

## Über das Gebetsleben des kirchentreuen Mannes

*Erfahrungen und Selbstzeugnisse*

Über die Frömmigkeit des heutigen Mannes zu urteilen ist nicht leicht. Oft finden wir uns schnell mit Vornurteilen ab. Bekannt ist das Schlagwort, daß die Frömmigkeit ein Vorrecht der Frau sei, daß die heutige Kirche eine Kirche der Frauen und zu feminin sei. Wer sich über das Wesen der Religion und der Frömmigkeit klar ist, weiß, daß Frömmigkeit als Gottbezogenheit kein Vorrecht eines Geschlechtes ist, daß vielmehr nur die Ausdrucksformen der Frömmigkeit eine mehr männliche oder weibliche Prägung haben können. Der Seelsorger hat im Zeitalter der Gleichberechtigung und Emanzipation der Frau oft sogar den Eindruck, daß die Frömmigkeit eher ein Vorzug des Mannes sei.

Seelsorge muß von den wahren religiösen Anliegen der Menschen ausgehen. Sie muß sich immer wieder Rechenschaft darüber geben, ob sie den Menschen die rechte Antwort auf ihre Fragen, die rechte Anleitung auf dem Wege zu Gott gibt. Es genügt nicht, die absoluten ewigen Wahrheiten in überzeitlicher Form zu sagen. Sie müssen in einer der Zeit entsprechenden Form gesagt werden. Deshalb ist es berechtigt, immer wieder die Einzelnen zu fragen, wieweit ihr religiöses Leben ihren Lebensnöten gerecht wird, welche Hilfe sie von ihren Priestern erwarten und ob die ihnen dargebotenen Hilfen genügen.

Wir haben nun vor einiger Zeit einmal eine Umfrage bezüglich des Gebetslebens des Mannes veranstaltet. Man mag zunächst darüber erschreckt sein, daß man über eine so persönliche Sache wie das Sprechen des Menschen mit seinem Gott einen Fragebogen zur Auswertung für die Allgemeinheit ausfüllen läßt. Wir sind uns auch darüber klar, daß das Gebet des Einzelnen letztlich ein Geheimnis seiner Seele bleibt. Andererseits äußert sich auch diese innerste Beziehung des Menschen zu Gott in wahrnehmbaren Vorgängen, etwa in der bewußten Gestaltung der Hl. Messe, in Volksandachten, den täglichen Gebeten usw.

Wenn wir hier über das Gebetsleben des Mannes berichten, dann nicht über das Gebetsleben des Mannes schlechthin. Es geht im folgenden um den katholischen Mann, und zwar um den kirchentreuen Mann und darüber hinaus um den apostolisch gesinnten Mann. Wir haben also unsere Befragung auf einen relativ kleinen Kreis beschränkt, konkret: auf die Mitarbeiter des Katholischen Männerwerkes Köln. Dieses umfaßt 60 Pfarrgruppen und ebensoviele Betriebsgruppen in Industriebetrieben, Verwaltungen, Banken, Versicherungen und Handelsunternehmen. Die Kern- oder Führungskreise dieser Gruppen umfassen etwa 1000 Männer, die den Willen zu einer apostolischen Aktivität haben. Von diesen tausend Männern werden 450 monatlich zu den Zusammenkünften der Obmänner und Vertrauensleute eingeladen. An diese 450 Männer wurde ein Fragebogen geschickt. 201 Männer reagierten auf diese Befragung. Man kann wohl sagen, daß die Antworten für diesen Kreis von 1000 Männern typisch sind. Aber das Kath. Männerwerk Köln ist nicht die einzige Vereinigung katholischer Männer in dieser Großstadt, in der KAB, Kolping, KKV, die verschiedenen kath. Studentenverbände und viele freie religiöse Gruppen ebenfalls weite Kreise erfassen. Wir können in dieser Stadt sicher mit einem Vielfachen an kirchentreuen und verantwortungsbewußten kath. Männern rechnen. Auf den Fragebögen wurde nur das Alter, nicht aber der Beruf und der Name angegeben, um jede Indiskretion zu vermeiden. Ganz allgemein setzt sich der Kreis der Befragten aus allen Schichten, Berufen und Altersstufen zusammen. Die Ergebnisse der Befragung sind durch die Erfahrungen des Verfassers in der Männerseelsorge ergänzt.

Interessant ist der *Anteil der verschiedenen Altersstufen*: 7 Prozent der Befragten sind zwischen 20 bis 29 Jahren, 21 Prozent zwischen 30 bis 39 Jahren, 24 Prozent zwischen 40 bis 49 Jahren, 32 Prozent zwischen 50 bis 59 Jahren, 13 Prozent zwischen 60 bis 69 Jahren, 3 Prozent über 70 Jahre.

Diese Zusammensetzung allein ist schon sehr aufschlußreich. Die religiöse „Schonzeit“ der

*jüngeren Männer* ist eine bekannte Tatsache. Sie sind durch berufliche Ausbildung, Eroberung eines Lebensberufes mit all seinen Risiken, Brautschau, Verlobungszeit, Wohnungsbeschaffung, Hochzeit, Einleben in die Ehe, Einübung des Vaterseins usw. seelisch sehr stark in Anspruch genommen. In diesen Jahren dominieren im Leben des jungen Mannes Beruf, Frau, Kind, so daß notwendig die religiöse Reflexion zurücktritt. Selbst wenn diese Schicht an der religiösen Praxis festhält, so bleibt doch wenig Zeit für ein praktisches Apostolat. Wenn man das berücksichtigt, ist der Anteil von 7 Prozent noch günstig zu beurteilen.

*Der Mann zwischen 30 und 40* hat für gewöhnlich eine Lebensposition erlangt. Sein eheliches Leben hat sich eingespielt und eine gewisse Ernüchterung ist eingetreten. Der Mann hat seinen Entfaltungsraum gewonnen, der ihm auch zum Teil — mehr oder minder gern — von der Frau eingeräumt wird. Letzteres ist von großer Bedeutung. Die moderne Frau verzichtet nicht ohne weiteres am Abend oder am Sonntag auf ihren Mann. Häufig ist eine apostolische Betätigung gutmeinender Männer wegen häuslicher Schwierigkeiten nicht möglich. Immerhin gehören 21 Prozent der Befragten dieser Schicht an.

