

## Voorwoord

Terug naar de kern. Dat is waar heel veel christenen vandaag de dag naar verlangen. Terug naar de kern van geloven, van hopen, van liefhebben en van kerk-zijn. Wat is die kern?

Allereerst moeten we dan zeggen: Jezus Christus is de kern. Jezus Christus is het hart van ons geloof. Jezus Christus is het die alles nieuw maakt. Jezus Christus is het die al onze liefde, eerbied en aandacht waard is. Jezus Christus is Heer!

En dan kunnen we ook zeggen: als we deze Jezus willen leren kennen, als we Hem willen ontmoeten, als we Hem willen volgen en in verbondenheid met Hem willen leven zodat we ook meer en meer op Hem gaan lijken, dan kunnen we niet zonder een biddende omgang met de Schriften die van Hem getuigen. Bij alles wat er speelt in kerken, bij alles wat nodig is om de kerk als het ware opnieuw uit te vinden in de eenentwintigste eeuw, bij alles wat er ook echt mis gaat in het kerkelijk leven en wat om veel aandacht vraagt, vergeten we maar zo om de tijd en de ruimte te nemen die nodig zijn om blijvend verbonden te zijn met Jezus Christus.

*Blijf in Mij, en Ik in u. Zoals de rank geen vrucht kan dragen uit zichzelf, als zij niet in de wijnstok blijft, zo ook u niet, als u niet in Mij blijft.*

(Johannes 15:4)

Dit boek met veertig oefeningen in biddend bijbellezen verschijnt vanuit de overtuiging dat lectio divina een van de krachtigste en vruchtbaarste geestelijke oefeningen is om bezig te zijn met het blijven in Christus. Wie daar tijd en aandacht aan besteedt, krijgt daar nooit spijt van. Elke minuut die we investeren in het biddend lezen van de Bijbel is een minuut die ten goede komt aan de opbouw van Christus' kerk op aarde, of we de lectio divina nu individueel of gezamenlijk beoefenen.

In 2019 verscheen *Samen luisteren in de stilte. Lectio divina met 40 oefeningen*. Er bleek veel vraag te zijn naar dit boek, waaraan zeventien auteurs meewerkten. Daarom kwam er al snel het plan om een tweede boek te maken. Dat heb je nu in handen: *Kijken en luisteren naar Jezus. 40 keer lectio divina*. Aan dit boek schreven tien auteurs mee uit de rooms-katholieke en

de protestantse traditie. We hebben ervoor gekozen om ons te concentreren op teksten uit de evangeliën, specifiek op woorden die Jezus sprak en nog spreekt. Want dat is het mooie van lectio divina als biddend bijbellezen: de stem van de Heer komt opnieuw tot klinken in ons leven vandaag. Daar gaat het in de lectio om: dat Gods stem klinkt en ons in zijn aanwezigheid brengt, waar we tot rust kunnen komen.

