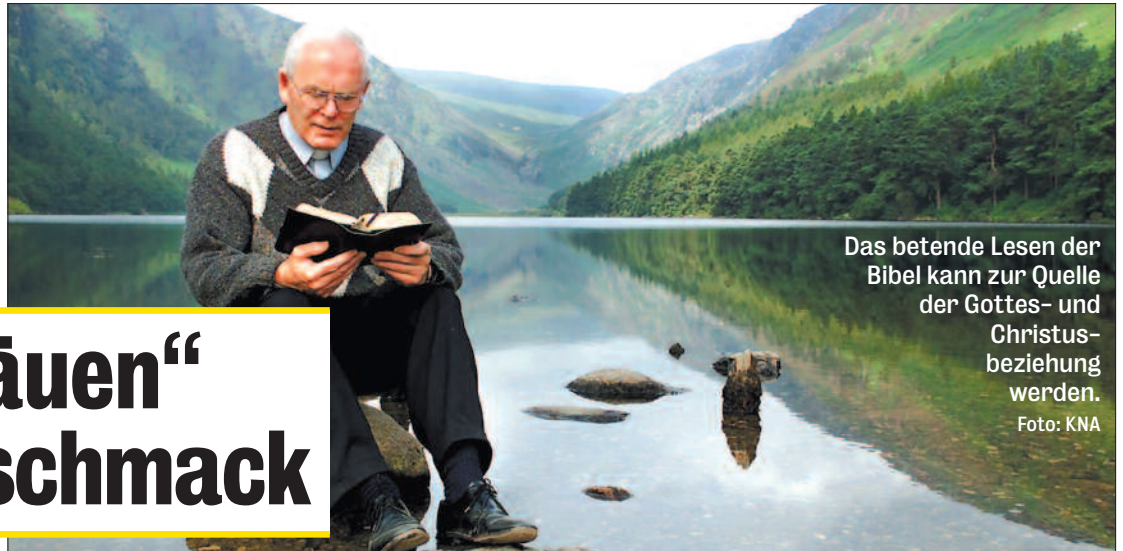


Die Lectio divina, eine alte Methode der **geistlichen Schriftlesung**, erfährt seit einigen Jahren eine Renaissance.



Das betende Lesen der Bibel kann zur Quelle der Gottes- und Christusbeziehung werden.  
Foto: KNA

## „Wiederkäuen“ bringt Geschmack

Das Zweite Vatikanische Konzil empfahl ausdrücklich das „betende Lesen“ der Heiligen Schrift: Die Gläubigen „sollen daran denken, dass Gebet die Lesung der Heiligen Schrift begleiten muss, damit sie zu einem Gespräch werde zwischen Gott und Mensch“, denn „ihn reden wir an, wenn wir beten; ihn hören wir, wenn wir Gottes Weisungen lesen“ (Ambrosius). (DV 25). Damit erinnerte das Konzil an die Tradition der Lectio divina (wörtlich: „göttliche Lesung“, gemeint ist „geistliche Schriftlesung“), die sich im mittelalterli-

chen Mönchtum entwickelt hat. Sie erlebt seit einiger Zeit eine regelrechte Renaissance. Das deutsche Katholische Bibelwerk hat eine eigene Projektgruppe zur Lectio divina eingesetzt. Auf der Homepage [www.bibelwerk.de](http://www.bibelwerk.de) kann man in einer Artikelserie über die Lectio divina nachlesen, und in der Fastenzeit 2010 soll ein Bibellesemodell den Gemeinden angeboten werden, das die Lectio divina für Gruppen adaptiert.

Die Schrifttexte sollen dabei so gelesen werden, dass sie zur Quelle der Gottes- und Chris-

tusbeziehung werden. Das aufmerksame Hören und Betrachten der Schrift bedarf einer Haltung der Demut, sich etwas sagen zu lassen – und nicht selbst schon alles zu wissen.

### Wie altes Hausbrot

Zu dieser Haltung „aktiver Passivität“ gehört auch die „ruminatio“, das „Wiederkäuen“: Entgegen dem Trend, vom Neuen zum immer noch Neueren zu springen, entspricht es der Erfahrung der Meister des geistlichen Lebens, dass manches

Schriftwort – ähnlich wie altes Hausbrot – erst seinen „Geschmack“ freigibt, wenn man es „wiederkäut“, es also wiederholt, bis man meint, es gebe nichts mehr her. Gerade dann kann – wie durch einen „Geistesblitz“ – neue Erkenntnis geschenkt werden.

Das Konzil mahnt die Gläubigen, sich „durch häufige Lesung der Heiligen Schrift die ‚alles überragende Erkenntnis Jesu Christi‘“ (Phil 3,8) anzueignen und zitiert Hieronymus: „Die Schrift nicht kennen heißt Christus nicht kennen.“ ht

## Die Bibel beten: Methode und Praxis der Lectio divina

Der Kartäuser Guigo (12. Jh.) unterscheidet vier „Stufen“ der Lectio divina. Sie werden nicht durch eigene Anstrengung erkommen; eine „Phase“ geht vielmehr wie von selbst in die andere über – oder auch nicht: **1. „lectio“** (Lesung), **2. „meditatio“** (Nachsinnen), **3. „oratio“** (Gebet) und **4. „contemplatio“** (Erfahrung von Gottes Gegenwart ohne eigenes Zutun) bzw. **„actio“** (Tun, konkretes Handeln).

► Der erste Schritt ist das Lesen eines biblischen Textes (z. B. Psalmen oder Tagesevangelium). Er soll sehr langsam und genau und auch mehrmals gelesen werden. So kann es ge-

schehen, dass man an einer Stelle „hängen bleibt“, über sie nachzudenken beginnt, sie zum eigenen Leben, zu einer konkreten Erfahrung in Beziehung setzt.

► Damit ist die erste Stufe bereits in die zweite übergegangen („meditatio“): Das Nachsinnen über dieses Wort der Schrift und seine Bedeutung „für mein Leben“ kann ein Gefühl tiefer Dankbarkeit auslösen.

► Aus diesem Nachsinnen „über“ den Text kann ein inneres, starkes Verlangen entstehen, Gott direkt als „Du“ lobend und preisend zu antwor-

ten: Aus der Meditation ist somit Gebet geworden. Hier hat aber nicht nur Lob, sondern unter Umständen auch Klage ihren Platz. Alles darf Gott anvertraut werden.

► Wenn es nach einiger Zeit zu gedanklicher Zerstreung kommt, kann die „lectio divina“ – etwa mit einem Vaterunser – abgeschlossen werden. Es kann aber auch sein, dass das Gebet in die unmittelbare Erfahrung der Gegenwart Gottes übergeht, in wortlose Anbetung („Kontemplation“). Gott spricht wortlos sein „Ich-bin-da“. Solche Erfahrungen werden – wenn sie überhaupt geschenkt werden – sehr selten sein. Die

Stufe des Gebets kann auch übergehen in die „actio“, in eine innere Gewissheit, was zu tun ist. Darin ist Gott ebenso wie in der Kontemplation gegenwärtig – wenn auch auf andere Weise; contemplatio und actio hängen aufs Engste zusammen.

**Gute Voraussetzungen:** einen Ort der Ruhe aufsuchen, in die Stille eintauchen, auf den Rhythmus des Atems hören, anstürmende Gedanken zwar wahrnehmen, aber auch „sein lassen“; in Dankbarkeit für die Gabe des Lebens sich selbst ganz Gott anvertrauen. In dieser inneren Gestimmtheit kann die Lectio divina beginnen. ht