkeer nie, bevry ons altyd van alle gevaar, o glorieryke en geseënde Maagd. Amen.

TUSSENSANG

*Stil as lyk lê Jesus,*
*Moeder, op u skoot,*
*saam met u, o Moeder,*
*ween ek oor sy dood.*

## *VEERTIENDE STASIE*

## Jesus word in die graf neergelê.

Voorganger: Ons aanbid U en prys U, Here Jesus Christus,
Almal: want deur u heilige kruis het U die wêreld verlos.

LECTIO Matteus 27:59-60

Josef het die liggaam geneem, dit toegedraai in 'n skoon linnedoek en neergelê in die nuwe graf wat hy vir homself in die rots laat uitkap het. Hy het toe 'n groot klip voor die ingang van die graf gerol en weggegaan.

MEDITATIO

Die liggaam van Jesus is in 'n linnedoek gehul. Die wêreld is in stilte gehul. In Stilte sit Maria buitekant die graf. In stilte sit Maria en oorpeins die Woord in haar hart. Ook ons word geroep om in gebedsvolle stilte te sit wanneer die lewensstorms om ons woed, voordat ons oorhaastig reageer of keuses maak, nadat ons lank met die hart geluister het...sodat ons kan begin onderskei wat die Heilige Gees vir die kerke sê...wat die Heilige Gees besig is om vir my te sê.

ORATIO

Spreek Heer, u dienaar luister.

CONTEMPLATIO

Oorpeins in stilte die donkerte wat ons omhul – ons families, ons werk, ons nasie, ons kerk, ons wêreld. Soos dit reg aan die begin in Genesis ook was. En tog was God ook daar, en is God ook hier, God is altyd teenwoordig. Ervaar God se nabyheid.



*R/ O my Jesus, o my Here,*
*laat my nie in sonde sterf.*
*Gee my krag en u genade*
*hou my weg van die verderf.*

My gewete rus so swaar en
al my dade kla my aan:
Vader, hoor my, Vader, hou my,
Vader, laat my nie begaan. *R/*

Dit is waar dat my verlede
soos 'n berg hier voor my staan,
maar ek weet U is my hede
voor U laat ek alles gaan. *R/*

O my Heiland, en my Here
aan die kruis het U gehang
en vandaar is ek vergewe
nou hoor ek die engelsang. *R/*

## *EERSTE STASIE*

## Jesus word tot die dood veroordeel

Voorganger: Ons aanbid U en prys U, Here Jesus Christus,
Almal: want deur u heilige kruis het U die wêreld verlos.

LECTIO Johannes 18:37-38

"Is u dan tog 'n koning?" het Pilatus gevra. Jesus antwoord hom: "U sê dat Ek 'n koning is. Hiervoor is Ek gebore en hiervoor het Ek na die wêreld gekom; om oor die waarheid te getuig. Elkeen wie se bestaan in die waarheid gegrond is, luister na my stem." Pilatus sê toe vir Hom: "Wat is waarheid?" Nadat hy dit gesê het, het hy weer na die Jode uitgegaan en vir hulle gesê: "Ek vind geen skuld in hom nie."

MEDITATIO

Elkeen wie se bestaan in die waarheid gegrond is, LUISTER na my stem. Is ek iemand wat regtig luister. Luister ek met my hart. Of is ek geneig om gou te oordeel, gou my mening te gee, gou te skinder, gou kwaad te praat. Die hele Sinodale proses is geanker in die grondbeginsel van LUISTER sonder om te oordeel...om in die waarheid te LUISTER. Dieselfde letters wat ons gebruik om die woord 'luister' te spel, gebruik ons ook om die woord 'stil' te spel. Jesus was dikwels stil en Hy het sy stilte baie doeltreffend gebruik. Kom ons wees stil en vermy so die terrorisme van skinder en groepsdruk.

ORATIO

Heilige Gees, gee my waar nodig die genade van stilte.

CONTEMPLATIO

Bring 'n paar minute in stilte deur.

