

Winfried Haunerland

Das Gebet und die Zeit

♦ Laut und deutlich reden die Christen heute zur Welt. Sie tun ihren Mund auf für die Schwachen und halten mit ihrer Botschaft nicht hinter dem Berg. Im Christentum herrscht geradezu ein Wettbewerb um die eindringlichste Verkündigung der menschlichen Verantwortung im Licht des Evangeliums. So gibt es auch keinen Mangel an gutem Streit um die rechten Weisungen für das, was in der Gesellschaft zu tun ist. Vor Gott aber sind die Christen merkwürdig verstummt – sie können nicht mehr beten. Nun ist es recht und billig, dass die Christen öffentlich reden und sich am Kampf um Verhältnisse beteiligen, in denen die Menschen einander gerecht werden. Und nichts ist besser, als in diesem Engagement Gottes eigenes Wort nicht zu verschweigen, das uns menschlich macht. Mitten in dieser anspruchsvollen Mitarbeit an den drängenden Aufgaben der Zeit und mitten in der Sorge um die zeitgemäße Verkündigung jedoch ist den Christen lautlos jene Zeit abhanden gekommen, in der sie zu Gott selber reden. Ist es nur die Zeit, die ihnen dazu fehlt? Winfried Haunerland, Münchner Liturgiewissenschaftler und ehemaliger Chefredakteur dieser Zeitschrift, entwickelt eine gleichermaßen kundige wie verständnisvolle Schule des Betens in unserer Zeit. (Redaktion)

„Das Gebet bewirkt, daß die Zeit schnell und mit solcher Freude voranschreitet, daß der Mensch die lange Dauer nicht merkt. Hört: Als ich Pfarrer in Bresse war und einmal fast alle meine Mitbrüder krank waren, betete ich auf den weiten Wegen zu Gott, und – glaubt mir – die Zeit schien mir nicht lang.“¹

Vermutlich haben schon im 19. Jahrhundert nicht alle Christen diese Erfahrung des heiligen Pfarrers von Ars Johannes Maria Vianney (1786–1859) geteilt. Gebet kann langweilig werden. Vorge-

schriebene, aber auch selbst vorgenommene Gebetszeiten wollen nicht vorbeigehen. Im Gegensatz dazu sind viele andere Dinge interessanter oder zumindest kurzweiliger. Während wir eigentlich beten wollen, fällt uns so vieles ein, was noch auf uns wartet – als Arbeit oder zum Vergnügen.

In einer Welt, die immer hektischer und kurzatmiger wird, werden wir allerdings von diesen alltäglichen Herausforderungen oftmals so in Beschlag genommen, dass die Zeit für das Gebet ganz fehlt. Anderes ist drängender. Gebete, womöglich

¹ *Johannes Maria Vianney*, Aus einer Katechese über das Gebet, hier zit. nach: Die Feier des Stundengebetes. Lektionar. Für die katholischen Bistümer des deutschen Sprachgebietes. Authentische Ausgabe für den liturgischen Gebrauch. Heft 6. 14.–20. Woche im Jahreskreis. Erste Jahresreihe, Einsiedeln u. a. 1979, 286–288, hier 287.

noch eine Gebetsordnung und ein Gebetspensum, werden zu einer zusätzlichen Last. Von der Not des Gebetes können vermutlich viele ein Lied singen. Aber gibt es auch die Erfahrung, dass das Gebet ein Segen ist?² Anders gefragt: Ist das Gebet nur ein notwendiger Akt der Gottesverehrung oder kann es auch als Beitrag zu einer christlichen Lebenskultur erlebt werden?

Sprechen lernen wir, indem wir Worte und Texte anderer nachsprechen. Ebenso lernen wir beten dadurch, dass wir die Gebete anderer nachsprechen und uns ihre Gebetspraxis zum – ermutigenden oder zumindest herausfordernden – Anstoß wird.³ Deshalb soll im Folgenden die überlieferte Gebetspraxis der Kirche in den Blick genommen werden. Dabei ist zu fragen, ob und wie diese Erfahrungen der Tradition für die Menschen der Gegenwart fruchtbar und zu einer Lebenshilfe werden können. Drei Beobachtungen sollen als Ausgangspunkt dienen.