*In den Jahren zwischen 40 bis 49* hat sich die berufliche Position gefestigt. Man ist an seine Grenzen gekommen und weiß, was geht und was nicht geht. Die Arbeit ist weitgehend zur Routine, die Ehe zum selbstverständlichen Zusammenleben geworden. Eine gewisse Desillusionierung der innerweltlichen Werte setzt ein. Viele Dinge, die man noch zehn Jahre vorher mit brennendem Ehrgeiz erstrebte, werden fragwürdig. Die Besten besinnen sich auf das Wesentliche und fühlen sich für das Reich Gottes, für das, was bleibt und die Zeit überdauert, mitverantwortlich. 24 Prozent der an der Rundfrage beteiligten Männer zählen zu dieser Altersschicht.

*In den Jahren zwischen 50 bis 60* beginnt der Mensch auf das Erreichte zurückzuschauen. Das Stadium der religiösen Reflexion setzt verstärkt ein. Man sieht auf das Erreichte, aber auch auf das, was zwar erstrebgt, aber durch eigenes Versagen nicht erreicht wurde. Enttäuschungen müssen religiös überwunden, die Lebensschuld vor Gott getragen werden. Die Triebwelt: Liebe, Macht, Ehre usw. wird schwächer. Man erkennt, was man wieder gutzumachen hat. Manche wollen in dieser Zeit durch vermehrte religiöse Leistung vor Gott einen Ausgleich für ihre Fehlleistungen schaffen. Andere suchen nach größerer Stille und mehr Besinnung. Zugleich beginnt die körperliche Spannkraft nachzulassen. Der Gedanke an die ewige Geborgenheit, die einem keiner mehr nehmen kann, drängt sich in zunehmendem Maße auf. Bei Männern dieser Jahre tritt häufig ein radikaler Wandel von einem völlig liberalen zu einem bewußt aktiven Katholizismus ein. Diese Schicht ist darum am stärksten, mit 32 Prozent, beteiligt.

*Für die Jahre zwischen 60 bis 70* sinkt der Anteil auffällig auf 13 Prozent herab. Ein Teil der bisher aktiven Männer ist gestorben. Andere sind körperlich geschwächt und können sich keine zusätzlichen Anstrengungen mehr zumuten. Trotzdem sollte man aber diese Altersschicht in ihrer Frömmigkeit und ihrem apostolischen Einsatz nicht geringschätzen. Bei vielen finden wir die Weisheit und Abgeklärtheit des Alters. Manche suchen nach ihrer Pensionierung eine Tätigkeit, die sie ausfüllt. Männer dieses Alters sind für viele Gemeinden und apostolische Werke unentbehrlich.

Der prozentuale Anteil der über 70jährigen ist naturgemäß sehr klein. Er sinkt auf 3 Prozent.

### *Wie stehen diese Männer im allgemeinen zum Gebet?*

Von 201 Männern behaupten 196, daß sie aus innerem Bedürfnis heraus beten. 5 beten nur aus Pflicht und nicht aus Bedürfnis. 43 erklären, daß ihnen das Beten schwerfalle, 158 fällt es leicht. 156 klagen über Schwierigkeiten, sich beim Beten zu konzentrieren, 45 haben keine solche Schwierigkeiten. 193 empfinden das Gebet als eine Hilfe im alltäglichen Leben, 8 haben diese Empfindung nicht. 184 betonen, daß sie ein ausdrückliches Verlangen nach stillen Stunden religiöser Besinnung hätten, 17 verneinen das.

Als Schwierigkeiten für das Gebetsleben werden folgende angegeben:

a) *Mangel an Konzentration und Zeit.*

Wir zitieren wörtlich: „Das persönliche Gebet kommt am Abend gewöhnlich wegen Übermüdung zu kurz.“ „Nach schweren Arbeitstagen fällt die Konzentration schwer.“

*b) Es fehlt an der Disposition zum Gebet.*

„Feststeht, daß das innere Bedürfnis oft fehlt. Vielleicht ist die Ablenkung durch den Ruf daran schuld. Der ganze innere Mensch muß oft mit Gewalt Gott zugewandt werden.“ „Beten fällt mir leicht in Zeiten der Bedrängnis, bei innerlicher oder äußerer Not.“ „Ich finde nicht immer den richtigen Kontakt und die richtigen Worte.“ „Es kommt auf das jeweilige Gebet und die Stimmung und Situation an.“

*c) Schuldgefühle.*

„Schwere Sünden aus der Jugendzeit.“ „Ist meine Ehe als gut zu bezeichnen?“ „Skrupeln.“ „Schwierigkeit der Überwindung des immer neuen Schuldgefühls.“

*d) Mangelnde Fähigkeit und Anleitung zum Gebet.*

„Es (das Gebet) fällt mir schwer, weil ich zum geordneten Wortgebet keine Lust habe und mir die Gebetsformen lästig sind. Das Gedankengebet ist zu dürfig. Es gibt mir nichts, woran meine Begeisterung entzündet würde.“ „Ich finde nicht immer den richtigen Kontakt und die richtigen Worte.“ „Das gedankliche Beten fällt mir schwer.“ „Manchmal sind die Gebete zu bekannt.“

Es ist erstaunlich, daß fast alle ein inneres Bedürfnis nach Gebet haben. Auch von denen, die dieses unreflektierte Bedürfnis nicht haben, wird die Notwendigkeit des Betens empfunden. Und selbst wenn sie es nur aus Pflicht tun, so heißt das doch, daß sie sich einem Höheren verpflichtet wissen. Es geht ja um das metaphysische Bedürfnis und nicht nur um die Befriedigung eines Gefühls. Das Bewußtsein einer letzten Abhängigkeit von Gott und einer letzten Hilflosigkeit im Blick auf sich selbst ist irgendwie bei allen lebendig. Und eben dieses Bewußtsein ist die Urform oder die Urquelle des Gebetes. Für die allermeisten ist das Gebet einfach eine Lebensnotwendigkeit und eine Hilfe in der Bewältigung des Alltags.