ACTIO

* Gaan sê jy is jammer aan iemand wat jy beskinder het.
* Neem jouself voor om nie deel te neem aan 'n skinderpraatjies nie.
* Neem 'n besluit om elke dag ten minste 30 minute in stilte deur te bring.
* Maak 'n punt daarvan om na mense te luister, veral diegene wat op die rand van die samelewing staan en gewoonlik nie gevra word om hul opinies oor die Kerk te gee nie.



CONTEMPLATIO

Oorpeins die naam JESUS (Jeshua, wat beteken 'God verlos'). Daar is groot krag te vinde in die Heilige Naam van Jesus.

TUSSENSANG

*Met 'n kreet buig Jesus*
*nou sy hoof en sterf.*
*Heer, laat deur u sterwe*
*my die lewe erf.*

## *DERTIENDE STASIE*

## Jesus word van die kruis afgehaal en op die skoot van sy moeder gelê.

Voorganger: Ons aanbid U en prys U, Here Jesus Christus,
Almal: want deur u heilige kruis het U die wêreld verlos.

LECTIO Lukas 2:34-35

Simeon het hulle geseën en vir Maria, sy moeder, gesê: "Kyk, hierdie Kindjie is bestem vir die val en die opstaan van baie mense in Israel as 'n teken wat betwis word, sodat die bedoelinge van baie mense aan die lig kan kom. En wat jou betref, 'n swaard sal deur jou siel gaan."

MEDITATIO

In die stal van Bethlehem het Maria met soveel teerheid en blydskap die Baba Jesus in haar arms gevou. Nou word die lewelose liggaam van haar Seun van die skandpaal afgehaal en in haar arms gelê. Stil en sag en teer sit sy daar met haar Seun se lyk op haar skoot. Sy straal soveel liefde en deernis uit. Ons reis saam loop deur soveel vreugdes en hartseer, drome en teleurstellings. Die stormagtigheid van die lewe maak dat ons dikwels stormagtig daarop reageer. Ons het die diep gemoedsrus en kalmte van Maria nodig om ons met deernis te omhels en vas te hou. Haar vastigheid bring ons tot rus, vertroos ons en help ons om weer op Jesus te fokus. Maria sê vir ons: "Doen wat Hy van julle vra". Ons plaas al die hoop en planne en dialoog wat deel uitmaak van dié Sinodale proses in Maria se hande, daardie selfde hande waaraan die gebroke liggaam van Jesus toevertrou is.

TUSSENSANG

*Wreed deurboor die spykers*
*vreeslik hand en voet.*
*Heer, ek wil deur lyding*
*vir my sondes boet.*

## *TWAALFDE STASIE*

## Jesus sterf aan die kruis

Voorganger: Ons aanbid U en prys U, Here Jesus Christus,
Almal: want deur u heilige kruis het U die wêreld verlos.

LECTIO Filippense 2:5-11

Laat dan die gesindheid wat daar in Christus Jesus was, ook in julle wees: "Hoewel Hy in die gestalte van God was, het Hy gelykheid aan God nie beskou as iets om aan vas te klem nie, maar Hy het Homself daarvan leeggemaak, deur die gestalte van 'n slaaf aan te neem en aan mense gelyk te word. En toe Hy in die vorm van 'n mens verskyn het, het Hy Homself verneder, deurdat Hy gehoorsaam geword hhet tot die dood toe, ja, die dood aan die kruis. Daarom het God Hom ook uitermate verhoog en aan Hom die Naam geskenk wat bo elke naam is, sodat in die Naam van Jesus elke knie sal buig – van diegene in die hemel en op die aarde en onder die aarde – en elke tong sal bely, "Jesus Christus is die Here!" tot eer van God die Vader.

MEDITATIO

Die verlossingswerk is voltooi. Dit is hoekom Hy gekom het... "Jy moet Hom Jesus noem want Hy sal sy volk van hul sondes verlos." Jesus – Jeshua...God verlos. Hy sterf om my te verlos. My goeie herder het sy lewe vir jou en my neergelê – vir sy verlore skape. Hy het gekies om 'n slaaf, 'n herder, te word...om onder ons te woon...om ons pyn te voel en ons smarte te dra, om 'die reuk van sy skape te hê'. Daag die oproep om saam hierdie sinodale pad te stap my uit om dieselfde te doen?

ORATIO

Vader, in u hande gee ek my gees oor.



