

Guigo der Kartäuser:  
Scala claustralium  
Die Leiter der Mönche zu Gott



# Scala claustralium

## Die Leiter der Mönche zu Gott

Guigo der Kartäuser

Aus dem Lateinischen übersetzt und eingeleitet von:  
Daniel Tibi OSB

Verlag Traugott Bautz

---

## Impressum

© 2008 Daniel Tibi OSB

Als Übersetzungsgrundlage wurde der lateinische Text nach PL t. CLXXXIV, c. 475–484 benutzt.

Umschlagbild: Wikimedia Commons

Verlag Traugott Bautz, Nordhausen

3., vollständig überarbeitete Aufl. 2010

ISBN 978-3-88309-455-7

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek:

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie;  
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <<http://dnb.ddb.de>> abrufbar.

# Inhalt

|                                                                                             |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Einleitung                                                                                  | 7  |
| Brief Guigos des Kartäusers an Bruder Gervasius über<br>das kontemplative Leben             | 31 |
| I. Die vier Stufen geistlicher Übungen.....                                                 | 31 |
| II. Beschreibung der Bedeutung der vier Stufen.....                                         | 32 |
| III. Die Meditation.....                                                                    | 34 |
| IV. Das Gebet.....                                                                          | 37 |
| V. Die Kontemplation.....                                                                   | 38 |
| VI. Die Zeichen dafür, dass der Heilige Geist über die Seele<br>gekommen ist.....           | 38 |
| VII. Die Gnade verbirgt sich wieder.....                                                    | 40 |
| VIII. Die Gnade, die sich für einige Zeit verborgen hat,<br>überschüttet uns mit Gutem..... | 41 |
| IX. Die Seele muss sich klug verhalten, nachdem die Gnade<br>über sie gekommen ist.....     | 42 |
| X. Zusammenfassung.....                                                                     | 43 |
| XI. Die Lesung kann nicht ohne Meditation, die Meditation<br>nicht ohne Gebet sein.....     | 44 |
| XII. Wie die vorgenannten Stufen gegenseitig<br>zusammenhängen.....                         | 46 |
| XIII. Vier Gründe, die uns von diesem Weg zu Gott abbringen.....                            | 48 |
| Weiterführende Literatur                                                                    | 51 |



## Einleitung<sup>1</sup>

Gott begegnen – danach sehnen sich viele Menschen. Diese Sehnsucht bewegte die ersten christlichen Mönche, sich in die Wüste zurückzuziehen, um dort ein Leben ganz für Gott zu leben. Wichtigstes Medium zur Begegnung mit Gott war für sie die Bibel. Sie suchten Gott in seinem Wort. Unablässig rezitierten sie Psalmen und andere Bibelstellen, meditierten sie und schöpften daraus Nahrung für ihr Gebet. *Lectio divina* heißt diese Art, die Bibel meditierend und betend zu lesen. In den Klöstern ist sie seit jeher Brauch. Auch Christen außerhalb der Klöster entdecken die *lectio divina* für sich. Kürzlich wies Papst Benedikt XVI. auf die Bedeutung der *lectio divina* im geistlichen Leben hin: „In diesem Zusammenhang möchte ich vor allem die alte Tradition der *lectio divina* in Erinnerung rufen und empfehlen. Das eifrige Studium der Heiligen Schrift, begleitet vom Gebet, führt zu jenem innigen Gespräch, bei dem wir unser Herz vertrauensvoll öffnen, Gott hören, wenn wir lesen, und ihn anreden, wenn wir beten (vgl. DV 25). Bei entsprechender Förderung wird diese Praxis der Kirche – davon bin ich

---

<sup>1</sup> Diese Einleitung wurde in einer überarbeiteten Fassung unter dem Titel *Gott begegnen in seinem Wort. Eine Hinführung zur Lectio divina*. in der Zeitschrift *Geist und Leben* 83 (2010), S. 222–234, abgedruckt.

