

---

# LECTIO DIVINA

## Betend die Bibel lesen

---

Die Lectio Divina (lat.: „Göttliche Lesung“) ist eine altbewährte Art, die Bibel zu lesen. Sie stammt aus einer Zeit, lange vor der Erfindung des Buchdrucks und legt Wert darauf, das Wort Gottes zu hören und zu verinnerlichen.

Wenn du noch wenig mit der Bibel vertraut bist, kann die Lectio Divina ein hilfreicher Zugang sein. Sie hilft dir, aufmerksam zu sein und in die Tiefe zu gehen. Wir wünschen dir, dass du erlebst, wie Gott durch sein Wort zu dir spricht.

Wenn du schon lange in der Bibel liest, ist sie vielleicht ein neuer, frischer Zugang. Die Lectio Divina ersetzt dein Bibelstudium nicht, aber ergänzt es. Im Bibelstudium ist oft vor allem der Kopf angesprochen. Du versuchst Zusammenhänge tiefer zu verstehen, die Bibel als Ganzes besser kennen zu lernen, die Geschichte Gottes mit seinem Volk, mehr über Gottes Charakter oder seine Sicht auf die Dinge. Das ist gut so! Gerade als Studierende, als angehender Akademiker unter den Christen, sollte es uns eine Ehrensache sein, die Bibel sehr gut zu kennen.

Die Lectio Divina hilft, dass dein Bibellesen mehr wird, als nur Kopfwissen. Sie hilft dir, die Bibel nicht nur „durchzuarbeiten“ oder zu „konsumieren“, wie die vielen anderen Texte, die du im Studium zu lesen hast. Lectio Divinia ist ein Weg, sich betend Gottes Wort zu nähern und auf Gott Reden zu dir zu achten.

Es ist hilfreich nicht zu lange Abschnitte zu nehmen. Max 10 Verse. Sehr gut ist es auch den selben Abschnitt mehrere Tage lang zu wiederholen. Neben der Bibel hilft ein Notizbuch, um aufzuschreiben, was dir wichtig wurde.

Möchtest du mehr zu den Hintergründen dieser Jahrhunderte alten Praxis wissen, empfiehlt sich der [Wikipedia-Artikel](#). Eine ausführlichere - sehr hilfreiche - Einführung gib es auch in [AUFATMEN 3/14: Quellfrisch Gott erfahren](#).

---

# LECTIO DIVINA

Betend die Bibel lesen.

---

## (I) LECTIO: ENTDECKE DEIN WORT FÜR HEUTE.

LECTIO heißt Lesung.

Lies den Abschnitt von ca. 10 Versen 2x sehr aufmerksam. Es ist Gottes Wort! Am besten, du liest mindestens einmal halblaut, dass du dich selber hören kannst. Es kann auch eine Hilfe sein, den Abschnitt abzuschreiben.

Nimm den Abschnitt möglichst genau wahr. Versuche dich in die Gedanken hineinzusetzen. Wenn es eine Geschichte ist, stell es dir bildlich vor: Was siehst du, hörst du, riechst du? Früher sprach man auch vom „Verkosten“.

Achte darauf, welches Wort, welche Wortgruppe, welcher Satz in dir etwas auslöst.

Frage Gott: „Vater, was willst du mir heute sagen? Über welche Stelle willst du heute mit mir reden? Schreib das Wort oder die Stelle auf. Das ist wahrscheinlich „dein Wort für heute“.

## (II) MEDITATIO: VERTIEFE DEIN WORT FÜR HEUTE.

MEDITATIO heißt Verinnerlichen, Vertiefen.

Frage Gott: „Vater, was willst du damit mir sagen?“ Warum ist mir das gerade wichtig geworden? Warum beschäftigt mich das? Schau auch in den Kontext: was sagt der Zusammenhang? Gibt es Parallelstellen? Hilft mir das, mein Wort für heute besser zu verstehen? - Schreib deine Gedanken und Beobachtungen auf.

## (III) ORATIO: FRAGE GOTT NACH DER ANWENDUNG.

ORATIO heißt Gebet.

Frage Gott: „Vater, was willst du mir dadurch sagen? Was bedeutet das für mich? Was heißt das für mich ganz praktisch?“ Vielleicht fällt dir etwas ein, wofür du danken kannst, was du bekennen solltest oder was du jemand anderem erzählen solltest. Frage auch: „Vater, das würdest du mir als ersten Schritt in diese Richtung empfehlen?“ Schreib es auch auf.

## (IV) CONTEMPLATIO: NIMM ES MIT IN DEN LOBPREIS.

CONTEMPLATIO setzt sich zusammen aus „mit“ und „Tempel“.

Nimm es mit in den Tempel, in Gottes Gegenwart! Verweile einfach vor Gott mit deinem „Wort für heute“. Vielleicht lobst du ihn, singst oder hörst Lobpreis oder bist einfach eine Weile still vor ihm. Nimm „dein Wort für heute“ und deine Gedanken einfach mit hinein und halte es vor Gott. Es geht darum, Gott zu begegnen! Er meint es gut. Und von da aus starte in den Tag.