

Der „Gebets-Rucksack“

Ich mag Rucksäcke. Vor allem, wenn sie nicht zu groß, nicht zu klein und sinnvoll gepackt sind – mit all den „nötigen“ und „unnötigen“ Dingen, die das „Geheimnis“ eines Rucksacks ausmachen. Ich mag Rucksäcke, weil sie helfen, Lasten so zu tragen, dass man davon nicht schief wird, sondern stärker, weil sie gutes Gleichgewicht ermöglichen und die Hände freigeben: zum Händeschütteln, zum Zuwinken, zum Anpacken, zum Lesen, zum Beten.



„Einfach beten“, dazu hat Kardinal Schönborn alle Gläubigen der Erzdiözese Wien für dieses Kirchenjahr eingeladen und ermutigt. Einfach beten – als ob Beten so einfach wäre! Ich kenne mich ja: Im Trubel des Alltags habe ich mich sogar schon bei dem „Stoßgebet“ ertappt: „Lieber Gott, wenn Du wüsstest, was ich alles zu tun habe!“ Was mich immerhin dazu geführt hat, neu zu fragen, was denn Gott von mir und für mich will, und mich neu Seiner liebenden Vorsehung anzuvertrauen.

„Einfach beten“ – auf einer „Bettelwallfahrt“ zu sechst haben wir als „arm-selige“ Pilger die Menschen, die uns Herberge oder Verpflegung geschenkt haben, immer nach ihrem Vornamen gefragt. „Wozu denn?“, wollten manche wissen. „Wir möchten einfach für Sie beten. Vielleicht haben Sie ja auch ein besonderes Anliegen, das Sie uns mitgeben wollen?“ Von der Bitte ums Gebet für Angehörige bis hin zu Schweigen, während die Augen sich mit Tränen füllten, reichten diese Begegnungen mit „wildfremden“ Menschen „wie Du und ich“. Heute noch ist es wunderschön, für sie zu beten.

Beten ist – wie jede Form der Mitteilung – ganz natürlich und doch eine Kunst. Es ist Frucht der inneren Freiheit und zugleich innigste Verpflichtung – weil Beten eine Form der Liebe ist. Es braucht immer neue Anstöße, neues Einüben – aber es prägt und trägt dann auch. Beten ist zutiefst persönlich, intim – und kommt doch nie ohne Gemeinschaft aus. Beten heißt, unterwegs zu sein mit Gott und mit den Menschen: mit denen, die ich mag, und mit denen, bei denen ich „viel üben“ kann – gerade im Beten.

„Einfach beten“ – wo gibt es Hilfen dazu, Anregungen zum Weitergeben, wie können wir einander das Beten anvertrauen, wie dürfen wir es als Verantwortung übernehmen? Was könnte dazu in unserer Pfarre helfen?

Ein Rucksack ist mir in den Sinn gekommen, ein ganz besonderer: ein „Gebets-Rucksack“ – „nicht zu groß, nicht zu klein und sinnvoll gepackt ...“ Ich mag die schlichten Rucksäcke: ohne aufdringliche Werbeaufschrift; ohne Logo, durch das man „abgestempelt“ ist, oder das man irgendwann nicht mehr sehen will; aus festem Material genäht, das einiges aushält und Flecken kriegen darf; nicht virtuell, sondern echt.

Wie jeder Rucksack muss auch der „Gebets-Rucksack“ immer wieder neu gepackt werden. Dann kann er für eine Woche lang jemandem aus der Pfarre anvertraut werden – einem Kind, einem alten oder neuen Nachbarn, einer Familie, einer Studentin, einem Asylwerber, einer Bezirksrätin, einem bettlägerigen Bekannten, dem Pfarrer, der Floristin, einer IT-Spezialistin, dem Briefträger, einer nahen „Fernstehenden“ – mit der Bitte, in der kommenden Woche auch für die Pfarre zu beten, besonders für die Menschen im Pfarrgebiet, die das Gebet gerade am meisten brauchen.

Alle, denen ich vom „Gebets-Rucksack“ erzählt habe, haben voll „Entdeckerfreude“ gleich eigene Ideen beigesteuert, was sie alles hineinpacken wollen. Der wesentliche Inhalt bleibt gleich, neu dazu kommt jede Woche „frisch“, was für die Person passt, die den „Gebets-Rucksack als nächste übernimmt. Wichtigste Packempfehlung: Weniger ist mehr – Wesentliches darf nicht fehlen – eine kleine Überraschung ist immer gut!