Mehr als  $\frac{3}{4}$  der Befragten fällt das Gebet sogar leicht. Bei den übrigen sind die Gründe verständlich, die das Gebet erschweren. Wer von der Tagesarbeit ermüdet ist, bringt die Kraft zu innerer Sammlung kaum auf. Das gilt nicht nur von der Sammlung zum Gebet, sondern auch von jeder anderen. Aus den geäußerten Schwierigkeiten ergibt sich aber auch, daß es sehr häufig an der rechten Auffassung vom Gebet fehlt. Ein Teil weiß nicht, daß Gebet ganz elementar darin besteht, daß sich der Mensch in seiner konkreten Lebenssituation vor das Angesicht Gottes begibt. Nicht gegen seine Skrupeln und Schuldgefühle und Müdigkeit, sondern mit alledem. Wenn man das Gebet als eine objektive Norm auffaßt, die abgeleistet werden muß, sind selbstverständlich die Konzentrationsschwierigkeiten sehr groß, weil das, was man sich abfordert, oft gar nicht der augenblicklichen Lage entspricht. Es gilt eben sein ganzes Elend mit in das Gebet hereinzunehmen und in seiner ganzen Lebensangst vor seinen Schöpfer und Vater zu treten. Hinter den Schwierigkeiten stecken zumeist falsche Auffassungen vom Gebet. Die Klagen dieser Gutwilligen, die ja alle beten und beten wollen, sind zugleich Anklagen gegen die, die ihnen nicht die notwendige Anleitung zum Gebet gegeben haben. Bedenken wir, daß 184 ausdrücklich nach stillen Stunden der Besinnung und des Gebetes verlangen.

*Selbstgespräche und Gebet*

Wie stark diese Männer in der Auseinandersetzung mit Gott stehen, geht daraus hervor, daß 131 angeben, daß sie Selbstgespräche führen. Das Selbstgespräch, bei dem sich der Mensch überrascht, ist die Unterhaltung mit einem imaginären Du. Und dieses imaginäre Du ist der unbekannte Gott, mit dem man ganz spontan ringt. Der Mensch führt Selbstgespräche, wenn er sich in einer Situation befindet, mit der er nicht ganz fertig wird, in der er mit sich hadert. Das heißt, er will nicht das sein, was er ist, er will sich nicht in die Situation fügen, in die ihn ein Höherer gestellt hat. Das hadernde Selbstgespräch ist der geheime Aufstand gegen den Gott, der uns in unserer Konkretheit gewollt hat. Es handelt sich hier um das geheime Ringen des Menschen mit dem immer mächtigeren Gott. Wie nah ist der Schritt vom Selbstgespräch zum Gebet, wenn der Mensch sich nur bewußt wird, daß sein scheinbar imaginärer Gesprächspartner in Wirklichkeit der angeklagte Gott ist. Hier erschließen sich hervorragende Zugänge zu einem wirklichen, wir würden heute sagen, existentiellen Beten. Nur muß man die Menschen auf diese Möglichkeit hinweisen.

*Wann und für wen betet man?*

Wie groß das Bedürfnis zu einer Aussprache mit Gott im Alltag ist, zeigt die Beantwortung der Frage, ob man tagsüber in eine Kirche gehe. 178 Männer tun es. Das ist doch nicht nur ein äußerer Gang, sondern ein Gang zu Christus, der im Tabernakel gegenwärtig ist, den man als Freund besucht, dem man die alltäglichen Anliegen vorträgt.

Selbstverständlich beten alle für ihre Familie. 99 beten sogar für ihren Chef. Oder sollten wir zugleich sagen, 102 beten nicht für ihren Chef? Das würde bedeuten, daß die Arbeitswelt bei der Hälfte der Befragten nicht in das Gebetsleben einbezogen ist und außerhalb des gottbezogenen Raumes steht. Macht uns das nicht auf einen Mißstand in unserer Alltagsaszese aufmerksam, daß allzuviel die Arbeitswelt nicht religiös durchdrungen haben? Irgendwie ist doch der Chef Repräsentant des Betriebs und der Arbeitswelt. Wir besitzen heute eine umfangreiche nichtchristliche Literatur über die menschlichen Beziehungen im Betrieb. Man hat den Menschen im Betrieb entdeckt. Aber wir Christen haben ihn noch nicht genügend entdeckt. Es fehlt eine Betriebsaszese. Der Betrieb wird als ein notwendiges Übel empfunden, in dem man seine Stunden ableistet, um dann in der Freizeit Mensch zu sein. Für die Familienmitglieder fühlen sich alle verantwortlich, aber nicht für die Arbeitskollegen.

172 geben an, vor der Reise zu beten. Allmählich scheint das Bewußtsein der Verantwortung für den Verkehr zu wachsen.

*Sind sie immer mit Gott zufrieden?*

Gebet setzt voraus, daß man mit Gott eins ist. Oder wenigstens, daß man mit Gott eins werden will. Die theologische Fragwürdigkeit dieser Frage ist vielen klar. „Ob Gott mit mir zufrieden ist, lautet die Frage. Leider bin ich oft mißmutig!“ „Diese Frage ist überflüssig. Wer an Gott glaubt, muß mit ihm zufrieden sein.“ „Das Gegenteil wäre Anmaßung.“ „Das Verhältnis Gott—Mensch erlaubt die Frage nicht.“ „Wir haben keine Kritik zu üben.“ „Die Frage ist nicht zu beantworten.“

176 geben an, daß sie immer mit Gott zufrieden sind. 25 sind nicht immer mit Gott zufrieden. Aber das Gebet ist ja die Möglichkeit, sich allmählich unter Gottes Willen zu beugen und zu seinem Schicksal ja zu sagen. So meinen manche: „Mit meinem Schicksal bin ich nicht zufrieden.“ „Ist das nicht Unzufriedenheit, wenn wir in unserer geistigen Kurzsichtigkeit Gottes Wege nicht erkennen können?“ „Gott will uns ganz glücklich machen. Deshalb dürfen wir nicht unzufrieden sein, wenn wir jetzt seine Wege nicht kennen.“ „Zu oft bemerke ich, daß es schlechten Menschen gut geht. Es ist schwer, alles nur auf das Jenseits abzustellen. Eine gewisse Bestätigung erhofft man schon auf Erden.“ „Bei schweren Schicksals-schlägen frage ich: Warum gerade ich?“ „Ich bin nicht immer zufrieden, weil ich den Willen Gottes nicht immer recht erkennen kann. Man muß wohl heilig sein, wenn man zu allem ja sagen kann.“ „Bei auftretenden Härten bin ich unzufrieden. Es sind Prüfungen, die zum Aufmerken mahnen.“ Diese Bemerkungen bedeuten eigentlich keine letzte Unzufriedenheit mit Gott, der ja von allen als unantastbar angesehen wird, sondern vielmehr eine Unzufriedenheit mit sich selbst, weil man noch nicht so weit ist, sich in Gottes Fügungen zu schicken, oder weil man Gottes Wege nicht durchschaut. Dieses Halbdunkel, diese Ungewißheit und ein solches Mit-sich-nicht-klar-kommen gehört mit zum christlichen Leben und zum Pilgerstand. Hier liegt bei vielen eine gewisse Unkenntnis vor. Sie meinen, als guter Christ müßte man sich mühe los mit allem abfinden können, und Gottes Wille müßte immer ohne weiteres einsichtig sein. Letzteres ist aber nicht der Fall. Auch die Heiligen haben oft jahrelang gerungen, um zu erkennen, was Gott gerade von ihnen wollte. Wenn sie auch grundsätzlich nicht an Gottes Vorsehung zweifelten, wenn sie sich auch in der tiefsten Schicht ihrer Seele mit Gott eins wußten, so mußten sie doch vor ihm in ständigem Gespräch immer wieder erfragen, was in ihrer Lebenssituation sein Wille und Auftrag sei.

