

# reli+ plus

Religionspädagogische Zeitschrift für Praxis & Forschung

09-10|2015

P.b.b. | Verlagsort 8010 Graz | 13Z039791 M



## » Beten im RU?

Übers Erleben von spirituellen und liturgischen Formen im Rahmen eines performativ orientierten Religionsunterrichts.  
Seiten 4 bis 7

## » Früh bis spät

Rituale und spirituelle Erlebnisformen geben dem Alltag eine gute Ordnung und dem Tag einen heilsamen Rahmen.  
Seiten 8 bis 11

## » Einladungen ...

zum Gebet: Erzählungen, Texte und Gedanken rund um das Beten laden ein, selbst eigene Worte des Gebets zu suchen.  
Seiten 12 bis 15

## » (Wie) Beten?

Praktische Impulse regen zur Auseinandersetzung mit dem Gebet als zentralem Ausdruck von Glauben und Spiritualität an.  
Seiten 16 bis 19



**SOLIDARITÄT leben**  
**PERSPEKTIVEN erweitern**  
**MENSCHEN begegnen**

[www.volontariat.at](http://www.volontariat.at)

**VOLONTARIAT bewegt**  
 Freiwilligeneinsatz  
 Zivildienst



Anzeige

## inhalt:

Impressum	2
Editorial	3
Beten im Religionsunterricht? <i>Hans Mendl</i>	4
Beten: Morgens.Mittags.Abends <i>Andrea Scheer/Josef Köberl</i>	8
Gebet in der Schule – Schule des Gebets <i>Helmut Loder/Anna Maria Schröck</i>	12
(Wie) Beten? <i>Monika Prettenthaler</i>	16
Stille- und Sinnesübungen <i>Andrea Scheer/Monika Prettenthaler</i>	20
Mit dem ganzen Körper beten <i>Monika Prettenthaler</i>	22
Buchrezension / Vorschau	24

**Zum Titelbild: Maaria Wirkkala; SO WHAT – Animals. Installation im Kreuzgang des Grazer Minoritenklosters; Ausstellung Maaria Wirkkala: SHARING, Minoriten Galerien Graz, 2011.**

Die Installation (Spielzeugtiere und Drahtseil) im Kreuzgang des Grazer Minoritenklosters zeigte Löwen, Leoparden, Elefanten (vgl. Ausschnitt auf der Titelseite), Giraffen und Zebras, die offensichtlich ein starkes Motiv haben, das sie, gefährdet in schwindelnder Höhe, in eine Richtung ziehen lässt. Es ist ein Zug der Stille, aber voller Konsequenz. Flucht? Gebet? Unmögliches wagend, hoffend ...?



## impressum

**Eigentümer und Herausgeber:** Kompetenzzentrum für Religionspädagogische Schulbuchentwicklung an der Kirchlichen Pädagogischen Hochschule der Diözese Graz-Seckau, Lange Gasse 2, 8010 Graz | Friedrich Rinnhofer, Vizerektor.

**Redaktion:** Monika Prettenthaler, Andrea Scheer, Heinz Finster, Helmut Loder, Friedrich Rinnhofer (CR), Renate Wieser (CvD).

**Layout und Satz:** Peter Kandlbauer.

**Druck:** www.flyeralarm.at

**Aboservice:** Sonntagsblatt für Steiermark, Bischofplatz 2, 8010 Graz. 0316/8041-225, aboservice@reliplus.at

**reli+plus** ist die religionspädagogische Zeitschrift für Praxis & Forschung der KPH Graz.

**reli+plus** ist ein Praxisbeihelfer für die ReligionspädagogInnen der Diözese Graz-Seckau und erscheint fünf Mal jährlich. Der Jahresbeitrag beträgt € 12.-

Für AbonnentInnen der Wochenzeitung „Sonntagsblatt für Steiermark“ ist der Bezug von **reli+plus** gratis. Wenn bis 1. November keine Abbestellung erfolgt, verlängert sich das Abonnement von **reli+plus** jeweils um ein weiteres Jahr.

[www.reliplus.at](http://www.reliplus.at)



### Quellen

- Seite 1: Maaria Wirkkala: SO WHAT, 2011, in: Rauchenberger, Johannes: Gott hat kein Museum. Religion in der Kunst des beginnenden XXI. Jahrhunderts, Bd. 3, Paderborn u. a.: Schöningh 2015, 142.
- Seite 3: Bydliniski, Georg: Stromab, in: Ders.: Distelblüte. Gedichte, Wien: Herder 1981, 19.
- Seite 3: Foto: Winfried Woisetschläger

## DAS SCHULGEBET ALS GRETCHENFRAGE

**S**andra ist acht Jahre alt. In ihrer Familie wird prinzipiell nicht gebetet. Dass es so etwas wie „Beten“ gibt, weiß sie nur vom Religionsunterricht. Sie mag ihre Religionslehrerin sehr und betet in der Schule auch gerne mit. Niko ist 14 Jahre alt. Er hat seit Jahren nicht mehr gebetet. Es bedeutet ihm einfach nichts. Firmen will er sich trotzdem lassen.

Die 16-jährige Astrid ist Mitglied einer katholischen Erneuerungsbewegung. Sie würde sich vom Religionsunterricht mehr spirituelle Impulse wünschen. „Warum beten wir nicht öfter im Religionsunterricht?“, fragt sie ihren Religionslehrer.

Diese drei Beispiele thematisieren eine wichtige Fragestellung: Welche Bedeutung hat das Gebet im katholischen Religionsunterricht? Schärfer gefragt: Darf man angesichts der Heterogenität der SchülerInnen im unterrichtlichen Kontext überhaupt beten? Kann man von einer christlichen Glaubenshaltung bei allen SchülerInnen ausgehen? Und sind alle Beteiligten bereit, sich zwischen einer Mathematikschularbeit und einer Turnstunde auf die spirituelle Situation eines Gebetes einzulassen?

**D**ie neue Ausgabe von Reli+Plus greift diese Diskussion auf, hinterfragt so manche gängige Praxis und bietet in bewährter Weise konkrete Vorschläge für den Religionsunterricht.

**D**er renommierte Passauer Religionspädagoge Hans Mendl bezeichnet in seinem Forschungsbeitrag (S. 4 bis 7) die Frage nach dem Gebet im Religionsunterricht als die „religionspädagogische Gretchenfrage“, der er schon seit vielen Jahren in seinen Vorträgen und Publikationen nachspürt. Er beschreibt, wie Formen des Gebets im Unterricht verantwortungsvoll erleb- und verstehbar gemacht werden können. Andrea Scheer hat in ihrem Beitrag für die Primarstufe Impulse für Gebete und Rituale am Morgen, zu Mittag und am Abend zusammengestellt, und Josef Köberl, ein Student der KPH Graz, stellt Möglichkeiten vor, wie Gebete nicht nur hörbar, sondern auch sichtbar gemacht werden können. Von Gebeten im Gotteslob bis hin zu Texten aus der Rockmusik reicht das Spektrum der Anregungen, die Helmut Loder für den Religionsunterricht der Sekundarstufe 1 bietet. Monika Prettenthaler bezieht sich in ihrem Beitrag für die Sekundarstufe 2 unter anderem auf den Schweizer Theologen Stephan Sigg und stellt einige seiner „Echtzeit-Gebete“ vor. Passend zum Thema des Heftes geht es im Methodenlabor um Stille- und Sinnesübungen.

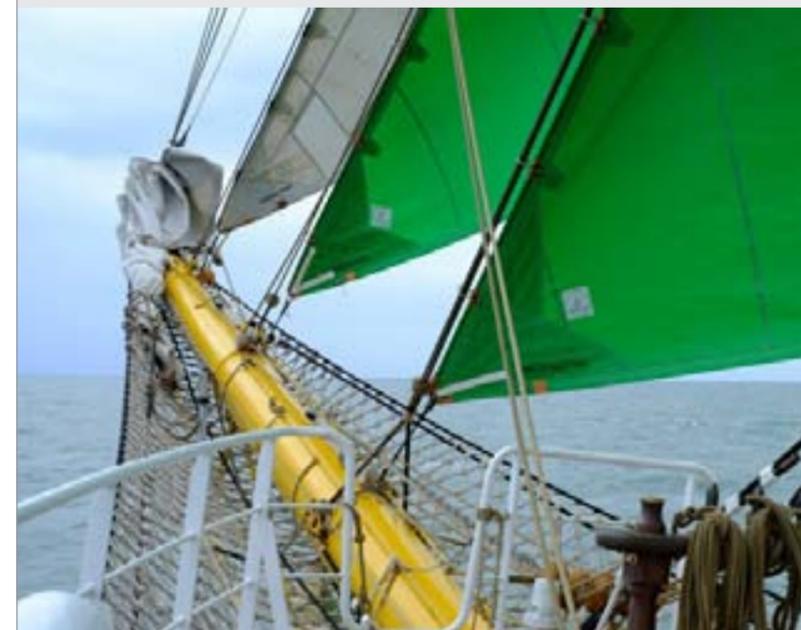
Das Team von Reli+Plus wünscht einen guten Start in das neue Schuljahr!

Friedrich Rinnhofer  
[friedrich.rinnhofer@reliplus.at](mailto:friedrich.rinnhofer@reliplus.at)



Friedrich Rinnhofer  
 Vizerektor der KPH Graz

## STROMAB



**SO OFT TREIBEN WIR  
 STROMAB  
 AUF DEN KÄHNEN  
 DER ANGST**

**ABER IMMER  
 SIND WIR AUFGEFANGEN  
 VOM MEER  
 DAS GOTT IST**

*Georg Bydliniski*

# BETEN IM RELIGIONSUNTERRICHT?

Die Gretchenfrage eines performativ orientierten Religionsunterrichts

Hans Mendl

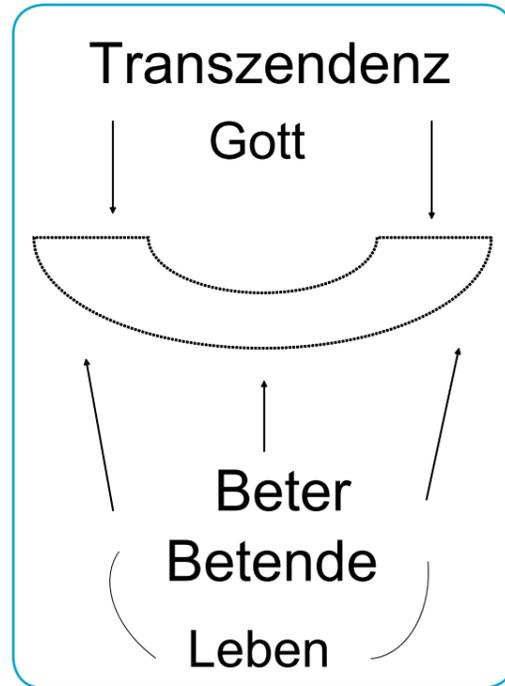
## „Darf man im Religionsunterricht beten?“

Diese religionspädagogische Gretchenfrage stelle ich nun schon seit zehn Jahren bei meinen Vorträgen zu einem performativ orientierten Religionsunterricht – von Kiel bis Bozen und von Luxemburg bis Wien. Das Ergebnis überrascht vielleicht (nicht): Die große Mehrheit der anwesenden ReligionslehrerInnen bejaht die Frage – tendenziell mehr im Süden und bei KatholikInnen. Das steht im deutlichen Gegensatz zur überwiegend kritischen Sicht meiner religionspädagogischen KollegInnen auf der wissenschaftlichen Ebene (vgl. exemplarisch: Kittel 2012; insgesamt: Mendl 2013), vor allem auf evangelischer Seite (exemplarisch: Klie 2008; Mendl 2012, 18f.). Dort werden Modelle des Performativen entwickelt, die auf der Ebene des Probe- und Spielhandelns verbleiben, bei denen aber die unmittelbare Praktizierung von gelebter Religion als äußerst problematisch bewertet wird (z. B. in einem Praxisheft: Husmann / Biewald ([Hg.] 2013). Vor allem bei den Themenfeldern des Betens und der Liturgie konkretisieren sich die kritischen Anfragen an ein performatives Lernen im Religionsunterricht – bei anderen (wie z. B. inszenatorischer Umgang mit biblischen Texten) erscheint dies als unproblematisch.

**A**ber worin besteht das Problem? Und versteht man das vielleicht typisch deutsche Problem in Österreich überhaupt?

### Was ist ein Gebet?

Beten ist die grundlegende Kommunikationsform von Religion. Ein Gebet ist eine komplexe Sprechhandlung, die weit über die Ebene einer semantischen Bestimmbarkeit hinausreicht. In der präsentierten Außenseite von Religion konkretisiert sich eine komplexe Innenseite: Denn im Akt des Betens wendet sich ein Mensch einem transzendenten „Du“ zu, von dessen Existenz der/ die BeterIn überzeugt ist. Er/sie glaubt daran, dass man all das, was einen bewegt, dieser Größe, die wir Gott nennen, entgegenbringen kann und dass dieses Gegenüber auf eine ganz eigene und nicht unmittelbar beeinflussbare Weise antwortet. Ein solches Beten kann in einer Gemeinschaft der Betenden eine besondere Tiefendimension erlangen. Wenn Martin Buber sagt „Gott gibt es nur im Vokativ“, dann hat das Folgen für das Thema „Gebet im Unterricht“: Kann jemand, der selber keine eigene Gebetserfahrung mitbringt, die innere Dynamik der Sprechhandlung „Beten“ verstehen? Grundsätzlich impliziert der Spruch die Grenzen einer rein distanzierten



Annäherung an die Gottesfrage von außen her. Es reicht eben nicht aus, über zentrale religiöse Sprechhandlungen nur zu reden, man muss sie auch erlebt haben: gesegnet worden sein, einen Psalm im Wechsel gesprochen haben, die Mystik eines Taizé-Gebets erfahren haben ... Die praktizierte Form erscheint als unverzichtbar, um auch die Innenseite eines Gebets, eines Segens oder einer religiösen Tradition zu begreifen.

