

Lectio divina – Kirkens meditative lesning av Bibelen

Innledning

Lectio divina er en eldgammel tradisjon i Kirken, særlig knyttet til benediktinerordenen. Det er en måte å lese Bibelen på hvor man påkaller Den Hellige Ånd og ber Ånden om å åpne skriftene for oss. *Lectio divina* handler mer om å *be* Bibelen enn om å *lese* Bibelen. Hensikten er å møte Den levende Gud som taler til meg her og nå gjennom Bibelens ord.

Kirken oppfordrer kateketer og andre som har som tjeneste å lære mennesker om katolsk tro til å benytte *lectio divina* for å legge til rette for nettopp et levende møte mellom den som lærer og den Gud som er den egentlige læremester. I *Generaldirektoriet* for katekesen i Kirken står følgende:

Kirken ønsker at Den hellige skrift skal ha en fremtredende rolle i Ordets tjeneste. Helt konkret vil dette si at katekesen bør være en "autentisk innføring i *lectio divina*, det vil si i en lesning av Den hellige skrift i samsvar med den Ånd som bor i Kirken" (GDC 71).

Her følger en rekke stensiler som kan brukes under *lectio divina*. Man kommer først under huden på hva *lectio divina* er når man bruker metoden. Etterhvert som man har lært seg til å lese Bibelen på denne måten, trenger man heller ikke skjemaer.

Beskrivelse

Før du gjennomfører denne aktiviteten med en gruppe, må du gjøre *lectio divina* på egen hånd med en eller flere av de tekstene som er foreslått her. Forsøk også å bruke skjemaene, slik at du på forhånd vet hvilke utfordringer som kan dukke opp. På denne måten kan du også dele av egen erfaring, noe som er viktig i denne formen for katekese.

Kort gjennomgang av stegene i *lectio divina*

I plenum går du først gjennom hva *lectio divina* er. Det er ikke nødvendig å bruke mye tid på dette, for dette er en aktivitet man først lærer å kjenne godt gjennom å gjøre den. Det viktigste i gjennomgangen er å forklare de fire (fem) ulike stadiene: *lectio* (lesning), *meditatio* (meditasjon eller refleksjon), *oratio* (bønn) og *contemplatio* (kontemplasjon). Det femte stadiet er ikke en del av *lectio divina* i seg selv, men det følger som en naturlig konsekvens, nemlig *actio* (handling).

***Lectio* (lesning)**

Det første steget er enkelt og greit å lese teksten og å forsøke å forstå hva som står der. Det er en oppmerksom og langsom lesning med fokus på fortellingen, den bokstavelige meningen i teksten. Her skal man ikke bruke teksten som speil eller stille spørsmål om hvordan dette berører meg eller hva teksten sier meg. Viktige spørsmål man tar med seg under denne delen av lesningen kan være: Hva forteller denne

teksten som alle bør forstå? Hva skjer i teksten? Hvem er personene? Hva er handlingen? Hva er det generelle budskapet i teksten?

Meditatio (meditasjon eller refleksjon)

Under denne delen av lesningen retter man fokus innover mot seg selv.

Grunnlagsspørsmålet her er: Hva sier denne teksten til meg, her og nå, i mitt liv slik det er i dag? Dette er en kreativ og åpen lesning av teksten hvor man f.eks. kan leve seg inn i de ulike personene i teksten. Man kan forsøke å tenke seg hvordan man selv ville følt eller reagert dersom det var jeg som opplevde dette. F.eks., om jeg var Simon Peter når Jesus sa "Vik fra meg, Satan!", hvordan ville jeg følt det? Her er det også rom for å la hendelser og personer i eget liv kaste lys over teksten. Hensikten er å gå inn i fortellingen, og å se på den som Guds fortelling med og i mitt liv.

Oratio (bønn)

Når man mediterer over teksten på den måten som er beskrevet, beveger man seg også inn i et rom hvor man står ansikt til ansikt med Gud. Mitt liv møter Guds liv i de hellige tekstene. Dette åpner for bønn. Vi har møtt Gud i Skriftens fortelling, og nå svarer vi Gud i bønn og med egne ord. Denne måten å be på er som en enkel og tillitsfull samtale mellom meg og Gud. Det kan være i form av takk, forbønn, bønn om hjelp, lovprisning osv. Vi kan også be til helgener vi evt. har lest om og be dem om forbønn og lys på vår vei.

Contemplatio (kontemplasjon)

Kontemplasjon er mer en form for nærvær enn en form for bønn. Her handler det om å være i Guds nærvær, å vite at Gud ser og hører og forstår, og å stole på at Gud vil oss vel. Dette kan oppleves litt vanskelig for mange, og man kan lett bli forstyrret av den uroen man har inni seg. Dette er imidlertid ikke noe man må forsøke å flykte fra, for det er en del av den vi er her og nå. Ta det med inn i bønnen. Gå gjerne også tilbake til teksten hvis tankene vandrer. Det viktigste her er å vite at Gud elsker oss slik vi er, at Gud gir oss å være i hans nærvær og at vi kan komme til Gud som vi er og finne hvile der.

