

DIE BIBEL ALLEIN LESEN

Wer sich mit der Bibel auseinandersetzt, gewinnt einen persönlichen Zugang zum Wort Gottes. Im Lesen und Schweigen wird es lebendig und zum Begleiter durch Höhen und Tiefen des Lebens.

LESEN

Hilfreich ist ein mehrmaliges – wenn möglich lautes – Lesen eines kurzen Abschnitts.

WAS SAGT MIR DER TEXT?

- Welche Erfahrungen und Gefühle werden in mir angesprochen?
- Welche Wörter oder Sätze gehen mir unter die Haut?
- Was ärgert/befremdet mich?
- Was ist mir in diesem Text Trost bzw. Kraftquelle?
- Welche Fragen wirft der Text auf?

SICH GOTTES GEIST ÖFFNEN

„Öffne mich, Gott,
für deine Botschaft,
damit ich verstehe,
was du mir heute sagen willst.“

MEDITIERENDES LESEN

Ausreichend Zeit und Ruhe sind beim Lesen der Bibel hilfreich. Das Ziel ist nicht, möglichst viel zu lesen, sondern Gott zu begegnen.

VERWEILEN BEI EINEM WORT ODER SATZ

Was will mir Gott mit diesem Wort/Satz sagen, das/der mir gerade jetzt wichtig ist? Auch das Auswendiglernen („Wiederkäuen“) einzelner Sätze hat sich bewährt. Vielleicht ergibt sich im Laufe des Tages darauf eine erste Antwort.

ANTWORT

Das Wort der Bibel lädt zu Reaktionen ein: entweder im Wort (Gebet) oder im Tun (Praxis).

Gebete vor dem Bibellesen

Guter Gott,
bereitwillig will ich mich
auf dein Wort einlassen.
Öffne meine Augen, meine Ohren
und mein Denken,
damit ich dein Wort verstehe.
Öffne mein Herz,
damit ich mich von deinem Wort
betreffen lasse.
Öffne meine Hände,
damit ich dein Wort
in meinem Leben umsetze.
Für all das bitte ich um deinen
lebensspendenden Geist. Amen.

Atme in mir, du Heiliger Geist,
dass ich Heiliges denke.
Triebe mich, du Heiliger Geist,
dass ich Heiliges tue.
Locke mich, du Heiliger Geist,
dass ich Heiliges liebe.
Stärke mich, du Heiliger Geist,
dass ich Heiliges hüte.
Hüte mich, du Heiliger Geist,
dass ich das Heilige nimmer verliere.

Gott,
du willst zu uns kommen
in deinem Wort.

Öffne unsere Ohren
für die leisen Töne,
öffne unsere Augen
für die zarten Farben
deines Wortes.

Lass uns riechen und schmecken
den Trost, die Zuversicht
und die Verheißung
deines Wortes,

wenn wir nach dir tasten
im Dunkel unseres Lebens,
ermutigt und geleitet
durch dein Wort.

GEORG STEINS (*1959)

Wegweiser durch die Bibel

Die Bibel enthält eine ganze Reihe von Orientierungshilfen und zusätzlichen Informationen:

KAPITEL UND VERSE

Alle Bücher der Bibel sind eingeteilt in Kapitel (fett und rot gedruckte Zahlen) und Verse (rot gedruckte Zahlen).

PERIKOPEN

Die Bücher bzw. Kapitel sind in einzelne Sinnabschnitte (= Perikopen) gegliedert.

KOPFZEILE

Zur schnelleren Orientierung sind in der Kopfzeile am oberen Seitenrand der Name des Buches und der Textabschnitt der jeweiligen Seite angegeben.

ÜBERSCHRIFTEN

Die Überschriften ermöglichen eine erste Orientierung über die jeweiligen Sinnabschnitte, gehören aber ursprünglich nicht zum Bibeltext, sondern stammen von den jeweiligen Übersetzern zum leichteren Auffinden von Bibelstellen.

VERGLEICHSSTELLEN

Oft taucht ein Thema an verschiedenen Stellen der Bibel auf oder es gibt Anklänge und Anspielungen, die für das Verständnis hilfreich sind.

Die Vergleichsstellen sind im Anschluss an die einzelnen Textabschnitte angegeben. Das Nachschlagen dieser Stellen macht eine Aussage oft leichter verständlich.

FUSSNOTEN

Die Fußnoten (Anmerkungen) geben zusätzliche Hintergrundinformationen zu bestimmten Stellen im Text. Manchmal sind hier Hinweise auf andere Übersetzungsmöglichkeiten angegeben. Sie befinden sich am Ende einer Seite und geben den Vers an, auf den sie sich beziehen.

Hilfen zum Beginnen

MIT EINEM STIFT LESEN

Stellen, die besonders ansprechen oder herausfordern, können im Text markiert oder durch eine Notiz kommentiert werden. Dadurch bleiben Entdeckungen erhalten. Am Beginn wird es vielleicht etwas ungewohnt sein, selbst direkt in die Bibel hinein zu schreiben.

ZUSAMMENHÄNGE ERKUNDEN

Den Zusammenhang einer Stelle (z.B. bei gottesdienstlichen Lesungen) mitlesen, denn oft hilft der Kontext, um einen Abschnitt besser verstehen zu können.

VERGLEICHSSTELLEN

Vergleichsstellen, die nach einer Schriftstelle angegeben sind, machen Zusammenhänge innerhalb der Bibel deutlich.

