
Andrea Grünhagen:

Von inneren und äußeren Haltungen im Gottesdienst¹

A. Allgemein

1. Innere und äußere Haltung

Das Wort Haltung ist ein Synonym. Als Kinder sagten wir dazu „Teekesselchen“, weil das Spiel, mit dem man solche Begriffe erraten muss, so heißt. Wenn der Verfassungsschutz sagte: „Die Haltung von XV zum Thema XY ist bedenklich.“, dann gibt seine Meinung oder seine Einstellung oder seine Gefühle in Bezug auf eine Sache Anlass zu Nachfragen. Wenn eine Physiotherapeutin sagt: „XY hat eine schlechte Haltung.“ stimmt wahrscheinlich etwas mit seiner Wirbelsäule nicht. Es gibt also eine innere und eine äußere Haltung. Ich möchte mit Ihnen auf die innere und die äußere Haltung in Bezug auf den Gottesdienst zu sprechen kommen und auch mit Ihnen entdecken, was beides unter Umständen miteinander zu tun hat. Es geht also mehr um Reflexion als um Information.

2. Sense and Sensibility

Von der britischen Schriftstellerin Jane Austen gibt es einen Roman mit dem Titel: „Sense and Sensibility.“ Auf Deutsch meist mit „Sinn und Sinnlichkeit“ wiedergegeben, um das Wortspiel nachzuahmen, das darin steckt. Eine korrekte Übersetzung wäre eigentlich: Verstand und Gefühl. Wenn es um innere und äußere Haltungen geht, spielt beides eine Rolle, und Verstand und Gefühl sind bestenfalls im Einklang, oder man findet heraus, warum sie das nicht sind. Ein Beispiel dazu: In der Gemeinde, in der ich aufgewachsen bin, gab es eine Frau, die sich nicht überwinden konnte, beim Abendmahl aus dem gemeinsamen Kelch zu trinken. Sie bekam sofort Lippenherpes. Und dazu reichte schon der Gedanke daran. Ihrem Verstand war völlig klar, dass das

¹ Diesem Artikel liegt ein Vortrag mit dem Titel „Meine Haltung im Gottesdienst“ zugrunde, der im Rahmen eines Gemeindefeminars zum Thema Gottesdienst am 2. September 2023 in der Dreieinigkeitsgemeinde Dresden gehalten wurde. Der Vortrag wurde leicht gekürzt, der Vortragsstil wurde meist beibehalten.

überzogen ist. Aber das Gefühl sagte nein. Oder nehmen wir das bekannte Phänomen, dass manche Menschen husten müssen, wenn Weihrauch verbrannt wird. Das ist medizinisch unlogisch, weil im Weihrauchharz ein Stoff ist, der die Bronchien im Gegenteil weitet, man also nicht erstickt davon, aber das Gefühl sagt: „Rauch! Ich erstickte! Böser katholischer Rauch! Jetzt erstickte ich erst recht!“ Erster wichtiger Gedanke: Die Feier des Gottesdienstes hat nicht nur mit unserem Verstand zu tun, sondern auch ganz viel mit unseren Gefühlen, also mit unserer inneren Haltung.

3. Männer und Frauen

Es wird heute sehr viel über die äußerliche Gestaltung des Gottesdienstes zu reden sein, über das, was wir mit unseren Sinnen wahrnehmen, was beispielsweise unserer konzentrierten Aufmerksamkeit dient und was eher ablenkt. Eine interessante Frage ist in dieser Hinsicht, ob Männer und Frauen jeweils andere äußerliche Formen und Gestaltungselemente in der Kirche bevorzugen. Ich meine, dass man das nicht pauschal so sagen kann. Rationalität und Emotionalität sind bei Männern und Frauen nicht stereotyp verteilt. Das Gleiche gilt für ästhetische Vorlieben. Manches ist wohl auch eine Generationenfrage. Ich habe den Eindruck, dass es zum Beispiel in einem Familiengottesdienst mit vielen auf Kinder ausgerichteten Elementen jüngeren Männern etwas leichter fällt, bunte Krepppapierbänder zu schwenken oder Liedtexte mit Bewegungen zu begleiten als älteren, es gibt allerdings generationen- und geschlechterübergreifend Gottesdienstbesucher, die das einfach nur furchtbar peinlich finden. Sie können im Nachgang zu dieser Veranstaltung die Frage, ob und in welcher Hinsicht Männer und Frauen Gottesdienstgestaltung unterschiedlich erleben (und praktizieren) ja mal einer Person ihrer Wahl stellen. Ich wette, es gibt Ehepaare, die seit Jahrzehnten nebeneinander in der Bank sitzen und sich noch nie darüber unterhalten haben, wie manche Äußerlichkeiten auf den anderen wirken. Mir fällt zum Beispiel eine Frau ein, die rote Nelken als Blumenschmuck auf dem Altar ganz und gar nicht mag. Ob ihr Mann sie jemals gefragt hat, warum sie dann so grimmig guckt? Weil nämlich - na, was würden Sie vermuten?...

So ein persönlicher Austausch ist interessant. Rein pragmatisch arbeiten wir, was Gottesdienste angeht, ja meistens eher pragmatisch, wobei sich allerdings oft stereotypische Verteilungen zwischen Männern und Frauen ergeben. Wer kümmert sich in dieser Gemeinde um die technischen Belange? Und wer bügelt die Altardecke und sorgt für den Blumenschmuck? Wer leitet die Chöre? Und wer hält Kindergottesdienst? Ich habe keine logische Erklärung dafür, warum das so ist, aber oft scheinen sich diese Aufgaben recht stereotyp auf Männer und Frauen zu verteilen.

4. Fülle/Schönheit/Schmuck

Vielleicht haben Sie schon mal bemerkt, dass in der Bibel von einem Zuviel an Schmuck und kostbarer Ausgestaltung eigentlich nie die Rede ist, angefangen von der Stiftshütte über den Tempel in Jerusalem bis zur Schilderung des himmlischen Gottesdienstes in der Offenbarung. (Ex. 25-28; 2. Chr. 3-5; Jes. 6,1-3; Offb. 4,1-5,14). Die Heilige Schrift zeugt von einer großen Fülle, Schönheit und Pracht der äußerlichen Gestaltung. Es hat in der Geschichte des Protestantismus da besonders in der reformierten Theologie bedauerliche Verengungen und Verarmung gegeben, und die Zeit des Vernunftglaubens in der Aufklärung und kirchlich der Pietismus haben dann noch ein Übriges getan.

B. Innere Haltung

1. Tatsächlich Liebe (1. Kor.14,1)

Ich möchte nun auf die innere Haltung zu sprechen kommen. Vor einiger Zeit habe ich eine Entdeckung gemacht. Das 14. Kapitel des 1.Korintherbriefes, in dem es ja um verschiedene Fragen den Gottesdienst betreffend geht, beginnt mit den Worten: „Strebt nach der Liebe!“ Tatsächlich Liebe! Und das steht ausgerechnet vor und über all den Einzelfragen. Was dann kommt, nämlich der rechte Gebrauch besonderer Geistesgaben (wie Prophetie und Zungenrede) und die Rolle der Frau im Gottesdienst steht unter diesem Vorzeichen. Streiten können wir ganz vortrefflich über diese Fragen, aber wie sieht es dabei mit der Liebe aus? Zuerst die Liebe zu Gott: Liegt der Gedanke, dass man „um Gottes Willen“ in die Kirche geht, manchmal nicht bedauerlich fern? Der Satz: „Wir begegnen im Gottesdienst dem heiligen und allmächtigen Gott.“ ist Ihnen sicher allen geläufig, aber glauben Sie das denn auch? Glauben Sie, dass es für Gott einen Unterschied bedeutet, ob Sie da sind oder nicht? Viele Christen können den Gedanken, dass Gott sich über sie freut und gerne mit ihnen Zeit verbringen will, schwer glauben. Wenn man jemanden liebt, möchte man doch gemeinsam Zeit verbringen. Dazu kommt die Liebe zum Nächsten. Müssen wir uns selbst nicht der schlimmsten Lieblosigkeit anklagen, was das angeht? Da ist nicht nur das Hauen und Stechen über theologische Themen. Es ist nicht die Frage, ob das sein muss -es muss-, sondern wie wir dabei miteinander umgehen. Oder stellen sie sich mal ganz praktisch vor, alle Ihre Gedanken, die sie an einem normalen Sonntag während des Gottesdienstbesuches so haben, würden sichtbar auf einem Bildschirm zu lesen sein. Ich fürchte, es könnte etwas mühsam sein, einen einzigen liebevollen Gedanken über andere zu finden, aber überhebliche, missgestimmte, gleichgültige und kritische gäbe es reich-

lich. Es ist also der wichtigste Grundsatz, dass man bei allem Für und Wider, was den Gottesdienst angeht, persönlich und gemeindlich zuerst überlegt, wie sich das mit der Liebe zu Gott und zum Nächsten verträgt.

