LECTIO DIVINA

Luister na God se Woord in die Heilige Skrif

‘n Publikasie van Die Oratorium Uitgewery™

LECTIO DIVINA

Lectio Divina is een van die grootste skatte in die Christelike gebedstradisie. Dit beteken Goddelike Lees, en dit is om die boek te lees wat ons glo goddelik geïnspireerd is. Dié gebedstradisie stam uit 'n Hebreeuse metode wat gebruik is om die Heilige Skrifte te bestudeer en wat as haggadah bekend gestaan het. Haggadah het die Skriftekste op 'n interaktiewe wyse vertolk deur die betrokke teks vrylik te gebruik om tot die dieper betekenis daarvan te kom.

LUISTER NA GOD SE WOORD IN DIE HEILIGE SKRIF

Om na God se woord in die Heilige Skrif te luister *(Lectio Divina)* is 'n baie ou manier om 'n vriendskap met Christus aan te kweek. Dit behels 'n manier van luister na die Skriftekste asof ons in gesprek is met Christus en Hy die onderwerp van ons gesprekvoering kies. Die daaglikse ontmoeting met Christus en oorpeinsing van sy woord lei dieper as oppervlakkige kennismaking tot opregte vriendskap, vertroue en liefde. Uiteindelik raak die gesprek al hoe eenvoudiger soos dit tot 'n houding van eensgesindheid lei. Gregorius die Grote (6de eeu) het die Christelike kontemplatiewe tradisie opgesom deur dit die "rus in God" te noem. Dit was dan ook die klassieke betekenis van Kontemplatiewe Gebed vir die eerste sestien eeue in die Christelike tradisie.

KLOOSTERVORM VAN *LECTIO DIVINA*

Die kloostervorm van *Lectio Divina* is ‘n antieke metode wat aanvanklik deur die Woestynvaders en –moeders beoefen is, en later in die kloosters van beide die Weste en Ooste. Hierdie metode het eintlik nie ‘n vaste struktuur nie — ’n mens luister na die woord van God in ‘n spesifieke teksgedeelte wat na gelang van die geleentheid gekies is en dan volg jy die ingewing van die Heilige Gees. Dié metode kan ook in ‘n groep gebid word.

RIGLYNE VIR DIE KLOOSTERVORM VAN *LECTIO DIVINA*

MOMENT EEN - LECTIO Lees die Skrifteks vir die eerste keer. Luister met die “oor van jou hart”. Is daar ‘n frase, sin of selfs een woord wat jou aandag trek? Begin om dié frase, sin of woord oor en oor te herhaal, sodat dit jou hart diep binnedring. Hou aan om dié frase, sin of woord te herhaal sodat jou hart daarby aanklank vind.

MOMENT TWEE - MEDITATIO Oorpeins, proe die woorde. Laat hulle aanklank vind by jou hart. Kweek ‘n houding van stille aanvaarding en laat dit jou in jou gebedstyd deurdring. Skenk aandag aan dit wat tot jou hart spreek.

MOMENT DRIE - ORATIO Beantwoord die ingewing wat jy ervaar met ‘n smeekbede, lof– of dankgebed, soos jy aanhou om na die frase, sin of woord te luister. Bid die gebed en keer terug na die herhaling van die woord in jou hart.

MOMENT VIER - CONTEMPLATIO Rus in God. Ervaar gewoonweg God se nabyheid soos jy jouself oopstel om al hoe dieper na God se woord te luister. Indien jy 'n begeerte het om weer die Heilige Skrif te lees, volg die ingewing van die Gees.

DIE METODE VAN *LECTIO DIVINA*

Lectio Divina is die mees tradisionele manier om 'n vriendskap met Christus aan te gaan.

Dit bied ons 'n manier om na Skriftekste te luister asof ons in gesprek tree met Christus en Hy die onderwerpe van ons gesprek kies. Dit is om met die 'oor' van die hart te luister.

Hierdie daaglikse ontmoeting met Christus en ons oorpeinsing van sy Woord lei ons verder as blote kennismaking na 'n diep gesindheid van vriendskap, vertroue en liefde. *Lectio Divina* lei ons na gemeenskap/kommunie, of soos pous Gregorius die Grote (6de eeu) die Christelike kontemplatiewe tradisie opgesom het, na "rus in God".

GROEI IN VERHOUDING

Die groei in ons verhouding met God is 'n proses net soos in enige ander verhouding. Om te begin is dit nodig dat ons in gesprek tree met God se woord. Soos ons dialoog verloop ontdek ons verskillende maniere om in verhouding te wees met God, verskillende oomblikke of momente van saamwees met God.

Daar is oomblikke waar jy na die ander een luister en die betekenis van sy/haar woorde oorpeins. Ander oomblikke wanneer julle mekaar beantwoord of diep in gesprek verkeer, en ook ander momente wanneer julle samesyn nie woorde nodig het nie.

'n Verhouding met God bestaan uit baie verskillende momente. Hierdie oomblikke met God kan in enige volgorde geskied.

