

Leben aus der Eucharistie

Sr. Christina Mülling OSF

I. Franziskanische Grundlegung

Daher bitte ich euch alle, meine Brüder, euch die Füße küssend, mit aller Liebe, deren ich fähig bin, dass ihr jegliche Ehrfurcht und jegliche Ehre, soviel ihr nur könnt, dem heiligsten Leib und Blut unseres Herrn Jesus Christus erweist, in dem alles, was im Himmel und was auf Erden ist, befriedet und mit dem allmächtigen Gott versöhnt worden ist.
Brief an den Orden 12-13 (FQ 115)

Wenn Franziskus von der heiligen Eucharistie spricht, dann spürt man, dass sie die zentrale Quelle ist, aus der sich sein ganzes Leben und Handeln speist. Sie ist das Geheimnis Gottes, in dem er als Diakon wohnt und zu dem er alle Menschen führen möchte. In seinen Schriften wird er nicht müde, immer wieder über sie zu sprechen und auf ihre tiefe Bedeutung für den Menschen hinzuweisen.

Die hl. Klara spricht dagegen fast gar nicht über die Eucharistie. Sie lebt so selbstverständlich in und aus ihr, dass sie wie ein Wasserzeichen ihr ganzes Leben durchwirkt und durchdringt. Deswegen trägt sie, obwohl sie selber nie eine Monstranz in Händen hielt und es damals auch noch keine Monstranzen zur Anbetung der Eucharistie gab, als kennzeichnendes Attribut eine Monstranz in ihrer Hand.



Diptychon, um 1320, in der St.-Georg-Kirche, Bocholt
© unbekannt, sollten Ansprüche erhoben werden, bitte melden

Ihr ganzes Leben ist zu einem Schaugefäß geworden, das den eucharistischen Herrn sichtbar macht.

Dieses eucharistische Wasserzeichen zeigt fünf charakteristische Ausfaltungen:



Gegenwärtigkeit: In der Wandlung wird Christus gegenwärtig gesetzt und der Mensch in die Gegenwart Gottes gestellt.

Kommunion: Der Mensch wird in die Gemeinschaft mit Gott hineingenommen und es wird die Gemeinschaft zwischen den Gläubigen = Kirche gestiftet.

Wandlung: Der Mensch wird in Christus hineingewandelt: „Nicht mehr ich lebe, sondern Christus lebt in mir!“ (Gal 2,20).

Gebrochenheit: Die Gegenwart Christi wird im gebrochenen Brot offenbar.

Eucharistie = Danksagung: Sich mit seinem ganzen Sein Gott verdankt wissen.



1. Gottesgegenwart in der Eucharistie

In der Eucharistie wird Christus gegenwärtig gesetzt und die Gläubigen werden in die Gegenwart Christi hineingenommen.

Christus schafft sich eine Wohnung und Bleibe in der gläubigen Seele, mit der er auf wunderbare Weise durch den Heiligen Geist verbunden wird. Er wohnt in uns und wir in ihm. Der gläubige Mensch wird so fähig, Christus in seinem Herzen und Leibe zu tragen, ihn durch ein heiliges Wirken zu gebären und gegenwärtig zu setzen. Ein eucharistisches Leben führen heißt deshalb, die

Gegenwart Christi in mir und in den anderen wahrnehmen und Christus durch mein Leben und Handeln gegenwärtig setzen.

Und alle jene Männer und Frauen: sofern sie solches tun und darin bis zum Ende ausharren, wird der Geist des Herrn auf ihnen ruhen, und er wird sich in ihnen eine Wohnung und Bleibe schaffen. Und sie werden Kinder des himmlischen Vaters sein, dessen Werke sie tun. Und sie sind Verlobte, Geschwister und Mütter unseres Herrn Jesus Christus.

Seine Verlobten sind wir, wenn die gläubige Seele durch den Heiligen Geist mit Jesus Christus verbunden wird.

Seine Geschwister sind wir ja, wenn wir den Willen seines Vaters tun, der im Himmel ist.

