

---

# 'Vaar naar het diepe'

(Interactieve) bezinningen voor ieder van ons

Het is belangrijk onszelf te voeden en te 'herbronnen' en dit niet enkel voor anderen te beogen. Deze bezinning nodigt uit tot stilvallen, delen en elkaar te beluisteren om zo tot verdieping te komen.

Uitgeprobeerd op Wepsvergaderingen of overlegmomenten van Don Bosco Vorming & Animatie hebben ze hun deugdelijkheid en haalbaarheid bewezen. We wensen jullie evenveel energie en inspiratie toe.

"Hij stapte in een van de boten, die van Simon was, en vroeg hem een eindje van het land weg te varen; hij ging zitten en gaf de menigte onderricht vanuit de boot. Toen hij was opgehouden boot met spreken, zei hij tegen Simon: 'Vaar naar diep water en gooi jullie netten uit om vis te vangen.' Simon antwoordde: 'Meester, de hele nacht hebben we ons ingespannen en niets gevangen. Maar als u het zegt, zal ik de netten uitwerpen.' En toen ze dat gedaan hadden, zwom er zo'n enorme school vissen in de netten dat die dreigden te scheuren. Ze gebaarden naar de mannen in de andere dat die hen moesten komen helpen; nadat dezen bij hen waren gekomen, vulden ze de beide boten met zo veel vis dat ze bijna zonken." (Lc5,3-7)

---

**samen  
DON BOSCO  
zijn plaats  
geven**





## 6. God zegt mij ...

### Concrete informatie

Benodigheden	Een Bijbel per deelnemer of een afgedrukte Bijbeltekst. De stappen van de methode voor elke deelnemer op papier, als ze de werkvorm nog niet kennen (zie bijlage). Schrijfgerief en papier.
Accommodatie	Een rustige ruimte die uitnodigt tot bezinning en stilte
Duur	Minimum 30 minuten
Groepsgrootte	Zes tot acht deelnemers per groepje
Vorbereiding	Keuze van een Bijbeltekst waarmee je wil werken en zorgen dat je de tekst beschikbaar stelt. De werkvorm goed voorbereiden en de beschikbare tijd indelen in drie fasen. De ruimte sfeervol aankleden. Zorgen voor een rustige overgang en een startgebed. Iemand vragen die de Bijbeltekst telkens zal voorlezen (in totaal 3 keer) als je hem/haar daartoe uitnodigt.

### Algemene informatie

- Doelstelling  
Kennis maken met een lectio divina vanuit den bepaalde methodiek: de methode Vigan. Op een rustige verdiepende manier stilstaan bij een Bijbeltekst en daarrond een aantal inzichten delen met anderen.
- Beschrijving  
Deze meer contemplatieve methode om in groep een Bijbeltekst te delen, werd uitgewerkt in het Filippijnse Vigan en is ruim verspreid. Ze dient strikt toegepast te worden. Dan - zo is de ervaring van velen - werkt ze heel eenvoudig en zeer diep.

Voorwaarde is alleen dat elke deelnemer authentiek over de brug wil komen.

We spreken van een driemaal-drie-methode omdat ze bestaat uit drie fasen (tekst - woord - antwoord), met telkens drie momenten (lezen - overwegen - meedelen).

De Bijbeltekst wordt telkens integraal en hardop *gelezen*. De beluisterde tekst wordt daarna telkens even in stilte *overwogen*. Het derde moment in elke fase is het *meedelen* door ieder van de aanwezigen. We zeggen niet

'uitwisselen'. Want in deze methode wordt over het meegedeelde niet van gedachten gewisseld. Andere contemplatieve methoden voorzien wél een periode van uitwisselen. Bijvoorbeeld door te zeggen wat je bij de inbreng van anderen opvalt. Of door te vragen naar verduidelijking. Zelfs dit soort 'contemplatief gesprek' gebeurt in de hier voorgestelde methode niet. De ervaring leert dat de interactie op deze manier niet kleiner is. Want het meedelen in de eerste fase bevrucht de tweede; en die van de tweede fase de derde. Je gaat anders luisteren naar de Bijbeltekst door wat je opviel bij de vorige mededeling van anderen. En dat heeft zijn invloed op wat je zelf meedeelt in de volgende ronde. Echte communicatie loopt steeds via het samen beluisterde Bijbelwoord. En dat gebeurt dus in drie fasen.

