

Studienbrief 11: Bete und arbeite!

Einstieg

Als Umschreibung des christlichen Lebens wird oft auf die Wendung verwiesen: Bete und arbeite! Diese Regel wurde besonders in der Tradition des Benediktiner-Ordens beherzigt. Ganz konkret ging es um den Wechsel von Gebetszeiten und tätiger Arbeit in klösterlichen Gemeinschaften. Allerdings ist das Einüben bzw. die Suche eines heilsamen Rhythmus von aktivem Tun und betendem Innehalten so alt wie die Kirche selbst. Im Zusammenhang des Kirchenjahres war bereits von der Bedeutung des Sonntags als Ruhetag die Rede. Während dabei die Woche bzw. der Jahreslauf im Blick waren, geht es nun um die Gestaltung des einzelnen Tages.

In der Alten Kirche nahm man die Aufforderung des Apostels Paulus sehr ernst: Betet ohne Unterlass! (1. Thessalonicher 5,17) Dabei gingen die Meinungen allerdings weit auseinander, wie solch eine biblische Weisung konkret gelebt werden kann. Im 3. Jahrhundert gingen Männer und Frauen in die Wüste Ägyptens, um sich dort ganz dem Gebet zu widmen. Ihr Ziel war es, wie die Engel in der stetigen Gegenwart Gottes zu leben. 1

Doch auch den Christen, die in ihren bisherigen sozialen Bezügen blieben, war es wichtig, dem Gebet den ihm gebührenden Platz im Leben einzuräumen. Besondere auf den Tag verteilte Gebetszeiten wurden bereits im Judentum gepflegt. Hieran konnte man sich anlehnen.

Noch heute laden viele Kirchenglocken zu besonderen Gebetszeiten ein. Am verbreitetsten sind ein Morgen-, ein Mittag- und ein Abendläuten.

Studienbrief 11: Bete und arbeite!

Zum Nachdenken

Das unablässige Beten (eine Geschichte des frühen Mönchtums)

Einmal kamen einige Mönche, sogenannte Euchiten, zu Abbas Lukios in Enaton. Und der Greis fragt sie: „Was ist euer Handwerk?“ Sie aber sprachen: „Wir rühren kein Handwerk an, sondern beten, wie der Apostel sagt, unablässig.“

Und der Greis sagte: „Esst ihr nicht?“ Sie antworteten: „Doch.“ Und der Greis sprach: „Wenn ihr nun esst, wer betet dann für euch?“ Später fragte er sie: „Schlafft ihr nicht?“ Und sie erwiderten: „Doch.“ Und der Greis sagte: „Wenn ihr nun schlafft, wer betet dann für euch?“

Aber darauf wussten sie ihm nicht zu antworten. Und er sprach zu ihnen: „Verzeiht mir! Seht doch, ihr handelt nicht so, wie ihr redet. Ich will euch aber zeigen, dass ich, während ich mein Handwerk verrichte, unablässig bete. Ich setze mich mit Gott nieder, befeuchte meine kleinen Palmblätter und während ich sie zu einem Seil flechte, spreche ich: ‚Erbarme dich meiner, Gott, nach deiner großen Barmherzigkeit, und nach der Fülle deiner Erbarmungen tilge meine Sünden.‘ Ist dies kein Gebet?“

Sie antworteten: „Doch.“ Da sagte er ihnen: „Wenn ich nun den ganzen Tag hindurch beharrlich arbeite und bete, gewinne ich - mehr oder weniger – 16 Numia (Münzen). Davon gebe ich zwei an der Tür (als Spende) und den Rest verwende ich für das Essen.

Und der, der die zwei Numia bekommen hat, betet für mich, während ich esse oder schlafe. Und durch die Gnade Gottes wird von mir das unablässige Beten erfüllt.

Apophthegmata Patrum, PG 65,253 Lukios, Übersetzung: Thomas Lunkenheimer.

Studienbrief 11: Bete und arbeite!