überzeugt – einen neuen geistigen Frühling bringen. Als fester Bezugspunkt der Bibelpastoral ist daher die *lectio divina* weiter zu fördern und zu ermutigen, auch durch den Einsatz neuer, gründlich erwogener und zeitgemäßer Methoden. Nie dürfen wir vergessen, dass das Wort Gottes unserem Fuß eine Leuchte ist und ein Licht auf unserem Weg (vgl. Ps 119,105).“<sup>2</sup> So kann die *lectio divina* ein Weg sein, die Sehnsucht vieler Menschen nach Begegnung mit Gott zu erfüllen.

## Scala claustralium – Die Leiter der Mönche zu Gott

Die Schrift *Scala claustralium* des Kartäusers Guigo II. († 1193) gibt eine Hinführung zur traditionellen monastischen Gebetsweise der *lectio divina*. Guigo bittet seinen Mitbruder Gervasius als vorgeblich im geistlichen Leben Unerfahrener seine Überlegungen zu den geistlichen Übungen der Mönche zu „beurteilen und korrigieren“<sup>3</sup>. Bei der Handarbeit, die zusammen mit Psalmengebet und *lectio divina* zu den zentralen Beschäftigungen der Kartäuser damals wie heute gehört, denkt Guigo über die geistliche Übung der *lectio divina* nach. Dabei seien ihm, so schreibt er, mit einem Male vier geistliche Stufen in den Sinn gekommen, nämlich *lectio* (Lesung), *meditatio* (Meditation), *oratio* (Gebet) und *contemplatio* (Kontemplation).<sup>4</sup> Freilich handelt es sich dabei nicht um

---

<sup>2</sup> Benedikt XVI.: *Die Heilige Schrift im Leben der Kirche*. URL: [www.deiverbum2005.org/Audience/BenedictXVI\\_d.pdf](http://www.deiverbum2005.org/Audience/BenedictXVI_d.pdf) – [Stand: 31.05.2010].

<sup>3</sup> *Scala claustralium*, Prol.

<sup>4</sup> Vgl. ebd. I.



vier getrennte, in sich abgeschlossene Stufen. Vielmehr sind es vier Ebenen, die fließend ineinander übergehen.

Guigo hat damit nichts Neues erfunden. Er steht fest in der Tradition. Bereits *Origenes* (185–254) fordert in seinem *Brief an Gregorius* zur beharrlichen *lectio divina* auf, und mahnt zum begleitenden Gebet. Die vier Stufen, die Guigo nennt, erwähnt vor ihm schon *Smaragdus von Saint-Mihiel* († 830) in seiner Schrift *Diadema monachorum*,<sup>5</sup> stellt jedoch die *oratio* an die erste Stelle. *Hugo von Sankt Viktor* (1097–1141) nennt in seiner Schrift *De Meditando*<sup>6</sup> die Stufen in gleicher Reihenfolge wie Guigo, fügt jedoch zwischen *oratio* und *contemplatio* noch eine fünfte Stufe ein: die *operatio*, das Handeln, die Umsetzung im alltäglichen Leben.

Für Guigo sind diese vier Stufen Sprossen einer Leiter, die von der Erde in den Himmel, zur Begegnung mit Gott, führt: „Dies ist die Leiter der Mönche, durch die sie von der Erde in den Himmel hinaufgeführt werden. Stufen hat sie nur wenige, unermesslich aber und unglaublich ist ihre Größe. Ihr unteres Ende steht auf der Erde, ihr oberes aber durchdringt die Wolken und versucht, die Geheimnisse des Himmels zu erkunden.“<sup>7</sup> Die Vorstellung eines stufenförmigen Aufstiegs zu Gott begegnet in der Mystik häufig. Beispiele gibt es viele, erinnert sei nur an die *Paradiesleiter* des *Johannes Klimakos* (ca. 580–650), in der er den Weg zur Schau Gottes in dreißig Stufen schildert. Biblische Grundlage dieser

---

<sup>5</sup> PL t. CII, c. 593–690.

<sup>6</sup> PL t. CLXXVI, c. 993–998.

<sup>7</sup> *Scala claustralium*, I.

beliebten Symbolik ist der Traum Jakobs: „Er sah eine Treppe, die auf der Erde stand und bis zum Himmel reichte. Auf ihr stiegen Engel Gottes auf und nieder.“ (Gen 28,12).