TUSSENSANG

*O, die bitter vonnis*
*is reeds uitgespreek,*
*en so word die sonde*
*op die Heer gewreek.*

## *TWEEDE STASIE*

## Jesus neem die kruis op

Voorganger: Ons aanbid U en prys U, Here Jesus Christus,
Almal: want deur u heilige kruis het U die wêreld verlos.

LECTIO Johannes 19:16-1

Toe lewer Pilatus Hom aan hulle uit om gekruisig te word. En hulle het Jesus weggelei. Jesus het self die kruis gedra, en het uitgegaan na die sogenaamde 'Kopbeenplek', in Hebreeus Golgota genoem.

MEDITATIO

Die pad na Golgota – nie 'n lang weg nie, het vir ons die ewigheid gewen. Net een reis kan 'n geweldige verskil maak. Die pad na Damaskus het die sadistiese Saulus in die evangeliserende Paulus verander. Die pad na Emmaus het twee wanhopige dissipels in geesdriftige verkondigers van die Evangelie verander. Wanneer ons Jesus op pad ontmoet dan word ons reis die bestemming. En hoeveel ag slaan ons daarop in ons daaglikse reise, om Jesus in diegene wat ons teëkom, te ontmoet? Gee ons aandag aan hulle rondom ons, sodat ons ook met hoop en nuwe krag vervul kan word. En nog belangriker, tot watter mate is ons bereid om self Jesus te word vir diegene wat ons langs die pad teëkom.

ORATIO

Jesus, ek dank U vir u pynlike Kruisweg. Ek dank U dat U saam met my stap op my eie kruisweg.

CONTEMPLATIO

Bring 'n paar minute deur om oor jou eie kruis(e) na te dink.

ACTIO

* Dra 'n Sakbybel/afgelaaide Bybelteks op jou selfoon saam met jou rond en te lees wanneer jy kan.

* Wees bewus van die mense rondom jou en soek vir 'n geleentheid om Jesus vir hulle te wees.

TUSSENSANG

*Op sy skouers word die*
*sware kruis gelê,*
*want die Heer se juk wou*
*ek nie op my hê.*

## *DERDE STASIE*

## Jesus val die eerste keer

Voorganger: Ons aanbid U en prys U, Here Jesus Christus,
Almal: want deur u heilige kruis het U die wêreld verlos.

LECTIO Jesaja 53:5

Hy is egter deurboor oor ons oortredings, verbrysel oor ons sondeskuld. Die straf wat ons vrede bewerk, was op hom, en deur sy wonde is daar vir ons genesing.

MEDITATIO

Dit wil voorkom dat die drie kere wat Jesus geval het en wat ons soos gebruiklik oorpeins, eintlik trapklippe op die Kruisweg is. In ons eie Sinodale weg staan hierdie drie trapklippe bekend as gemeenskap, deelname en sending. Die kneusplekke aan Christus se lyf en sy gebroke liggaam word genesing en voedsel vir ons. Hoe dikwels het ons egter nie al die Eucharistiese Teenwoordigheid op 'n oneerbiedige wyse en selfs godslasterlik behandel nie – sonder voldoende voorbereiding en deur nie in 'n staat van genade te wees nie. Ons vind ook die Eucharistiese Teenwoordigheid in ons broers en susters – veral in die geringstes onder hulle en in hulle wat verlore geraak het – hulle saam met wie ons opgeroep word om dié reis te lê.

ORATIO

Jesus, ek het berou oor al die kere wat ek op 'n onwaardige wyse die Eucharistie benader het, vir al die kere waar ek die geringstes onder my broers en susters verwerp het.

CONTEMPLATIO

Dink aan iemand tuis of in jou omgewing wat jou bystand nodig het – 'n bejaarde of sieke of gevangene of behoeftige persoon. Hoe is die Here besig om my tot 'gemeenskap' met daardie persoon te roep.

## *ELFDE STASIE*

## Jesus word aan die kruis gehang

Voorganger: Ons aanbid U en prys U, Here Jesus Christus,
Almal: want deur u heilige kruis het U die wêreld verlos.

