

Lectio Divina

„Lectio Divina“ – dieser Ausdruck ist schwer zu übersetzen. In der Fachliteratur wird er z.B. mit „Geistliche Lesung“ oder „Geistige Lesung“ wiedergegeben. Es geht um eine bestimmte Art der Lesung und bestimmte Inhalte.

Für ein Benediktinerinnenkloster ist diese Lesung eins der Grundelemente des Lebens. Der häufig mit dem Hl. Benedikt und den Benediktinern verbundene Ausspruch: „ora et labora“ – „bete und arbeite“ -, der so in der Regel gar nicht vorkommt, muss ergänzt werden durch „lege“ – „lies“.

Das Folgende sind einige Überlegungen zur Lectio Divina und der Praxis in Mariendonk. Sie beinhalten keinen Anspruch auf Vollständigkeit, denn das Thema ist unerschöpflich.

„Alles entscheidet sich an der Frage, ob Gott zum Menschen gesprochen hat... oder ob das Absolute das Schweigen jenseits aller weltlichen Worte bleibt“ (Hans Urs von Balthasar).

Gott hat gesprochen und sich dadurch als der Gott offenbart, der die Begegnung mit dem Menschen im Wort will. Es ist also zunächst nicht so, dass wir uns – z.B. mittels bestimmter Techniken - auf den Weg zu Gott machen, vielmehr kommt er uns entgegen, indem er sich uns erschließt; indem er uns sagt, wer wir sind und was er von uns will. Gottes Wort ergeht in vielfältiger Weise in den Schriften des AT, endgültig und unüberbietbar ergeht es in Jesus Christus, der *das* Wort Gottes ist. In weiterem Sinn kann man sagen, dass Gottes Wort in der Schöpfung und in der Geschichte zu hören ist.

Gott spricht sich in Jesus Christus aus, d.h. dass dessen ganze Person und Geschichte „Wort“ ist. Wir können ihn also in allem finden, was er gesagt und getan hat und was an ihm geschehen ist. Dabei ist der Zugang zu seinen Taten und seinem Geschick, genauso wie zu seinen Worten für uns durch Worte vermittelt. Wir finden sie in der Heiligen Schrift und zwar sowohl im Neuen wie auch im Alten Testament, denn das Alte Testament verweist auf Jesus Christus, er ist sein eigentlicher Inhalt. Wenn wir also Gott suchen wollen (Regel Benedikt = RB 58,7), um in Beziehung mit ihm zu leben, sind wir zunächst an die Heilige Schrift verwiesen.

Die Heilige Schrift ist nicht vom Himmel gefallen, sondern ist auch ganz menschliches Wort. Ihr Entstehungszeitraum umfasst viele Jahrhunderte, der kulturelle und zeitliche Hintergrund, die Aussageabsicht usw. der einzelnen Schriften sind sehr unterschiedlich. Um den Sinn des Gesagten

zu verstehen, müssen wir diese Hintergründe zur Kenntnis nehmen. Außerdem gibt es eine ebenfalls jahrhundertelange Auslegungsgeschichte, die wir ebenfalls nicht übergehen dürfen. Die Tradition, die „Lehre der Kirche“ ist der maßgebliche Rahmen aller Auslegung. Gleichgültig also, ob man Lectio Divina in engerem oder weiterem Sinne verstehen will (dazu mehr unten): das Verstehen des Wortes Gottes verlangt die Auseinandersetzung mit theologischen Fragen, Grundkenntnisse zum Glaubensinhalt, evtl. Sprachenkenntnis – natürlich je nach den Möglichkeiten.

Damit es zu einem Verstehen kommen kann, müssen wir auch uns und unsere Voraussetzungen kennen. Je besser ich mich, meine Situation und die der Welt kenne, um so fruchtbarer wird die Begegnung mit dem Wort Gottes werden.

Diese Beobachtungen haben Folgen für die Entscheidung, welche Bücher für die Lesung in Frage kommen. Es gibt Autoren, die für die Lectio Divina im eigentlichen Sinn nur die Heilige Schrift gelten lassen. Andere möchten alles, was uns im Leben begegnet, einbeziehen. Meines Erachtens sind beide Positionen in dieser Einseitigkeit problematisch. Die erste besonders dann, wenn man die Lesung als die Hauptaufgabe eines Mönchs ansieht, neben der eigentlich kein Raum mehr für anderes bleiben sollte. Das kann (!) zu einer fundamentalistischen Enge führen und zu Subjektivismus. Andererseits ist aber Lectio Divina etwas anderes als beispielsweise Zeitungslesen, der Ausdruck sollte also auch nicht zu weit gefasst werden.

