

Guido Fuchs

Das Tischgebet

*Alte Tradition und
neues Leben*

Vier-Türme-Verlag

Bibliographische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in
der Deutschen Nationalbibliographie; detaillierte Informationen
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.



CO₂-neutral produziert

1. Auflage 2013
© Vier-Türme GmbH, Verlag, Münsterschwarzach 2013
Alle Rechte vorbehalten

Umschlagmotiv: crimson / Fotolia.com
Druck und Bindung: Benedict Press, Vier-Türme GmbH
Münsterschwarzach, www.benedictpress.de

ISBN 978-3-89680-589-8

ISSN 0171-6360

www.vier-tuerme-verlag.de

Inhalt

Einführung

*Piep, piep, piep – oder:
Warum beten wir vor dem Essen? 7*

**1. Nichts spezifisch Christliches:
Das Tischgebet in den Religionen 9**

2. Zur Geschichte des Tischgebetes 15

Jesus und das Mahl 15

Das Tischgebet in den neutestamentlichen Schriften . 20

Entwicklung zum kirchlichen Tischgebet 23

*Das kirchliche Tischgebet als Vorbild
für das private 25*

Einfache Formen 27

Heutige Probleme mit dem Tischgebet 28

3. Tischgesang als Tischgebet 32

Der Tischgesang in der Alten Kirche 32

Deutsche Tischlieder 34

4. Tischgebetsritual	39
Sprecher des Tischgebets	39
Gebetshaltung und -gebärde	43
Kreuz und Kreuzzeichen	47
Das Kreuz in den Speiseräumen	53
Die Händewaschung vor dem Beten und Essen	54
5. Bedeutung und Funktionen des Tischgebets	58
Religiöse Reflexion	58
Bitte um Wirkungen	62
Pädagogische Funktion	64
Integrative Bedeutung	65
Das Tischgebet als Verbindung zur Liturgie der Kirche	66
Kritik, Parodie und Humor im Tischgebet	67
6. Plädoyer für das Tischgebet.	71
Anmerkungen	77

Einführung

*Piep, piep, piep – oder:
Warum beten wir vor dem Essen?*

»Wollen wir vielleicht vor dem Essen beten?«
»Wieso? Ist was mit dem Essen?« Ein geflügelter Witz, in diesem Fall eine Karikatur von Thomas Plassmann, die vier Menschen bei Tisch zeigt. Das Tischgebet ist längst keine Selbstverständlichkeit mehr, und sein Sinn scheint ohnehin vielen unklar. Aber selbst dort, wo es noch gesprochen wird, ist es manchmal wenig schön:

Wie geistlos geht es manchmal beim gemeinsamen Mittagstisch zu: »Piep, piep, piep, wir hab'n uns alle lieb – jeder esse, was er kann, nur nicht seinen Nebenmann!« ... Oft beten die Teilnehmer an einem Mittagsmahl nur »für sich allein«; eine sehr eigenartige Situation: alles nur so nebenher ... Einige beginnen (bei größeren Veranstaltungen) mit dem Singen eines Kanons. Aber da sich niemand für die Einsätze »verantwortlich« weiß, endet der armselige Gesang als missglückte Singprobe, aber nicht als (beabsichtigtes) Tischgebet ...

Eine ziemlich treffende Beobachtung, die Stefan Ocker in einem kleinen Aufsatz zum Thema Tischgebet in Worte gefasst hat. Eine Art von Sprach-

losigkeit, vielleicht Scheu oder auch Hilflosigkeit erfasst nicht wenige Menschen angesichts des Betens beim Essen; eine Hilflosigkeit wohl im Gebet überhaupt und vor allem des religiösen Ausdrucks in der Öffentlichkeit, dessen man sich gar zu schämen scheint.

Während das Essen und Trinken in unserer Zeit in nie gekannter Weise öffentlich thematisiert wird, scheint das religiöse Moment, das mit diesem Tun in vielen Kulturen selbstverständlich verbunden ist, immer weiter in den Hintergrund zu treten. Zu Unrecht, denn wenn auch vielfach nicht mehr so aufwändig gekocht wird wie in früheren Zeiten, so bleibt doch das Essen und Trinken ein Vorgang, der das Leben, ja die Schöpfung selbst betrifft. Eben diesen Zusammenhang wollen die verschiedenen religiösen Formen beim Mahl, vor allem aber das Tischgebet zum Ausdruck bringen. Es ist vielen Religionen gemeinsam, doch im Christentum, in dem das Essen und Trinken sogar im Mittelpunkt der gottesdienstlichen Feiern steht, hat es nochmals einen besonderen Stellenwert.

Der Bedeutung des Tischgebets soll in diesem Büchlein nachgespürt werden, seiner Geschichte und Gestaltung – in gesprochener wie gesungener Form und in seinen begleitenden Ritualen. Es ist kein Büchlein mit Tischgebeten, trotzdem enthält es natürlich etliche, die auch anregen können, diese alte Gebetsform neu zu entdecken und zu pflegen.

