

## Lesninger 20. søndag i det alminnelige kirkeår (år B)

---

### 1. lesning Ordsp 9,1–6

---

*Spis av min mat, og drikk av den vin jeg har blandet*

Visdommen har bygget sitt hus og hugget til sine syv søyler. Hun har slaktet fe, blandet vin og dekket sitt bord. Hun har sendt sine piker avsted og roper oppe fra byens høyder: «Den uerfarne kan vende seg hit.»

Og til den som er tankeløs, sier hun: «Kom og spis av min mat, og drikk av den vin jeg har blandet. La tankeløsheten fare, så skal dere få leve, gå frem på fornuftens vei!»

### Responsoriesalme Sal 34 (33),2–3. 10–11. 12–13. 14–15

---

**Omkved:** Smak og se at Herren er god.

Jeg vil love Herren til hver en tid.  
Min tunge skal alltid synge hans pris.  
Min sjel roser seg av Herren.  
Den fattige høre det og glede seg.

Frykt Herren, alle hans hellige.  
Den som frykter ham, lider ingen nød.  
Villdyrs unger kan lide sult og savn.  
Den som søker Herren, har alle goder.

Kom barn, og hør på meg.  
Gudsfrykt vil jeg lære dere.  
Er det noen som ønsker livet,  
dager fulle av lykke?

Vokt din tunge for det onde,  
dine lepper for svikefull tale.  
Sky det onde, og gjør det gode.  
Søk fred, og jag etter den.

## **2. lesning** Ef 5,15–20

---

*Forstå hva Herrens vilje er!*

Brødre, så våk da nøye over hvor ferden går – gå ikke frem som tåper, men som forstandige folk, og gjør hva dere kan ut av den tid som er gitt – onde som våre dager er. Altså: Vær ikke uforstandige, men lær å forstå hva Herrens vilje er!

Fyll dere ikke med vin, det er veien til all slags umoral, men søk i stedet den fylde som Ånden gir, og syng salmer, hymner og Åndens sanger med hverandre. Ja, syng og spill av fullt hjerte for Herren, med uopphørlig takk og lov til vår Gud og Far for alle ting, i vår Herre Jesu Kristi navn!

## Halleluja Joh 6,56

---

Halleluja.

Den som spiser mitt legeme og drikker mitt blod, han blir i meg, og jeg i ham, sier Herren.

Halleluja.

## Evangelium Joh 6,51–58

---

*Mitt legeme er virkelig næring, mitt blod er virkelig en drikk*

På den tid sa Jesus til folkemengden:

«Jeg er det levende brød, kommet fra himmelen; og den som spiser av det, skal leve i all evighet. Det brød som jeg gir, er da mitt eget legeme, hengitt for verdens liv.»

Jødene begynte da å diskutere med hverandre.

«Hvordan,» sa de, «kan denne mann gi oss sitt eget legeme å spise?»

Til dette svarte Jesus:

«Sann mitt ord! Dersom dere ikke spiser Menneskesønnens legeme og drikker hans blod, finnes heller ikke liv i dere. Den som spiser mitt legeme og drikker mitt blod, han får evig liv, og ham vil jeg oppreise på den ytterste dag.

For mitt legeme er virkelig næring, mitt blod er virkelig en drikk. Den som spiser mitt legeme og drikker mitt blod,

han blir i meg, og jeg i ham. Som det er Faderen, den Levende, som har sendt meg, og som det er ham jeg har mitt liv fra, slik skal den som spiser meg, få sitt liv fra meg.

Dette er da det brød som er kommet fra himmelen: Det er ikke som det deres fedre spiste i ørkenen, for de døde siden; men den som spiser dette brød, han skal leve i all evighet.»