

# PR FILL

die Spur im  
Alltag

die Monats-Geh-Hilfe der *action spurensuche*

Ausgabe 69 / Freitag, 8. August 2008 / 2 Seiten

## Gebetsgebärde: STEHEN

### Stehen vor Gott

Der aufrechte Gang, der unseren Horizont weitet und die Hände befreit, steht am Anfang der Entwicklung des Menschen aus dem Tierreich heraus. Aufrecht vor Gott stehen ist auch die liturgische Grundhaltung. Im Stehen kommt die Ehrfurcht, aber auch die Freude zum Ausdruck, der Jubel und das Loben. Wer steht, muss allerdings auch immer sich den Kräften entgegenstemmen, die ihn wieder nach unten drücken wollen. Wer aufrecht vor Gott steht, der hat sich zusammengenommen, der ist wachsam und aufmerksam. Und er ist bereit; denn wer steht, kann sofort auf und davon gehen und ungesäumt den Auftrag ausführen, der ihm zuteil wird.



Für die ersten Christen ist das Stehen die vornehmste Gebetshaltung. Wir kennen das Bild der Orante aus den Katakomben: eine aufgerichtete Gestalt mit weit nach oben ausgebreiteten, empfangend geöffneten Händen. Die gleiche Haltung nimmt der Priester ein, wenn er in der Eucharistiefeier an der Spitze der versammelten Gemeinde vor Gott tritt und betet z.B. beim Tagesgebet, bei der Präfation und während des Hochgebets. „Wir danken dir, dass du uns berufen hast, vor dir zu stehen und dir zu dienen.“ So heißt es im zweiten eucharistischen Hochgebet. Und diese Haltung des aufrechten Stehens ist auch die angemessene Gebetshaltung der ganzen Gemeinde: Wir stehen bei allen Orationen der heiligen Messe, beim Hallelujavers, beim Hören des

Evangeliums, bei der Präfation, dem Vater unser, beim Segen. Denn ein Christ ist jemand, der verwurzelt ist in der Erde und ausgerichtet auf den Himmel; ein Christ jemand, der Haltung bewahrt, weil Gott ihm immer neu den Rücken stärkt, gerade bei der Feier des heiligen Mahles.

### Beten mit dem Leib *Sr. Birgit Holtick*

Beten, das ist für mich (Da)sein vor Gott. Dasein, so wie ich im jeweiligen Augenblick eben gerade da sein kann – froh, traurig, müde, enttäuscht, verzweifelt, aufgeregt, dankbar, mit einer Bitte auf dem Herzen.....

Ich darf als ganzer Mensch vor Gott da sein. Mit meinen Gedanken, Wünschen, Gefühlen, Sehnsüchten, und auch mit meinem Körper. Seele, Geist und Leib sind beim Gebet gleichermaßen wichtig und wertvoll. Wenn ich im Alltag traurig oder mutlos bin, dann drücke ich das – vielleicht oft unbewusst – auch durch meine Haltung aus: ich lasse Kopf und Schultern hängen. Wenn ich mich hingegen freue, halte ich den Kopf oben, nach vorn gerichtet und manchmal auch zum Himmel. Genau das Gleiche gilt für das Gebet.

Beim Beten wähle ich manchmal unbewusst, manchmal bewusst, bestimmte Haltungen, die mein Dasein vor Gott charakterisieren. Ich bringe durch zum Ausdruck, was sich gerade in meinem Innern abspielt oder wie ich ganz bewusst vor Gott da sein möchte. Die unterschiedlichen Haltungen helfen mir, mich auch ohne Worte vor Gott zur Sprache zu bringen.

Ich glaube, dass es so viele verschiedene Gebetshaltungen gibt, wie es Menschen gibt – denn auch wenn wir in einer Gottesdienstgemeinschaft alle knien, sitzen oder stehen, so tun wir das doch auf unsere ganz persönliche Weise.

Einige Gebetshaltungen, die mir persönlich besonders wichtig sind, möchte ich hier besonders hervorheben.

### Stehen

Zu Beginn einer Gebetszeit stelle ich mich gern bewusst vor Gott hin. Für mich ist das Ausdruck für meine Bereitschaft, wach und aufmerksam vor Gott da sein zu wollen. Dabei ist es mir wichtig, aufrecht zu stehen, nicht gebeugt – weil ich vor Gott als freier und erlöster Mensch aufrecht da sein darf. Ich versuche, im Stehen den Boden unter meinen Füßen bewusst wahrzunehmen – als Grund, der mich hält und trägt wie Gott es tut.

Ich stehe auch gern, wenn ich froh bin und in feierlicher Stimmung, wenn ich meine Freude vor Gott zum Ausdruck bringen will. Manchmal hebe ich dazu die Arme in die Höhe und öffne sie weit – zum einen geht mir dadurch körperlich auf, wie reich ich von Gott beschenkt bin, zum anderen ist es aber auch ein Ausdruck und ein Nachempfinden meiner Sehnsucht nach Fülle und Leben.

