

Dialog16-Gebet November/Dezember 2020

Fundamente des interreligiösen Dialogs –

Innehalten u. Stille zulassen können

Entzünden der Gebetskerze

Gedanken zum Einstieg

Als letztes der in diesem Jahr bei den Dialog16-Gebeten bedachten Fundamente des interreligiösen Dialogs wollen wir heute das Innehalten und die Stille in den Fokus nehmen.

Dialog ist eine den ganzen Menschen umfassende Haltung. Es geht nicht nur um die kommunikative Außenbeziehung – das Einander-Begegnen, das Miteinander ins Gespräch und ins Kooperieren Kommen –, sondern auch um ein innerliches Geschehen.

Gerade in diesem ganzheitlichen Sinn ist die Stille eine wesentliche Quelle für gut funktionierenden zwischenmenschlichen Dialog. Sie bietet auch die geistliche Chance an, sich immer wieder neu mit Gott zu verbinden und eine (innerlich) geöffnete und gelöste Person zu sein. Das Innehalten wiederum kann eingefahrene Muster unterbrechen und neue Wege des Miteinanders öffnen.

**"Zwischen Reiz und Reaktion liegt ein Raum.
In diesem Raum liegt unsere Macht zur Wahl
unserer Reaktion. In unserer Reaktion liegen
unsere Entwicklung und unsere Freiheit."**

Viktor Frankl

Meditative Musik

Gebet im Wechsel (mit Kehrvors)

V: Zwischen einem bekannten Reiz und einer darauf gesetzten gewohnten eigenen Reaktion innezuhalten, kann der Schlüssel zur Veränderung sein. Der Schlüssel dazu, sich weiter zu entwickeln und nicht in den bekannten Reaktionsmustern zu bleiben. Können wir durch Innehalten auch Handlungen unterbinden, die aus Vorurteilen zum anderen im interreligiösen Dialog bestehen?

A: (*singend*) Die Antwort darauf, ...

Die Ant - wort da - rauf, sie muss ge - fun - den
sein. Die Ant - wort muss un - ser Le - ben sein.

V: Es gibt genügend Gründe, warum man misstrauisch oder skeptisch sein kann, ob ein gutes Miteinander von Religionen gelingen kann. Über Jahrhunderte gepflegte Feinbilder und aktuell wieder aktivierte historische und ideologische Frontstellungen zählen dazu. Aber auch hier: Innehalten ... und der Freiheit gewahr werden, dass wir so nicht weitertun *müssen*. Wie können wir heraustreten aus überliefertem Hass und misstrauischen selbsterfüllenden Prophezeiungen?

A: (*singend*) Die Antwort darauf, ...

V: Innehalten bedeutet aber auch, dass wir als Menschen des Dialogs nicht auf alles gleich eine Antwort haben müssen. Vieles ist komplex und widersprüchlich bzw. lässt sich auf den ersten Blick nicht beherrschen. Wir können auch zugeben, für manches noch kein Rezept zu wissen, keine stichhaltige Auskunft geben zu können statt mit dem Brustton der Überzeugung vermeintliche Deutungshoheit zu signalisieren. Können wir das demütige Potential des Innehaltens für uns nutzen?

A: (*singend*) Die Antwort darauf, ...

Kurze Besinnung (Stille, meditative Musik)

Thematischer Input

Viele kennen Wege in die Stille aus fernöstlichen Meditationspraktiken. Aber auch das Christentum weiß um eine Reihe von Methoden, um in die Stille des innerlichen Gebets zu kommen. Dies haben christliche Mystikerinnen und Mystiker zu allen Zeiten gezeigt, eine sehr alte Tradition geht auf die sog. Wüstenväter zurück – frühchristliche Mönche, die sich seit dem 3. Jahrhundert zu Askese, Gebet und Arbeit in entlegene Wüstengebiete zurückzogen. „Hesychia“ – Ruhe, Gelassenheit, innerer Friede – war für sie als Ziel bedeutend.

Aus dieser Tradition hat sich das christliche Ruhegebet¹ entwickelt, welches in gewisser Weise alle Konfessionen eint, da es vor allen Kirchenspaltungen entstanden ist. Das Ruhegebet zeichnet sich dadurch aus, dass der Betende in der Stille auf bewusstes Denken verzichtet und abschweifende Gedanken ziehen lässt, in dem er einfache Gebetsformeln (manchmal ein einziges Wort) wiederholt. Oder anders gesagt: In den 20 Minuten, die man sich am Stück für das Ruhegebet nehmen sollte, wird die Fülle unserer Alltagsgedanken durch die strenge Armut eines einzigen Verses/Wortes Schritt für Schritt sanft reduziert und wir innerlich ruhig und frei gemacht.

>> Ich schlage vor, dass wir uns für den Anfang einmal 10 Minuten Zeit der Stille gönnen und sich jeder einen der folgenden Verse innerlich vorsagt – die Versworte müssen nicht ständig wiederholt werden, eignen sich aber dann, wann immer die Gedanken und Bilder abschweifen, um zum Fokus der Ruhe sanft zurückzufinden. Zu Beginn atmen wir tief ein- und lange aus und beginnen mit dem „stillen Uns-Vorsagen“ des Verses.

Gebetswörter zur Auswahl:

Dein Wille geschehe | Herr Jesus Christus | Herr, erbarme dich | Komm, Herr Jesus | Hab Erbarmen | Kyrie eleison | Jesus Liebe | Maranatha | Jesus, Herr | Herr Jesus | Immanuel | Jesus, du | Christos | Adonai | Jesus | Abba

¹ vgl. Dr. Peter Dyckhoff: <https://ruhegebet.de/>



Interreligiöser Dialog ist Friedenarbeit

Quelle: thruthseeker08, CC0 Creative Commons;

<https://pixabay.com/de/photos/meditation-meditieren-h%C3%A4nde-1794292/>

Gedanken zum heutigen Thema

Genauso wie Kommunikation ist auch das In-die-Stille-Gehen eine Übungssache. Beides – das Stillwerdenkönnen und ganzheitlich wahrzunehmen lernen genauso wie das Sichmitteilen und in zwischenmenschliche Begegnungskontakte Gehen – sind wesentliche Elemente für eine Haltung des gelingenden Dialogs.

Möge die Stille und auch die Gebetsform, miteinander mit Andersgläubigen im Schweigen vor Gott zu treten, eine der wesentlichen Fundamente des interreligiösen Dialogs sein.

W.B.

Stille

Raum für Fürbitten und Danksagungen im Sinne des Gebetsanliegens eines guten Miteinanders von Menschen unterschiedlicher Religionen

Schlussgebet

Allmächtiger und barmherziger Gott!
In deinem Heiligen Geist erkennen wir,
dass du uns in Jesus Christus
dein Heil für alle Menschen geschenkt hast.

Weite unser Herz,
damit wir in der Vielfalt
an Glaubens- und Lebensweisen der Menschen
die Mitte von deinem Heilswillen aufspüren können.

Gütiger und lebendiger Gott!
Segne uns und alle Menschen,
besonders jene, die hier in unserem Umfeld leben.
Schenke
ein Mehr an Glauben,
ein Mehr an Hoffnung,
ein Mehr an Liebe,
die unsere Nachbarschaft
– auch gerade mit Andersgläubigen –
tragen mögen.

Bleibe mit uns allen, ewiger Gott
Vater, Sohn, Heiliger Geist
Amen.