

Hilfen zur persönlichen Bibellesung

4. Sonntag im Jahreskreis A - 1. Februar 2026

erstellt durch Michael Terhoeven, Pfarrer em.

An einem geschützten Platz beginne ich die Bibellesung mit dem Kreuzzeichen. Ich gebe der Stille Raum. Ich atme ruhig. Ich bete:

**„Hilf uns, Herr, unser Gott, führe uns aus den Völkern zusammen! Wir wollen deinen heiligen Namen preisen, uns rühmen, weil wir dich loben dürfen.“
(Ps 106,47)**

Ich lese die erste Lesung der Messliturgie: Zef 2,3;3,12-13

„Sucht den Herrn, all ihr Gedeemütigten im Land, die ihr nach dem Recht des Herrn lebt! Sucht Gerechtigkeit, sucht Demut! Vielleicht bleibt ihr geborgen am Tag des Zornes des Herrn.

Und ich lasse in deiner Mitte übrig ein demütiges und armes Volk.

Sie werden Zuflucht suchen beim Namen des Herrn als der Rest von Israel. Sie werden kein Unrecht mehr tun und nicht mehr lügen, in ihrem Mund findet man keine trügerische Rede mehr. Ja, sie gehen friedlich auf die Weide und niemand schreckt sie auf, wenn sie ruhen.“

Ich bedenke den Text:

- *Es lohnt sich, das ganze Buch des Propheten Zefanja zu lesen. Es hat nur 3 Kapitel.*
- *Kenne ich Demütigungen?*
- *Recht und Gerechtigkeit – mein Erleben damit.*
- *Die Lügner, Prahler und Hochmütigen bleiben nicht.*
- *Die Belogenen und Verachteten überleben in der Obhut des Herrn.*
- *Die Kleinen finden endlich Ruhe, Schutz und Geborgenheit.*
- *Kann diese Botschaft mir Hoffnung machen und Lebenskraft geben?*

Ich lese den Bibeltext noch einmal.

Welche Frage, welchen Gedanken nehme ich mit?

Ich bete – frei oder mit bekannten Worten.

Ich bete das „Vater unser“

Es segne mich und die Menschen mit mir: Gott, der Leben ist; Gott, dessen Barmherzigkeit und Rettung in Jesus Christus uns nahegekommen ist; Gott, dessen Geistkraft in uns wirkt. Amen