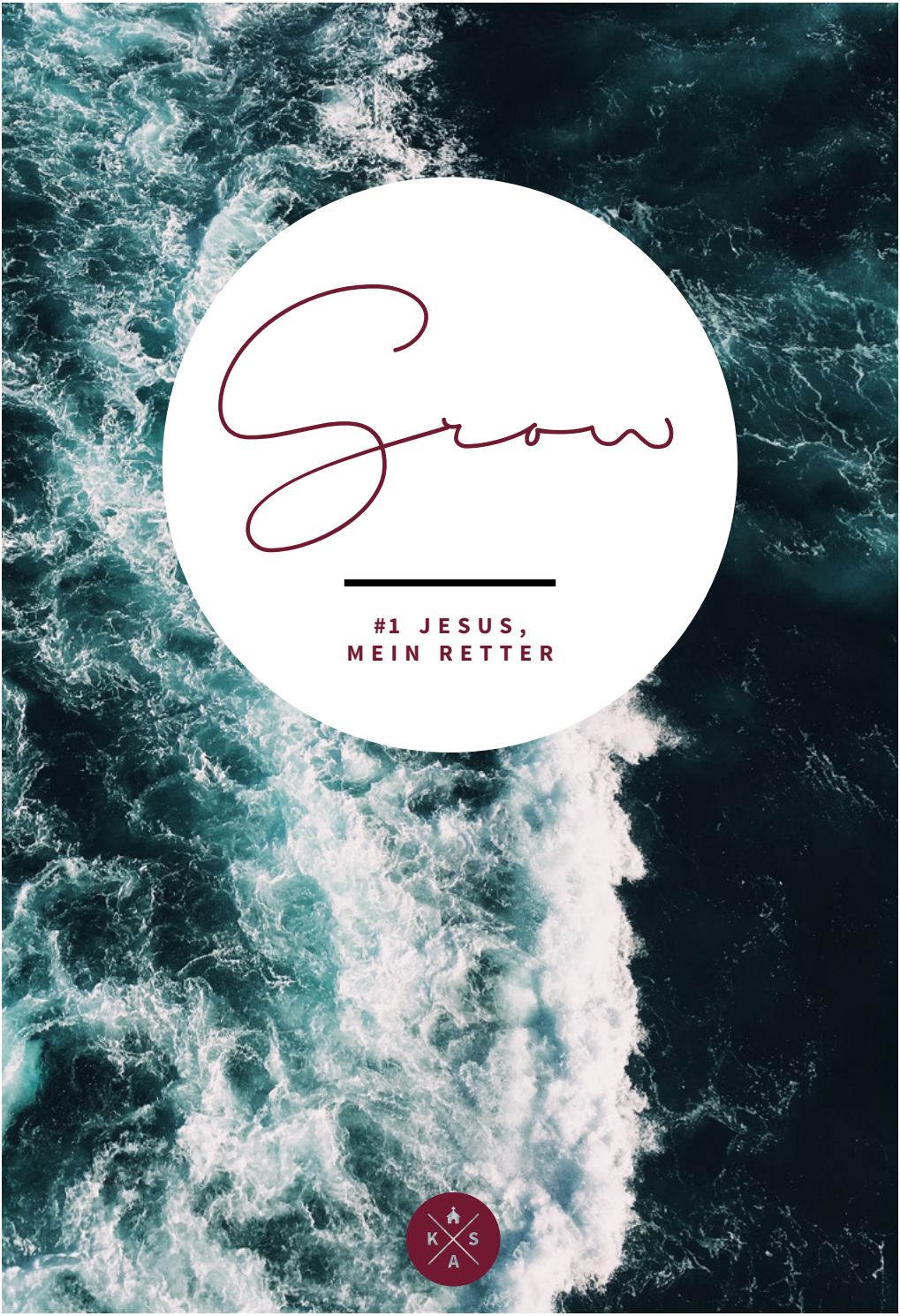

Grow

#1 JESUS, MEIN RETTER

K S A

TEIL 1

EINTAUCHEN

1. Gott verwandelt Menschen durch die volle Wiederherstellung seines Ebenbilds (Herrlichkeit) in ihnen
2. Wir empfangen die Herrlichkeit Gottes, indem wir auf Jesus „schauen"

Bei der „Lectio divina" geht es ganz praktisch um das „Schauen" auf den Herrn. Es geht darum, eine tiefe Intimität mit Gott, durch die Begegnung mit seiner Offenbarung zu uns (seinem Wort), zu entwickeln, woraus sich unsere Liebe für ihn entfachen und seine Herrlichkeit in uns wiedergespiegelt sein soll.

