

Aanbiddingslied 1

Strofes naar keuze voor meditatie of zang. Ieder kan een eigen lied samenstellen.

Hulpmiddel bij aanbedding, ook online: <https://veniteadoremus.be/nl/online-aanbedding/>

Muziek¹: melodie van b.v. ‘Kom, Schepper Geest’ (Zingt Jubilate 409); ‘Gij, dienaars aan de Heer gewijd’ (529); ‘Dit huis, gereinigd en versierd’ (549); ‘Mijn vrienden zijt gij, zegt de Heer’ (760)

‘k Aanbid U, Heer, in ’t hemels Brood. (Joh 6,50-58)
U bent die leeft ondanks uw dood. (Hnd 1,3; Apo 7,8)
U zei aan tafel vóór uw dood:
“Ik geef Mezelf in ‘t heilig Brood”. (Lc 22,19)

‘k Geloof in uw aanwezigheid (Joh 11,28; 21,7)
vol liefde en barmhartigheid. (Sir 50,19.22.24; Heb 4,16)
Mijn hart knielt neer voor U, mijn Heer. (Lc 24,52)
Aan U zij lof en alle eer! (Apo 5,13; 7,12)

Van aangezicht tot aangezicht (Ex 33,11; Dt 5,4; 34,10)
bad Mozes gans naar U gericht.
Ik dank U voor de tête à tête
met U, de Heer (/Vip) in eeuwigheid. (Jes 40,28)

U maakt Zich hier zo need’rig klein (Fil 2,6-8)
om stil (/dicht) bij mij te kunnen zijn.
Zo wil ik ook voor and’ren (/zachtmoedig) zijn.
O help mij, help mij heilig zijn. (1 Pet 1,15-16)

Van ogenblik tot ogenblik
zegt U tot mij: “Zie, hier ben Ik”. (Ex 3,14; Jes 52,6)
Uw ogen-blik, mijn ogen-blik
zijn één. Ik zeg ook: “Hier ben ik”. (Ex 3,4; 1Sm 3,5)

U bent een levend liefdeshart.
U bent bij ons van hart tot hart.
U bent en zegt mij: “I love you”. (1 Joh 4,8.16)
Ook ik zeg zachtjes: “I love You”. (Joh 21,15)

U komt naar mij, ik kom naar U. (Apo 22,17)
U dorst naar mij, ik dorst naar U. (Ps 42,3; Joh 19,28)
U kijkt naar mij en ik naar U. (Mc 10,21; Joh 1,29.36)
U hoort naar mij en ik naar U. (Ex 2,24; 1Sm 3,9-10)

Ik kijk naar U als naar T.V. (Lc 23,35.48-49; Joh 19,36)
De hemel bidt nu (/hier) met mij mee. (Apo 5,11-14)
Ik lees in U het liefdesboek, (Fil, 4,3; Apo 3,5; 5,1-9)
het boek waarnaar ik hunk’rend zoek. (Apo 10,2.8-10)

U hebt gezegd: “Kom maar tot Mij (Mt 11,28)
met al je last. Ik maak je vrij, (Rom 6,18.22)
verlicht je last. Vertrouw op Mij. (Jes 26,4; 2 Kor 1,9)
Ik geef je kracht. Ik maak je blij”. (Jes 9,2; 40,29-31)

Ik kom naar U met al ons (/mijn) leed, (Mt 11,28)
naar U, de Heer, die voor ons leed, (Jes 53,4-6.10-12)
die weet wat pijn en (/wat) lijden is, (Heb 2,18; 4,15)
verlicht, vertroost in droefenis. (Rom 15,5; 2Kor 1,3-8)

Ik geef U mijn armzalig hart,
soms blij, soms kwaad, soms vol van smart,
soms warm, soms lauw, maar ook soms kil.
Verander mij, zoals U wil (Apo 3,15-16).