### *Lectio* (Lesung)

Erste Sprosse der Leiter ist die *lectio* (Lesung). Grundlage der Lesung ist das Wort Gottes: die Bibel. Das Wort Gottes ist zusammen mit der Eucharistie zentrale Quelle des geistlichen Lebens. Wort Gottes und Leib Christi sind geistliche Speisen, die die Gläubigen auf ihrer irdischen Pilgerschaft stärken.<sup>8</sup>

Die frühchristlichen Mönche lasen die Bibel in Form der *lectio continua*, d. h. sie lasen die Bücher der Bibel der Reihe nach, und wenn sie am Ende angekommen waren, begangen sie wieder von vorn. Eine gewisse Treue und Stetigkeit sind wichtig, um sich dem Wort Gottes wirklich auszusetzen und nicht nur seine eigenen Lieblingsstellen zu lesen. „Zu bestimmten Stunden widme man sich einer bestimmten Lesung. Wer eine zufällig gefundene Stelle ohne Fortsetzung liest, der zieht nicht nur keinen Nutzen für seine Seele daraus, sondern macht sie dadurch unbeständig“<sup>9</sup>, schreibt *Wilhelm von Saint-Thierry* († 1148). Die *lectio continua* fordert den Leser. Er wird sich durch manche Durst-

---

<sup>8</sup> Vgl. Zweites Vatikanisches Konzil: *Dogmatische Konstitution »Dei Verbum« über die Offenbarung* (18.11.1965), Nr. 21. In: Karl Rahner, Herbert Vorgrimler (Hrsg.): *Kleines Konzilskompendium*. Freiburg 1966, 379.

<sup>9</sup> *Wilhelm von St. Thierry: Epistola ad fratres de monte Dei*, 120.

strecke kämpfen und aufpassen müssen, dass er nicht bereits am Anfang gleichsam im Wüstensand stecken bleibt. Eine sinnvolle Alternative ist es, sich jeweils ein einzelnes Buch der Bibel vorzunehmen und dieses als Ganzes zu lesen.

Der Beter sollte möglichst absichtslos an das Wort Gottes herantreten und sich vom Geist in die richtige Richtung führen lassen, gleichsam die Segel nach dem Wehen des Heiligen Geistes hissen, ohne zu wissen, an welchem Ufer er ankommen wird. Auf diese Weise betrachtet der Beter sich selbst und sein Leben im Spiegel des Wortes Gottes. Wem die Offenheit fehlt, sich vom Wort Gottes umformen zu lassen, würde mit der *lectio divina* letztlich nur Zeit vertun.

Neben der Bibel lasen die Mönche auch andere Schriften. *Benedikt von Nursia* († 547) empfiehlt in seiner Regel neben den „von Gott beglaubigten Büchern des Alten und des Neuen Testamentes“ auch „Erklärungen dazu“ und „die Unterredungen der Väter, ihre Einrichtungen und Lebensbeschreibungen sowie die Regel unseres heiligen Vater Basilius“<sup>10</sup>. Um immer tiefer in den Sinn der heiligen Schriften einzudringen und damit Gott immer näher zu kommen, lasen die Mönche auch Auslegungen zur Bibel. Darüber hinaus waren ihnen Lebensbeschreibungen der Mönchsväter Vorbild zur Umsetzung des Wortes Gottes im alltäglichen Leben. Solche Schriften traten nicht an die Stelle der Bibel, sondern wurden parallel dazu gelesen, um den biblischen Text auszulegen und in die eigene Zeit hinein zu interpretieren. So ist

---

<sup>10</sup> RB 9,8; 73,5.

es auch für uns heute sinnvoll, zusammen mit der Bibel einen Kommentar zu lesen, der den biblischen Text erläutert. Auch Predigten oder Vorträge zum gelesenen Text oder der Austausch in einem Bibelkreis können hilfreich sein.

Die Bibel preist jene Menschen glücklich, die zu jeder Zeit über das Wort Gottes nachsinnen (vgl. Ps 1,1–3; Jos 1,8). Es gibt viele freie Augenblicke im Laufe des Tages, die durch die *lectio* sinnvoll gefüllt werden können, beispielsweise eine Zug- oder Busfahrt, die Wartezeit beim Arzt oder Ähnliches. Neben solchen freien Momenten sollte natürlich auch eine feste Zeit im Tagesablauf für die *lectio divina* reserviert werden.