LECTIO Johannes 19:18-19

Daar het hulle Hom gekruisig, en saam met Hom twee ander, een aan elke kant, met Jesus in die middel. Pilatus het ook 'n kennisgewing laat skryf en dit aan die kruis vasgeheg. Daarop het geskryf gestaan: "Jesus, die Nasarener, die koning van die Jode."

MEDITATIO

Vandag word die woord kruisg op verskillende maniere gebruik om 'n reeks van uiters negatiewe betekenisse aan te dui. Wanneer ons sê iemand word gekruisig kan dit beteken dat hulle in 'n pynlike situasie verkeer of baie liggaamlike pyn verduur of in die een of ander skande gebring is, of vervloek word. Jesus se gebroke liggaam word voor almal in die openbaar omhoog verhef. Soveel mense is gebroke ...in pyn...of diep skaam of in situasies wat pynlik ondraaglik is en om dit voor ander te moet verduur maak dit nog erger. Sulke ervaringe laat ons geweldig eensaam en verlate voel, wanhopig en totaal hulpeloos. As daar maar net iemand was om my pyn te deel, my skande saam met my te verduur, my noodkreet te hoor.

ORATIO

My God, my God, waarom het U my verlaat.

CONTEMPLATIO

Is daar iemand wat ek afgeskryf het; iemand wat ek verstoot het omdat hulle nie soos ek aantrek of praat of met my opinies saamstem nie. Is daar iemand wat nou eensaam en alleen sit, in angs en emosionele pyn verkeer omdat ek weier om hulle te vergewe of weier om hulle om verskoning te vra – miskien is dié persoon selfs deel van my eie familie of vriendekring.

ACTIO

* Reik spesifiek uit na iemand wat jy miskien probeer vermy.
* Reik uit na iemand wat gekruisig word en in liggaamlike of emosionele pyn verkeer.

# *TIENDE STASIE*

## Jesus word van sy klere beroof.

Voorganger: Ons aanbid U en prys U, Here Jesus Christus,
Almal: want deur u heilige kruis het U die wêreld verlos.

LECTIO Psalm 22:17-18

Inderdaad, honde het my omsingel. 'n Bende kwaaddoeners het my omring; hulle het my hande en voete deurboor. Ek kan al my bene tel. Hulle staar my aan met leedvermaak. Hulle verdeel my klere onder mekaar, en hulle loot oor my boklere.

MEDITATIO

Die koning van die heelal lê nakend; verwronge van pyn – ontbloot en weerloos. Die Waarheid word ontbloot...dit maak ons kwesbaar. Hoe dikwels het ek nie agter leuens en halwe waarhede geskuil nie. Is ek gereed om waarlik oop te wees – om met moed te praat en eerlik en waarlik dié terugvoering te gee wat die sinodale weg van my vra. En nog belangriker, is ek bereid om in alle nederigheid te luister.

ORATIO

Jesus – my Weg, my Waarheid, my Lewe.

CONTEMPLATIO

Met watter leuens het ek myself omhul – wat is my geheime sonde? Wat is die waarheid omtrent myself wat ek net nie in die oë kan kyk nie? Op watter manier word ek geroep om kwesbaar te word sodat ek die Kerk kan help om waarlik Kerk te wees, om ander by te staan om Jesus te ontmoet.

ACTIO

* Skryf neer daar waar ek 'n masker dra/ 'n leuen leef.
* Gee eerlike en openhartige terugvoering aan die mense in die kerk – doen dit op 'n eerbiedige en liefdevolle wyse.
* Verbind myself daartoe om my geheime sonde na God se vergifnis en genade te bring.

TUSSENSANG

*Jesus word voor almal*
*skandelik ontbloot,*
*deur my wellus ly Hy*
*hier die bitter nood.*



ACTIO

* Ek berei myself voor om die Eucharistie te ontvang deur gebruik te maak van die Sakrament van versoening.
* Ek gaan uitreik na die 'verborge' Christus in iemand wat bystand benodig.

TUSSENSANG

*Vir die eerste keer val*
*Jesus op die grond.*
*Dis oor ek geval het,*
*dis ek wat Hom wond.*

# *VIERDE STASIE*

## Jesus ontmoet sy Moeder

Voorganger: Ons aanbid U en prys U, Here Jesus Christus,
Almal: want deur u heilige kruis het U die wêreld verlos.

