

Lectio Divina

oder: Ein Gespräch mit Gott

Lectio Divina bedeutet: **Göttliche Lesung**. *Gott möchte mit Dir sprechen durch die Bibel!* Er hat sie schreiben lassen, wie einen Brief an Dich und an alle Menschen. Möchtest Du darin lesen? Hier eine kleine Hilfe dazu:

1. Lesen (Lectio)

Such Dir dafür einen ruhigen Platz und reserviere eine passende Zeit dafür. Beginne mit einem Gebet, vor allem zum *Heiligen Geist*. Dann *lies* Dir die Bibelstelle am besten halblaut und *aufmerksam* durch. Gott selbst möchte ja zu Dir sprechen! Lies die Stelle ruhig mehrmals. Deshalb soll die Stelle nicht zu lang sein. Höre erst einmal nur zu.

2. Betrachten (Meditatio)

Suche Dir den Satz oder den Teil aus, der Dich am meisten trifft/anspricht/bewegt/berührt. Wiederhole ihn öfter. Vielleicht fallen Dir andere passende Bibelstellen ein; oder Ereignisse aus deinem Leben. Frag Gott: „*Was möchtest Du mir heute damit sagen?*“ Du kannst Dir die Gedanken, die dir kommen, auch aufschreiben.

3. Beten (Oratio)

Gott hat zu Dir gesprochen. *Antworte Ihm im Gebet!* Rede mit Ihm über das Wort, das Du bekommen hast, oder was Dich sonst bewegt. Preise, danke und bitte Ihn für andere und für Dich. Vielleicht möchtest Du Ihn auch um Verzeihung für etwas bitten.

4. Verweilen (Contemplatio)

Verweile bei Gott! Er ist da! Lass Dich von Ihm anschauen und von Ihm lieben. Oder sieh mit Seinen Augen auf Dich, dein Leben, die Mitmenschen, Begegnungen, usw. Oder stell Dir Jesus vor, wie Du Ihn eben kennen gelernt hast (wie Er heilt oder lehrt, am See, als guter Hirte usw.)

5. Handeln (Actio)

Das Ergebnis soll sein, dass Gott Dich *verwandelt* und *führt*. Bemüh Dich das Verstandene mit Gottes Hilfe umzusetzen.

So wirst Du mit Gott immer vertrauter, **wie Freunde**, die viel miteinander reden, und das ist ein Glück wie kein anderes!