

Zeitschrift: Mariastein : Monatsblätter zur Vertiefung der Beziehungen zwischen Pilgern und Heiligtum
Herausgeber: Benediktiner von Mariastein
Band: 74 (1997)
Heft: 2

Artikel: Die Botschaft von Mariastein. 5, im Rhythmus der betenden Kirche
Autor: Stebler, Vinzenz
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1030384>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 16.03.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Die Botschaft von Mariastein

5. Im Rhythmus der betenden Kirche

P. Vinzenz Stebler

Besonders günstige Umstände erlauben es den Mönchen von Mariastein, während der Woche das Stundengebet zu feiern, wie es dem Ideal entspricht, d. h., es wird auch von den kleinen Horen keine ausgelassen oder zusammengelegt. Das ganze Offizium wird gesungen, wobei viele Psalmen oder Psalmabschnitte solistisch vorgetragen werden, was der ältesten Mönchstradition entspricht, wie man bei Cassian (gest. um 430) nachlesen kann. Die Psalmodie wird hin und wieder durch ein Sela unterbrochen – ein kurzes Orgelspiel, was unser Organist P. Armin meisterhaft beherrscht.

Wie nun der Mariasteiner Alltag im Rhythmus der betenden Kirche aussieht, sei in den folgenden Zeilen geschildert.

Die Liturgie der Kirche hat sich ein eigenes Jahr geschaffen, das mit dem Advent beginnt und dem Christkönigsfest schliesst – Weihnachten, Ostern und Pfingsten sind darin die herausragenden Höhepunkte –, das dürfte allen Christen von Jugend auf vertraut sein. Dass die Kirche aber auch einen eigenen Tagesablauf kennt und man infolgedessen von einem «Tag der Kirche» sprechen kann, ist nicht einmal allen eifrigen Katholiken bekannt.

Der «Tag der Kirche» richtet sich nach einer andern Uhr als der bürgerliche Tag. Er wird gegliedert durch das Stundengebet, das uns zum ersten Mal in seiner Vollgestalt in der Regel des heiligen *Benedikt* begegnet. Dort heisst es im 16. Kapitel wörtlich: «Wie der Prophet sagt: «Siebenmal am Tag singe ich dein Lob.» Diese geheiligte Siebenzahl erfüllen wir dann, wenn wir in der Morgenfrühe sowie zu den Stunden der Prim, Terz, Sext, Non, Vesper und Komplet unseren schuldigen

Dienst leisten; denn von diesen Gebetsstunden am Tag sagt der Prophet: «Siebenmal am Tag singe ich dein Lob.» Von der Feier der nächtlichen Vigilien sagt der gleiche Prophet: «Um Mitternacht stehe ich auf, um dir zu lob-singen.» Zu diesen Zeiten wollen wir also unserem Schöpfer den Lobpreis darbringen wegen seiner gerechten Entscheidungen, nämlich bei der Morgenfeier (Laudes), Prim, Terz, Sext, Non, Vesper und Komplet; und auch bei Nacht wollen wir aufstehen, um ihn zu preisen.»

Während der bürgerliche Tag einfach bestimmt wird durch die mechanische Bewegung der die Sekunden, Minuten und Stunden anzeigenden Uhr, hat der «Tag der Kirche» seine eigenen Tageszeiten, die kanonischen Horen, die in ihren ersten Ansätzen bereits zur Zeit der Apostel erkennbar sind.

Die Allgemeine Einführung in das Stunden-gebet (AES) sagt unter Nummer 1: «Das öffentliche und gemeinsame Gebet des Volkes Gottes gilt mit Recht als eine der Hauptaufgaben der Kirche. Von Anfang an hielten darum die Getauften «an der Lehre der Apostel fest und an der Gemeinschaft, am Brechen des Brotes und an den Gebeten» (Apg 2, 42). Die Apostelgeschichte bezeugt an mehreren Stellen das einmütige Beten der Christen-gemeinde.