Ik vraag U, Heer, vergiffenis (Ps 51; Mich 7,18-19)
voor wat verkeerd en zondig is
in denken, doen, in werk en woord, (1Pet 3,10)
in ’t laten varen van wat hoort. (Jak 4,17)

Genees ons, Heer, maak weer gezond,
herschep in ons wat is gewond (Ps 147,3; Jes 30,26)
in lichaam, ziel en in de geest!
U bent de Heler die geneest. (Mt 9,35; Mc 1,34)

Ik geef, ja, alles aan U af. (Ps 37,5; 55,23; Fil 4,6; 1Pet 5,7)
U bent die alles aan mij gaf. (Joh 6,51; 10,15.28; 19,27.30)
U bent die ’t al ten goede keert (Gen 50,20; Rom 8,28)
voor wie vertrouwt en U vereert. (Ps 50,15)

In U, mijn Rots, vind ik mijn rust, (Ps 3,6; 56,5)
geen stress of angst, geen dwang of must.
Ik zwem in U als in de zee, (Jes 11,9; 25,11; Ez 47,1.5; Joh 21,7)
ontspannend met uw stroming mee. (Ps 23,3)

U bent voor ons de Liefdeszon, (Lc 1,78-79; Apo 1,16)
die straalt op ons als levensbron (Ps 36,10; 2Kor 4,6)
van kracht en moed en alle goed, (Jes 40,29-31; Jak 1,17)
die zoenen en verzoenen doet. (Mt 5,24; Kol 1,20)

Help elke mens, in elke nood, (Ps 30,3-4; 64,2)
de dood nabij of na de dood!
Voor vijand, vriend, voor elke mens:
Uw zegen, Heer! Zo zij m’n wens. (Lc 6,28)

O zegen ons en ieder, Heer! (Lc 24,50-51)
O zegen nu en telkens weer! (Nu 6,23-26; Sir 50,20-21)
Ik dank U al voor alles, Heer. (1Tes 5,18; Fil 4,6)
Ik dank U nu en altijd weer. (Ef 1,15; 5,20; 1.2Tes 2,13)

¹ Als iemand hierop eigen muziek componeert, laat alles dan een geschenk zijn voor de kerk, zoals deze tekst is bedoeld.

Aanbiddingslied 2

'k Aanbid U, Heer, in 't heilig Brood,
het manna dat de Vader bood, (Joh 6,31-32)
het Leven zelf, het levend Brood, (Joh 6,51; 11,25)
het antidotum tegen dood. (Joh 6,27.33.50-58)

Wat was uw plan geweldig groot, (Lc 22,15; Joh 13,1)
toen U Zich gaf aan ons in brood, (Lc 22,19; Joh 6,51)
uw Moeder gaf vlak vóór uw dood, (Joh 19,27)
uw heil'ge Geest gaf bij uw dood! (Joh 19,30)

U bent het vlees geworden Woord. (Joh 1,14)
U bent het vlees geworden brood, (Joh 6,51)
het ware brood, het ware woord, (Joh 6,55.63)
de toegang tot de hemelpoort. (Gen 28,17; Joh 6,50-58)

De wijzen knielden voor U neer. (Mt 2,11)
Mijn hart knielt ook voor U, mijn Heer. (Lc 24,52)
U boog uw hoofd neer bij uw dood. (Joh 19,30)
Ik buig mijn hoofd voor U in 't brood. (Sir 50,17)

Te Emmaüs was U present, (Lc 24,29)
in 't breken van het brood herkend. (Lc 24,30.31.35)
Ze zagen wie U werk'lijk bent (Lc 24,16.31)
en in het Brood verborgen bent.

Zoals een vrouw haar man bekent, (Lc 1,34)
Zo hebben z' U in 't Brood gekend. (Lc 24,30.31.35)
Ze maakten aan de Kerk bekend (Lc 24,33-34)
de kennis hoe u wordt herkend. (Lc 24,35)

U bent voor mij gebroken brood. (Mt 26,26; Lc 22,19)
U gaf Zichzelf tot aan de dood. (Joh 10,15.17.18)
U geeft Zichzelf nog na de dood. (Lc 24,30)
Maak ook van mij gebroken brood. (Lc 22,19; 1Kor 11,24)

Het toonbrood in uw tempel, Heer, (Lc 6,4; Heb 9,2)
getoond op tafel tot uw eer, (Ex 25,30; 35,13; 40,22-23)
het brood van vroeger, van weleer, (Lev 24,5-9)
is nu vervuld in U, mijn Heer.

