

# Ursprung und Sinn des Ewigen Gebets

Das Ewige Gebet ist nicht mit einem Schlag entstanden, sondern hat sich langsam entwickelt. Seit dem 10. Jahrhundert gab es ein sogenanntes 40-stündiges Gebet, das sich an der Dauer der Grabesruhe Christi orientierte. In derselben Zeitspanne wollten die Menschen eucharistische Anbetung halten. Im 16. und 17. Jahrhundert wurden diese 40 Stunden auf das ganze Jahr ausgeweitet. Unter anderem geschah dies als Antwort auf die Reformation, um die Realpräsenz Christi in den eucharistischen Gaben stärker zu unterstreichen. Seitdem existiert die heute noch übliche Praxis des Ewigen Gebets als Anbetung des Allerheiligsten in der Monstranz.

Früh wurde an der eucharistischen Anbetung jedoch auch Kritik laut. Dabei stellte sich die Frage, ob die Eucharistie, die eigentlich Speise der Gläubigen sei, hier nicht zum „Anschauungsobjekt“ werde. In den liturgischen Büchern der Kirche ist eindeutig definiert, dass sie in erster Linie Speise sei, die in der Eucharistiefeyer ihren Platz habe. Jedoch habe die Anbetung außerhalb der Messe ebenfalls ihre Berechtigung. Das Ewige Gebet soll aber stets rückgebunden sein an die Messfeier, die im Idealfall auch am Beginn der Anbetung steht.

## Sich als Gebetsgemeinschaft verstehen

Für den genauen Ablauf des Ewigen Gebets gibt es keine festen Vorschriften. Seit 1986 existiert im Erzbistum Köln lediglich die Weisung, dass einmal im Jahr in jeder Kirche, in der Eucharistie gefeiert wird, einen Tag lang eine eucharistische Anbetung stattfinden soll. Dabei gibt es in der Praxis klassischerweise Phasen der stillen Anbetung von einzelnen Gläubigen sowie Andachtsselemente, die häufig als gemeinsames Wechselgebet gestaltet sind.

Einerseits dient das Ewige Gebet dazu, das „Geheimnis des Glaubens“, das in der Messe gefeiert wird, nachklingen zu lassen – es bedingt zu reflektieren. Andererseits sollen sich die Gläubigen dabei als Gebetsgemeinschaft verstehen: in der Gemeinde, im Seelsorgebereich sowie in der gesamten Diözese. Daher existiert vielerorts – auch im Erzbistum Köln – ein Kalender, der regelt, wann das Ewige Gebet in welcher Pfarrei stattfindet. Die Idee ist die einer Flächendeckung, indem prinzipiell das Ewige Gebet über immer irgendwo im Bistum Anbetung gehalten wird. TMG

Die leeren Kirchenbänke vielerorts scheinen zu belegen, dass das Ewige Gebet in seiner klassischen Gestalt stark an Attraktivität verloren hat. Wie steht es um die Zukunft dieser Form der eucharistischen Anbetung? Welche neuen Modelle kann es geben? Tobias Glenz sprach mit Professor Dr. Alexander Saberschinsky, Liturgiereferent des Erzbistums Köln.

**K** Ist das Ewige Gebet in seiner klassischen Form noch zeitgemäß?

SABERSCHINSKY: Es ist noch zeitgemäß, wenn wir den Aspekt der Gebetsgemeinschaft in den Vordergrund stellen. Viele schlagen vielleicht die Hände über dem Kopf zusammen, wenn sie den Begriff Ewiges Gebet heute hören – von wegen: Das ist doch eine „ewiggestrige Geschichte“. Wenn man aber bedenkt, was dahinter steckt – nämlich, dass wir betende Gläubige in Gemeinschaft vor Gott sein sollen –, dann können wir nicht vom Ewigen Gebet lassen. Anders formuliert: Würden wir sagen, dass das Beten für uns keine Rolle mehr spielt, dann könnten wir als Kirche einpacken.

**K** Gut, so sollte es sein. Aber wie groß ist das Interesse am Ewigen Gebet tatsächlich noch?

SABERSCHINSKY: Es ist immer die Frage, wie ich dazu einlade. Wenn in einer Pfarrei die Vorstellung vorherrscht, dass man – salopp gesagt – eine Stunde auf den Knien rumrutschend vor dem Allerheiligsten verbringen muss, dann ist das Ewige Gebet für viele sicher unattraktiv. Wenn ich aber die Gläubigen frage „Was bewegt dich denn eigentlich ganz persönlich in deinem Leben, was du vor Gott bringen möchtest?“, dann wird es attraktiver.