Urkirchliche Quellen bezeugen, dass auch die einzelnen Gläubigen bestimmte Stunden dem Gebet widmeten. Bald wurde es in verschiedenen Gemeinden üblich, besondere Stunden für das gemeinsame Gebet zu bestimmen, so die letzte Stunde des Tages, wenn es Abend wurde und man das Licht anzündete, oder die erste, wenn das heraufdämmernde Tageslicht die Nacht beendete.

Im Laufe der Zeit wurden auch verschiedene andere Stunden durch gemeinsames Gebet geheiligt, auf die nach Auffassung der Väter die Apostelgeschichte hinweist ... Der Apostelfürst «stieg auf das Dach, um zu beten; es war um die sechste Stunde» (10, 9). «Petrus und Johannes gingen um die neunte Stunde in den Tempel hinauf» (3, 1). «Um Mitternacht beteten Paulus und Silas und sangen Lob-lieder» (16, 25).»

Heiligung des Tages

Was das Ziel des Stundengebetes betrifft, sagt die AES unter Nr. 10: «Christus hat geboten: «Ihr sollt allezeit beten und darin nicht nach-lassen» (Lk 18, 1). Getreu dieser Aufforderung hört die Kirche nicht auf zu beten; sie mahnt uns: «Durch ihn, Jesus, lasst uns Gott allezeit das Lobopfer darbringen» (Hebr 13, 15). Dieses Gebot erfüllt die Kirche nicht nur durch die Feier der Eucharistie, sondern auch auf andere Weise, besonders durch das Stunden-gebet. Nach alter christlicher Überlieferung heiligt es den gesamten Ablauf von Tag und Nacht; darin liegt seine Besonderheit gegen-über den anderen liturgischen Handlungen.» Die Tageszeiten halten bestimmte Ereignisse aus der Heilsgeschichte fest und vergegen-wärtigen sie in einer heiligen und heiligenden memoria. Und weil Christus die Mitte der Heilsgeschichte darstellt, kreist der «Tag der Kirche» immerfort um Jesus Christus, der in einem Hymnus selbst «Licht und Tag» ge-nannt wird (Christus qui lux es et dies). Und wie das Mysterium seines Lebens, vor allem seines Todes und seiner Auferstehung im Lauf des Kirchenjahres entfaltet wird, so wird es auch täglich neu im «Tag der Kirche» rekapi-tuliert.

So ist denn der Inhalt dieses Tages und seiner Tagzeiten nichts anderes als «Christus in sei-nen Geheimnissen». Die stete Wiederholung dieser memoria ist aber kein Treten am Ort, sondern eine Spirale, die unaufhaltsam der letzten und endgültigen Offenbarung Jesu Christi am Jüngsten Tag entgegenstrebt.

Die Feier des Stundengebetes folgt dem Rhythmus des Tageslichtes. Sie lobt den Schöpfer, der die Dinge durch das Mass der Zeiten: Stunden, Tage, Wochen, Monate und Jahre lenkt (qui mundum temperat horis, sagt schon *Horaz*), das graue Einerlei bannt, für wohltuende Abwechslung sorgt, dem Tage Licht und der Nacht die Gnade des Schlafes schenkt (soporis gratia!).

Die Horenbilder der spätmittelalterlichen Stundenbücher haben wunderbar erfasst, um was es im Stundengebet letztlich geht: Alles Geschehen im Kreislauf der Natur und die durch den Wechsel der Jahreszeiten bedingte Arbeit wird eingetaucht in den Segensstrom

der betenden Kirche, die unablässig an die heilbringenden Mysterien ihres Bräutigams denkt und mit *ihm* und durch *ihn* die «mirabilia Dei» besingt.

So wird jeder Tag zum «Tag, den der Herr gemacht hat»: Anlass zu Dank und Jubel, und so werden die Tagzeiten zu lieben Horen, wie *Ämiliana Löhr* in ihrem herrlichen Buch über die Hymnen so treffend sagt:

«Liebe Stunde der Mitternacht, da Gottes allmächtiges Wort vom himmlischen Throne kommt und als Kind im Schosse seiner Mutter liegt!

