

Geistlicher Rundbrief Nr.: 3/2001

Eine Provokation für den modernen Menschen?

Ich ließ meine Seele ruhig werden und still;
wie ein kleines Kind bei der Mutter
ist meine Seele still in mir“ Ps 131, 2

Liebe Mitchristen!

Vor kurzem hat mich ein Gespräch überrascht. Jemand, der wegen persönlicher Umstände gerade eine schwierige Zeit hinter sich hatte, sagte mir auf meine Nachfrage: „Wissen Sie, in den letzten Jahren habe ich mir angewöhnt, täglich den Rosenkranz zu beten. Das gab mir innere Ruhe und Halt. Ich habe gelernt, daraus Kraft zu schöpfen.“ Und die Person fügte hinzu: „Noch vor einigen Jahren hätte ich mir das nicht vorstellen können. Lange Zeit konnte ich mit dem Rosenkranz nichts anfangen. Ich empfand dieses Gebet sogar als abstoßend. In einer Notzeit, als mir Beten sehr schwer fiel, begann ich im Kleinen mit einem „Gesätzchen“ pro Tag. Es kostete mich Überwindung, dann habe ich allmählich mehr gebetet. Schließlich wurde es mir wichtig und ich habe über die letzten Jahre hinweg den Rosenkranz keinen Tag unterlassen.“

Noch jemand anderer brachte mich auf den Gedanken, über das Rosenkranzgebet zu schreiben, auch wenn es allem Modernen wie eine Provokation erscheinen mag. Ein junger Mann, der sich nach längerem Ringen zur Aufgabe seiner bisherigen, recht erfolgreichen, beruflichen Karriere entschloss, um sich ganz in den Dienst Gottes zu stellen, vertraute mir an: „Immer, wenn ich in eine Krise gerate, hilft mir Maria. Wenn ich mich an sie wende, geht es mir besser.“

Rosenkranz beten? Heute?!

Es ist sicher so, dass viele – nicht nur Junge, auch Ältere – keinen inneren Zugang zu diesem Gebet haben. Es kommt ihnen eintönig vor, ein „Geleier“, geistlos, ein Umweg. Warum über Maria zu Jesus und zu Gott? Warum nicht direkt?

Und doch ist da auch ein Phänomen, das nicht zu übersehen ist. Kaum ein anderes, von einer großen Zahl von Gläubigen einzeln oder gemeinsam verrichtetes Gebet hat eine so lange, reichhaltige Geschichte wie der Rosenkranz. Und wer meint, für junge Menschen komme diese Art des Betens jedenfalls sicher nicht in Frage, wird Überraschungen erleben. Insbesondere für Menschen in Not, zur Überwindung von Leid und bei Bewältigung von Sorgen ist der Rosenkranz auch heute eines der beliebtesten Gebete. Er wird aber auch von vielen als Hilfe zur Gottverbundenheit inmitten eines stressigen Alltags oder von neuem als Ruhepol am Abend entdeckt. Der Rosenkranz wird als einfaches und wertvolles Gemeinschaftsgebet im Kreis der Familie, in kleineren oder größeren Gruppen geliebt.

Geschichte und Ursprung

Der Ursprung des Rosenkranzes hängt mit dem Stundengebet der Kirche zusammen. Jene, die es nicht beten konnten, richteten anstelle der 150 Psalmen ebenso viele Anrufungen an Maria, verbunden mit Predigten über ihr Leben. Aus dem 13. Jahrhundert sind uns die Betrachtungen des Zisterzienserabtes Etienne von Salai über die fünfzehn Freuden Mariens erhalten geblieben. Jede dieser Betrachtungen wurde mit einem „Ave“ abgeschlossen. Besonders stark hat der hl. Dominikus zur Verbreitung des Rosenkranzgebetes beigetragen. Anlass waren die damaligen innerkirchlichen Auseinandersetzungen mit den Albigensern, den Anhängern einer Irrlehre. Der hl. Dominikus wollte einen friedlichen „Kampf“ mit friedlichen Mitteln.