2. Ruhe - Stille

Viele Menschen gehen davon aus, dass sie irgendwie besonders gestimmt sein müssten, wenn sie in die Kirche gehen. Und ganz von der Hand zu weisen, ist das ja auch nicht. Es bedeutet einen Unterschied, ob ich an einem hellen Sommermorgen mich aufgemacht habe oder an einen trüben Novembertag. Aber abgesehen von solchen Zufälligkeiten, bringt jeder etwas mit an Stimmungen, Sorgen, Gefühlen, Problem, Fragen, Freuden, was man ja nicht einfach an der Kirchentür abgibt. Oft herrscht in unserer Seele Sturm im Wasserglas. Stellen Sie sich vor, Sie schütten etwas Sand in ein Glas mit Wasser und rühren es um. Dann entsteht ein Strudel und alles wirbelt durcheinander und das Wasser wird trüb. Man muss es ein Weilchen stehen lassen, damit es sich wieder klärt. Alles wirbelt in unserem Kopf durcheinander, so dass wir uns schlecht konzentrieren können, die Gedanken abschweifen, man pausenlos weitergrübelt. Liturgisch soll der Introitus (und das Eingangsgesang, was aber eine spätere Erfindung ist), sowie das Sündenbekenntnis und Vorbereitungsgebete (die der Pfarrer, idealerweise mit allen am Gottesdienst Beteiligten, vorher in der Sakristei spricht,) helfen, das Gedankenkarussell zu stoppen. Es ist eine hilfreiche Sache, sich gerade beim Ankommen und Hinsetzen ganz bewusst die Zeit zu nehmen, ruhig zu atmen, vielleicht kurz die Augen zu schließen und die Gedanken auf Gott zu richten. Das könnte man mit einem Liedvers tun (z.B. Ich bin Herr zu dir gekommen...), mit einem kurzen freien Gebet oder auch ohne Worte. Indem man einfach nur vor Gott still wird.

3. Vorbereitung

Damit bin ich schon beim nächsten Punkt: ob ich den Gottesdienst wirklich innerlich beteiligt mitfeiern kann, hängt ganz massiv von der Vorbereitung ab. Je mehr Unruhe man am Sonntagmorgen hat, desto wichtiger ist es, bewusst zur Ruhe zu kommen. Und da haben es gerade Familien mit kleinen Kindern schwer. Wenn man ungebremst vom chaotischen Familienfrühstück in die Kirche stürmt, ist das mit der Ruhe so eine Sache. Aber auch zu pflegende Angehörige oder alles andere, das notwendig ist, will in diesem Zusammenhang bedacht sein. Man kann sich das ja auch nicht immer aussuchen. Kann man den Sonntagmorgen vor dem Gottesdienst einigermaßen entspannt gestalten, sollte man das tun. Wenn man die Zeit dazu hat, hat es sich als Vorbereitung auch als sehr hilfreich erwiesen, sich schon mal innerlich auf den Sonntag einzustellen, in-

dem man bis Samstag 18.00 Uhr mit allem fertig ist, was zu erledigen ist. Man könnte sich auch das Gesangbuch nehmen und die Lesungen des kommenden Tages lesen und versuchen, herauszufinden, was das Thema sein wird. Jeder Sonntag hat ein Thema. Im neuen SELK-Gesangbuch sind auch die Predigtreihen mit abgedruckt. Man kann also auch den Predigttext schon mal lesen, dann hat man sich vielleicht schon eigene Gedanken gemacht, bevor man die Predigt hört. Wenn nun ein Pfarrer einen anderen Text nimmt, war das auch nicht umsonst.

Wichtig ist es, eine Zäsur zwischen Sonntag und Alltag zu setzen. Die jüdische Sabbatfeier ist da ein gutes Vorbild. Die ist darauf angelegt, in der Familie vollzogen zu werden. Es könnte für Familien durchaus hilfreich sein, Übergänge am Samstag in den Sonntag zu schaffen. Zum Beispiel lässt sich ein schönes gemeinsames Essen am Samstag viel leichter organisieren als in Hektik sonntags ein tolles Frühstück veranstalten zu wollen oder ebenso hektisch nach dem Gottesdienst etwas Aufwendiges zu kochen, wo alle schon Hunger haben. Der alte Trick, sonntags etwas aufzutischen, was man vorbereiten kann, ist gar keine schlechte Idee.

Aufmerksamkeit/Wahrnehmung

Gehen wir nun davon aus, dass es also durch gute Vorbereitung gelungen ist, unnötige Unruhe zu vermeiden und in der Kirche auch innerlich anzukommen, kommt die nächste Herausforderung. Wir nehmen etwas wahr. Man kann nicht nichts wahrnehmen, genauso wie man nicht nicht kommunizieren kann. Da ist zum Beispiel der Lärmpegel vor dem Gottesdienst. Wer mit einer großen Kirche gesegnet ist, hat damit weniger Probleme. Je enger es ist, desto mehr hört man. Unter Umständen riecht man sogar mehr. Wir nehmen wahr, ob es angenehm warm oder zu warm oder zu kalt ist oder ob es zieht. Wir können leider die Augen nicht von dem auffälligen Kleid von Frau XV abwenden. Auf der Empore wohnt offensichtlich eine Elefantenherde. Jedenfalls hört es sich so an, wenn der Posaunenchor die Treppe hochpoltert und dann klingt es zunächst auch noch wie traurige Elefantenbabys, bis die Instrumente gestimmt sind. Über den ganzen Lärm hinweg versucht sich der Chorleiter Gehör zu verschaffen. Es gibt nicht nur Pfarrer, sondern auch andere wichtige Leute mit der Angewohnheit, noch mal eben vor dem Gottesdienst mit allen möglichen Leuten Sachen absprechen zu wollen. Auch müssen alle lieben Kinder noch eben mal zu Oma und Opa rennen und sie begrüßen, was die natürlich freut und alle, die keine lärmenden Enkelkinder vorweisen können, ein bisschen deprimiert. Unter diesen Umständen muss man sehr laut reden mit den Sitznachbarn. Falls man nicht rechtzeitig fertig damit ist, kommt ja das Orgelvorspiel, das übertönt das dann. Wenn es so läuft, vergessen Sie alles, was ich über zur Ruhe kommen gesagt habe.

4. Störungen/Irritationen

Es hilft nichts, sich fest vorzunehmen, Ablenkendes oder gar Störendes nicht wahrnehmen zu wollen. Ich erinnere mich an den Eröffnungsgottesdienst eines Allgemeinen Pfarrkonventes, der sehr lange dauerte. Nebenbei wurde gegrillt. Das war regelrecht seelische Grausamkeit, die ganze Zeit diesen leckeren Grillgeruch riechen zu müssen. Aber niemand konnte sich dem entziehen. Auch während des Gottesdienstes kann es zu Irritationen kommen. Anfangen von der schief sitzenden Stola des Pfarrers, was jeden Menschen mit Bewusstsein für Symmetrie und vor allem Pfarrfrauen sehr ablenken kann, über Geräusche draußen, schreiende Babys, herunterfallende Gesangbücher bis hin zu medizinischen Notfällen.

Ein Hinweis: der Liturg am Altar bekommt von diesen Sachen oft gar nichts mit. Oder er blendet sie aus, weil sein Adrenalinspiegel dazu hoch genug ist. Wenn es nötig ist, also etwa jemand ohnmächtig wird oder ein Randalierer hereinkommt oder ein kleiner Tumult entsteht (habe ich neulich erlebt, weil zwei Gottesdienstbesucher unterschiedliche Ansichten zur Handynutzung im Gottesdienst hatten) muss erstens jemand aus der Gemeinde umgehend handeln und zweitens jemand den Pfarrer darauf aufmerksam machen.

Eine Irritation kann aber auch durch etwas Inhaltliches ausgelöst werden. Da grübelt man zum Beispiel, ob eine Aussage in einem Lied oder einer Predigt wirklich stimmen oder es passiert liturgisch etwas Ungewohntes, und der Gottesdienst ist für einen „gelaufen“.