Liebe – grausame und doch liebe – sechste Stunde des Tages, da das Kreuz aufgerichtet ist und der Herr und Bräutigam im Wasser und im Blute seiner Seite die Braut von ihren Sünden reinbadet!

Liebe, schmerzlich-liebe neunte Stunde, da der Tag in hoher Reife steht und die Braut Ekklesia vom neuen Lebensbaum des Kreuzes sich als Frucht den toten Heiland pflückt! Liebe abendliche Stunde, wenn der stille Hesperos vom Himmel blickt und die Ekklesia auf das vollbrachte Heilswerk schaut und dem vom heissen Kampfe Ruhenden Dank sagt! Liebe, über alles liebe Stunde der Frühe endlich, wenn der Herr sonnengleich als Sieger aus dem Grabe steigt und als neu und ewig Lebender der Braut im Garten erscheint!

Und liebe, liebe dritte Tagesstunde dann, wenn das Pneuma mit Taubenschwingen und Feuerzungen vom Himmel kommt und die Geburtsstunde der Ekklesia schlägt, das «Haus der Taube» sich auf Erden nach dem Bilde im Himmel erbaut und loderndes Feuer von dort – vom Altare dieses Hauses aus – die in eisiger Gottesferne erstarrende Welt ergreift und zu neuem Leben erwärmt» (*Ä. Löhr*, *Abend und Morgen ein Tag*, Regensburg 1955, 25 f.). Was hier in knappen Worten zusammengefasst ist, soll nun in einem Rundgang durch die kirchlichen Tagzeiten entfaltet werden.

Vigilien

Der «Tag der Kirche» wird aus der Nacht geboren. Die Nacht ist die Stunde der Finsternis, der Werkplatz der Hölle, die bevorzugte Bühne der Welt. Diebe und Mörder betreiben ihr

unseliges Geschäft und allerlei lichtscheues Gesindel greift nach verbotenen Früchten. Die traurige Rollenverteilung der Ölbergnacht sollte keine Wiederholung finden: von allen zwölf Aposteln wachte damals nur einer: Judas, der es eilig hatte, seinen Herrn zu verraten. Darum schickt uns die Kirche zur Zeit der Vigilien in die Einsamkeit, dass wir dort mit dem verlassenen Herrn wachen und beten, denn er ringt zu dieser Stunde wie einst sein Ahnherr Jakob mit dem Engel, bis sich der Zorn Gottes in Segen verwandelt. Dieser Segen wird nicht ausbleiben, denn Gott hat denen, die wachen, eine Krone verheissen, und wenn der Morgen anbricht, ergeht es dem Beter wie dem Bräutigam im Hohenlied: Seine Locken sind feucht vom Tau der Nacht . . . Denn die Nacht ist auch der Schauplatz göttlicher Offenbarung. Um Mitternacht, als tiefes Schweigen das All umfing, schlug Gott die Erstgeburt Ägyptens, um sein Volk aus der Knechtschaft Pharaos zu befreien. In der stillen heiligen Nacht wurde der Heiland in der Grotte zu Bethlehem geboren, und in der wahrhaft seligen Nacht an Ostern ist der Herr siegreich aus dem Grabe erstanden.

Wie ein Dieb in der Nacht wird Christus wiederkehren zu einer Stunde, die man am wenigsten vorsieht.

So steht die Kirche wachend und betend zwischen der ersten und zweiten Ankunft ihres Bräutigams, in Sehnsucht harrend der Vollendung, da ein neuer Himmel erstehen wird und eine neue Erde.

Laudes

Wenn in der Morgendämmerung die Dinge sich langsam aus den Schatten lösen und im wachsenden Licht Farbe und Form zurückgewinnen, rüstet sich die Kirche zum feierlichen Frühlob. Und alle Geschöpfe singen mit – jedes auf seine Weise. Mit der Natur wird auch der Mensch aus Traum und Schlaf zu neuen Taten erweckt. Auch wer nicht schlafen konnte oder nicht schlafen wollte, wird am Morgen getröstet oder gerichtet. Beim Hahenschrei winkt dem Kranken nach einer schlaflosen Nacht neue Hoffnung, dem Schuldverstrickten Reue und Vergebung. In der aufgehenden Sonne aber sieht die Kirche

den durchdringenden Blick Christi, der Petrus bittere Reuetränen entlockt.