Die Gebetsweise des Rosenkranzes, den man in Angleichung an das Psalmengebet „Psalter“ nannte, war damals elastisch. Die heutige Form mit den fünfzehn Geheimnissen, je einem „Vater unser“, zehn „Gegrüßt seist du Maria“ und einem „Ehre sei dem Vater“ entstand am Ende des 15. Jahrhunderts.

Besondere Blütezeiten erlebte der Rosenkranz in Krisen- und Notzeiten. Den Sieg über die Türken in der Seeschlacht von Lepanto schrieb der Papst dem Rosenkranzgebet zu, das im gesamten christlichen Abendland angesichts der drohenden Gefahren überall verrichtet wurde. Ähnliches gilt auch für die Befreiung Wiens von der Türkenbelagerung. Die Rettung Wiens war Anlass für die Einsetzung des Festes Mariä Namen am 12. September.

Das Anschwellen der Wallfahrtsbewegungen in bestimmten Geschichtsperioden trotz staatlicher Repressalien, wie z.B. in den Zeiten des Kulturkampfes, während des zweiten Weltkrieges oder in manchen Ländern des Ostens unter kommunistischer Herrschaft sind beeindruckende Phänomene bis in unsere Gegenwart. In Österreich wurde der Staatsvertrag zu Recht auch der Fürsprache Mariens zugeschrieben; viel wurde für dieses Anliegen gebetet. Lourdes, Fatima, Tschentstochau oder Guadalupe sind neben vielen anderen großen Marienwallfahrtsorten Gebetsstätten mit einer so besonderen Ausstrahlung und Wirksamkeit, dass menschliche Erklärungsgründe nicht ausreichen.

Es lohnt sich auch in unserer Zeit und mit dem Blick auf die Zukunft, dem Rosenkranzgebet Aufmerksamkeit zuzuwenden, auch wenn jeder selbst den inneren Zugang zu diesem Gebet finden muss und es wahrscheinlich uns allen nicht immer gleich leicht fällt, ihn zu beten. Jedenfalls haben bis heute immer wieder viele Gläubige besondere Erfahrungen damit gemacht. In einer alten französischen Handschrift heißt es: „Wenn die schöne Rose Maria zu blühen beginnt, vergeht der Winter unserer Widerwärtigkeiten und es beginnt der Sommer ewiger Freude zu leuchten.“ Damit und mit der Gewohnheit, Marienbilder mit Rosen zu schmücken, hängt wahrscheinlich auch der Name zusammen, den man der christlichen Gebets- und Zähl schnur, dem Rosenkranz, gegeben hat.

Inhalt

„Dieses Gebet bedeutet das Verweilen in der Lebenssphäre Mariens, deren Inhalt Christus ist“, beschreibt Romano Guardini das Wesentliche des Rosenkranzes. Adrienne von Speyer sagt, dass „immer neu ein Übergang geschaffen wird vom mündlichen zum betrachtenden Gebet und vom vorsätzlichen zum geschenkten Gebet, in dessen Reichtümer wir einfach hinein genommen werden.“ Damit sind wichtige Wesensmerkmale des Rosenkranzes und Gründe für seine Faszination ausgedrückt. Dieses Gebet führt uns zu den wesentlichen Geheimnissen unseres christlichen Glaubens: Als Ausgangspunkt der Rosenkranzandacht beten wir das Credo, das alle Glaubensgeheimnisse zusammenfasst. Wir verrichten das Gebet, das uns der Herr gelehrt hat, das „Vater unser“. Dies schenkt uns jeweils die Grundlage für die Betrachtung der einzelnen Geheimnisse, die uns in drei Zyklen vorgelegt werden. Der

freudenreiche Rosenkranz wendet unser Augenmerk Gott zu, der Mensch wird, geboren aus der Jungfrau Maria. Er kommt zu uns, ist Immanuel, Gott mit uns. Der schmerzhaft Rosenkranz stellt uns das Geheimnis der Erlösung vor Augen, damit wir es in unser Herz aufnehmen, Heilung und Hilfe erfahren, aber auch den Ruf zur Nachfolge verspüren. Der glorreiche Rosenkranz richtet unseren Blick auf unsere Zukunft, die ewige Heimat. Er schenkt uns Hoffnung, Verlangen nach dem Heiligen Geist, nach Verwandlung.

