

Hilfen zur persönlichen Bibellesung

zum 29. Sonntag im Jahreskreis C

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

„Ich rufe dich an, denn du, Gott, erhörst mich. Wende dein Ohr mir zu, vernimm meine Rede! Behüte mich wie den Augapfel, den Stern des Auges, birg mich im Schatten deiner Flügel.“ (vgl. Ps 17,6.8)

Ich lese die erste Lesung des Sonntags, Exodus 17,8-13:

„Und Amalek kam und suchte in Refidim den Kampf mit Israel. Da sagte Mose zu Josua: Wähl uns Männer aus und zieh in den Kampf gegen Amalek! Ich selbst werde mich morgen mit dem Gottesstab in meiner Hand auf dem Gipfel des Hügels stellen. Josua tat, was ihm Mose aufgetragen hatte, und kämpfte gegen Amalek, während Mose, Aaron und Hur auf den Gipfel des Hügels stiegen.“

Solange Mose seine Hand erhoben hielt, war Israel stärker; sooft er aber die Hand sinken ließ, war Amalek stärker. Als dem Mose die Hände schwer wurden, holten sie einen Steinbrocken, schoben den unter ihn und er setzte sich darauf. Aaron und Hur stützten seine Arme, der eine rechts, der andere links, sodass seine Hände erhoben blieben, bis die Sonne unterging.

So schwächte Josua Amalek und sein Heer mit scharfem Schwert.“

Zur Besinnung

Tat und Gebet - Vertrauen in Gottes Kraft – das Gebet als scharfes Schwert

Wann habe ich erfahren, dass Gottes Kraft durch mein Beten wirksam wurde?

Beten in Gemeinschaft

Meine innere und äußere Haltung beim Gebet

Ich halte Stille.

Dann lese ich den Text noch einmal.

Welchen Gedanken nehme ich mit in die neue Woche?

Ich bete – frei oder mit bekannten Worten. Ich danke Gott. Ich bete das Vater-
unser.

Ich segne mich und alle, die mir am Herzen liegen.

„Der Herr segne + und behüte uns; der Herr lasse sein Angesicht über uns leuchten; der Herr wende sich uns zu mit seinem Frieden. Amen