In der aufgehenden Sonne, die sich im Osten siegreich erhebt, begrüßen wir vor allem den Kyrios, der zu dieser Stunde aus dem Dunkel des Grabes und der Nacht des Todes in das blitzende Licht des neuen, unvergänglichen, endgültigen Lebens auferstand. «In deiner Auferstehung, Christus, freuen sich Himmel und Erde.»

Christus wird zum grossen Vorsänger im göttlichen Reigenspiel der Schöpfung – Himmel und Erde stimmen ein in den nie verstummenden Lobgesang auf den, der da war, ist und immer sein wird. Und wie die aufgehende Sonne siegreich in die schlafenden Täler niedersteigt, Licht und Leben um sich verbreitet, Freude weckt und Lebensmut spendet, so auch der auferstandene Herr, der durch seinen gewaltigen Schritt vom Tod zum Leben alle Rätsel erklärt und mit göttlicher Kraft hilfreich verklärt.

Wir aber sollen mit allem aufräumen, was uns der Nacht verhaftet, und die Waffenrüstung des Lichtes anziehen. Wir sollen selber «Licht Christi» werden und als lobpreisende Menschen österliche Zuversicht und Hoffnung um uns verbreiten.

Dazu begeistert uns der Lobgesang des Priesters Zacharias: «Durch die barmherzige Liebe unseres Gottes wird uns besuchen das aufstrahlende Licht aus der Höhe, um allen zu leuchten, die in Finsternis sitzen und im Schatten des Todes, und unsere Schritte zu lenken auf den Weg des Friedens» (Lk 1, 78 f.).

Terz

Gross und erhaben ist das Mysterium der dritten Tagesstunde – Pfingsten ruft sie in Erinnerung: Herabkunft des Heiligen Geistes in Sturm und Feuerzungen, Innewohnung der allerheiligsten Dreieinigkeit in den Seelen der Gläubigen.

Die Kirche ruft uns zu dieser Stunde des Vormittags in den Abendmahlssaal, wo die Apostel mit der Mutter Jesu versammelt sind. Denn mehr noch als sie bedürfen wir des Heiligen Geistes. Wir brauchen den Orkan seiner entfesselten Stürme, dass er alles Morsche und Veraltete niederreisse. Wir brauchen die Glut

seines Feuers, dass er alles Sündhafte verbrenne.

Wir brauchen sein Licht, das weder blendet noch versengt, sondern erleuchtet und wärmt, dass wir die Botschaft Christi verstehen und die Gedanken Gottes erfassen und uns für alles Gute erwärmen. Wir brauchen das Öl seines lindernden Trostes und die Wonne seiner hohen Gegenwart in Stunden der Verlassenheit.

Wo der göttliche Odem des Heiligen Geistes weht, wandeln sich Leichenfelder in blühende Auen, wendet sich Knechtschaft in Freiheit, Trauer in Freude.

Und wo seine sieben heiligen Gaben zur vollen Entfaltung gelangen, ist das Himmelreich angebrochen und der christförmige Mensch vollendet. «Denn die sind Kinder Gottes, die sich vom Geiste Gottes leiten lassen» (Röm 3, 14).

Sext

Schon ist die Hälfte des Tages vorbei – die Sonne steht im Zenit. Tiere und Menschen sind erschöpft. Der Mittagsdämon geht um. Die Sonne, die am Morgen so lieblich hervorging aus dem Grab der Nacht, so wohltuend erhellt und erwärmt, wird am Mittag schwül und glastig, entwickelt eine Hitze, die unbarmherzig sticht und entnervt.

So ist es auch im menschlichen Leben. Alle hohen und guten Werke zeigen zu Beginn ein lächelndes Antlitz. Der Anfang steht im Zeichen jugendfroher Begeisterung. Aber bald schon melden sich die ersten Schwierigkeiten. Der Anreiz verfliegt, und auf einmal bleibt nur mehr die harte Fron der unbarmherzigen Pflicht, bis einem schliesslich der Verleider im Nacken sitzt. Das eigene Ungenügen schärft den Blick für die Fehler und das Versagen der Mitwelt. Wir tragen schwer an der Last der andern.