Die Geheimnisse werden jeweils mit den Worten des Grußes Elisabeths und der Bitte für uns Sünder betrachtet. Den Abschluss bildet die Hinwendung zur Allerheiligsten Dreifaltigkeit durch das „Ehre sei dem Vater und dem Sohn und dem Heiligen Geist“.

Das Besondere des Rosenkranzes ist der Übergang vom Wort zum Geheimnis; das Zurückgerufenwerden durch das Wort, wenn die Gedanken sich verlieren; das Angebot der Wiederkehr gleicher Worte, gleicher Geheimnisse, die zur Nahrung der Seele werden und zur Anregung, zum Ausblick, zur Weitung des Horizontes führen. Zu den Besonderheiten dieses Gebetes gehört der Reichtum der Glaubensgeheimnisse, die uns in ihrer Vielfalt nahe gelegt werden und doch in einfache Kurzformeln zusammengefasst sind. Etwas ganz Besonderes ist die „Offenheit“ dieses Gebetes. Es bietet einen klaren Rahmen und eine Struktur für die Abfolge sowohl im gemeinsamen, als auch im persönlichen, privaten Beten. Die Gedanken erhalten eine Ordnung. Diese bleiben aber trotzdem „frei“, denn gerade durch die häufige Wiederholung erlangen sie eine unvergleichliche Vertrautheit, die tief in das Unbewusste hineinreicht und Spielraum für Erwägungen lässt. Das hat freilich auch eine negative Kehrseite: Wir alle wissen, wie leicht und wie rasch wir zerstreut sein können (allerdings nicht nur beim Rosenkranzgebet).

Bei jeder Art des Betens müssen wir wachsam sein, damit wir nicht bloß, wie es Theresia von Avila einmal formuliert hat, „mit unseren Lippen Geräusche hervorbringen, während Verstand und Herz weit von Gott entfernt sind“. Vielleicht ist diesbezüglich beim Rosenkranz eine besondere Wachsamkeit nötig, weil sich bedingt durch die oben beschriebene Vertrautheit mit den Worten, die Gefahr eines „automatischen“, routinemäßigen Betens ohne innere Sammlung, das Abgleiten in „Fantasiereisen“ ohne Verbundenheit mit Gott, sehr leicht einstellen kann.

Andererseits kann aber der Rosenkranz gerade auch heute, da uns so oft durch unsere Lebensweise und durch unsere Arbeit Hektik erfasst, zu einer wirksamen Gebetsschule werden; denn Wiederholung beruhigt. Die Worte des „Vater unser“, des „Ave Maria“, des „Ehre sei dem Vater“ helfen uns, vom allzu Alltäglichen etwas Abstand zu gewinnen und Gott und seinen Geheimnissen näher zu kommen. Das kann eine Art sein, wie wir uns sammeln. Zugleich entdecken wir bei der Betrachtung der Geheimnisse des Lebens Mariens, des Lebens Jesu, der Erlösung und der Wahrheiten, die das ewige Leben betreffen, Anrufungen Gottes, die an uns gerichtet sind, mit unserem Leben zu tun haben und manchmal plötzlich, andere Male erst nach längerer Zeit ein Licht aufleuchten lassen, das uns manche unserer Erfahrungen anders – in einem neuen Licht – sehen, Mut fassen, aufatmen und neu beginnen lassen.

Viele Gebetsweisen

Sofern es sich wirklich um Gebet handelt, das heißt um Zwiegespräch, um direkten Kontakt mit Gott, ist Gebet immer etwas Persönliches, individuell verschieden je nach Wesensart, oft auch je nach äußeren und inneren Umständen und Befindlichkeiten, die sich ändern können. Das zeigt sich auch beim Rosenkranzgebet, bei diesem Gebet vielleicht sogar ganz besonders.