*Pelagius* († nach 418) begründete die Tradition, die besten Stunden des Tages der *lectio divina* zu widmen. Das waren für ihn die ersten drei Stunden des Tages (etwa 6:00 bis 9:00 Uhr). Benedikt reduziert in seiner Regel die Dauer für Winter und Sommer auf zwei Stunden täglich.<sup>11</sup> Für den Winter legt er die *lectio divina* auf die Zeit von der ersten bis zur zweiten Stunde des Tages (etwa 6:00 bis 8:00 Uhr), für den Sommer auf die Zeit von der vierten Stunde bis zur Sext (etwa 10:00 bis 12:00 Uhr), wobei er freistellt, die Mittagsruhe ebenfalls der Lesung zu widmen. Für die Fastenzeit erweitert Benedikt die Zeit für die *lectio divina* um eine Stunde und legt dafür die ersten drei Stunden des Tages fest.<sup>12</sup>

---

<sup>11</sup> Vgl. RB 48.

<sup>12</sup> Michael Casey: *Einführung in die Benediktsregel. Ein geistliches Ausbildungsprogramm*. St. Ottilien 2010, 121–123.

Freilich ist es für berufstätige Menschen unserer Zeit unrealistisch, sich bei Zeit und Dauer der *lectio divina* an die Bestimmungen des frühchristlichen Mönchtums zu halten. Für uns Heutige dürften zwanzig bis dreißig Minuten täglich eine angemessene Zeitspanne sein. Erfahrungsgemäß sind der frühe Morgen oder der Abend am besten geeignet, da sie am meisten Ruhe bieten. Am Morgen ist der Geist frisch und noch nicht überladen von den Eindrücken des Tages. Außerdem kann ein Bibelvers den Beter den Tag über begleiten. Die Lesung am Abend gibt dem Geist für die Nacht bekömmliche Nahrung, die die oft zähen und schwer verdaulichen Eindrücke des Tages ausgleicht. Es ist aber auch jede andere Tageszeit möglich. Der Beter kann anfangs verschiedene Zeiten ausprobieren. Die Zeit, in der er den meisten Nutzen aus der *lectio divina* zieht und die sich am besten in seinen Tagesablauf integrieren lässt, sollte er dann getreu beibehalten.

Ein eigener Gebetsplatz ist wichtig, gleichsam ein Ort der Sammlung, wo die Begegnung mit Gott stattfindet. Wer die Lesung am Schreibtisch bei laufendem Computer und zwischen Stapeln von Arbeit hält, wird sich nicht recht konzentrieren können. Wichtig ist ein ruhiger Platz, an dem der Beter sich ungestört der Lesung widmen kann. Der eine schafft sich durch Kerzen, ein Kreuz oder Ikonen die rechte Atmosphäre, der andere verzichtet darauf, weil er durch nichts abgelenkt werden möchte. In der Wahl der Gebetshaltung ist jeder frei. Im Prinzip ist jede Haltung möglich, die ehrfurchtsvoll eingenommen wird, und in der sich der Beter am besten sammeln kann.

Vor Beginn der Lesung ist ein Moment der Ruhe und Besinnung wichtig. Wer mit den Gedanken ganz woanders ist, dem fehlt die Offenheit und Aufmerksamkeit, sich von Gott ansprechen und formen zu lassen. Schließlich richtet der Beter ein Gebet an den Heiligen Geist um das rechte Verständnis der Schrift. „Wenn die göttliche Lesung eine Gnadengabe ist, dann müssen wir zum Herrn flehen, dass er sie uns gewähre. Allein das demütige, aufrichtige, liebevolle Gebet kann erreichen, dass derjenige, der uns die Schrift gab, uns auch ihren tieferen Sinn erschließt.“<sup>13</sup> Nun beginnt der Beter, den ausgewählten Abschnitt der Bibel zu lesen. „Die Lesung ist das eifrige Lesen der Bibel mit aufmerksamem Geist.“,<sup>14</sup> schreibt Guigo. Wichtig ist daher, sich die nötige Zeit und Muße zu gönnen, um sich ganz auf den Text einzulassen und nicht hastig über ihn hinweg zu eilen. „Lesen, besonders die *lectio divina*, darf nicht auf eine Aufgabe reduziert werden, für die neben all den anderen wichtigen Beschäftigungen noch irgendwie Zeit gefunden werden muss. Um gut zu lesen, bedarf es der Muße. Zweckfreies Lesen bedeutet, sich in eine andere Welt zu versetzen, die gelassenes Nachdenken erlaubt.“, schreibt der australische Trappist *Michael Casey*, der für diese Art des Lesens den Begriff »*micro-reading*« geprägt hat.<sup>15</sup> Um die Aufmerksamkeit stärker auf den Text zu richten und ihn besser im

