

Kontemplative Schriftlesung

Für den christlichen Glauben und die christliche Glaubenspraxis hat die Bibel eine besondere Bedeutung. Die Väter empfehlen daher auch regelmäßig in der Heiligen Schrift zu lesen. „*Ohne die Lektüre der göttlichen Bücher ist es dem Geist unmöglich, sich Gott zu nähern*“, sagt Isaak der Syrer. Folgerichtig sagt auch der Kirchenvater Hieronymus: „*Die Schrift nicht kennen, heißt Jesus Christus nicht kennen*“. Wer regelmäßig in der Bibel liest erfährt in seinem Glauben „*eine ungeweinte Vertiefung*“¹ und lässt uns in der „*Vertrautheit mit dem Herrn*“ (Johannes v. Kronstadt) wachsen. Eine Leseweise, die sich dabei besonders gut eignet ist die kontemplative Schriftlesung. Sie lehnt sich an die klassische Leseweise der *lectio divina* mit ihren vier bzw. fünf Elementen, *lectio, meditatio, oratio, contemplatio (actio)* an², geht gleichzeitig aber auch weit darüber hinaus. Im Folgenden sollen die einzelnen Elemente der kontemplativen Schriftlesung vorgestellt werden.

Die sieben Schritte der kontemplativen Schriftlesung

1. Halte kurz inne und vergegenwärtige dir, dass du jetzt dem Wort Gottes begegnest. Nimm den Ort wahr, an dem du die kontemplative Schriftlesung halten willst. Es kann ein realer oder imaginativer Ort sein; es soll ein Ort sein, an dem du dich sicher und wohl fühlst, an dem du dem Wort Gottes begegnen kannst. Lege die Zeit fest, wie lange die Schriftlesung, d.h. das Treffen mit dem Wort Gottes dauern soll. Dies ist vor allem am Anfang hilfreich. Später kann dies auch entfallen. Das Wort Gottes wird dir nun erzählen. Wenn du die Evangelien liest, ist es Jesus, das Wort Gottes (Joh 1,14), der dir aus seinem Leben erzählen wird. Wenn es andere Texte sind, sind es andere Personen. Beachte, dass es dabei in erster Linie auf das Gegenüber ankommt und erst dann auf dich. Lass das Wort Gottes erzählen und du höre zu.

Du wirst David nicht verstehen, wenn du dir nicht durch die eigene Erfahrung die Gefühle zu eigen machst, die in den Psalmen ins Wort gefasst sind. Freundschaft gibt es nicht ohne Hören (Wilhelm von Saint-Thierry)

2. Nimm nun die Bibel, das Wort Gottes, zur Hand und schlag zum Beispiel eines der Evangelien auf.

3. Beginne mit der Lesung. Lies langsam, aufmerksam und fortlaufend (*Bahnenlesung*). Vergegenwärtige dir kurz den Kontext des Textes (literarisch / historisch / geographisch)³.

4. Richte dich auf das Gegenüber (zum Beispiel Mose, Samuel, David, Maria, Jesus ...) aus, das zu dir spricht. Es soll ein hörendes Lesen sein. Es geht nicht darum, möglichst viele Informationen über die Zeitgeschichte oder die kulturellen, religiösen und politischen Hintergründe zu erhalten. Es geht vielmehr darum, dass du dir erzählen lässt und du dich auf dein Gegenüber ausrichtest.

5. Ändere nun den Erzählfluss. Setze überall dort, wo im Text die dritte Person verwendet wird, die erste Person ein. Diesen Teil der kontemplativen Schriftlesung nennen wir *Ich-Form-Lesung*. Lass dir direkt und unmittelbar erzählen, was dein Gegenüber erlebt und was ihn oder

¹ Das Jesusgebet, herausgegeben und eingeleitet von Emmanuel Jungclaussen, Regensburg ²1977, S. 14.

² Vgl. Wilfried Dettling SJ (Art.), Zugang zur Bibel in der Fastenzeit. *Lectio divina*, in: *Tag des Herrn*, 17. März 2014, 3. Impuls.