Seine Mütter sind wir, wenn wir ihn durch die Liebe und ein reines und lauterer Gewissen in unserem Herzen und Leibe tragen; wir gebären ihn durch ein heiliges Wirken, das anderen als Vorbild leuchten soll.

2. Brief an die Gläubigen 10,48-53
(FQ 132)

Von Franziskus wird berichtet, dass er immer in der Gegenwart Gottes lebt (1 Celano 115). Da er Jesus stets im Herzen, in den Augen und Ohren trägt, fällt es ihm leicht, in den anderen Menschen, auch wenn sie noch so sehr entstellt sind, die Gegenwart Jesu zu erkennen, ihre Würde zu wahren und ihnen mit Liebe und Erbarmen zu begegnen. Ganz in der Gegenwart Christi lebend, bringt er so durch sein Handeln und Sprechen Christus zu den Menschen. Wer Franziskus sieht, sieht und begegnet deshalb auch Jesus.

Wie Franziskus für die Brüder so wird Klara für die Schwestern zu einem lebendigen Zeugnis für die Gegenwart Christi. Ganz in der Gegenwart des eucharistischen Herrn lebend, den sie in einem silbernen, mit Elfenbein ausgelegten Kästchen in ihrem Oratorium stets vor Augen hat, vollzieht sich ihr ganzer Alltag in der Gegenwart des Herrn. Für Klara heißt Beschauung, den Herrn stets vor Augen zu haben, ihn niemals zu vergessen und auch durch die Arbeit den Geist des Gebets nicht auszulöschen.

Communio:
durch Hingabe und
Teilen Gemeinschaft
entstehen
lassen

2. Leben in Communio

Die Kommunion führt in die Gemeinschaft mit Gott und den Menschen. Das innerste Wesen des Dreifaltigen Gottes ist liebevollste Beziehung. In der Kommunion wird der Mensch in diese Liebesbeziehung Gottes hineingenommen und befähigt, ein Mit-Liebender mit Gott zu werden, d. h. mit sich selbst, mit anderen Menschen, ja selbst mit der ganzen Schöpfung in einer lebendigen Liebesbeziehung zu stehen.

Dieses liebevolle Aufeinander-Bezogenheit schenkt ihm einen neuen Blick auf die Geschöpfe, die ihm zu Brüdern und Schwestern werden, und sie entfacht in ihm die Sehnsucht, alle Seelen zu Gott führen zu wollen. Dies ist der Grund, warum Franziskus von sich und seinen Brüdern fordert, schwierige Menschen auch bis über die Schmerzgrenze hinaus zu lieben (Brief an einen Minister), ohne sie zu verurteilen oder auszuschließen. Das Wohnen in der grenzenlosen Liebe Gottes zeigt sich für ihn in der Entgrenzung der eigenen kleinen Liebe. Die Communio - und damit auch die Liebe - kann und darf nicht mehr aufgekündigt werden, auch wenn der andere noch so viel sündigen mag.

Das bedingungslose Erbarmen ist das Mittel, mit dem Gott den Menschen in seine Liebe zieht. Dieses bedingungslose Erbarmen schulden sich deshalb auch die Menschen gegenseitig. Es entspringt der lebendigen Communio mit Gott, die der Liebe-volle Gott durch den Empfang der Kommunion den Menschen schenkt.

Dem Bruder N., dem Minister: Der Herr segne dich.

So gut ich kann, sage ich dir zum Anliegen deiner Seele: Jene Dinge, die dich hindern, Gott, den Herrn, zu lieben, und wer immer dir Schwierigkeiten machen mag, Brüder oder andere, auch wenn sie dich schlagen sollten, alles musst du für Gnade halten. Und so sollst du verlangen und nicht anders. Und dies gelte dir als der wahre Gehorsam gegen Gott, den Herrn, und gegen mich; denn ich weiß sicher, dass dies der wahre Gehorsam ist. Und liebe jene, die dir solches antun. Und du sollst nichts anderes von ihnen wollen, als was der

Herr dir geben wird. Und darin liebe sie; und du sollst nicht einmal wollen, dass sie bessere Christen seien.