Professor Alexander Saberschinsky.

**K** Haben Sie ein Beispiel?

SABERSCHINSKY: Ich denke da an das Modell „Bedburg betet“. Dort werden alle Gruppen im Seelsorgebereich – ob Jugend, Chöre oder kfd – dazu eingeladen, auf ihre je eigene Weise eine Gebetsstunde zu gestalten. Dafür gibt es eine große Bandbreite. Die Chöre haben dann zum Beispiel viele musikalische Elemente in ihrer Gebetsstunde. Zusätzlich werden die Gläubigen gefragt: Was sind eure Bitten und Anliegen, die wir in die Anbetung einbringen können? Dabei kommen immer weit über 100 Gebetsanliegen zusammen. Das bedeutet für die Gläu-



Die Anbetung des Allerheiligsten in der Monstranz steht beim Ewigen Gebet im Mittelpunkt.

bigen: Selbst wenn ich es nicht zur Anbetung in die Kirche schaffe, bin ich durch meine Bitten dennoch Teil der Gebetsgemeinschaft. Auf diese Weise kann sich eine Gemeinde ganz neu mit dem Ewigen Gebet identifizieren.

**K** Das Interesse ist also wieder da, wenn ich die Grundidee des Ewigen Gebets mit der Gebetsgemeinschaft auf neue Art umsetze?

SABERSCHINSKY: Ja. Wir bekommen aus den Seelsorgebereichen ganz oft die Rückmeldung, dass, wenn etwas Neues ausprobiert wurde, das dann zum Erfolgserlebnis geworden ist.

**K** Welche neuen Formen können das noch sein?

SABERSCHINSKY: Es gibt etwa die gute Idee eines „Stundenplans“: Eine Pfarrei teilt den Tag zum Beispiel in Viertelstunden ein. Und einzelne Gläubige sagen: Diese oder jene 15 Minuten kann ich mir Zeit nehmen zum Gebet. Sei es, dass sie wirklich zur Anbetung in die Kirche gehen oder dass sie in der Mittagspause oder im Zug oder zu Hause beten. Das motiviert die Menschen ungemein nach dem Motto: Wir haben es geschafft, den ganzen Tag zu besetzen – manchmal sogar die Nachtschicht.

**K** Gilt dieses Beten außerhalb des Kirchenraums denn noch als Ewiges Gebet?

SABERSCHINSKY: Ich würde es als eine Form verstehen, die das Ewige Gebet unterstützen und



Ewiges Gebet im Mittelpunkt. (Fotos: KNA, Glenz)

vielleicht auch wieder zu ihm hinführen kann. Das soll das klassische Ewige Gebet, das die Anbetung des Allerheiligsten und den „Kreislauf“ durch das Bistum meint, nicht ersetzen. Aber die Idee des Stundenplans lässt sich ja auch auf die reine eucharistische Anbetung übertragen. Oder man kombiniert eben beides und sagt: Einige von uns sind dann und dann zur Anbetung in der Kirche; andere beten dann und dann woanders. Man kann also bunter und vielfältiger denken als bisher und verschiedene Ebenen miteinander vernetzen. Es muss nicht alles gleich Ewiges Gebet im klassischen Sinn sein. Anbetung gibt es in vielen Formen.

**K** Wie zum Beispiel auch Nightfever?

SABERSCHINSKY: Genau. Das ist nicht das klassische Ewige Gebet, aber dort ist ja dieselbe Gebetsgemeinschaft und hält Anbetung. Elemente von Nightfever ließen sich außerdem problemlos auf das Ewige Gebet übertragen.

**K** Immer weniger Gottesdienstbesucher, Gemeindezusammenlegungen, pastorale Umstrukturierungen: Welchen Einfluss hat das auf das Ewige Gebet?

SABERSCHINSKY: Die ganze Kirche verändert sich derzeit. Da kann man nicht erwarten, dass das Ewige Gebet als Teilbereich von den Veränderungen ausgenommen ist. Die Idee, dass immer irgendwo im Bistum irgendwer Anbetung hält, lässt sich nicht mehr so leicht umsetzen

wie früher. Damals war der Kirchgang noch viel höher, sodass es überhaupt kein Problem war, dass jeden Tag irgendwo das Ewige Gebet stattfand; es hat sich quasi von alleine ergeben. Dass wir uns nun neu aufstellen, sehe ich allerdings mit Blick auf das Ewige Gebet nicht als Problem, sondern als große pastorale Chance.