³ Die kurzen Einleitungen am Anfang eines jeden Buches der Bibel sind hierbei zunächst ausreichend. Weitere Kommentare sind nützlich, ersetzen aber das Lesen und die pers. Auseinandersetzung mit dem Text nicht. Für Einzelfragen kann auch ein Bibellexikon hilfreich sein.

sie bewegt hat und warum er oder sie so gehandelt hat, wie er und sie gehandelt hat. Unterbrich dein Gegenüber *nicht*, wenn du den Drang spürst, ihm von deinen eigenen Erfahrungen erzählen zu wollen. Falle nicht auf deine Ichbezogenheiten zurück. Wenn dir bei der Erzählung deines Gegenübers etwas auffällt, wenn dir Fragen kommen oder wenn dich etwas stört oder besonders freut, dann unterbrich dein Gegenüber gerne bei seiner Erzählung. Frag nach und komm mit ihm ins Gespräch. Dabei soll es aber in erster Linie um ihn oder sie und um sein bzw. ihr Leben gehen.

6. Wenn dein Gegenüber aus seiner Heiligen Schrift, zum Beispiel dem Alten Testament, zitiert, könnte es sein, dass er dich einlädt die eine oder andere Stelle in der Bibel nachzuschlagen. Diesen Schritt der kontemplativen Schriftlesung nennen wir *Kürzel-Lesung* oder *Lesen mit Querverweisen*. Die Kürzel sind vergleichbar mit den „links“ im Internet⁴. Du findest sie am Ende jedes Abschnitts den du gelesen hast. Bei allem aber achte darauf, dass du beim Lesen nicht auf dein eigenes Ich zurückfällst. Das Zurückfallen auf das Ich, die Ichbezogenheit, ist das größte Hindernis bei der kontemplativen Schriftlesung. Sie verhindert wirkliche Begegnung mit dem Wort Gottes, mit uns selbst und mit dem Nächsten.

Es tut nichts, dass deine Gedanken beim Lesen und Beten zunächst unwillkürlich abschweifen; mit der Zeit lernen sie sich sammeln, wenn man sie immer wieder zurückholt und im Innern konzentriert (Tichon von Sadonsk)

7. Beende dein Erzähltreffen mit dem Wort Gottes, indem du dich bewusst verabschiedest. Vielleicht sagst du „Auf Wiedersehen“ und vereinbarst eine Zeit, wann du wiederkommst, um zu hören, was es dir dann weiter aus seinem Leben erzählen will. Beginne dann dort mit der kontemplativen Schriftlesung, wo du zuvor geendet hast.

Fazit

Wer den christlichen Weg des Glaubens beschreitet, wird sich früher oder später mit der Frage beschäftigen, welche Bedeutung die Bibel und der Umgang mit der Heiligen Schrift für ihn hat. Die kontemplative Schriftlesung kann hierbei eine Hilfe sein. Sie ermöglicht die Begegnung mit dem Wort Gottes. Die geistliche Bedeutung des Wortes Gottes wird uns in der Tiefe erst dann wirklich zugänglich, wenn wir das regelmäßige Lesen der Heiligen Schrift pflegen. Der Kartäuser Guigo II. sagt hierzu: *„Daraus können wir folgenden Schluss ziehen: dass die Lesung ohne Meditation trocken ist, die Meditation ohne Lesung in die Irre geht, das Gebet ohne Meditation lau ist, die Meditation ohne Gebet unfruchtbar ist, das eifrige Gebet zur Kontemplation führt und die Erlangung der Kontemplation ohne Gebet selten ist und einem Wunder gleichkäme.“*

Die sieben Schritte der kontemplativen Schriftlesung auf einen Blick:

1. Kommen und schweigen
2. Lesen und bleiben
3. Wahrnehmen und ertragen
4. Hören und fragen
5. Warten und schauen
6. Danken und bitten
7. Loben und tun ...

⁴ Zitate und Verweise auf atl. Begriffe im NT bezeichnen nicht nur die im AT zitierten Wörter oder Verse. Sie verweisen vielmehr auf die gesamte Perikope und den literarischen Kontext, in dem die zitierten Wörter erscheinen. So nimmt die Zitation in der Bibel eine ähnliche Funktion ein, wie heute blau unterstrichene Links auf einer Homepage. Durch Anklicken derselben erscheinen nicht nur die Wörter, sondern die gesamte Homepage.