Und dies gelte dir mehr als eine Einsiedelei! Und daran will ich erkennen, ob du den Herrn und mich, seinen und deinen Knecht, liebst, wenn du folgendes tust, nämlich: es darf keinen Bruder auf der Welt geben, mag er auch gesündigt haben, soviel er nur sündigen konnte, der deine Augen gesehen hat und dann von dir fortgehen müsste ohne dein Erbarmen, wenn er Erbarmen sucht. Und sollte er nicht Erbarmen suchen, dann frage du ihn, ob er Erbarmen will. Und würde er danach auch noch tausendmal vor deinen Augen sündigen, liebe ihn mehr als mich, damit du ihn zum Herrn ziehst. Und mit solchen habe immer Erbarmen.

*Brief an einen Minister 1-12
(FQ 109-110)*

Auch Klara hält ihre Schwestern an, immer besorgt zu sein, „einander die Einigkeit der gegenseitigen Liebe zu bewahren, die das Band der Vollkommenheit ist (Klara Testament X,5).“

„Ihr sollt einander aus der Liebe Christi lieben, und die Liebe, die ihr im Innern habt, auch nach außen im Werk zeigen, damit die Schwestern, durch solches Beispiel aufgerufen, beständig in der Liebe zu Gott wachsen und untereinander zunehmen.“

Testament 59 (LSK 311)

Sie selbst geht ihren Schwestern mit gutem Beispiel voraus, indem sie selber keinen „Magddienst“ verschmäht und eigenhändig die schmutzigen Krankenstühle wäscht oder die schmutzigen Füße der Schwestern (Leben der Klara 12).

Wandlung:
Christus in mir
wachsen und Gestalt
annehmen lassen.

3. In der ständigen Wandlung leben.

Das Zentrum der Eucharistie besteht in der Wandlung. Die eucharistischen Gaben, Brot und Wein, werden verwandelt in Christi Leib und Blut. Doch darin erschöpft sich die Wandlung noch nicht. Mit Brot und Wein bringen die Gläubigen auch sich selber zum Altar, um gewandelt zu werden. Christus will in ihnen Gestalt annehmen: Verletzungen, Unversöhnlichkeiten, Sünde und Schuld, Verhärtungen, eingeschliffene Verhaltensweisen, ... alles will von Ihm verwandelt und erlöst werden. Franziskus fordert deshalb seine Brüder auf, vor Gott in der Wandlung ihre Herzen auszuschütten und nichts zurückzubehalten, damit alles in Christus hineingewandelt werden kann.

*Der ganze Mensch erschau're,
die ganze Welt erbebe,
und der Himmel juble,
wenn auf dem Altar
in der Hand des Priesters
Christus,
der Sohn des lebendigen Gottes, ist!
...
Seht, Brüder, die Demut Gottes
und schüttet vor ihm eure Herzen aus!
Erniedrigt auch ihr euch,
damit ihr von ihm erhöht werdet!
Behaltet darum nichts von euch für euch
zurück,
damit euch ganz aufnehme,
der sich euch ganz hingibt!*

Brief an den Orden 26-29 (FQ 117)

Wer an der Wandlung nur äußerlich teilnimmt, sich aber nicht selbst auch in den Prozess der Wandlung hinein begibt, der lebt am Wesentlichen der Eucharistie vorbei.

Auch die hl. Klara betont die Wichtigkeit der Wandlung. Täglich wohnt sie der hl. Messe bei. So oft wie damals möglich (sieben mal im Jahr) empfängt sie die hl. Kommunion. Und unablässig stellt sie sich in der eucharistischen Anbetung vor die demütige Brotsgestalt des Herrn, um sich von ihm verwandeln zu lassen.

