

## **Bibelteilen in sieben Schritten**

### **(die Lumko-Methode)**

Aus: Juan Peter Miranda; Bibel einfach lesen, Band 3, Methoden für das Lesen in Gruppen, Katholisches Bibelwerk e.V., Stuttgart, 2003.

#### **1. Schritt: Wir laden den Herrn zu uns ein**

Hier spricht jemand aus der Gruppe ein freies oder vorformuliertes Gebet, andere können sich dem anschließen. Wenn es für die Gruppe passt, kann stattdessen auch ein religiöses Lied gesungen werden.

#### **2. Schritt: Wir lesen den Text**

Ein Gruppenmitglied gibt die Bibelstelle an und nennt Kapitel und Verse. Nachdem alle die Schriftstelle aufgeschlagen haben, wird der Text vorgelesen. Danach folgt eine innere Stille, möglichst unter Zeitangabe (3-5 Minuten).

#### **3. Schritt: Wir verweilen beim Text**

Die Teilnehmenden fragen sich zunächst in der Stille, welcher Satz, welches Wort oder welche Wortfolge ihnen besonders wichtig ist. Sie beginnen nacheinander, ohne Überstürzung, den Satz oder das Wort oder die Wortfolge laut in der Runde zu sprechen. Zwischen den Beiträgen empfiehlt es sich, eine kurze Zeit der Stille zu halten, damit jeder für sich das Gehörte auch innerlich wiederholen kann. Gottes Wort soll so in das Innere einsickern.

#### **4. Schritt: Wir schweigen**

Eine genaue Zeit der Stille (3-5 Minuten) wird angegeben, um mögliche Unruhe (z.B. auf die Uhr schauen usw.) zu vermeiden. Das Schweigen ist ein wichtiger Bestandteil dieser Methode, um innezuhalten und sich den Impulsen von Gott her zu öffnen.

#### **5. Schritt: Wir teilen einander mit, was uns berührt hat**

Die Teilnehmenden teilen mit, welcher Satz oder welches Wort sie angesprochen hat. Sie verschweigen auch nicht das, was sie ärgerlich finden. Eine Diskussion über mitgeteilte oder kommentierende Zwischenbemerkungen sind streng zu vermeiden. Die persönlichen Mitteilungen gelten auch als Impulse für die ganze Gruppe. Gerade dieser Schritt ist eine gute Übung zur Mitteilung von Glaubenserfahrungen.

## **6. Schritt: Wir besprechen, was der Herr von uns will**

Dieser handlungsbezogene Schritt will nicht immer gelingen. Das Sprechen über alle möglichen Aufgaben und Aktionen fällt nicht jedem leicht, die konkreten Schritte zur Durchführung gemeinsamer Aufgaben im Alltag sind nicht immer einfach. Damit die Gruppe auch als Gemeinschaft wächst, sollten sich die Mitglieder nicht einfach damit zufriedengeben, die Einzelnen werden schon den praktischen Schritt vollziehen, sondern auch versuchen, ihn von Zeit zu Zeit als Gruppe zu wagen.

## **7. Schritt: Wir beten**

Oft verschafft sich das Beten erst bei diesem Schritt freien Lauf. Wenn das Gebet nicht zustande kommt, hilft auch ein Lied als Abschluss.