Manche Leute ärgern sich auch schon aus lauter Gewohnheit, sie warten geradezu auf die Irritation: Familie XY kommt immer zu spät. Frau XY lässt ihr Kleinkind immer im Altarraum herumkrabbeln. Ein Konfirmand lässt immer seine Mütze auf. Herr Soundso wickelt immer umständlich sein Hustenbonbon aus. Oder Frau XY sieht ihren Exmann mit der neuen Freundin. Herr Y sieht seine Schwiegermutter. Und dann hat auch noch jemand seinen Hund dabei. Wir können nicht nicht wahrnehmen. Deshalb müssen wir mit Störungen umgehen, indem wir möglichst ohne Vorwurf darüber reden. Besser nicht in der unmittelbaren Situation (siehe das Beispiel mit der Handynutzung) und uns selbst mal beobachten, ob wir vielleicht sehr empfindlich reagieren oder ob wir vielleicht für andere Anlass zu einer Irritation sind.

C. Äußere Haltung

1. Sinne im Gottesdienst

Im Folgenden soll es um die äußere Haltung im Gottesdienst gehen. Hier ist Haltung im weitesten Sinne nicht nur als Gesten und Bewegungen zu verstehen, sondern an alles zu denken, was im Gottesdienst und im Kirchoraum mit unseren Sinnen wahrnehmbar ist. Darum komme ich nun zunächst auf unsere Sinne zu sprechen und auch, was mögliche Einschränkungen in diesem Bereich bedeuten.

a. Hören

Gottes Wort zu hören, hat mit Hören zu tun. Es ist also eine wichtige Frage, was dieses Hören unterstützt. Das kann man eher technisch verstehen, also ob eine Mikrofonanlage in einer jeweiligen Kirche sinnvoll und nötig ist oder wie man die Akustik im Raum verbessern könnte. Auch an diesem Punkt muss man bedenken, dass unterstützende Technik im Sinne von Zuviel und Zuwenig unterschiedlich wahrgenommen wird. Es gibt Kirchräume, da reichten eine laute Stimme und eine deutlich Aussprache wirklich nicht aus, um gut verstanden zu werden. Videogottesdienste erfordern ohnehin ein höheres Maß an Technik im Bereich fest installierte und mobile Mikrophone. Trotz Unterstützung sollte man alle, die in gottesdienstlichen Zusammenhängen etwas zu sagen oder zu lesen haben, sorgfältig darin üben, Rücksicht auf diejenigen zu nehmen, die nicht gut hören.

Es geht beim Hören aber auch um Konzentration und Aufnahmefähigkeit. Diskutiert wird zum Beispiel, ob es nicht sinnvoller wäre, bei den Lesungen zu sitzen, da langes Stehen rein körperlich für manche Gottesdienstbesucher so anstrengend ist, dass sie sich gar nicht auf das Gehörte konzentrieren können. Andererseits erfordert die Ehrfurcht vor Gottes Wort, dass man sich respektvoll erhebt. Ich bin da noch zu keinem abschließenden Ergebnis gekommen, finde es aber gut, wenn der Pfarrer bei ganz besonders langen Texten die Gemeinde bittet, sich zu setzen, beziehungsweise Gemeindeglieder, die körperlich beeinträchtigt sind ermutigt, mit gutem Gewissen sitzen zu bleiben.

In jedem Falle hilfreich ist es, wenn man versucht, Nebengeräusche im Gottesdienst möglichst zu reduzieren. Der Klassiker ist in dem Zusammenhang die Frage, wann man mit einem schreienden Baby oder quengelndem Kleinkind rausgeht (oder ob man das überhaupt tut). Absprachen junger Eltern untereinander dazu helfen. Mobile Endgeräte, die sich im unpassenden Moment melden, sind ein weiteres Thema. Gerade bei größeren Gottesdiensten kann so ein kleiner Hinweis im Programm dazu schon helfen.

Was auch zum Hören gehört ist die Überlegung, ob man die Lesungen im Gesangbuch mitliest oder nicht. Beobachten Sie sich doch mal selbst, ob sich etwas verändert, wenn sie das tun oder nicht tun. Was hilft Ihnen mehr, das Vorgetragene aufzunehmen?

b. *Sehen*

„Wie sieht es denn hier aus?!“ Man kann diesen Satz unterschiedlich betonen. Was vermuten Sie, dass jemand, der ihre Kirche betritt, als erstes wahrnimmt? Was ist alles zu sehen? Worauf wird der Blick gelenkt? In der Regel sehen wir das, was wir andauernd vor Augen haben, nicht mehr wirklich. Das kann man schön verdeutlichen, indem man Menschen bittet, ihre Armbanduhr zu beschreiben oder ein Detail des Kirchenfensters zu malen, dass sie schon ihr ganzes Leben lang sehen, oder Ehemänner zu fragen, welche Farbe das Kleid, das ihr Frau gestern trug, hatte.

Auch was wir im Gottesdienst sehen, ist nicht unwichtig. Ob es ordentlich und sauber im Gottesdienstraum ist, ob die Altarblumen von der Vergänglichkeit aller Kreatur predigen oder nicht, ob die Sitzkissen auf Bänken oder Stühlen noch Vorkriegsware sind (in manchen Gemeinden kommt man ins Fragen, welcher Krieg gemeint sein könnte), ob die Schuhe des Pfarrers geputzt sind oder wie knapp die Kleidung der Banknachbarin sitzt, - wir sehen eine ganze Menge. Und manches kann Irritationen auslösen.

Schwieriger ist es, wenn wir nichts sehen. Das ist der Fall, wenn es architektonische „Um-die-Ecke-Lösungen“ gibt. Oder man hinter einer Säule sitzt. Oder die Kirchenbänke sehr hoch sind. Oder man kurzsichtig ist. Letzteres merkt man zum Beispiel beim Gebrauch des Gesangbuches. Man könnte vielleicht festhalten, dass es ein Ziel ist, dass alle gut sehen können, was passiert. Liturgisch soll die Gemeinde das ausdrücklich, zum Beispiel bei der Konsekration. Da ist deutlich durch Kreuzzeichen zu bezeichnen, was von den Gaben auf dem Altar konsekriert ist und was nicht. Auch wenn die konsekrierte Hostie erhoben wird oder der Pfarrer sich mit Kelch und Hostie in der Hand der Gemeinde zuwendet, ist das ein Zeigegestus. Man *soll* das sehen. Und also auch hinschauen. Viele haben von klein auf gelernt, weil sie das immer so gesehen haben, dass man nach unten schaut bei der Konsekration. Das Gegenteil ist der Fall. Es ist ein heiliger Moment, aber man soll hinschauen. Oder: Mindestens die Paten müssen bei einer Taufe sehen, ob das Kind richtig mit Wasser getauft wurde.

Im Zusammenhang mit dem Sehen ist auch von Farben zu reden. Wie schön es ist, dass die liturgischen Farben im Kirchenjahr wechseln, und was sie ausdrücken, merkt man erst, wenn man mal Gottesdienste anderer Kirchen erlebt. Sowohl in der reformierten Kirche als auch in Pfingstkirchen spielt das z.B. keine Rolle. Erstere haben weder farbige Gewänder oder andere Textilien

in der Kirche, auch keine Blumen oder Kerzen und die anderen meistens eine Bühne mit einer Band und einem Rednerpult.

Wichtig für Kirchornungsgestaltung und Gottesdienst ist es, dass es keine sogenannte „Ton-Bild-Schere“ gibt. Was gesagt wird, soll nicht durch das, was man sieht, konterkariert werden.

c. *Riechen*

Wahrscheinlich hätten Sie nicht gedacht, dass der Geruchssinn in der Kirche eine Rolle spielt. Mal abgesehen vom Gebrauch von Weihrauch vielleicht. Aber wenn man bedenkt, dass Weihrauch biblisch ist und wie oft Duftstoffe und Gewürze in der Bibel erwähnt werden, ist Riechen bestimmt nicht nebensächlich.

Als störende Wahrnehmung sowieso nicht. Und stören und sich in den Vordergrund der Wahrnehmung drängen kann sich alles vom stark duftenden Putzmittel über das Parfüm der Sitznachbarn bis zum Kaffeeduft aus der Gemeindegüche.