*„Freue also auch du dich stets im Herrn,
Liebste, nicht Bitterkeit und Nebel sollen
dich bedecken, in Christus geliebte Her-
rin, Freude der Engel und Ehrenkranz der
Schwestern!*

*Stelle dein Denken vor den Spiegel der
Ewigkeit, stelle deine Seele in den Glanz
der Glorie, stelle dein Herz vor das Bild
der göttlichen Wesenheit und forme deine
ganze Person durch die Beschauung in das
Abbild seiner Gottheit um, damit du
empfindest, was seine Freunde empfinden,
wenn sie die verborgene Süße verkosten,
die Gott selbst von Anbeginn für die
aufbewahrt hat, die ihn lieben.“*

3. Brief an Agnes, 10-14 (LSK 205-207)

4. Gottes Gegenwart in der Gebrochenheit

Christus wird den Gläubigen im gebrochenen Brot vor Augen gestellt: "Seht, das Lamm Gottes ...". In der Gebrochenheit des Brotes ist Christus gegenwärtig und erfahrbar. Er hat sich für uns brechen lassen, um uns in unserer Gebrochenheit begegnen zu können. Die Gebrochenheit ist deshalb der bevorzugte Ort seiner besonderen Gegenwart.

Franziskus hat immer wieder erlebt und immer tiefer erkannt, dass Christus, der Gekreuzigte, ihm besonders in der Gebrochenheit begegnet: in der Gebrochenheit der Aussätzigen, der menschlichen Beziehungen (Dreigefährtenlegende 23), der Krankheit (2 Celano 165) und des Scheiterns (auf La Verna).

*Dieses Wort des Vaters, so würdig, so
heilig und herrlich, hat der allerhöchste
Vater vom Himmel durch seinen heiligen
Engel Gabriel in den Schoß der heiligen
und glorreichen Jungfrau Maria gesandt,
aus deren Schoß es das wirkliche Fleisch
unserer Menschlichkeit und Gebrech-
lichkeit angenommen hat.*

2. Brief an die Gläubigen 4 (FQ 128)

In seiner Menschwerdung hat Christus die Zerbrechlichkeit und Gebrochenheit des

Jesus
gegenwärtig setzen
In seiner Gegenwart
leben → lebendige
Wachsamkeit

menschlichen Lebens angenommen, um uns in unseren Gebrochenheiten begegnen und erlösen zu können. Unsere Gebrochenheiten, unsere Wunden sind der bevorzugte Ort der Gottesbegegnung. Hier möchte Christus von uns entdeckt und angenommen werden. Hier wartet er auf uns, um uns mit seiner Liebe und seinem Heil zu beschenken.

Der eucharistisch geprägte Mensch beginnt Christus in der Gebrochenheit zu suchen und zu entdecken und sich in seiner Gebrochenheit dem gebrochenen Herrn anzuvertrauen. Auf vielen Darstellungen wird deshalb der verwundete Franziskus an den Wunden Jesu gezeigt.



Ausschnitt aus dem Kreuz von Arezzo
© www.assisi.de 2011, Stefan Diller

Spätestens auf La Verna hat Franziskus seine eigenen Lebenswunden als Tor zum Eintritt in die Liebe des dreifaltigen Gottes entdeckt. Hier hat ihn der Gekreuzigte genau dort erfüllt, wo er aufgebrochen und voller Sehnsucht nach Gott war: in seinen Wunden,

in seinem Scheitern und in seiner Gebrochenheit.

Dies ist die zentralste Glaubenserfahrung der franziskanischen Spiritualität: Die Gottesbegegnung ereignet sich durch die Wunden hindurch und nicht an ihnen vorbei.

Durch das Tor der Wunden, das Tor der Verletzung, der Verleumdung, der Schmähung ... tritt der Mensch in die Wunden Jesu ein. Hier kann er gnadenhaft von der göttlichen Liebe gewandelt werden. Als gewandelter und versöhnter Mensch kann er dann wieder zu seinen Mitmenschen hinaus gehen. In diesem Ein- und Ausgehen durch das Tor der Wunde geschieht schließlich die kontemplative Wandlung.