### Das theologische und didaktische Dilemma im Religionsunterricht

**E**rsetzt man das Wort „BeterIn“ aber durch das des „Lernenden“, so drängen sich kritische Fragen auf: Kann ein Transzendenzglaube bei allen SchülerInnen vorausgesetzt werden? Nein, denn wir gehen aus gutem Grund seit der Würzburger Synode (1974) davon aus, dass sich im konfessionellen Religionsunterricht neben den gläubigen und suchenden Kindern und Jugendlichen auch nichtgläubige oder in religiösen Fragen indifferente befinden – alle müssen respektvoll in ihrer Unterschiedlichkeit und Eigenart ernst genommen werden. Und sind alle am Unterricht Beteiligten bereit, sich zwischen Mathe und Englisch auf die spirituelle Dimension eines Gebetsaktes einzulassen? Auch diese Frage muss verneint werden. Von daher ist der Hinweis vor allem der evangelischen ProtagonistInnen eines performativen Religionsunterrichts nachvollziehbar: Die unmittelbare Praktizierung eines

gelebten Glaubens erscheint am Handlungsort Schule als ein Kategorienfehler, weil nicht das System öffentliche Schule, sondern die Gemeinde der passende Ort dafür ist. Der probeweise, spielerische Umgang mit Formen praktizierter Religion kann didaktisch legitimiert werden (Dressler 2007, 283), aber immer als didaktisch gebrochene Inszenierung, ansonsten darf der Religionsunterricht nur zu einer „Reflexion religiöser Praxis“<sup>1</sup> anregen. Diese didaktischen Konstrukte werden dann wiederum kritisch hinterfragt: Banalisiert ein solcher spielerischer Zugriff auf die Glaubenspraxis von Religionen nicht die Dignität religiöser Akte (vgl. Porzelt 2013, 186f.)?

### Einladung zum Erleben – subjektive Bedeutungszuweisung

**W**er vor dem skizzierten Dilemma dennoch dafür plädiert, auf verantwortbare Weise Formen des Gebets im Unterricht auch erlebbar zu machen, muss sein Konzept mehrfach absichern. Zunächst geschieht das auf einer sehr grundsätzlichen Ebene: Auch ein performativ ausgerichteter Religionsunterricht verbleibt in den konzeptionellen Grenzen eines schulischen Unterrichtsfachs. Er darf nicht mit Katechese und ihren Zielsetzungen einer Einübung in den Glauben und einer Beheimatung in der Kirche verwechselt werden. Es geht bildungstheoretisch zunächst um nichts anderes als um ein vertieftes Verstehen von Religion, aber dazu gehört auch das Verständnis der Praxisvollzüge einer gelebten Religion. Gleichzeitig müssen die Voraussetzungen und die Einstellungen der Lernenden berücksichtigt werden:

- Mit performativen Unterrichtsformen laden die Lehrenden zum Vollzug religiös konnotierter Handlungsformen ein.
- Diese Einladung muss aber geprägt sein von der Möglichkeit einer subjektiven Bedeutungszuweisung durch die Lernenden – und diese können ganz unterschiedlich gelagert sein! Die Lernenden können unmittelbar, aber auch distanziert beteiligt sein, sie können in die „Froschperspektive“ gehen oder auch das Ganze aus der „Vogelperspektive“ betrachten. Konkret: Für den einen erweist sich das gemeinsame Sprechen eines Psalms als ein eindrucksvolles Klangerlebnis, für einen anderen scheint für einen Moment ein Transzendenzbezug auf.
- Ob aus einzelnen Erlebnissen subjektiv bedeutsame und nachhaltige Erfahrungen werden, entzieht sich der Steuerung durch die Lehrenden; SchülerInnen können zustimmen oder ablehnen. Denn die tatsächliche Wirkung einer Sprechhandlung ist didaktisch von außen nicht verfügbar und steuerbar. Mit den Worten der Sprechakttheorie ausgedrückt: Die idealtypisch gedachte illokutionäre Sprechhandlung eines Gebets als Zuwendung zu einem Transzenden-

ten kann in der perlokutionären Wirkung unterschiedlich gedeutet werden – der/die eine SchülerIn findet sich in seiner Lebenssituation in seinem Glauben, Vertrauen, Zweifeln darin wieder, für den/die andereN ist das gesprochene Wort ein Fremdtext ohne Bedeutung.

- Im Unterschied zur Katechese, die zumindest zeitweise auf eine Zustimmung (z. B. sich firmen zu lassen) hin ausgelegt ist, zielt das Erleben von praktizierter Religion im Religionsunterricht auf keine außerunterrichtlichen Folgen ab – die Zeiten, als im Unterricht eine Kontrolle dessen, was Kinder und Jugendliche in ihrer Freizeit religiös taten, stattfand, sind Gott sei Dank vorbei!
- Um die Freiheit der individuellen Erfahrungsbildung zu sichern, erscheint eine didaktische Rahmung als unverzichtbar, welche Elemente des Erlebens mit solchen der kognitiven Verankerung und besonders der Reflexion verbindet. Eine solche Rahmung sichert die Freiheit und Würde des lernenden Subjekts: Vor dem Erleben eines Moments gelebter Religion (z. B. auch bei einer kirchenraumpädagogischen Exkursion) wird verdeutlicht, was auf die SchülerInnen zukommt und wie sie sich hierbei verhalten können. Die Reflexion nach einem Erleben dient der bewussten eigenen Verarbeitung; der didaktische Takt erfordert, dass hier je nach Lerngegenstand und Lerngruppe mehr oder weniger deutlich unterschieden wird zwischen einer individuellen Reflexion und dem, was davon dann wieder im Plenum mitgeteilt wird.<sup>2</sup>

**Grundsätzlich impliziert der Spruch „Gott gibt es nur im Vokativ“ die Grenzen einer rein distanzierten Annäherung an die Gottesfrage von außen her ... Die praktizierte Form erscheint als unverzichtbar, um auch die Innenseite eines Gebets, eines Segens oder einer religiösen Tradition zu begreifen.**

Hans Mendl



## Performatives Arrangement

### Diskursive Einbettung und Einführung

Thematische Vorarbeit

Beschreibung

- was auf die Schülerinnen und Schüler zukommt
- welche inneren und äußeren Haltungen möglich sind

### Performatives Erleben

thematisch fokussierte Erlebnisdimensionen  
Arbeit mit offenen Formen ▶ subjektive Bedeutungszuweisung  
Elemente der Zwischenreflexion ▶ Distanzierungsmöglichkeit

### Diskursive Reflexion und Weiterführung

Subjektive Positionierung (erleben + reflektieren = erfahren)  
Austausch über ausgewählte subjektive Erlebens-Modi („was war?“)  
und Erfahrungs-Konstruktionen („was bedeutet das?“)

Thematische Weiterarbeit

### Ansetzen beim Unterrichtsnahe (Reden über ...)

Es geht nicht um ein Ersetzen von kognitiven Lernformen, sondern um deren Ergänzung und Vertiefung durch das Erleben von spirituellen und liturgischen Formen. Deshalb konzipiere ich die Praxisvorschläge immer so, dass sie nahe am konventionellen Unterricht anknüpfen; dem schließen sich Angebote an, die deutlicher performativ ausgebreitet sind, wie am Beispiel von individuellen und kollektiven Gebetsformen verdeutlicht werden kann:

- **Religionskundliche Informationen** dienen im Sinne von kognitiven Ankern als vorbereitende oder nachbereitende Elemente erlebnisorientierter Formen: z. B. die Analyse von Gebetstexten und Gebetsformen und ihre Zuordnung zu Gebetsarten und Körperhaltungen, die Thematisierung von Psalmen und Tagzeitenliturgie, von Rosenkranz und jugendgemäßen Formen wie einer Jugendvesper oder einem Taizé-Gebet. – Die Nachhaltigkeit religionskundlicher Basics allein ist begrenzt; was keinen Widerhall im eigenen Leben hat und nicht wiederholt und auf verschiedenen Lernerebenen eingespart werden kann, wird bald wieder vergessen.
- Über **religionsphänomenologische Analogisierung** kann man ein Gespür für die besondere Bedeutung von Ritualen und Räumen für je unterschiedliche Lebenszusammenhänge und Feiern entwickeln, indem z. B. profane Liturgien wie ein (Rock-)Konzert oder ein Sport-Event analysiert werden.



Maaria Wirkkala, Ladder, 2006.

Foto: Johannes Rauchenberger

- Deutlicher in die Tiefe führt die **inhaltliche Erschließung von Teilelementen und Gebetsformen innerhalb der Liturgie**, z. B. die multiperspektivische Auseinandersetzung mit „Kyrie“, „Gloria“, „Sanctus“ und „Agnus Dei“ (vgl. Bosold 2004), aber auch mit anderen Grundtexten des Christentums, die ja eigentlich Gebete sind: Vaterunser, Credo, Rosenkranz.
- Auch die **Berichte von Jugendlichen** über selbsterlebte Liturgien (Taizé-Gebet, Jugendvesper, Weltjugendtag, Diözesanwallfahrt, Erfahrungsberichte von MinistrantInnen ...) verbleiben noch auf der Ebene eines „Redens über“, sie erhalten aber ihre besondere Bedeutung durch den damit verbundenen Zeugnischarakter.
- Viel zu wenig genutzt wird der **reflektierte Bezug zu praktizierten Formen der Schulpastoral** und der (von der Mehrheit erlebten) Schulgottesdienste: Diese dienen als Erlebnisfeld, auf das man sich bei der reflexiven unterrichtlichen Bearbeitung beziehen kann.

„Darf’s ein bisschen mehr sein?“, lautet die Frage an der Wursttheke. Ab hier beginnen Formen, die explizit die Erlebnisdimension in die skizzierten Lernwege einbringen. Bei den folgenden angedeuteten Beispielen handelt es sich im Detail um altbekannte Formen, mit denen ich aber das Ineinander von Kognition, Erleben und Reflexion veranschaulichen will.

### Ritualisierte Elemente im RU – eine Propädeutik von Liturgie

Entsprechende Startsignale zu Stundenbeginn signalisieren, um welchen fachspezifischen Zugriff auf die Wirklichkeit es in der entsprechenden Lerndomäne geht: Unschwer lässt sich das Fach benennen, bei dem man zu Beginn ausfragt, sich aufwärmt, sich einsingt oder eine Hausaufgabe an der Tafel vorrechnet. Mit welchem Startsignal beginnt der Religionsunterricht? Meines Erachtens sollte jede Religionsstunde mit einem knappen ritualisierten Element beginnen und / oder enden, das verdeutlicht, um welchen Modus der Wirklichkeitsbetrachtung es sich hier handelt: einen kurzen Impulstext, eine meditative Übung, ein Gebet, ein Rituale ...

So betrachtet dient der Religionsunterricht als Ganzer im Sinne einer Ausdrucks- und Wahrnehmungsschulung einer Propädeutik von Liturgie, weil hier ein Umgang mit Grundelementen gefördert wird, die auch in der Liturgie bedeutsam sind: Stille, die Bedeutung des Raums, Zeit und Rhythmus, Symbol und Geste, Musik und Gesang, Ritual und Gebet (vgl. Altmeyer 2008, 196f.). Es gilt, respektvoll einzuladen, zu motivieren und auch dort Geschmack zu machen, wo SchülerInnen zunächst einmal zögern – zum Beispiel bei körperbezogenen Übungen.

### Gebet als Ausdrucksform des Glaubens

- SchülerInnen formulieren perspektivisch aus der Sicht eines (biblischen) Beters, einer (biblischen) Beterin Gebetstexte (Bitt-, Lob-, Dank-, Klagegebete) oder Psalmen bzw. verfassen eigene Gebetstexte.
- SchülerInnen überlegen, wie sie die Texte vortragen können: 1. vorlesen, 2. feierlich rezitieren, 3. als Gebet sprechen, evtl. 4. verbunden mit der entsprechenden Körperhaltung. Bei der Reflexion wird die Frage diskutiert: Unter welchen Bedingungen wird ein Text zum Gebet?
- SchülerInnen experimentieren mit verschiedenen Präsentationsformen und an verschiedenen Handlungsorten (Klassenzimmer, Meditationsraum, Kirche, Natur) und reflektieren dies.

