



## Geistlicher Bericht des Superintendenten

Hohe Synode, sehr geehrtes Präsidium, liebe Schwestern und Brüder in Christo,

wann haben Sie das letzte Mal gebetet? Heute fällt das nicht sonderlich schwer zu beantworten, denn wir haben es vorhin in der Andacht getan. Doch wann tun wir es im Alltag? Wer von uns betet zu Tisch? Wer beim Aufstehen oder Zubettgehen? Reicht es womöglich tagsüber nur zu einem Stoßgebet, wenn wir haarscharf einem Unfall entgehen? Welche Bedeutung hat die Verbindung mit G'TT für uns noch? Dieser Frage will ich in meinem heutigen Bericht nachgehen und damit der Grundfrage unserer (christlichen) Existenz, die sich dem Allmächtigen verdankt.

### 1. „ora et labora et lege“<sup>1</sup> – „bete und arbeite und lies“

Die Kurzform der Benediktinerregel wurde zur Regel, die fast alle Mönchs- und Nonnenorden ihrem monastischen Leben zugrunde legten. Sie prägte sich in sieben Gebetszeiten aus<sup>2</sup>, die konsequent jede Arbeit unterbrechen und damit dem Tagesablauf eine feste Struktur gaben.

05.15 h **Vigil** (Wache)<sup>3</sup>

06.30 h **Laudes** (Morgenlob)<sup>4</sup>

09.00 h **Terz**<sup>5</sup> (3. Stunde)

12.00 h **Sext**<sup>4</sup> (6. Stunde)

15.00 h **Non**<sup>4</sup> (9. Stunde)

18.00 h **Vesper** (Abendlob)<sup>6</sup>

19.30 h **Komplet** (Nachtgebet)<sup>7</sup>

Ziel dieser Gebetszeiten war es, den beständigen Kontakt mit G'TT zu halten, in allen Tätigkeiten des Alltags und nicht von diesen vom Eigentlichen abgelenkt und behindert. Wenn die Glocke zum Gebet rief, wurde alles andere unterbrochen.

### 2. Gelebte Frömmigkeit im Alltag der Altvorderen

Was im Leben der Kleriker und Klöster selbstverständlich war, galt auch im Leben der sogenannten Laien. Zwar war deren religiöses Leben nicht so engmaschig durchstrukturiert und konnte es sich der gemeine Bauer oder Fronarbeiter auch nicht leisten, die Arbeit so oft und so lang zu unterbrechen, denn die Zyklen der Pflanzen und Tiere forderten auf Basis der Handarbeit einen zeitintensiven Einsatz. Im Alltag der bäuerlich geprägten Regionen, wurden hierzulande und andernorts auch im evangelischen Raum **Läutezeiten** (ein)gehalten, die nicht allein der Information zur Tages- und Arbeitszeit dienten, sondern auch **zum Gebet riefen** – am Arbeitsbeginn, auf der Höhe des Tages und zum

<sup>1</sup> Benedikt von Nursia (um 480-547); Gründer des Benediktinerordens

<sup>2</sup> Vor dem zweiten vatikanischen Konzil wurde auch noch die Prim (zur 1. Stunde des Tages gebetet, also sieben Uhr)

<sup>3</sup> Das erste Gebet des Tages, auch Gebet in der Nacht, welches schon im Alten Testament (Psalm 119<sub>62</sub>) verrichtet wird. Die Vigilien (von lat. *vigilare*: wachen) enden bei Sonnenaufgang mit dem Lobpreis, der zunächst Matutin (eingedeutscht auch "Mette", von lat. *matutinus*: morgendlich) heißt. Aus ihm entwickeln sich die Laudes. Seit dem 12. Jh. werden die Vigilien in den frühen Morgenstunden gebetet. Die Vigil / *Matutin* besteht aus Eröffnung, Gebetseinladung, Hymnus, Psalmen und Lesungen aus der Bibel und anderen geistlichen Schriften. Traditionell wird die Vigil in der Nacht oder am frühen Morgen verrichtet, was heutzutage aber nur noch bei monastischen Orden üblich ist. Im Zuge der Liturgiereform des Zweiten Vatikanischen Konzils wurde an die Stelle der Vigil die *Leshore* gesetzt. Die Leshore ist im Vergleich zur Vigil kürzer und kann zu einer beliebigen Zeit des Tages verrichtet werden.

<sup>4</sup> Die Laudes (von lat. *laus*: Lob) bilden mit der Vesper die Angelpunkte des Stundengebets, sie stellen das eigentliche Morgengebet dar. Die Laudes bestehen meist aus: zwei Psalmen und dem Canticum aus dem Alten Testament, dazu ein Lobpsalm, eine Lesung, Wechselgesang, Hymnus und Lobgesang des Zacharias; danach folgen die Bitten, das Vaterunser und das Schlussgebet. In den monastischen Orden werden die Laudes traditionell zur Zeit der Morgendämmerung gebetet und mit ihnen das Tagewerk eröffnet.

<sup>5</sup> Die sogenannten kleinen Horen werden zur dritten, sechsten und neunten Stunde des Tages gebetet. Oft werden diese Horen zu einer Gebetszeit zusammengefasst, die dann Tagesshore genannt wird. Vor dem Zweiten Vatikanischen Konzil gab es noch die *Prim*, die zur ersten Stunde des Tages gebetet wurde.

<sup>6</sup> Das liturgische Abendlob ist einer der ältesten und wichtigsten Teile des Stundengebets. Die Vesper dankt für den endenden Tag und für die empfangenen Heilstaten Gottes. Eine Vesper ist ähnlich aufgebaut wie die Laudes: ihr Höhepunkt ist der Lobgesang Mariens in "Magnificat".

