

Hilfen zur persönlichen Bibellesung

5. Sonntag im Jahreskreis A - 8. 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:

„Kommt, lasst uns niederfallen, uns verneigen vor dem Herrn, unserem Schöpfer! Denn er ist unser Gott.“ (Ps 95,6-7)

Ich lese die erste Lesung der Messliturgie: Jesaja 58, 7-10

„So spricht der Herr: Brich dem Hungrigen dein Brot, nimm obdachlose Arme ins Haus auf, wenn du einen Nackten siehst, bekleide ihn und entziehe dich nicht deiner Verwandtschaft. Dann wird dein Licht hervorbrechen wie das Morgenrot und deine Heilung wird schnell gedeihen. Deine Gerechtigkeit geht dir voran, die Herrlichkeit des Herrn folgt dir nach. Wenn du dann rufst, wird der Herr dir Antwort geben, und wenn du um Hilfe schreist, wird er sagen: Hier bin ich.

Wenn du Unterjochung aus deiner Mitte entfernst, auf keinen mit dem Finger zeigst und niemandem übel nachredest, den Hungrigen stärkst und den Gebeugten satt machst, dann geht im Dunkel dein Licht auf und deine Finsternis wird hell wie der Mittag.“

Ich bedenke den Text:

- *Licht und Heilung sind schon in mir.*
- *Licht und Heilung werden sichtbar und wirksam, wenn ich das Gute tue.*
- *Gerechtigkeit vor mir, Herrlichkeit Gottes hinter mir – Gott ist da und hört.*
- *Gott gibt Antwort; er lässt das Licht in mir aufstrahlen; er durchwirkt mein Wesen mit Freude und erfüllt mich mit Lebenskraft.*

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