### Grundrituale und -gebete des Christentums

- SchülerInnen erlernen das sogenannte „kleine“ Kreuzzeichen (Stirn, Mund, Brust) in Verbindung mit einem kindgemäßen Spruch: „Jesus, ich denke an dich, ich rede mit dir, du bist in meinem Herzen.“ Später erfolgt das trinitarische „große“, das dann auch mit der entsprechenden Erschließung einhergehen muss; die Deutung kann dann wiederum in die Ausformulierung einer erweiterten Formel für die Lerngruppe münden (z. B. „Im Namen Gott Vaters, der die Welt erschaffen hat, des Sohnes, der Mensch geworden ist, und des Heiligen Geistes, der uns Kraft gibt ...“).
- SchülerInnen gestalten Kreuze oder ein Klassenkreuz – und geben bei der Präsentation unweigerlich ein Bekenntnis eigenen individuellen Glaubens ab.
- SchülerInnen überlegen Segenssprüche zum Ende der Schulwoche – und sprechen diese aus, segnen sich wechselseitig, werden von dem/der LehrerIn gesegnet.<sup>3</sup>
- SchülerInnen beschäftigen sich mit dem Vaterunser: Erläuterung und eigene Deutung der einzelnen Bitten, kreative Bearbeitung der einzelnen Bitten, z. B. über die Gestaltung von Kirchenfenstern (vgl. Sitzberger 2015); SchülerInnen überlegen, wie sie die einzelnen Bitten körpersprachlich ausdrücken können, diese werden mit der Klasse eingeübt.
- SchülerInnen erarbeiten zum Rosenkranz eigene Gesätze und beten diese in einer vereinbarten Kurzform gemeinsam. Im Anschluss wird das Erlebte (der Klangraum, die Stimmung ...) reflektiert.
- SchülerInnen sprechen einen biblischen Psalm, z. B. Ps 148 und / oder Ps 150 (Alternative: eine moderne Adaption, z. B. von Ernesto Cardenal, einen auf der Basis eines Lückentextes selber erstellten Psalms) im Wechsel und an verschiedenen Orten. Reflexion: Was „bringt“ ein solches Sprechen für ein tieferes Verständnis dessen, was ein Psalm ist (z. B. doppelte Dialogizität – Reden mit Gott, Dialog in der Gemeinschaft der Betenden)?

Beten im Religionsunterricht: Ja, aber didaktisch verantwortlich! Auf einladende, aber nicht vereinnahmende Weise soll der Religionsunterricht „Sinn und Geschmack fürs Unendliche“ (Friedrich Schleiermacher) machen! ○

<sup>1</sup> Vgl. den Untertitel: Husmann, Bärbel / Biewald, Roland (Hg.): Spiritualität. Impulse zur Reflexion religiöser Praxis im Religionsunterricht, Leipzig: 2013, bes. 16f. zur Abgrenzung von katholischen Modellen.

<sup>2</sup> Vgl. das diesbezügliche Missverständnis: Hanser, Marion / Reese-Schnitker, Annegret / Requena, Jesus Sola: Beten: (K)ein Problem im Religionsunterricht?, in: KatBl 140 (2015) 204–211, hier 209f.

<sup>3</sup> Vgl. dazu die entsprechenden Kapitel in meinem Buch „Religion erleben“ [s. Quellen]: Heilendes Tun – Gesegnet sein (201–215); Der Leib als Symbol – Gestalt annehmen (216–232); Naturerfahrung – Schöpfung erleben (233–250).



### Quellen

- Altmeyer, Stefan: „Dass die Seele lerne, nicht überall Zwecke zu sehen.“ Liturgische Bildung als Beitrag zu einer ästhetischen Bildung, in: Engagement 3 (2008) 190–198.
- Bosold, Bernhard: Ein Hauch des Heiligen. Liturgische Entdeckungen im Religionsunterricht, Materialbrief RU 4/2004.
- Dressler, Bernhard: Religion und Bildung in den Differenzen des Lebens, in: Zeitschrift für Pädagogik und Theologie 59 (2007) 269–286.
- Husmann, Bärbel / Biewald, Roland (Hg.): Spiritualität. Impulse zur Reflexion religiöser Praxis im Religionsunterricht, Leipzig: 2013.
- Kittel, Joachim: Beten im Religionsunterricht. Überlegungen in religionsdidaktischer Absicht, in: Glaube und Leben 85/4 (2012) 376–387.
- Klie, Thomas / Leonhard, Silke (Hg.): Performative Religionsdidaktik. Religionsästhetik – Lernorte – Unterrichtspraxis, Stuttgart: 2008.
- Mendl, Hans: Religion erleben, in: Thomas Klie / Rainer Merkel / Dietmar Peter (Hg.): Performative Religionsdidaktik und biblische Textwelten (= Loccum Impulse 3), Loccum: 2012, 16–25.
- Mendl, Hans: Religion erleben. Ein Arbeitsbuch für den Religionsunterricht. 20 Praxisfelder, München: 2013.
- Porzelt, Burkard: Performativer Religionsunterricht. Fluch oder Segen für die Zukunft religiöser Bildung an der Schule?, in: Altmeyer, Stefan / Bitter, Gottfried / Theis, Joachim (Hg.): Religiöse Bildung – Optionen, Diskurse, Ziele, Stuttgart: 2013, 181–194.
- Sitzberger, Rudolf: Kirchenfenster zum Vaterunser gestalten, in: KatBl 140 (2015) 28–30.



### Prof. Dr. Hans Mendl:

Lehrstuhl für Religionspädagogik und Didaktik des Religionsunterrichts der Universität Passau



Es geht im Religionsunterricht nicht um ein Ersetzen von kognitiven Lernformen, sondern um deren Ergänzung und Vertiefung durch das Erleben von spirituellen und liturgischen Formen.

Hans Mendl



# BETEN: MORGENS.MITTAGS.ABENDS

Spirituelles Lernen im christlichen Kontext sensibilisiert für die Beziehung zu sich selbst, zu den anderen, zur Welt; es spricht die Wirklichkeit des Göttlichen an – im Gebet als personales Gegenüber und in der Stille als tragenden Seinsgrund. Die folgenden Ideen für die Primarstufe möchten Kinder einladen, spirituelle Haltungen kennenzulernen und sich damit kritisch-konstruktiv auseinanderzusetzen.

Andrea Scheer/  
Josef Köberl

Spirituelles Lernen entlang der Ordnung eines Tages

**T**age von Kindern wie von Erwachsenen sind nicht selten vollgepackt mit Programm und Aktionen, mit Leistung, die zu erbringen, und Tempo, das fremdbestimmt ist. In der Schule und auch daheim in den Familien stellt sich die Frage nach Ordnungen, nach Momenten des Anhaltens und Innehaltens, nach Ruhe und Stille innerhalb des Alltags. (Religiöse) Rituale, die dem Alltag eine Ordnung geben, können einen heilsamen Rahmen schaffen, indem sie eine Atmosphäre der Sicherheit und Verlässlichkeit vermitteln.

### Morgens: Dem Tag einen Anfang geben

In Anlehnung an die Idee der buddhistischen Gebetsfahnen (Gebete/Gedanken werden mit dem Wind in den Himmel getragen) können Rituale und Gebete für den Morgenbeginn für den Schul- oder Klassenraum oder für das Kinderzimmer auf Stoff- oder Papierteile geschrieben und zu längeren Girlanden zusammengefügt werden (S. 9).

- Anregungen für Rituale am Tagesbeginn, die unabhängig von der Religionszugehörigkeit auf Girlanden gestaltet werden können:
  - Kurze Phantasiereise durch den Tag.
  - Ich gebe dem Tag eine Farbe: Mein Tag hat heute eine \_\_\_\_\_ Farbe, weil ...
  - Diese Gefühle sind heute mit mir erwacht ...
  - Am Beginn des Tages Symbole für das Befinden in der Klasse suchen (Feder, Stein, Spirale, Herz ...)
  - Diesen Menschen schicke ich einen kurzen Gedanken ...

*Wir bitten dich, Jesus, um Schutz und um Segen, ob wir froh sind oder traurig, bei Sonne und Regen. Wir bitten dich, Jesus, stell deine Engel ganz dicht. Sei wie ein Regenschirm, eine Burg, wie ein Licht. Wir bitten dich, Jesus, nimm uns an die Hand, uns und die Menschen in jedem Land.* (Schäfer 2014, 76)

### Mittags: Den Tag anhalten

■ Anregungen zum gemeinsamen Anhalten beim Mittagessen werden auf Kärtchen geschrieben und aus einer Sammelbox gezogen oder gewürfelt oder am Tischset abgedruckt (S. 10):

- Fein, dass wir zusammen essen.
- Gut riecht, was es heute gibt.
- Danke allen für das Essen. Guten Appetit!
- Es schwebt in der Luft ein fantastischer Duft. Der Tisch ist gedeckt. Wie das Essen heut' schmeckt! Ich sitz' auf der Bank. Gott und Mami/Papi/Omi ... sei Dank!* (Weidinger 2008, 5)

### Abends: Dem Tag einen Abschluss geben

■ Ein (Gebete-)Mobile mit Anregungen, den Tag abzuschließen, kann manches am Tagesende in Balance bringen (S. 11).

- Den Tag abspazieren mit meinen Fingern:
- Kleiner Finger:** Welche Menschen habe ich heute getroffen?
  - Ringfinger:** Was war heute schön für mich?
  - Mittelfinger:** Was ist heute missglückt / danebengegangen / schwierig gewesen?
  - Zeigefinger:** Was habe ich heute geschafft?
  - Daumen:** Wofür will ich heute Danke sagen? Welchen Menschen möchte ich Danke sagen? (vgl. Kleissner 2012, 30)
- Gespielt, gelacht, Quatsch gemacht. Gesungen, geträumt, aufgeräumt. Gegessen, genossen, die Zeit ist verflossen – Gern geb ich dir diesen Tag zurück und danke für jedes Glück.* (Schäfer 2014, 34)

Auf den Seiten 9 bis 11 schlägt Josef Köberl, Religionspädagoge in Ausbildung an der KPH Graz, angeregt durch die Publikation „Lieber Gott, vergissmeinnicht“ (Schäfer 2014) vielseitig gestaltbare kreative Anfänge vor, um den Schatz der Rituale und Gebete nicht nur hörbar, sondern auch sichtbar zu machen. ○