Besonders bei der allgemeinen Beichte und beim Abendmahlsempfang kommt man seinen Mitchristen nahe. Deshalb ist hier besondere Sorgfalt nötig, vor allem durch den Pfarrer und etwaige Kommunionhelfer. Liturgische Gewandung freut sich über regelmäßigen Aufenthalt in der Reinigung. Auch Kommunikanten freuen sich, wenn diejenigen, die das Sakrament austeilen, am Sonntag nicht übermäßig viel Parfüm auf die Handgelenke sprühen. (Ja, das betrifft auch Männer)

Es gibt die Anekdote von einem Pfarrer, der eine Fensterscheibe einschlug und sagte, nächst dem heiligen Geist bräuchte eine Gemeinde frische Luft. Fehlende frische Luft befördert den Kirchenschlaf. Ebenso wie oft Gesehenes fallen Gerüche mit der Zeit nicht mehr auf. Jemandem, der neu in eine Kirche oder einen Gemeindefraum kommt, fallen sie aber auf.

d. *Fühlen (warm/kalt)*

Kommen wir zum Fühlen. Also bitte, wir sind Lutheraner, wir fühlen nicht! Doch, tun wir, auch wenn unsere Gottesdienste Gott sei Dank nicht gefühlig sind oder darauf angelegt, besondere emotionale Effekte hervorzurufen. Wir fühlen zum Beispiel, ob es warm oder kalt ist in der Kirche. Extreme in beide Richtungen können störend sein. Wir fühlen, ob wir auch längere Zeit bequem sitzen oder mit ausreichend Platz stehen können. Wir fühlen, ob Kniebänke dazu gemacht sind, dass man darauf knien kann, oder ob sie das eher verhindern sollen. Dazu später noch etwas.

Wir fühlen bei der Beichte und bei Segenshandlungen die Berührung. Wir spüren, wenn wir uns vor dem Gottesdienst begrüßen, den Händedruck oder

eine Umarmung und in manchen Gemeinden beides auch liturgisch beim Friedensgruß. In der Coronazeit haben wir alle gemerkt, was es bedeutet, wenn diese Dimension des Fühlens fehlt.

Fühlen ist aber auch ein sensibler Bereich. Da kann die Wahrnehmung sehr unterschiedlich sein oder durch besondere Umstände verändert werden. Ich denke beispielsweise an eine Frau, die durch eine Chemotherapie ihre Haare verloren hatte und es nur ganz schwer ertrug, bei der Absolution die Hände auf den Kopf mit den spärlich nachwachsenden Haaren gelegt zu bekommen. Gut, dass sie sich getraut hat, das auszusprechen. Da konnte ihr Pastor dann besonders behutsam sein.

Sinneswahrnehmungen sind ein Teil unserer Geschöpflichkeit. Auch im Gottesdienst sind wir keine reinen Geistwesen

e. *Schmecken*

Bleibt von den Sinneswahrnehmungen noch das Schmecken. Das kommt, soweit ich sehe, im Gottesdienst nur bei den Abendmahlsgaben vor. Natürlich sollen wir sehen und schmecken wie freundlich der Herr ist, und nicht, wie gut der verwendete Wein. Aber irgendetwas an Essig Grenzendes oder schon muffig schmeckende Hostien sind unangemessen, weil sie der Würde, Träger des Leibes und Blutes Christi zu sein, nicht gerecht werden. Die Verwendung von Traubensaft ist übrigens in der Selbständigen Evangelisch-Lutherischen Kirche (SELK) nicht gestattet. Hinsichtlich des Schmeckens ist es eine barmherzige Übung, Konfirmanden im Unterricht eine unkonsekrierte Hostie zu geben, sie etwas Wasser aus dem Kelch trinken zu lassen und sie daheim einen Schluck Weißwein probieren zu lassen. Es gibt nicht wenige Christen, die bei ihrem ersten Abendmahlsempfang so abgelenkt und unsicher waren, dass sie geistlich gar nichts mitbekommen haben.

Sinneswahrnehmungen sind ein Teil unserer Geschöpflichkeit. Wir sollen deshalb fragen, wie das, was uns durch unsere Sinne vermittelt wird, die Botschaft im Gottesdienst unterstützen kann.

2. **Exkurs: Kleidung**

Die Liturgie der Kirche ist reich an Riten und Symbolen, die genau das unterstützen sollen. Bevor ich dazu komme, aber noch ein kleiner Exkurs zum Thema Kleidung. „Ach, über das Thema Sonntagskleidung sind wir doch hinaus, es kann jeder anziehen, was er will.“ Macht ja auch jeder. Und trotzdem drücken wir mit Kleidung einerseits etwas aus und zweitens wirkt es auf uns zurück, was wir anhaben. Für unser Thema spielt zunächst die liturgische Gewandung eine Rolle. Dass der schwarze Talar eine kirchengeschichtlich recht neue Erfindung ist und von dem preußischen König verordnet wur-

de, der auch die Union eingeführt hat, ist mittlerweile zur Genüge bekannt. Der Talar ist ein würdiges Gewand. Er wurde von den Gelehrten seit dem Mittelalter im akademischen Kontext getragen. Im angelsächsischen Raum und in vielen unserer europäischen Nachbarstaaten ist das bis heute üblich. In Deutschland ist diese akademische Tradition abgebrochen, aber einen Talar tragen auch die Juristen und die Rabbiner, denen König Friedrich Wilhelm III ihn ebenfalls vorgeschrieben hat. Das war gut gemeint, denn zur Zeit der Aufklärung hatten sich die Pfarrer usw. angewöhnt, gar keine besondere Kleidung mehr zu tragen. In der kirchlichen Tradition war der Talar jedoch nie ein gottesdienstliches Gewand. Mindestens ein weißes Chorhemd trug man immer über dem Talar oder einem anderen dunklen Gewand. Auf Bildern aus der Reformationszeit ist das auch schön zusehen. Melanchthon wird manchmal im Talar oder der Schaubе abgebildet, aber das liegt daran, dass der weder zum Priester geweiht noch ordiniert war. Als Laie teilt er auf den betreffenden Gemälden auch immer den Kelch aus oder tauft. Weithin in unserer Kirche durchgesetzt hat sich die Albe, die eigentlich nur ein (weißes) Untergewand ist. Sie kann mit dem Zingulum (Gürtel) oder ohne von allem am Gottesdienst liturgisch Beteiligten getragen werden. Zeichen des ordinierten Pfarrers ist die Stola, die das Joch Christi (vgl. Mt. 11,29) symbolisiert. Wenn ein Pfarrer das eigentliche Messgewand, die Kasel, trägt, gehört die Stola unter die Kasel.

Grundsätzlich helfen die liturgischen Gewänder zur Unterscheidung, die einzelnen Stücke symbolisieren etwas und sie heben hervor, dass, wer sie trägt, nicht als Privatperson da ist, sondern in einer liturgischen Funktion. Sie sollen also dem Einzelnen helfen, hinter seiner Aufgabe zurückzutreten, und dienen natürlich auch dem Schmuck.

Aber auch jedes Gemeindeglied drückt mit seiner Kleidung etwas aus. Wir kennen es ja von Hochzeiten, wie schön das ist, wenn eine Hochzeitsgesellschaft festlich gekleidet ist. Oder denken sie an die herrlichen Kleider beim Semperopernball. Oder an die Abendgarderobe bei den Festspielen in Bayreuth. Wer würde, wäre er zu einem solchen Ereignis als Ehrengast geladen, hingehen, als käme er gerade von der Gartenarbeit? Nun sind wir beim Gottesdienst wirklich bei Gott als Gäste geladen, ja mehr noch, wir sind seine lieben Kinder und Erben, das darf man schon ruhig sehen, finde ich. Wobei es ja jedem Einzelnen überlassen bleiben muss, was er als schön und besonders empfindet. Ich meine, wenn jemand in unseren Gottesdienst käme, der gar nichts vom christlichen Glauben weiß, aber er sieht, wie festlich und fröhlich alles aussieht und wie gerne die Gemeinde Gottesdienst feiert, das wäre allein schon missionarisch.

Nicht zuletzt wirkt Kleidung auch auf unsere eigene Stimmung. Sie kann ein Ausdruck unserer Sonntagsheiligung sein und ein Zeichen, dass dieser Tag etwas Besonderes ist. Wir machen ja nicht nur damit, sondern auch mit unserem Singen und Beten deutlich, dass die ganze Gemeinde den Gottesdienst feiert, dass sie Volk Gottes ist.