Zur sechsten Tagesstunde, am hellen Mittag, setzte sich Jesus, müde von der langen Reise, am Jakobsbrunnen nieder und erbat sich von der Samariterin einen Trunk erfrischenden Wassers. Um die gleiche Stunde bestieg er, körperlich und seelisch zerquält, das Marterholz des Kreuzes, verzehrt vom Durst nach Liebe und Tröstung – von Gott und den Menschen verlassen. Nie hat ein Mensch die ganze

Dämonie der Mittagsstunde grausamer erlebt als er.

Darum ruft uns die Kirche am Mittag unter das Kreuz des guten Hirten, der sein Leben hinopfert für die Schafe, dass wir in Geduld teilnehmen an seinem Leiden und in ebendieser Teilnahme den schmalen Durchgang finden, der vom Tod zum Leben, vom Untergang zum Aufgang führt.

Non

Die Schatten werden länger, der Tag neigt sich dem Abend zu. Die Stimmung dieser Hore hat wohl niemand besser ins Wort gefasst als *Rainer Maria Rilke* in seinem wundervollen Herbstgedicht:

«Die Blätter fallen, fallen wie von weit,
als welkten in den Himmeln ferne Gärten;
sie fallen mit verneinender Gebärde.
Wir alle fallen. Diese Hand da fällt.
Und sieh dir andre an: es ist in allen.
Und doch ist einer, welcher dieses Fallen
unendlich sanft in seinen Händen hält.»

Die neunte Tagesstunde findet uns immer noch unter dem Kreuz, aber die Spannung hat sich gelöst – die Finsternis ist vorbei. Christus empfiehlt sein Leben in die Hände des Vaters, neigt das Haupt und stirbt in voller Ergebung. Die Non ist die tägliche Bitte um einen guten Tod.

Wie inhaltsschwer ist dieses Gebet! Der Tod entscheidet ja über das Schicksal einer ganzen Ewigkeit.

Gedenken wir in christlicher Barmherzigkeit aller, die vielleicht heute noch völlig unvorbereitet und unerwartet – ohne Sakramente und priesterlichen Beistand – aus diesem Leben scheiden, damit sie durch die Verdienste des Erlösers dem Zorn des göttlichen Gerichts entrinnen und eingehen zum Ort der Erquickung, des Lichtes und des Friedens.

Vesper

Die Arbeit ist getan. Feierabend. Das Abendlob der betenden Kirche ist ein dankbarer Rückblick auf den verflossenen Tag, damit wir, wie *Basilios* sagt: «Dank sagen für alles, was uns an diesem Tag zuteil wurde oder was

wir recht vollbracht haben» (AES 39). Dieses Abendlob soll aufsteigen wie Weihrauch vor dem Herrn, zu dem wir die Hände erheben. *Cassian* bringt die Vesper in Zusammenhang mit dem Abendmahl, bei dem unser Herr und Heiland den Aposteln sein Opfer übergab, als er die heiligen Mysterien der Kirche einsetzte, und das er am Karfreitag durch Erheben seiner Hände dem Vater zum Heil der ganzen Welt dargebracht hat. Nach *Cyprian* sollen wir uns am Abend jenem Licht zuwenden, das keinen Untergang kennt, und ausblicken nach dem wiederkommenden Herrn, der uns die Gnade des unvergänglichen Lichtes schenken wird. Zu dieser Stunde singt die Ostkirche den herrlichen Hymnus «Phos hilaron».

«Heiteres Licht,
vom herrlichen Glanz deines unsterblichen,
heiligen, seligen himmlischen Vaters: Jesus
Christus.

Dich verherrlichen alle Geschöpfe.
Siehe, wir kommen beim Sinken der Sonne,
grüssen das freundliche Licht des Abends,
singen in Hymnen Gott dem Vater,
singen dem Sohn und dem Heiligen Geist.
Würdig bist du, dass wir dich feiern zu allen
Zeiten
mit heiligen Liedern,
Christus, Sohn Gottes, Bringer des Lebens:
dich lobpreise die ganze Erde.»