<sup>7</sup> Die letzte Gebetsstunde, das Gebet zur Nacht. Typisch für die Zisterzienser ist der Abschluß des Tages mit der marianischen Anitphon "Salve Regina". Dann wird noch beim Glockenzeichen in Stille der "Angelus" (Engel des Herrn) gebetet.

Arbeitsschluss. Dies variierte je nach Region von um 6 bis um 7 Uhr, in aller Regel um 12 Uhr und um 18 Uhr.

Auch andere Formen des Gebetsaufrufes gab es landauf landab. So ist das **Totläuten** in manchen Gemeinden bis auf heute überkommen und kündigt zu einer bestimmten Zeit vom Ableben eines Gemeindegliedes mit der Aufforderung an die Lebenden, dass für den/die Verstorbene\*n gebetet wird.

Was selbst vielen Gemeindegliedern nicht mehr präsent ist, ist das am Sonnabend um 18 Uhr die Woche „ausgeläutet“ und im Gebet für die erfahrene Bewahrung in ihr gedankt wird, Dinge vor Gott bekannt und um Vergebung gebeten wurde.

In manchen Ortschaften zeigen die **Konfitemen- und Kommunikantenregister** in den Archiven sehr deutlich, dass der Gang zur Beichte und dem Empfang der Absolution am Sonnabend selbstverständlich war, galt diese ja als Voraussetzung für den Besuch des Heiligen Abendmahls am Sonntag. Im Gegensatz zur heutigen Praxis, hatte die Beichte z.Z. Luthers noch sakramentalen Charakter. Er behandelt sie ausführlich im Großen und Kleinen Katechismus, auch wenn Ihnen das Signum der Einsetzung durch Jesus Christus fehlte, was schlussendlich den Ausschlag dafür gab, sie nicht als Sakrament zu werten.<sup>8</sup>

Gebete gab es zudem auch im Alltag. Nicht nur als **Stoßgebet**, wenn Gefahr dräute<sup>9</sup>, sondern auch zu konkreten Anlässen: zur Geburt von Kindern wie von Vieh, zur täglichen Hausandacht durch den Hausvater (Kleiner Katechismus), für eine gute Ernte mit Ernteumgängen und Flurprozessionen<sup>10</sup>, aber auch bei häuslichen Arbeiten, wie dem Anschneiden des Brotes. Dahinter stand das Wissen, wie viel Arbeit bis zum Genuss des Brotes nötig war und drückte somit die Wertschätzung für den mit ihm verbundenen Segen aus.<sup>11</sup>

### 3. Gelebte Frömmigkeit in unserem Alltag

In meinem Dienst als Pfarrer spüre ich in vielen Situationen eine Art Unbeholfenheit beim Gebet. So habe ich bei Konfirmandenfreizeiten nicht nur einmal Verwunderung geerntet, als ich darauf bestand, dass wir gemeinsam und mit einem Gebet beginnen. Weithin erlebten die Konfirmanden selten noch Tischgemeinschaft zu Hause, weil jeder dann isst, wenn er Zeit dafür oder wenn er Hunger hat.

Das familienstiftende Geschehen gemeinsamer Mahlzeiten ist weithin verlorengegangen. Es wird nicht gegessen, wenn die Mittagsglocke oder die Mutter zu Tische ruft, sondern es wird gegessen, wenn ich Zeit habe. Wenn ich keine Zeit habe, esse ich nicht (ordentlich)!

Nicht der Mensch strukturiert den Raum und die Gemeinschaft, sondern die Zeit bzw. die vermeintliche Abwesenheit von genügend Zeit bestimmt den Tagesablauf. Feste Riten und Zeiten sind weithin verloren und zerfasern somit Strukturen, die Familien und Gesellschaften Halt geben. Wir haben uns damit eingerichtet, essen „schnelles Essen“<sup>12</sup>, Essen aus Tiefkühlschränken oder Instantware. Soweit diese Feststellung.

Das andere, mich verwundernde Element war, dass kein einziger Konfirmand eines mir vor Augen stehenden Jahrgangs die Tradition des Tischgebetes kannte. Sie schauten mich alle entgeistert an, als ich sagte, dass wir mit einem gemeinsamen Tischgebet beginnen. „Was ist denn das?“

Einer sagte mir: „ich habe das erst einmal erlebt, bei meiner Schwester. Die macht das jetzt zuhause mit Ihrem Kind, weil sie es im Konfi kennengelernt hat.“ Ansonsten kannte das niemand – wie auch, wenn es schon keine gemeinsamen Mahlzeiten gab, bei denen auch das gemeinsame Gebet geteilt und gepflegt werden konnte. Dabei ist das schon eine wohlmeinende Interpretation, denn auch dort wo gemeinsame Mahlzeiten eingenommen werden, hat sich das Tischgebet weithin verflüchtigt.

Insofern ist es nicht überspitzt, wenn ich behaupte, eine gelebte Frömmigkeit, zumindest in der Ausdrucksform (Tisch)Gebet, ist versiegt.

Um jetzt nicht allein von Jugend zu sprechen, will ich eine vergleichbare Erfahrung auch bei den älteren Generationen benennen. So habe ich in meiner Gemeindezeit prinzipiell einen wöchentlichen

---

<sup>8</sup> „Vere igitur sunt sacramenta baptismus, coena Domini, absolutio quae est sacramentum poenitentiae.“ Zu Deutsch: „Wahrhaft jedoch sind Sakramente die Taufe, das Mahl des Herrn, die Absolution, d.h. das Bußsakrament.“ Aus der Apologie der Confessio Augustana, 13. Artikel.