„Komm also herbei auf den Füßen der Liebe, zu Jesus, dem Verwundeten, zu Jesus, dem mit Dornen Gekrönten, zu Jesus, dem am Holz Angenagelten - und mit dem Apostel Thomas betrachte nicht nur die Male der Nägel an den Händen, lege nicht nur deinen Finger an die Stellen der Nagelwunden, lege nicht nur deine Hand in seine Seite, sondern tritt ganz und gar durch das Tor seiner Seite ein, bis zum Herzen Jesu selbst; dort durch die glühende Liebe Christi des Gekreuzigten ganz in ihn umgeformt, mit den Nägeln der Gottesfurcht angeheftet, durch die Lanze der Liebe im innersten Herzen durchdrungen, durch das Schwert tiefsten Mitleidens durchbohrt, sollst du nichts anderes mehr suchen, nichts anderes mehr ersehnen, in nichts anderem deinen Trost finden als darin, dass du mit Christus am Kreuz sterben könntest. Mögest du dann rufen können wie der Apostel Paulus: Mit Christus bin ich gekreuzigt; ich lebe, doch nicht ich, sondern Christus lebt in mir.“

Bonaventura, Perf vitae VI,2 (VIII 120)

Die Erfahrung der Gnade Gottes gerade in der Gebrochenheit spiegelt sich auch in der aus vielen Flickern zusammengesetzten Kutte des hl. Franziskus wieder. Sie demonstriert nach außen was seine innere Wirklichkeit ist:

Ich bin ein aus Gottes Gnade geflickter Mensch!

Wie Franziskus sucht auch Klara in allen Widrigkeiten des Lebens die Begegnung mit dem gebrochenen und gekreuzigten Herrn. Immer wieder betrachtet sie die Leiden Christi und verbindet ihre Leiden mit den seinen (2. Brief an Agnes 3). Sie betet das Gebet zu den fünf Wunden und das Offizium vom Leiden des Herrn, wie es ihr Franziskus empfohlen hat.

Danksagung:
Ich darf mich
verdankt wissen

5. Das Leben verdanken

Das griechische Wort „eucharistein“ bedeutet „Dank sagen“.

Wir danken dem Vater, dass er seinen Sohn sendet, um uns aus der Verlorenheit heimzulieben.

Und möget ihr doch unter dem euch anvertrauten Volk dem Herrn so große Ehre bereiten, dass an jedem Abend durch einen Herold oder sonst ein Zeichen dazu aufgerufen werde, vom gesamten Volk Gott, dem allmächtigen Herrn, Lobpreis und Dank zu erweisen.

Brief an die Lenker der Völker 7 (FQ 137)

Die Eucharistie feiern beinhaltet immer auch sich einzugestehen, dass wir uns Gott verdanken. Der Mensch kann sich nicht aus eigener Kraft retten, erlösen und befreien. Er kann sein Wesen nicht aus eigener Kraft wandeln, wenn ihm nicht gnadenhaft geholfen wird. Aus der Kraft der Eucharistie zu leben bedeutet deshalb auch ein verdanktes, dankbares Leben zu führen.

Franziskus wird nicht müde, Gott immer wieder zu danken und zu loben, für alle Gnaden, die ihm geschenkt wurden.

Allmächtiger, heiligster, erhabenster und höchster Gott, heiliger und gerechter Vater, Herr, König „des Himmels und der Erde“, wir sagen dir Dank um deiner selbst willen, weil du durch deinen heiligen Willen und durch deinen eingeborenen Sohn mit dem Heiligen Geist alles Geis-

tige und Körperliche geschaffen und uns, geformt nach deinem Bild und deiner Ähnlichkeit, ins Paradies gestellt hast ... Lasst uns alle aus ganzem Herzen, aus ganzer Seele, aus ganzer Gesinnung, aus aller Kraft und Stärke, mit ganzem Verstand, mit allen Kräften, mit ganzer Anstrengung, mit ganzer Zuneigung, mit unserem ganzen Inneren, mit allen Wünschen und aller Willenskraft Gott den Herrn lieben, der uns allen den ganzen Leib, die ganze Seele und das ganze Leben geschenkt hat und schenkt, der uns erschaffen hat, erlöst hat und uns einzig durch sein Erbarmen retten wird, der uns Elenden und Armseligen, Üblen und Verweslichen, Undankbaren und Bösen alles Gute erwiesen hat und erweist.