Concreet verloop:

*Inleiding*

De begeleider geeft eerst wat toelichting bij de werkvorm en het verloop van de verschillende fasen. Hij bewaakt doorheen de lectio de tijd, geeft telkens de volgende stap aan en nodigt daarbij uit tot voorlezen, tot overwegen in stilte, tot delen vanuit de opgegeven vraag. Na de toelichting start hij de lectio met een gebed en een moment van stilte. Nadien nodigt hij de voorlezer uit om een eerste maal de Bijbeltekst rustig voor te lezen.

*Eerste fase: tekst*

Na de eerste voorlezing herleest ieder in stilte de Bijbeltekst. Met als aandachtspunt: welke woorden of zinnen treffen mij? De deelnemers kunnen dit - met het oog op het meedelen - ook neerschrijven. Wie de bijeenkomst leidt, beëindigt de stilte door zelf de eerste ronde van mededeelzaamheid in te zetten. In het begin zullen sommigen misschien moeilijk de discipline kunnen opbrengen om geen uitleg te geven ('ik koos dit vers omdat...') en om evenmin op elkaar in te spelen ('ik vind integendeel iets heel anders belangrijk'). Iedereen zegt letterlijk alleen: 'In vers... treft mij; en in vers...'

*Tweede fase: woord*

Nu zoekt iedereen in stilte een antwoord op de vraag: wat wil God mij in deze Bijbeltekst zeggen? Wie wil, kan opnieuw iets noteren. Je hoeft je natuurlijk niet te binden aan de verzen die je in de eerste fase koos. Want het groepsgebeuren heeft jouw aandacht bevrucht. Nu de tekst opnieuw wordt voorgelezen, ga je op een nieuwe manier luisteren naar Gods boodschap voor jou. De Bijbeltekst blijft geen versteend drukwerk. Hij gaat open. Hij wordt een taal waarin je God verstaat. Het meedelen na de stilte wordt ingeleid met: 'God zegt mij: (eigen voornaam) ...'. Daarop volgt een vrije verwoording, met eventueel een verwerking van zinsneden uit de Bijbeltekst.

*Derde fase: antwoord*

Na de derde voorlezing is de stilte dus gericht op de vraag: welk antwoord geef ik op Gods uitnodiging? Het meedelen na de stilte wordt ingeleid met: 'Mijn antwoord op Gods uitnodiging is: ik ...'. We kunnen eventueel ook antwoorden in de vorm van een gebed.

De lectio wordt afgerond met een gebed door de inleider (zie bijlage).  
(naar Fr. LEFEVRE, *Open de Bijbel. Een benadering voor de praktijk*,  
Halewijn-Antwerpen 1998)

- Aandachtspunten

Het is belangrijk om de principes van de werkvorm strikt toe te passen en te bewaken dat de deelnemers zich te houden aan de startzin die ze in elke fase moeten gebruiken. Als iemand dat niet doet, onderbreek de persoon dan even en nodig uit terug te keren naar de vraag.

Spreek vooraf met de groep af of verwacht wordt dat ieder iets zegt bij fase twee en drie of dat je vrij bent om een stap over te slaan. Het is evenwel niet de bedoeling dat je op geen enkel moment actief participeert. In fase één neemt iedereen deel.

- Variaties

In bijlage vind je enkele vragen die je kan gebruiken doorheen de verschillende fasen om de deelnemers op weg te helpen in hun reflectie als ze nog niet zoveel ervaring hebben met deze werkvorm. De vragen zijn enkel bedoeld om de reflectie te stimuleren. Er wordt niet rechtstreeks op deze vragen geantwoord tijdens de deelmomenten want dan gebruik je de opgegeven formulering per fase.