Je nach Stimmungslage beten wir anders. Es können sich auch sehr hilfreiche und wohltuende, manchmal direkt heilende Gebetsgewohnheiten entwickeln. Ich denke z.B. an eine Frau mit einer schwierigen Ehe, die nach einiger Zeit die Gewohnheit entwickelte, nach einem Ehekrach, der sie meist innerlich stark aufwühlte, den schmerzhaften Rosenkranz zu beten, sobald die schlimmste Aufregung vorüber war und sie sich einigermaßen dazu im Stande fühlte. Das brachte ihr fast immer Linderung, auch eine gewisse Selbstbesinnung, die dann meist dazu führte, dass ihr auch der eigene Anteil am Entstehen der familiären Spannungen bewusst wurde. Oft fand sie dann den Weg zu einer aufrichtigen Beichte, die ihr von neuem vollen Frieden und Ermutigung schenkte.

Ich denke auch an Depressive, die in manchen Phasen ihrer Erkrankung am ehesten noch einen Rosenkranz „zustande“ bringen, bei schlimmeren Phasen allerdings auch das nicht. Wenn sie dann wieder mit dem Rosenkranz Kleinweife anfangen können, ist das bereits ein erstes „Lebenszeichen“. Das Gebet ist ein Zeichen der Hoffnung und der Zuwendung zum Leben. Oder ich denke an einen Priester, der sich im Gebet des freudenreichen Rosenkranzes oft für die seelsorgliche Arbeit Mut, Freude, Schwung holt. In einer stärker werdenden Angst können viele, insbesondere in längeren Wartezeiten, am ehesten einen Rosenkranz beten. Ein bereits verstorbener Priester unserer Diözese erzählte manchmal von seinen inneren Erfahrungen während eines Gefängnisaufenthaltes in der Zeit des Nationalsozialismus. Bei solchen physischen und psychischen Belastungen sei es schwierig, fast unmöglich, die Gedanken zu einem frei formulierten Gebet zusammenzuhalten. Er habe in dieser Zeit vor allem Rosenkranz gebetet. In solchen Verhältnissen komme einem freilich sehr zugute, wenn man durch eine langjährige Gebetspraxis geübt sei. Oder eine andere Beobachtung: Schweres Leid, eine große Sorge können durch das beharrliche Gebet des Rosenkranzes allmählich erträglicher, manchmal mit einer neuen Sichtweise betrachtet oder sogar in etwas verwandelt werden, was als wertvoll und segensreich erfahren wird.

Abgesehen von all diesen oft sehr persönlichen Gebetsformen und Erfahrungen können einige besondere Arten, den Rosenkranz zu beten, unterschieden werden. Ich meine hier nicht so sehr die äußere Gestaltung: z.B. ob dem „Gesetzchen“ jeweils eine vorformulierte oder frei gesprochene Darstellung des zu betrachtenden Geheimnisses vorausgeht oder, wie im deutschen Sprachraum üblicher, bei jedem „Gegrüßet seist du Maria“ das jeweilige „Gesetzchen“ dazu gesprochen wird. Auch diesbezüglich gibt es alle möglichen Varianten. Ich meine hier die persönliche Gebetsweise, die auch bei jedem Einzelnen, je nach Situation, nach innerem Empfinden wechseln kann.

- **Betrachtung der Worte**

Es können die Worte des „Vater unser“, des „Gegrüßet seist du Maria“, des „Ehre sei dem Vater“ im Vordergrund stehen, indem sich ihnen der Beter innerlich zuwendet und sie ein ums andere Mal verkostet, ähnlich wie das Kenner mit einem guten Wein tun. Eine solche Gebetsweise kann sehr belebend, erneuernd und erfrischend wirken, die Gesinnung ändern, weil diese Jesus, Maria, dem Vater, dem Heiligen Geist, den Geheimnissen zugewandt wird. Manchmal kann sich beim Beten eine bestimmte Akzentuierung herauskristallisieren, z.B. jemand „wartet“ bei jedem „Ave Maria“ auf das „Gegrüßet seist du Maria“, oder „voll der Gnade“, oder „der Herr ist mit dir“ oder auf „Jesus“, auf den alles hinausläuft. Das kann Freude, Frieden, Dankbarkeit vermitteln, eine Art Lobpreis sein, der die Seele zu Gott erhebt.