Begin deur elke moment te beleef en neem soveel tyd as wat jy daarvoor benodig. Daar is niks wat gedoen 'moet' word nie. Luister met die oor van jou hart en laat jou gesprek met God op sy eie tyd ontvou en laat die Heilige Gees die leiding neem.

Dit is belangrik dat ons God vertrou en weet dat Hy graag by ons wil wees en ons die gemoedsrus en vrede wil gee wat ons so begeer.

DIE SKOLASTIESE VORM VAN *LECTIO DIVINA*

Hierdie manier van *Lectio Divina* beoefen het in die Middeleeue aan die begin van die Skolastiese Tydperk ontwikkel. Destyds was mense geneig om die geestelike lewe in aparte blokke op te verdeel. Dié tendens het tot gevolg gehad dat daar groter klem op die verstand en op analise gelê is as op die persoonlike ervaring. Die skolastiese vorm verdeel die proses in verskillende stappe wat 'n hiërargiese patroon

volg. Die skolastiese vorm bly nuttig vir die aanleer van *Lectio Divina* as individu of as groep.

RIGLYNE VIR DIE SKOLASTIESE *LECTIO DIVINA*

STAP EEN: Lees die Skrifteks en nooi almal uit om met die 'oor van hul hart' daarna te luister. Watter frase, sin of selfs woord staan vir jou uit?

STAP TWEE: Lees die Skrifteks weer en Oorpeins die woord van God. Nooi almal uit om bewus te word van enigiets wat hulle aangeraak het, 'n gedagte of bepeinsing wat vir hulle betekenisvol is. Laat enkele minute van stilte toe.

STAP DRIE: Lees weer deur die Skrifteks en Beantwoord die woord van God op spontane wyse. Wees bewus van enige gebed wat opwel gedurende dié ervaring. Laat weereens enkele minute van stilte toe.

STAP VIER: Lees die Skrifteks 'n laaste keer deur en kom tot Rus in die woord, oorpeins of bid nou en laat God toe om in stilte tot jou te spreek. Handhaaf die stilswye vir enkele minute.

Verleng die gebedsoefening: Neem ná 'n rustydjie die frase, sin of woord saam na jou daaglikse aktiwiteite en luister, oorpeins en bid daaroor vir die res van jou dag. Laat dit toe om deel te word van wie jy is.

LECTIO DIVINA EN SENTREERGEBED

Lectio Divina en Sentreergebed is twee aparte vorme van gebed. *Lectio Divina* behels lees, oorpeinsing, asook die beantwoording van God se woord en die rus daarin wat 'n mens help groei in jou verhouding met God.

Sentreergebed is 'n gebedsmetode waarin ons instem om tot rus te kom in God se aanwesigheid. Dit is 'n gebedsvorm wat ons verby gesprek met God voer na eenwording met Hom. Dit berei ons voor om die gawe van kontemplasie te kan ontvang.

Lectio Divina kan as 'n geskenk aan Sentreergebed beskou word. Soos ons verhouding met God verdiep sal ons voornemens om deur Sentreergebed tot rus te kom in God daardeur versterk word.

Sentreergebed kan ook as geskenk aan *Lectio Divina* beskou word omdat dit ons van alle hindernisse bevry wat verhoed dat ons in *Lectio Divina* op 'n dieper vlak na God se woord kan luister.

LECTIO DIVINA EN BYBELSTUDIE

Bybelstudie behels die lees en bestudering van die Heilige Skrif sodat ons die nodige inligting kan bekom om die konteks van 'n betrokke Skrifgedeelte beter te verstaan. Dit verskaf 'n goeie agtergrond vir die beoefening van *Lectio Divina*.

Lectio Divina behels die oorpeinsende lees van die Heilige Skrif. Dit is ’n gebedsmetode wat ons na die dieper betekenis van die Skrif lei en sodoende ons lewens transformeer. Om die Bybel op so ‘n kontemplatiewe manier te lees dien as goeie aanvulling vir ons verstaan en vertolking van die Heilige Skrif.

WORD ‘N WOORD VAN GOD

OM SELF OMVORM TE WORD IN DIE WOORD VAN GOD is ’n proses wat gebeur as ons getrou God se Woord lees, dit oorpeins, dit beantwoord en daarin tot rus kom.

DIE INGESTELDHEID OM IN GOD SE AANWESIGHEID TE RUS word deel van ons daaglikse lewens. So word ons ’n kanaal van God se nabyheid vir ander mense.

OM ÉÉN MET GOD TE LEWE stel ons in staat om bo onsself uit te styg en alles in God en God in alles te ervaar. Dit verhoed dat ons die middelpunt van bestaan word.

ONS ENERGIE/LEWENSKRAG WORD ÉÉN MET GOD SE ENERGIE/LEWENSKRAG. So word ons net so barmhartig, medelydend en liefdevol soos wat God barmhartig, medelydend en liefdevol is.