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

*Jos Douma*

# Inhoud

'Ik kijk Hem aan en Hij kijkt mij aan' 12

Lectio divina: een praktische handreiking 18

## 40 keer lectio divina

1. Het Woord: alles of niets – Johannes 1:1-5 22
2. Zaaïen op vruchtbare grond – Markus 4:26-29 26
3. Al was het maar een kruimel – Markus 7:26-30 30
4. Het risico van vasten – Lukas 4:1-2 34
5. Wees barmhartig voor elkaar – Lukas 10:33-37 38
6. Op zoek naar het verloren schaap – Lukas 15:4-6 42
7. Levenslicht – Johannes 8:12 46
8. Niet van brood alleen – Mattheüs 4:4 50
9. Thuiskomen bij God – Mattheüs 5:1-5 54
10. Nooit wanhopen aan Gods barmhartigheid – Mattheüs 5:6-10 58
11. Water wordt wijn – Johannes 2:7-10 62
12. Waar ik ook heen ga – Johannes 3:8 66
13. Een waterbron worden – Johannes 4:14 70
14. Leven gevend brood voor de wereld – Johannes 6:48-51 74
15. Laat haar – Johannes 12:3-7 78
16. Alles in handen – Johannes 13:2-5, 12 82
17. Vrede – Johannes 14:27 86
18. Blijf in Mij – Johannes 15:4-5 90
19. Wie zoek je? – Johannes 20:15-17 94
20. Verlangen naar vrijmoedigheid – Lukas 18:15-17 98
21. Ik ben het licht der wereld – Johannes 8:12 102
22. Ik ben de goede Herder – Johannes 10:11-15 106
23. Ik ben de deur der schapen – Johannes 10:7-9 110
24. Ik ben de opstanding en het leven – Johannes 11:25-26 114
25. Ik ben het – wees niet bang! – Johannes 6:16-21 118
26. Tempelreiniging – Mattheüs 21:12-14 122
27. Wat een ogenblik! – Johannes 17:1 126
28. Het echte leven – Johannes 17:3 130
29. Van wie ben je eigenlijk? – Johannes 17:6 134
30. Als de eenheid op het spel staat ... – Johannes 17:20-21 138

- 31. Geschonken verbondenheid en eenheid – Johannes 17:22-23 142
- 32. Hij gaat door en Hij geeft niet op – Johannes 17:26 146
- 33. Schade aan je ziel – Markus 8:36 150
- 34. Zoals ook uw Vader barmhartig is – Lukas 6:36-37 154
- 35. Van mens tot mens – Mattheüs 25:43-45 158
- 36. Bij U aan tafel – Lukas 22:15-16 162
- 37. Vergeef ons onze schulden – Lukas 23:34 166
- 38. Mijn God, mijn God – Markus 15:34 170
- 39. Doodsverachting – Mattheüs 26:36-39 174
- 40. Rust voor mijn ziel – Mattheüs 11:28-30 178

Over de auteurs 184

Over Contemplatio 188

# 40 KEER LECTIO DIVINA



*In het begin was het Woord en het Woord was bij God en het Woord was God. Dit was in het begin bij God. Alle dingen zijn door het Woord gemaakt, en zonder dit Woord is geen ding gemaakt dat gemaakt is. In het Woord was het leven en het leven was het licht van de mensen. En het licht schijnt in de duisternis, en de duisternis heeft het niet begrepen.*

Johannes 1:1-5

# 1. Het Woord: alles of niets

Woorden zijn voor mij – schrijver van professie – dé grondstof voor mijn arbeid. Elke voorstelling, elke gedachte die ik te berde breng, kan alleen via woorden gestalte krijgen in de harten en hoofden van mijn lezers. Maar het Woord van God reikt oneindig veel dieper en verder dan enig woord van mij ooit zou kunnen. Daarom blijft de aanvang van het evangelie naar Johannes mij altijd met ontzag en ontroering vervullen. Precies deze woorden dragen immers het zaad van het leven in zich. Ze voeren mij direct terug naar de oorsprong van al het zijnde. Van het gekende en het onkenbare. Ze ontsteken een vuur in mijn binnenste dat van voor de aanvang der tijden is.

## Lectio

Er zijn vijf woorden die mij precies in deze volgorde raken: Woord, God, leven, licht en duisternis. Ze nodigen mij uit de trap te beklimmen die ze samen vormen. De reis start bij het Woord dat als begin van alle gaan en staan mij naar de volgende trede voert, omhoog naar de plek waar God het bij zich en in zich draagt. Via dat Woord roept Hij zijn schepping tot zijn en aanzien. Maar dat is nog maar het begin, want alles draait uiteindelijk om het hoger gelegen doel: de levensvonk die overspringt. De levensvonk die de hoogste en allesomvattende waarde ontketent: het licht waarin al het zijnde tot zijn bestemming komt. Licht dat alle vormen van duisternis overwint die door de kieren van ons bestaan Gods oorspronkelijke schepping zijn binnen geslopen.