Nicht-bullierte Regel 23,1,8-9 (FQ 89;92)

Eine besondere Gnade sieht er schon alleine darin, geschaffen und somit in die Liebesbeziehung Gottes gestellt zu sein. Egal was das Leben an Gutem oder Schwerem bringt, leben zu dürfen ist eine Gnade. Lieben zu können und zu dürfen ist eine Gnade. Und Erbarmen und Erlösung geschenkt zu bekommen ist eine Gnade. Die Antwort des Menschen darauf kann deshalb nur der Dank und die Liebe zu Gott sein, mit allen Kräften, mit ganzer Seele und ganzem Wollen.

Auch Klara schaut am Ende ihres Lebens, das von Krankheit und Härten geprägt war, mit einem dankbaren Herzen zurück:

„Zu sich gewendet aber redete die heiligste Jungfrau ihre Seele leise also an: „Geh hin in Sicherheit, denn du hast ein gutes Geleit. Geh hin“, sagte sie, „denn der dich erschaffen hat, hat dich geheiligt. Er hat dich stets behütet wie eine Mutter ihr Kind und dich mit zärtlicher Liebe geliebt.“

Sie sprach: „Du, Herr, sei gepriesen, weil du mich erschaffen hast.“ Als eine der Schwestern fragte, mit wem sie rede, erwiderte sie: „Ich rede mit meiner gebenedeiten Seele“.

Klara-Leben Nr. 46 (LSK 159)

II. Vom Wissen zum Leben

1. Die hl. Kommunion empfangen

P. Herbert Schneider¹ erkennt im Brief an die Kleriker drei Haltungen beim Empfang der Eucharistie:

Nichts haben und sehen wir nämlich leiblich in dieser Welt von ihm selbst, dem Allerhöchsten, als den Leib und das Blut, die Namen und Worte, durch die wir geschaffen und vom Tode zum Leben erlöst sind.

Bewegt uns all dies nicht zu götigem Erbarmen, da er, der gütige Herr, sich selbst in unseren Händen darbietet, und wir ihn berühren und täglich durch unseren Mund empfangen dürfen? Oder wissen wir nicht, dass wir in seine Hände gelangen müssen?

*Brief an die Kleriker 3;8-9
(FQ 121-122)*

- Das leibliche Sehen des Herrn in seinem Leib und Blut.
 - Die zärtliche Liebe, mit der wir den Leib des Herrn in Händen halten.
 - Das Gelangen des Menschen in die Hände des Herrn.
1. Ich nehme Jesus in den Gestalten von Brot und Wein wahr und begrüße ihn.
 2. Ich halte die Eucharistie in meinen Händen und betrachte die Demut Gottes, der sich in meine Hände begibt und sich mir ausliefert.
 3. Ich gebe mich in seine Hände und bitte ihn mich zu durchdringen und umzugestalten.

2. Sein Herz vor Gott ausschütten

Ich betrachte betend das eucharistische Gebet aus dem Brief an den Orden.

*„Der ganze Mensch erschau're,
die ganze Welt erbebe,
und der Himmel juble,
wenn auf dem Altar
in der Hand des Priesters
Christus,
der Sohn des lebendigen Gottes, ist!*

*...
Seht die Demut Gottes
und schüttet vor ihm eure Herzen aus!
Demütigt auch ihr euch,
damit ihr von ihm erhöht werdet!
Behaltet darum nichts von euch für euch
zurück,
damit euch ganz aufnehme,
der sich euch ganz hingibt!“*