---

<sup>13</sup> García M. Colombás: *Lectio Divina. Das Herz Gottes im Wort Gottes entdecken*. Köln 2003, 56.

<sup>14</sup> *Scala claustralium*, I.

<sup>15</sup> Vgl. Michael Casey: *Fremd in der Stadt. Glaube und Werte in der Regel des heiligen Benedikt*. St. Ottilien 2007, 51.68.

Gedächtnis zu behalten, empfiehlt er, Textstellen, die den Leser besonders ansprechen, abzuschreiben. „Der Akt des Schreibens ist selber Meditation – eine Weise, sich das Gelesene anzueignen. Wenn wir mit Sorgfalt und Ehrfurcht schreiben, bleiben wir länger beim Text und folgen seiner Eigenart.“<sup>16</sup> Auf diese Weise entsteht eine Art Lectio-Tagebuch, eine Blütenlese von Bibelstellen, die für den Leser besondere Bedeutung haben.

Die frühchristlichen Mönche, wie die Menschen der Antike überhaupt, lasen anders als wir heute. Während wir einen Text still mit den Augen verfolgen, murmelten sie den Text leise vor sich hin. Beim Lesen handelte es sich zu jener Zeit „nicht um einen rein geistigen, innerlichen Vorgang, sondern um ein vernehmbares Aufsagen von Texten“.<sup>17</sup> Auch in der Bibel ist diese Art, das Wort Gottes zu lesen, bezeugt. Im Psalm wird der Mensch glücklich gepriesen, der „Freude hat an der Weisung des Herrn, über seine Weisung nachsinnt (יְהַגֵּה) bei Tag und bei Nacht“ (Ps 1,2). Neben „nachsinnen“ kann die Wurzel **הגה** aber auch „nicht artikulierte Laute hervorbringen“ oder „murmeln“ bedeuten. Insbesondere wenn sie sich auf die Torah JHWHs bezieht, ist an ein hörbares Murmeln oder ein leises Rezitieren zu denken.<sup>18</sup> Diese Art des Lesens kann helfen, Zerstreuungen zu vermeiden und den Text tiefer zu durchdringen.

---

<sup>16</sup> Ders.: *Lectio divina. Die Kunst der geistlichen Lesung*. St. Ottilien 2009, 121.

<sup>17</sup> Heinrich Bacht: »Meditatio« in den ältesten Mönchsquellen, In: *Geist und Leben* 28 (1955), 360–373; hier 366.

<sup>18</sup> Vgl. A. Negroita, Art. **הגה**, in: *ThWAT* 2 (1977), 343–347.

So ist Lesen bei der *lectio divina* ein anderes als etwa die Lektüre eines Beitrags in einer Fachzeitschrift, bei der es darum geht, innerhalb möglichst kurzer Zeit möglichst viele Informationen im Gedächtnis zu behalten. Außerdem unterscheidet sich die *lectio divina* vom Lesen zum Vergnügen oder zur Unterhaltung, also etwa dem Lesen eines Romans oder einer Illustrierten. Natürlich soll auch die *lectio divina* Vergnügen bereiten und keine lästige Pflicht sein, jedoch ist sie kein passives Sich-Unterhalten-Lassen und Ausspannen, sondern Gebet und Dialog mit Gott. Es geht darum, sich vom Wort Gottes ansprechen zu lassen, es auf sich und an sich wirken zu lassen, es zu schmecken und zu genießen, es zu verkosten sowie auf diese Anrede zu antworten und in Liebe vor Gott zu verweilen.