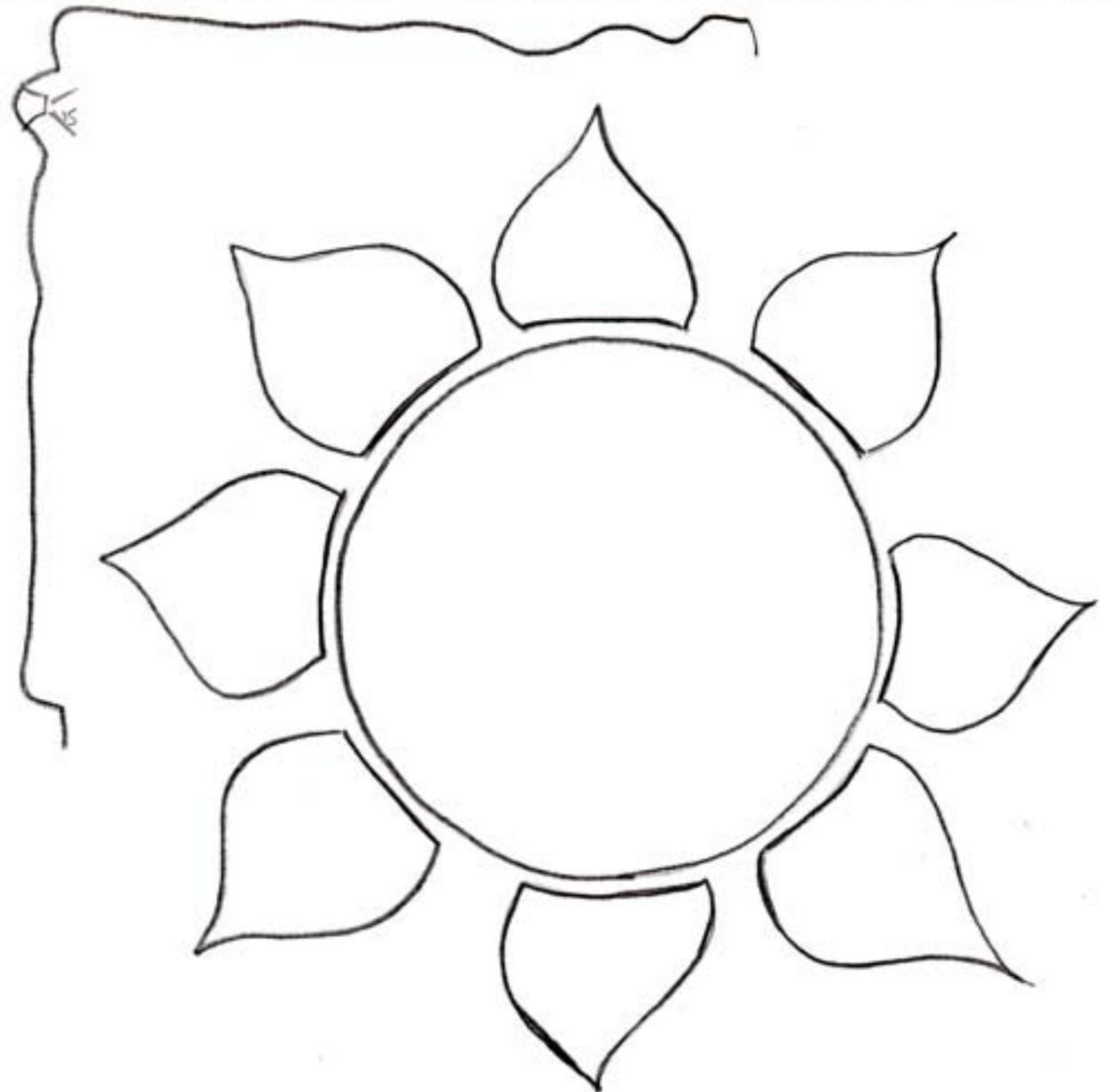
andrea.scheer@reliplus.at

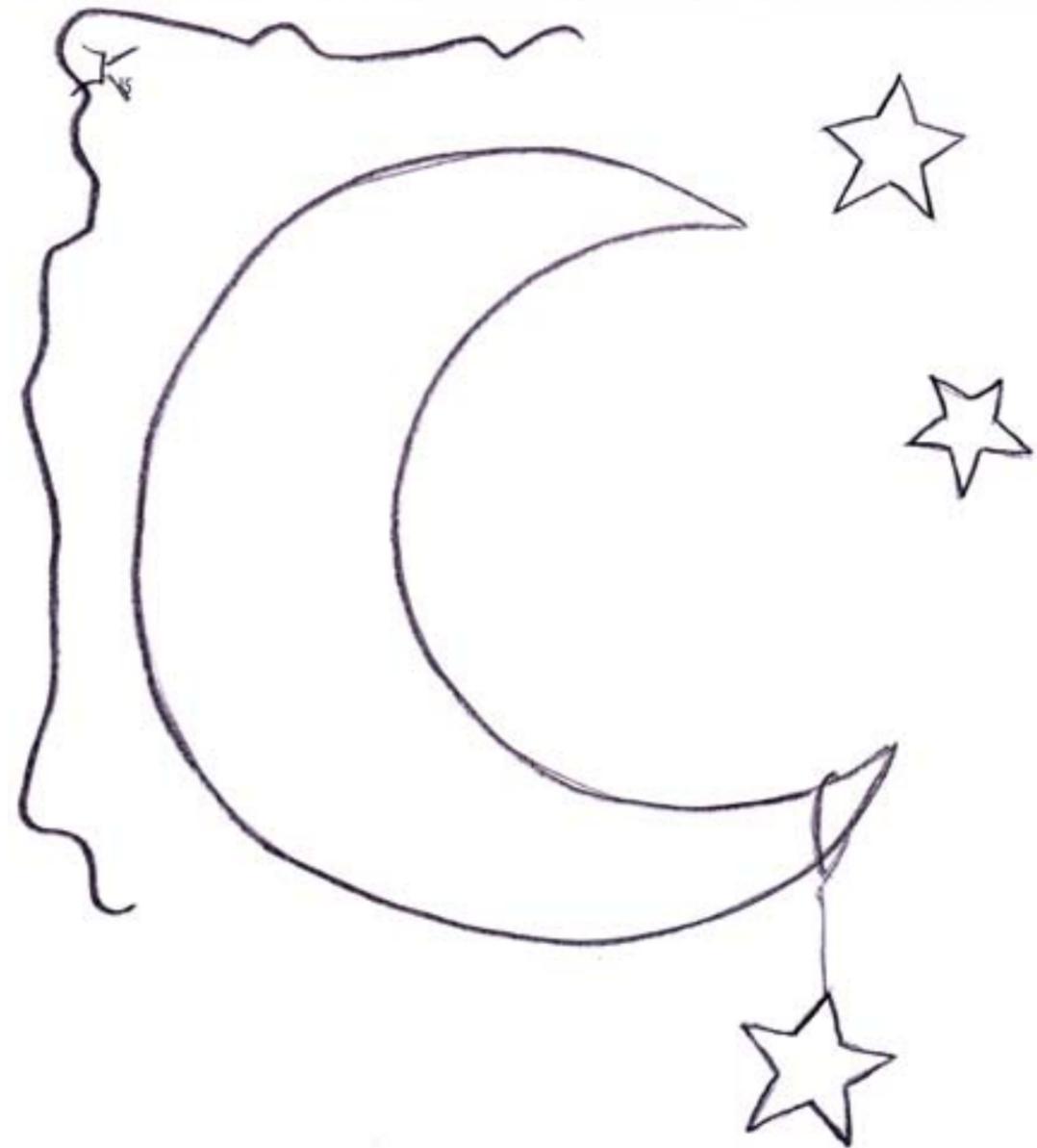
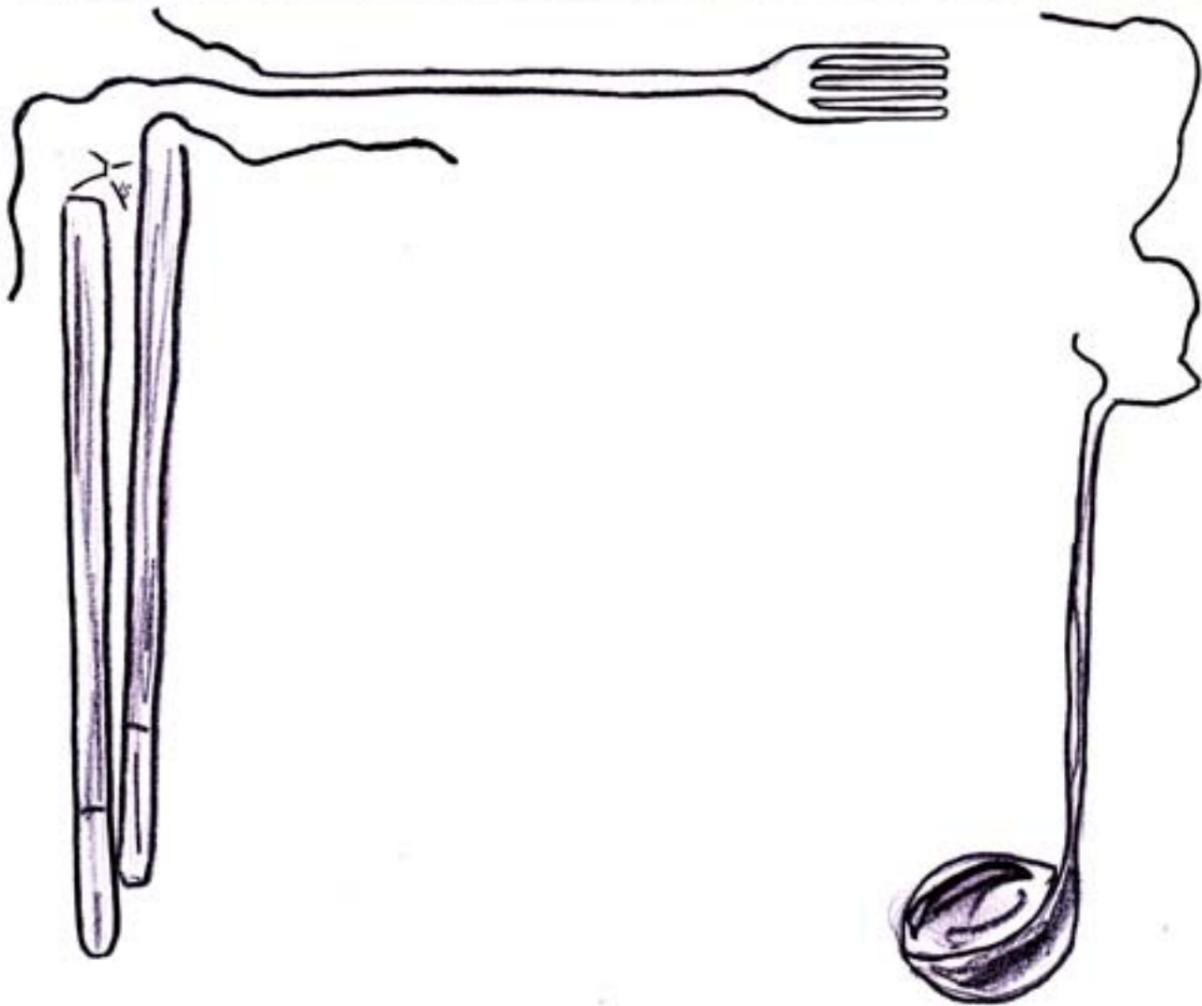
### Welche Kompetenzen?

- Kompetenzen, die durch die vorgestellten Anregungen gefördert werden:
- Religiöse Sprachformen identifizieren und ihre Bedeutung für Menschen benennen.
  - Rituale/Gebete entlang der Tagesstruktur kennenlernen und Gründe nennen können, warum (gläubige) Menschen zu diesen Gelegenheiten innehalten.
  - Rituale/Gebete begründet auswählen und kreativ gestalten.
  - Sich auf eigene Erfahrungen und praktische Übungen der Stille/Meditation/ des Gebetes einlassen.

### Quellen und Literaturtipps

- Brooks, Jeremy: Gebete der Welt, Düsseldorf: Patmos Verlag 2005.
- Kleissner, Richard: Kindergebete, in: Apfel. Zeitschrift des Österreichischen Frauenforums Feministische Theologie 103 (3/2012) 30.
- Schäfer, Anja (Hg.): Lieber Gott, vergissmeinnicht. Kindergebete zum Danken, Träumen und Staunen, Neukirchen-Vluyn: Neukirchener Verlagsgesellschaft 2014.
- Weidinger, Norbert: Wir danken dir fürs täglich Brot, Augsburg: Weltbild Verlag 2008.





# GEBET IN DER SCHULE – SCHULE DES GEBETS

Die Auseinandersetzung mit dem Beten, mit verschiedenen Gebetspraxen und -stilen ist eine wichtige Aufgabe im Rahmen des schulischen Religionsunterrichts. Dabei wird Beten heute von SchülerInnen und LehrerInnen – qualitativ wie quantitativ – sehr unterschiedlich erfahren und gelebt beziehungsweise gepflegt.

Helmut Loder

## Manchmal ist mein Gebet so wie ...

(vgl. Evangelische Landeskirche)  
Ein einfaches Beispiel und gleichzeitig eine Anregung und Einladung zur Reflexion ist ein Text von Paul Roth mit dem Titel „Manchmal ist mein Gebet so wie ...“

Dieser Text gibt in einfachen Bildern und Vergleichen wieder, wie unterschiedlich und vielfältig unser Beten sein kann.

Für die erste gemeinsame Arbeitsphase wird der Text zunächst jedem Schüler/jeder Schülerin als A6-Karte zum Lesen ausgeteilt; diese kann später auch ins Heft eingeklebt werden. Folgende Anregungen können bei der Erschließung des Gedichtes hilfreich sein:

- Suche dir eine Strophe des Gedichtes von Paul Roth aus, die dir wichtig ist, die dir gefällt, die dich beeindruckt hat, oder auch eine Strophe, die dich herausfordert, die dich zum Nachfragen bringt. Versuche deine Entscheidung für diese Strophe in Worte zu fassen und in einigen Sätzen zu notieren.
- Verfasse selbst Gedichtzeilen über d/eine Art zu beten, stelle dabei eigene Vergleiche an. Du kannst dich dabei an die Struktur der Strophen von Paul Roth halten: „Manchmal ist mein Gebet so wie ...“ oder „Manchmal ist das Beten von Menschen so wie ...“

Nachdem sich die SchülerInnen den Text so erschlossen haben, darf die „lebendige Umsetzung“

in die Zeichen- und Gestensprache nicht fehlen. Im Gebetskreis stehend, formen wir mit unseren Händen jene „Bilder“, die im Text vorkommen: den Arm, die Schale, das Ohr ...

**W**o immer es möglich ist, sollte die Gestaltung im Miteinander erfolgen, durch Nachfragen und Einladen, Vorschläge einzubringen, wie wir gemeinsam diesen Text über das Beten konkret werden lassen können. Gemeinsam wird das Gedicht mehrmals laut und lebendig rezitiert, die Hände werden eingesetzt, der ganze Körper einbezogen.

### Mein Gebet

*Manchmal ist mein Gebet so wie ein Arm,  
den ich nach oben recke, um dir zu zeigen,  
wo ich bin, inmitten von Menschen.*

*Manchmal ist mein Gebet so wie ein Ohr,  
das auf ein Echo wartet, auf ein leises Wort,  
einen Ruf aus deinem Mund.*

*Manchmal ist mein Gebet wie eine Lunge,  
die sich dehnt, um frischen Wind in mich  
einzuholen – deinen Hauch.*

*Manchmal ist mein Gebet wie eine Hand,  
die ich vor meine Augen lege, um alles abzu-  
schirmen, was mir den Blick verstellt.*

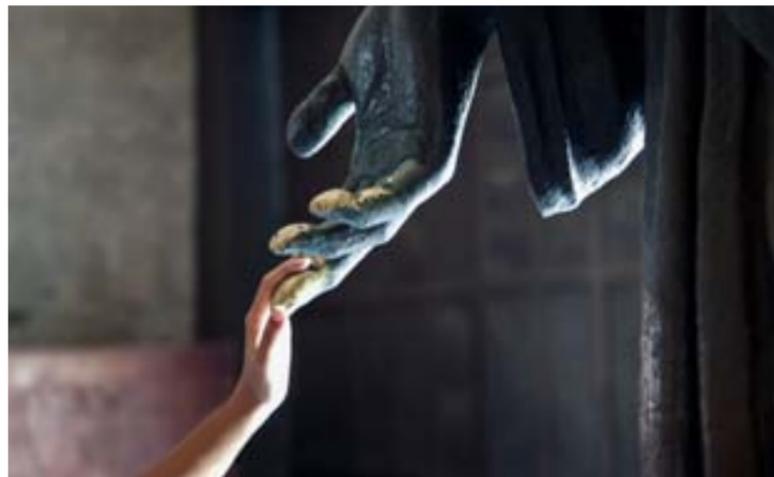
*Manchmal ist mein Gebet so wie ein Fuß,  
der fremden Boden prüft, ob er noch trägt, und  
einen Weg sucht, den ich gehen kann.*

*Manchmal ist mein Gebet so wie ein Herz,  
das schlägt, weil ohne seinen Schlag das Leben  
nicht mehr weitergeht.*

*Manchmal ist mein Gebet nur ein gebeugter  
Kopf vor dir – zum Zeichen meiner Not und  
meines Dankes an dich.*

*Einmal wird mein Gebet so wie ein Auge sein,  
das dich erblickt, wie eine Hand, die du er-  
greifst – das Ende aller Worte.*

Paul Roth



Manchmal ist mein Gebet wie eine Hand.