Guido Fuchs
Hildesheim, Gründonnerstag 2013

1. *Nichts spezifisch Christliches: Das Tischgebet in den Religionen*

»Mahlzeit!« In einem Stück des bayerischen Kabarettisten Gerhard Polt spielt dieser »deutsche Gruß zur Mittagszeit« eine Rolle: Da stehen zwei Angestellte einer größeren Firma in der Schlange zur Essensausgabe in der Kantine und unterhalten sich. Immer wieder werden sie dabei von Hinausgehenden angesprochen und unterbrochen: »Mahlzeit!« – »Mahlzeit!« So geht das eine ganze Zeit lang, Gruß und Gegengruß wechseln beständig und werden von den beiden gar nicht mehr bewusst registriert: »Mahlzeit!« – »Mahlzeit!« Bis plötzlich einer sagt: »*Guten Appetit!*« Irritiert schauen sich Polt und seine Partnerin an, und diese fragt: »Wer war denn das?« Worauf er antwortet: »Ein Neuer ...«

»Mahlzeit!« Dieser Gruß beziehungsweise Wunsch erklingt täglich Millionen Mal – und sicher ist nur wenigen Menschen bekannt, dass »Mahlzeit« nichts anderes ist als der Rest von »Gesegnete Mahlzeit«, also einem Segenswunsch: Gottes Segen möge über der Zeit des Mahles liegen. In gewisser Weise ist das auch symptomatisch für unse-

re Einschätzung des Essens und Trinkens: Dass dieses Tun auch einen religiösen Hintergrund hat, ist ebenfalls vielen Menschen nicht oder nicht mehr bewusst.

Tatsächlich aber werden weltweit Essverhalten, Kochkonzepte, das Genussverständnis und der Mahlstil auch im Privatleben von der Religionszugehörigkeit der Menschen mit bestimmt – zumeist unbewusst. Was das Essen und Trinken anbelangt, sind wir gar nicht so frei, wie wir angesichts eines überbordenden Angebotes an Lebensmitteln vielleicht meinen. Seit der Zeit, da man über die bloße Hungerstillung hinaus isst, verbinden Menschen mit ihrem Essen und Trinken bestimmte Vorstellungen – Geschmack und Genuss natürlich, aber auch Gesundheit. Das vor allem. Erinnerungen spielen eine Rolle bei der Auswahl der Speisen und Getränke, ein Lebensgefühl verbindet sich mit bestimmten Mahlzeiten. In besondere Weise sind wir geprägt von gastronomischen Traditionen des eigenen Volkes; das, was in anderen Erdteilen gegessen wird, wird oft mit Skepsis und Abscheu betrachtet. Nahrungsmittel sind schließlich sogar eine Quelle des Reichtums und der Macht: Die großen Lebensmittelkonzerne steuern sehr zielgerichtet unsere Maßstäbe und bedienen sich dabei sich wandelnder Wertvorstellungen.

Unsere Essgewohnheiten unterliegen also unterschiedlichen äußerlichen Konzepten ebenso wie sie Ausdruck einer bestimmten eigenen Überzeugung sein können. Fast immer lassen sie etwas über diejenigen erkennen, die diese oder jene Nahrungs-

mittel zu sich nehmen: Wie der Mensch isst, so ist er. Und das gilt nicht nur für das Essen, sondern auch für das Fasten oder bestimmte Diät-konzepte.

In diesem ganzen Geflecht verschiedener Prä-gungen unseres Essverhaltens und unserer Nah-rungsgewohnheiten spielen die Religionen eine wichtige Rolle. Ihre Prägungen sind unterschied-licher Art; sie können sich in Speisegesetzen aus-drücken wie in den jüdischen und muslimischen Koscher- beziehungsweise Halal-Bestimmungen, die nicht zuletzt dem Zusammenhalt der betreffen-den Religionsgemeinschaft dienen. In christlichen Religionen spielen Bedeutungszuweisungen in der Symbolik einzelner Speisen und des Umgangs mit ihnen eine größere Rolle. Ein Wort aus der islami-schen Mystik zeigt, dass Essen und Trinken auch für den Muslim bedeutungsvolle Vorgänge sind, die als solche weit über Verhaltensregeln wie das Fasten hinausgehen: »Das Einnehmen von Spei-sen ist ein großes Prinzip, das vieler Wissenschaften bedarf, da es die Angelegenheiten der Religion und des Diesseits umfasst und seine Wirkung am Herzen und am Leib haften bleibt.«¹

Insofern also durch das Essen Leib und Seele zusammenhalten werden, wie es in einem Sprich-wort gesagt wird, gehört auch das Tischgebet zu den vielen Religionen gemeinsamen Ausdrucks-formen des Glaubens. »Der an Allāh glaubende Mensch darf es nicht versäumen, vor der Einnah-me seiner Nahrung und seines Tranks Allāhs Na-men zu rufen und nach dem Essen Allāh zu dan-

ken und zu preisen, damit er sich nicht wie ein Tier verhält, das nicht weiß, was die Lebens- und Gesunderhaltung des Körpers bedeutet. Denn Allāh tadelt im Qur'ān die Ungläubigen, die »wie die Tiere« essen.«²

Mit diesem Wort wird der alte und ursprüngliche Zusammenhang zwischen Gott und Gaumen, der sich im Tischgebet ausdrückt, auf eine einfache Formel gebracht: Der Mensch kann über sich und seine Nahrung reflektieren, er spürt, dass er sich – bei aller menschlichen Leistung – Gott verdankt, der alles geschaffen hat.