Zur *lectio divina* zählt Guigo nicht nur das eigentliche Lesen eines Textes, sondern auch das Hören einer Lesung. Bücher waren in früheren Zeiten Kostbarkeiten, daher spielte in den Klöstern die vorgetragene Lesung eine große Rolle. In der Magisterregel ist vorgesehen, dass sich die Mönche zur täglichen *lectio divina* in Kleingruppen zusammenfinden, wobei einer vorliest und die anderen zuhören.<sup>19</sup> Neben dem Lesen der Bibel sollten wir auch dem Hören des Wortes Gottes wieder einen größeren Stellenwert einräumen. Dank Bibelausgaben in Hörbuchform<sup>20</sup> können wir uns bei vielen Gelegenheiten aus der Bibel vor-

---

<sup>19</sup> Vgl. RM 10,50f.

<sup>20</sup> Unter <[www.theateraufcd.de/mp3/Bibel.htm](http://www.theateraufcd.de/mp3/Bibel.htm)> oder <[www.bibel-hoerbuch.de](http://www.bibel-hoerbuch.de)> gibt es verschiedene Bücher der Bibel als kostenlose Hörbücher im MP3-Format.



lesen lassen. Alltägliche Tätigkeiten können so vom Wort Gottes erfüllt und mit Gebet verbunden werden.

Ob gelesen oder gehört, bald wird den Beter ein Vers besonders ansprechen. Guigo bringt ein Beispiel: „In der Lesung höre ich: ‚Selig, die reinen Herzens sind, denn sie werden Gott schauen.‘ (Mt 5,8). Welch kurzes Wort, doch lieblich und reich angefüllt mit vielfältigem Sinn zur Nahrung der Seele, reicht es gleichsam eine Traube dar. Nachdem die Seele es aufmerksam erwogen hat, spricht sie bei sich: ‚Das könnte gut für mich sein. Ich werde in mein Herz einkehren und versuchen, ob ich vielleicht diese Reinheit finden und erlangen kann. Kostbar und erstrebenswert ist sie nämlich; selig genannt werden, die sie besitzen, ihnen ist die Schau Gottes verheißen, die das ewige Leben ist und die gepriesen wird in so vielen Zeugnissen der Heiligen Schrift.‘“<sup>21</sup>

Guigo vergleicht einen Vers, der den Beter besonders anspricht, mit einer Traube, die seinen Appetit anregt. Das Wort Gottes ist eine Speise, die gut tut, stärkt und Genuss verschafft. Der Beter nimmt den Vers gleichsam wie eine Speise in den Mund und beginnt sie zu kauen, um den Inhalt tiefer zu erfassen.

### *meditatio* (Meditation)

„Die Seele schreitet also zur Meditation, sie verharret nicht an der Oberfläche, verweilt nicht abseits. Sie dringt ins Innere ein, erfasst die

---

<sup>21</sup> *Scala claustralium*, II.

Einzelheiten.“<sup>22</sup> Die Wüstenväter übten die Meditation eines Bibelverses, indem sie ihn unablässig wiederholten: „Altvater Ammos berichtete: „Ich und der Altvater Betimes kamen einmal zum Altvater Achilles, und wir hörten, wie er gerade das Wort betrachtete: Fürchte dich nicht, Jakob, nach Ägypten hinabzugehen (Gen 46,3). Lange Zeit verweilte er in der Betrachtung dieses Verses.“<sup>23</sup> Dieses beständige Wiederholen eines Verses wird als *ruminatio* (Wiederkäuen) bezeichnet. Im Alten Testament gelten Wiederkäuer als reine Tiere (vgl. Lev 11,3; Dtn 14,6), die in allegorischer Auslegung für den Beter stehen, der beständig über das Wort Gottes nachdenkt.<sup>24</sup>

Die *ruminatio* dient der Zurüstung für Meditation und Gebet. Sie zieht eine intensive Vertrautheit mit der Bibel nach sich. Wer die *ruminatio* regelmäßig übt, wird bald einen Schatz an Bibelstellen haben, die er auswendig kennt. Er wird gleichsam eine lebendige Konkordanz und eine Bundeslade Gottes, die die Weisung Gottes in sich trägt. Wilhelm von Saint-Thierry empfiehlt, täglich einen Vers der Bibel auswendig zu lernen und ihn den ganzen Tag über wiederzukäuen.<sup>25</sup>

So wird die *ruminatio* Grundlage einer biblischen und christozentrischen Frömmigkeit. Die Seele wird in ein Klima versetzt, aus dem her-

---

<sup>22</sup> *Scala claustralium*, III.