3. Riten/Symbole

Ein Gottesdienst ist ein ganzheitliches Erlebnis. Nicht nur, dass man wie gesagt, nicht nichts wahrnehmen kann, sondern auch im positiven Sinn, dass den Sinnen etwas angeboten wird, besonders durch Riten und Symbole. Jedes einzelne dieser Zeichen würde eine ganze geistliche Betrachtung nur darüber verdienen. Denn alles soll der geistlichen Auferbauung dienen, die Liturgie rechnet mit der Rückwirkung des sinnlich Erfahrenen auf die Seele. Die Sakramente haben jeweils auch ein äußeres wahrnehmbares Zeichen. Wer nur beim Zeichen oder Element stehen bleibt, erfasst nicht mal die Hälfte. Und trotzdem predigt sozusagen auch das äußerliche Zeichen mit und sollte vor allem nicht der Bedeutung des Sakramentes, dessen Träger es ist, widersprechen oder es verunklaren.

a. *Wasser*

Da ist zum Beispiel das Wasser. Wir brauchen es zum Taufen. Als Sakrament ist das Wasser nicht schlicht Wasser, sondern das Wasser in Gottes Gebot gefasst und mit Gottes Wort verbunden. Und gleichzeitig ist es kein besonderes Wasser, also zum Beispiel notwendigerweise Jordanwasser. Aber Wasser muss es sein. Sonst ist Taufe nicht gültig. Wasser ist ein ambivalentes Symbol. Es kann töten und vor dem Tod retten. Wasser bringt also gut zum Ausdruck, was in der Taufe nicht nur symbolisch, sondern wirklich geschieht. Als Lutheraner sagen wir, dass es nicht nötig ist, dass jemand wirklich untergetaucht wird. Aber dass das Wasser nach Möglichkeit in einer nennenswerten Menge fließen sollte, ist schon ein liturgischer Grundsatz. Warum? Weil das Zeichen eben auch etwas deutlich macht. Wasser reinigt, es erfrischt, es ist lebensnotwendig. Es ist auch bedrohlich und mächtig. All diesen Bezügen kann man mal nachsinnen.

In der römisch-katholischen Kirche kennt man den Gebrauch von Weihwasser. Das ist übrigens kein übriggebliebenes Taufwasser, sondern wird extra zu diesem Zweck gesegnet. Weihwasser ist nichts Magisches oder Abergläubisches. Es dient der Tauferinnerung. Wer sich beim Eintreten in eine Kirche damit bekreuzigt, macht sich selbst und anderen bewusst: Ich gehöre ganz zu Gott. Mein Verstand und mein Gefühl und meine Handlungsfähigkeit sind getauft. Auch Luther hat ja davon gesprochen, dass wir in unsere Taufe zurückkriechen sollen, natürlich bildlich. Zur Tauferinnerung Wasser (das muss man nicht weihen) zu verwenden, ist möglich. Ich habe mal erlebt, dass ein Pfarrer nach der Einzelbeichte mit Wasser aus einer kleinen Schale ein Kreuz in die Hand gezeichnet hat, um deutlich zu machen, dass die Beichte eine Rückkehr zur Taufe ist. Oder ich kennen eine Gemeinde, die zur Hannoverschen Landeskirche gehört, in der in der Osternacht alle, die getauft sind, zum Taufstein kommen dürfen und ihnen ein Kreuz mit Wasser auf die Stirn gezeichnet wird mit den Worten: „Fürchte dich nicht, du bist getauft. Du

gehört zu Christus in Leben, Tod und Auferstehung.“ Religionspädagogisch finde ich es auch gut, vor einer Taufe im Gottesdienst ein größeres Kind gut sichtbar das Wasser aus der Kanne ins Taufbecken gießen zu lassen, und immer und immer wieder zu erklären: Zum Taufen brauchen wir Wasser und Gottes Wort.

b. *Feuer/Licht*

Bei einer Taufe spielt auch ein weiteres Symbol eine Rolle, nämlich das Licht. Wenn, was ich richtig finde, die Osterkerze nicht das ganze Jahr brennt, brennt sie auf jeden Fall aber bei Taufen, und neben dem Taufstein sollte sie „außerhalb der Osterzeit, auch stehen. An der Osterkerze wird die Taufkerze entzündet und mit den Worten „Nimm hin das brennende Licht...“ dem Täufling oder den Paten gegeben. Christus ist das Licht der Welt, die Christen sind Licht der Welt. Feuer und Licht spielen liturgisch eine große Rolle. Das Licht der Osterkerze wird eigentlich am Osterfeuer entzündet. Ursprünglich wurde das Osterfeuer nicht mit Kohlen aus dem Ofen im Pfarrhaus oder mit einem Streichholz oder Feuerzeug entzündet, sondern neu aus einem Flintstein geschlagen. Es ist „*neues* Feuer“, das Symbol, dass Christus in der Auferstehung das Leben neu bekommen hat und auch wir dem neuen Leben entgegengehen. In der Bibel ist Gott „verzehrendes Feuer“. Im Tempel des alten Bundes spielen der Brandopferaltar, der Räucheraltar und der siebenarmige Leuchter eine wichtige Rolle.

Auch wir haben Leuchter auf dem Altar. Vor der Erfindung des elektrischen Lichtes dienten sie auch dazu, dass der Pfarrer etwas sehen konnte. Gleichzeitig sind sie Schmuck, die Kerzen brennen zur Ehre Gottes, der Feuerflammen zu seinen Dienern macht. Es ist schön, wenn es sich deshalb nicht um schief gebrannte rußende Exemplare handelt. Manche Gemeinden verwenden im Laufe des Kirchenjahres eine unterschiedliche Anzahl von Kerzen auf dem Altar. Maximal sind es sechs, das Kreuz zählt dann als das 7. Licht. Die Altarkerzen werden am Gründonnerstag nach dem Gottesdienst für die Gemeinde sichtbar gelöscht und brennen am Karfreitag und Karsamstag nicht. Natürlich ist so etwas wie Kerzen heutzutage in praktischer Hinsicht nicht mehr notwendig. Und doch ist es ein liturgischer Reichtum, der uns etwas vermitteln soll. Aber nichts davon ist zwingend vorgeschrieben.

Manche Brautpaare bekommen auch eine Trauerkerze zur Hochzeit. Sie wird bei der Trauung entzündet. Aus den USA gibt es den Brauch, dass Braut und Bräutigam diese Kerze gemeinsam mit jeweils einer kleinen brennenden Kerze anzünden und diese dann auspusten zum Zeichen, dass aus zwei eines wird.

Auch wenn jemand stirbt, kann es Trauernden helfen, zu der Erinnerung eine Kerze anzuzünden.

Manche Gemeinden haben auch die Gelegenheit, dass man in der Kirche zum Gebet eine Kerze anzünden kann. In römisch-katholischen Kirchen stehen die

Lichterbänke oft vor dem Marienaltar, in evangelischen Kirchen meistens an der Seite. Es gibt Menschen, denen diese Geste hilft.

c. *Brot/Wein*

Für Brot und Wein gilt dasselbe wie für das Wasser. Als Elemente sind sie Träger von Leib und Blut Christi, aber sie sind nicht an sich selbst wichtig. Doch sie bieten als äußere Zeichen auch geistliche Deutung. Sie dienen nicht dazu, nur oberflächlich nachzuspielen, was Christus beim letzten Abendmahl getan hat. Es liegt nichts daran, ob es Rotwein oder Weißwein ist. Wir glauben, dass der konsekrierte Wein das Blut Christi ist, wir müssen es uns nicht vorstellen und darum roten Wein verwenden. Wir nehmen auch kein Fladenbrot wie manche evangelikalen Gemeinden, denn wir wollen ja keine orientalische Mahlzeit nachempfinden - und selbst wenn, kämen Hostien den jüdischen Mazzen beim Passamahl viel näher - und außerdem glauben wir ehrlich und wirklich, dass das Brot Leib Christi ist, und den wollen wir nicht krümelweise auf dem Fußboden verteilen. Auch deshalb gibt es Hostien. Das Brot muss auch nicht unbedingt gebrochen werden, wie reformierte Christen glauben, wo es eigentlich ein antikatholisches Zeichen war: „Seht her, das ist nix drin, ist nur Brot.“ Allerdings kann auch bei Lutheranern eine große Hostie, die gebrochen wird, darauf hinweisen, dass der Leib Christi am Kreuz buchstäblich zerbrochen wurde. Es ist ja auch das Zeichen, dass Jesus selbst wählt, um seinen Jüngern die Bedeutung seines Sterbens für uns zu verdeutlichen. Dass wir die Sakramente mit ihren äußerlichen Zeichen und sichtbaren Handlungen feiern, bewahrt uns davor, unseren Glauben nur rational zu betrachten. Nicht die Kirche hat sich die Sakramente und die darin verwendeten Elemente ausgedacht, sondern Christus hat sie so eingesetzt. Es ist also immer die Frage der Stiftungsgemäßheit mitzubedenken.

d. *Weihrauch*

Nun kommt wieder etwas, das sein kann, aber nicht sein muss und in der SELK eher wenig üblich ist, nämlich der Weihrauch. Ich erwähne ihn, weil er wie gesagt deutlich biblisch (Ex 30,7.34-38; Mt. 2,11) ist. In der Offenbarung des Johannes (Offb. 5,8 Offb. 8,3) ist er ein Symbol für die Gebete, die zu Gott emporsteigen. In der Antike war das Opfern von Weihrauch ein Zeichen religiöser Verehrung. Gleichzeitig hat der Rauch auch reinigende und desinfizierende Wirkung. Manche mögen auch einfach den Duft. Da das Räuchern weder geboten noch verboten ist, könnte man es auch als Lutheraner tun. Natürlich ohne abergläubische Absichten, wie es in manchen esoterischen Kreisen oder in der Volksreligiosität in manchen Gegenden verbreitet ist.

e. Blumen

Was gelegentlich auch mit dem Geruchssinn zu tun hat, sind Blumen. Blumenduft kann schön sein, wo aber der Pfarrer von Fliederduft oder ähnlich intensiven Pflanzen Migräne bekommt, muss man barmherzig sein. Es ist für Liturgen auch recht unangenehm, wenn die Altarplatte mit Blumenkörben oder Gestecken vollgestellt ist. Und alles, was umfallen kann, fällt auch um.