Lectio Divina ganz praktisch!

Die Lectio Divina besteht aus 4 Teilen: **Lectio – Meditatio – Oratio – Contemplatio**

Vorbereitung zu „Lectio divina"

1. **Richtige Einstellung**
   - demütig und belehrbar
   - Ergebnis offen ankommen
2. **Ablenkung vermeiden**
   - ein Ort der „Begegnung" aussuchen
   - die beste Zeit des Tages opfern
   - bequeme Position aussuchen
3. **Das richtige Material**
   - eine Bibel möglichst ohne Fußnoten und Notizen (von Autoren) und dabei möglichst eine wortwörtliche Übersetzung, die man aber gut verstehen kann (Luther/ Elberfelder (beide sind aber nicht gut verständlich); Zürcher; Einheitsübersetzung (Apokryphen ignorieren); Schlachter 2000 (nicht optimale Textbasis fürs NT); Menge – GN; NeÜ und NGÜ haben einen sehr guten Inhalt und sind gut verständlich, aber man sollte da nicht an dem Wortlaut festhalten)
   - ein kleines Notizbuch (zum überall mitnehmen)
   - Bibelleseplan oder Andachtsbuch

LECTIO (LESEN)

Jede Schrift ist von Gottes Geist eingegeben und nützlich zur Belehrung, zur Überführung, zur Zurechtweisung, zur Erziehung in der Gerechtigkeit. (2. Tim 3,16)

- Gebet vor dem Lesen “Herr, öffne meine Augen, damit ich sehe; meine Ohren, damit ich höre und mein Herz, damit ich gehorche” und betendes Herz behalten
- Leseabschnitt begrenzen
- Lautes, langsames Vorlesen des Abschnittes (Wort nach Wort). Wiederholen bis der Text ins Kurzzeitgedächtnis gelangt.
- Den Text befragen mit der Bereitschaft zum Gehorchen
- Bei dem Vers / Wort, der / das einen besonders anspricht (d.h. eine stärkere Reaktion in einem auswirkt), stehen bleiben und zum nächsten Schritt gehen „Meditatio“

NOTIZEN

MEDITATIO (MEDITATION)

Dieses Gesetzbuch soll nicht von deinem Munde weichen, sondern forsche darin Tag und Nacht, auf daß du achtgebest, zu tun nach allem, was darin geschrieben steht; denn alsdann wird dir dein Weg gelingen, und dann wirst du weislich handeln! (Jos 1,8)

- Gib dir Zeit, um Gottes Wort tiefer zu verinnerlichen
- Schreibe den Vers, was dich angesprochen hat in deinem Notizbuch
- Lerne den Vers auswendig – er soll nun ins Langzeitgedächtnis geraten
- Tauche mit deinen 5 Sinnen in den Vers hinein (z.B. bei einer Geschichte versuche dich in alle der Figuren hineinzuversetzen und versuche zu empfinden, zu denken, wie sie es getan haben; rieche die Szene, höre die Geräusche
- Lese den Vers auf die erste Person des Singulars um es dir anzueignen.
- Bei allen Schritten, schreibe deine Gedanken, Gefühlen, Erkenntnisse im Notizbuch auf
- Formuliere ständig Gebete als Antwort zu was, du fühlst, verstehst (oder nicht)
- Nimm dein Notizbuch mit dir durch den Tag und setze feste Zeiten in deinem Tag fest, an denen du dich zurückziehen wirst (5 min. reichen schon), um weiter zu meditieren (schreibe auch immer die neuen Erkenntnisse auf)
- Tagsüber rufe dir den Vers in Erinnerung, wenn du anfängst „faulen“ Gedanken entwickelst.

NOTIZEN

ORATIO (GEBET)

Betet ohne Unterlass! (1.Thess 5,17)

- Gebet als ständiger Begleiter der Lectio & Meditatio
- Verwende unterschiedliche Formen des Gebets, je nachdem, zu welcher Antwort du inspiriert bist: Lobpreis & Anbetung; Buße; Fürbitte; Danksagung; Gebet der Zustimmung
- Sei kreativ

NOTIZEN

CONTEMPLATIO (BETRACHTEN / VOR GOTT SEIN)

Eins bitte ich vom HERRN, das hätte ich gern: dass ich mein Leben lang im Haus des HERRN bleiben möge, um die Freundlichkeit des HERRN zu schauen und seinen Tempel zu betrachten. (Jos 1,8)

- Nimm dir genug Zeit, um in innerer und äußerer Stille vor Gott zu stehen
- Wenn die Gedanken abgelenkt werden, behalte den Fokus auf der Meditation
- Es geht darum, vor Gott ruhig zu stehen und offen zu sein
- Contemplatio ist besonders wichtig in Phasen der „geistlichen“ Wüsten, denn hier wirkt Gott viel tiefer, als wir es wahrnehmen können.

