

#### 4.2.2. Das Geschehen ereignet sich mit mir...

Wie erlebe **ich** das Geschehen in meiner Rolle?

Was empfinde und denke **ich** dabei?

Was tut sich? – Was tue **ich**? Was widerfährt **mir**?

Wie erlebe **ich** darin meine Beziehung zu Gott/Jesus?

Hierbei gilt es, über die genannten Fragen weniger nachzudenken, sondern vielmehr nachzusinnen, weniger zu sehen, sondern vielmehr zu schauen, weniger zu verstehen, als vielmehr zu erkennen **und darin zu verweilen, zu verspüren, zu verkosten...**

#### 5. Eindrücke ausdrücken

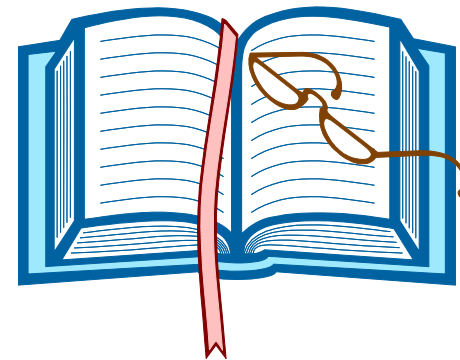
- Im spontanen Wählen von Farben und einem ebenso spontanen Skizzieren (Zeichenblock und Wachsmalkreide) oder
- mit Hilfe von „Biblischen-/Empathie-Figuren“ und ergänzenden Symbolen eine für mich stimmige Szene gestalten oder
- im Notieren von Gedanken und Empfindungen (geistliches Tagebuch) oder
- im Austausch in einer Gruppe (Anteil geben – Anteil nehmen am Reichtum individueller Erfahrungen)
- im Rahmen eines Gespräches in der Geistlichen Begleitung

... lässt sich diesem inneren Geschehen **Gestalt geben oder Ausdruck verleihen**. Überlasse ich mich in der **Weise einer „kreativen Meditation“** oder einem „**ganzheitlichen Nach-SINNEN**“ dem, was mich **ganz persönlich** in dieser biblischen Erzählung meint und betroffen macht, dann entwickelt sich eine **bewegende ERFAHRUNG**, die mich tiefer anrühren kann, wie die ausschließlich rationalen Verstehensversuche dessen, was uns das Wort Gottes „im Allgemeinen und im Speziellen“ wohl heute sagen will.

© 1993/2017 K. Stemmler

## Lebendiges Beten und Meditieren

mit Texten der Bibel



*Nicht das Vielwissen sättigt die Seele,  
sondern das Verspüren und Verkosten  
der Dinge von innen her!*

*Ignatius von Loyola*

**D**ie Bibel überliefert uns Lebensweisheit und Glaubenserfahrung in einer reichen und vielfältigen Bildersprache. Wir kennen ähnliches aus der Kunst: Ein Maler wählt seine Farben und Formen. In seiner Komposition entsteht ein Gemälde. Ein solches Bild drückt dann etwas von der Realität aus, wie sie der Künstler erfährt, sieht, versteht, bezeugt. Dieses Bild erschließt sich mir dann als Betrachter in dem Maße, wie es mir gelingt, mich von dem Kunstwerk persönlich anrühren zu lassen... Wir sind eingeladen, in das Bild persönlich einzutauchen und sich innerlich bewegen zu lassen...

Auf ähnliche Weise können wir uns der Bibel nähern: Auch deren Verfasser sind „Künstler“, die aus mündlichen und schriftlichen Überlieferungen ihre „Farben und Formen“ wählten und eine eigene Komposition gestalteten. Lebenswissen und Glaubensweisheit wird uns überliefert in einem kunstvollen und kostbaren „Wortgemälde“. Lassen wir die Worte der Bibel wiederum **in uns selbst** „bunte Bilder“ malen, dann entdecken wir über ein „im Bilde sein“ ihren Reichtum, ihre Wirkkraft und ihre **Bedeutung für uns...**

---

Die „ignatianische“ Weise der Schriftbetrachtung eignet sich in besonderer Weise für das betende „Um-gehen“ mit Handlungsszenen aus der Heiligen Schrift. Sie bezieht alle Sinne und die ganze Vorstellungskraft des/der Übenden mit ein und lädt uns ein, **selbst „im Bilde zu sein“**:

## 1. Grundhaltung

*Offenheit* gegenüber dem Wort Gottes, was sich in mein Leben hinein entfalten möchte.