<sup>9</sup> Bei unseren Vorfahren eher bei Feuer oder beim Nahen von Feinden, in unserer Zeit eher bei Gefahr unterwegs im Auto oder bei Terrorgefahr u.a.

<sup>10</sup> In katholischen Gegenden (z.B. im Eichsfeld, in der Oberlausitz) bis heute

<sup>11</sup> In aller Regel wurde mit dem Messer auch ein Kreuzeszeichen über dem Brot gezeichnet.

<sup>12</sup> „fast food“, zu dem übrigens nicht nur Burger, sondern auch Brätel und Roster zählen!

Besuchsvormittag im Krankenhaus gehalten und, wenn dort niemand lag, Gemeindeglieder zu Hause besucht. Wenn ich dann zum Ende des Besuches sagte, dass ich gern noch für den Kranken betete, sah ich oft in erschrockene Gesichter und die Augen sahen sich um, was wohl die anderen im Raume denk(t)en.

Ich sprach dann ein Gebet und erlebte häufig, dass die Mitpatienten im Zimmer zumindest respektvoll still waren oder aber mitbeteten und am Ende sagten: „Das war aber schön, Herr Pfarrer. Ich bin zwar kein Christ, aber das hat mir gutgetan.“

Warum nicht durch ein Gebet am Krankenhausbett Menschen zeigen, was uns Halt und Hoffnung gibt? Meine Gemeindeglieder jedenfalls waren dankbar, auch dafür, dass ich Sie am Ende mit dem Zeichen des Kreuzes auf der Stirn zeichnete.

Diese Feststellung gilt weithin in der gesamten Kirche. Ich habe das, was ich für die Konfirmandengruppe benannt habe, auch schon bei GKRen, Gemeindekreisen und selbst bei Mitarbeiterkonventen erlebt, wenn ich mich beispielsweise in einer Gaststätte erhob und das Tischgebet sprach oder wir ein Segenslied zum Mittagstisch sangen<sup>13</sup>. Scheinbar haben wir das Gefühl, dass wir unsere Mitmenschen mit den Lebensäußerungen unseres Glaubens nicht behelligen dürfen. Wir haben an dieser Stelle Probleme, die ein gläubiger Muslim nicht hat, der einfach seinen Gebetsteppich ausrollt.

Zuletzt noch Gedanken, die ich einem befreundeten Dekan verdanke<sup>14</sup>, für die ich aber bisher selbst keine Worte fand und sie mir deshalb ausborge. Ich nehme bei den Fürbitten in unseren Gemeinden und in unserer Landeskirche wahr, dass wir G'TT meinen zuweilen vorschreiben zu müssen, was er tun soll. Formulierungen wie

- lass die Mächtigen zur Vernunft kommen.
- lass die Erfolgreichen ihren Reichtum teilen.
- lass die Einflussreichen gerecht handeln und sich für den Frieden einsetzen.
- lass die Eltern Zeit für ihre Kinder haben u.s.w.

Sind wir es, die G'TT zu sagen haben, was er tun soll oder ist es nicht besser, dafür zu bitten, dass wir bei uns anfangen und uns Zeit nehmen, unsere Mittel teilen, zur Vernunft kommen...? Da können wir allen himmlischen Beistand gebrauchen.

Woran liegt es, dass wir das feststellen müssen? Ist es falsche Rücksichtnahme, fehlende Selbstgewissheit, mangelnde eigene Praxis (praxis pietatis)?

#### 4. „Lieber G'TT, mach mich fromm, dass ich in den Himmel komm“

Ich mache dafür verschiedene Faktoren aus, die ich gern mit Ihnen bedenken und die ich Ihnen auch für Ihre Kirchengemeinden, Gemeindekreise, Gemeindekirchenräte, örtlichen Beiräte, Chorproben, Dienstberatungen ... zum weiteren Nachdenken mitgeben möchte.

a) Ein erster Grund scheint mir in der weithin erlebten **Trivialität** von Gebeten zu liegen, wie es die Überschrift nahelegt. Gebetswürfel, die für kleine Kinder einen guten Zugang zum Gebet liefern können, werden späterhin als „kindisch“ empfunden, Reimgebete für Gedichte gehalten, für banal<sup>15</sup> und damit für entbehrlich...

Folglich verdunstet das Gebet ständig etwas und verliert sich danach völlig. An dessen Stelle tritt Nichts und hinterlässt eine Leerstelle, wo doch eigentlich mit dem Gebet eine Lehrstelle (ent)stehen soll.

Gebet ist keine christliche oder kirchliche Erfindung. Jesus hat es praktiziert, weil er Jude war und es aus dem täglichen Vollzug kannte. Es war ihm wichtig, weil es ihm im Gespräch mit G'TT den Horizont für das Höchste und Tiefste, für den Allmächtigen über sich wie dem Ohnmächtigen neben sich eröffnete, ihm Zugang zu Glückskindern und Pechvögeln gleichermaßen ermöglichte.

b) Ein weiterer Grund ist, dass wir uns scheuen, G'TT mit unseren „kleinen Problemen“ zu behelligen. Das französische Lehnwort „trivial“ bedeutet „gewöhnlich“, „jedermann zugänglich“, „allgemein bekannt“ und entlehnt sich dem lateinischen Wort „trivium“. Dieses Wort wiederum bedeutet

---

<sup>13</sup> Befremdend fand ich z.B. auch, dass bei der Wahl des neuen Landesbischofs der EKM kein Gebet gesprochen, sondern wie bei der Wahl einer politischen Partei verfahren wurde. Ich halte es für ein geistliches Armutszeugnis, dass wir uns da nicht von Parlamentsparteien unterscheiden, sondern ihnen angleichen. Wahlen in der ersten Christenheit wurden als Ordal (mit allen positiven und negativen Konnotationen), durch Losentscheid (Act 1<sub>21-26</sub>) oder per Akklamation vollzogen.