NOTIZEN

„LECTIO DIVINA“ UND HÖRENDES GEBET

Ist Lectio divina nur ein anderer Begriff fürs Hörende Gebet?

Der erfahrene Leser erkennt bestimmt eine starke Ähnlichkeit zwischen dem zuvor erläuterten geistlichen Lesen (Lectio divina) und dem Hörenden Gebet. Die Nähe lässt sich nicht bestreiten, weil die „Lectio divina“ in der Tat das „Hörende Gebet“ beinhaltet, aber einige wichtige Unterschiede bewegten mich dazu, mich bewusst für die Lectio divina zu entscheiden:

1. Der Fokus der „Lectio divina“ ist anders: Auf Seminarflyern oder Schulungsangeboten zu hörendem Gebet ist die explizite Zielsetzung, Gottes Stimme für alle erfahrbar zu machen. Zugegeben geschieht es nicht immer, aber der „Beter“ wird darin ermutigt, weiterhin daran zu bleiben bis er von Gott etwas hört. So ist die Wahrnehmung von Gottes Stimme in gewissen Hinsichten das „Erfolgserlebnis“. Bei der Lectio divina ist aber das Ziel anders: Es geht darum, den Fokus auf Jesus zu haben, leidenschaftliche Liebe für IHN durch persönliche Nähe zu entfachen, was zur persönlichen Veränderung in sein Ebenbild führt. Die Lectio divina ist somit eher mit der Qualitätszeit mit dem geliebten Partner zu vergleichen und hat die persönliche Veränderung als Ziel. Man kann also hier auch von „Erfolg“ sprechen, selbst wenn man Gottes Stimme nicht wahrnimmt, während die Liebe zu ihm größer wird und uns verändert. Auf der anderen Seite wäre es für die „Lectio divina“ kein „Erfolg“, seine Stimme wahrzunehmen ohne diese Veränderung.

2. Die lange Tradition der Lectio divina: Paulus sagte Timotheus *Was du vor vielen Zeugen von mir gehört hast, das vertraue zuverlässigen Menschen an, die dann fähig sein werden, wieder andere zu lehren. (2Tim 2,2).* Aus diesen Worten ist abzuleiten, dass christliche Lehre und Glaubenspraxis von einer Christengeneration zu der nächsten weitergegeben wurde. Richard Baxter, der britische Pastor aus dem 17. Jahrhundert, hatte dies bestimmt im Kopf, als er seine Zeitgenossen dazu aufforderte, Lehren, die die Gemeinde Gottes seit den Aposteln völlig unbekannt oder abgelehnt waren, wenig bis gar keine Beachtung zu schenken. Im Vergleich zum „Hörenden Gebet“ beweist die Lectio divina eine lange Tradition, denn die ersten Erwähnungen gehen bis ins 3. Jahrhundert n. Chr. zurück und sind kontinuierlich bezeugt worden. In gewissen Hinsichten kann man das Hörende Gebet (und weitere Gebetspraxen) als zeitgenössischen Ausdruck bzw. Wiederentdeckung der Lectio divina ansehen.

3. Die Lectio divina ist eine ausgeglichenere Glaubenspraxis: Was mich aber am meisten dazu bewegt hat, die Lectio divina persönlich zu entdecken und vorzustellen, ist, dass durch die 4 Schritte ein gesundes geistliches Wachstum möglich ist und Gottes Wort im Zentrum bleibt: Die Lectio fordert den Intellekt und will sichern, dass jeder Abschnitt erstmal in seinem Kontext (d.h. in der Ursprungsbedeutung für die ersten Zuhörer) verstanden wird; die Meditatio eröffnet einen

persönlichen bzw. emotionalen Zugang, sodass Gottes Wort nicht nur im „Kopf“ bleibt; das Oratio (Gebet) ist hier im wahrsten Sinne des Wortes eine Antwort auf die Impulse des Wortes in uns und in Contemplatio erfassen wir erneut die Realität des Unsichtbaren. Der Kartäusermönch Guigo II drückte es bereits im 12. Jhdt. perfekt aus: *„Aus all dem können wir schließen, dass die Lesung ohne die Meditation dürr ist, die Meditation ohne Lesung in die Irre geht, das Gebet ohne Meditation lau und die Meditation ohne Gebet unfruchtbar ist. Das eifrige Gebet erlangt die Kontemplation, aber die Gabe der Kontemplation ohne Gebet wäre eine seltene Ausnahme oder grenzte an ein Wunder.“ (Scala claustralium).*

Wie gebe ich eine Botschaft an einen dritten weiter?