Foto: Ernst Zerche

# BETEN (LERNEN) MIT DEM GOTTESLOB ...

Beten bedeutet, sein Leben vor Gott zur Sprache zu bringen. Viele Beispiele dafür finden sich im neuen „Gotteslob“. Als „Schule des Betens“ bietet das Gotteslob verschiedene Formen des Gebetes für das gesamte breite Spektrum menschlicher Lebenssituationen und Glaubenserfahrungen.

## Gemeinsam feiern – gemeinsam beten

**E**s ist einen Versuch wert: Das Gotteslob zur Hand zu nehmen und mit den SchülerInnen darin eine Stunde lang auf „Entdeckungsreise“ zu gehen!

- Zu zweit erkunden die SchülerInnen das Gotteslob.
  - Welche Kapitel im Gotteslob thematisieren das Gebet? (S. 33–95)
  - Welche Typen, Arten und Formen von Gebet werden beschrieben? Was kennzeichnet sie?
  - Zu welchen Anlässen, in welchen Lebenssituationen haben Menschen Gebete formuliert?
- Als Zusammenfassung und Bündelung kann der Text „Mit dem Beten anfangen“ von Herbert Meßner gelesen werden.
  - Gemeinsam wird der Text gelesen; Begriffe und unbekannte Worte geklärt.
  - Die Buchstaben G-O-T-T-E-S-L-O-B werden senkrecht in das Heft geschrieben. Die SchülerInnen notieren sich zu jedem Buchstaben wichtige Begriffe, Wörter usw. aus dem Text und ihren eigenen Gotteslob-Erkundungen.
- Jeder SchülerIn wählt ein Gebet aus dem Gotteslob aus und stellt es in der Runde vor. Auf einem Farbkreis werden das Thema, die Adressatinnengruppe des Gebetes, die Gebetszeit oder ... gezeichnet / geschrieben; der Kreis wird anschließend auf die Pinnwand geheftet.

## Mit dem Beten anfangen (Herbert Meßner)

Der Gebetsteil [des Gotteslobs] versteht sich als eine „Schule des Betens“. [...]

Den Anfang machen die „Grundgebete“, ausgehend vom Gebet des Herrn. Sie sind ein Schatz von Gebeten, die uns durch das Leben begleiten. [...] Dass der Besuch einer Kirche auch zum stillen und betenden Verweilen Anlass sein kann, wird unter der Überschrift „Im Haus Gottes“ erschlossen. Hier werden kurze Gebete an den verschiedenen Orten im Kirchenraum angeboten. [...]

[Im Gotteslob gibt es Gebetstexte], die unseren Alltag vor den dreifaltigen Gott bringen in Grundsituationen aus dem menschlichen Leben: Lobpreis, Klage, Bitte und Dank, Hingabe und Umkehr. [...]

Der betende Mensch steht nie allein da. Wer betet, bringt sein Leben vor Gott, bringt aber auch die Anliegen der Welt vor Gott. [...]

Oft meinen wir, zum Beten keine Zeit zu haben. Dabei hilft gerade Beten dabei, dem hektischen Ablauf unserer Zeit eine hilfreiche Struktur zu ge-



Beten lernen mit dem Gotteslob.

Foto: Helmut Loder

ben. Unter dem Titel „Meine Zeit in Gottes Händen“ werden Gebete am Morgen und am Abend und bei Tisch mitgegeben, aber auch Gebete, mit denen wir einander Segen wünschen. [...]

**D**as Beten geht im neuen „Gotteslob“ aber noch weit über den unmittelbaren Gebets- teil hinaus. Wir finden dort Psalmen, Litanen und Andachten für das gemeinsame Beten.

## Das Gebet fängt bei Gott selbst an:

eine Erzählung

*Der Meister versammelt seine Jünger und fragt sie: „Wo ist der Anfang des Gebetes?“ Der Erste antwortet: „In der Not. Denn wenn ich Not empfinde, dann wende ich mich wie von selbst an Gott.“ Der Zweite antwortet: „Im Jubel. Denn wenn ich juble, dann hebt sich die Seele aus dem engen Gehäuse meiner Ängste und Sorgen und schwingt sich auf zu Gott.“ Der Dritte: „In der Stille. Denn wenn alles in mir schweigend geworden ist, dann kann Gott sprechen.“ Der Vierte: „Im Stammeln eines Kindes. Denn erst wenn ich wieder werde wie ein Kind, wenn ich mich nicht schäme, vor Gott zu stammeln, ist er ganz groß und ich bin ganz klein, und dann ist alles gut.“ Der Meister antwortet: „Ihr habt alle gut geantwortet. Aber es gibt noch einen Anfang, und der ist früher als alle jene, die ihr genannt habt. Das Gebet fängt bei Gott selbst an. Er fängt an, nicht wir.“*

Bischof Klaus Hemmerle



**Beten ist Antwort auf den Anruf Gottes oder einfach auf die Nähe Gottes!**

Herbert Meßner

# WENN DAS BETEN SICH LOHNEN WÜRDEN!

Von Wolfgang Niedecken und seiner Rockband BAP gibt es ein Lied, das sich mit dem Beten beschäftigt: „Wenn et Bedde sich lohne däät“ (aus dem Album „vun drinne noh drusse“, 1982). Die kölsche Dialektversion ist schwer zu verstehen, darum hier eine „hochdeutsche“ Fassung:

Wenn das Beten sich lohnen täte, was meinst du wohl, was ich dann beten täte. Ohne Prioritäten, einfach so wie es käme finge ich an. Nicht bei Adam und nicht bei Unendlich, trotzdem jeder und jedes käme dran. Für all das, wo der Wurm drin, für all das, was mich immer schon quält, für all das, was sich wohl niemals ändert. Klar – und auch für das, was mir gefällt. Vom Choral für die Domtaube, die verkrüppelt verendet in der Gosse, bis zu Psalmen für das Wetter und die Stunden mit dir, die zu kurz. Ich täte beten, was das Zeug hält, ich täte beten auf Teufel komm raus, ich täte beten für was ich gerade Lust hätte, doch für nichts, wo mir wer sagt: „Du musst!“ [...] Ich täte beten für Sand im Getriebe, und jede Klofrau bekäme Riesenapplaus. Überhaupt jede Unmenge Liebe und dem Sisyphus nicht nur eine Pause. Täte die Rubel bremsen, die rollen, Kronjuwelen verbannen auf den Schrott, ließe alle Grenzen und Schranken verschwinden, jeden Speer, jedes Gewehr, jedes Schafott. Vielleicht beneide ich auch die glauben können, doch was soll das, ich jage doch kein Phantom. Gott, wäre Beten bloß nicht so sinnlos, denn oft denke ich, wir wären bald schon an dem Punkt, wo es egal wird, wer Recht hat, wo Beziehung und Kohle nicht zählt. Wir sind alle zusammen am Kreuzweg, etwa da, wo man das dritte Mal fällt.

**D**a können sich doch viele in diesem Lied klar wiederfinden. Beeindruckend sind das radikale Engagement und die malerische Kraft der Bilder, mit denen das Thema „Beten“ durchgespielt und treffend auf den Punkt gebracht wird. Man kann dieses Lied als ein Klagelied hören. Es singt von all dem, was in unserer Welt schief läuft, was nach grundsätzlicher Veränderung schreit, die aber leider nicht stattfindet. Und irgendwie scheint nur das Beten zu helfen. (Oder auch nicht.) Ja, wenn das Beten sich doch nur lohnen würde ...!? (vgl. Jungnitsch 1996).

**B**eten macht Sinn: Es hält die Gewissheit wach, dass Gott sich durch unsere Worte bewegen lässt und uns Raum gibt für eine Zukunft in friedlichem Miteinander; eine Zukunft im Sinne Gottes. Für viele ist das Gebet eine Quelle der Kraft und der Ermutigung. Gott stärkt unsere Hoffnungen, unsere Hände und hilft uns, große Wünsche zu haben.

Davon sprechen auch Dorothee Sölle und Fulbert Steffensky (vgl. 1983, 308f.) im folgenden Text:

*Beten heißt, sich darin einzuüben, große Wünsche zu haben! Die großen Wünsche nach Gerechtigkeit, nach dem Sieg über das Unrecht, nach Glück und Heil, einem menschenwürdigen Leben, die hat man nicht einfach so, man muss sie lernen. Beten ist Revolte. Wer betet, sagt nicht: „So ist es und Amen!“ Er sagt: „So ist es! Und so soll es nicht sein! Und das und das soll geändert werden!“ Beten ist eine intensive Vorbereitung auf das Leben.*

- Die SchülerInnen arbeiten mit dem Text von Dorothee Sölle und Fulbert Steffensky. Auf einem farbigen A6-Kärtchen notieren sie:
  - Welche Wünsche habe ich?
  - Wie sehen meine großen Wünsche aus?
  - Wo ähneln sie den Wünschen meiner MitschülerInnen?
  - Was tue ich dafür, dass sie Realität werden?
- Die verschiedenen Beiträge werden entweder auf einer Pinnwand oder einem großen Packpapierbogen gesammelt. Unter Umständen auch ergänzt und erweitert durch bildnerische Elemente wie Grafiken, Fotos ...
- In einer Gebetsfeier werden die Wünsche / die Gebetsanliegen der Kinder und Jugendlichen eingebaut und vorgetragen. ○

helmut.loder@reliplus.at



## Quellen

- Bap: Wenn et Bedde sich lohne däät, Konzert im Rockpalast Grugahalle (15. 3. 1986); abrufbar unter: <https://www.youtube.com/watch?v=u7BE6B8usng>
- Evangelische Landeskirche des Kantons Thurgau: Gebete vor der Meditation; abrufbar unter: [http://www.evangel-tg.ch/uploads/media/Lehrplan8.3.M1.Gebet\\_Anleitung\\_vor\\_Meditation.pdf](http://www.evangel-tg.ch/uploads/media/Lehrplan8.3.M1.Gebet_Anleitung_vor_Meditation.pdf)
- Jungnitsch, Reiner: Glaub doch was du willst. Eine Handvoll Religion für die Erwachsenen von morgen. München: Don Bosco 1996, abrufbar unter: <http://www.reinerjungnitsch.de/allesnichts.pdf>
- Meßner, Herbert: Mit dem Beten anfangen, in: <http://www.gotteslob.at/gotteslob/material/article/104944.html> (abgerufen am 27. 6. 2015).
- O. A.: Das „Gotteslob“ im Religionsunterricht, in: <http://www.gotteslob.at/gotteslob/material/article/105068.html> (abgerufen am 27.06.2015).
- Sölle, Dorothee / Steffensky, Fulbert: Innen ist Außen ist Innen: Vom Beten lernen und vom lebendigen Wünschen, in: WzM 35 (1983), 307–310.

# BETEN HEISST, STOTTERN VOR GOTT ODER: „MEIN HERR UND MEIN GOTT!“

Der folgende – in der Praxis erprobte – Impuls stammt von Dipl.- Päd. Anna Maria Schröck, Religionslehrerin an der NMS Kaindorf bei Hartberg.

**A**usgangspunkt dieser Auseinandersetzung mit dem Gebet als Rede zu Gott ist die österliche Erzählung von dem Jesusjünger Thomas und von seinem Bekenntnis: „Mein Herr und mein Gott!“ (Joh 20, 28)

Im Anschluss an das Lesen dieser Bibelstelle wurden die SchülerInnen gebeten, ihre Beziehung zum Auferstandenen in Worte zu fassen. Die spontane Reaktion eines 13-Jährigen dazu: „Das kann nur ein Stottern werden, mir fallen nur ein paar Wörter ein, keine Sätze, wie dem Thomas!“ Den SchülerInnen wurde daraufhin genügend Zeit gegeben, Begriffe zu finden, die sie mit Gott verbinden.

Danach wurden ein großes Fragezeichen auf die eine Seite der Tafel und ein großes Rufzeichen auf die andere Seite gemalt. Der Arbeitsauftrag dazu lautete:

- Welche Begriffe verbindest du mit Gott?
- Formuliere dein „Stottern“ als Frage- oder Ausrufesatz weiter.
- Finde anschließend einen bildhaften Vergleich für deine Beziehung zu Gott.

Dazu drei konkrete Beispiele aus dieser „Gebetsstunde“:

## Patrick, 13

- Mensch, Auferstehung, Glaube, Vermehrung, Sauerstoff, Freunde.
- Wieso, Gott, hast du die Menschen erschaffen? Ich will an die Auferstehung glauben! Soll jeder Mensch an dich glauben? Was machst du, wenn die ganze Erde mit Menschen bedeckt sein wird? Bist du gleich wichtig für mich wie Sauerstoff? Auf jeden Fall Danke, dass du mir so viele Freunde schenkst!



Beten: Reden mit Gott!

Foto: Anna Maria Schröck



Suchen und Fragen.

Foto: Anna Maria Schröck

- Meine Beziehung zu dir, Gott, ist wie ein Grasblock aus meinem Lieblingsspiel Minecraft. Du bist einfach da!

## Celine, 14

- Natur, Glaube, Menschen, Liebe, Gedanken.
- Hast du, Gott, die Natur ganz bestimmt erschaffen? Sollte ich deshalb an dich glauben? Steckt eigentlich in jedem Menschen ein Teil von dir? Wieso lässt du es zu, dass Menschen hassen statt zu lieben? Bist du auch für mein Denken, Tun und Handeln verantwortlich?
- Meine Beziehung zu dir, Gott, ist wie ein Ozean, der noch unendliche Tiefen hat!