Lectio Divina bedeutet, dass ich mich als die, die ich heute ganz konkret bin, am jetzigen, aktuellen Punkt meines Lebens dem Wort stelle, das mir heute begegnet. Das unterscheidet diese Form der Lesung von anderen Formen, z.B. einer längeren kontinuierlichen Lesung der Schrift oder auch eines anderen geistlichen Buches. Und natürlich auch vom Studium theologischer Literatur, was nicht heißt, dass es nicht zu Überschneidungen kommen könnte.

Nicht alle biblischen Texte eignen sich gleichermaßen für die Lectio Divina. Man muss auswählen. Dabei sollte man sich aber nicht auf eine kleine Auswahl von Lieblingstexten beschränken. Ich halte es für besser, einen vorgegebenen Text (z.B. einen Text der Liturgie des Tages) zu nehmen, ihn sorgfältig zu lesen und wahrzunehmen, wo er mich „anspricht“. Wie in einem menschlichen Gespräch gibt es dabei „Zufälle“, nicht jeden Tag kann ich über das gleiche sprechen, bin ich für die selbe Sache offen. Nicht jeden Tag wird mir dasselbe zugesprochen. Eine Auswahl von Lieblingstexten würde dagegen bedeuten, dass ich vom „Gesprächspartner“ nur bestimmte Seiten wahrnehmen möchte. So kann es zu keiner wirklichen Begegnung kommen.

Das gilt bereits für die Beziehung von Menschen untereinander. Erst recht gilt es in Hinsicht auf Gott. Die Begegnung mit dem wirklichen Gott ist von so entscheidender Bedeutung für mein Leben, dass ich es mir nicht leisten kann, mich in Illusionen zu ergehen. Es kommt alles darauf an, dem wahren Gott gegenüber zu stehen, und das als der Mensch, der ich wirklich bin.

Damit das geschehen kann, genügt die Lectio Divina (im engeren Sinn) für das geistliche Leben auf keinen Fall. Ich muss alles dafür tun, dass ich Gott besser kennen lerne, aus der Schrift, aus der Lehre der Kirche, aus der Schöpfung, aus den konkreten Gegebenheiten meines Lebens usw. Je nach meinen Fähigkeiten und Möglichkeiten muss ich also andere Formen des Lesens und Studierens üben. Nur so kann Geistliche Lesung gelingen, ohne in Banalität und Subjektivismus zu enden. Dieses „Gesamtpaket“ theologisch-geistlicher Tätigkeit kann man „Lectio Divina im weiteren Sinn“ nennen.

In Mariendonk unterscheiden wir zwischen der Betrachtungszeit am Morgen und der Lesungs- bzw. Studienzeit am Abend und am Sonntag. Wenn es uns in unserem Ordensleben darum geht, Gott und die Begegnung mit ihm zu suchen, dann sind alle diese Zeiten dafür da, die Schrift aufzunehmen, besser zu verstehen, und zu antworten. Allerdings sind die Akzente unterschiedlich gesetzt. In der Studienzeit liegt der Akzent eher auf der Auseinandersetzung mit theologischer Literatur in ihren unterschiedlichen Disziplinen. In der Betrachtungszeit liegt der Akzent auf der persönlichen Begegnung mit dem Wort Gottes und der Vorbereitung auf die Liturgie. Da es letztlich um die eine ganzheitliche Begegnung mit Gott geht, kann es sich nur um Akzente handeln. Bei der morgendlichen Betrachtung sollte also die Hl. Schrift im Zentrum stehen. Zum besseren Verständnis können geistliche Schriften der Kirchenväter oder auch anderer Autoren hinzugezogen werden, solange sie wirklich hinführend zur Schrift sind und nicht von der Auseinandersetzung mit ihrem Anspruch ablenken. Für die Studienzeit sind die Möglichkeiten viel breiter. Jede einzelne muss schauen, was für sie gerade ansteht und ihr weiterhilft auf ihrem Weg zu Gott. Jede hat unterschiedliche „Talente“ bekommen, die eingesetzt werden müssen und nicht vergraben werden dürfen. Schon von daher ist es schwierig, für die Studienzeit inhaltlich gemeinsame Regeln aufzustellen. Für die Gemeinschaft als Ganze ist es wichtig, dass zumindest einzelne sich auch wissenschaftlich mit der Theologie auseinandersetzen und ihre Erkenntnisse den anderen vermitteln.