Het toonbrood stond voor uw Gezicht, (Ex 25,30)
in rijen vóór uw Aangezicht. (Lev 24,6-7; 1Kr 28,16)
Hier vóór dit brood staan wij vóór U,
dit brood dat toont: "Ik hou van u". (Lv 24,7; Lc 22,19)

U hebt gezegd: "Ik ben bij u (Ex 3,12; Re 6,12.13.16)
de ganse tijd". En dus ook nu (Mt 28,20)
in 't teken van gedachtenis (Ex 3,14-15)
van Jahweh's Naam, die was die is. (Apo 1,4.8; 4,8)

'k Aanbid uw Naam, uw heil'ge Naam.
Ik loof uw Naam, die ik beeam. (Ps 30,5; 103,1)
U bent die is, die bij mij is, (Ex 3,14-15; Ps 118,6; Mt 1,23)
in 't heilig brood inwezig is.

Van Aangezicht tot aangezicht (Ex 33,11; Dt 5,4)
bent U geheel naar mij (/ons) gericht,
van oor tot oor, van oog tot oog, (Dt 32,10-11; Ps 116,2)
van mond tot mond in dialoog. (Joh 1,1-2)

Johannes zei: "Ziedaar, het Lam". (Joh 1,29.36)
Ik zie in U het levend Lam, (Apo 5,8.12-14; 7,10.17; 17,14)
het Bruiloftslam, Gods Liefdeslam. (2S 12,3; Apo 19,9)
O stort in mij uw Liefdesvlam. (Mt 3,11; Hnd 2,3-4)

Ik zie in U het Paschalam. (1Kor 5,7)
Ik zie in U het Offerlam, (Ex 29,38-42; Num 28,1-8)
al lang voorspeld door Abraham. (Gen 22,7-8.13)
O maak mij voor de zonden lam. (Joh 1,29)

U hebt ons goed geprogrammeerd. (Gen 1,31)
We werden gauw gecorrumpeerd. (Gen 3)
Computers vingen virusmet.
U bent ons antivirusset. (Joh 3,14-15)

Ik zie in U de bronzen slang, (Num 21,6-9)
gehangen op een houten stang. (Joh 3,14-15)
Wie keek naar hem, die werd gezond,
na door de (/een) slang te zijn gewond.

U bent de bron van antigif (Num 21,8; Joh 3,14-15)
voor elke vorm van slangengif,
voor elke vorm van kwaad en haat,
voor elke worm die zielen schaadt.

Vergeef me, Heer, wat ik misdeed, (Ps 51; Mich 7,18-19)
Jij, Heer, die door en voor ons leed. (Jes 53,3.5.12)
Op elke wond een liefdeszoen. (Lc 7,38)
Ik wil het zeker beter doen. (Ez 18,23; 33,8-9.12.19)

U bent mijn Rots, bij wie ik rust, (Ps 3,6; 31,3)
die sussend mij tot leven kust. (Gen 2,7; Hgl 1,2)
Ik hoor in U een liefdeslied. (Ps 118,14; Hgl 1,4; Apo 5,9)
U zingt voor mij uw bruiloftslied. (Apo 14,3)

U bent zo zacht en ook zo goed. (Mt 11,29-30)
U geeft me kracht en nieuwe moed. (Jes 40,29; Mt 11,28)
Voor vijand, vriend, voor mens en dier, (Lc 6,28)
Uw zegen, Heer, dit vraag ik hier. (Lc 24,50-51)

Aanbiddingslied 3

Mijn Heer, U bent hier in dit brood. (Joh 6,51)
Mijn God, U bent oneindig groot! (Neh 8,6)
Nu zingt voor U uw blijde (/kleine) bruid. (Ef 5,27)
U bent hier nu, ik zing het uit. (Sir 50,18; Joh 11,28)

'k Geloof in uw almachtig woord,
dat zei, dat zegt: "Ik ben dit Brood
voor u gegeven tot de dood, (Lc 22,19; Joh 6,51)
dat leven doet, tot na de dood". (Joh 6,27.33.50-58)

Wat was uw plan geweldig groot! (Lc 22,15; 13,1)
U blijft bij ons in 't heilig Brood, (Lc 22,19; 24,29.35)
zo zot van ons, 'k word zot van U. (Lc 22,15; Joh 13,1)
U bent bij ons, U bent hier nu. (Ex 3,14-15; Mt 28,20)

De beste plaats is hier bij U. (Gen 28,16-17)
De beste tijd is nu bij U.
De eeuwigheid is hier en nu,
het eeuwig hier (/zijn), het eeuwig nu.