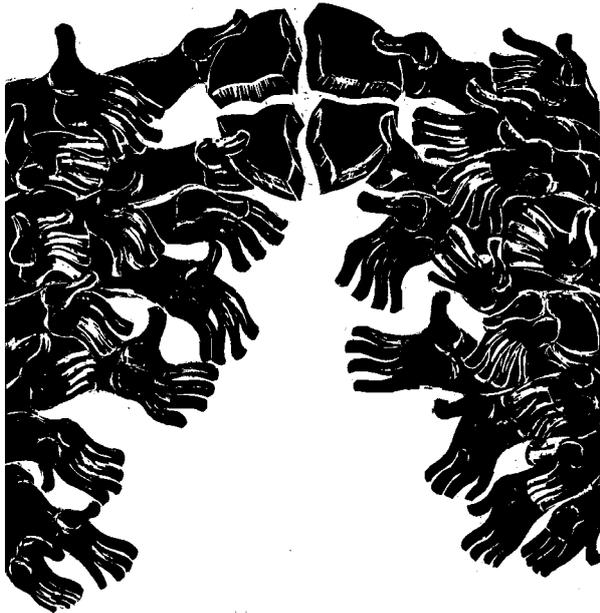
Brief an den Orden 25-29 (FQ 117)

- Ich bete den ganzen Text.
- Ich bete langsam wiederholend einzelne Sätze oder Satzteile, die mich ansprechen.
- Ich schütte vor Gott / Christus mein Herz aus, lege alles, was mich bewegt in SEIN Herz und bitte IHN um Wandlung.
- In welche Bereiche meines Lebens möchte ich Christus einlassen und bei welchen scheue ich noch zurück?

¹ Gruber, Mülling u.a., Gottes-Sehnsucht, Herbert Schneider, Das Brot des Lebens in Händen halten, München 2005, 167 ff.

3. Leben in der Communio

Ich betrachte das Bild von Sr. Sigmunda May:
„Brichst du mit mir das Brot“.



M.S.M. Brichst Du mit mir das Brot? 1983
© Kloster Sießen

- Wo kann ich mich in diesem Bild gefühlsmäßig wieder finden: in den Händen oder in dem Brot?
- Was bedeutet das Brot für mich in meinem konkreten Leben?
- Spüre ich auch Hände, die nach mir greifen und wie geht es mir damit?
- Bin ich bereit, „Brot“ für andere zu werden, d. h. meine Zeit, meine Erfahrungen, meine Gaben mit anderen Menschen zu teilen, auch wenn ich keinen „Gewinn“ davon habe?
- Wo oder wem verweigere ich mich?

Wenn ich möchte, kann ich die Geschichte dieses Brotes oder dieser zugreifenden Hände in der Ich-Form schreiben:

- Ich schildere die Situation: Ich bin das Brot ... Oder: Ich bin eine Hand ...
- Ich beschreibe meine Gefühle: Angst, Ohnmacht, Ausgeliefertheit, Hunger ...
- Was macht diese Situation mit mir? Was gibt mir Kraft und Mut?
- Wie könnte das Ende dieser Geschichte lauten?

4. Gottes Gegenwart in der Gebrochenheit

- Ich betrachte das Kreuzbild von Arezzo.



Ausschnitt aus dem Kreuz von Arezzo
© www.assisi.de 2011, Stefan Diller

- Welche Verwundung Jesu zieht mich besonders an? Ich lausche in sie hinein: Was erzählt sie mir?
- Welche Wunde in meinem Leben wird von dieser Wunde Jesu angezogen? Ich spüre ehrlich in meine Wunde hinein: Welche Geschichte erzählt meine Wunde? Ich lege meine Wunde in Seine Wunde hinein und bitte IHN um Heilung, Versöhnung, Befreiung, ...
- Ich lasse mich vom liebevollen Blick des Gekreuzigten anschauen und mich in seine Liebe hineinziehen. Ich schaue mit seinen Augen auf meine Wunde und vielleicht auch auf den Verursacher dieser Wunde und bete für ihn.

5. Leben in der Wandlung nach Klara

Ich meditiere den Text der hl. Klara:

„Freue also auch du dich stets im Herrn, Liebste, nicht Bitterkeit und Nebel sollen dich bedecken, in Christus geliebte Herrin, Freude der Engel und Ehrenkranz der Schwestern! Stelle dein Denken vor den Spiegel der Ewigkeit, stelle deine Seele in den Glanz der Glorie, stelle dein Herz vor das Bild der göttlichen Wesenheit und forme deine ganze Person durch die Beschauung in das Bild seiner Gottheit um, damit du empfindest, was seine Freunde empfinden, wenn sie die verborgene Süße verkosten, die Gott selbst von Anbeginn für die aufbewahrt hat, die ihn lieben.“

3. Brief an Agnes 10-14 (LSK 205; 207)

Die Ruminatio (das „Wiederholende Gebet“) ist eine alte christliche Gebetsform. Dabei werden einzelne Worte oder Verse solange wiederholt, bis sie in mein Herz gefallen sind und ich innerlich spüre, dass ich nun zum nächsten Wort oder Vers gehen kann.