*Glaubenszweifel*

Eng mit der vorigen Frage verwandt ist die Frage nach den Glaubenszweifeln. 152 der befragten Männer leiden im eigentlichen Sinne nicht unter Glaubenszweifeln. 49 haben hier und da solche. „Nicht grundsätzlich, aber in manchen Dingen.“ „Früher ja, heute Klarheit.“ „In den letzten Lebensjahren. Vielleicht die Erlebnisse und Folgen des Krieges.“ „Ich habe mich durch manches hindurchgerungen.“ — Auch hier gilt es den Zweifelnden immer wieder zu sagen, daß die Erde noch nicht der Himmel ist, daß der Pilgerstand ein Wandern durch das Halbdunkel des Glaubens zum Lichte der Ewigkeit ist.

*Welche Gebete werden verrichtet?*

189 Männer haben darauf eine detaillierte Antwort gegeben. 97 von ihnen beten morgens, mittags und abends noch ihre Kindergebete, wie z.B.: „Müde bin ich, geh zur Ruh“, „O Gott, du hast in dieser Nacht“, „Bevor ich mich zur Ruh begebe“, „Hl. Schutzen Engel mein“, „Alles meinem Gott zu Ehren“ usw. Die Verse der Luise Hensel sind in unserem Volke lebendiger, als wir glauben. In einigen Fällen wird angegeben, daß man diese Gebete zusammen mit den Kindern bete.

Man mag sich über ein solches Ergebnis wundern. Handelt es sich doch um aktiv katholische Männer. Aber man macht es sich doch zu leicht, wollte man darauf hin auf die Primitivität des Betens dieser Männer schließen und einfach sagen, ihre Religiosität sei auf der Kinderstufe stehen geblieben. In einem seelsorglichen Arbeitskreis bemerkte dazu ein Prälat, daß auch er noch das Gebet: „Bevor ich mich zur Ruh begebe“ bete und daß darin ja die großen Anliegen des Christen enthalten seien, so daß der Mann seine persönlichen Gebetsanliegen durchaus in diese ihm seit seiner Kindheit vertraute Form hineinlegen könne. Hinzu kommt, daß Beten ja das Sprechen des Kindes Gottes mit seinem Vater im Himmel ist, und daß eine Kindlichkeit der Form irgendwie allem Gebet eigen sein muß. Weiter darf man nicht vergessen, daß wir Menschen gewisse Formen brauchen, um unsere kindlichen Gefühle Gott gegenüber zum Ausdruck zu bringen. Ob dieser Ausdruck dann immer unserer inneren Haltung und Gesinnung entspricht, ist eine andere Sache. Wir brauchen sogar feststehende Formeln, weil wir nicht stets imstande sind, in immer neuen ädaquaten Formen unsere Liebe zu äußern. Andererseits sollte man aber auch nicht übersehen, daß viele Männer mit zunehmendem Alter religiös nicht mitwachsen und in ihrer religiösen Ausdrucksfähigkeit auf einer kindlichen Stufe stehen bleiben. Die Frage ist, ob es hier nicht oft an der rechten Erziehung zum Beten gefehlt hat.

Aber wie immer es auch sei, jedenfalls werden wir auf die große Bedeutung der kindlichen Gebete hingewiesen. Wenn es sonst gilt, daß gerade die charakterliche Formung des Menschen in den ersten Lebensjahren von größter Bedeutung ist, dann gilt das ebenso vom Gebetsleben der Kindheit. Kindergebete müßten also einerseits so einfach sein, daß sie vom Kinde innerlich vollzogen werden, andererseits so tief, daß sie ein Leben lang die Hülle und Form sein können, in denen der Mensch seine wahren menschlichen Anliegen birgt.

Nur 29 Männer geben an, daß sie morgens und abends in freier Form mit Gott sprechen und sich nicht fester Formeln bedienen. 15 erwähnen, daß sie sowohl feste Formeln wie freiformulierte Gebete sprechen. 25 bedienen sich des „Vater unser“ und des „Gegrüßet seist du Maria“ als einziger Gebete. Natürlich gehören diese beiden Gebete zum eisernen Bestand des Gebetslebens bei allen. Zwölf bedienen sich liturgischer Morgen-, Abend- und Tischgebete. Einige davon beten Psalmen und erwähnen den deutschen Psalter von Guardini. Zwei benutzen das Familienbrevier von Kunkel. Einige benutzen kirchliche Hymnen. 5 beten die täglichen Gebete nach dem Diözesangebetbuch und einer aus dem Gebetbuch „Männer sprechen mit Gott“. Einer orientiert sich an Kl. Tilman: „Täglich beten, aber wie?“ Zwei wechseln nach den Zeiten und Tagen des Kirchenjahres, einer betet nur in Form von Kurzgebeten. 13 geben gar nichts an. 151 beten auch über Tag hier und da Stoßgebete, die übrigens nicht.