## God zegt mij – bijlagen

### DE METHODE VIGAN/ VERLOOP

#### *Eerste fase: tekst*

Na de eerste voorlezing herleest ieder in stilte de Bijbeltekst. Met als aandachtspunt: welke woorden of zinnen treffen mij? De deelnemers kunnen dit - met het oog op het meedelen - ook neerschrijven. Wie de bijeenkomst leidt, beëindigt de stilte door zelf de eerste ronde van mededeelzaamheid in te zetten. In het begin zullen sommigen misschien moeilijk de discipline kunnen opbrengen om geen uitleg te geven ('ik koos dit vers omdat...') en om evenmin op elkaar in te spelen ('ik vind integendeel iets heel anders belangrijk'). Iedereen zegt alleen **'In vers... treft mij; en in vers...'**

#### *Tweede fase: woord*

Nu zoekt iedereen in stilte: wat wil God mij in deze Bijbeltekst zeggen? Wie wil, kan opnieuw iets noteren. Je hoeft je natuurlijk niet te binden aan de verzen die je in de eerste fase koos. Want het groepsgebeuren heeft jouw aandacht bevrucht. Nu de tekst opnieuw wordt voorgelezen, ga je op een nieuwe manier luisteren naar Gods boodschap voor jou. De Bijbeltekst blijft geen versteend drukwerk. Hij gaat open. Hij wordt een taal waarin je God verstaat. Het meedelen na de stilte wordt ingeleid met: **'God zegt mij: (eigen voornaam) ...'**. Daarop volgt een vrije verwoording, met eventueel een verwerking van zinsneden uit de Bijbeltekst.

#### *Derde fase: antwoord*

Na de derde voorlezing is de stilte dus gericht op de vraag: welk antwoord geef ik op Gods uitnodiging? Het meedelen na de stilte wordt ingeleid met: **'Mijn antwoord op Gods uitnodiging is: ik ...'** We kunnen eventueel ook antwoorden in de vorm van een gebed.

Het meedelen na de stilte wordt ingeleid door: Mijn antwoord op Gods uitnodiging ...

## Vragen ter reflectie bij de verschillende fases:

### Fase 1

- Wat vind ik nieuw in deze Bijbeluitleg? Wat vind ik verhelderend, bevrijdend voor mijn geloof en leven? Waar heb ik het moeilijk mee?
- Wat zie, hoor, lees... ik in de behandelde schriftpassages? Waar voel ik weerstand?

### Fase 2

- Hoe actueel vind ik deze Schrifttekst? Kan ik die plaatsen in mijn leven, in de maatschappij, in de Kerk van vandaag?
- Waarin heeft God tot mij gesproken - doorheen de Schrifttekst, doorheen de anderen? Wat is zijn boodschap aan mij? Waar daagt Hij me toe uit? Waar krijg ik een woord waarmee ik weer verder kan?

### Fase 3

- Wat kan/wil/durf ik antwoorden op het woord dat God tot mij richt?
- Wat neem ik mee om werk van te maken in mijn dagelijkse situatie? Hoe wil ik dat concreet proberen te doen?

## **Gebeden**

### Startgebeden

Om inspiratie en luisterbereidheid bidden wij  
in deze samenkomst rond de Schrift.  
Dat wij niet zomaar horen wat wij willen horen,  
maar dat wij horen en verstaan  
wat wij nog niet weten of misschien niet 'geweten' willen hebben.  
Dat wij uit oude en bekende woorden  
nieuwe schatten van bevrijding en hoop zouden delven.

levende God,  
maak ons benieuwd, zo verdoofd en schamper als wij zijn;  
maak ons nieuwgeboren, zo oud als wij zijn;  
maak ons hoopvol en verlangend naar Uw Rijk dat komen zal.  
En bovenal: maak ons opstandig en springlevend,  
zo dood als wij op vele plekken van ons samenleven zijn.  
Om inspiratie en luisterbereidheid bidden wij  
in deze samenkomst rond de Schrift. Amen.

*(naar Jan van Opbergen in 'Ter Inspiratie', jg.25, nr.27, 1994)*

## Afrondend gebed

Laat het soms even zijn  
alsof wij gaan op vleugels –  
zoals mensen gaan  
die op weg zijn naar een nieuw begin.

Dat wij zien, nog bij ons leven,  
een glimp, een vonkje van uw rijk van vrede: mensen in vrede.

Dat wij soms even weten, zo zeker als wij bestaan, dat duren zal uw trouw,  
en wie Gij zijn zult, ooit,

in een nieuwe hemel, op een nieuwe aarde, als de dood gedood is: God  
in mensen.

Nu nog heeft niemand U ooit gezien. Maar Gij zult God zijn, nieuw en  
voorgoed alles in allen.  
(Huub Oosterhuis in 'Gebeden en Psalmen, Ambo/Baarn, 1984, p.189)