



Pfarrei Franz von Assisi

Rathausstraße 5
24103 Kiel
0431-260923-0
pfarrbuero@franz-von-assisi-kiel.de

www.katholisch-in-kiel.de

Kiel, 30.3.2020

Alltagsroutinen

Wir beginnen eine neue Woche, in denen weiterhin Einschränkungen zur Eindämmung der Corona-Pandemie gelten, die für viele eine echte Herausforderung sind. Wenn der übliche Rhythmus von Freizeit und Arbeitszeit, von Zeit in der Schule und Zuhause so plötzlich und auf derzeit noch unabsehbare Zeit ausgesetzt ist, empfehlen erfahrene Ratgeber Alltagsroutinen beizubehalten bzw. neue, situationsbezogene Regeln und Routinen für sich selbst festzuhalten bzw. innerhalb der Familie zu vereinbaren. Zeiten fürs Aufstehen und Schlafengehen, fürs Essen, fürs Alleinsein und Beieinandersein, für die Aufgaben, die zu erledigen sind und für die Muße, die notwendig ist. Sollte dazu nicht auch die Zeit fürs Gebet dazugehören? Diese Zeit, die ja immer noch auch die „Fastenzeit“ ist, die Zeit, das Verhältnis zu Gott zu betrachten und zu intensivieren, könnte dafür sogar besonders geeignet sein.

Alltagsroutinen mit einem Gebetsrhythmus zu verbinden, das könnte z.B. bedeuten, den Tag mit einem Kreuzzeichen zu beginnen, das ich über mich mache, verbunden mit einem kurzen Gebet des Dankes für den neuen Tag und mit der Bitte um den Segen Gottes, der meinen Tag begleiten möge, mich selbst und die Menschen, denen ich an diesem Tag begegnen werde. Und am Abend reserviere ich einen Moment der Reflexion über den Tag, was mir gelungen ist, was Bestand haben kann, aber auch was hätte besser sein können und worauf ich an anderen Tagen also mehr achten werde. Und das sage ich Gott, so einfach es geht. Alltagsroutinen sollen einfach sein und hilfreich. So ist es auch mit Gebetsroutinen: Einfach sind sie hilfreich.

Natürlich soll das Gebet nicht in Routinen erstarren, denn es ist ja Begegnung und Beziehung. Ein Gebet, das ich immer wieder gerne bete, das aber nicht zur reinen Routine wird, weil es mich immer neu anregt, findet sich in unserem Gotteslob. Es ist von Romano Guardini:

Immerfort empfangen Sie mich aus Deiner Hand. Das ist meine Wahrheit und meine Freude. Immerfort blickt Dein Auge mich an, und ich lebe aus Deinem Blick, Du mein Schöpfer und mein Heil. Lehre mich, in der Stille Deiner Gegenwart das Geheimnis zu verstehen, dass ich bin. Und dass ich bin durch Dich und vor Dir und für Dich.

PAX et SALUTEM,

Ihr Propst Benner