<sup>14</sup> Aus dessen Abschlussbericht vom 15.03.2019 auf der Bezirkssynode des Evangelischen Kirchenbezirks Biberach.

<sup>15</sup> Das sich aus dem altfranzösischen „ban“ ableitende Wort „banal“ hat ein vergleichbares „Schicksal“ erlitten. Ursprünglich heißt es gemeinnützig wird heute aber mit „gedanklich unbedeutend“ gleichgesetzt.

„Dreiweg“ und beschreibt die drei Grundstudien und sprachlichen Fächer der sieben freien Künste<sup>16</sup>, also des Grundstudiums im Mittelalter. Das Problem ist, dass sich die Konnotation in unserer Zeit zu „ohne Ideengehalt und daher wenig bedeutungsvoll“ geändert hat. Bedeutungen können sich aber ändern, wenn wir sie bewusst ihrem Wortsinn nach (be)nutzen. Es gibt nichts Banales, dass wir G'TT nicht anvertrauen könnten, wie einem guten Freund, dem wir auch alles erzählen und sei es noch so „trivial“.

c) Ein weiterer Grund ist die **ungenügende Einübung ins Gebet**. Was ich als Kind am Tisch oder am Bett nicht kennengelernt habe, sei es aus selbst erlebter Praxis oder mir bei den Eltern abschauen konnte, das ist mir nicht selbstverständlich.

Martin Luther hat den kleinen Katechismus<sup>17</sup> für die Hausväter geschrieben, damit sie ihre Familien täglich unterweisen konnten. Auf diese Weise war allen Familienmitgliedern von Kindesbeinen an die wichtigsten Theologumena<sup>18</sup> vertraut und bekannt. Auf sie konnte bei einer Unterweisung in anderen Zusammenhängen (wie z.B. dem Religionsunterricht oder dem Traugespräch) zurückgegriffen werden.

Ich wage an dieser Stelle mal die Frage, in welchen Zusammenhängen in unseren Gemeinden und Familien, der kleine Katechismus noch eine Rolle spielt? Wäre es nicht lohnend, diesen zuweilen altertümlichen Text (jeden Tag/jede Woche/jede GKR-Sitzung/jeden Gemeindegottesdienst) mal ins Heute zu übersetzen und seine Bedeutung für uns heute gemeinsam zu befragen? Das kann Stück für Stück geschehen<sup>19</sup>. Ich hielte es für außerordentlich hilfreich, Vertrauen befördernd und Gemeinschaft stiftend, wenn wir dies für ein Jahr ausprobierten und so wieder lern(t)en, gemeinsames Nachdenken über der Schrift zu praktizieren. Zudem sei der Hinweis gestattet, dass es Evangelische Erwachsenenkatechismen<sup>20</sup> gibt, die die Übersetzungsleistung ins hier und jetzt schon ganz gut leisten. Grundsätzlich glaube ich aber, dass bereits die Übersetzung der alten Sätze in die eigene Sprache immer schon ein erster Schritt ihrer Aneignung und ihres Verständnisses sind.

d) Zudem scheint mir auch ein **mangelndes Vertrauen in die Kraft des Gebetes** ursächlich für dessen spärlichen Gebrauch zu sein. Wenn wir mit der Maßgabe an ein Gebet gehen, dass es sich nur durch Erfüllung des Erbetenen als erhört erweisen kann, dann werden wir, das will ich in aller Deutlichkeit sagen, grandios scheitern. Gebet fordert nicht die Erfüllung der eigenen Wünsche ein, sondern erwartet Hilfe und hält sich G'TT hin. Egal wie diese Hilfe aussieht. Alles andere wäre magisches Denken und entspräche wohl eher einem Zauberverständnis.

Grundsätzlich kann es hilfreich sein, dass wir Jesu Beispiel in Gethsemane folgen und laut oder leise jedes Gebet mit den Worten abschließen: „doch nicht, wie ich will, sondern wie du willst!“<sup>21</sup> Dann nämlich ist es Gespräch, Bitte, Fürbitte, Notschilderung, Klage und vertrauensvolle Hinwendung zu und an DEN, den wir um etwas bitten.

Aus meinem eigenen (Er)Leben kann ich sagen, dass ich heute froh bin über manche Nichterfüllung meiner Bitten, denn sie hätten mir nicht immer zum Besten gedient. Nicht alles was wir für richtig und (ge)recht halten, ist es auch. Vieles wird erst im Nachgang für uns als viel sinnvoller und dienlicher erkennbar, auch wenn es anders kommt als von uns gedacht. Gebet ist kraftvoll, es verbindet uns zudem mit G'TT und unserem Nächsten. Es erwartet G'TT'es Wirken, auch wenn es unserem Denken (vorerst) widerspricht und zuweilen auch widerstrebt.

e) Als fünften und letzten Punkt will ich das „Argument“ **fehlende Zeit** aufgreifen, dass ich häufiger höre. Ich habe es mir zu eigen gemacht, an dieser Stelle auf Franz von Sales (1567-1622; Ordensgründer der Salesianerinnen<sup>22</sup> und Mystiker) zu hören, der sagte: „**Nimm dir jeden Tag**

<sup>16</sup> Hinzu kamen noch die mathematischen Fächer des Quadriviums, die seit der Antike existierten und das Grundstudium an den hochmittelalterlichen Universitäten bildeten. Also auch Luther und Melanchthon haben dieses Studium durchlaufen.