1 „Betet ohne Unterlass!“ (1 Thess 5,17) – vom Gebet, das die Zeit prägt

Wer über Gebet und Zeit nachdenkt, wird zuerst an bestimmte Gebetszeiten denken, Zeiten, die für das Gebet reserviert sind. Schon in biblischer Tradition gibt es aber

auch die Vorstellung, dass der glaubende Jude oder Jesus-Jünger ein Mensch ist, dessen Leben ganz vom Gebet bestimmt wird. Ps 34,2 sagt: „Ich will den Herrn allezeit preisen; immer sei sein Lob in meinem Mund.“ Lk 18,1 berichtet: „Jesus sagte ihnen [= den Jüngern] durch ein Gleichnis, dass sie allzeit beten und darin nicht nachlassen sollten“. Besonders deutlich ist die Weisung, die Paulus in 1 Thess 5,17 für das Gemeindeleben gibt: „Betet ohne Unterlass!“

Wenn der Sinn der Regel des heiligen Benedikt in dem Wort „ora et labora“ – „bete und arbeite“ zusammengefasst wird, dann geht es nicht darum, dass das Leben des Mönches aus Zeiten des Gebetes und der Arbeit besteht. Vielmehr soll der Mönch ein Mann des Gebetes sein, der auch bei der Arbeit nicht seine Gottsuche unterbricht, sondern die notwendigen Arbeiten mit seinem betrachtenden Gebet verbindet.

Benedikt, der für seine Klöster fordert, dass jede Woche der ganze Psalter mit seinen 150 Psalmen vorgetragen wird, geht davon aus, dass die frühen Mönche sogar den ganzen Psalter an einem Tag rezitiert hätten.⁴ Nun gibt es zwar keine bekannte Lebensordnung, die dieses Quantum vorgeschrieben hätte, aber es gibt Berichte von Mönchen in Ägypten, die jeden Tag mehr als 50 Psalmen gesprochen hätten. Wichti-

² Vgl. den Titel des mehrfach aufgelegten Buches von *Karl Rahner*, *Von der Not und dem Segen des Gebetes*. Unveränderte Neuausgabe, Freiburg–Basel–Wien 1991; zuletzt auch in: *Albert Raffelt* (Hg.), *Beten mit Karl Rahner. Von der Not und dem Segen des Gebets / Gebete des Lebens*, Freiburg–Basel–Wien 2004.

³ Vgl. *Winfried Haunerland*, „Du aber geh in deine Kammer!“ Das Gebet der Glaubenden und der Gottesdienst der Gemeinde, in: *HID* 57 (2003), 8–22, hier 17.

⁴ Vgl. *Regula Benedicti* 18,25, hier zit. nach *Die Benediktsregel. Eine Anleitung zu christlichem Leben*. Der vollständige Text der Regel übersetzt und erklärt von *Georg Holzherr* em. Abt von Einsiedeln. 6., völlig überarbeitete Aufl., Freiburg/CH 2005, 185; zum Folgenden den Kommentar, ebd., 187.

ger aber noch ist der Brauch, beim Arbeiten die Psalmen auswendig zu rezitieren. Die Psalmen selbst werden dabei nicht als Gebet verstanden, sondern als Meditationstext, der in gewisser Weise den Raum schafft, aus dem das persönliche Gebet des Einzelnen herauswachsen kann. Das Schweigen der Mönche ist weniger eine asketische Übung als der Versuch, alles zu unterlassen, was das betrachtende Gebet und das betende Verweilen bei Gott unterbrechen könnte. So erscheint der Mönch wesentlich als ein betender Mensch, der in dieser Haltung Gott sucht und ohne Unterlass vor ihn Lob, Dank und Bitte trägt.

Aber selbst wenn dies das legitime und realistische Lebensprogramm für Mönche und Nonnen in kontemplativen Klöstern ist: Können denn Christen, die in der Welt leben, also auch Priester und Ordensleute, die im pastoralen Dienst stehen, karitativ tätig sind oder in Schule und Wissenschaft arbeiten, ein solches Ziel haben: ohne Unterlass, immer zu beten? „Immer‘ beten – das befremdet. Haben wir nicht Aufgaben in dieser Welt, Aufgaben der Nächstenliebe, der Obsorge in einer vielfach bedrohten Lebenswelt und Gesellschaft?“ So fragt Angelus Häußling und gibt eine erste negative Antwort: „Natürlich kann ‚immer‘ zu beten nicht heißen, nur in mystischer Versenkung oder ununterbrochen Gebetsformeln aufsagend vor Gott zu weilen.“⁵ Mitten in der Welt und im tätigen Einsatz kann der Alltag nicht von ständigem explizitem Gebet geprägt sein. Wie aber ist dann der Aufforderung zum Gebet

ohne Unterlass ein Sinn für das eigene Leben abzugewinnen?