## Marcel, 12

- Fröhlichkeit, Licht, Hilfe, Erleichterung, Liebe. Mein Gebet zu dir, Gott, ist mehr ein Ruf, ein Notruf! Ein Fragen und Antworten!
- Machst du mich jeden Tag fröhlich? Warum meine Schulkollegen nicht? Du bist voller Licht für mich – fast so wie meine Mutter! Deine Hilfe ist, denke ich, für viele Menschen befreiend – wenn sie im richtigen Moment da ist! Die Liebe ist stark – Gott ist die Liebe! Bist du, Gott, Liebe?
- Meine Beziehung zu Gott ist wie die Liebe einer Mutter zu ihrem Kind!

Die Klasse trifft sich abschließend im Sesselkreis. JedeR, der/die möchte, kann Sätze aus seinem/ihrer Gebet vorlesen – oder auch nur einzelne Worte: Stottern ist Gebet. ○

Anna Maria Schröck

„**Meine Beziehung zu dir, Gott, ist wie ein Grasblock aus meinem Lieblingsspiel Minecraft. Du bist einfach da!**“

Patrick, 13

# (WIE) BETEN?

Beten (auch) im Religionsunterricht der Sekundarstufe 2? Selbstverständlich oder unmöglich? Worauf kommt es beim Beten in der Schule an? Die Impulse auf diesen Seiten verstehen sich als Versuche einer (praktischen) Annäherung an Gebetshaltung, -formen, -inhalte und -sprache.

Monika Pretenthaler

## Buchstabiertes Gebet: eine Erzählung

**E**ines Abends spät bemerkte ein armer Bauer auf dem Heimweg vom Markt, dass er sein Gebetbuch nicht bei sich hatte. Da brach mitten im Wald ein Rad seines Karrens entzwei, und der Bauer musste dort übernachten. Es machte ihn sehr traurig, dass dieser Tag zu Ende gehen sollte, ohne dass er seine Gebete verrichtet hatte. Also betete er: „Ich habe etwas sehr Dummes getan, Herr. Ich bin heute in der Früh ohne mein Gebetbuch von zu Hause fortgegangen und mein Gedächtnis ist so schlecht, dass ich kein einziges Gebet auswendig sprechen kann. Deshalb werde ich jetzt das tun: Ich werde fünfmal langsam das ganze ABC aufsagen, und du, der du alle Gebete kennst, kannst die Buchstaben zusammensetzen und daraus die Gebete machen, an die ich mich nicht erinnern kann.“

Und der Herr sagte zu seinen Engeln: „Von allen Gebeten, die ich heute gehört habe, ist dieses ohne Zweifel das beste, weil es aus einem einfachen und ehrlichen Herzen kam.“ (de Mello 1988, 21)

## Gebet – in Sprache gebrachte Verbundenheit

Ob ein Text ein Gebet ist oder wird, hängt nicht nur von der Tradition ab, in der die Worte stehen, sondern vor allem von der Intention und vielleicht nicht immer von der äußeren, sicher aber von der inneren Haltung – und von Gott.

Wenn Spiritualität – entsprechend der Studien von Anton Bucher (vgl. Bucher 2007) – als (Sehnsucht nach) Verbundenheit und Beziehung zu sich selbst, zu den Mitmenschen, zur Natur und zu etwas oder jemandem, das oder der alles übersteigt, letztgültig, heilig oder göttlich ist, verstanden werden kann, dann ist Beten eine Form (von vielen), die diese Verbundenheit zur und in Sprache bringt.

**W**as für den Religionsunterricht insgesamt gilt, stimmt auch für das Gebet: Damit SchülerInnen einen Bezug zu ihrem Leben, zu ihren Erfahrungen herstellen können, braucht es neben entsprechenden Inhalten auch eine Sprache, die (passiv) verstanden und (aktiv) gesprochen werden kann.

Die Impulse und Beispiele auf den folgenden Seiten wollen dazu anregen, sich mit SchülerInnen (durch Analyse, Reflexion und / oder Gestaltung) dem Gebet als zentraler Ausdrucksform von Spiritualität und Glauben anzunähern: Bittgebete sind meist sehr vertraut, zusätzliche und neue Chancen bieten Gebete, die wie Erzählungen, Blogs,

Postings ... den Alltag vor Gott zur Sprache bringen (vgl. Interview mit Stephan Sigg, S. 18). Die SchülerInnen werden angeregt, Unterschiede zwischen einem Gebet in Gemeinschaft (vgl. S. 17 und [www.reliplus.at](http://www.reliplus.at)) und individuellem Beten (vgl. S. 18) wahrzunehmen. Die Bilder von Ernst Zerche auf den folgenden Seiten zeigen u. a. alltägliche Situationen zwischenmenschlicher Kommunikation aus aller Welt. Sie können zum Gespräch über Gemeinsamkeiten mit der und Unterschiede zur „Kommunikation“ mit Gott anregen und dazu inspirieren, persönlichen Gebetstexten eigene Fotos zuzuordnen – und z. B. ein Klassengebetbuch zu gestalten. [monika.pretenthaler@reliplus.at](mailto:monika.pretenthaler@reliplus.at)



## Welche Kompetenzen?

Durch die Arbeit mit den Bausteinen auf den folgenden Seiten und entsprechende Aufgabenstellungen können folgende Kompetenzen gefördert werden:

- Beschreiben unterschiedlicher Gebetstraditionen, -formen und -haltungen (vgl. auch Methodenlabor, S. 20–21, und die Grafik S. 22–23).
- Entwerfen eigener Gebetstexte und Gestalten von Gebetsgottesdiensten in der Klasse / Schule.
- Vergleichen von traditionellen Gebeten und deren Sprachform (z. B. in Psalmen) und Gebetstexten, die in eine alltägliche Sprache gefasst sind.



## Quellen und Literatur-/ Internettipps

- „Gott, hörst du mal kurz zu? Interview mit Stefan Sigg“, in: Österreichische Nachrichten (23. 12. 2012); abrufbar unter: <http://www.nachrichten.at/oberoesterreich/Gott-hoerst-du-mal-kurz-zu;art4,824709>
- Bucher, Anton: Psychologie der Spiritualität, Weinheim: Beltz, 2. vollständig üa. Aufl., 2014.
- de Mello, Anthony: Warum der Schäfer jedes Wetter liebt. Weisheitsgeschichten, Freiburg / Basel / Wien: Herder spektrum 1988.
- Gaus, Edeltraud: Da ist ein Sehnen tief in uns. Praxis RU Sekundar 2/15. Beilage der KatBI 3 (2015).
- Heinemann, Siegfried: Zur Schule gehen und über ein Gebet sprechen, in: KatBI 140 (2015) 217–221.
- Jordan, Katharina / Mayrhofer, Florian / Salzl, Herbert / Stütz, Irene: Pray with you(th). Mit Jugendlichen im Geist Don Boscos beten, Wien: Don Bosco 2015.
- Sigg, Stefan: Echtzeit. Neue Gebete für junge Menschen. Innsbruck / Wien: Tyrolia 2012.
- Sigg, Stefan: Spirituelle Schreibwerkstatt mit jungen Menschen, Freiburg: Herder 2014.
- Sigg, Stefan: Treibstoff. Zündende Gebete zu brennenden Fragen, Innsbruck / Wien: Tyrolia 2012
- [www.stephansigg.com](http://www.stephansigg.com)

Beten in der Schule?

# MITVERANTWORTLICH

Beten ist, sich bewusst mit Gott in Beziehung setzen und sich mit allen Menschen verbunden wissen. Ein Gebetsvorschlag aus „Pray for you(th)“, in dem die Verantwortung aller ChristInnen für eine gerechte Welt thematisiert wird, kann von SchülerInnen weiterentwickelt, verändert ... und so zu ihrem Gebet gemacht werden.

## Vorbereitung und Material

Sieben brennende Kerzen werden in die Mitte gestellt, und sieben SprecherInnen lesen die kurzen Sätze vor, löschen nach dem jeweiligen ersten Satz eine Kerze aus und zünden diese nach dem zweiten Satz wieder an.

## Begrüßung und Kreuzzeichen

Lied: Liebe ist nicht nur ein Wort (Gotteslob 854)

**Klimawandel:** Ich bin der Klimawandel. Durch mich entstehen Klimakatastrophen, die Menschen ihrer Grundlagen berauben.

**Krieg:** Ich, der Krieg, säe Hass und blinde Wut. Durch die gehorsame Befolgung der Befehle sterben unzählige Menschen.

**Weltwirtschaftskrise:** Durch mich, die Weltwirtschaftskrise, schaut jede und jeder in schlechteren Zeiten zuerst oder nur auf sich, damit das eigene Überleben gesichert ist.

**Egoismus/Desinteresse:** Ich, der Egoismus, habe es ganz leicht. Was interessiert mich schon der oder die andere? Ich allein bin wichtig in meiner Welt.

**Angst vor dem Fremden:** Die Angst vor dem Fremden verhindert den ersten Schritt, auf andere zuzugehen. Baut die Grenzen hoch! Sperrt euch ein!

**Ausländerfeindlichkeit:** Die Schwarzen sollen alle wieder in den Dschungel verschwinden. Ausländer, haut ab! Ich, die Ausländerfeindlichkeit, lass das viele Menschen sagen.

**Politik:** Ich, die Politik, bestimme, wie in unserem Land rechtlich umgegangen wird. Alle einzelnen Individuen des Volkes haben dies zu unterstützen. Was will ein Einzelner, eine Einzelne da bewirken?

Lied: Meine engen Grenzen (GL 437)

Dieselben sieben SprecherInnen lesen die folgenden Sätze vor und zünden nach dem jeweiligen Satz die gelöschte Kerze wieder an.

**Klimawandel:** Auch ich kann etwas tun: Weniger fliegen, auf meinen Energieverbrauch achten oder auch schon den Müll trennen tragen zur Verlangsamung des Klimawandels bei.

**Krieg:** Krieg entsteht im Kleinen, auch bei uns. Vergebung ist ein leicht ausgesprochenes Wort, doch die Tat dahinter ist groß.

**Weltwirtschaftskrise:** Auch in dieser Zeit heißt es, nicht nur auf sich zu schauen. Schon allein durch den Kauf von Fair-Trade-Produkten kann ich meine

Solidarität ausdrücken und ver helfe den Landwir tinnen zu einem fairen Einkommen.

**Egoismus/Desinteresse:** Hinsehen, wahrnehmen und aufnehmen. Sich für andere interessieren und sich ihrer annehmen verbindet Menschen.

**Angst vor dem Fremden:** Ängste überwinden und neugierig sein, aufeinander zugehen und den anderen annehmen. Auch in unserem Ort, in unserer Stadt leben Menschen, die wir zu Fremden machen.

**Ausländerfeindlichkeit:** Eine Welt – eine Menschheit. Aufnahme und Integration entstehen nur da, wo dies auch zugelassen wird und nicht schon von vornherein durch Vorurteile blockiert wird.

**Politik:** Ich kann etwas tun, denn jeder Weg beginnt mit dem ersten Schritt. Vieles hat positive Auswirkungen für andere, doch oft sind diese Auswirkungen für uns kaum erkennbar. Nur nicht aufgeben, sondern dranbleiben!

## Fürbitten

Wir halten Stille und gedenken der Menschen auf den fünf Kontinenten, mit denen wir uns solidarisch fühlen.

## Eventuell Gedanken zum Thema Vater unser Segen

Und dieser Gott, der auf uns zählt, segne uns und stärke uns, damit wir uns für das Gute einsetzen können. Darum bitten wir durch Gott, den Vater, den Sohn und den Heiligen Geist. Amen.

Lied: Brot, das die Hoffnung nährt (GL 378) oder Jetzt ist die Zeit



jetzt habe ich mir vorgenommen jeden tag drei sachen zum loben zu finden dies ist eine geistlich-politische übung von hohem gebrauchswert.

Dorothee Sölle



Gelebte Solidarität in Worten und Werken ist eine weltweite Herausforderung.

Foto: Ernst Zerche

# ... HÖRST DU ZU, GOTT?

Beten muss nicht unbedingt etwas mit Händefalten, Niederknien und der Kirche zu tun haben. „Man kann auch in moderner Form mit Gott sprechen“, sagt der Schweizer Theologe Stephan Sigg in einem Interview in den Oberösterreichischen Nachrichten zu seinem Buch „Echtzeit. Neue Gebete für junge Menschen“.

## Herr Sigg, warum sollten Jugendliche Ihrer Meinung nach beten?

**Stefan Sigg:** Um Antworten zu finden, was im Leben wichtig ist, wo mein Platz ist, wo ich hin soll. Durch das Gebet komme ich auf eine Meta-Ebene. Ich schaue mich von oben an, hinterfrage kritisch meine Ziele und Wünsche. Es geht um eine bewusste Lebensführung und Reflexion. Vielleicht bin ich doch nicht auf dem richtigen Weg? Was will ich vom Leben? Was macht mich glücklich?

## Manche Texte in Ihrem Buch klingen eher nach Zwiegesprächen mit sich selbst. Warum nennen Sie sie Gebete – schreckt das nicht viele eher ab?

**Stefan Sigg:** Ja, klar, das Wort „Gebet“ wirkt auf Jugendliche oft schon eher abschreckend. Das Buch hat deshalb bewusst ein modernes, peppiges Design mit Texten aus dem Alltag von Jugendlichen, die auch Anregung für persönliche Gebete sein sollen. Ich habe versucht, authentische Gedanken von jungen Menschen abzubilden, das kann man wie Gespräche lesen. Eine Art Gedankenstrom von früh morgens bis Mitternacht.