Eine wichtige Schnittstelle zwischen Hörendem Gebet und Lectio divina ist, dass Gott in der Tat zu uns spricht, und zwar über das, was er reden möchte. Es ist also nicht auszuschließen, dass wir während der Lectio divina etwas empfangen, was für jemand anderen bestimmt ist. Ohne eine vollständige Abhandlung zu sein, wollen folgende Punkte als Hilfestellung für solche Fälle dienen. Ein besonderer Dank an dieser Stelle geht an Johanna Gerth, ein Mitglied von Kirche am Start, die aus ihrer reichen Erfahrung mir die Grundbausteine für diese Tipps gegeben hat.

Tipps für den Hörenden:

- Erinnere dich immer an Paulus Worte: *Stückwerk ist unser Erkennen und Stückwerk unser prophetisches Reden. (1.Kor 13,9).* Weil du dich also nicht fehlerfrei weißt, nimm dir die Zeit, deine Botschaft zu prüfen. Idealerweise tauschst du dich mit anderen “Hörenden” und erfahrenen Christen aus, um dich ergänzen bzw. korrigieren zu lassen.

- *Jede Weitergabe muss in Liebe erfolgen (1. Korinther 13,2)*! Also prüfe immer deine persönlichen Gefühle gegenüber dem Empfänger, um nichts Persönliches hinein zu transportieren. Wenn du eine Ermahnung für jemanden empfängst, lass dir von Gott helfen, es liebevoll aber eindeutig zu formulieren, ohne zu beschönigen und selbst etwas hinzuzudichten. Ermahnung ist Teil von Liebe!

- Überrumple niemanden mit einer Botschaft. Menschen haben die Freiheit eine Botschaft NICHT hören zu wollen. Frag immer lieber nach, ob die Person sich es wünscht, die Botschaft zu hören und triff dich ggf. dann mit der Person.

- Trenne stets zwischen dem, was tatsächlich empfangen wurde, und der Deutung dazu. Sprich dir keine Sonderautorität zu, indem du Formeln wie „der Herr spricht:…“ o.ä. vermeidest. Lieber „Dies und das ist mir in den Sinn gekommen und ich denke, dass es dies bedeuten kann…“.

- Mache dem Empfänger klar, dass es seine Verantwortung ist, die Botschaft zu prüfen und ermutige ihn, dies anhand der Bibel und dem Rat erfahrener Christen zu tun.

- Es ist OK in diesem Bereich Fehler zu machen, aber lerne IMMER daraus fürs nächste Mal.

- Last but not LEAST: Gott selbst sorgt für die Erfüllung seiner Zusagen zu seiner Zeit!

Tipps für den, der eine Botschaft empfängt:

- Überprüfe deine persönliche Haltung: Wenn du die Tendenz hast, Botschaften Gottes durch andere völlig unkritisch anzunehmen oder dich zu sehr darauf zu verlassen, dann läufst du die ungesunde Gefahr, keine Verantwortung mehr für deinen Glauben und dein Leben zu übernehmen und dich von Menschenmeinungen manipulieren zu lassen. Wenn du die Tendenz hast, Botschaften Gottes durch andere grundsätzlich abzulehnen, dann läufst du die ungesunde Gefahr, manches, was Gott mit dir vorhat, zu verpassen, denn seine Wege müssen nicht unsere Wege sein.

- Prüfe jedes Wort, was du empfängst anhand der Bibel, deinen persönlichen Überzeugungen und dem Rat erfahrener Christen. Handle nur bei 100 % Überzeugung. Im Zweifelsfall kannst du nur um Bestätigung von Gott beten.

- Halte dich von Verallgemeinerungen fern: Ein Fehler in der Botschaft bedeutet nicht zwangsläufig, dass nichts in der Botschaft zutreffend ist. Eine unzutreffende Botschaft bedeutet nicht, dass der „Hörende“ immer falsch liegt und auf gar keinen Fall, dass alle „Hörenden“ falsch sind.

- Wenn dir etwas im ersten Moment nichts sagt, solltest du es erstmal festhalten. Vielleicht ergibt es nach einiger Zeit oder in einer bestimmten Situation doch Sinn.

- Gib den „Hörenden“ ein Feedback. Es hilft ihnen, zu wissen, wie bzw. wo er sich verbessern soll und was er gut gemacht hat bzw. wo seine Botschaft zutreffend war.