Mit Maria besingt die Kirche im Magnificat die Grosstaten Gottes, der seine Verheissungen selbst dann nicht zurücknimmt, wenn Menschen untreu werden.

Komplet

Die Nacht steht wieder auf der Schwelle und mahnt unüberhörbar an das Ende, dem kein Sterblicher entrinnen kann.

Der Mensch fürchtet sich vor dem Dunkel. Wenn die Sonne untergeht, zündet er andere Lichter an. Aber viele davon erweisen sich als Irrlichter, die das Gewissen belasten und das Herz verdunkeln. Wohl dem, der sich rechtzeitig vom lauten Geschäft des Tages löst, seine Seele der stillen Botschaft der Sterne öffnet und sein Versagen im Abgrund der göttlichen Barmherzigkeit versenkt. Er mag ruhig schlafen. Gottes Angesicht leuchtet über ihm.

Ideal und Wirklichkeit

Ist das Stundengebet der Kirche mit der Wirklichkeit des täglichen Lebens in Einklang zu bringen? Ein evangelisches Stundenbuch bemerkt dazu: «Die Vollzahl der kirchlichen Horen setzt durchaus eine mönchische Gemeinschaft voraus. Es ist immerhin tröstlich zu wissen, dass die Orte in der Kirche da sind, wo das ganze Stundengebet stellvertretend für alle gehalten werden kann und wirklich die einzelnen Stunden des Tages durch das Gebet der Kirche geheiligt sind und vor Gott begangen werden» (Das Stundengebet der Evangelischen Michaelsbruderschaft, Kassel 1952, 7). Das Konzil war offenbar derselben Meinung. Es wollte grundsätzlich an der seit den frühesten Zeiten der Kirche festgelegten Struktur des Stundengebets festhalten, soweit es gemeinsam im Chor gefeiert wird, um aber den heutigen Lebensverhältnissen Rechnung zu tragen, wird die Prim abgeschafft, die Mette zu einer Lesehore umfunktioniert, die zu jeder beliebigen Tageszeit gehalten werden kann, und von den kleinen Horen ist nur mehr eine «verpflichtend». Das gilt für Priester und alle jene, die apostolisch tätig sind (vgl. Liturgiekonstitution, Nr. 88 f.).

In jener Zeit, die so sehr unter massivem Leistungsdruck steht und auf allen Sparten des Lebens das Machbare betont, laufen wir selbst im geistlichen Leben und seelsorgerlichen Einsatz Gefahr, Manager zu werden und die geistige Mitte zu verlieren. Da wäre gerade das treu gefeierte Stundengebet ein hervorragendes Mittel, unser Leben immer wieder dem gesunden Rhythmus der Natur anzugleichen und in den Mysterien Christi zu beheimaten.

Wer das Stundengebet nicht bloss persolviiert, sondern zelebriert (und dazu gehören Musse und Gesang!), kann aus dem vollen schöpfen, denn das neue Stundenbuch enthält einen solchen Reichtum an spirituellen Werten und pastoralen Impulsen, dass es weder in Vergangenheit noch Gegenwart von einem andern Gebetbuch übertroffen wird.

Wie im heiligen Opfer, so führt die Kirche auch im Stundengebet Menschen und Dinge durch Christus zu ihrem heiligen Ursprung zurück. «Denn von Gott und für Gott sind wir geschaffen, und unser Herz kann nirgends Ruhe finden ausser in *ihm*» (Augustinus).

Kurhaus Kreuz, Mariastein

10 Einzelzimmer, 14 Doppelzimmer, alle mit Dusche/WC, Telefon und Radio. Lift, schöne Parkanlagen, Tagungsräume. Einzelgäste und Gruppen, Ferien, Besinnung, Tagungen, Seminare.

Leitung: Erlenbader Franziskanerinnen

Telefon 061 / 731 15 75
Telefax 061 / 731 28 92