Als eine erste Lösung bietet sich an, die Tätigkeiten des Alltags selbst als Gebet zu verstehen. Vinzenz von Paul sagt dies ausdrücklich im Blick auf den karitativen Dienst an den Armen:

„Der Dienst an den Armen ist allem andern vorzuziehen und ohne Aufschub zu leisten. Braucht ein Armer während der Gebetszeit eine Arznei oder eine Hilfeleistung, so geht ruhig zu ihm und bietet Gott dar, was zu tun ist, als wärt ihr beim Beten geblieben. Laßt euch nicht durch Ängstlichkeit des Herzens oder Gewissensbisse beunruhigen, als hättet ihr wegen des Dienstes an den Armen das Gebet versäumt. Denn es ist keine Vernachlässigung Gottes, wenn ihr wegen Gott von Gott weggeht. Ihr habt eine fromme Handlung unterlassen, um eine andere zu leisten.“⁶

In der Tat kann der konkrete Dienst tatkräftiges Gebet sein. Das ist nicht nur für den karitativen Dienst an den Armen einsichtig, sondern kann auch leicht auf Verkündigung und Seelsorge sowie viele verantwortungsvolle Aufgaben übertragen werden. Aber es wäre doch etwas hoch gegriffen, wenn wir *alle* unsere alltäglichen Arbeiten als Gebet bezeichnen würden. Natürlich gibt es unter den Aufgaben des Alltags Tätigkeiten, die ein ehrlicher Ausdruck der Gottsuche, der Gottesverehrung und damit der Selbsthingabe sind (vgl. auch Röm 12,1). Aber viele andere Dinge wie ein gutes Essen, der Theaterbesuch oder die Urlaubsfahrt werden doch

⁵ Angelus A. Häußling, Die Übung der Tagzeiten in der Geschichte der Kirche. Gebet und Bekenntnis, in: HLD 57 (2003), 23–37, hier 24.

⁶ Vinzenz von Paul, Aus einem Brief über die Liebe zu den Armen, in: Die Feier des Stundengebets. Lektionar. Für die katholischen Bistümer des deutschen Sprachgebietes. Authentische Ausgabe für den liturgischen Gebrauch. Heft 7. 21.–27. Woche im Jahreskreis. Erste Jahresreihe, Einsiedeln u. a. 1979, 280f., hier 281.

– anders als der Dienst an den Menschen – ernsthaft nicht als Ausdruck der Gottsuche und Selbsthingabe zu bezeichnen sein.

Insofern könnte eine zweite Lösung darin bestehen, durch das ausdrückliche Gebet dem ganzen Leben das entscheidende Vorzeichen zu geben. Gebetsimpulse, die im Laufe des Tages wahrgenommen und aufgegriffen werden, helfen, alle Lebensvollzüge in den Horizont der Gottesbeziehung zu stellen. Mein Leben besteht eben nicht nur aus den Momenten, in denen ich etwas für andere leiste oder in denen ich ausdrücklich mit Gott spreche. Aber auch wenn ich z. B. mit Freunden feiere, mich nach getaner Arbeit entspanne oder durch Sport meine Gesundheit pflege und meinen Körper fit halte, nehme ich nicht eine Auszeit von Gott. Mag ich auch nicht ausdrücklich an ihn denken, so weiß ich doch, dass er mit mir ist. Problematisch werden dann nur die Dinge, die wir vor Gott verstecken müssen und bei denen wir ihn nicht mitnehmen wollen.

Um eine solche Haltung zu gewinnen, sind Erinnerungshilfen und Gebetsimpulse notwendig. Das Kreuz an der Wand ist nicht nur ein Schmuckstück, sondern ein Bekenntnis und eine Erinnerung, wo das Leben seine Mitte hat. Das Wegkreuz, die Kapelle oder die Kirche, an der die Menschen vorbeigehen, waren für viele eine Einladung kurz innezuhalten, den Hut zu ziehen und ein stilles Gebet zu sprechen. Es ist noch nicht allzu lange her, dass derartige äußere Zeichen und Symbole grundsätzlich unter dem Verdacht inhaltsleerer Veräußerlichung standen. Auf dieser Linie erschienen auch vorformulierte Gebete als authentische Äußerungen des betenden Subjekts ungeeignet. Die Abkehr von den auswendig gekonnten Gebetsworten ging aber nicht mit einer Intensivierung persönlicher Gottesbeziehung einher. Auch

wenn die Ursachen vielfältig sind, so waren die Folgen für die einzelnen Beter problematisch. Denn wenn nicht mehr die volkskirchliche Einbindung ein Grundgerüst an religiöser Beheimatung schenkt, ist der einzelne Christ allein auf sich gestellt. Wenn dann aber geformte Symbole – Worte und Riten – fehlen, kann er kaum seinen vielfach angefochtenen und suchenden Glauben zum Ausdruck bringen.