Aber grundsätzlich dienen Blumen in der Kirche dem Lob Gottes und auch der Freude der Gemeinde. Wir kennen das ja von festlich gedeckten Tischen zuhause auch, dass da Blumen dazu gehören. Was daheim bei solchen Gelegenheiten nicht hingestellt würde, sollte man bitte auch nicht auf den Altar stellen. Blumen wie übrigens auch Kerzen gelten als Geschenk an Gott. Deshalb nimmt man sie auch nach dem Gottesdienst nicht wieder mit und verwendet eher keine Topfblumen. Letzteres auch nicht, weil wir eigentlich keine Erde auf den Altar bringen.

Blumen haben einerseits eine Farbwirkung, das kann den Gottesdienstbesucher erfreuen oder seinen Augen wehtun, mein liebstes Beispiel dafür sind rosa Pfingstrosen zu roten Paramenten. Gerne auch im Advent violette Paramente mit roten Kerzen am Adventskranz und honigfarbene Altarkerzen plus rosafarbene mit Glitzer besprühte Weihnachtssterne auf dem Altar - bitte nicht.

Ich weiß, dass in manchen unserer Gemeinden in den östlichen Bundesländern im Winter Trockenblumensträuße auf dem Altar stehen, weil man zu DDR-Zeiten nicht so einfach Blumen kaufen konnte. Wo das eine immer noch wichtige Tradition der Gemeinde ist, ist auch nichts dagegen zu sagen, aber man muss das „Wessis“ wie mir erklären. Ästhetisch haben Trockenblumen genau wie künstliche Blumen eine Botschaft, vornehm ausgedrückt, der Sparsamkeit.

Blumen haben auch manchmal symbolische Bedeutung. Die roten Nelken hatten wir ja schon. Jemand anderem als der eigenen! Ehefrau rote Rosen zu schenken, gehört sich für einen Mann nicht. Auch kirchlich haben manche Blumen traditionell eine Bedeutung, Lilien zum Beispiel. Wo ein Küster oder wer sich sonst um die Blumen kümmert, ein wenig Sinn für so etwas hat, ist es schön.

f. Farben

Von den Farben war ja gerade schon die Rede. Die Kirchenjahresfarben sind Ausdruck des Wechsels im Kirchenjahr. Jede Farbe hat eine spezielle Bedeutung. Violett ist die Farbe der Buße und wird im Advent, der Fastenzeit und am Buß- und Betttag verwendet. Weiß ist die Christusfarbe und findet Weihnachten, Ostern, Michaelis und Ewigkeitssonntag Verwendung. Rot ist die Farbe des Heiligen Geistes und wird Pfingsten, am Reformationsfest, zur Kirchweihe, Ordination, Einführung und Konfirmation verwendet. Schwarz ist eigentlich keine Farbe,

aber man kann es an Karfreitag und Karsamstag verwenden. Grün ist die Farbe des Lebens und Wachstums an allen nicht geprägten Sonntagen. Dann gibt es noch Rosa an Gaudete (3.Advent) und Lätare und Blau als Farbe der Jungfrau Maria, an Marienfesten verwenden wir als Lutheraner allerdings Weiß.

g. Öl

Nicht vergessen werden soll bei den äußerlich wahrnehmbaren Dingen auch das Salböl, denn auch Lutheraner kennen die Krankensalbung (nach Jak.5, 14) und könnten Salböl nach unserer Agende auch bei der Konfirmation verwenden. Liturgisch ahmt die Kirche die biblische Rezeptur (Ex.30, 22-25 Myrrhe, Zimt, Kalmus, Kassia, Olivenöl) nach, das riecht auch wirklich sehr angenehm. Für die Krankensalbung nach Jak.5 verwenden Pfarrer aber eher reines Olivenöl, weil dagegen niemand allergisch ist. Anders als bei der Salbung von Königen, Priestern und Propheten im AT gießt niemand größere Mengen Olivenöl jemandem über den Kopf, sondern zeichnet meist nur ein Kreuz auf die Stirn oder die Hand. Öl ist biblisch ein Heilmittel (barmherziger Samariter) und es verbreitet Wohlgeruch (Salbung durch die Sünderin oder Maria). Bei der Krankensalbung ist es leibhaftes Zeichen dafür, dass Gott sich dem ganzen Menschen heilsam zuwendet. Natürlich hat auch das nichts Magisches. Was wirkt, ist ggf. das Gebet, nicht das Öl. Dass Berührung etwas Wohltuendes und Hilfreiches sein kann, können Mediziner bestätigen. Manchmal ist die Krankensalbung auch eine Möglichkeit, sich auch Schwerstkranken noch spürbar zuzuwenden, wo ein Abendmahls Empfang nicht mehr möglich ist.

4. Bewegung im Raum

Hätten Sie vielleicht vor ein paar Minuten noch gesagt, Berührung spiele in unserem liturgischen Kontext doch gar keine Rolle, stellen Sie fest, es ist beim nächsten Thema ähnlich. Ich meine die Bewegung im Kirchraum. Wir bewegen uns nicht, wenn wir nicht müssen, scheint hier der Grundsatz zu sein. Was aber nicht stimmt. Es gibt zum Beispiel den Einzug bei festlichen Anlässen wie Konfirmation oder Hochzeit oder Einführung eines Pfarrers, es gibt in manchen Gemeinden den Brauch des Altarumgangs, wo eine Spende gegeben wird, und man kommt zur Beichte und zum Abendmahl nach vorne. Manchen Menschen ist das eigentlich eher unangenehm, sich im Kirchraum zu bewegen. Das ist letztlich eine Unsicherheit über die buchstäblich angemessene Haltung. Natürlich ist den meisten klar, dass man in der Kirche nicht herumrennt. Aber wie langsam geht man nun? Schlendert man oder geht man mit vor dem Körper gefalteten Händen? Schaut man zu Boden oder nach vorn? Was drückt meine Haltung aus: bin ich respektvoll, aber entspannt? Bin ich demütig? Fühle ich mich unwohl, weil andere mich vielleicht anschauen? Fühle ich mich

unsicher, weil ich körperliche Einschränkungen habe und darum Angst, hinzufallen, oder nicht so lange stehen zu können oder beim Hinknien abzurutschen? Und warum ist das irgendwie wichtig, zum Abendmahlsempfang nach vorne zu kommen? Das Beste ist, wenn jeder sich selbst einmal beobachtet und sich bewusst macht, wie innere und äußere Haltung aufeinander wirken. Als Gemeinde wäre es auch wichtig, aufeinander zu achten, ob es vielleicht jemanden gibt, der sich mit etwas unwohl fühlt oder Hilfe braucht. Es ist immer wieder vorgekommen, dass Menschen stillschweigend nicht mehr zur Kirche oder zum Abendmahl kommen, weil sie sich für körperliche Probleme schämen und nicht sagen wollen, was ihnen Mühe macht.