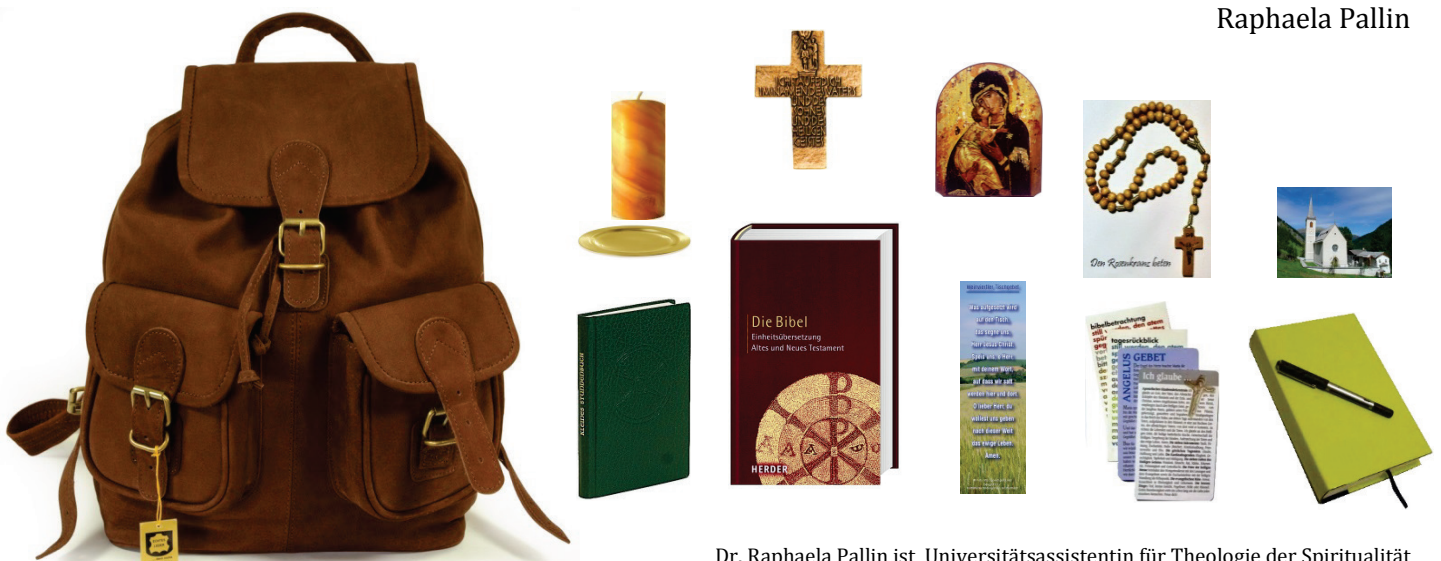
Wesentlich sind: ein Kreuz, eine Kerze samt Untersetzer (!), eine kleine Marienikone, eine Bibel, eine Karte mit Grundgebeten/Glaubensbekenntnis, ein Rosenkranz samt Anleitung, eine Tischgebetskarte, ein kleines Stundenbuch, das „Gebets-Rucksack“-Tagebuch für kurze (!) persönliche Einträge/Zeugnisse, eine Gebetskarte mit einem handschriftlichen (!) Segensgruß und mit der Bitte, in der kommenden Woche *auch* für die Menschen im Pfarrgebiet zu beten.

Zur Auswahl (!) wären zusätzlich möglich: eine Hinführung zu verschiedenen Gebetsformen; Gebete zur Zeit im Kirchenjahr, eine Pfarrgebietskarte mit Kirchen/Kapellen/Marterln; ein aktuelles Pfarrblatt; eine „Schlüssel“-Einladung zu einem Besuch in irgendeiner der bestehenden Gebetsgruppen der Pfarre; eine Übersicht über pfarrliche bzw. diözesane Gebetsgruppen/-treffen/-angebote/Anbetungszeiten; Impulse zur Anbetung; Anregungen zum Beten in der Familie, zum Beten in „schweren Zeiten“; eine Einladung zum Gespräch mit einem/r SeelsorgerIn; ein Kindergebetbuch; ein Bibelstellen-Säckchen; Papst Franziskus' Apostolisches Schreiben „Evangelii gaudium“; Hinführungen zum Gebet (Bsp.: J. Scholz/G. Erbrich, Beten ist kompliziert einfach!: Nur für Kinder; W. Herbstrith, Verweilen vor Gott: Mit Theresa von Avila, Johannes vom Kreuz und Edith Stein; Madeleine Delbrêl, Gott einen Ort sichern: Texte – Gedichte – Gebete; H. Venetz/ H.-J. Venetz, Worte bewegen. Einfach beten mit der Bibel; IZ Berufe der Kirche Dtl., Du bist bei uns alle Tage. Neue und alte Jesus-Gebete,; K. J. Wallner, Beten ist einfach. Meditationen zum Rosenkranz; ...); kurze Heiligenbiographien (Pfarrpatrone?); ein Liederbuch (Neues Gotteslob, ...); Anregungen für eine (gemeinsame) Gebetswanderung, für einen Gebetsabend oder samstägliche Laudes (und Brunch) mit Freunden; ... – der phantasievollen Auswahl sind kaum Grenzen gesetzt.

Der „Gebets-Rucksack“ wird jede Woche von der Pfarre wieder zurückgenommen und dann – mit „frischen“ Gebetskarten versehen – neu jemand anderem anvertraut, eventuell mit persönlichem Segen und der Zusage, dass die Pfarrgemeinde auch mitbetet. Ob die „Übergabe“ besser während der Woche oder am Wochenende erfolgt, hängt von der Pfarre bzw. den Personen ab, die das intelligente Neu-Packen und Übergeben/Überbringen gut und gerne übernehmen können. Natürlich sind Hinweise „erfahrener“ „Gebets-Rucksack-Pilger“ willkommen, wer aus der Nachbarschaft gerne eine der nächsten „Etappen“ übernehmen würde oder angefragt werden könnte. Nach jeweils einigen Wochen kann auch zu einem „Gebets-Rucksack-Pilgertreffen“ eingeladen werden: zu gemeinsamem Beten, zum Austausch über „Gebetsweg“-Erfahrungen und zum gemeinsamen „Weiterpilgern“.

Ich mag Rucksäcke – vor allem, wenn man mit ihnen einfach beten kann.

Raphaela Pallin



Dr. Raphaela Pallin ist Universitätsassistentin für Theologie der Spiritualität am Institut für Historische Theologie der Katholisch-Theologischen Fakultät der Universität Wien