<sup>17</sup> EG 905

<sup>18</sup> „Theologische Glaubenssätze“

<sup>19</sup> Heute: die ersten drei Gebote, das nächste Mal: die nächsten drei Gebote..., der Glaube, das Vater unser...

<sup>20</sup> Siehe z.B. [https://www.medimops.de/andreas-brummer-evangelischer-erwachsenenkatechismus-suchen-glauben-leben-gebundene-ausgabe-M03579059289.html?variant=UsedVeryGood&creative=&sitelink=&gclid=EAJaIQobChMIncDC9crt4QIVyMqyCh1d\\_gKaEAYYASABE-gLA2fd\\_BwE](https://www.medimops.de/andreas-brummer-evangelischer-erwachsenenkatechismus-suchen-glauben-leben-gebundene-ausgabe-M03579059289.html?variant=UsedVeryGood&creative=&sitelink=&gclid=EAJaIQobChMIncDC9crt4QIVyMqyCh1d_gKaEAYYASABE-gLA2fd_BwE) oder <https://www.medimops.de/manfred-kiessig-kleiner-evangelischer-erwachsenenkatechismus-gebundene-ausgabe-M03579064002.html?variant=UsedVeryGood>

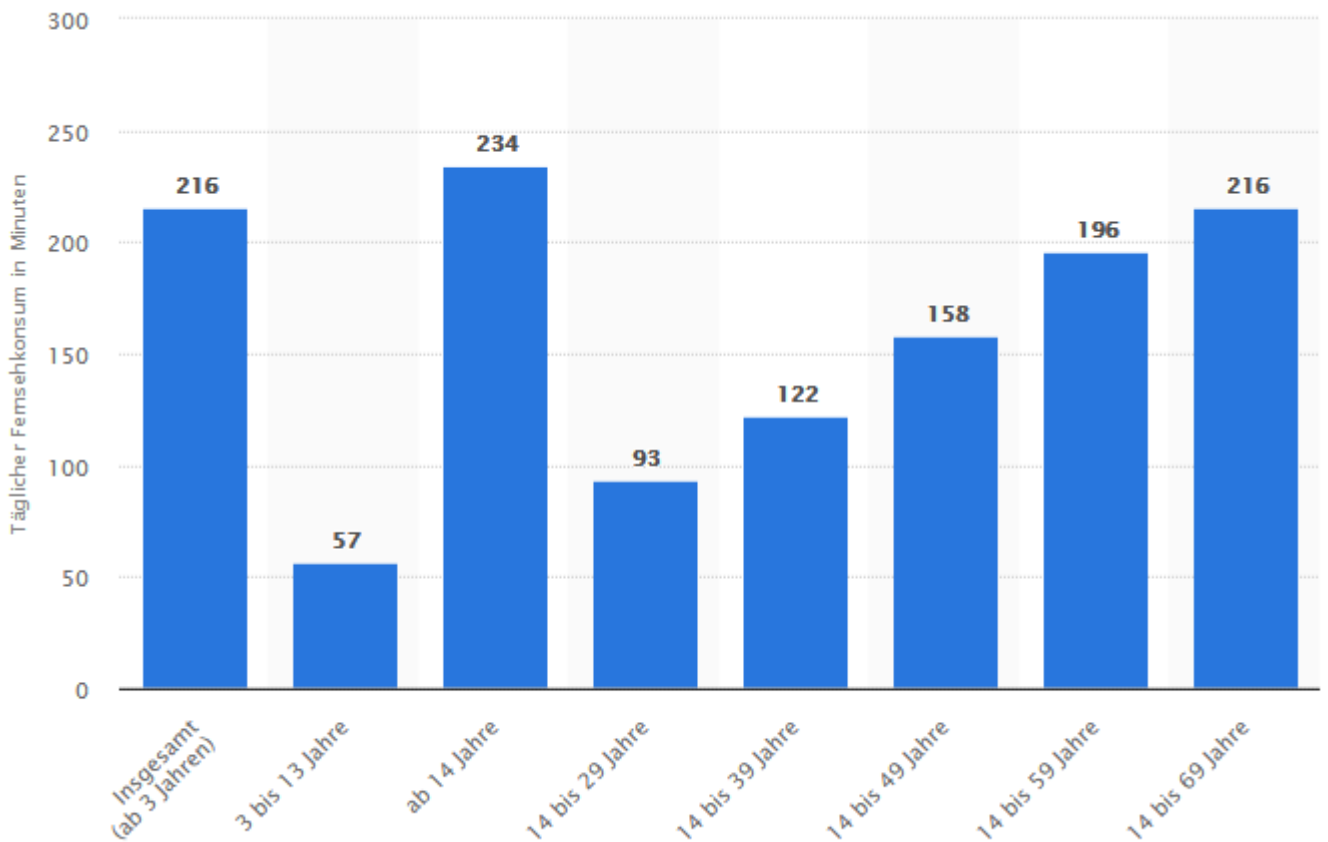
<sup>21</sup> Mk 14<sup>36</sup>: „und sprach: Abba, Vater, alles ist dir möglich; nimm diesen Kelch von mir; doch nicht, was ich will, sondern was du willst!“ ; Mt 26<sup>39</sup>: „Und er ging ein wenig weiter, fiel nieder auf sein Angesicht und betete und sprach: Mein Vater, ist's möglich, so gehe dieser Kelch an mir vorüber; doch nicht, wie ich will, sondern wie du willst!“

