



COMMUNITAS
—Nederland—

Visio-Divina

Wat is het?

Visio Divina is een geestelijke oefening waarbij je je ogen gebruikt om je bewust te worden van Gods aanwezigheid en hem de ruimte te geven om door wat je ogen zien tot je te spreken. Je kunt deze oefening doen met afbeeldingen, iconen, kunstobjecten of de natuur/schepping zelf, maar het is ook een vorm waarmee je Gods aanwezigheid en hart voor je buurt kunt (her)ontdekken. Het is gemakkelijk om in het dagelijkse leven Gods aanwezigheid, Gods vingerafdrukken te missen, maar deze oefening helpt je om even stil te worden, adem te halen en je omgeving met Gods ogen te bekijken.

Waar vinden we het in de Bijbel?

De Bijbel vertelt ons dat God de schepper van alles is en dat Hij altijd en overal aanwezig is:

- '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.' (Johannes 1:1-3 HSV)

Met andere woorden: alles wat we zien bestaat door Jezus. De stoeptegel bij je voordeur, het materiaal van je portiek, de blaadjes aan de bomen, de banden van de auto aan de overkant, het bankje bij de speelplaats, alles is gemaakt door God en ergens in dit alles is Gods vingerafdruk te zien.

- 'Kan iemand zich voor Mij verbergen? Ben Ik niet overal tegelijk, in de hemel en op de aarde?' zegt de Here.' (Jeremia 23:24 HTB)

Er is geen plek waar God niet aanwezig is. Het enige dat (vaak) mist, is ons bewustzijn van Zijn aanwezigheid.

- 'Gods ogen zien alles, al het kwade én al het goede.' (Spreuken 15:3 HTB)

Bij Visio Divina hebben we het verlangen om de dingen om ons heen te zien, zoals God ze ziet.

Hoe doe je het?

- Zet even wat tijd apart en bepaal (samen met God) waar je de Visio Divina in je buurt wilt doen.
- Kom even tot rust, word je bewust van Gods aanwezigheid en vraag de Heilige Geest om je ogen, je gedachten en je gebeden te leiden.
- Kijk om je heen, stel je open en streef ernaar om je omgeving te zien zoals God ze ziet.

Welke vrucht geeft deze oefening?

- Besef van Gods aanwezigheid in het alledaagse
- De omgeving met andere ogen kunnen zien
- Dankbaarheid, lofprijs
- Bewogenheid, treuren

Communitas International helpt wereldwijd een nieuwe generatie missionaire leiders om Gods roeping voor hun leven waar te maken. We putten uit 50 jaar ervaring in het starten en vormgeven van kerken en missionaire communities en komen graag langs om Gods werk in jouw en door jouw heen aan te wakkeren.

Website: GoCommunitas.NL

Email: nederland@gocommunitas.org

**Om onze nieuwsbrieven te ontvangen
klik hier of scan de QR code.**