Erstaunlich ist, mit welcher Treue von dieser Männersschicht die „täglichen Gebete“ regel-

mäßig verrichtet werden, obschon ihnen das kein strenges Gebot, das unter Sünde verpflichtet, sondern nur ein erzieherischer Rat der Kirche abverlangt. 182 verrichten regelmäßig ihr Morgengebet, 19 nicht. 185 beten regelmäßig ihr Abendgebet, 16 nicht. 183 beten regelmäßig zu Tisch, 18 nicht. Eine Gewissenserforschung machen täglich 77, 124 nicht. Natürlich muß man vorsichtig sein, wenn man den anderen keine moralische Wachheit nachsagen wollte. Es gibt Menschen, die auch ohne bestimmte Zeit für die Gewissenserforschung in einem wachen sittlichen Bewußtsein leben und wie selbstverständlich auch während des Tages Akte der Erforschung, der Reue und des Vorsatzes setzen. Im übrigen ist in den meisten Abendgebeten eine kurze Gewissenserforschung und ein Akt der Reue enthalten.

### *Das Gebet während der Hl. Messe*

Es wurde zunächst die Frage gestellt, welcher Meßform, ob der Betsingmesse, der reinen Singmesse oder der stillen Messe man den Vorzug gebe. (Man muß bei der Antwort berücksichtigen, daß in den meisten Kirchen Kölns sonntags fast nur die Form der Betsingmesse = Gemeinschaftsmesse mit Liedern zu Beginn, zur Opferung, eventuell zum Sanktus und zum Schluß, üblich ist.) 71 geben der Betsingmesse, 30 der Singmesse und 48 der stillen Messe den Vorzug. Die übrigen wünschen eine Abwechslung zwischen zwei oder mehreren Formen.

Es verdient festgehalten zu werden, daß 89 entweder nur oder doch auch eine stille Messe wünschen und daß 129 auch andere Meßformen als nur die Betsingmesse wünschen. Das Verlangen nach der stillen Hl. Messe ist das Verlangen nach der Stille bei der Hl. Messe. Von einigen wird das besonders betont: „Die stille Hl. Messe gibt mehr Raum zur Sammlung und zum persönlichen Gebet.“ „Beim Kommunionempfang habe ich lieber die stille Hl. Messe.“ „Laßt Raum für das stille Gebet!“ „Nach Wandlung und Kommunion sollte die Einkehr nicht gestört werden“. Hier liegt ein echtes Anliegen vor. Man will den sonntäglichen Gottesdienst nicht nur als offiziellen Gemeinschaftsempfang bei Gott. Man möchte sich auch als Einzelner in der Gemeinschaft behaupten.

Ein zweites Anliegen ist ein größerer Wechsel in der Meßgestaltung. Von vielen wird die Routine und Mechanik der Meßfeier beanstandet. Nach dem Hochamt war nicht besonders gefragt. Nur zwei berichten von ihrer Sympathie für das Choralamt. Wie stark das Verlangen nach Stille und persönlichem Gebet bei der Meßopferfeier ist, geht daraus hervor, daß 190 Männer die Frage, ob sie auch still für sich in der Hl. Messe beten, mit ja beantworten und nur 11 mit nein. Von diesen 11 sind 8 zwischen 20 bis 30 Jahren und 3 zwischen 30 bis 40 Jahren. In den höheren Altersstufen beten alle auch still für sich in der Hl. Messe. Das Verlangen nach persönlichem Gebet in der Messe kommt auch in der Beantwortung der Frage zum Ausdruck, ob man eine persönliche Danksagung nach der Hl. Messe mache. 195 Männer halten eine persönliche Danksagung, 6 nicht. Tragen wir dieser Tatsache in unserer Meßgestaltung Rechnung?

### *Der Rosenkranz*

Es ist erstaunlich, wie viele von diesen Männern den Rosenkranz beten. 138 beten ihn, die übrigen nicht. Und zwar ist das Rosenkranzgebet nicht nur auf die Älteren beschränkt, sondern zieht sich fast in gleicher Stärke durch alle Altersstufen. Gemeinsam zu Hause wird der Rosenkranz von 106 gebetet. Regelmäßig von 21, hier und da von den übrigen. Der Rosenkranz ist also noch ein wirklich beliebtes Volksgebet.

83 Männer haben die Motive angegeben, derentwegen sie den Rosenkranz beten. Der größte Teil macht auf die beruhigende und kräftigende Wirkung dieses Gebetes aufmerksam: „Sammlung, Ruhe, Selbstvertrauen, Trost.“ „Trost, innere Zufriedenheit, Geborgenheitsgefühl.“ „Ein Medium zur Konzentration. Innere Einkehr.“ „Innere Beruhigung, Gefühl eines guten Gesprächspartners, der mich anhört.“ „Eine sonst nie gekannte innere Ruhe.“ „Ausdauer und auch Konzentration.“ „Entspannung, Beruhigung, Geduld.“ „Ist mir ein Bedürfnis, ist ein Zeitvertreib.“ „Leicht ohne Konzentration zu beten.“ „Beruhigende Wirkung, die sich dem ganzen Menschen mitteilt.“ „Auf dem Weg zum Dienst. Im Dienst

gute Stimmung, Aufgeschlossenheit, Fröhlichkeit.“ „Friede, Ruhe, man wird leichter mit den Gegebenheiten des Alltags fertig.“ Das sind die wesentlichen Antworten, die sich mehrfach wiederholen.

Eine andere Gruppe liebt den Rosenkranz als gute Betrachtungsmöglichkeit des Lebens Jesu und Mariens wie der Geheimnisse unseres Glaubens. Wir zitieren wieder: „Er führt die geschichtliche Realität Jesu und die Wirklichkeit Gottes vor Augen.“ „Er hilft Leben, Leiden, Sterben und Auferstehung unseres Herrn immer besser kennen zu lernen.“ „Bei Betrachtungen an Kartagen, in der Adventszeit und im Maimonat.“ „Damit wir den Glaubenswahrheiten im Alltag näher kommen.“ „Anleitung zum betrachtenden Gebet in nicht ausfüllten Wartezeiten.“

Eine dritte Gruppe betet den Rosenkranz wegen der Verheißungen, die auf Grund der Botschaften von Lourdes, Fatima und Banneux an dieses Gebet geknüpft sind. „Friede und Bekehrung Rußlands auf Grund der Verheißungen von Fatima.“

Eine vierte Gruppe fühlt sich zum Rosenkranz auf Grund eines Versprechens oder eines Gelübdes oder wegen der Mitgliedschaft in der MC verpflichtet.

