

# ANBETUNGSTAG

DEMOKRATIE GESTALTEN

## Liturgischer Gruß

V: Der Name des Herrn sei gepriesen.

A: Von nun an bis in Ewigkeit.

## Einleitung

V: Das Jahresthema der KMB ist „Demokratie gestalten“. Wir wollen es hereinnehmen in unser heutiges Gebet. Wie passt das mit dem Anbetungstag zusammen? Betend wenden wir uns heute an unseren einzigen, unsichtbaren Gott, symbolisiert in der geweihten Hostie in der Jesus bei und mit uns ist. Die Anbetung hat aber nicht die religiöse Erbauung zum Ziel, sie ist kein Wellnessprogramm für religiöse Seelen. Obwohl auch das zur Ruhe kommen, das Innehalten und Offenwerden im Gebet sein darf und sein soll.

Aber, das sich Annähern an den lebendigen Gott ist auch gefährlich, fordert uns heraus und stellt uns auf die Probe. Das musste auch Moses erkennen, der von seinen Begegnungen mit dem Herrn immer mit einem Rucksack voller Aufgaben zurückkam. Und diese Aufgaben betrafen das Volk Israel und waren hochpolitisch. So wie auch das Gestalten der Demokratie, gerade in Zeiten wie diesen, für uns Christen in der herausfordernden Begegnung mit unserem Gott seinen Impuls erhält. Dafür braucht es Anbetung, um in dem Chaos der Meinungen und dem Stimmengewirr heraus zu filtern, was wir in unserem Alltag umsetzen können und so fortsetzen, was uns sein Sohn vorgelebt hat.

## Meine engen Grenzen (GL 437), Strophen 1-4

V: Wir möchten euch heute die benediktinische Form der Anbetung näherbringen, wie sie Benedikt von Nursia im 6. Jahrhundert formuliert hat. Das nicht von ungefähr. Die vor 1500 Jahr verfasste Regel von Benedikt beginnt mit dem Wort „Höre ...“ Das Hören, das Zuhören ist die Grundlage für jeden Konsens und damit auch für den demokratischen Prozess. In seiner Regel kommt die Anbetung nur ein einziges Mal vor, nämlich im Kapitel über die Gastfreundschaft. Darin heißt es:

„Allen Gästen begegne man bei der Begrüßung und beim Abschied in tiefer Demut: man verneige sich, werfe sich ganz zu Boden, Christus wird in ihnen angebetet, der in Wahrheit aufgenommen wird (RB 53,6f.)“

Die Anbetung ist in der benediktinischen Spiritualität engstens mit Gastfreundschaft verbunden. Gott ist der immerzu Kommende. Im Abt kommt Gott auf den

Mönch zu, im Gast, in den Armen, in den Kranken, in den Pilgern, in den Mitbrüdern, in jeder Begegnung und jeder Situation.

## Litanei

V Beim gemeinsamen Essen am Mittagstisch zuhause

A ist auch Jesus Christus mit dabei.

V Beim Spaziergehen und Spielen mit den Kindern. A: ist auch ...

V Bei unseren Besuchen und Einladungen A: ist auch ...

V Beim Sport mit Freunden, auf der Schipiste. A: ist auch ...

V Bei den täglichen Besorgungen, beim Einkauf A: ist auch ...

V In der Arbeit, in der täglichen Routine A: ist auch ...

V Bei unseren Entscheidungen in Beziehungen und in der Arbeit A: ist auch ...

V Bei unseren Kontakten mit allem, das uns Fremd ist A: ist auch ...

## Mit dir geh ich (GL 896), Strophen 1-4

Gott ist der immerzu Kommende, der Mensch ist der immerzu Gott Suchende. Es geht dabei auch um ein konsequentes Ernstnehmen der Menschwerdung Gottes. „Das Wort ist Fleisch geworden und hat unter uns gewohnt“ (Joh 1,14). Fridolin Stier übersetzt das wörtlich: „Und Er, das Wort, ward Fleisch, zeltend unter uns.“ Das ist nicht Vergangenheit – das ist Gegenwart!

Anbetung ist zutiefst mit dem konkreten Leben verbunden. Es wäre erschreckend, Christus in der Monstranz zu suchen und ihn im Nächsten, in den Notleidenden zu übersehen. Was der große Prediger Johannes Chrysostomus (347–407) gesagt hat, muss uns auch heute zu Herzen gehen:

„Willst du den Leib des Herrn ehren? Vernachlässige ihn nicht, wenn er unbekleidet ist. Ehre ihn nicht hier im Heiligtum mit Seidenstoffen, um ihn dann draußen zu vernachlässigen, wo er Kälte und Nacktheit erleidet. Jener, der gesagt hat: ‚Dies ist mein Leib‘, ist der gleiche, der gesagt hat: ‚Ihr habt mich hungrig gesehen und mir nichts zu essen gegeben‘, und ‚Was ihr dem geringsten meiner Brüder getan habt, das habt ihr mir getan.‘ [...] Was nützt es, wenn der eucharistische Tisch überreich mit goldenen Kelchen bedeckt ist, während er Hunger leidet? Beginne damit, den Hungrigen zu sättigen, dann verziere den Altar mit dem, was übrigbleibt.“

*(Stille)*

## Psalm 24, GL 633

Dem Herrn gehört die Erde und was sie erfüllt, / der Erdkreis und seine Bewohner.