Beten muss man lernen. Und Beten kann man nur durch Beten lernen. Doch muss die Sprache des Gebets wie jede Sprache erlernt werden. Es ist also kein Ausdruck von Unehrllichkeit, wenn wir uns die Worte anderer zu Eigen machen, um uns in den Glauben einzuüben. Das Nachsprechen der Gebetsworte anderer ist Einübung in das Gebet und in den Glauben. So gilt es also gerade angesichts der Verflüchtigung des Glaubens alte Ausdrucksformen zu rehabilitieren oder neue Ausdrucksformen zu entdecken, in denen sich der Glaube auch eines angefochtenen Christen in das Gebet einüben kann. Vermutlich werden wir die alten Gewohnheiten nicht einfach reaktivieren können. Aber es käme darauf an, neu zu überlegen, was helfen kann, mitten im Alltag nicht zu vergessen, dass unsere Zeit und unser Leben in Gottes Hand liegen.

2 „Siebenmal am Tag singe ich dein Lob“ (Ps 119,164) – vom Gebet, das die Zeit ordnet

Häußling, der zu Recht die Frage gestellt hat, ob wir wirklich ohne Unterlass beten müssen, hat nicht nur die oben zitierte negative Antwort gegeben. Er führt vielmehr aus:

„Das ‚Immer‘ heißt: In jeder der dem Menschen vorgemessenen Zeitfristen, kon-

kret: jeden Tag, in der als Lebensraum abgemessenen Frist zwischen Morgen und Abend und in der Nacht hinein auf den Morgen hin. Diese ertümlichste aller Zeitfristen, weil kosmisch vorgegeben, wird als Zeit des Betens erfasst durch Gebet an den Eckpunkten, am Morgen also und am Abend. Und das Gebet wird geübt in der Gemeinschaft der Glaubenden, oder genauer gesagt: Wie der Glaube von den Tradenten des Glaubens kommt, von den Propheten und Aposteln, so ist Gebet des Glaubenden immer Gebet mit diesen.⁷

In der Tat kennt schon das frühe Christentum (wie das Judentum) Gebetszeiten im Rhythmus des Tages. Die *Traditio Apostolica*, eine Kirchenordnung, die auf das Ende des 2. Jahrhunderts zurückgeht, lässt in Kapitel 41 folgendes System erkennen: „privates Gebet beim Aufstehen, zur dritten, sechsten und neunten Stunde, beim Schlafengehen, um Mitternacht, beim Hahnenschrei. Allgemeine Versammlungen finden morgens zur Unterweisung und abends zur Agape statt“⁸.

Aus diesen Anfängen entwickelt sich im monastischen Bereich eine Ordnung, die aus sieben Gebetszeiten am Tag (Laudes, Prim, Terz, Sext, Non, Vesper und Komplet) und den Vigilien in der Nacht besteht. Diese Gebetszeiten, die den Tag im Kloster strukturieren, halten lebendig, dass die Mönche im Gebet nicht nachlassen und ohne Unterlass beten sollen. Die bereits bestehende Gebetspraxis stellt Benedikt in seiner Regel als biblisch be-

gründet heraus, wenn er auf Ps 119,164 („Siebenmal am Tag singe ich dein Lob wegen deiner gerechten Entscheide“) und auf Ps 119,62 („Um Mitternacht stehe ich auf, um dich zu preisen wegen deiner gerechten Entscheide“) verweist.⁹

Es ist klar, dass ein solch ausgearbeitetes Gottesdienstprogramm nur von einer Gemeinschaft bewältigt werden kann, deren Lebensinhalt das Gebet ist. Für die Christen in der Welt entwickelte sich eine eigene Ordnung, die klare Schwerpunkte setzte. Schon in der *Traditio Apostolica* kamen dem privaten Gebet und den gottesdienstlichen Versammlungen am Abend und am Morgen besondere Bedeutung zu. Auch die tägliche Gemeindeliturgie im Osten war vor allem durch einen gemeinsamen Morgengottesdienst und einen Abendgottesdienst geprägt; so bezeichnet die Liturgiekonstitution des 2. Vatikanischen Konzils das Morgen- und Abendlob (Laudes und Vesper) als „die beiden Angelpunkte des täglichen Stundengebetes“ und als „die vornehmsten Gebetsstunden“¹⁰.

Was für die Gebetsordnung der Alten Kirche und für die Struktur der Tagzeitenliturgie gilt, hat durch die Jahrhunderte immer eine Entsprechung in der Volksfrömmigkeit gehabt. Zu den „täglichen Gebeten“ des praktizierenden Katholiken gehörten mit Selbstverständlichkeit das Morgen- und das Abendgebet, ergänzt wurden diese um das Tischgebet. Das dreimalige Läuten zum Engel des Herrn hat seine älteste Wurzel in der Inkarnationsfrömmigkeit

⁷ A. A. Häußling, *Die Übung der Tagzeiten* (s. Anm. 5), 24f.