Vertiefung

In unserer Zeit scheint die Frage nach dem unablässigen Gebet in den Hintergrund zu treten. Denn das größere Problem scheint darin zu liegen, ob und wann wir überhaupt Zeit zum Beten finden. Doch zeigt schon die alte Geschichte von dem Wüstenvater Lukios, wie das Beten und das Arbeiten einander durchdringen können. Nun wird es nicht bei jeder Tätigkeit möglich sein, das eine mit dem anderen zu verbinden. Allerdings lassen wir viele Möglichkeiten zum Gebet auch achtlos verstreichen. Gerade das Herzensgebet lässt sich auch auf der Fahrt zum Arbeitsplatz praktizieren. Selbst die Schlange an der Supermarktkasse kann ein Gebetsort sein.

Beim kontemplativen Gebet, das im letzten Studienbrief vorgestellt wurde, handelt es sich ja gerade um das Einüben in eine „Gebetshaltung“. Im schweigenden Gebet suche ich nicht nach den rechten Worten, sondern bin hier und jetzt vor Gott da. Das, was ich tue, geschieht in Gottes Gegenwart. Das Gebet durchdringt sozusagen die Tätigkeit, die ich verrichte.

3

Umgekehrt kann auch mein Tun „Gebet“ sein. Denken Sie nur an die verschiedenen Formen tätiger Nächstenliebe, die Jesus in Matthäus 25,31-46 anspricht. In der Zuwendung zu den Menschen, die Jesus seine „geringsten Brüder (und Schwestern)“ nennt, begegnen wir ihm selbst. Nichts anderes geschieht im Gebet.

Darum macht die Bibel auch keine Vorschriften, wie oft oder wie lange oder in welcher Weise gebetet werden soll. Die Regel „Bete und arbeite!“ erinnert lediglich daran, dass beides seinen Platz in unserem Leben braucht.

Studienbrief 11: Bete und arbeite!

Auch die Arbeit hat ihre geistliche Dimension. Sie erdet unsere Spiritualität. Denn der Glaube soll uns ja nicht möglichst weit von all dem wegführen, was unser Leben prägt und ausmacht. Die Arbeit ist nicht nur ein notwendiges Übel, um Geld zu verdienen. Sie ermöglicht uns (zumindest im Idealfall), unsere von Gott verliehenen Gaben und Fähigkeiten sinnvoll zu gebrauchen. Ich übernehme Verantwortung und werde gebraucht. Ich gestalte oder produziere etwas. Ich setze mich mit meiner Kraft für andere Menschen ein. Das passiert ja nicht nur im Gottesdienst oder beim Beten. Jede Tätigkeit hat in diesem Sinne auch eine geistliche Dimension. Oder kann sie zumindest haben.

Darum ist es den meisten christlichen Glaubensgemeinschaften wichtig, bei aller Wertschätzung und Betonung des geistlichen Lebens auch die ganz „weltlichen“ Aufgaben und Tätigkeiten ernst zu nehmen und gewissenhaft zu erledigen.

4

Fragen zum Nachdenken:

- Wie stellt sich das Verhältnis von Gebet und Arbeit in meinem Leben dar? Kommen beide Dimensionen in guter Weise zu Geltung?
- Bin ich mit meinem „Gebetsleben“ zufrieden? Was würde ich gerne ändern? Worauf möchte ich in nächster Zeit einmal bewusst achten?
- Bin ich mit meinem „Arbeitsleben“ zufrieden? Was würde ich gerne ändern? Worauf möchte ich in nächster Zeit einmal bewusst achten?

Studienbrief 11: Bete und arbeite!

Anregung

Die Tradition der Stundengebete hat den Sinn, den Tageslauf zu strukturieren und an den verschiedenen Stationen einmal kurz innezuhalten und Atem zu schöpfen. Gerhard Tersteegen, der vor allem als Gesangbuchdichter bekannt ist, war ein erfahrener geistlicher Lehrer. Er riet dazu, sich mehrmals am Tag einen „Liebesblick auf Gott“ zu gönnen.