ZENTRALE BEGRIFFE

Bestimmte Wörter tauchen an verschiedenen Stellen der Bibel auf und erschließen sich oft in der Zusammenschau; zum Beispiel: Was haben die Erzählungen gemeinsam, in denen Menschen auf einen Berg steigen (Mose – Elija – Jesus . . .)? Im Register (ganz hinten in dieser Bibel) den betreffenden Begriff suchen und die dort angegebenen Bibelstellen nachschlagen.

TEXTE „WIEDERKÄUEN“

Ein Bibelvers wird morgens gelesen und auswendig gelernt. Vielleicht taucht er im Laufe des Tages wieder einmal auf. Immer wenn ich mich daran erinnere, ist es eine Einladung, den Inhalt zu bedenken.

BIBELLESEPLAN

Wer regelmäßig in der Bibel lesen und die Erfahrungen der Menschen mit Gott aus unterschiedlichen Blickwinkeln kennenlernen will, findet eine gute Hilfe in einem Bibelleseplan. Dieser schlägt für jeden Tag des Jahres einen bestimmten Bibelabschnitt vor. Gut bewährt haben sich Lesepläne, die sich an der liturgischen Leseordnung orientieren.

Geistliche Schriftlesung

Ich suche mir einen Platz, werde still und lasse bewusst alles hinter mir, was mich beschäftigt. Dafür ist es sinnvoll, einen fixen Ort zu haben und mich so hinzusetzen, dass ich länger ungestört verharren kann. Der Betrachtungstext liegt vor mir.

Ich beginne mit einem Gebet. Wenn ich dazu keine freien Worte finde, kann ich auch ein vorformuliertes Gebet sprechen:

**Guter Gott,
ich bin jetzt hier mit all meinen Gedanken,
Wünschen und Sehnsüchten.
Gib, dass mein ganzes Wesen
auf dich hin ausgerichtet ist.
Heiliger Geist,
erfülle mich mit deiner Gegenwart.**

Wenn ich eine konkrete Bitte habe, kann ich diese zu Beginn aussprechen. Die folgenden fünf Schritte helfen, eine Struktur in die Schriftlesung zu bringen.

1. LESEN

Ich lese den ausgewählten Text (z.B. das Sonntagsevangelium) langsam durch. Damit erhalte ich einen Überblick über das, was mich beschäftigen wird. So lasse ich mich ganz auf das Wort ein und kann beschenkt werden.

- Was sagen mir diese Zeilen?
- Was fällt mir auf?
- Welche Begriffe werden verwendet, welche Bilder?
- Ich kann eine Brücke zu anderen Bibelstellen schlagen. Jeder Text der Heiligen Schrift erschließt uns einen anderen Text.

2. BETRACHTUNG

Ich gehe nun Satz für Satz langsam durch und verweile dort, wo etwas mich bewegt. Wenn ich merke, dass mich ein Wort oder ein Satz besonders anspricht, halte ich inne und denke nach, was sich mir hier zeigt.

Wenn ich merke, dass ich zu sehr abschweife, kehre ich zum Text zurück und gehe weiter. Die „geistliche Schriftlesung“ ist eine Hilfe, mich nicht in der eigenen Welt zu verlieren: Ich kann jederzeit wieder auf den Text vor mir zurückkommen und weiterlesen – oder nochmals von vorne beginnen.

Hilfreich ist, wenn ich mir die beschriebene Szene vorstelle oder mir ausmale, wovon hier erzählt wird. Dabei kann ich immer wieder die Augen schließen, um das Gelesene besser zu verinnerlichen.

3. GEBET

Wenn mir aus den vielen Worten etwas besonders wichtig geworden ist, ist dies nun das Wort Gottes für den heutigen Tag – für mich! Gott lädt mich zu einer Antwort ein. Es entsteht ein Gespräch, ein Dialog mit Gott. Das Bedenken des Bibeltexes mündet so ins Gespräch mit Gott: Durch diesen Text der Heiligen Schrift trete ich mit Gott in Verbindung: lobe, bitte ihn oder danke ihm.

4. KONTEMPLATION

Jetzt muss ich von mir aus nichts mehr bewirken. Ich bin einfach da. Das ist ein Geschenk: in Gott ruhen. Ich erlebe mich bei Gott geborgen und von ihm getragen. Ich koste diese Zeit aus. Wenn ich durch ein Geräusch oder einen plötzlichen Einfall gestört werde, kann ich immer wieder zum Text zurückkehren, erneue in die Meditations- oder Gebetsphase eintreten oder meine Schriftlesung abschließen.

5. ABSCHLUSS

Ebenso wichtig wie die Vorbereitung sind auch der Abschluss und die Nachbereitung. Ich lasse die entstandenen Gedanken und Vorstellungen des Gelesenen noch nachwirken und frage mich:

- Wo bin ich während der Schriftlesung hängen geblieben?
- Was ist mir klar geworden?
- Wo wurde ich mit einem tiefen Gefühl der Stimmigkeit und der Gegenwart Gottes beschenkt?
- Was hat mich abgelenkt, gestört, daran gehindert, in die Dynamik der geistlichen Schriftlesung einzutreten?
- Nichts ist bedeutungslos, alles gehört zu mir: Ablenkungen zeigen, was mich gerade beschäftigt. So lege ich all das, was mir bei der Reflexion deutlich geworden ist, vor Gott und schließe mit einem Gebet.