Denn er hat ihn auf Meere gegründet, / ihn über Strömen befestigt.

Wer darf hinaufziehn zum Berg des Herrn, / wer darf stehn an seiner heiligen Stätte?

Der reine Hände hat und ein lauter Herz, / der nicht betrügt und keinen Meineid schwört.

Er wird Segen empfangen vom Herrn / und Heil von Gott, seinem Helfer.

Das sind die Menschen, die nach ihm fragen, / die dein Antlitz suchen, Gott Jakobs.

Ihr Tore, hebt euch nach oben, / hebt euch, ihr uralten Pforten; / denn es kommt der König der Herrlichkeit.

Wer ist der König der Herrlichkeit? / Der Herr, stark und gewaltig, / der Herr, mächtig im Kampf.

Ihr Tore, hebt euch nach oben, / hebt euch, ihr uralten Pforten; / denn es kommt der König der Herrlichkeit.

Wer ist der König der Herrlichkeit? / Der Herr der Heerscharen, / er ist der König der Herrlichkeit.

Ehre sei dem Vater und dem Sohne / und dem heiligen Geiste,  
wie im Anfang so auch jetzt und allezeit / und in Ewigkeit. Amen.

Auch in heutiger Zeit haben wir für dieses Verständnis unseres Glaubens hervorragende Zeugnisse. Alfred Delp (1907-1945) schreibt mit gefesselten Händen in einem Brief aus dem Gefängnis:

„Das eine ist mir so klar und spürbar wie selten: die Welt ist Gottes so voll. Aus allen Poren der Dinge quillt uns dies gleichsam entgegen. Wir aber sind oft blind. Wir bleiben in den schönen und in den bösen Stunden hängen. Wir erleben sie nicht durch bis an den Brunnenpunkt, an dem sie aus Gott hervorströmen. Das gilt ... für alles Schöne und auch für das Elend. In allem will Gott Begegnung feiern und fragt und will die anbetende, liebende Antwort.“

*(Stille)*

## **Voll Vertrauen gehe ich, Strophen 1-3**

Anbetung hat zutiefst mit unserem Leben zu tun. Die heilige Mutter Teresa von Kalkutta hat der Anbetung am Morgen in der Kapelle viel Zeit gegeben. Sie bezeugt, dass es derselbe Christus ist, den sie am Morgen empfängt und verehrt und dem sie auf den Strassen in den Sterbenden begegnet. Sie schreibt:

„Wenn ich durch die Slums gehe und die dunklen Löcher betrete – dann ist dort Unser Herr wirklich immer gegenwärtig.“

Anbetung ist ein grosses Staunen vor dem Gott, der da ist, zeltend mitten unter uns. „Die Strassen, die Slums und die Schwestern sind zu Orten geworden, an denen Er Sein eigenes Leben der Liebe ganz lebt.“

*(Stille)*

## **Vater unser . . .**

### **Gedicht von Andreas Knapp**

unser Stadtviertel / ist unser Kloster / und die belebten Straßenkreuzungen / sind unser Kreuzgang / unsere Klosterwerkstätten / sind die Fabriken / und unsere Gebetszeiten / werden von der Stechuhr diktiert  
unsere Fürbitten / stehen in der Zeitung / die Probleme der Nachbarn / hören wir als Tischlesung / und ihre Lebensgeschichten / sind unsere Bibliothek / die Gesichter der Menschen / sind unsere Ikonen die wir verehren / und im leidgezeichneten Antlitz / schauen wir auf den Gekreuzigten

## **Schlussbetrachtung**

Unser Gott ist ein zuvorkommender Gott. Der Mensch ist der immerzu Gott Suchende. Diesem Geheimnis können wir letztlich nur staunend begegnen – oder mit anderen Worten: In der Anbetung. Das gilt für das ganze Leben – ob wir nun in der Kirche vor dem Tabernakel oder vor der Monstranz knien oder auf der Strasse sind. Die Welt ist Gottes so voll! Nur wenn uns das aufgeht, ist Anbetung spannend und immer neu herausfordernd – auch und gerade in den fürchterlichen Geschehnissen heute. AMEN.



Perg, am 12. Februar 2025