

Liebe Schwestern und Brüder,

wir durchleben gerade bewegte und schwierige Zeiten.

Das wirkt sich auch auf unser religiöses Leben aus.

Wir können momentan nicht in der gewohnten Weise miteinander Gottesdienste feiern.

Vielleicht ist das jetzt eine Gelegenheit, um die Andacht und das persönliche Gebet zu pflegen oder gar neu für sich zu entdecken. Für diese Formen der privaten Frömmigkeit steht uns in ganz ausgezeichneter Weise das GOTTESLOB zur Verfügung.

„Für frohe Stunden hält es Worte des Dankes und des Jubels, für schwere Stunden Worte der Bitte und Klage bereit“, so hat es unser Bischof Rudolf in seinem Geleitwort formuliert.

Um sich mit dem GOTTESLOB und seinem Gebetsschatz vertraut zu machen, möchte ich Ihnen diese kleine Anregung an die Hand geben.¹

Bleiben wir miteinander im Gebet verbunden!

*Es grüßt Sie alle sehr herzlich
Spiritual Matthias Effhauser
Priesterseminar St. Wolfgang, Regensburg*

¹ Die Zusammenstellung orientiert sich an: Uta Raabe, Eduard Nagel, Liturgie leben. Meine Zeit in Gottes Händen. Das Gotteslob als persönliches Gebetbuch, hrsg. vom Deutschen Liturgischen Institut, Trier; Lasst uns Gott loben. Einführung zum neuen Gotteslob, St. Benno-Verlag, Leipzig.

Das Gotteslob als persönliches Gebetbuch

Das Leben vor Gott und damit ins Gebet bringen

Das Gotteslob enthält die wichtigsten Gebete der Tradition (GL 3), die sogenannten **Grundgebete**: Kreuzzeichen, Vaterunser, Ehre sei dem Vater, Apostolisches Glaubensbekenntnis, Ave Maria und den Engel des Herrn.

Auch der **Rosenkranz** (GL 4) wird ausführlich erklärt.

Nach den Grundgebeten und den zentralen Glaubenstexten finden wir im Gotteslob **Abschnitte zum persönlichen und privaten Beten, aber auch zum Beten für die Kirche und die Welt** (GL 5-22):

Im Haus Gottes (GL 5)

Vor Gottes Angesicht (GL 6-9)

In Gemeinschaft mit Maria, den Engeln und den Heiligen (GL 10)

Meine Zeit in Gottes Händen (GL 11)

Mein Leben vor Gott bringen (GL 14-18)

Die Welt vor Gott bringen (GL 19-20)

In den Anliegen der Kirche (GL 21)

Dem Gebet Raum, Zeit und Ordnung geben:

Die Zeiten des Tages heiligen („Tagzeitenliturgie“)

„Eine feste Zeit und ein eigener Ort – vielleicht vor einem Kreuz oder vor einer Ikone – schaffen einen Raum für die Begegnung mit Gott. Auch und gerade dann, wenn wir dafür spontan weniger ‚in Stimmung‘ sind.“

Die Heiligung des Tages durch feste Gebetszeiten – vor allem am Morgen und am Abend – hat einen hohen Stellenwert. Gerade dann, wenn keine Eucharistiefeier möglich ist.

Damit immer mehr Menschen diese Gebetsform für sich entdecken können, versteht sich das Gotteslob als eine Brücke zwischen der Hochform der Tagzeitenliturgie und einfacheren Formen.

Drei Möglichkeiten werden im Gotteslob angeboten:

- vollständige Modelle von Laudes und Vesper,
- ein einfacheres Modell für ein Morgen- und Abendlob,
- weitere Elemente für die Feier der Laudes und des Morgenlobs sowie eine „Statio während des Tages“, eine Komplet und ein „Nachtgebet“.

Eine Einführung in die Tagzeitenliturgie findet sich unter GL 613, sowie weitere Formulare:

- für die Laudes (GL 614-617) bzw. ein Morgenlob (GL 618-619)
- entsprechende Elemente für die verschiedenen Zeiten des Kirchenjahres (GL 620-625)
- für eine Statio während des Tages (GL 626)
- komplette Vespere für die Zeiten des Kirchenjahres (GL 627-644)
- vom Heiligen Geist (GL 645-646)
- an Marienfesten (GL 651-652)
- von der Kirche (GL 653-654)
- eine Totenvesper (GL 655-658)
- für ein Abendlob (GL 659-661)
- eine Komplet (GL 662-666)
- ein Nachtgebet (GL 667)

Speziell für das private Beten bietet sich aber eine noch einfachere Struktur an, z.B. ein

Gebet am Morgen in Anlehnung an die Laudes

- Eröffnung (GL 614,1)
- Hymnus / Lied, z.B. GL 615
- Psalm
- Benedictus (GL 617,1+2)
- Persönliche Bitten
- Vaterunser
- Gebet, z.B. GL 617,6
- Segensbitte (GL 632,4)

Gebet am Abend in Anlehnung an die Vesper

- Eröffnung (GL 627,1)
- Hymnus / Lied, z.B. GL 628
- Psalm
- Magnifikat (GL 631,3+4)
- Persönliche Fürbitten
- Vaterunser
- Gebet, z.B. GL 632,3
- Segensbitte (GL 632,4)

Litaneien

Unterschiedlichste Litaneien (Allerheiligen-Litanei, Lauretanische Litanei ...) stehen unter GL 556-569.