## Meditatio

Mijn gedachtewereld en alles wat ik uit die wereld doorgeef bestaat bij de gratie van het gesproken en geschreven woord. Pas als ik iets een naam kan geven of het met woorden kan duiden, krijgt het ook een eigen bestaan in de wereld van anderen. Het woord is zowel het instrument als de opslagplaats voor elke gedachte, iedere voorstelling van zaken. De enorme verantwoordelijkheid die daarvan uitgaat, beklemt me. Want: hoe vaak ben ik niet verstrikt geraakt in de veelheid van woorden die ikzelf produceer of die anderen over mij hebben uitgestort? De apostel Jakobus waarschuwt dat woorden veel kapot kunnen maken. Bijvoorbeeld door verkeerde dingen te zeggen of op het verkeerde moment een gedachte of wens te uiten. Mede op grond van deze waarschuwing bindt de heilige Benedictus zijn monniken op het hart om – als het enigszins kan – zwijgzaam te zijn. ‘Spreken is zilver, zwijgen is

goud,' zegt het spreekwoord niet voor niets. Maar: goede woorden op het juiste moment gesproken zijn als gouden appels op een zilveren schaal (naar Spreuken 25:11). Ze verwijzen naar schoonheid en waarheid, en liggen verankerd in het Woord, dat leven en licht in zich draagt. Is het daarom dat deze tekst altijd heimwee in mij losmaakt naar het verloren paradijs? Naar de hemel op aarde, naar de dag dat voorgoed het licht aangaat in de wereld, in mijn hart, in mijn hoofd en in elk woord dat ik zeg en schrijf.

### Oratio

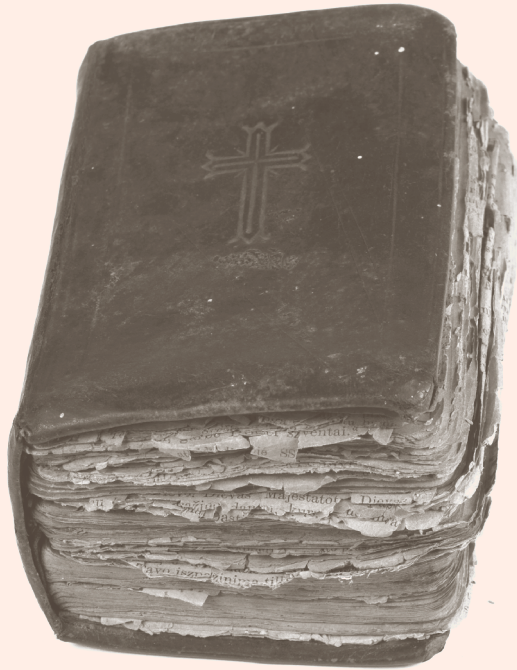
O God, als ik probeer te bevatten wat uw woord teweeg heeft gebracht, ook in mijn leven, gaat het me duizelen. Daarom bid ik met de psalmdichter David dat uw woord mij als een lamp voor mijn voet in het donker zal bijlichten. Dat het mij inzicht geeft in elke situatie waarin er iets van mij wordt verlangd. Verlicht zo mijn duisternis en bescherm me door uw grote barmhartigheid tegen alle moeite en gevaren van het onbekende en van elke nieuwe nacht, omwille van de liefde van uw enige Zoon, mijn Zaligmaker, Jezus Christus. Amen.

### Contemplatio

Uw woord is een lamp voor mijn voet en een licht op mijn pad.

*Elise G. Lengkeek*





*Ook zei Hij: Zo is het Koninkrijk van God: als wanneer iemand het zaad in de aarde werpt en slaapt en opstaat, nacht en dag; en het zaad ontkiemt en komt op, zonder dat hij zelf weet hoe. Want de aarde brengt vanzelf vrucht voort: eerst de halm, daarna de aar, daarna het volle koren in de aar. En als de vrucht het toelaat, zendt hij meteen de sikkel erin, omdat de oogsttijd aangebroken is.*

Markus 4:26-29

## 2. Zaaïen op vruchtbare grond

Deze tekst was een verrassing voor mij, toen ik hem een paar maanden geleden voor het eerst hoorde. Het bijzondere eraan is dat er een bepaalde ontspannenheid van uitgaat, die ik niet altijd verwacht als het over groei in Gods Koninkrijk gaat. God is natuurlijk degene die zijn Koninkrijk vestigt, maar vaak heb ik toch het gevoel dat ik er van alles voor moet doen. Ik moet groeien in karakter, zodat ik steeds meer op Jezus ga lijken. Daarna moet ik het Koninkrijk zichtbaar maken om mij heen: naar de mensen verder weg of dichtbij, en in de schepping. Deze tekst zet mij weer even op mijn plaats.

