



Bijbellezen, hoe pak je dat aan?

17 februari 2020 [Uit](#) Door REDACTIE

'Ik wil zo graag Bijbellezen. Maar steeds weer merk ik dat het me niet lukt. Dan zoek ik weer naar een nieuw begin.' Herken je dat? Bijbellezen is voor elke christen een verlangen en brengt tegelijk ook steeds weer in verlegenheid. Hoe pak ik het aan?

Lectio divina is een manier van Bijbellezen die al velen geholpen heeft om opnieuw geïnspireerd te raken in het bezig zijn met Gods Woord. Het is een luisterende, biddende manier van het lezen van een Bijbeltekst, waarbij je erop vertrouwt dat de heilige Geest de woorden van de tekst in je hart tot klinken wil brengen voor jou persoonlijk.

Deze lectio divina kent vier stappen: lezen (lectio), mediteren (meditatio), bidden (oratio), rusten in Gods aanwezigheid (contemplatio). Veel protestante christenen zijn deze manier van bijbellezen aan het ontdekken, ook omdat 'lectio divina' helpt om los te komen van een al te rationele en verstandelijke manier van omgaan met de bijbel.

Begin februari 2020 verscheen er opnieuw een boek rond de lectio divina. Vorig jaar werkten 17 auteurs samen in het boek 'Samen luisteren in de stilte. Lectio divina en 40 oefeningen'. Nu zijn er opnieuw tien auteurs die meewerkten aan een vervolg: 'Kijken en luisteren naar Jezus. 40 keer lectio divina'. De 40 lectio divina-oefeningen in dit boek zijn geschreven rond teksten uit de evangeliën. Steeds is Jezus in beeld en aan het Woord. Want Jezus is in eigen persoon het Woord en Hij wil in jouw leven tot spreken komen.

Het nieuwe boek verscheen in de 'Maand van de Bijbel' die liep van 24 januari tot 14 februari. Een prachtig moment dus om je opnieuw op het spoor te laten zetten van persoonlijk en ook samen met anderen de Bijbel open doen om Gods stem te verstaan. En in de veertigdagentijd die op woensdag 26 februari begint kun je op 40 plaatsen in Nederland terecht om samen met anderen te oefenen in deze biddende manier van Bijbellezen.

Hopelijk dat dit boek opnieuw een bijdrage zal zijn aan een groeiende beweging van mensen van goede wil die de lectio divina ontdekken en omarmen als de ruimte waar God tot spreken komt, door Zijn Woord en Geest, met het oog op groei in Christusgelijkvormigheid.

De vier kenwoorden m.b.t. Lectio Divina

In de *lectio* (lezing) lees je de gekozen tekst aandachtig en vol liefde, op zoek naar wat je raakt.

In de *meditatio* (overdenking) proef en overweeg je de woorden verder, zodat ze een persoonlijke betekenis voor je krijgen.

In de *oratio* (gebed) spreek je tot de Heer als antwoord op de woorden die je hebt gelezen.

In de *contemplatio* (aanschouwen) kom je tot rust in de stilte en in de aanwezigheid van de Heer.

Ds. Jos Douma reikt Bijbelteksten aan die een goede ingang vormen om de besproken manier van Bijbellezende eigen te maken <http://www.levenindekerk.nl/bijbelteksten-lectio-divina/>

Een voorbeeld, een oefening... hier <https://www.sporevangod.nl/lectio-divina.html> te vinden.

De geluidsopname van het gesprek tussen Jorieke en ds. Jos Douma is te vinden achter deze link <https://soundcloud.com/bijjorieke/met-jos-douma-over-luisterend-bidden>

Liedtekst: Overdenking. Gespeeld door Martin Klop

*Jezus, mijn Verlosser, kwam op aard' voor mij
Bron van Gods genade, stierf aan 't kruis voor mij.
Vrede zonder einde vind ik in Gods Zoon;
liefde puur, oneindig: Jezus overwon!
Heer, o Heer, ik beloof U te volgen met alles wat ik ben.
Want Heer, ik geloof dat ik heilig voor U ben.
Hoor naar mij, Heer Jezus,
leid mij op Uw weg.
Ik wil niet meer dwalen.
Hoor mij als ik zeg:
Maak mij vrij van duister,
reinig mij van schuld.
Schenk mij Uw genade
die mijn hart vervuld.
Heer, o Heer, ik beloof U te volgen met alles wat ik ben.
Want Heer, ik geloof dat ik heilig voor U ben.
Amen.*

Margreeth Ras-van Slooten

Avondgebed van Dietrich Bonhoeffer

Heer, mijn god, ik dank U
dat deze dag voorbij is.
Ik dank U dat U mijn ziel en lichaam rusten laat,
uw hand heeft mij beschermd en bewaard.
Vergeef mij mijn klein geloof
en alle onrecht deze dag bedreven.
Help mij allen te vergeven
die mij onrecht deden.

Laat mij in vrede slapen onder uw bescherming
en bewaar mij voor de dreiging van de duisternis.
In uw handen leg ik allen die ik liefheb,
dit huis, mijn lichaam en ziel.
God, uw heilige naam zij geprezen.
Amen.

(Dietrich Bonhoeffer)