LECTIO Johannes 2:3-5

Toe die wyn opraak, sê Jesus se moeder vir Hom: "Hulle het nie meer wyn nie." Maar Jesus sê vir haar: "Vrou, waarom pla u My? My uur het nog nie aangebreek nie." Sy moeder sê vir die dienaars: "Doen wat Hy ook al vir julle sê."

MEDITATIO

Maria is aan Jesus se sy. By die begin van sy aardse reis , by die begin van sy openbare bediening en reg aan die einde ook. Sy is die getroue een – vanaf moederskoot tot die graf. Hoe kan 'n moeder ooit haar kind in die steek laat. Sy is net so naby aan ons. Sy is by elkeen van ons: hoe beangs of onbewus dat die wyn in ons eie lewens opgeraak het ons ook al mag wees. Hoe ver ons ook al afgedwaal het, sy is by ons. Sy staan daar, aan die kantlyn, in die vveldhospitaal, om seker te maak dat niemand agtergelaat word nie.

ORATIO

Maria, wees met ons op die pad, soos ons die reis saam begin.

CONTEMPLATIO

Dink aan 'n oënskynlike hopelose of hulpelose situasie waarin jouself bevind; kan ons Maria se geloof navolg wanneer ons so verskriklike tyd beleef en sê: 'Laat dit met my gaan volgens u woord'.

ACTIO

* Reik uit na 'n weeskind of 'n werklose persoon.
* Gaan op pelgrimstog na 'n Maria-heiligdom.

TUSSENSANG

*Jesus en Maria*
*het mekaar ontmoet,*
*en in bitter smarte*
*vir my skuld geboet.*

## *VYFDE STASIE*

## Simon van Ciréne help Jesus om die kruis te dra

Voorganger: Ons aanbid U en prys U, Here Jesus Christus,
Almal: want deur u heilige kruis het U die wêreld verlos.

LECTIO Lukas 23:26

Toe die soldate Jesus weglei, het hulle 'n sekere Simon van Cirene gegryp wat van die platteland af gekom het. Hulle het die kruis op sy rug gesit om dit agter Jesus aan te dra.

MEDITATIO

'n Sinodale Kerk reis saam, dit dra die reuk van die skape en dra die kruise van hulle wat daarmee worstel. Simon die Cirener was aanvanklik onbewus van hoe groot sy taak eintlik was. Ook ek en jy - die middelklas van heiligheid - sal miskien nooit ten volle besef hoe heldhaftig ons heiligheid was toe ons wakker gebly het om na 'n geliefde om te sien nie, hoe ons op daardie oomblik besig was om uit te reik na Jesus in sy ellende.

ORATIO

Dankie, Here, vir almal wat 'n bron van bemoediging vir my was en my met woord en daad ondersteun het.

CONTEMPLATIO

Dink 'n bietjie aan al die werkers wat so stilweg op die agtergrond vir ons 'n steun is – die nagwagte en sekuriteitsmense, diegene wat afleweringswerk doen en ons agter die winkel toonbanke bedien, gesondheidswerkers en die munisipale werkers, vrywilligers en maatskaplike werkers, almal wat nooit die koerant opskrifte haal nie.



LECTIO Markus 16:15-18

Hy sê toe vir hulle: "Gaan die hele wêreld in en verkondig die evangele aan die hele mensdom. Wie tot geloof gekom het en gedoop is, sal verlos word; maar wie nie tot geloof gekom het nie, sal veroordeel word. Hierdie tekens sal hulle wat tot geloof gekom het, vergesel: In my Naam sal hulle demone uitdryf, in nuwe tale praat, en slange met hulle hande optel. As hulle iets dodelik sou drink, sal dit hulle nie kwaad aandoen nie, en op siekes sal hulle die hande lê, en hulle sal gesond word."