⁸ Albert Gerhards, „Benedicam Dominum in omni tempore“. Geschichtlicher Überblick zum Stundengebet, in: Martin Klöckener / Heinrich Rennings (Hg.), *Lebendiges Stundengebet. Vertiefung und Hilfe*. FS L. Brinkhoff, Freiburg i. Br.–Basel–Wien 1989, 3–33, hier 9; vgl. *Traditio Apostolica* 41 (FC 1, 298–309).

⁹ Vgl. *Regula Benedicti* 16, hier zit. nach *Die Benediktusregel* (s. Anm. 4), 176.

¹⁰ Vaticanum II, *Sacrosanctum Concilium* 89.

der Franziskaner: Da Maria die Botschaft des Engels zur Abendstunde empfangen habe, empfahl Bonaventura im 13. Jh., dass die Gläubigen beim Läuten zur Komplet Maria grüßen sollten. Seit dem 14. Jh. kam das Morgenläuten hinzu, bei dem für das öffentliche Wohl gebetet werden sollte. Nachdem im 16. Jh. noch ein Mittagsläuten üblich geworden war, wurde die Deutung vorherrschend: „Das Morgenläuten erinnert an die Auferstehung, das Mittagsläuten an das Kreuzesleiden u. das Abendläuten an die Menschwerdung Christi.“¹¹

Auch Martin Luther empfiehlt im Kleinen Katechismus von 1529, sich am Morgen unmittelbar nach dem Aufstehen und am Abend vor dem Einschlafen zu bekreuzigen und – wie es auch schon in früheren Zeiten Brauch war – das Vater unser und das Glaubensbekenntnis zu beten. Zur freien Verfügung bot er jeweils noch einen ergänzenden Gebetstext an. Neben dem Morgen- und Abendgebet soll der Hausvater sein Gesinde „das Benedicite und Grattias sprechen“ lehren. Vor und nach Tisch sollen alle (Kinder und Gesinde) ein Tischgebet sprechen, das Luther in Anlehnung an das kirchliche Tischgebet (nach dem seinerzeitigen Brevier) verfasst hat. Die Tagzeitenliturgie oder die täglichen Gebete des evangelischen Hauses bestehen also wie in der katholischen Tradition aus dem Morgen- und Abendgebet und Gebeten vor und nach dem Essen.¹²

Allen Ordnungen, den entfalteten der Tagzeitenliturgie und den eher elementaren der Volksfrömmigkeit, ist eigen, dass mit dem Gebet der Tageslauf mit seinen vitalen

Notwendigkeiten (schlafen, arbeiten, essen) unterbrochen wird und dadurch eine Struktur erhält. Selbst wo eine dezidiert religiöse Prägung unbekannt ist oder abgelehnt wird, unterbrechen Menschen mit Ritualen oder zumindest ritualisierten Handlungen das Kontinuum der Zeit und geben dieser damit eine Struktur. Was die Feiertage und der Urlaub im Jahreslauf sind, das sind im Laufe der Woche das Wochenende oder die fixen Termine, die sich jede Woche wiederholen. Auch der Tag braucht solche Hilfen. Wie beginne ich den Tag? Wie beende ich den Tag? Was hilft mir, nicht nur ein Mensch zu sein, der von anderen getrieben wird, sondern der seinem Tag selbst eine Struktur und ein Gesicht gibt? Die Qualität dieser Rituale bestimmt die Qualität des Tages mit. Insofern macht es einen Unterschied, ob der Tag nur von den Mahlzeiten, der Körperhygiene, der regelmäßigen Fernsehsendung oder der Zeitungslektüre bestimmt ist oder ob zu den strukturgebenden Elementen auch personale Begegnung mit anderen Menschen, innere und äußere Ruhepausen oder das Gebet gehören.

Bei den verschiedenen Formen des sog. Zeitmanagements und der Terminplanung wird in der Regel am Morgen des Tages der Arbeitsplan in den Blick genommen und am Abend im Rückblick Rechenschaft über den Tagesablauf und die erledigten Arbeiten gegeben. Der geistliche Mensch muss sich nicht mit einer effektiven Arbeitsorganisation begnügen, sondern kann die Aufgaben, die auf ihn zukommen, die Menschen, denen er begegnen wird, und alles, was ihn schon am Morgen des Tages

¹¹ Andreas Heinz, Art. „Angelus“, in: LThK I (31993), 653f., hier 654.