Ich bete ruminierend folgendes Gebet:

Denk DU in mir, o Jesus,
dann denk ich licht und klar.
Sprich DU aus mir, o Jesus,
dann sprech' ich mild und wahr.
Wirk' DU durch mich, o Jesus,
gerecht ist dann mein Tun,
geheiligt meine Arbeit,
geheiligt auch mein Ruh'n.
Durchdring' mein ganzes Wesen,
erfüll' mein ganzes Sein,
dass man aus mir kann lesen
die große Liebe DEIN.

1. *Ich stelle meinen Geist in die Ewigkeit Gottes.*

Welche Gedanken, Worte und Werke können angesichts der Ewigkeit vor Gott bestehen? Ich kann dazu die ersten drei Anrufungen des Gebetes ruminierend beten und meditieren.

2. *Ich stelle meine Seele mit all ihren Dunkelheiten in das Licht Jesu Christi und lasse Sein Licht in sie hineinfallen.*

Ich kann dazu ruminierend die Anrufungen: „Durchdring' mein ganzes Wesen!“ und „Erfüll' mein ganzes Sein!“ beten.

3. *Ich stelle mein Herz in die Gestalt der göttlichen Wesenheit, die Liebe ist.*

Ich bitte Gott, dass er mich mit Seiner Liebe durchdringt und meine kleine Liebe in seiner großen Liebe wachsen lässt.

Ich kann dazu auch die Anrufung: „Durchdring mein ganzes Wesen, erfüll mein ganzes Sein, dass man aus mir kann lesen die große Liebe DEIN!“ ruminierend beten.

Im Licht Seiner Liebe schaue ich dann auf die Menschen, mit denen ich lebe, auf meine Lebenssituation, auf die Welt.

6. Sein Leben verdanken

Ich betrachte ruminierend das Gebet, das die hl. Klara am Ende ihres Lebens betet:

Zu sich gewendet aber redete die heiligste Jungfrau ihre Seele leise also an:

„Geh hin in Sicherheit, denn du hast ein gutes Geleit. Geh hin“, sagte sie, „denn der dich erschaffen hat, hat dich geheiligt. Er hat dich stets behütet wie eine Mutter ihr Kind und dich mit zärtlicher Liebe geliebt.“

Sie sprach: „Du, Herr, sei gepriesen, weil du mich erschaffen hast.“ Als eine der Schwestern fragte, mit wem sie rede, erwiderte sie: „Ich rede mit meiner gebenedeiten Seele.“

Klara-Leben Nr. 46 (LSK 159)

- Kann ich wie die hl. Klara glauben, dass ich ein Geschöpf Gottes bin: aus Liebe erdacht, gewollt, geformt?
- Ich danke Gott für meine guten Eigenschaften und Fähigkeiten. Im Vertrauen darauf, dass Gott auch bei mir keinen „Pfusch“ gemacht hat, danke ich ihm anschließend auch für alles, was mir noch schwer fällt an mir anzunehmen.
- Zum Schluss bete ich als Wiederholungsgebet im Atemrhythmus:
„Herr sei gepriesen -
weil du mich erschaffen hast.“

III. Literaturangaben

Gruber/Mülling/Schneider/Zahner:
Gottes-Sehnsucht, Einübung in die franziskani-
sche Spiritualität, München 2005

Mülling: Leben in den Fußspuren des heiligen
Franziskus, Kevelaer 2007.

Grau/Schlosser: Leben und Schriften der
heiligen Klara von Assisi (LSK), Kevelaer 2001