- **Betende Betrachtung der Geheimnisse**

Von Anfang an war dies eine besonders beliebte „Übung“. Im Mittelalter entstanden zu diesem Zweck Altarbilder, in denen die fünfzehn Geheimnisse als Hilfe für die Betrachtung bildlich dargestellt waren. Die Beter ließen ihre Augen auf diesen

Abbildungen ausruhen, während sie die „Gegrüßet seist du Maria“, „Heilige Maria, bitte für uns ...“ sprachen. Es wurden und werden bis auf den heutigen Tag auch Texte verfasst, die in die Geheimnisse tiefer einzuführen und die Beziehung zum eigenen Leben oder zu den Geschehnissen in der Welt besser zu erfassen suchen. Die einzelnen Worte des „Gegrüßet seist du Maria“ treten dabei eher in den Hintergrund. Sie bilden aber „Stützpunkte“ für die Betrachtungen, es bestehen Wechselbeziehungen und Querverbindungen, die wohl bei jedem Gläubigen individuell verschieden ausgeprägt sind und sich im Laufe des Lebens, bedingt durch die innere Entwicklung, stark verändern können.

- **Bittgebet**

Der Rosenkranz eignet sich erfahrungsgemäß besonders gut als „Träger“ der Bitten und Sorgen, die man auf dem Herzen hat. Das Gebet kann zur Nachahmung des Bittstellers werden, der – weil er etwas unbedingt erhalten möchte – immer wieder anklopft und vorspricht. Die Worte des „Ave“ werden dabei als Begründung für das Anliegen verwendet; die Geheimnisse der „Gesätzchen“ werden mit den Anliegen (bzw. umgekehrt diese mit den Geheimnissen) in Bezug gebracht. Das kann sehr hilfreich sein, ein richtiges „Ventil“ für all das, was uns zusetzt und belastet, zugleich eine starke Kraft in allen Unternehmungen und Vorhaben oder eine Hilfe für die anderen! So manche Mutter schützt so ihre Kinder, begleitet sie, steht ihnen bei, empfiehlt sie der Fürsprache Mariens an, indem sie den Rosenkranz voll Vertrauen betet.

Wenn viele vereint - an einem Ort versammelt oder getrennt an vielen Orten - den Rosenkranz beten, nimmt er den Charakter eines „**Sturmgebetes**“ an, mit dem großen Gefahren begegnet, Unglück überwunden wird.

Übung macht den Meister

Es ist nicht möglich, eine umfassende Darstellung der mit dem Rosenkranzgebet zusammenhängenden Fragen und Aspekte zu geben. Wichtig scheint mir, dass bewusst wird, wie wichtig es ist, im Gebet nicht nachzulassen und sich nicht mit Halbherzigkeiten abzufinden. Unser ganzes Leben lang wird es ein Anliegen bleiben: gesammelter zu werden, den Kontakt mit Gott intensiver zu suchen. Im Gebet nicht nur zu reden, sondern vor allem auch zu hören, hinzuschauen, zu betrachten, aufzunehmen. Dass es uns manchmal schwer fällt, vielleicht in bestimmten Situationen sogar ausgesprochen schwer, darf uns nicht verwundern. Mit der Freiheit des Geistes werden wir, geleitet vom Heiligen Geist, die Quelle des Lebens immer wieder finden und erfahren: Maria führt zu Jesus, sie ist kein Umweg, sondern oft der direkteste Weg. Sie lenkt nicht ab, sondern macht feinfühler und offener für alles, was Gott will.

Viel Freude, Ausdauer und Kraft im Bemühen um das rechte Verständnis des Rosenkranzgebetes wünscht Ihnen

+ Klaus Küng