Auf manche Menschen wirken feste Gebetszeiten eher einengend oder gar zwanghaft. Doch leben wir in einer Zeit, in der die Herausforderungen des Berufs oft wenig Spielraum lassen. Viele empfinden einen enormen Zeit- und Leistungsdruck.

Darum kann es sehr entlastend sein, zu bestimmten Zeiten des Tages kurz inne zu halten. Im Evangelischen Gesangbuch gibt es Vorschläge für Morgen- und Abendgebete. Am Morgen nehme ich den neuen Tag als Chance und Geschenk aus Gottes Hand und vertraue mich der Begleitung Gottes an. Am Abend lege ich alles aus der Hand, was an diesem Tag wichtig war und bitte Gott, dass er mich mit meinen Erfolgen und mit meinem Scheitern in seinen Frieden hüllen möge.

Ein alter Hymnus für das Mittagsgebet erinnert daran, dass nicht alles an uns liegt. Gerade auf der Höhe des Tages dürfen wir unsere Hände einmal ruhen lassen zum Gebet. Und wir werden erfahren: Die Erde dreht sich trotzdem weiter und die Arbeit kann auch einmal ein Minütchen warten.

Studienbrief 11: Bete und arbeite!

Hymnus zum Mittagsgebet

O Gott, du lenkst mit starker Hand den wechselvollen Lauf der Welt, machst, dass den Morgen mildes Licht, den Mittag voller Glanz erhellt. Lösch aus die Glut der Leidenschaft und tilge allen Hass und Streit; erhalte Geist und Leib gesund, schenk Frieden uns und Einigkeit. Du Gott des Lichts, auf dessen Reich der helle Schein der Sonne weist, dich loben wir aus Herzensgrund, Gott Vater, Sohn und Heil'ger Geist. Amen.

Oder man kann beten mit einem Lied Jochen Kleppers:

1. Der Tag ist seiner Höhe nah. Nun blick zum Höchsten auf,
der schützend auf dich niedersah in jedes Tages Lauf.
11. Die Hände, die zum Beten ruhn, die macht er stark zur Tat.
Und was der Beter Hände tun, geschieht nach seinem Rat.
12. Der Tag ist seiner Höhe nah. Nun stärke Seel und Leib,
dass, was an Segen er ersah, dir hier und dort verbleib.

6

Evangelisches Gesangbuch Nr. 457.

Probieren Sie einmal eine Woche lang aus, was passiert, wenn Sie am Mittag (12 Uhr), wenn die Arbeit gerade besonders hektisch ist und man leicht gereizter Stimmung ist, eines dieser Gebete spricht.

Studienbrief 11: Bete und arbeite!

Die Suche nach einem guten Verhältnis von Besinnung und Aktion spiegelt sich bereits in der Geschichte von Maria und Marta wider. Lesen Sie sich Lukas 10,38-42 einmal in Ruhe durch.

Folgende Fragen können vielleicht zur persönlichen Auseinandersetzung mit dieser Geschichte beitragen:

- Welche Rolle nehme ich meist ein, wenn Gäste kommen? Bin ich damit zufrieden?
- Wie empfinde ich die Antwort Jesu an Marta? Was würde ich Jesus gerne sagen?
- Was kann mir dabei helfen, zu entscheiden, was jetzt gerade „dran“ ist?
- Welche positive Bedeutung hat meine Arbeit für mein geistliches Leben?
- Welche Bedeutung hat mein Glaube für meine Arbeit?

7

Mit drei Heften für das Morgengebet, das Mittagsgebet und das Abendgebet der Diakonie Stiftung Salem kann das Innehalten im Tageslauf gestaltet werden. Lieder, Gebets- und Meditationstexte laden zu gemeinsamer Andacht oder zum persönlichen Gebet ein. Die nur für den internen Gebrauch der Diakonie Stiftung Salem bestimmten Hefte können für den persönlichen Gebrauch kostenfrei im Vorstandssekretariat bei Frau Haase bestellt werden (Tel.: 0571-88804-1105 – E-Mail: s.haase@diakonie-stiftung-salem.de).



Thema des nächsten Studienbriefs: Gemeinschaft schätzen