<sup>22</sup> „Zusammen mit Madame Johanna Franziska de Chantal gründete Franz von Sales 1610 den Orden der Frauen von der Heimsuchung Mariens, die **Salesianerinnen (OVM)** oder Visitantinnen als Orden, der einerseits sehr kontemplativ sein sollte, andererseits aber auch der tätigen Nächstenliebe verpflichtet. Dieser Orden nahm auch auf, wer aufgrund körperlicher Gebrechen von anderen ausgeschlossen war. Die Nonnen tragen schwarze Tracht mit silbernem Brustkreuz.“ aus: <https://www.heiligenlexikon.de/Orden/Salesianer.htm#OVM>

## eine halbe Stunde Zeit zum Gebet, außer wenn du viel zu tun hast, dann nimm dir eine ganze Stunde Zeit.“

Dass wir keine Zeit haben, ist eine weit verbreitete Redewendung, die selten zutrifft. Wer ernsthaft und ehrlich sein Leben prüft wird merken, dass wir zum einen viel mehr Zeit haben als unsere Alvordern, die weder eine geregelte Arbeitszeit, noch viele Annehmlichkeiten wie (warmes) Wasser aus dem Wasserhahn, Innentoilette mit Spülung, Waschmaschinen und Geschirrspüler etc. hatten.

Zum anderen wird bei genauerer Betrachtung deutlich, dass wir genügend Müßiggang (also Muße<sup>23</sup>) haben, den wir auf andere Weise füllen könnten. Nichts gegen Fernsehkonsum, aber die Deutschen sahen laut einer Studie vom 22. April diesen Jahres im Durchschnitt 216 Minuten TV am Tag!<sup>24</sup> Insofern kann das Argument von der fehlenden Zeit nicht verfangen. Es geht wohl eher um nicht eingeräumte oder (verfehlt) genutzte Zeit. Das Gute daran ist, dass wir das selbst()bewusst ändern können und es in unserer eigenen Hand haben. Es kommt nur darauf an, den „inneren Schweinehund“ zu bezwingen.



Dies deutet die Richtung an, der ich mit Ihnen folgen möchte. Was braucht es, dass wir in unserem Leben wieder das Gebet als tragende Kraft und Born unseres Glaubens, als Gespräch mit G'TT und unserer Mitmenschen, als dialogisches und Gemeinschaftsstiftendes Geschehen entdecken?

Ich will dazu ein paar Gedanken äußern, die uns wieder ein Leben im Gebet erschließen können.

## 5. Gebet braucht...oder vierzehn (womöglich) hilfreiche Hinweise für eine lebendige Gebetspraxis

- 1) Immer wieder war ich erstaunt, als wir bei unseren ersten beiden Enkeln allabendlich das vielstrophige Abendgebet „Müde bin ich geh zur Ruh“<sup>25</sup> sprachen. Schon nach wenigen Abenden sprachen Sie es unaufgefordert mit, konnten es inwendig. In der **Übung** liegt das Geheimnis des

<sup>23</sup> „Mittelhochdeutsch *müezec gân*, müßiggehen, untätig sein, nichts tun, träge sein; von althochdeutsch *muozîg*, Muße habend“

<sup>24</sup> Quelle: <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/2913/umfrage/fernsehkonsum-der-deutschen-nach-altersgruppen/>

<sup>25</sup> **Müde bin ich, geh ,zur Ruh‘**, / Schließe beide Augen zu:/ Vater, lass die Augen dein/ über meinem Bette sein!

Hab' ich unrecht heut' getan, / sieh' es, lieber Gott, nicht an! / Deine Gnad' und Jesu Blut/ Macht ja allen Schaden gut.

Fern von mir sei Hass und Neid, / In mir Lieb' und Gütigkeit. / Lass mich Deine Größe schau, / Nur auf Dich, o Gott, vertraun.

Alle, die mir sind verwandt, / Gott, lass ruhn in deiner Hand, / Alle Menschen, Groß und Klein, / Sollen dir befohlen sein.

Ritus. Vieles erklärt sich erst im Vollzug und ist bloßem Denken allein entzogen. In diesem Sinne ist Banalität kein Schimpfwort, sondern das Einfache, das Eingängige ist hilfreich wenn mir in schweren Stunden der Anfechtung und des Leides die eigenen Worte fehlen. Ich kenne Menschen, die deshalb viele Psalmen auswendig gelernt haben und als einen Schatz in sich tragen, eine Art Notration für Zeiten, in denen Ihr Verstand keine eigenen Worte zu formen im Stande ist.