Hörst du mich? (Kuppel in der Kathedrale von Brasilia)

Foto: Ernst Zerche

## Ist das Beten heute wesentlich anders als früher?

**Stefan Sigg:** Das würde ich so nicht sagen. Beten war immer das Gleiche: Das, was uns beschäftigt, vor Gott zu bringen – Hoffnungen, Wünsche, was wir nicht verstehen ... Jetzt ist es halt etwas direkter. Man kann total unverblümt mit Gott sprechen, einfach so reden, wie einem der Schnabel gewachsen ist. Früher war die Distanz, der Respekt vor Gott größer. Darin liegt aber heutzutage auch die Chance, Gott einfach als Ansprechpartner zu erleben.

## Als kritischer Mensch könnte man sagen, dass Sätze aus Ihren Gebeten wie: „Du glaubst an mich ohne einen Funken Zweifel, weil du weißt, was noch in mir steckt!“ eine Art Selbstbetrug sind.

**Stefan Sigg:** Ganz und gar nicht! Ich glaube an Gott. Das alles steht in der Bibel. Es ist eine klare Zusicherung, auf die ich vertraue. Durch meine Gebete rücke ich das wieder ins Bewusstsein.

## Man wird sozusagen sein eigener/seine eigene Psychotherapeut/in?

**Stefan Sigg:** Ja, irgendwie schon. Aber es geht nicht nur um Psychohygiene, es ist mehr.

## Wird Beten in unserer hektischen und schnelllebigen Zeit wieder beliebter?

**Stefan Sigg:** Es überrascht mich immer wieder, wie viele Jugendliche beten, obwohl sie es oft nicht gleich zugeben. Viele entdecken es in Not-situationen. Es gibt extreme Kraft. Manchmal ist auch eine Hemmschwelle da: Wie kann ich beten? Kann ich Gott einfach so mit meinen Gedanken konfrontieren? Es ist eine unendliche Vielfalt an Gebeten möglich.

## Warum beten Sie?

**Stefan Sigg:** Religion war immer wichtig in meinem Leben. Es gibt mir viel, ist mein Fundament. Das Dialogische hilft mir, den Alltag, schwierige Situationen zu verstehen. Ich lebe durch das Gebet viel bewusster. Es gibt mir Sicherheit und Gelassenheit.

# VON 05:10 BIS 23:54

Bitten, danken, loben, klagen ... Gott ist da, immer „online“. Stephan Sigg möchte mit seinen „Echtzeit“-Gebeten die möglichen Alltagssituationen in eine verständliche Sprache fassen, junge Menschen dazu inspirieren, eigene Worte für das zu finden, was sie bewegt, belastet, freut ... und diese Gedanken an das alles übersteigende DU Gottes zu richten.

**05:10** Mach mich wach! Wirk mehr als zwei Energiedrinks. Schieb die Sonne nach oben. Wisch den Schlaf aus meinen Augen, damit ich sehe, wie schön du die Welt gemacht hast. Lass die Energie neu durch meine Adern fließen. Und mich die Welt erobern.

**05:17** Ein neuer Tag – 1000 neue Chancen? Ein kostbares Geschenk? Warum kann es nicht schon abends sein? So viele Hürden vor mir. Ich wünschte, es wäre schon zwölf Stunden später. Hilf mir durch den heutigen Tag, lass mich in keiner Stunde vergessen, wie kostbar er ist.

**06:58** Mensch an Mensch. Dicht gedrängt, niemand grüßt. Gesichter verstecken sich hinter Zeitungspapier. In alle Ohren Kopfhörer gestöpselt. Jeder für sich, mit niemandem reden, kein Lächeln, kein Guten Morgen, lasst mich in Ruhe, lasst mich allein, ich bin gar nicht hier. Du sollst deine Nächsten lieben wie dich selbst? Es ist mir zu eng hier, zu muffelig, ich könnte alle auf den Mond schießen. Ist mir egal, wie es den anderen geht. Jeder ein Geschöpf Gottes? Nicht immer einfach, dich in anderen Menschen zu entdecken.

**09:57** Gleich geht's los, meine Hände freucht, ein Kratzen im Hals. Ich bin nervös. Am liebsten würde ich im Boden versinken. Wie soll ich das nur schaffen? Schenk mir Vertrauen in mich selbst. Schenk mir das Wissen. Schenk mir die richtigen Worte, steh an meiner Seite, wenn es um alles geht.

**12:47** Verzeih den halben Teller, der im Müllsack gelandet ist, wieder mal zu viel angerichtet. Verzeih die weggeworfenen drei Fruchtjoghurts, das Ablaufdatum hatte ich total übersehen. Verzeih die zwei Chipstüten im Abfall, zu spät erinnert, dass der Curry-Geschmack überhaupt nicht mein Ding ist. Verzeih den verfaulten Apfel, ich hatte die letzten Tage einfach keine Lust auf Obst. Verzeih unsere Verschwendung!

**14:59** Bei dir muss ich nicht noch mehr Einsatz leisten. Den Notendurchschnitt immer weiter optimieren. Mich überbieten, meine Leistung noch weiter steigern, damit ich es in die nächste Liga schaffe. Du bewertest mich nicht nach meinen Erfolgen, nach super Zahlen, Traumresultaten. Du nimmst mich, so wie ich bin. Bist zufrieden mit dem, was ich kann. Danke, Gott!



Der Computer – eine moderne Gebetsmühle? Foto: Ernst Zerche

**18:17** Aneinander vorbeigemault, in der SMS ein Wort falsch aufgefasst, eine nebensächliche Bemerkung total überbewertet, völlig ungewollt den anderen verletzt, irritiert, angegriffen, sauer gemacht. Leg uns die richtigen Worte in den Mund, steck uns die richtigen Buchstaben in die Finger, damit unsere Kommunikation funktioniert, unsere Dialoge sitzen, damit wir die richtigen Worte finden für das, was wir einander sagen wollen.

**20:17** Auch in diesen Minuten sind sie da: die vielen Engel dieser Welt. Bei den Obdachlosen in den Städten, bei den Opfern von Kriegen, bei den Sterbenden in Krankenhäusern, bei den Kindern ohne Mum & Dad, bei den Junkies in den Ghettos, bei den Einsamen in den anonymen Hochhaussiedlungen, bei den Betroffenen der großen Hungerkatastrophe. Hut ab vor allen, die sich für andere einsetzen und doch nie im Rampenlicht stehen!

**22:47** Dieser Abend – unser Kompliment dafür! Er ist so schnell vergangen, was haben wir gelacht, bis uns alles weh tat. Danke für die DVD, die vollen Schüsseln mit der neuen Paprika-Chipssorte. Danke für das Leben, in allen seinen Farben, für die Freude und die Sternschnuppe auf dem Nachhauseweg und den kühlen Nachtwind in meinem Gesicht!

**23:54** Lass mich schlafen, ordne das Chaos in meinem Kopf, so viele Gedanken über mich, dich, das Leben, die Zukunft. Ich wälze mich rastlos hin und her. Lass mich auf dich vertrauen, dass ich auf alle Fragen eine Antwort finden werde, dass sich alle Knöpfe lösen, sich über Nacht der Nebel verzieht und ich meine Route finde. ○

„  
Gleich geht's los, meine Hände freucht, ein Kratzen im Hals. Ich bin nervös. Am liebsten würde ich im Boden versinken. Wie soll ich das nur schaffen? Schenk mir Vertrauen in mich selbst.“

Stephan Sigg

# STILLE- UND SINNESÜBUNGEN

Das Ermöglichen von „Stille-Erfahrungen“ trägt nicht nur zu einer lebendigen Unterrichts- und Lernatmosphäre bei, sondern kann – als zentraler Inhalt des Religionsunterrichts – auch für Transzendenzbezüge offen machen.

Monika Pretenthaler  
Andrea Scheer

Die Schule ist manchmal für SchülerInnen u. a. auch ein Ort von großer (innerer und äußerer) Unruhe. JedeR kennt kaum auszuhaltende Pausen- oder Unterrichtssituationen, in denen Aggressionen frei werden. Stille wird dabei in den Klassenräumen leicht zum reinen Luxus. Nicht nur aus diesem Grund kann der Religionsunterricht für die SchülerInnen Akzentuierungen setzen, die das Stillwerden und Zur-inneren-Ruhefinden fördern. Wenn Menschen darin Übung haben, können sie die Worte Jesu verstehen und Gebete aus ihrem Innersten sprechen. Und gerade auch durch Stille können Menschen sich selbst in ihrer momentanen Lebenssituation begreifen. Ein so ausgerichtet (mystagogischer) Religionsunterricht trägt wesentlich zur Öffnung für die „Erfahrung des Heiligen“ bei (vgl. Kohler-Spiegel 2008, 153).

Auch viele reformpädagogische Ansätze bieten in ihren pädagogischen Konzepten neben den Elementen der Aktivität auch immer wieder kontemplative Elemente an.

## Stille-Übungen ...

- stärken Kompetenzen: Wahrnehmung, Eigenverantwortung, Selbstvertrauen, Fürsorge, Spiritualität, Resilienz ...
- verhelfen den SchülerInnen (und LehrerInnen) zu innerem Gleichgewicht.
- schaffen eine lebendige, offene Unterrichts- und Lernatmosphäre.
- fördern gemeinschaftsbildende und -stiftende Unterrichtsformen.
- schaffen einen Ausgleich; die SchülerInnen können sich in einer Balance entspannen und neue Kraft für weitere schulische Aktivitäten schöpfen.
- sind Unterbrechungen des Alltags.
- lassen SchülerInnen erfahren, wie Stille und intensive, konzentrierte Arbeit einander bedingen.
- ermöglichen zentrale Lernerfahrungen im emotionalen Bereich: Phantasie, Kreativität und Neugier werden freigesetzt.
- können als tragende Kraft die Entwicklung einer Klasse in sozial- und lernpsychologischer Weise beeinflussen.
- stellen eine wichtige Vorbereitung und Voraussetzung für religiöse Übungen (Gottesdienste, Gebete ...) im schulischen Kontext dar und können den SchülerInnen ermöglichen, entsprechende (performative) Erfahrungen zu sammeln.

## Stille-Übungen in der Praxis

- Eine angenehme Atmosphäre in der Klasse schaffen: Kerzen, ruhige Musik, gestaltete Mitte ...
- In der Einführungsphase kann es hilfreich sein, in einer gemeinsamen Sammelphase mit den SchülerInnen gemeinsam zu klären, warum und wann Menschen die Stille guttut.
- Für SchülerInnen, die nicht mitmachen möchten oder können: Alternativen anbieten und vereinbaren, z. B. das Lesen einer Geschichte/eines Textes oder das Ausmalen eines Mandala (vgl. z. B. gotische Fensterrose auf: [www.reliplus.at](http://www.reliplus.at)).
- Bedeutsam sind der Einladungscharakter und die Abklärung der Freiwilligkeit (Stille lässt sich nie verordnen!).
- Sesselkreis oder zumindest Auflösung der üblichen Sitzordnung.

## Vereinbarungen unterstützen das Gelingen

- Während der Stille-Übung wird nicht gesprochen.
  - JedeR konzentriert sich auf sich selbst.
  - Die SchülerInnen werden gebeten, die Augen zu schließen.
  - Ausstiegsmöglichkeiten anbieten und besprechen, z. B.: Wer sich nicht mehr konzentrieren kann, braucht nicht weiterzumachen. Er/sie verhält sich aber ruhig, damit die anderen nicht gestört sind.
  - Übung einleiten – anleiten – abrunden.
- Zum „Dazwischen“ vor der Weiterarbeit: Stille oder auch aufkeimende Unruhe vorerst zulassen.



Stille-Bild Franziska (Kindergarten). Foto: Winfried Woisetschläger

- Verarbeitung: Gespräch (Erfahrungsaustausch anbieten/ermöglichen: Wann tut mir die Stille gut? Wann halte ich sie gar nicht aus? ...), Texte, kreativer Ausdruck ...
- Visionen für die Zukunft: Stillerraum, Entschleunigungsinselformen in der Schule, stille Pause ...

## Mögliche Herausforderungen

- Ohne Freiwilligkeit keine Stilleübung!
- Manche SchülerInnen haben Sorge, die Augen zu schließen und tun sich schwer, eine entspannte Haltung einzunehmen. Für diese SchülerInnen kann es unterstützend sein, in die Mitte des Kreises eine Kerze, eine leere Schale, ein religiöses Symbol ... zu stellen, worauf sie den Blick richten können, bzw. leise Hintergrundmusik einzuschalten.
- Für die meisten SchülerInnen sind angeleitete Stilleübungen anfangs ungewohnt.
- Gründe dafür gibt es viele: Stille wird oft gleichgesetzt mit Leere oder Langeweile; viele sind auch nur an Außenreize, Aktion und Animation, ... gewöhnt. Für manche SchülerInnen sind Stillemomente angstbesetzt – und manchmal peinlich. Das kann sich in Lachen ausdrücken. Dieses Lachen zuzulassen und „trotzdem“ weiter in der Übung zu bleiben, ermöglicht die langsame Entwicklung einer „Stille-Kompetenz“.