U bent de Maker van 't heelal. (2Kr 2,11; W 13,1.3.5.9)
U lijkt nu wel een niemandal. (Ps 22,7; Jes 53,2-4)
U komt naar mij, een niemandal (Jes 41,14)
U geeft zich gans, geheel en al. (Lc 22,19; Joh 6,51)

Ik buig mijn hoofd eerbiedig neer. (Neh 8,6; Sir 50,17)
'k Aanbid U nu en telkens weer. (Lc 24,52-53)
En tot ik zwijg bent U zo stil. (1S 3,9-10; Wijsh 18,14-16)
O heilig mij, zoals U wil. (Mt 5,48; 1Pet 1,15-16)

Van aangezicht tot aangezicht (Ex 33,11; Dt 5,4; 34,10)
bad Mozes gans naar U gericht.
Belicht met glans was zijn gezicht, (Ex 34,29-35)
dat straalde van uw schit'rend licht. (Ps 104,1-2)

U bent de wijnstok, ik de rank. (Joh 15,5)
U gaf uw bloed als echte drank (Joh 6,55)
vanop het kruis, ons reddingsplank. (Mt 26,28)
Ik zeg dan ook oprechte dank.

Het bloed en water uit uw borst (Joh 19,34)
is drank voor al wie naar U dorst. (Ps 42,2-3; 63,1-2)
Zoals een hert naar water dorst, (Ps 42,1-2)
zo drink ik dorstig uit uw borst. (Joh 7,37-38; 13,23.25)

Bij U, mijn Rots, kom ik tot rust, (Ps 3,6; 31,3)
zoals een bal in 't midden rust,
bewogen in een ronde kom.
In 't midden is het rollen om.

Zoals de aarde draait rondom,
rondom de zon, om en alom,
bent U mijn centrum, U, mijn Heer,
de Zon waarop ik concentreer. (Lc 1,78; Heb 3,1)

Ik kijk naar U als naar T.V. (Lc 23,35.48-49; Joh 19,36)
Ik zwem in U als in de zee. (Ps 23,3; Jes 25,11; Ez 47,1.5)
Ik lees in U het liefdesboek, (Apo 5,1-9)
het boek waarnaar ik hunk'rend zoek.

U bent mijn Heer die alles weet. (Jer 11,20; Joh 21,17)
U trekt mij aan als een magneet (Hoogl 1,4; Joh 12,32)
Ik voel mij zo door U verwacht, (Hoogl 2,10; Mt 22,4)
de liefde die zo naar mij smacht. (Lc 22,15; Joh 13,1)

O Heer, ik zeg vaak: "Ikikik".
En alles draait dan rond mijn ik.
O help mij zeggen: "Jijjjijj". (Mt 22,37.39)
Dan worden Jij en ik heel blij. (Gen 4,7; Joh 15,11)

Als Licht uit Licht bent U Gods Zon, (W 7,25-30)
het Levenslicht, de Liefdesbron. (Joh 1,4.5.7.9; 8,12)
Als Licht uit Licht bent U Gods Zoon.
O schijn op ons, maak ons weer schoon. (Joh 3,19-21)

Aan u de lof en eer en dank (Apo 5,13; 7,12)
in stilte of met luide klank
voor elke hulp en oplossing (Heb 4,16)
voor al wat moeilijk gaat en ging.

Zo word ik blij en welgemoed. (Lc 24,52; Hnd 2,28)
Mijn hart wordt vrij, krijgt liefdesgloed.
Mijn hart wordt warm, steeds meer en meer,
vervuld van U, mijn lieve Heer. (Lc 10,21)

O Zegen, zegen, lieve Heer! (Lc 24,50-51)
O zegen ons en ieder, Heer! (Nu 6,23-26; Sir 50,20-21)
O zegen, zegen, lieve Heer!
O zegen nu en telkens weer! ^{IVW}