

Gebetsgebärden: Kreuzung der Hände vor der Brust – Dank

Gebetshaltungen verschiedener Religionen



Christ



Buddhist

Leibhaftig



2.Jh n.Chr.



12.Jh n.Chr.

BETEN



Jude



Moslem



Hindu



Christ

In der jüdischen Überlieferung gibt es eine Kurzweisheit:

*Achte auf deine Gedanken,
denn sie werden Worte.
Achte auf deine Worte,
denn sie werden Handlungen.
Achte auf deine Handlungen,
denn sie werden Gewohnheiten.
Achte auf deine Gewohnheiten,
denn sie werden dein Charakter.
Achte auf deinen Charakter,
denn er wird dein Schicksal.*

Über die Brust gekreuzte Hände

Viele Völker kreuzen die Hände über der Brust, wenn sie intensiv bitten. In der russischen Liturgie gehen die Gläubigen mit gekreuzten Händen zur Kommunion. Früher gingen auch viele Katholiken in dieser Haltung zum Tisch des Herrn. Bei uns ist diese Gebärde bei der Profeß üblich. Wenn wir im Profeßritus singen: „et ne confundas me ab expectatione mea“ – „enttäusche mich nicht in meiner Hoffnung“, dann knien wir nieder, verneigen uns und halten die Hände vor der Brust gekreuzt.

Diese Gebärde drückt Hingabe aus. Wehrlos, aber zugleich voll Vertrauen überlassen wir uns Gott. Diese Gebärde erinnert aber auch an eine Umarmung. Wir halten etwas Kostbares in unserem Innern. Wir halten das göttliche Kind in uns, und wir wiegen es zärtlich und ehrfürchtig. Auf manchen Weihnachtsbildern kniet Maria vor dem göttlichen Kind mit gekreuzten Armen. Es ist eine zurückhaltende und zugleich zärtliche Geste, mit dem Wissen um das Geheimnis Gottes, der nicht nur vor uns ist, sondern auch in uns. Wir schaffen mit dieser Gebärde Raum in uns, und wir öffnen uns selbst dem Ort in uns, in dem Gott schon wohnt. Wir erfahren uns neu, wir spüren etwas von unserem eigenen Geheimnis. Für mich ist das eine Gebärde, mit der ich an Weihnachten das Wunder der Geburt Jesu meditiere, der ja an diesem Fest in mir neu geboren werden will. Ich brauche zärtliche Hände, um das göttliche Kind in mir zu spüren. Aber ich fühle dann auch etwas von dem Frieden, der von ihm ausgeht, und von der Lebendigkeit, Zartheit und Liebe, mit der mich Gott erfüllt.

Für mich ist die Gebärde mit den über der Brust gekreuzten Armen auch ein gutes Abendritual. Ich schließe gleichsam die Türe und horche nach innen. Die gekreuzten Arme zeigen mir, dass alles Gegensätzliche in mir von Gottes Liebe angenommen ist. Und ich umarme mich selbst in dieser Gebärde. Ich sage ja zu allem, was in mir ist. Ich schütze mit dieser Gebärde den inneren Raum des Schweigens in mir, in dem Gott selbst wohnt. In diesen inneren Raum hat der Lärm des Tages keinen Zutritt. Die Menschen, für die ich da war, bleiben draußen. Es ist der Raum, in dem Gott, der Heilige, wohnt. Es ist das innere Heiligtum, das Allerheiligste, von dem der Hebräerbrief sagt, dass Christus in dieses innere Heiligtum in uns eingezogen ist. Nur das Heilige vermag zu heilen. So kann ich am Abend in diesem heiligen Raum in mir Heilung meiner Wunden erfahren. Und es ist der Raum, in dem Gott, das Geheimnis wohnt. Daheim sein kann man nur, wo das Geheimnis wohnt. So kann ich in dieser Gebärde am Abend still werden und Heimat finden im Geheimnis Gottes, der in mir wohnt. Statt die Arme über der Brust zu kreuzen, halte ich manchmal beim Vaterunser oder beim Jesusgebet beide Hände gleichzeitig auf die Brust. Das ist auch eine sehr intime Gebärde. Ich spüre dann die Wärme, die in meinem Herzen entsteht. In meinem Herzen bete ich dann. Und ich erahne, wie das Gebet mich mit Gottes wärmender und heilender Liebe erfüllt. Gebet ist dann etwas sehr Intimes, Zärtliches und Heilendes.

(aus Anselm Grün, Michael Reepen, Gebetsgebärden; Vier-Türme-Verlag, Münsterschwarzach)

**Gott braucht unser Gebet nicht, aber wir brauchen das Gebet,
um zu danken, um zu loben, um zu bitten, um zu klagen, um zu fragen,
um zu**

und:

Gott fängt zuerst an, nicht ich !

TERMINE TERMINE TERMINE TERMINE TERMINE TERMINE TERMINE TERMINE TERMINE	
Pfingstvesper Samstag, 30. Mai 2009 19.00 Uhr Heilig-Geist-Kapelle, Spitalstraße, Ellwangen Anschließend Einkehr	Pater-Philipp-Exkursion Spurensuche in Dillingen Samstag, 04. Juli 2009 Leitwort: „Entschieden mittendrin“

PROFIL erscheint einmal monatlich und soll vorzugsweise am 8. jeden Monats zu einer Zeit der Stille und Meditation einladen
PROFIL Ausgabe 80 für den Mail 2009 wurde von Christine Köder erstellt.

Auf Wunsch wird PROFIL kostenlos zugesandt. Für Rückfragen wende Dich einfach an die action spurensuche,
Kath. Pfarramt St. Vitus, Priestergasse 11, 73479 Ellwangen, Tel.: 07961/3535, sankt.vitus@t-online.de, www.action-spurensuche.de

Wer die Arbeit der action spurensuche finanziell unterstützen will: Pfarramt St. Vitus, Kennwort 'action spurensuche'
VR-Bank BLZ 614 910 10, Kto.-Nr. 201 127 008, KSK Ellwangen BLZ 614 500 50, Kto.-Nr. 110 621 836