Die Wort-Gottes-Feier

Im Gotteslob findet sich auch das Modell für eine Wort-Gottes-Feier (GL 668-670). Sie kann je nach den Bedürfnissen vor Ort durch selbstgewählte Lesungen und Fürbitten ergänzt werden.

Andachten

Das Gotteslob bietet außerdem zahlreiche Andachten (GL 672-683), die thematisch weit gefächert sind, u.a. auch eine Kreuzwegandacht (GL 683).

In einem „Baukastensystem“ werden jeweils Andachtsabschnitte präsentiert, die sich entweder nach den Vorschlägen oder nach eigener Wahl zusammenstellen lassen.

Eigenteil des Bistums Regensburg

Weitere Vorschläge für das persönliche Gebet finden Sie auch im sog. Diözesananhang unserer Diözese, ab GL 701 (Geistliche Impulse für das tägliche Leben; Gesänge und Litaneien; Liturgie und Andacht).

Die Andachten stehen Ihnen ab GL 933 zur Verfügung, besonders sei hier auf einen weiteren Kreuzweg hingewiesen (GL 934).

Das Gotteslob als Hausbuch

Das Gotteslob bietet sich natürlich auch als Hausbuch an, d.h. für das Beten in der Familie oder einer Hausgemeinschaft.

„Im Beten füreinander und für andere entsteht und wächst eine Solidarität, die unsere eigenen Kräfte übersteigt. Gemeinsames Beten kann Freude und Dank vermehren und Leid erträglicher machen. Wo sonst ... können Sorgen und Ängste und innere Nöte ohne die Gefahr von Missverständnissen ausgesprochen werden?“

Das Gotteslob kann und will uns dafür eine Hilfe sein, weil es Texte enthält, die ansprechend sind. Zugleich bietet es uns Strukturen an, wie wir miteinander beten und feiern können.

Zu zahlreichen Themen und Motiven werden Vorschläge gemacht. Eine Übersicht bietet hierfür das Inhaltsverzeichnis des Andachtsteils vor GL 672.

Wie könnte ein „Hausgebet“ gestaltet werden?

Die Grundstruktur kann so aussehen:

- Wir kommen zusammen
 - o Eröffnung mit Musik oder Gesang, Kreuzzeichen und Gruß an den Herrn
- Gott spricht zu uns
 - o Schriftlesung, Austausch darüber oder Bedenken des Gehörten in Stille
- Wir antworten
 - o Dank, Lobpreis und Bitte in Gebet oder Gesang, Fürbitten, Vaterunser
- Gott segnet uns
 - o Segen

Ein Modell, nach dem viele andere Feiern gestaltet werden können, ist die Dank- und Segensfeier (GL 27).

Ihre Struktur kann gefüllt werden mit entsprechenden Texten – kurzen Schriftlesungen, Gebeten und Gesängen – aus dem Andachtsteil (GL 672-680) und aus dem Teil mit persönlichen Gebeten (GL 6-22).

Ein Hausgebet in der Österlichen Bußzeit unter dem Leitwort „Mit Jesus auf dem Weg zum Kreuz“, könnte folgende Struktur haben:

- Gesang (GL 266-277)
- Kreuzzeichen
- Kyrie Rufe (GL 163,4)
- Schriftlesung
- Gebet um Umkehr und Buße (GL 9,7) oder um Hingabe (GL 9,4-6)
- Fürbitten (frei formuliert)
- Vaterunser
- Segensbitte (GL 671,3)
- Gesang (GL 266-277)

Ein Hausgebet „Mit Maria beten“ kann so gestaltet sein:

- Gesang (GL 520-537)
- Kreuzzeichen
- Schriftlesung
- Magnifikat (GL 631,3-4) im Wechsel gebetet oder gesungen
- Litanei (GL 566 oder GL 567 oder GL 568)
- Vaterunser
- Segensbitte (GL 671,3)
- Gesang (GL 520-537)

DAS GOTTESLOB ALS PERSÖNLICHES GEBETBUCH ENTDECKEN

Eine **Marienandacht** kann so gefeiert werden:

- Eröffnung (GL 673)
- Lied (GL 520-537)
- Ein oder zwei Abschnitte je nach Anlass oder Kirchenjahreszeit
 - o Erwartung (GL 675,1)
 - o Menschwerdung (GL 675,2)
 - o Maria als Frau, Mutter und Jüngerin (GL 676,4)
 - o oder mit einem besonderen Akzent wie:
 - o Liebe (GL 677,6)
 - o Friede (GL 680,2)
 - o Kirche in der Welt (GL 677,8)

Gerade in diesen Tagen soll auch das **Gebet mit Kranken** Erwähnung finden.

Das Gotteslob enthält Gebete, die mit ihnen gesprochen oder ihnen vorgebetet werden können:

- Vertrauen (GL 8,5-7)
- Klage (GL 8,9)
- Bitte und Dank (GL 9,1-3)
- Hingabe (GL 9,4-6)
- Im Alter (GL 16,5-6)
- In Leid und Not (GL 17,1-2)
- In Krankheit (GL 17,3-5)
- Im Angesicht des Todes (GL 18)

Auch **Psalmen** (in Auswahl) eignen sich, z.B.:

Psalm 4 (GL 310,3); Psalm 22 (GL 36,2); Psalm 23 (GL 37,2); Psalm 34 (GL 651,4 und 6); Psalm 63 (GL 616,2); Psalm 130 (GL 639,4); Psalm 142 (GL 75,2).