## Praktische Übungen

- Einen Klang zu Ende hören: Der/die LehrerIn schlägt auf einem Gong, einer Klangschale, einem Glockenspiel ... einen Ton an. Die SchülerInnen schließen die Augen und öffnen sie erst wieder, wenn der Ton verklungen ist.
- Hören, was der Tag erzählt: Die SchülerInnen lauschen innerhalb einer vereinbarten Zeit (zwei bis drei Minuten) mit geschlossenen Augen den Alltagsgeräuschen in der Umgebung (drinnen und/oder draußen – geschlossenes oder geöffnetes Fenster), anschließend tauschen sich alle über das Gehörte aus.
- Ins Innere hören: Die SchülerInnen werden gebeten, die Augen zu schließen, wahrzunehmen, wie sich ihr Körper anfühlt und ihre Aufmerksamkeit auf den Atem zu lenken (zwei bis drei Minuten); Gedanken, die da sind bzw. kommen, müssen nicht weitergedacht werden – sie dürfen, wie Wolken, weiterziehen.

## Meditationsbild mit Mandala-ähnlichem Aufbau

- Kurze Sachinformation zum Thema des Mandala.
- Austausch über Grundlagen des Gestaltens: Punkt / Linie / Fläche / Raum / Zeit / Farbe.
- Mit Seilen einen Kreis legen, mit Legeelementen Mandalas legen – mit Aufmerksamkeit auf die Mitte, auf Ordnungen ...
- Ausgehend von einem Kreis oder einem Viereck als Grundstruktur mit einer Farbe ein Mandala gestalten.



Stille-Bild Anastasia (1. Klasse). Foto: Winfried Woisetschläger

- Das Mandala kann in einem stillen Malgespräch (Einzel- oder PartnerInnenübung) farbig gestaltet werden (siehe Fotos S. 20 und 21).

## Körper-(Übung)-gebet

(nach einer Idee von Gisela Matthiae)

- Einladung, die Hände vom Herzen aus dem Himmel entgegenzustrecken: Guten Morgen (Mittag / Nachmittag) Himmel!
- Mit den Händen vom Herzen aus den Boden berühren: Guten Morgen (Mittag / Nachmittag) Erde!
- Mit den Händen vom Herzen aus die Arme nach rechts und nach links ausbreiten: Guten Morgen (Mittag / Nachmittag) DU!
- Mit den Händen vom Herzen aus sich selber in die Arme nehmen – Kopf in die Arme legen: Guten Morgen (Mittag / Nachmittag) ICH! ○

„  
Stille ist ein Schweigen,  
das den Menschen Augen  
und Ohren öffnet für  
diese und eine andere  
Welt.

nach Edith Stein

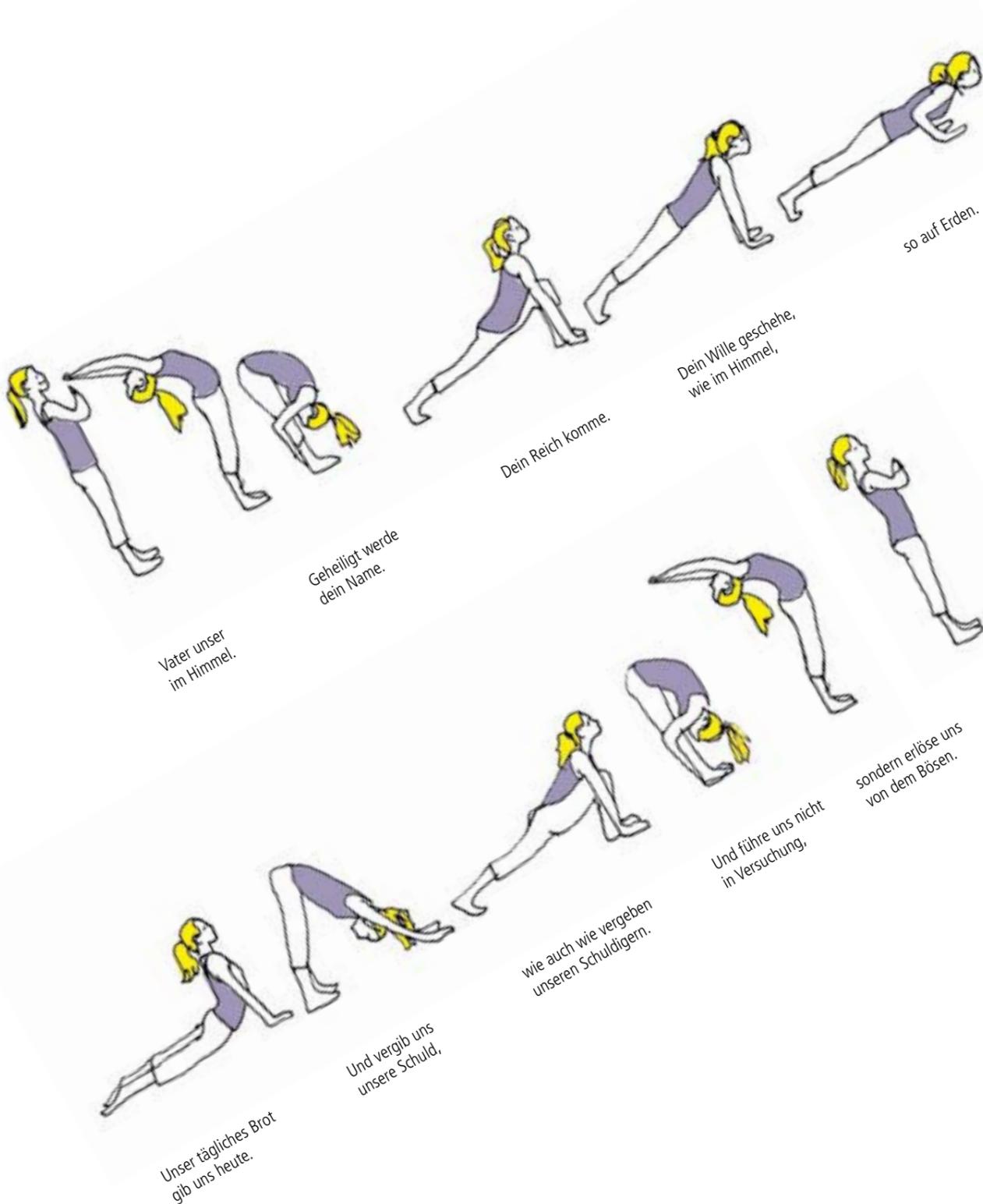


## Quellen und Literaturtipps

- Bläsius, Jutta: Entspannungsspiele für Jungs: Wohltuende Wahrnehmungsübungen und Fantasiereisen für Kita und Grundschule, München: Don Bosco 2015.
- Bücken-Schaal, Monika: Meditationen und Stilleübungen für Kinder in Kindergarten, Grundschule und Kinderkirche, München: Don Bosco 2013.
- Fessler, Norbert / Knoll, Michaela: Achtsamkeitsübungen für Kinder: Konzentriert und entspannt in Kita & Grundschule mit fantasievollen Geschichten und Körper-Achtsamkeitsübungen, Münster: Ökotoxia 2015.
- Jensen, Helle u. a.: Hellwach und ganz bei sich: Achtsamkeit und Empathie in der Schule, Landsberg: Beltz&Gelberg 2014.
- Kohler-Spiegel, Helga: Erfahrungen des Heiligen. Religion lernen und lehren, München: Kösel 2008.
- Rendle, Ludwig: Zur Mitte finden. Meditative Formen im Religionsunterricht, Donauwörth: Auer Verlag 2001.
- Sajak, Clauß Peter / Verburg, Winfried (Hg.): 5 Minuten Pause. Impulse zum Nachdenken für Lehrerinnen und Lehrer, München: Kösel 2015.
- Simma, Christoph: 77 Impulse für Achtsamkeit und Stille, Mülheim an der Ruhr: Verlag an der Ruhr 2014.

## ▶ MIT DEM GANZEN KÖRPER BETEN

**Sonnengruß mit Vaterunser.** Der Sonnengruß wird seit Jahrhunderten in Indien gepflegt und ist eine Reihe von zwölf Positionen, die dynamisch und fließend aneinander gereiht werden. Der Sonnengruß kann Körper und Geist in Einklang bringen – und ist in der hier vorgestellten Version eine besondere Form, das Vater unser zu beten.



Aus: „wandeln – Mein Fastenwegweiser“ 2015, Hamburg: Andere Zeiten e.V., www.anderezeiten.de © Mirja Winkelmann, www.frauwinkelmann.de

## ▶ IMPULSE ZUM NACHDENKEN

Für das Gebet ist der Körper in allen Religionen von wichtiger Bedeutung – durch die äußere Haltung, durch bestimmte Gesten oder Gebärden bringen betende Menschen ihre innere Haltung konzentriert, gesammelt und meditativ zum Ausdruck.

- Sammle Bilder von betenden Menschen aus unterschiedlichen Religionen und vergleiche sie miteinander. Welche Unterschiede, welche Gemeinsamkeiten lassen sich erkennen?
- Tausche dich – vielleicht auch mit KlassenkollegInnen anderer Religionen oder Konfessionen – über die Rolle aus, die Gebetshaltungen in der jeweils eigenen religiösen Tradition spielen.
- Überlege gemeinsam mit deinen MitschülerInnen, welche Gefühle, Gedanken, Erfahrungen mit unterschiedlichen Gebetshaltungen und -gesten in Verbindung gebracht werden können.
- Nimm bewusst wahr, welche Wirkung eine bestimmte Körperhaltung beim Beten auf deine innere Einstellung hat.

## ▶▶ TIPPS

- Painadath, Sebastian: Das Sonnengebet. Ein Übungsbuch zum Tagesbeginn, München: Kösel 2005.



Foto: fotolia

Herr, öffne (+) meine Lippen  
Damit mein Mund dein Lob verkünde  
und gute Worte finde

Herr, öffne (+) meine Augen  
Damit ich deine Herrlichkeit bestaune  
und die Not der Menschen sehe

Herr, öffne (+) meine Ohren  
Damit ich dein Wort vernehme  
und den Schrei der Armen höre

Herr, öffne (+) meine Nase  
Damit ich deinen Wohlgeruch wahrnehme  
und den Duft aller Dinge empfangen

Herr, öffne (+) mein ganzes Gesicht  
Damit ich dir zugewandt lebe  
und allen offen begegne

Herr, öffne (+) mein Herz  
Damit ich Raum habe für dich  
und gute Gefühle für alle Menschen

Herr, öffne (+) meine Hände  
Damit ich die Fülle des Lebens fasse  
und reich bin im Geben

Anton Rotzetter

(+) bedeutet, dass über das entsprechende Organ ein kleines Kreuzzeichen gemacht wird.

## Mirjam Zimmermann: Interreligiöses Lernen narrativ. Feste in den Weltreligionen.

**M**irjam Zimmermann, Professorin für evangelische Religionspädagogik an der Universität Siegen, beschreibt in diesem Buch ein narratives Konzept interreligiösen Lernens. In den Blick genommen werden mögliche narrative Ansätze zum Erwerb interreligiöser Kompetenz bei SchülerInnen der Sekundarstufe I. Basierend auf Studienergebnissen und schulalltäglicher Arbeit geht ihr religionspädagogischer Ansatz davon aus, dass Jugendliche wenig Interesse an inhaltlichen Fragen (Wissen um Wahrheit) und systematisch-dogmatischen Lehrgebäuden haben; vor diesem Hintergrund kommt dann narrativen und kommunikativen Ansätzen eine besondere Bedeutung zu. Verdeutlicht wird dies mit praktischen Beispielen zum Themenkreis „Feste in den Weltreligionen“.

**N**ach einer Klärung der Begrifflichkeiten „interkulturelles Lernen“, „interreligiöses Lernen“ und „interreligiöse Kompetenz“ wird näher und realitätsnah auf die unterschiedlichen Situationen interreligiösen Lernens im schulischen Kontext eingegangen. Religionsdidaktische Ansätze und unterschiedliche Typen interreligiösen Lernens werden ebenso beschrieben wie der narrative Ansatz, um den es der Autorin besonders geht. Da direkte Begegnungen mit Menschen unterschiedlicher

Religionen im schulischen Kontext sehr schwierig sind bzw. meist zu asymmetrischer Kommunikation führen, schlägt Zimmermann den narrativen Weg vor. Erzählungen führen in Wirklichkeitsreflexionen hinein und sind zugleich fiktional, reduziert, idealisiert und ermöglichen so Begegnung. „Die mediale Reduktion ist jedoch nur eine Seite der Medaille. Die sprachliche Unvollständigkeit und Ergänzungsbedürftigkeit eröffnet zugleich einen Raum der stellvertretenden Teilhabe des Rezipienten.“ (S. 46).

**P**raxisnah werden geeignete Kinder- und Jugendbücher zum interreligiösen Lernen vorgestellt bzw. kritisch beleuchtet. Einen großen Teil nehmen die eigens verfassten Erzählungen zu den Festen in den Weltreligionen und die dazu erprobten Unterrichtseinheiten ein. „Das Medium der Erzählung ist für das Ziel interreligiöser Kompetenzbildung einem Informationslehrgang, aber eben u. U. auch der direkten Begegnung überlegen.“ (S. 54).

**M**anches wirkt dabei fast ein wenig zu idealisierend – aber eben dennoch möglich. Insgesamt ein sehr beachtenswerter Versuch und wichtiger Beitrag zum interreligiösen und interkulturellen Lernen in Theorie und Praxis.

Hans Neuhold



Vandenhoeck & Ruprecht Verlag, Göttingen 2015, 144 Seiten; ISBN 978-3-525-70209-3; 17,99€

## Vorschau

reli+plus 11–12 | 2015

### warten

- Warten und Erwartung im biblischen Horizont (Forschungsartikel: Angelika Magnes)
- Elemente für liturgisches Feiern rund um Weihnachten
- Warten – zögern – langsam sein: absolut „uncool“ oder Haltungen auch für das 21. Jahrhundert?