Betrachtungs- und Studienzzeit sind in ihrer unterschiedlichen Akzentsetzung doch aufeinander verwiesen, sie befruchten sich gegenseitig und sind beide für das geistliche Leben lebensnotwendig. Das ist auch für den übrigen Tag zu beachten. Wir müssen uns entscheiden, was wir aus der Flut der Worte an uns heranlassen, damit eine Überfülle oder mangelnde Qualität nicht *das* Wort übertönt und uns hörunfähig macht. Insofern gehört unser ganzes Leben zum Thema Lectio Divina, da sie mit davon geprägt wird, wie wir unser übriges Leben verbringen, und umgekehrt. Mein Verstehen des Wortes Gottes ist nicht unabhängig davon, ob ich bereit bin, ihm zu gehorchen.

Da die Zeiten für die ganze Gemeinschaft festgesetzt sind, ist eine Regelmäßigkeit des äußeren Rahmens gewährleistet. Wie kann nun die Betrachtung „gelingen“? In der Tradition begegnen vielfältige Hinweise zur „Methode“ der Lectio Divina. Selbst da aber, wo – wie bei Guigo, dem Kartäuser (12. Jhdt.) – von „Stufen“ die Rede ist, wird betont, dass es sich nicht um eine Technik handelt, die bei sorgfältiger Handhabung zum sicheren „Erfolg“ (was immer man darunter versteht) führt. Auch lässt man nicht eine Stufe hinter sich, wenn man zur nächsten kommt, sondern die Elemente durchdringen sich. Guigo hat die Stufenfolge: Lesung – Meditation – Gebet – Kontemplation. In der Tradition fehlt häufig der letzte Punkt, vielleicht weil er zu wenig greifbar ist und mehr als die anderen ein Gnadengeschenk Gottes.

Meines Erachtens sind folgende Punkte zu beachten: Äußere und innere Ruhe sind wichtig, dazu sollte der Ort beitragen, die richtige Körperhaltung und eine ausreichende Zeit. Da uns Gott immer schon entgegenkommt und nahe ist, brauchen wir keine Techniken, um ihm nahe zu kommen. Entscheidend ist, dass wir uns bewusst machen, vor wem wir stehen, dass wir uns für die Begegnung bereiten. Für die einzelne jedoch kann diese Vor-Bereitung kürzer oder länger dauern; auch Atemtechniken oder anderes kann unter Umständen hilfreich sein, um bei der Lesung „anzukommen“.

Da uns das Wort Gottes nicht einfach zur Verfügung steht, sondern sich nur im Heiligen Geist erschließt, müssen wir um diesen Geist bitten. Das bindet zugleich in die Kirche und es verhindert Subjektivismus, denn der Geist ist der Kirche gegeben. Wenn wir uns dem Geist wirklich öffnen, werden wir von der Fixierung auf uns selbst gelöst – und wohl nur so.

Um Willkür zu vermeiden, empfiehlt es sich, einen Text (oder mehrere Texte) aus der Tagesliturgie zu nehmen, oder einen fortlaufenden Text. Grundsätzlich ist es wichtig, die ganze Bibel

wahrzunehmen und nicht nur Lieblingsstellen. Trotzdem eignen sich nicht alle Bücher der Bibel gleich für die persönliche Betrachtung.

Der Text muss aufmerksam gelesen werden. Hilfreich ist, ihn „hörend“ zu lesen, selbst dann, wenn ein (halb)lautes Lesen nicht möglich ist. Wenn man im Laufe der Jahre die Texte gut kennt, kann es schwierig werden, sie so aufzunehmen, als hörte man sie zum ersten mal. Gerade dann darf man nicht zu schnell weitergehen. Vielleicht hilft es, sich die Situation ganz konkret vorzustellen, sich in eine Person hineinzusetzen. Anderen hilft es vielleicht mehr, eine ungewohnte Übersetzung zu nehmen, oder auch den Urtext, damit der Text neu ankommen kann. Parallelstellen helfen, den Sinn eines Textes zu verstehen. All das dient aber nicht so sehr einer Analyse des Textes, sondern der Aufmerksamkeit auf das, was wirklich in ihm steht und gemeint ist.