- 2) Gebete schaffen **Gemeinschaft**. Zwar können wir allein beten und manchmal ist es auch geradezu notwendig, dass wir das tun. Doch es sollte möglichst wenigstens ein Zweiter dazu kommen, denn niemand kann sich die Vergebung und den Trost nach bekannter Schuld, Zweifel, Angst selber sagen. Insofern ist Gebet gemeinschaftsfördernd. Es fordert sie geradezu heraus, denn Gebet ist auf ein Du angelegt. Die gefalteten Hände verdeutlichen einerseits, dass wir ganz bei uns sind. Sie bilden aber mit den Armen auch einen Kreis, der einen größeren Zusammenhang abbildet. Die Gemeinschaft mit G'TT und die Gemeinschaft mit dem Menschen neben mir.
- 3) Gebete brauchen **Zeiten und Orte**. So wie wir uns mit guten Freunden bequem einrichten, um ins Gespräch zu kommen, so ist es auch mit dem Gebet. Wir können nicht im Vorbeigehen reden, wenn wir tiefgründig mit einem Freund/ einer Freundin ins Gespräch gehen wollen. Es braucht eine gute und feste Zeit und es braucht einen guten Ort. G'TT will wie ein guter Freund zuhören und wissen, wie uns ums Herze ist. Deshalb sind Zeit und Ort so wichtig. Orte sprechen und bauen an unserer Innerlichkeit.
- 4) Hilfreich ist zudem **eine (selbst)bestimmte Zeit**. Die Altvordern haben nicht umsonst vor der Arbeit, auf der Höhe der Arbeit und nach der Arbeit gebetet. Sie wussten, dass ihr Vorhaben nicht gelingt, wenn es nicht unter dem Segen G'TTes steht. Sie versicherten sich rück und ließen los, was eine gute Arbeitsverrichtung hinderte. Wer G'TT seine Sorgen abgibt, trägt nur noch die Hälfte. Insofern ist es sinnvoll, mehr Zeit ganz vor Ort und ganz bei der Sache zu sein. Das ist für jeden eine andere Zeit, individuell gestalt- und einrichtbar. Aber diese Zeit sollte nicht zur Disposition stehen und vor anderen Aufgaben rangieren. Das mindert die Gefahr das es ausfällt – heute dies- und morgen deswegen. Es gibt immer einen wichtigen Grund, das Gebet ausfallen zu lassen.
- 5) Es braucht keine **bestimmte Form**, aber wir sollten ihr unsere geben. Für eine bestimmte Zeit immer den gleichen Psalm oder die Tageslese der Herrnhuter Losung, ein Brevier mit Texten, einen Bibelabschnitt, ein bestimmtes oder freies Gebet...
- 6) Eine **Haltung** ist wichtig. Damit ist nicht primär die Sitzform gemeint (ob auf einer Kniebank, mit verschränkten Beinen, auf einem Stuhl...) sondern unsere innere Haltung. Wenn es jetzt klingelt, gehe ich nicht ans Telefon. Besser ich lege es aus dem Raum oder schalte es ab (nicht nur stumm!). In der mir gegebenen Zeit schweige ich und höre in mich. Oder ich lesen die Bibeltexte laut vor, auch wenn ich allein im Raum bin, damit Lesen und Hören den Text verinnerlichen helfen.
- 7) Ich stelle mir einen kleinen Gong hin und beginne die 10 oder 15 Minuten mit einem akustischen Signal und ende auch mit diesem. Das segmentiert die Zeit und gibt ihr **Struktur**.
- 8) Zur Struktur gehört auch das **Festhalten an der gegebenen festen Zeit**. Die mir selbst gegebene feste Zeit sollte nicht beliebig (heute um 12, morgen 12.13 oder 13 Uhr) sein. Dahinter steht das Wissen, dass Rhythmen wichtig sind und das Leben gliedern helfen.
- 9) ... **Gelassenheit mit uns selbst**. Gebet muss nicht „auch noch abgearbeitet“ werden. Unsere jeweilige Gestimmtheit und unsere augenblicklichen Bedürfnisse sollen nicht Maßstab unseres Handelns sein. Denn wie wir uns augenblicklich fühlen, wessen wir gerade zu bedürfen meinen, das ist fragwürdig. Wer feste Zeiten und Orte wählt, wer einen festen Rhythmus und eine Struktur hat, reinigt das Herz.
- 10) Gebet ist kein Beautysalon. Es ist zumeist **harte Arbeit** (labora!) an sich selbst. Zuweilen erfüllt es, dann wieder ist es trocken und langweilig. Doch nicht entmutigen lassen, nur was „lange Weile“ hat macht uns leer für neue Erfahrungen und „Erfüllungen“.
- 11) Nutze die Zeit und vermeide grübeln. Gebet will **passiv sein** und erwartet die **Begegnung mit G'TT**. Einen Psalm lesen und ihn „schmecken“, „kauen“ sind wichtige Vorgänge. Wir dürfen

diese Zeit nicht mit unnützem Interpretieren füllen, sondern sollen uns bereithalten, von G'TT beschenkt zu werden. Also konkret: nicht überlegen, was heute das Bild des Hirten für mich ist oder ein Äquivalent im heute, sondern sich tragen lassen von dem Bild, das mir entgegenkommt. Es erschließt sich mir womöglich ganz von selbst ganz neu.

- 12) Hilfreich ist es auch, sich Sätze, Bibelstellen oder Formeln aus dem Gebets- und Bildschatz der Tradition inwendig anzueignen. „Wiederholte Formeln wiegen Dich in den Geist der Bilder. Sie verhelfen uns zur Passivität. Sie sind außerdem die Notsprache, wenn einem das Leben die Sprache verschlägt. Sie sind wie ein Balken, an den man sich nach einem Schiffbruch klammert.“<sup>26</sup>
- 13) Es kommt vor, dass wir nicht beten können. Dann sollte die Zeit und der Ort dennoch eingehalten werden. Sei still und beschäftige Dich in Gedanken nicht mit anderen Dingen. Lies die Schrift („lege!“ z.B. tägliche Bibellese<sup>27</sup>) Verlerne Deinen Ort nicht!
- 14) „Birg deinen Versuch in den Satz von Römer 8: "Der Geist hilft unserer Schwachheit auf. Denn wir wissen nicht, wie wir beten sollen, wie sich's gebührt. Sondern der Geist tritt für uns ein mit unaussprechlichem Seufzen." **Wir bezeugen uns nicht selber. Der Geist gibt Zeugnis unserem Geist.** Wir sind besetzt von einer Stimme, die mehr Sprache hat als wir selber.“<sup>28</sup>

Ich danke Ihnen für Ihre langanhaltend beständige Aufmerksamkeit und möchte, wie sollte es anders sein, mit einem Gebet von Edith Stein schließen:

Ohne Vorbehalt und ohne Sorgen  
Leg ich meinen Tag in Deine Hand.  
Sei mein Heute, sei mein Morgen,  
Sei mein Gestern, das ich überwand.