¹² Vgl. Enchiridion. Der kleine Katechismus D. Mart. Lutheri für die gemeine Pfarrherrn und Prediger, in: Die Bekenntnisschriften der evangelisch-lutherischen Kirche. Hg. im Gedenkjahr der Augsburgischen Konfession 1930, Göttingen ¹²1998, 499–542, hier 521–523.

belastet, auch vor Gott ausbreiten, ihm anvertrauen und dafür seinen Segen erbitten. Ebenso muss es am Abend des Tages nicht mit einer abschließenden Überprüfung der „To-do-Liste“ und dem Übertrag der unerledigten Reste auf den nächsten Tag getan sein. Der Rückblick auf den Tag muss sich nicht auf die Leistungsbilanz beschränken. Der Tag kann auch im Angesicht Gottes noch einmal angeschaut werden. Die in der geistlichen Tradition empfohlene Gewissenserforschung fragt dann nicht nur nach dem Versagen, sondern auch nach den Gnadenerfahrungen.¹³

In einem erhellenden Beitrag hat Heinrich Rennings unter Rückgriff auf die medizinische Schlafforschung nicht nur für die Gewissenserforschung, sondern für die gesamte Komplet der Stundenliturgie herausgearbeitet, diese sei „eine Anleitung und Hilfe zu einer den Schlaf fördernden Weise, den Tag zu beenden und die Nacht

zu beginnen, die aus der im Glauben erfaßten Wirklichkeit gestaltet ist“. Sie biete „ein Verhalten an, das auch in psychohygienischer Sicht als musterhaft anerkannt werden muß [...] Am Ende des Tages, unmittelbar vor der Nachtruhe, will die Komplet zur Aufarbeitung des Tages führen, der Entspannung und der vertrauenden Annahme des Schlafes dienen.“¹⁴

Wie der Dank am Morgen und am Abend so erinnert auch der Dank beim Tischgebet daran, dass unser ganzes Leben nicht selbst gemacht, sondern verdanktes Geschenk ist. Bei jedem gemeinsamen Mahl erfährt man sehr leicht, dass ein Tischgebet schon eine kultivierende Funktion hat. Beginn und Abschluss der Mahlzeit werden rituell markiert. Bei offiziellen Festessen mögen Ansprachen eine ähnliche Funktion haben. Wenn der Eindruck nicht täuscht, geht der Abschied vom gemeinsamen Tischgebet aber nicht

¹³ Die Probepublikation für das zukünftige Gemeinsame Gebet- und Gesangbuch der Bistümer Deutschlands und Österreichs hat – in Anlehnung an das von Ignatius von Loyola inspirierte Gebet der liebenden Aufmerksamkeit – ein instruktives Modell für einen solchen „Tagesrückblick vor Gott“ vorgelegt, dem zu wünschen ist, dass er auch im zukünftigen Gotteslob einen Platz erhalten wird. Vgl. Nachtgebet, in: Probepublikation für ausgewählte Gemeinden. Gemeinsames Gebet- und Gesangbuch für die Katholischen (Erz-)Bistümer Deutschlands, Österreichs sowie das Bistum Bozen-Brixen zur Erprobung im Zeitraum vom Ersten Advent 2007 bis Pfingsten 2008. Hg. v. d. (Erz-)Bischöfen Deutschlands und Österreichs und vom Bischof von Bozen-Brixen, Stuttgart 2007, Nr. 119 (S. 343f.):

„Gott hat uns diesen Tag geschenkt. Angekommen an der Schwelle des Abends wollen wir den Tag bedenken und ihn in Gottes Hand zurückgeben. –

Ich denke an die Menschen, die mir begegnet sind. Ich schaue auf die Aufgaben, die mir aufgetragen waren. Ich rufe in Erinnerung, was mich beschäftigt hat. *Stille*

Ich frage nach dem Guten, das ich erfahren habe. Wo habe ich Gottes Spuren in meinem Leben entdecken können? Wofür will ich ihm danken? *Stille*

Ich frage aber auch nach dem, was mich am Ende dieses Tages bedrückt. Habe ich versagt? Habe ich Schuld auf mich geladen? Was will ich der Barmherzigkeit Gottes empfehlen? *Stille*

Herr, in deine Hände legen wir diesen Tag. Wir danken dir für alles Gute, was du uns heute geschenkt hast. Wo wir aber gefehlt haben, da schenke du uns Verzeihung und Frieden durch Christus, unsern Herrn.“

¹⁴ Heinrich Rennings, Die Psychohygiene der Komplet. Kleiner Kommentar zum kirchlichen Nachtgebet, in: Ders., Gottesdienst im Geist des Konzils. Pastoralliturgische Beiträge zur Liturgiereform. Hg. v. Martin Klöckener, Freiburg i. Br.–Basel–Wien 1995, 210–231, hier 230f.

selten mit einer allgemeinen Formlosigkeit der Essenskultur einher. Schon unter diesem Gesichtspunkt könnte eine Wiederentdeckung und Stärkung des gemeinschaftlichen Tischgebetes hilfreich sein. Sie ist allerdings nur glaubwürdig, wenn die Verantwortlichen dieses Gebet nicht nur pädagogisch oder kulturell instrumentalisieren, sondern auch bei den eigenen individuellen Mahlzeiten sich daran erinnern, dass Gott der Geber aller Gaben und ihm Dank zu sagen ist.