<sup>23</sup> *Weisung der Väter. Apophthegmata Patrum*. Übers. von Bonifaz Miller. Trier 1980, Nr. 128 (S. 53).

<sup>24</sup> Vgl. *Barnabasbrief*, X 11. In: *Die apostolischen Väter*. Übers. v. Franz Zeiler. Kempton, München 1918 (Bibliothek der Kirchenväter 35), 92.

<sup>25</sup> Vgl. Wilhelm von St. Thierry: *Epistola ad fratres de monte Dei*, 122.

aus die Meditation und das Gebet spontan entspringen können. Für Mönche der Antike und des Mittelalters galt das in weitaus größerem Maße als für uns heute. Die ganze Umgebung dieser Mönche war von der Bibel geprägt. „Es ist heute kaum mehr vorstell-, geschweige nachvollziehbar, wie gering damals der Input an neuen Informationen und Bildern war und wie intensiv deshalb der wenige Stoff in der Psyche und Phantasie nachwirken konnte. Was ein heutiger Mensch binnen eines Monats an Worten, Gedanken und Bildern zu verdauen hat (aber gar nicht verdauen kann), wird schon fast so viel oder mehr sein, als ein Mönch vor achthundert Jahren im Lauf von mehreren Jahren zu sich nahm.“<sup>26</sup>

Das Berufs- und Alltagsleben der westlichen Welt des 21. Jahrhunderts überflutet die Menschen geradezu mit Reizen, die die meisten gar nicht angemessen verarbeiten können. Werbung ist, aufdringlich genug, scheinbar allgegenwärtig. Mobiltelefone sind zweifellos etwas Sinnvolles, können Menschen aber unterschwellig vor die Anforderung stellen, immer und überall erreichbar sein zu müssen. Nicht wenige fliehen vor der Reizüberflutung in die Zerstreuung, beenden damit die Reizüberflutung aber nicht, sondern steigern sie im Gegenteil noch. „In einer Zeit der Überstimulierung“, schreibt Michael Casey, „fällt es vielen schwer zu verstehen, dass Erleuchtung nicht dadurch zustande kommt, dass man den Kitzel erhöht, sondern indem man tiefer in die Stille eintaucht. Es gibt eine Form der Monotonie, die nicht Langeweile

---

<sup>26</sup> Bernardin Schellenberger: *Die Stille atmen. Leben als Zisterzienser*. Stuttgart 2005, 88.

ist, sondern den Weg zu einer tiefen Erfahrung ebnet.“<sup>27</sup> Die *lectio divina* will aus der Zerstreuung und Reizüberflutung herausführen, indem sich der Beter auf einen Bibelvers konzentriert, ihn gleichsam langsam durchkaut und genießt.

Dieses Wiederkäuen führt hin zur Meditation. Meditation ist nach Guigo eine „eifrige Tätigkeit des Verstandes, verborgene Wahrheiten durch die eigene Vernunft aufzudecken“.<sup>28</sup> Sie will zum Kern des Verstandes vordringen. Zunächst versucht der Beter den Literalsinn des biblischen Textes genau zu erfassen. Dazu gehört, den Text so gut wie möglich zu verstehen, auch mit Hilfe der Methoden wissenschaftlicher Exegese. Natürlich ist die *lectio divina* kein theologisch-wissenschaftliches Studium, jedoch stehen beide einander nicht entgegen, sondern ergänzen sich. Exegese ist die wissenschaftliche Auseinandersetzung mit der Bibel als Quelle und Grundlage des christlichen Glaubens. Sie muss wissenschaftlichen Ansprüchen genügen und bedient sich Methoden anderer Wissenschaften wie etwa der Geschichtswissenschaft oder der Philologie. Im Vordergrund stehen Erwerb und Weitergabe von Wissen.