*Ehrfurcht\** vor dem Wort Gottes, was in seinem Wirken unverfügbbar bleibt und dessen ich mich nicht bemächtigen kann.

---

(\*„Ehrfurcht“ verstanden als „erschauernde Achtung / zittrige Freude“, weil Gott/Jesus mich im Wort der Schrift persönlich meint: Ganz so, wie ich mich in mein Leben hinein gestellt erfahre, bin ich eingeladen, mich in das Wort Gottes hinein zu stellen...)

## 2. Sich den Text vertraut machen:

Die Schriftstelle (wiederholt) lesen und das Geschehen zunächst auf sich wirken lassen...

## 3. Den „Schauplatz bereiten“:

Lass vor deinem „inneren Auge“ den Ort des Geschehens entstehen und versuche ihn „mit allen Sinnen“ wahrzunehmen und zu erkunden. Dabei kommt es weniger darauf an, wie es dort „wirklich“ ausgesehen hat. Ganz so wie es dir vor dein inneres Auge kommen will, so ist es gut und hilfreich. Es gilt, deinem eigenen Vorstellungsvermögen zu trauen.

## 4. Die Erzählung sich ereignen lassen:

Lass das beschriebene Ereignis in deiner Vorstellung (imaginär) geschehen und auf dich wirken. Es gilt, mit allen Sinnen ganz und ganzheitlich dabei zu sein: sehen, was sich tut, wer dabei ist, wie die Personen zueinander stehen, was sie sagen und tun, ... Rieche, „was in der Luft liegt“... Horche, fühle und spüre: Wie wirst du innerlich bewegt?

### 4.1. Den eigenen Platz zunächst als Zuschauer/in einnehmen und darin „spazieren gehen“:

Wo befinde **ich** mich in diesem Geschehen?

Wie ergeht es mir in dieser „Zuschauer-Rolle“?

Wie empfinde / erlebe **ich** das Geschehen, die beteiligten Personen...?

Verändert sich **meine** Position im Laufe des Geschehens?

### 4.2.1. Sich in der Szene „verorten“ wie in einem „inneren Bibliodrama“

Wenn **ich** „mitmachen“ könnte:

Was wäre meine Rolle und mein Platz?

In welcher Rolle bin **ich** am ehesten Zuhause?

In welcher Rolle möchte **ich** am liebsten Zuhause sein?

Welche Rolle wäre **für mich** eher ein lohnendes Wagnis?

## Sei da für mich

Erweise Dich ich als ein hörender Gott.  
Sei das große Ohr, in das ich alles hineinsagen kann.  
Sei der Hörende, der auch das Ungesagte hört.

Sei die Verstehende, die da,  
wo ich mich selbst nicht mehr begreife,  
noch den geheimen Sinn entdeckt.

Sei der Zuhörer,  
der mir überhaupt erst den Mut gibt,  
den Mund zu öffnen.

Sei die Fragende, die endlich die richtigen Fragen stellt.  
Sei das Wissen, das nicht wehtut, sondern befreit.

Sei der Vorwurf, der brennt, aber nicht verzehrt.  
Sei das Ja zu meiner ganzen Vergangenheit.

Sei der Blick, der die Hoffnung aufblühen lässt.  
Sei die Antwort, die mich wirklich betrifft.

Sei die große schweigende Antwort,  
die der Worte nicht mehr bedarf.

(nach einem Text aus dem Morgenlob im Haus der Stille  
bei Graz, Herkunft mir unbekannt)

## Hier bin ich

Ein Suchender bin ich, Gott,  
nach einem Sinn.

Lass mich finden hinter den Worten:  
Dein Wort.

Eine Tastende bin ich, Gott,  
nach einem Grund.

Lass mich begreifen hinter den Sätzen:  
Dein Geheimnis.

Ein Hoffender bin ich, Gott,  
auf ein Zeichen.

Lass mich lesen zwischen den Zeilen:  
Dein Antlitz.

Eine Wartende bin ich, Gott,  
auf ein Echo.

Lass mich hören zwischen den Pausen:  
Deinen Atem.

(nach einem Text aus dem Morgenlob im Haus der Stille  
bei Graz, Herkunft mir unbekannt))