MEDITATIO

Die val en opkoms van die Kerk is ten nouste verbind met die verkondiging van die Goeie Nuus.Die derde trapklip in ons Sinodale tema is Sending ... om dit te word wat Christus wil hê ons moet wees; sout en lig in die wêreld, met ons hele lewe wat in die rigting van die Lig van die Opgestane Christus wys. Onverskilligheid, luiheid en 'n lewe wat geen getuienis lewer nie, asook 'n tekort aan moed kan ons daarvan verhoed om die Evangelie te verkondig. Verder word 'n mens ook daagliks gekonfronteer met versoekinge van die wêreld, die duiwel en ons eie vlees wat ons verswak en maak dat ons maklik struikel en die pad byster raak. God se genade is egter genoeg vir ons.

ORATIO

Dierbare Here, neem my hand, lei my, laat my opstaan.

CONTEMPLATIO

Die Heilige Gees is die hoof agent van evangelisasie. Neem 'n paar oomblikke en fokus op jou asemhaling soos jy die krag van God in jou lewe verwelkom.

ACTIO

* Dra 'n Sakbybel of Rosekrans saam met jou wanneer jy op reis gaan.
* Bid daagliks vir geleenthede om mense te ontmoet met wie jy jou verhouding met Jesus kan deel.

TUSSENSANG

*O, ons arme Heiland*
*val die derde maal,*
*want my sonde is mos*
*altyd weer herhaal.*

MEDITATIO

Verbeel jou al die huilende en wenende vroue; dié van Jesus se tyd – hulle langs die lydensweg na Golgota – en dié van vandag - hulle wat mishandel word, verkrag is, in oorlogsgebiede moet oorleef, onderdruk en mishandel word as gevolg van hulle gesins- en geslagsgeweld. Hoe Jesus hulle antwoord blyk profeties te wees in die lig van alles wat vroue deur die eeue heen moes verduur. Alles wat gelei het tot die kultuur van die dood wat vandag toelaat dat onskuldige ongebore kindertjies in die moederskoot vermoor word.

ORATIO

Vir al die kere wat ek my posisie en die mag waaroor ek beskik misbruik het. Here, ontferm U oor my. Vir almal wat kwesbaar is en uitgebuit word, Here, gryp in.

CONTEMPLATIO

Hoe behandel ek die teenoorgestelde geslag en hulle wie se seksualiteit van my eie verskil? Hoe moreel tree ek op? Baseer ek my morele lewe op die Woord of op die Wêreld?

ACTIO

* Bestudeer die Woord van God en kerklike leerstellinge oor geslagtelike sake.
* Vas/ of probeer gepaste vergoeding doen vir hulle wat baba's geaborteer het; sodat hulle die genadegawe van berou sal ontvang en hulleself toevertrou aan die Here se vertroosting.

TUSSENSANG

*Heer, U troos die vrouens*
*deur hul te waarsku.*
*Laat my tog die sonde*
*vrees, dit smeek ek U.*

## *NEGENDE STASIE*
## Jesus val die derde keer.

Voorganger: Ons aanbid U en prys U, Here Jesus Christus,
Almal: want deur u heilige kruis het U die wêreld verlos.



ACTIO

* Gaan bedank al daardie stille werkers in jou woonbuurt.
* Staan iemand by wat dit moeilik het.

TUSSENSANG

*Simon van Ciréne*
*moet die kruis help dra.*
*Heer, ek wil my kruis dra*
*sonder om te kla.*

## *SESDE STASIE*
## Veronica droog die gesig van Jesus af

Voorganger: Ons aanbid U en prys U, Here Jesus Christus,
Almal: want deur u heilige kruis het U die wêreld verlos.

LECTIO Matteus 25:34-36

Dan sal die koning vir dié aan sy regterhand sê: "Julle, geseëndes van my Vader, kom beërf die koninkryk , wat vir julle gereedgemaak is van die grondlegging van die wêreld af. Want Ek was honger, en julle het vir My iets te ete gegee; Ek was dors, en julle het vir My iets te drinke gegee; Ek was 'n vreemdeling, en julle het My as 'n gas verwelkom; Ek was nakend, en julle het My geklee; Ek was siek, en julle het My versorg; Ek was in die tronk, en julle het My besoek."