Die *lectio divina* indes ist Gebet, kein Wissenserwerb. Sie ist auf die Praxis ausgerichtet, auf die spirituelle Bereicherung des eigenen Lebens und auf die Begegnung mit Gott. Trotzdem ist die wissenschaftliche Exegese „für den Leser der Schrift unverzichtbar, wie uns die Meis-

---

<sup>27</sup> Vgl. Casey: *Lectio divina* (Anm. 16), 21.

<sup>28</sup> Vgl. *Scala claustralium*, I.

ter der *lectio divina* versichern. Das heißt natürlich nicht, dass jeder Bibelleser ein vollendeter Exeget sein müsste; wohl aber, dass er die Arbeiten der Exegese zur Hand nehmen sollte. Erinnern wir uns an den Schweiß eines Origenes, eines Hieronymus, die ihre ganze Energie einsetzten, um einem korrekten Text der Schrift besitzen und in ihren wahren Sinn vordringen zu können, vor allem ihren wörtlichen Sinn, von dem die Göttliche Lesung ausgehen muss. Soweit möglich darf nichts verschwommen, vage, unklar bleiben. Die Philologie, die Naturwissenschaften, das ganze menschliche Wissen müssen zusammenspielen, um die historische Bedeutung des geschriebenen Wortes Gottes zu entdecken.“<sup>29</sup> Andererseits hat die Bibel einen spirituellen Mehrwert, den wissenschaftliche Exegese allein nicht greifen kann. „*Lectio* und *Studium* sollten als zwei sich ergänzende Schienen einer einzigen Gottsuche verstanden werden, der sich die ganze Person, Verstand und Herz, verpflichtet weiß.“<sup>30</sup>

Ein grundlegendes Glaubenswissen ist für jeden Christen wichtig, nicht zuletzt, damit er stets bereit ist, jedem Rede und Antwort zu stehen, der nach der Hoffnung fragt, die ihn erfüllt (vgl. 1Petr 3,15). Das gilt auch für die *lectio divina*, denn „wie anders können wir darauf bedacht sein und wie es vermeiden, nicht durch falsche oder eitle Meditation die Grenzen zu überschreiten, die von den heiligen Vätern gesteckt worden sind, wenn wir nicht zuerst durch Lesung und mündli-

---

<sup>29</sup> Vgl. Colombás: *Lectio Divina* (Anm. 13), 40.

<sup>30</sup> Ebd. 33.

che Belehrung unterwiesen worden sind?“<sup>31</sup> Dieses Glaubenswissen erwirbt sich der Beter im Studium. Das muss kein wissenschaftliches Theologiestudium sein, aber die geistliche Lesung und Betrachtung ist für jeden Christen wichtig und bewahrt ihn davor, Inhalte in den Text hineinzulesen, die er nicht enthält. Eine Einführung in die biblische Zeitgeschichte hilft, die Bücher in ihren geschichtlichen Kontext einzuordnen. Ein Kommentar erleichtert das Verständnis.

Nach dem wörtlichen Sinn sucht der Beter den geistlichen Sinn. *Philon von Alexandria* (ca. 15 v. Chr. – 45 n. Chr.) verstand die jüdischen heiligen Schriften nicht nur wörtlich, sondern interpretierte sie allegorisch. Für die christlichen heiligen Schriften übernahm *Clemens von Alexandria* (ca. 150–215) diese Auslegungsmethode. *Johannes Cassian* (ca. 360–435) entwickelte daraus die Lehre vom vierfachen Schriftsinn, die in der christlichen Antike und im Mittelalter allgemein übliche Methode der Bibelauslegung. Cassian unterscheidet den *wörtlichen* und den *geistlichen Sinn* der Schrift. Den geistlichen Sinn unterteilt er in einen allegorischen, einen moralischen und einen anagogischen Sinn. *Allegorisch* wird ein biblischer Text auf Christus hin gelesen. So stehen der Auszug des Volkes Israel aus der Sklaverei in Ägypten und der Durchzug durch das Rote Meer für die Befreiung aus der Sklaverei der Sünde durch das Wasser der Taufe. Paulus legt im Galaterbrief die Erzählung von den zwei Söhnen Abrahams allegorisch aus (vgl. Gal 4,22–26). Der *moralische Sinn* fragt nach Anleitung zum rechten Handeln im alltägli-

---

<sup>31</sup> *Scala claustralium*, XI.