### Lectio

De tekst is een gelijkenis: ‘Zo is het Koninkrijk van God,’ zegt Jezus. Meteen komen de vragen boven. Gaat dit echt zo? Wat als de aarde niet in staat is om vrucht voort te brengen? Wat als de groei niet komt? Maar ik ga terug naar het begin, en de vragen worden geparkeerd:

### *Zo is het Koninkrijk van God.*

Als God regeert, zal het zo gaan. Misschien nu nog niet altijd zichtbaar, maar toch ... Dat valt ook op in deze gelijkenis: de zaaier weet niet hoe het zaad groeit. De zaaier zaait, gaat zijn dagelijkse gang, en ziet dan dat het zaad vrucht begint te dragen. Niet van de ene op de andere dag, maar heel gestaag. De zaaier weet niet hoe het zaad groeit, maar God weet het natuurlijk wel. En in de gelijkenis licht Jezus een tipje van de sluier op: de aarde brengt vanzelf vrucht voort.

### Meditatio

Vaak vind ik het moeilijk om ‘gewoon’ het zaad van het Koninkrijk te zaaïen. Het valt niet mee om Gods woord in mij te laten leven, om die woorden te delen, en om goede daden te doen. Soms zijn er situaties waarin ik me afvraag hoe Gods woord er verschil in zou kunnen maken, en soms zaaï ik liever egoïstische daden dan daden van liefde, vrede en recht. Toch spoort de gelijkenis in alle eenvoud aan om het zaad van Gods woord en van zijn liefde, vrede en recht in de aarde te werpen. Zo gaat het in het Koninkrijk, probeer het maar! Want iemand die Jezus navolgt, zal – net zoals Hij – zaad in de aarde werpen.

Dat zaaien lijkt ook het enige te zijn wat een navolger van Jezus moet doen. En dan het gewone leven leven: slapen en weer opstaan, elke nacht en elke dag weer. Eerst slapen – zo gaat dat in het leven voor Gods aangezicht. Elke dag begint met slaap en rust, in het vertrouwen dat God ondertussen in ons en in de wereld aan het werk is. Daarna opstaan – ons dagelijks werk doen, voor Gods aangezicht. En God zélf zorgt ervoor dat het gezaaide zaad tot groei en bloei komt.

‘De aarde brengt vanzelf vrucht voort,’ maar alleen omdat God voor de juiste voedingsbodem zorgt. Al bij de schepping bereidde God het land voor, zodat daarna op zijn bevel allerlei jong groen kon ontkiemen: zaadvormende planten en bomen met vruchten met zaad erin. En zo schiep God ook de mens, zo schiep Hij mij: als plek waar het zaad van zijn Koninkrijk kan ontkiemen en vrucht dragen. Ook al weet ik niet precies hoe die groei tot stand komt: het Koninkrijk groeit. Ik hoef alleen maar te zaaien.

### Oratio

Jezus, dank U dat U mij leert over het Koninkrijk van God. Schepper God, dank U dat U de wereld en de mensen maakte als een plek waar uw Koninkrijk mag ontkiemen en vrucht dragen. Dank U dat U zelf zorgt voor groei en bloei. Geef mij het vertrouwen in uw zorg voor deze wereld en voor mij. Geef mij moed om het zaad van uw Koninkrijk te zaaien. Bemoedig mij door te laten zien waar uw Koninkrijk in de wereld om mij heen en in mijn leven ontkiemt. Amen.

### Contemplatio

Zo is het Koninkrijk van God: ik mag zaaien, Gods aarde brengt vanzelf vrucht voort.

*Anne-Maaike Pathuis*