3 Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft – vom Gebet, das die Zeit übersteigt

In den beiden ersten Abschnitten haben wir schwerpunktartig nach möglichen Funktionen des Gebetes im gläubigen Umgang mit der Zeit gefragt. Wir konnten zeigen, dass das Gebet einerseits die Zeit als Zeit mit Gott und als von ihm gesegnete Zeit qualifiziert und dass es andererseits den Zeitablauf unterbricht und strukturiert. Damit hilft es, das unerbittliche Ab-

laufen der Zeit geistlich „aufzuhalten“ und so der Geistlosigkeit des Müßiggangs wie der arbeitsmäßigen Überforderung geistlich zu widerstehen. Diese letzte Dimension kann noch einmal vertieft werden, wenn wir nach dem dezidiert theologischen Verhältnis des Gebetes zu den Dimensionen der Zeit fragen.

Nach katholischem Verständnis ist ein Sakrament *signum rememorativum*, *signum demonstrativum* und *signum prognosticum*. Das sakramentale Geschehen umfasst also die zeitlichen Dimensionen der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. So erinnert die Eucharistie an das Abschiedsmahl Jesu und vergegenwärtigt seinen Tod und seine Auferstehung. Zugleich schenkt die Eucharistie den Feiernden die Gemeinschaft mit Christus und untereinander und überwindet so aktuell Distanzen und Trennungen, die wir aufgrund der Sünde und unserer menschlichen Schwäche aus eigener Kraft nicht überwinden können. Schließlich antizipiert die Eucharistie das himmlische Hochzeitsmahl, das uns verheißt, dessen Vollendung noch aussteht, an dem wir aber doch auch schon teilhaben, wenn wir in Gemeinschaft mit den Engeln und Heiligen in der Liturgie vor dem Thron Gottes stehen und einstimmen in das himmlische Lob Gottes und „Heilig, heilig, heilig“ singen.

Diese drei Dimensionen kommen gerade im Eucharistiegebet deutlich zum Ausdruck. Sie finden sich aber auch in vielen anderen Gebeten und prägen das gesamte christliche Beten. Denn christliches Gebet nimmt seinen Ausgang bei den Heils-taten der Vergangenheit, erinnert Gott an seine Taten und seine Verheißungen und aktualisiert die Beziehung zwischen Gott und dem Betenden. Der Mensch, der immer schon von Gott angesprochen ist, gibt Antwort und stellt sich so bewusst in die

Weiterführende Literatur:

Martin Klöckener / Heinrich Rennings (Hg.), Lebendiges Stundengebet. Vertiefung und Hilfe. FS L. Brinkhoff, Freiburg i. Br.–Basel–Wien 1989 – Immer noch die beste deutschsprachige Orientierung zu vielen Fragen der Tagzeitenliturgie.

Achim Budde, Gemeinsame Tagzeiten. Das Stundengebet der Gemeinde neu erschließen, in: GD 39 (2005), 121–123.157.180; GD 40 (2006) 6.14.78.84.86[eigentl. 94]. 142; GD 42 (2008) 94.102 – Instruktive Artikelreihe zur Wiederbelebung des täglichen Gebetes in der Gemeinde.

Gegenwart Gottes. Die Psalmen zeigen, dass der Mensch vor Gott lobend, dankend und im frohen Bekenntnis stehen kann, aber ebenso suchend, bittend und klagend. Das Leid der Vergangenheit muss nicht verdrängt werden, weil auch die Verlierer von gestern bei Gott eine Zukunft haben.¹⁵ Vor ihm sind alle Ausflüchte unnötig, weil sie sinnlos sind. Insofern kann Gebet ein Ort der Freiheit sein, weil der Betende vor Gott nicht flüchten kann, aber auch nicht flüchten muss. Schließlich verweist das Gebet immer auch über sich hinaus. Schon die eigene Not und Ohnmacht treiben die Menschen an, Gott nicht nur die Vergangenheit und Gegenwart anzuvertrauen, sondern sein heilendes Handeln in der Zukunft zu erbitten. Wie die betende Kirche so darf auch jeder einzelne Beter aus dem Bewusstsein leben, dass Gott noch Größeres vorhat, als uns bereits zuteil geworden ist. Das erfahrene Heil der Vergangenheit und Gegenwart wird zum Unterpfand jener letzten eschatologischen Erfüllung, in der die Welt nicht mehr gebrochen und stets gefährdet ist, sondern geheilt und vollendet. Im Gebet kann der Mensch seine Gegenwart vor Gott ausbreiten in der Hoffnung, dass Gott bereits jetzt seinen erneuernden und heilschaffenden Geist sendet. In der Begegnung mit dem lebendigen Gott ist aber dann bereits Wirklichkeit, dass unsere Gegenwart nicht einfach heillos und gottlos ist, sondern dass das Werk der Vollendung bereits jetzt beginnt.