Ähnlich wie Jesus Christus nur aus seinem ganzen Leben zu verstehen ist (inkl. Kreuz und Auferstehung), zugleich aber in jeder seiner Taten und Worten der ganze Christus begegnet, so ist auch die einzelne Schriftstelle nur im Gesamt der Schrift zu verstehen und gleichzeitig vollgültiger Anspruch an mich. Je besser wir im Lauf der Zeit die Bibel kennen lernen, um so eher werden andere Stellen bei der Lesung mitklingen, die die einzelne Stelle erklären und erhellen. Bei der Betrachtung kann es helfen, sich solche Stellen ins Gedächtnis zu rufen.

Um sich den Text zu eigen zu machen, kann man ihn auswendig lernen, zumindest so, dass man den Inhalt wiedergeben kann, ohne ins Buch zu schauen. Das hilft auch, ihn während dem Rest des Tages immer wieder „hervorzuholen“ und sich an ihn zu erinnern.

Solange wir uns bewusst bleiben, worum es geht (Begegnung eines konkreten Menschen hier und heute mit dem wahren Gott in seinem ebenso konkreten Wort – Gott sagt mir heute etwas anderes als gestern -), kann es unterschiedliche Vorgehensweisen geben. Jeder Mensch ist anders und muss seinen eigenen „Rhythmus“ finden, der zudem auch beim einzelnen wechseln kann. Eine Möglichkeit ist, solange zu lesen, bis mich ein Satz, Gedanke oder Bild anspricht; diese Stelle dann zu meditieren und darauf im Gebet zu antworten. Die Gefahr dabei ist, dass ich zu schnell bei diesem Satz oder Gedanken stehen bleibe, ohne dass die wirkliche Sinnspitze des Textes wahrgenommen wird. Das kann dazu führen, dass ich im Text mehr mich selber wiederfinde (das, was ich immer schon dachte, oder das, was ich wünsche usw.), als dass ich Gott begegne, der mir auch immer fremd bleiben wird und mich aus meinem Eigenen herausholt.

Daher mag es besser sein, dass die erste Frage noch nicht gleich ist: was bedeutet der Text für mich? Sondern: Was sagt Gott in ihm? Wie kündigt der Text von Gott und seinem Heilswirken? Was sagt er über die Menschen? Welche Beziehung hat er zu den zentralen Heilsereignissen unseres Glaubens? Daraus muss sich dann die Frage nach der Bedeutung des Textes für mich ergeben.

Wenn ich bei Punkten innehalte, die mich „ansprechen“, muss ich mir in einem weiteren Schritt Rechenschaft darüber geben, ob das Erkannte „richtig“ sein kann, also dem Gesamt der Schrift und der Glaubenslehre entspricht.

Wenn ich zunächst nach dem objektiven Sinn des Textes frage, darf ich mich selbst doch nicht aus dem Spiel lassen. Wenn mich keine Stelle unmittelbar berührt, ist ein bewusster Schritt notwendig: Inwiefern bin ich, als die ganz konkrete Person, die ich heute und hier bin, gemeint? Was hat das Alles mit mir zu tun? Wenn mir das bewusst wird, kommt es darauf an, dass ich mich dem Anspruch stelle und antworte. Das Schriftwort will etwas von mir - was nicht nur moralisch zu verstehen ist. Auf diesen Anspruch muss ich reagieren. So wird die Schriftlesung zu Gebet, sei es in lobpreisender Anbetung, sei es in Bitte, Klage oder Dank.

Das alles hat viel mehr mit Glaube und Bereitschaft (Wille) zu tun, als mit Gefühl und Erlebnis. Die Begegnung mit Gott in seinem Wort ist zunächst eine Aktivität des Glaubens. Es kann sein, dass mich ein Wort überwältigt, aber es kann auch sein, dass es lange Zeiten der Dürre gibt, wo ich mit Langeweile zu kämpfen habe. Unabhängig vom „Erfolg“ der Lesung müssen wir treu bleiben, dann wird uns das Wort Gottes nach und nach prägen und unser Leben verändern.

Lesung ohne Meditation ist dürr,

Meditation ohne Lesung geht in die Irre,

Gebet ohne Meditation ist lau,

Meditation ohne Gebet unfruchtbar. (nach Guigo)

Sr. Mirjam Pesch OSB 2009 / 2020