Gläubige Muslime beginnen daher das Essen und Trinken mit einem Gebet. Eröffnet wird dies mit der Basmala, der Formel:

*Im Namen Allāhs, des Allerbarmers,
des Barmherzigen.*

Diese Formel, der erste Vers der ersten Sure des Korans, eröffnet die alltäglichen Tätigkeiten, aber auch besondere Unternehmungen und Ereignisse und bringt zum Ausdruck, dass das ganze Leben mit Allah in Verbindung steht, ja von ihm und seiner Barmherzigkeit abhängt. Sie ist wie der jüdische Lobpreis oder das christliche Kreuzzeichen zum Ausdruck der Volksfrömmigkeit geworden, die sogar, wie das Kreuz, als Schmuckstück um den Hals getragen oder in Amulettform in das Auto gehängt werden kann. Das Tischgebet selbst kann frei gesprochen werden oder formelhaft sein, in manchen Wendungen erinnert es an Texte aus der

jüdischen und christlichen Tradition, wie es weiter unten gezeigt wird.

*Aller Dank, alles Lob gebührt Alläh,
der uns genug gegeben und damit versorgt hat.*

Im vornehmlichen Aussprechen des Dankes trifft sich das Tischgebet der Muslime mit dem der Juden und Christen; auch hierin spürt man die Verwandtschaft der drei abrahamitischen Glaubensgemeinschaften. Die dankbare Beziehung zur Gottheit wird in anderen Religionen ebenfalls zum Ausdruck gebracht, selbst wenn hier andere Gedanken mit hineinspielen. So ist im Buddhismus das Gebet beim Essen stärker vom Gedanken des Opfers getragen, das man der Gottheit bringt:

Dem unübertrefflichen Lehrer, dem kostbaren Buddha, dem unübertrefflichen Schutz, dem kostbaren Dharma, dem kostbaren Sangha, den drei seltenen und kostbaren Orten der Zuflucht, bringe ich diese Opfergabe dar.

In der Anschauung des Yoga haben Gebete oder Segnungen vor der Mahlzeit die Bedeutung, die Nahrung günstig zu beeinflussen und sie auf uns vorzubereiten. Sie wird dadurch mit einer Ausstrahlung, mit Schwingungen umhüllt, die sie mit denen in Harmonie bringt, die sie zu sich nehmen. Die Nahrung besitzt in dieser Anschauung ein Eigenleben; wie die Begegnung zweier Menschen harmonisch verlaufen kann, wenn sie sich

aufeinander einstellen, so verhält es sich auch beim Zusichnehmen der Nahrung. Dies ist umso wichtiger, als die Menschen vielfach den Bezug zu ihrer Nahrung verloren haben, bevor sie zubereitet und an den Tisch gebracht wurde. Sie stammt von irgendwoher, wurde behandelt und gehandelt, verpackt, transportiert und verkauft. Wer sie mit Liebe betrachtet, sie in Liebe anspricht – und wenn nur in Gedanken –, öffnet sie für sich und lässt ihre Kräfte wirksam werden. Damit sind aber im Yoga keine feststehenden Gebete verbunden.³

Im Vergleich der Religionen hat das Christentum die ausführlichste Form des Gebetes vor und nach dem Essen entwickelt. Das hängt auch damit zusammen, dass ein Mahl, das letzte Mahl Jesu mit seinen Jüngern, darin eine zentrale Rolle spielt und das Gedächtnis daran zum Mittelpunkt der Gottesdienste geworden ist. Nicht nur Brot und Wein wurden von der Würde des Sakraments verklärt, auch die Einschätzung des Essens, die sich in den Gebeten ausdrückt, spiegelt diese Bedeutung wider. So gibt es im Bereich der katholischen Kirche ein festgeschriebenes, »offizielles« Tischgebet, zudem hat sich vor allem in den vergangenen Jahrzehnten eine blühende Tischgebetsliteratur entwickelt, die von vielen privaten Quellen gespeist wird. Und nicht nur in Gebeten, auch in Liedern, zu denen vor allem die evangelischen Dichter über Jahrhunderte hinweg beigetragen haben, wird Gott gedankt. Wie sich diese Entwicklung vollzogen hat, soll in den folgenden Kapiteln dargestellt werden.