Auch diejenigen, die den Rosenkranz ablehnen — es sind 41 —, haben ihre Gründe dafür zum Ausdruck gebracht. Die meisten finden das Rosenkranzgebet als zu eintönig und zu langweilig. „Warum soll das wiederholte Ave Maria z. B. zum Leiden Jesu Beziehungen schaffen?“ „Bloßes Herunterleiern.“ „Betmühle.“ Andere klagen über Konzentrationsmangel. „Zu lang.“ „Bis zehn zu zählen bringe ich nicht fertig.“ Wieder andere erklären, daß sie keine innere Beziehung zum Rosenkranz hätten, und daß er ihnen wesensfremd sei.

### *Der Kreuzweg*

So sehr das Rosenkranzgebet geschätzt wird, so sehr scheint der Kreuzweg als Volksgebet zu verschwinden. Nur 56 Männer gehen den Kreuzweg. Die meisten selten, kaum einer regelmäßig, gelegentlich auch gemeinschaftlich bei Andachten und Wallfahrten.

Welche Gründe werden dafür angegeben, daß man den Kreuzweg nicht mehr betet? 24 schreiben, daß sie keine Zeit für ein so langes Gebet hätten. 26 geben an, daß sie weder Bedürfnis noch Interesse am Kreuzweg hätten. Die innere Beziehung oder die rechte Einführung fehlt ihnen. Manche bezeichnen es als Faulheit oder Gedankenlosigkeit. Ein Konvertit: „Ich weiß nichts davon. Ich bin Konvertit in einer Massenkirche.“ Ein anderer Konvertit: „Mangel an Einleben in diese Gebete.“ 9 führen die männliche Scham an, sich in der Kirche als Beter bloßzustellen: „Ich ziehe Erbauung im stillen Gebet am Platz vor.“ „Ich falle ungern auf.“ „Zu auffällig.“ „Ich finde Gehen von Station zu Station störend.“ „Man geht als Einzelgänger in der Kirche herum.“ „Das Allein-Herumgehen in der Kirche ist mir unangenehm.“ „Man ist nicht allein.“ Andere sind der Auffassung, es wären keine Stationen in der Kirche oder die vorhandenen regten nicht an. Manche moderne Künstler (die wahrscheinlich den Kreuzweg nie gegangen sind) wissen nicht, daß der Kreuzweg eben ein Weg ist, daß man deshalb die Stationen nicht nebeneinander hängen darf. „Es fehlen in unserer Kirche Stationen, die über den ganzen Kirchenraum verteilt sind. Bei uns sind 14 Glasfenster als Stationen auf 2×4 m angebracht.“ „Die Bilder sind nicht erbauend.“ „Geeignete Bilder, an die man seine Gedanken anknüpfen kann, sind nicht häufig.“

23 machen Angaben, warum sie den Kreuzweg gehen. „Weil mich die bildliche Darstellung eindrucksvoller und schneller bewegt.“ „Dankbarkeit oder Buße“. „Als besonderes Opfer.“ „Als Betrachtung.“ „Um das Leiden des Herrn zu betrachten und mein Leben unter das Kreuz zu stellen.“ „Um mit Christus das Kreuz zu tragen.“ „Zur Sühne für begangene Fehler und Unterlassungen.“

### *Der Engel des Herrn*

117 von 201 Männern beten den Engel des Herrn. Das ist ein hoher Prozentsatz. 23 erwähnen dabei, daß sie ihn manchmal oder selten beten. Mehrere weisen darauf hin, daß sie durch das Glockengeläut daran erinnert werden.

### Lesen geistlicher Schriften und Bücher

139 bejahen diese Frage, die übrigen verneinen sie. An Zeitschriften werden angegeben: Feuerreiter, Mann in der Zeit, Stadt Gottes, Missionsschriften, Kirchenzeitung usw. 21 geben an, daß sie in der Hl. Schrift lesen. Im übrigen wird kein Buch angegeben, das häufiger als 2—3mal insgesamt genannt wird. Daraus sieht man, daß wir zu wenig geeignete Literatur für das religiöse Leben jener Laien haben, die den ganzen Tag in den Beruf eingespannt sind und zu wenig Kraft und Muße für anspruchsvolle Bücher haben. Es fehlen die guten religiösen Volksschriften. Es fehlt eine gediegene Hauspostille, die in jedem Haus zu finden wäre. Ebenso werden religiös-lebenskundliche Bücher vermißt, die eine schlichte Laienaszese bieten, wie im vorigen Jahrhundert die Bücher von Tilmann Pesch SJ und Albert Maria Weiß OP, die sehr große Auflagen erlebten.

Man sollte nicht sagen, solche Bücher würden keine Käufer finden. Gebetbücher wie „Männer sprechen mit Gott“ beweisen das Gegenteil. Man hat manchmal den Eindruck, daß die Lektoren vieler Verlage sich nur einer intellektuell hochstehenden Schicht gegenüber verpflichtet fühlen und allem, was die Glaubenswahrheiten und die christliche Ethik in einfacher, nüchternen, dem heutigen Menschen angepaßter Sprache verkündet, ablehnend oder geringschätzig gegenüberstehen.

### Was mißfällt am Gebetsleben der Kirche? Was wünscht man?

89 haben zu dieser Frage nichts vorgebracht oder nur Positives zu sagen. Die Kritik und Wünsche der übrigen lassen sich unter folgende drei Gesichtspunkte einordnen:

a) Bei den meisten wird der *Wunsch nach persönlichem Gebet*, nach größerer Stille und ein Verlangen nach Innerlichkeit laut: „Es ist oft ‚kulturelles Getue‘ und Propagandagerede und kein Reden des Menschen mit seinem Gott.“ „Man sollte nicht beten, damit die Menschen es hören, sondern damit Gott es hört.“ „Das Beten wird in der Kirche oft als künstlerische Ausdrucksform empfunden. (Ich will damit nicht dem primitiven Kindergebet das Wort reden.) Aber das Gebet wird durch die gebildete Form unglaublich. Es entsteht eine Diskrepanz zwischen Wort und innerer Haltung. Das Gebet wirkt wie Theater.“ Man wünscht „bewußtes Beten durch vorbildliche Übung und Anleitung des Geistlichen“. „Mehr stille Messen und damit selbständiges Reden mit Gott. Das Gebet ist zu formal.“ „Stille zwischen Präfation und Pater noster“. „Während des Kanons muß Ruhe sein.“ „Gegen das mechanische und abgeleitete Beten ohne persönliche Worte. Die Seele sollte mehr zum Sprechen kommen.“ „Die Gebetserziehung ist zu rückständig und nicht zeitnah“. „Nach der Messe mehr Zeit zum stillen Beten.“ „In der Gemeinschaftsmesse kommt man zu keinem eigenen Gedanken.“ „Mangelnde Anleitung zum freien Gebet.“ „Mehr Zeit zum persönlichen Gebet.“ „Die vielen Gemeinschaftsmessen mißfallen. Mehr stille Hl. Messen.“ „Bei Anbetungsstunden mehr Zeit, um mit Gott zu sprechen.“ „Anleitung zur persönlichen Aussprache mit Gott.“ „Auch sonntags müssen stille Hl. Messen sein. Zuviel Formeln. Zuwenig Intuition.“ „Zu uniform gewordenes Gemeinschaftsgebet (aufstehen, knien ...).“ „Erziehung zum individuellen Beten, zum eigenen Gespräch mit Gott.“ „Auflockerung des Gebets durch Be trachtungen.“ „Anleitung zur persönlichen Betrachtung.“ „Während der Messe keine Möglichkeit zum persönlichen Beten.“ „Mehr Anleitung zur persönlichen Gestaltung der Festkreise.“ „Mir mißfällt Gebet nach Schema.“ „Man sollte sich still mit Gott unterhalten lernen.“ „Mehr Stille für persönliches Gebet in der Hl. Messe.“ „Zu sehr Schablone.“ „Man hat soviel zu beten, daß man in der Gemeinschaftsmesse nicht fertig wird.“ „Zu wenig Zeit für Danksagung.“ „Nicht soviel vorbeteten, mehr Gelegenheit zum persönlichen Gebet.“ „Zuviel liturgischer Zwang. Zuwenig persönliche Entfaltung.“ „Mehr Erziehung zum selbständigen Beten.“ „Freies Zwiegespräch während der Danksagung.“ „Die Gläubigen werden zu automatisch, besonders bei der Messe, zum Gebet hingeführt.“ „Anleitung zur Verinnerlichung im Gebet. Kein Ableiern, sondern Miterleben der Messe.“

b) An der *Gestaltung des Gottesdienstes* wird eine gleichbleibende Kritik geübt:

„Oft scheint die Form der Gemeinschaftsmesse überholt. Sie hat nicht mehr die Ursprünglichkeit wie in der ersten Zeit der liturgischen Bewegung. Oftere Einführung in Sinn und Gehalt des Messopfers.“ „Der Priester möge nicht zu schnell beten.“ „Auflockertere Ge-

meinschaftsmesse“. „Gemessene deutliche Aussprache.“ „Bessere Vorbeter, keine Frauen.“ „Das Geschäftsmäßige.“ „Gemeinschaftsmesse nur für geschlossene Kreise.“ „Klare und anständige Vorbeter.“ „Deutliche Vorbeter.“ „Einführung in die Messe geben.“ „An Sonn- und Festtagen keine Gemeinschaftsmessen mit Laienvorbetern.“ „Das Vorbeten den Laien überlassen.“ „Gute Aussprache und Betonung.“ „Mitunter zu mechanisch. Vielseitiger gestalten.“ „Mehr Abwechslung. Weniger Proclamandum.“ „Verkündigungen können wegfallen.“ „Unfähige Vorbeter.“

c) An Form und Sprache der Gebete haben viele etwas auszusetzen:

„Anpassung von Sprache und Denkweise an unseren Zustand.“ „Zuviel Latein. Mehr deutsche Sprache.“ „Mehr deutsch.“ „Sachliche, zeitbezogene Gebete.“ „Schwärmerische Gebete mißfallen.“ „Deutsche Sprache.“ „Sentimentale Texte und Lieder.“ „Antiquierte Gebetsformen, z. B. elfenbeinerner Turm.“ „Mehr zeitnahe Gebete.“ „Gebete, die leichtverständlich sind und persönlich ansprechen.“ „Viele Gebete sind zu schwer verständlich.“ „Deutsche Sprache.“ „Latein im Hochamt.“ „Süßliche Überreibungen sind mir zuwider.“ „Weniger Latein.“ „Außerhalb der Messe kein Latein, damit die Priester nicht als Medizinnärrer erscheinen.“ „Süßer Jesus und dergleichen Verniedlichungen.“ „Demütig schlichte, nüchterne, männliche Gebetsformen.“ „Lebensnahe Gebete ohne süßliche Ausdrücke.“

### *Folgerungen*

Die bisher geschilderten Erfahrungen und Selbstzeugnisse zeigen, daß es in einer deutschen Großstadt eine breite Schicht von Männern gibt, die in religiöser Beziehung sehr ansprechbar ist und viel von sich verlangt. Diese Männer beten aus innerem Bedürfnis oder Pflicht täglich und empfinden das Gebet als eine Lebensnotwendigkeit. Sie haben ein Verlangen nach Stille und innerer Besinnung. Sie sind unglücklich darüber, daß ihnen die Konzentration oft schwer fällt, und daß ihnen die entsprechende Anleitung zum Gebet fehlt. Sie gehen zum größten Teil jeden Tag in eine Kirche zu einem vertrauten Gespräch mit Gott. Sie bemühen sich, daß Gott mit ihnen zufrieden ist. Sie wollen das Hl. Meßopfer auch als persönliches Gebet vollziehen. In der Verehrung der Gottesmutter im Rosenkranz suchen sie Ruhe, Frieden und Heiterkeit des Herzens. Bei all ihrer Treue im Gebetsleben suchen sie dennoch mehr, als ihnen gewöhnlich geboten wird.