Was die großen Gebete der liturgischen Tradition der Kirche zum Ausdruck bringen, kann und darf auch auf die stotternde Rede des Einzelnen übertragen werden. Mit den eigenen Worten

und den eigenen Erinnerungen dürfen wir Menschen vor Gott stehen und von dem sprechen, was uns einst widerfahren ist und wovon wir jetzt im Moment bestimmt werden. Angesichts eines angefochtenen Glaubens ist es gut, auch die eigenen Glaubenserfahrungen der Vergangenheit in Erinnerung zu rufen: glückliche Erlebnisse als Kind oder in der Jugend, unbefangene Einbindung in das Leben der Kirche, trostreiche Gottesdienste, Momente tiefsten Gottvertrauens. Solche Glaubenserfahrungen sind nicht beliebig „machbar“, sie sind Geschenke, von denen der Mensch lange leben muss. Sie müssen also gehütet und lebendig gehalten werden. Es ist wichtig, Gott und sich selbst daran zu erinnern. Der Beter, der im Gebet an die Gotteserfahrungen von gestern anknüpft, lässt auch in der Stunde der eigenen Gebets- und Glaubensnot die Beziehung wieder lebendig werden, die er einst erlebt hat und aus der er leben konnte. Mögen diese Erfahrungen auch jetzt nicht mehr zu tragen scheinen, so sind sie doch Geschenke der Vergangenheit, die voll Dankbarkeit, vielleicht aber auch mit Sehnsucht in Erinnerung zu halten sind.

Damit ist das Gebetswort von heute – mag es noch so fade und leer erscheinen – rückgebunden an das Gnadengeschehen der Vergangenheit. Insofern qualifiziert das, was gestern war, auch die Gegenwart. Das Gebet reaktiviert also eine Beziehung, die eben nicht nur vergangen ist, sondern wirkmächtig bleibt. Zugleich aber ist das Gebet immer auch von einem Überschuss der Hoffnung bestimmt: Auch das Gebet der größten Glaubensnot, auch die bittere Klage der Gottferne ist am Ende immer

¹⁵ Vgl. Winfried Haunerland, *Gedächtnis unserer Erlösung. Die Liturgie als Ort der Erinnerung*, in: ThPQ 151 (2003), 4–16.

getragen von der Hoffnung, dass sich der einst nahe Gott, der sich jetzt entzieht, doch wieder als der gute und tragende Gott erweisen wird. So kennt das Gebet nicht nur eine Anamnese der Vergangenheit, sondern auch eine Anamnese der Zukunft.

Bei den großen (Vor-)Betern der Vergangenheit lassen sich viele Beispiele für solche Erfahrungen finden. In Psalm 30 heißt es:

„Im sicheren Glück dachte ich einst: Ich werde niemals wanken. Herr, in deiner Güte stelltest du mich auf den schützenden Berg. Doch dann hast du dein Gesicht verborgen. Da bin ich erschrocken.“ (Ps 30,7f.)

Auch im Schrecken der Gottferne hört der Beter nicht auf zu beten, sondern ruft den Herrn als Helfer an. Wie lange er in der Dunkelheit aushalten musste, verrät der Psalm nicht. Aber wer sich die Notschreie des Beters zu eigen macht, der darf im Modus der Hoffnung danach die weiteren

Verse sprechen, auch wenn sie in der aktuellen Not noch uneingelöst sind, dem eigenen Gefühl nicht entsprechen und von den eigenen Erfahrungen nicht gedeckt sind:

„Da hast du mein Klagen in Tanzen verwandelt, hast mir das Trauergewand ausgezogen und mich mit Freude umgürtet. Darum singt dir mein Herz und will nicht verstummen. Herr, mein Gott, ich will dir danken in Ewigkeit.“ (Ps 30,12f.)

Der Autor: Geb. 1956, Studium der Kath. Theologie, Priesterweihe 1982, Promotion 1988, Habilitation 1994, Prof. für Liturgiewissenschaft (und Sakramententheologie) in Linz 1996–2001; in Würzburg 2001–2005; in München seit 2005, dort auch Direktor des Herzoglichen Georgianums; wichtige Publikationen u. a.: *Die Eucharistie und ihre Wirkungen im Spiegel der Euchologie des Missale Romanum* (1989); *Die Primiz. Studien zu ihrer Feier in der lateinischen Kirche Europas* (1997); zahlreiche Aufsätze.