## Text von Huub Oosterhuis [Gotteslob 621]

1] Ich steh vor dir mit leeren Händen, Herr; fremd wie dein Name sind mir deine Wege. Seit Menschen leben, rufen sie nach Gott; mein Los ist Tod, hast du nicht andern Segen? Bist du der Gott, der Zukunft mir verheißt? Ich möchte glauben, komm mir doch entgegen.

2] Von Zweifeln ist mein Leben übermannt, mein Unvermögen hält mich ganz gefangen. Hast du mit Namen mich in deine Hand, in dein Erbarmen fest mich eingeschrieben? Nimmst du mich auf in dein gelobtes Land? Werd ich dich noch mit neuen Augen sehen?

3] Sprich du das Wort, das tröstet und befreit und das mich führt in deinen großen Frieden. Schließ auf das Land, das keine Grenzen kennt, und lass mich unter deinen Söhnen leben. Sei du mein täglich Brot, so wahr du lebst. Du bist mein Atem, wenn ich zu dir bete.

Das kann es doch nicht gewesen sein?! Was bleibt mir eigentlich, wenn nichts mehr bleibt? ... Huub Oosterhuis Lied "Ich steh vor dir mit leeren Händen, Herr", in der Übertragung von Lothar Zenetti, beschreibt echt und ehrlich, ohne jede falsche Frömmerei, und doch zutiefst fromm, die Situation eines gläubig suchenden Menschen. Es ist ein Text, den ich mir zu meinem eigenen gemacht habe. Für mich ist es ein Lied über unser Menschsein, über den 'Ecce homo' - Seht, so steht es um den Menschen! (Pater Benno Kuppler SJ)

### Evangelium

(von griech. *euangélion* - "gute Nachricht") bezeichnet den Inhalt jeder christlichen Verkündigung. Eingeführt wird der Begriff von Jesus Christus als Zusammenfassung der Botschaft von der durch sein Leben und Sterben anbrechenden Gottesherrschaft (Mk 1,15).

Davon abgeleitet bezeichnet der Begriff die schriftlichen Lebenszeugnisse des Herrn, von denen die Kirche vier in den verbindlichen Schriftkanon aufgenommen hat: das Matthäusevangelium, das Markusevangelium, das Lukasevangelium, das Johannesevangelium.

In jeder Hl. Messe wird ein Abschnitt aus den Evangelientexten vorgetragen. Er stellt den Höhepunkt des Wortgottesdienstes dar.

### Das Evangelium in der Eucharistiefeier

Die Eucharistiefeier der Kirche besteht von Anfang an aus den zwei Hauptteilen Wortgottesdienst und eucharistisches Opfer (Gabenbereitung, Eucharistisches Hochgebet, Kommunion). Im Wortgottesdienst wird aus den Schriften des Alten Testaments, aus den Briefen der Apostel und aus den Evangelien vorgelesen, wobei das Evangelium als unmittelbares Wort des Herrn und besondere Weise seiner Gegenwart schon früh den Vorrang hat und liturgisch hervorgehoben wird. Seine Verlesung ist dem Diakon oder Priester vorbehalten. In der Hochform der hl. Messe wird das üblicherweise kostbar verzierte Evangelienbuch in Prozession mit Leuchtern zum Ambo getragen; der Herr, der nun spricht, wird begrüßt mit dem Halleluja und mit Weihrauch verehrt; der Verkündigung geht der liturgische Wechselgruß, der zugleich Gebet ist, sowie das Kreuzzeichen auf Stirn, Mund und Brust voran, sie wird umrahmt von Christus-Aklamationen des Volkes; zum Abschluss wird das Buch vom Verkünder erhoben und geküsst, die Verkündigung mit erneutem Halleluja beantwortet.

Die liturgische Gestaltung drückt den Glauben der Kirche an die Macht und Heiligkeit des Evangeliums aus, die die Macht und Heiligkeit Jesu Christi selber ist und auf die tägliche Antwort der Glaubenden zielt. Dazu Vertiefung und Hilfe zu geben, ist Aufgabe der anschließenden Predigt. (kathpedia.com)

Termine		<p>„Unterwegs zu sich selbst - ganz nahe bei Gott!“</p> <h2>Fußwallfahrt 2008</h2> <p>AUF DEN SPUREN PHILIPP JENINGENS von Eichstätt nach Ellwangen</p> <p><b>Dienstag, 19. August bis Sonntag 24. August 2008</b></p>
Impressum	<p>PROFIL erscheint einmal monatlich und soll vorzugsweise am 8. jeden Monats zu einer Zeit der Stille und Meditation einladen. PROFIL-Ausgabe 69 für den August 2008 wurde von Markus Krämer erstellt. Auf Wunsch wird PROFIL jedem kostenlos zugesandt. Für Rückfragen wende dich einfach an die <i>action spurensuche</i>, Kath. Pfarramt Sankt Vitus, Priestergasse 11, 73479 Ellwangen, Tel. 07961/3535. Wer die Arbeit der <i>action spurensuche</i> finanziell unterstützen möchte: Pfarramt St. Vitus Kennwort „<i>action spurensuche</i>“ VR-Bank Ellwangen BLZ 614 910 10 Kto.-Nr. 201 127 008; Kreissparkasse Ellwangen BLZ 614 500 50 Kto.-Nr. 110 621 836</p>	