Welche Wünsche äußern sich nun direkt oder indirekt in den 201 Selbstzeugnissen? Zum Teil kommt darin eine große Hilflosigkeit zum Ausdruck. Die meisten beten wie die Kinder. Sicher sind sie Kinder des einen Vaters im Himmel. Aber sie sind doch auch selbstverantwortliche, mündige Kinder. Mehrmals täglich brauchen sie die von der Mutter gelernten Gebetsformeln und klagen oft über den Formalismus und die Langeweile des Betens. Eine Anleitung zum Gebet, die so oft gewünscht wird, müßte zunächst einmal das Wesen des Gebetes klären. Beten ist ein Sprechen mit Gott. Wie zwei, die sich ernsthaft unterhalten, keine Formeln brauchen, sondern sich in ihrer konkreten Existenz ins Gespräch bringen, so sollte es auch in der Unterhaltung des Menschen mit dem Vatergott sein. Der persönliche Gott begegnet im Gebet dem Menschen, diesem Geschöpf seiner Liebe, das er persönlich beim Namen gerufen hat, dem er einen persönlichen Lebensauftrag in einer bestimmten Umwelt und einer einmaligen geschichtlichen Situation gegeben hat. Mit dem Antlitz, das Gott ihm gegeben hat und das er in Freiheit, in Liebe und Schuld geprägt hat, steht er vor seinem Gott und redet mit ihm. Er trägt alles, was er ist, vor sein Angesicht. Nichts ist da ausgeschlossen, auch nicht das, was ihn angeblich beim Beten zerstreut, seine Versuchungen, seine materiellen Sorgen usw. All das gehört ja zu seinem Ich. Alles muß er ins Gebet hineinnehmen, und mit seiner ganzen Lebenslast muß er vor seinen Schöpfer treten.

Wenn Gebet so der notwendige Ausdruck des Verhältnisses der Kreatur zu ihrem Schöpfer, des Kindes zum Vater, des Sünders zum erlösenden Gott ist, erscheint es nicht mehr beschränkt auf eine Reihe von Formeln, die täglich abzuleisten sind. Dann ist es vielmehr wesenhafter Ausdruck unseres konkreten Menschseins. Die Formeln haben dann nur eine dienende Rolle. Sie sind Hilfen und Stützen unserer menschlichen Gebrechlichkeit und Ausdrucksschwäche. Wir werden sie dann nicht überschätzen und sie nicht als das eigentliche Gebet ansehen. Wir werden sie aber auch nicht unterschätzen, da sie die notwendige leibliche

Gestalt unserer inneren Gesinnung, Haltung und seelischen Bedürftigkeit sind. Wir werden ihre Relativität gern zugeben und dem Einzelnen das Recht zugestehen, die ihm gemäßen Formeln zu finden, die für ihn Ausdruck seiner inneren Haltung zu Gott sind.

Das offizielle Gebet der Kirche werden wir bewußter gestalten müssen. Die liturgische Bewegung hat es erneut in den Mittelpunkt gestellt, als Gemeinschaftsopfer herausgehoben und den Einzelnen zum bewußten Mitvollzieher zu machen versucht. Das war eine große Tat. Inzwischen ist vielleicht mancherorts daraus eine gewisse Routine geworden. Eine rückläufige Bewegung hat eingesetzt. Aber wir wollen und dürfen nicht dahin zurück, wo wir vor der liturgischen Bewegung einmal waren. Vielmehr scheint es Aufgabe unserer Zeit zu sein, die berechtigten Anliegen des Einzelnen bei der Feier des gemeinschaftlichen Opfers zu wahren. Den Ruf zur Stille während der Hl. Messe sollten wir nicht überhören. Stille während des Kanons! Eine stille Zeit zur Danksagung nach der Hl. Kommunion! Ein größerer Wechsel in der Meßgestaltung! Die Routine ist der Tod auch der heiligsten Dinge. Sie löst die Langeweile aus. Und gibt es etwas Schlimmeres, als die Gedächtnisfeier und die Teilnahme am Opfertod des Herrn der Langeweile zu überantworten?

Für das persönliche Gebetsleben des Laien gilt es Anregungen zu geben. Eine den heutigen Nöten entsprechende, nüchtern-männliche religiöse Literatur, kurz und knapp, mit lebenskundlichem Einschlag, eine Laienaszese, die aber nicht an mönchischen Vorbildern orientiert ist, dürfte eine der Hauptforderungen unserer Zeit sein. Natürlich ist es leicht, eine solche Literatur zu fordern. Sie zu schreiben ist schwerer.

Häufig versucht man dem Laien mit festen Regeln und Rezepten zu Hilfe zu kommen. Man rät ihm z. B. täglich eine viertel Stunde Betrachtung oder geistliche Lesung. Bei dem einen kann eine solche Forderung pädagogisch wertvoll sein, bei dem anderen dagegen wegen seiner beruflichen und familiären Belastung unerträglich wirken und Schuldgefühle erwecken, wenn er die äußere Leistung nicht erfüllt hat.

Wichtiger scheint es, die rechte Auffassung vom Gebet und die damit gegebenen Grundhaltungen zu vermitteln und auch zur Einübung der verschiedenen Arten des Gebetes anzuleiten, damit jeder seine Art zu beten findet. Sehr gute Möglichkeiten dazu bieten die ignatianischen Exerzitien, die ja keineswegs nur *eine* Form des Betens, die rationale Meditation, kennen, sondern ebenso die Kontemplation wie auch die Anwendung der geistigen Sinne, das geistliche Zwiegespräch, die Reflexion über die innere geistige Triebwelt, die verschiedenen Arten, die rechte Lebenswahl zu treffen; sie erschließen auch zusätzliche Ratschläge über die verschiedenen Arten zu beten.

In vielen offenen Exerzitien, an denen innerhalb eines halben Jahres in Köln über 1000 Männer teilnahmen, gewann man den Eindruck, daß die Teilnehmer gerade eine solche Einübung des Gebetes lieben, und daß die halbstündige Betrachtung überhaupt keine Schwierigkeiten mache.

Die Seelsorge an dieser geschilderten Schicht von Männern in einer Großstadt, die mehr wollen als ein Durchschnittschristentum, erscheint von allergrößter Bedeutung für die Substanz unseres deutschen Katholizismus. Wenn wir ihr die Augen für die unendlichen Möglichkeiten unseres Glaubens öffnen und ihr Wege zur persönlichen Frömmigkeit und Heiligkeit erschließen, schaffen wir zugleich eine Schicht von Persönlichkeiten, die sich für die allgemeinen Ziele der Kirche verantwortlich weiß und die ihre Glaubenskraft auf ihre Umwelt ausstrahlt. Auf diese Weise erwecken wir Missionare der Kirche in den Räumen, die von der amtlichen Kirche direkt nicht mehr durchdrungen werden. *Heinrich Ostermann SJ*

## **Psychotherapeutische und christliche Meditation**

### *Ein Tagungsbericht*

Die Stuttgarter Gemeinschaft „Arzt und Seelsorger“ veranstaltete im Mai und Oktober 1957 zwei Tagungen über das Thema „Meditation in Psychotherapie und Religion“. Katholische und evangelische Theologen sowie Psychotherapeuten der verschiedenen Schulen und