5. Gebetshaltungen

Vom Bewegen im Kirchraum kommen wir zu den Haltungen, die wir beim Beten einnehmen. Auch hier gilt, wie wir uns verhalten, beeinflusst oder prägt unsere innere Haltung. Umgekehrt drücken wir mit unserer äußeren Haltung etwas aus. Was ich zu den Gebetshaltungen sagen möchte, bezieht sich einerseits auf den Gottesdienst, gilt aber, und vielleicht sogar noch mehr, für das Beten allein „im stillen Kämmerlein“. Letzteres ist etwas sehr Persönliches. Jemanden, der einem sehr vertraut ist, könnte man vielleicht einmal fragen: „Wie betest du eigentlich, wenn du alleine bist?“ Vielleicht wäre die Antwort: „Alleine bete ich nur vorm Einschlafen. Da liege ich im Bett.“ Es ist interessant, dass „Liegen“ in diesem Sinne durchaus eine verbreitete Gebetshaltung sein dürfte, liturgisch kommt sie allerdings nicht vor. Jedenfalls nicht als entspannt auf dem Rücken liegend. Eine Ausnahme stellen Möglichkeiten für Kranke dar, wie zum Beispiel in Bethel in der Zionskirche oder an römisch-katholischen Wallfahrtsorten. Dabei ist Liegen eine sehr entspannte Haltung. Man kann z.B. liegend nur sehr schwer mit jemandem streiten.

a. Sitzen

In der Kirche betet man selten im Sitzen. Zuhause tut man das schon, zum Beispiel bei der Hausandacht oder am Schreibtisch. Sitzen ist eine Haltung, in der man lange verharren kann. Es bietet sich deshalb für alle Betrachtenden, meditierenden, also längeren Gebete an. Man wird auch nicht durch schmerzende Körperteile abgelenkt. Auf den ersten Blick erscheint das Sitzen nicht sehr respektvoll gegenüber Gott zu sein, allerdings bedeutet Sitzen ja nicht automatisch rumlummeln. Man kann sich auch aufmerksam-gespannt hinsetzen oder entspannt auf diese Weise zur Ruhe kommen.

Wer allerdings schon mal in einem Gottesdienst war, in dem die Gemeinde nur sitzt, der kam sich vielleicht eher wie im Kino oder Theater vor. Da ist der Zuschauer nicht aktiv beteiligt, sondern er schaut eben zu. Im Grunde drückt das nicht gerade liturgische Mündigkeit, sondern eher Abstand zum Geschehen und Unsicherheit aus. Wir können dankbar sein, dass im lutherischen Gottesdienst eine Menge Wechsel der Haltung vorgesehen ist. Wobei dies auf Leute, die das eben nicht gewohnt sind, auch irritierend wirken kann, weil sie nicht verstehen, warum die Gemeinde sich wann erhebt und es auf sie unruhig wirkt.

b. *Knien*

Mindestens ebenso befremdlich wirkt auf viele Zeitgenossen das Knien. In evangelisch-landeskirchlichen Gottesdiensten kommt es gar nicht vor oder nur in Ausnahmefällen. In römisch-katholischen Gottesdiensten vielleicht bei der Wandlung, aber in der Regel nicht mehr beim Kommunionempfang. Trotzdem gilt das Beten auf den Knien vielen als „katholisch“. Auf ganz unkirchliche Menschen wirkt es nahezu peinlich.

Knien drückt Demut aus. Auf den Boden, nach unten, klein machen. Wer einen anderen Menschen zwingt, vor ihm zu knien, übt Gewalt aus. Gerade Menschen, die so etwas, meist im übertragenen Sinne, von anderen erlebt haben, knien auch im Gottesdienst nicht gerne. Dabei hat Gott es nicht nötig, Menschen klein zu machen, sondern er ist einfach groß. Er wäre immer größer, auch wenn wir vor ihm stehen und uns groß machen wollten. Es ist einfach eine angemessene Haltung. Sie drückt aus, dass man um die eigene Hilfsbedürftigkeit weiß. Beten bedeutet eben zu bitten und nicht, ein Recht zu fordern. Wer auf den Knien liegt, debattiert nicht. Knien ist auch eine verletzliche Haltung. Im privaten Kontext betet man so vielleicht, wenn man alleine ist. Aber mit einem anderen Menschen? Das geht, aber man muss sich schon sehr nahe sein dafür.

Knien ist wahrscheinlich die einzige Gebetshaltung, für die es liturgische Möbelstücke gibt. Eine Kniebank, ggf. gepolstert, sorgt dafür, dass man länger als zwei Minuten so beten kann. Was sowohl bei Kirchenbänken als auch bei Kommunionbänken eigentlich kontraproduktiv ist, ist die Tatsache, dass sie oft angeschrägt sind. Das führt dazu, dass man eher hockt als kniet.

Für alle liturgisch am Gottesdienst Beteiligten gilt übrigens, dass man sich ohne Kniebänke auf ein Bein kniet, das kann man länger durchhalten und man kann schnell wieder aufstehen. Vor allem, ohne sich in seinen Gewändern zu verheddern. Falls es jemanden interessiert: man kniet sich übrigens auf das rechte Bein in kirchlichen Zusammenhängen. In weltlichen Zusammenhängen, beim Ritterschlag oder so, nähme man das andere Bein.

c. *Stehen*

Weitaus häufiger als diese Frage stellt sich diese: Wann stellt man sich im Gottesdienst hin? Wenn jeder in der Gemeinde die Grundregel verinnerlicht hat, dass man sich *zum Reden mit Gott* erstens hinstellt und zweitens zum Altar schaut, gäbe es viel weniger Unsicherheit und auch für neue Gottesdienstbesucher und Kinder wäre das durchschaubar. Vor jemandem zu stehen, hat etwas mit Respekt zu tun. Manche Leute finden es übertrieben. Es wird auch für immer ein Rätsel bleiben, warum Leute stundenlang bei einem Konzert oder Fußballspiel stehen können, aber nicht fünf Minuten in der Kirche.

d. *Aufstehen*

Sich zu erheben ist auch eine Begrüßungsgeste. Früher war es in der Schule generell üblich, dass eine Klasse aufsteht, wenn der Lehrer hereinkommt. Es gibt jede Menge Benimmregeln, wer wann beim Begrüßen aufzustehen hat. Grundsätzlich steht der Jüngere vor dem Älteren, der Angestellte vor dem Chef und der Herr vor der Dame auf. Auch das hat etwas mit Wahrnehmen und Respekt zu tun. Allerdings ist das vielen nicht mehr geläufig; und darum erscheint das viele Aufstehen in Gottesdienst manchen dann auch übertrieben.

e. *Verneigen/Kniebeuge/Proskynese*

Ebenfalls aus der Mode gekommen ist die Verbeugung oder der Knicks. Das lernen Kinder heute nicht mehr. Aber im Gottesdienst gibt es das durchaus noch, mindestens nach dem Empfang des Abendmahls. Ganz liturgisch ist die Verbeugung auch bei jedem „Ehre sei dem Vater“ und beim Sanctus in der Abendmahlsliturgie angezeigt. Und auch als kleine Verbeugung beim „Der Herr sei mit euch“ am Anfang, vor der Abendmahlsliturgie und vor dem Segen. Es verbeugen sich dabei übrigens Männer *und* Frauen. Der Knicks nach dem Abendmahls Empfang ist eigentlich eine kleine Kniebeuge, bei Männern durch die Verbeugung ersetzt.

Die Kniebeuge gebührt dem gegenwärtigen Herrn und Gott, der mit seinem Leib und Blut in Brot und Wein gegenwärtig ist. Deshalb könnte man sie vor dem Kommunionempfang und danach machen. Sollte es Kommunionhelfer geben, die mit im Altarraum sind, machen auch sie eine Kniebeuge immer nach der Konsekration, auch bei jeder Nachkonsekration.

Verbeugung und Kniebeuge sind die hohe Schule des liturgischen Verhaltens, es gibt kaum einen Menschen, der sich dabei nicht ein wenig innerlich unsicher und äußerlich wackelig fühlt. Meistens macht man ja nur nach, was man sich von den Erwachsenen im Jugendalter abgeschaut hat. Ganz selten hat jemand wirklich darüber nachgedacht. Meine Absicht ist, dass Sie genau dies tun, um sich dann im Gottesdienst bewusst zu verhalten. Oder auch, um erklären zu können, was sie da tun.

Es handelt sich bei Verbeugung und Kniebeuge einerseits um Begrüßungsgesten, aber auch um Zeichen der Achtung und Verehrung. Man darf sie durchaus selbstbewusst und nicht verschämt ausführen.