**K** Inwiefern?

SABERSCHINSKY: Wir machen in unserer Kirche oft die Erfahrung, dass etwas weniger wird. Alles schwindet, verdunstet. Hier ist die Umstrukturierung eine Riesenchance: Was in der kleinen Pfarrei vielleicht nicht mehr gelungen ist, kann jetzt in der größeren Gemeinschaft des Seelsorgebereichs wieder geleistet werden. Zum Beispiel sind hier viel mehr Gruppen vorhanden, die Gebetsstunden übernehmen könnten. Da steckt also einerseits Potenzial drin, weil man mehr „Mitspieler“ hat. Man merkt, was plötzlich wieder alles möglich ist. Andererseits gilt es aber in der neuen Gemeinschaft des Seelsorgebereichs auch zusammenzuwachsen. Das gemeinsam gestaltete Ewige Gebet kann ein Ort dieses Zusammenfindens werden.

**K** Die Gestaltung des Ewigen Gebets ist Sache der jeweiligen Pfarrei. Welche Unterstützung kann das Erzbistum leisten?

SABERSCHINSKY: Wir haben zum einen eine Handreichung erstellt, die bei der Gestaltung des Ewigen Gebets hilfreich sein kann. Außerdem können wir den Seelsorgebereichen Anregungen geben, welche neuen Formen woanders gut funktionieren. Da auch das Erzbistum als Ganzes Gebetsgemeinschaft ist, bleibt das Ewige Gebet für uns ein sehr wichtiges Anliegen.

**K** Es hat also Zukunft?

SABERSCHINSKY: Wir müssen ihm eine Zukunft geben und wir müssen potenziellen Betern deutlich machen, welch ein schönes Angebot und eine Hilfe für ihr Leben es sein kann. Nicht zuletzt – angesichts immer weniger Priester: Das Ewige Gebet kann vollständig von Laien durchgeführt werden. Auch deshalb hat es hoffentlich eine Zukunft.

„Betend nah ich dir“ – Handreichung mit Impulsen zur Eucharistischen Anbetung. Bezugsadresse: Erzbistum Köln, Generalvikariat, Hauptabteilung Seelsorge, 50606 Köln. Fax: (02 21) 16 42-13 70, E-Mail: seelsorge@erzbistum-koeln.de

# Neue Formen der Anbetung im Erzbistum Köln

Bei der Suche nach neuen Modellen der eucharistischen Anbetung passiert in den Seelsorgebereichen des Erzbistums Köln schon viel. Die folgenden drei Beispiele sind nur ein kleiner Ausschnitt dessen, was bereits umgesetzt wurde und wird:

## Alternatives Ewiges Gebet

Wie viele andere setzt auch die Gemeinde St. Mauritius und Heilig Geist in Meerbusch-Büderich bei ihrem „Alternativen Ewigen Gebet“ auf die Idee eines Stundenplans: 96 mal eine Viertelstunde ergibt 24 Stunden, also genau einen Tag. So werden 96 Zettel mit jeweils einer bestimmten Zeitangabe auf eine Tafel geklebt. Die Gläubigen suchen sich dort dann „ihre“ Viertelstunde aus und sagen somit zu, in dieser Zeitspanne zu beten – ob in der Kirche oder woanders. Das Stundenplan-System ist inzwischen vielerorts in der Diözese ein Erfolgsmodell.

## Tag der Eucharistie

Auch beim „Tag der Eucharistie“, der kürzlich im Seelsorgebereich Bornheim an Rhein und Vorgebirge stattfand, wurden neue Wege der Anbetung beschritten. In einem 40-stündigen Programm wurden nach dem englischen Modell der „24-7-Sessions“ traditionelle stille Betenden und Rosenkranz unter anderem mit Gesang und Musik im Nightfever-Stil kombiniert. Ergänzend fanden Workshops und Vorträge zu den Themen Eucharistie und Anbetung statt.

## Ewiges Gebet als „Staffette“

An mehreren Orten im Bistum wurden bereits die alten Termine des Ewigen Gebets für die einzelnen Gemeinden aufgelöst und dafür ein gemeinsames Ewiges Gebet für eine gesamte Seelsorgeeinheit veranstaltet – so etwa im Düsseldorf Rheinbogen. Gleich einer „Staffette“ wird dort an zwei Tagen das Allerheiligste von Kirche zu Kirche getragen. Die jeweiligen Gebetszeiten werden individuell gestaltet. TMG

Welche neuen Formen eucharistischer Anbetung kennen Sie oder könnten Sie sich vorstellen? Schreiben Sie uns eine E-Mail: redaktion@kirchenzeitung-koeln.de.