Frag mich nicht nach meinen Sehnsuchtswegen,  
Bin aus Deinem Mosaik ein Stein.  
Wirst mich an die rechte Stelle legen,  
Deinen Händen bette ich mich ein.

**Kristóf Bálint**

*[Dieser Bericht wurde vor den Synodalen am 17.05.2019 gehalten. Es gilt das gesprochene Wort]*

---

<sup>26</sup> Fulbert Steffensky, *Christ in der Gegenwart* Nr. 40/00, 324

<sup>27</sup> Siehe Herrnhuter Losung oder „Glaube und Heimat“

<sup>28</sup> Fulbert Steffensky, *Christ in der Gegenwart* Nr. 40/00, 324

## **Elf Impulse für ein Weiterdenken in Gemeindekreisen, GKRen, in Konventen**

In welchem Kreis wollen Sie mit einem Nachdenken über den kleinen Katechismus beginnen? Im GKR, im Seniorenkreis oder in einem neu gegründeten Angebot für Kinder (die sind die besten Missionare Ihrer Eltern)?

Haben Sie schon mal etwas von Alpha- u.a. Glaubenskursen gehört oder daran teilgenommen? Wollen sie das in Ihrer Kirchengemeinde nicht einmal ausprobieren und dazu einladen? Fangen Sie ruhig und bewusst klein an!

Ist Ihnen schon einmal die Idee gekommen, einen Hauskreis zu gründen? Eine feste Anzahl von Teilnehmer bildet den Grundstock. Bewährt haben sich Größen von sechs – zwölf Teilnehmern. Fragen Sie dort<sup>29</sup> nach, wo schon gute Erfahrungen damit gemacht wurden.

Können Sie sich vorstellen, sich wöchentlich/vierzehntägig/monatlich in einem Kreis von Menschen zu treffen, in dem Sie konkrete Anliegen im Gebet vor G'TT bringen. Solche Gebetskreise können sich am Gebetskalender der EKM orientieren, können sich am Gemeindeleben der konkreten Gemeinde, des Pfarrbereichs, des Kirchenkreises orientieren. Für jemanden ganz konkret zu beten ist tätige Nächstenliebe.

Ein weiterer konkreter Schritt könnte eine Umsetzung von Gebeten im Alltag sein. Wir sind dankbar für Deine Schöpfung, deshalb wollen wir bewusst auf bestimmte Produkte/Verpackungen/Techniken... verzichten und damit Gebet mit konkretem Leben füllen.

Sind Sie nach einem Gottesdienst schon einmal mit Fragen zurückgeblieben, die bei der Auslegung des Predigttextes entstanden? Regen Sie doch in Ihrer Gemeinde ein Predignachgespräch an. Sie werden sehen, auch andere haben ihre Fragen und wissen nicht alles. Wäre das nicht ein Anfang, an einem bestimmten Sonntag in Ihrer Gemeinde, in regelmäßigem Turnus, bei einer Tasse Tee oder Kaffee und einem Keks... Einzelne bringen eine Kanne mit, das macht kaum Mehrarbeit...

Überlegen Sie doch, ob nicht ein Fragenkasten in Ihrer Gemeinde eingerichtet werden könnte. Fragen, die Menschen haben, können (anonym) eingelegt und im Rahmen der Abkündigungen oder an einem anderen geeigneten Ort im Gottesdienst beantwortet werden. Das hätte den schönen Nebeneffekt, dass die/der Fragende womöglich nächsten Sonntag in der Kirche sitzt und die Antwort hören möchte. Ein Gottesdienstbesucher mehr!

Sie singen auch gern? Warum nicht ein Lied im Gottesdienst zum Wunschlied erklären? Wer hatte Geburtstag oder einen anderen Anlass? Der darf sich ein Lied aus dem EG oder anderen gebräuchlichen Liederbüchern im Gottesdienst wünschen.

Welche Form religiöser Übung können Sie in ihrer Gemeinde anbieten? In einzelnen Kirchengemeinden wird an einem bestimmten Wochentag zu einer kleinen Andacht eingeladen. Zuweilen kommen dazu mehr Menschen als zum Sonntagsgottesdienst. Holen Sie sich Impulse von Kirchengemeinden, die das bereits tun<sup>30</sup> und suchen Sie nach der/schaffen Sie die für Ihre Verhältnisse passenden Form.

Prüfen Sie, ob nicht eine Form des Stundengebetes in Ihrer Kirchengemeinde möglich wäre. Die ursprünglich dafür in Frage kommenden Zeiten finden sich unter 1. Was passt zu Ihrer Kirchengemeinde? Welche Zeit und welcher Tag (nur nicht zu ambitioniert einsteigen, lieber in kleinen Schritten und dann ausbauen, falls gewünscht)

Der Zweiprozentapell ist eine praktisch tätige Form des Gebets. Er stiftet Gemeinschaft mit anderen Christen und hilft Menschen in Not. Prüfen Sie in Ihrem GKR, welche Einrichtung Sie in diesem Jahr oder die nächsten Jahre mit zwei Prozent Ihres Haushaltsvolumens unterstützen wollen. Auch der Kirchenkreis folgt dem Zwei-Prozent-Apell und unterstützte bereits mehrmals die Winterhilfe in Hermannstadt (Rumänien) und zwei Projekte in Tansania.

... (Platz für Ihre eigenen Vorschläge)

---

<sup>29</sup> z.B. in Schlotheim, Menteroda, Heygendorf

<sup>30</sup> z.B. Holzsußra, Heygendorf