6. Gesten (die Hand ist wichtig)

Zum Abschluss möchte ich noch auf die verschiedenen Gesten zu sprechen kommen, die im Gottesdienst eine Rolle spielen. Kurz gesagt ist das die Frage: was machen wir mit unseren Händen? Beim Beten falten wir die Hände. Das hilft, um die Finger und damit auch uns insgesamt zur Ruhe kommen zu lassen. Wir drücken damit aus, dass wir jetzt nicht handeln. Wenn wir beten, reden wir mit Gott, oder wir versuchen erst mal, zur Ruhe zu kommen. Neben dem Händefalten gibt es auch die aneinandergelegten Hände, wie auf Dürers Bild der betenden Hände. Das ist eigentlich eine sehr alte Geste, die Hingabe und Vertrauen ausdrückt. Wenn im Mittelalter ein Lehen verliehen oder ein Treueeid geleistet wurde, legte man die zusammengelegten Hände in die Hände des anderen, der seine zum Schutz darum schloss. Bis heute ist diese Geste im angelsächsischen Raum bekannt, zum Beispiel bei akademischen Feiern an Universitäten oder in den USA beim gemeinsamen Gebet in der Familie, wo es viel üblicher ist, die gefalteten Hände eines Familienmitgliedes zu berühren. Wir empfinden da vielleicht eher etwas das Bedürfnis nach Abstand.

a. *Bekreuzigen*

Unsere Hände machen aber im Gottesdienst noch andere Gesten. Manche Christen bekreuzigen sich. Auch in der lutherischen Kirche wird dies gebräuchlicher als früher. Dass das „katholisch“ (im Sinne von römisch-katholisch) an sich sei, ist ein Vorurteil. Sonst hätte Luther es ja nicht im Katechismus empfohlen: „Des morgens, so du aus dem Bette fährst, sollst du dich segnen mit dem Zeichen des hl. Kreuzes.“ Dazu wurde oben schon etwas gesagt. Jetzt schauen wir noch mal auf die Geste als solche. Viele fragen sich ja, erstens wie Bekreuzigen geht (man kann schon verwirrt werden Westkirchler und Ostkirchler bekreuzigen sich nämlich unterschiedlich) und zweitens was man dabei mit den Händen macht. Man kann daran schön zeigen, dass alle Gesten eine Bedeutung haben. Wenn man sie kennt, erschließt sich manches. Also, wer es mal ausprobieren möchte: Man legt beim Bekreuzigen Daumen, Zeigefinger und Mittelfinger aneinander und klappt Ringfinger und kleinen Finger ein. Bedeutung: drei für die Dreieinigkeit, zwei für die zwei Naturen Christi. In der Alten Kirche war das wie ein Code, ein Erkennungszeichen, das anderen signalisierte ohne Worte: ich bin rechthgläubig, denn ich glaube an einen Gott in drei Personen und dass Christus wahrer Gott und wahrer Mensch ist. Dann mit der Hand an Stirn, Brust und Schultern., erst links, dann rechts -in der westlichen Kirche. Dabei sagt man: Im Namen Gottes des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Kindern kann man es auch einfacher beibringen, falls man möchte: Jesus ist mein Freund.

Natürlich ist das Bekreuzigen auch banalisiert worden oder zu einem gedankenlosen Ritual geworden, vielleicht sogar in abergläubischer Absicht gebraucht. Bei Sportlern sieht man das häufiger. Manche Fußballer wählen mittlerweile ein anderes Zeichen. Wissen sie welche? Sie streifen von oben nach unten mit den Händen über den Körper und zeigen nach Oben. Das heißt: Jesus hat meine Sünden abgewaschen.

Wenn wir uns bekreuzigen, stellen wir uns unter den Schutz des Kreuzes Jesu, mit dem wir bei unserer Taufe bezeichnet wurden. Wir machen uns deutlich, was wir glauben. Und wir bekennen damit unseren Glauben.

Wenn man nicht sich selbst im Gottesdienst segnet, sondern einen anderen, gibt es dafür auch eine Geste, die etwas komplizierter ist und so aussieht wie die Handhaltung Jesu auf Ikonen oder alten Gemälden. Jedenfalls schlägt man das Kreuz eigentlich nicht mit der flachen Handkante und wischt es auch nicht bildlich weg, indem man die Hand danach schräg nach unten zieht.

b. Handauflegung

Dann gibt es auch die Handauflegung. Das ist eine sehr alte und starke Geste. Wir kennen sie bei der Absolution, der Konfirmation und der Ordination. Dabei ist die Handauflegung das äußere Zeichen wie Wasser, Brot und Wein es bei Taufe und Abendmahl sind. Aber auch Eltern und Paten legen vor der Taufe beim Vaterunser über dem Kinde die Hände auf. Beim Segen wird die Hand aufgelegt. Die Handauflegung ist nicht nichts. Einem Menschen wird etwas „auf den Kopf“ zugesprochen. Wenn im AT der Hohepriester seine Hände auf den Kopf des Sündenbockes stemmte, dann legte er real die Sünden des Volkes auf dieses Tier. Wenn Paulus Timotheus die Hände aufgelegt hat in seiner Ordination, dann hat er dadurch das Amt auf ihn übertragen und wirklich die Kraft übermittelt in der Auflegung der Hände. In der Konfirmation legt der Pfarrer die Hände auf und sagt: "Nimm hin den Heiligen Geist". Auch zu diesen Handlungen gehören zwei Dinge: die Worte und das Zeichen der Handauflegung.

Auf den Gräbern jüdischer Priester sind oft nur Hände abgebildet. Aaron und seine Söhne sollen die Hände aufheben, um das Volk zu segnen, der Segen fließt sozusagen durch ihre Hände. Deshalb ist die jüdische Segensgeste die Hand mit geöffneten Fingern (der Erfinder des vulkanischen Grußes bei Mr. Spock im Raumschiff Enterprise kannte das). Auch bei uns sollte der Pfarrer beim aaronitischen Segen über die Gemeinde nicht die Finger ganz aneinanderlegen, sondern deutlich machen, dass der Segen nur durch ihn fließt, aber von Gott kommt.

c. Hand ausstrecken

Das Ausstrecken der Hand kommt in der Bibel auch vor. Es ist entweder eine Segensgeste über viele, wenn also nicht jedem einzelnen die Hand aufgelegt werden kann, oder aber es ist eine Geste, die einen nötigen Abstand ausdrückt, aber

genau so etwas bewirkt. Bei manchen Heilungen zum Beispiel oder liturgisch beim Exorzismus.

d. *Hand reichen/Umarmen*

Wo es in Gemeinden üblich ist, kann man sich zum Friedensgruß vor der Abendmahlsfeier die Hand reichen. Ob es dazu sinnvoll ist, auch durch die halbe Kirche zu stürmen, um die beste Freundin zu umarmen, sei mal dahingestellt. Geschichtlich gibt es auch liturgische Umarmungen, aber darauf hat die lutherische Kirche dann doch eher verzichtet. Die Geste des Handreichens zur Begrüßung ist auch sehr alt und bedeutet eigentlich „Ich komme in friedlicher Absicht, ich habe keine versteckte Waffe in der Hand.“ Etwas davon schwingt noch mit, wenn sich Leute wieder vertragen und sich die Hände reichen. Durch das Handreichen wird eine Verbindung geschaffen. Ein Brautpaar soll sich die rechte Hand geben, dann legt der Pfarrer seine Hand darauf oder legt seine Stola darum, wenn er eine hat.

e. *Kommunionempfang*

Bleibt noch, etwas zum Kommunionempfang zu sagen. Wo Mundkommunion üblich ist, tun die Hände gar nichts, außer ggf. den Kelch am Fuß des Kelches ein wenig mit anzufassen, um ihn etwas mitzuführen. Man macht damit die Anteilung etwas leichter. Empfängt man die Hostie in die Hand, legt man eine Hand über die andere und wartet, bis die Hostie hineingelegt wird. Man greift nicht mit Daumen und Zeigefinger nach der Hostie und schnappt auch nicht danach. Die Geste des totalen Empfangens, ganz passiv, ist für manche schwer auszuhalten. Aber sie ist auch sehr angemessen.

Was am Ende noch zu sagen bleibt: Wahrscheinlich werden sie in den nächsten Gottesdiensten viel an sich selbst und anderen beobachten. Ihnen fallen vielleicht Dinge auf, die sie für selbstverständlich hielten. Gut wäre es, wenn Ihnen der ganze Ablauf und alte Haltungen und Gesten bewusster sind und ihre Andacht unterstützen würden. Die innere Haltung, wirklich den ganzen Gottesdienst mitvollziehen zu wollen, wird durch die bewusste äußere Haltung unterstützt. Wie überhaupt bei der Liturgie, geht es bei fast allem, was ich erwähnt habe um ein Kann und nicht ein Muss. Aber vielleicht konnte ich Ihnen den Reichtum des Gottesdienstes so noch ein wenig mehr erschließen.²

² Literaturempfehlungen (Auswahl): Gert Kelter, Gott ist gegenwärtig. Anregungen für die Feier lutherischen Gottesdienstes. Ein Werkbuch. Berlin 2019²
Dietrich Stollberg, Liturgische Praxis Göttingen 1993
Christian Lehnert/ Manfred Schnelle, Die heilende Kraft der reinen Gebärde, Leipzig 2016.