MEDITATIO

Volgens oorlewering het Veronica haar eie veiligheid en lewe op die spel geplaas en dit gewaag om Jesus op sy Lydensweg te help. Sy het nie aan haarself gedink nie, maar moedig en heldhaftig opgetree om iemand in nood te hulp te snel. Sy het haar nie laat intimideer en boelie nie en die regte ding gedoen. In 'n wêreld waar populariteit vir baie mense die maatstaf van sukses en geluk geword het, herinner Veronica ons daaraan hoevel moed en durf dit kos om teen die stroom op te gaan en te doen wat ongewild, maar reg is. Sy herinner ons aan die feit dat onns lewens as gelowiges ook profeties moet wees. Ons is gedoop om 'priester, profeet en koning' te wees en as ons dit werklik uitleef gaan ons soms misverstaan en vervolg word. Kom ons wees braaf en doen die regte ding vir die Koninkryk van God en sy gelaat en genade sal in ons lewens sigbaar word.

ORATIO

Heilige Gees, U dryf die verkondiging van die Evangelie op aarde; ons dank U vir al die geloofshelde en -heldinne, die vroue en manne, wat so moedig die Evangelie aan vyandige harte en onder groot teenkanting verkondig. Versterk hulle deur die Goddelike Aangesig van Jesus.

CONTEMPLATIO

Oorpeins die aangesig van die Here Jesus en soek na geleenthede om die Blye Boodskap te verkondig en deur woorde of liefdesdade self die gelaatstrekke van Jesus in ons stukkende wêreld te laat deurskyn.

ACTIO

* Neem standpunt in daar waar die Waarheid verdraai of verswyg of onderdruk word.

TUSSENSANG

*Sy gesig druk Jesus*
*in die sweetdoek af,*
*so beloon Hy hulle*
*wat Hom troos verskaf.*

## *SEWENDE STASIE*

## Jesus val die tweede keer

Voorganger: Ons aanbid U en prys U, Here Jesus Christus,
Almal: want deur u heilige kruis het U die wêreld verlos.

LECTIO Johannes 6:5-9

Toe Jesus opkyk en sien dat daar 'n groot skare na Hom op pad is, sê Hy vir Filippus: "Waar sal ons brood te koop kry om hierdie mense te laat eet? Hy het dit egter net gesê om hom te toets – self het Hy immers reeds geweet wat Hy wou doen. Filippus het Hom geantwoord: "Tweehonderd denarius se brood is nie genoeg om vir elkeen 'n stukkie te laat kry nie." Een van sy dissipels,, Andreas, die broer van Simon Petrus, sê vir Hom: "Hier is 'n seun wat vyf garsbrode en twee visse het, maar wat is dit vir so baie mense?"



MEDITATIO

Vyfduisend mense. Twee visse. Vyf brode. Een seun. En Jesus. Die res is geskiedenis. Dit is inderdaad so dat groot dinge gebeur wanneer God onder ons is: groot en wonderskone en wonderbaarlike dinge. By hierdie tweede val van Jesus oorpeins ons die tweede van die drie sub-tema's van die Sinodale weg – deelname. Hoe dra ek by tot Kerkwees, hoe bou ek die Kerk op en hoe bring ek die Kerk na die wêreld. Faal ek dalk hierin?

ORATIO

Barmhartige Heiland, wys my waar ek tekortskiet in my pogings om die Kerk op te bou. Gee my die genade om myself vir die Evangelie te beywer. Gee my die krag om op te staan vir die Evangelie.

CONTEMPLATIO

Dink 'n bietjie - waar ek in my lewe hou ek dalk iets terug? Tel ek regitg my seëninge. Is ek dankbaar vir al die baie seëninge wat ek van God ontvang.

ACTIO

* Verbind jouself om van jou tyd of een van jou talente/gawes te gebruik om die Kerk op te bou.
* Koop 'n maaltyd vir iemand wat honger is.

TUSSENSANG

*Nogtans val die Here*
*vir die tweede keer.*
*Ag, hoe voel my hart nou*
*oor my sondes seer.*

## *AGSTE STASIE*

## Jesus troos die wenende vroue

Voorganger: Ons aanbid U en prys U, Here Jesus Christus,
Almal: want deur u heilige kruis het U die wêreld verlos.

LECTIO Matteus 2:18

" 'n Stem is in Rama gehoor, 'n droewige gehuil en 'n luide rouklag; Ragel huil oor haar kinders, en sy weier om vertroos te word, omdat hulle nie meer daar is nie."