Actio (handling)

Som nevnt er dette ikke en del av lesningen, men en naturlig konsekvens av den. Guds gave til oss, til meg, er aldri bare privat, men til hele verden. Når ett menneske løftes opp, er det som en flik av en duk som løftes opp. Hele duken følger med. Når vi møter Gud i bønn og mottar Guds nåde i våre liv, da får dette konsekvenser for hvordan vi bør leve i verden.

Lectio divina i plenum

Ved første gjennomgang, anbefales det at dere går gjennom alle stegene i fellesskap. Velg og del ut én av de foreslåtte tekstene fra stensilen *Fastetids-tekster for lectio divina*. Del også ut et sett med skjemaer til alle ungdommene. Gjennomfør så *lectio divina* og forklar underveis hvordan skjemaene skal brukes. Begynn alltid med en bønn, for eksempel den som står foreslått her:

*Vi takker deg, allmektige Gud, og lovpriser deg for dine veldige gjerninger.
For ditt skaperord, opphav til himmel og jord,
for mennesket du formet i ditt bilde, med evnen til å høre og svare på ditt
kall,
for det skrevne ord, "en lykt for min fot og et lys på min sti",
for Ordet som ble kjød og tok bolig iblant oss,
for ditt sanne og levende ord, bevart og forkynt i din Kirke,
for ordet som stadig virker i oss, og kaller oss til omvendelse og forsoning.
For alt dette takker vi deg, Herre, og priser ditt navn.
Amen.*

Lectio divina på egenhånd

Hensikten med skjemaene er å hjelpe til å innøve en teknikk. Siden alle er ulike, har ulike måter å lese på og er på ulikt sted i forhold til egen tro, må du også raskt la ungdommene styre sin egen lesning. Når dere har gått gjennom i plenum hvordan alle stegene er, kan det være lurt å la alle prøve på egenhånd.

Forklaring til skjemaene

Under følger en rekke skjemaer som kan benyttes. I øverste venstre hjørne står det hvilken eller hvilke av stegene skjemaet er til. Alle skjemaer kan brukes til alle tekster.

Alle stegene

De viktigste hendelsene og mitt liv

1. Hva er de viktigste hendelsene og/eller budskapene i teksten? (*Lectio*)

2. Hvordan knytter disse hendelsene eller budskapene an til mitt liv i dag? (*Meditatio*)

3. Hvilke spørsmål ville jeg stilt til personer i teksten dersom jeg var der? (*Meditatio*)

4. Hva vil jeg si til Gud? (*Oratio*)

5. Er det noe i teksten som rører meg spesielt og som åpner opp for et møte med Gud? (*Contemplatio*)

6. I lys av min lesning, ser jeg noe jeg bør forandre i livet mitt? Noe jeg må slutte å gjøre eller noe jeg må begynne å gjøre? (*Contemplatio-Actio*)

Meditatio

Inne i fortellingen

Beskrivelse: Les teksten og tenk deg at du er tilstede der det skjer. Lukk gjerne igjen øynene og forestill deg scenen før du skriver ned hva du hører, ser, lukter, kjenner og/eller smaker.

Jeg hører:

Jeg ser:

Jeg lukter:

Jeg kjenner:

Jeg smaker:

Oratio

Samtale med Jesus

Beskrivelse: Tenk deg at du var tilstede hvor handlingen fant sted, og at du fikk anledning til å ha en samtale med Jesus etterpå. Hva ville du ha sagt til ham? Hva tror du han ville ha svart? Hvordan kunne samtalen ha forløpt?

Du:

Jesus:

Du:

Jesus:

Du:

Jesus:

Contemplatio/Actio

Kall til endring i eget liv I

Beskrivelse: Å møte Gud slik vi gjør i *lectio divina* kaller alltid frem en bevissthet om at det finnes områder i livene våre vi bør endre på. Gud kaller oss ikke til å være perfekte mennesker, men til å bli mer og mer lik Gud selv. Når vi leser denne teksten, hvilke områder i eget liv ser vi at vi bør endre på? Forsøk å beskrive hva du tenker du bør endre i livet ditt i lys av din lesning av denne bibelteksten. Hva bør du gjøre mer av? Hva bør du gjøre mindre av? Hva bør du begynne å gjøre? Osv.

<i>Mitt liv i dag</i>	<i>Et nytt liv</i>

Contemplatio/Actio

Kall til endring i eget liv II

Beskrivelse: Endring er ikke enkelt. Det er ikke alltid lett å vite hva man bør endre, og det er ofte enda vanskeligere å faktisk gjøre det. I denne oppgaven skal du forsøke å sette ord på én ting du bør endre på i ditt liv i lys av den teksten du har lest.

Jeg ønsker å endre på:

For å endre på dette, trenger jeg å gjøre følgende:

1.

2.

3.
