

Jesus lädt uns ein zu

Taborstunden -

Wie echtes Gebet verklärt

Zum Fest der Verklärung Christi am 6. August und
zum 2. Fastensonntag A.

Gen 12,1-4; Mt 17,1-9; Lk 9,28-36

Br. Tilbert Moser, Kapuzinerkloster Olten

Es tut uns gut, Taborstunden zu erleben. Sie sind wie Höhensonne über dem Nebelmeer und ermutigen uns im düsteren Alltag. Wir werden schauen, wie wir Taborstunden in den Alltag einbauen können.

Petrus rief wie verzückt aus: **„Herr, es ist gut, dass wir hier sind; wenn du willst werde ich drei Hütten bauen...“** Doch wir können nicht bei schönen Erlebnissen verweilen, sondern müssen weiterziehen. Dazu ist uns Abraham ein Vorbild. Wir vernahmen die Geschichte, wie er eines Nachts unter dem Sternenhimmel zu Gott betete und die Stimme hörte: **„Zieh weg aus deinem Land, von deiner Verwandtschaft und aus deinem Vaterhaus in das Land, das ich dir zeigen werde.“** War das nicht unsinnig? Abraham lebte gesichert als wohlhabender Mann in einer blühenden Handelsstadt und beschäftigte ringsherum als Halbnomade viele Hirten mit grossen Herden. Zudem war er schon ziemlich betagt. Da gibt man doch eine gesicherte Existenz nicht leichtsinnig auf. Was hat Abraham bewogen, trotzdem aufzubrechen? Nach jüdischen Quellen war es ein Ausbrechen aus einer von Gott entfremdeten Gesellschaft mit grassierender Abgötterei. Wie heute machte man den Wohlstand, den Mammon, zum Herrgott. Der Vater Abrahams sei Fabrikant von Götzenfiguren gewesen und hätte damit viel Geld gemacht. Immer mehr empfand Abraham diese Zivilisation als Fessel und wurde zum Gottsucher und Beter. Er sehnte sich nach dem wahren, lebendigen Gott. Und so konnte Gott ihn brauchen, um Segen in die sündenbelastete Welt zu bringen. **„Ein Segen sollst du sein. Ich will segnen, die dich segnen; wer dich verwünscht, den will ich verfluchen. Durch dich sollen alle Geschlechter der Erde Segen erlangen.“**

In der Fastenzeit sind auch wir gerufen, aufzubrechen. Spontan denke ich an das alte Fastenlied des Konvertiten Angelus Silesius: **„Mir nach, spricht Christus, unser Held, mir nach, ihr Christen alle! Verleugnet euch, verlasst die Welt, folgt meinem Ruf und Schalle; nehmt euer Kreuz und Ungemach auf euch, folgt meinem Wandel nach!“**

„Verlasst die Welt“, das tönt nicht modern; ist das nicht Weltflucht? Unser Auftrag ist doch in dieser Welt, für diese Welt. Wir können nicht einfach auf eine heile Insel flüchten. Und doch: um für diese Welt ein Segen zu sein, müssen wir

zuerst in gewissem Sinn diese Welt verlassen. Erst dann können wir wieder als neue Menschen und Segensbringer in diese Welt gesandt werden. Wie Abraham. Er musste sich aus den Verstrickungen einer maroden Gesellschaft lösen, um der Welt den Segen zu bringen. So vieles gibt es ja heute, was uns gefangen hält. Ich nenne einige Stichworte: Konsumzwang. Vieles glaubt man anschaffen zu müssen, was einen nur belastet. Oder man ist unzufrieden, weil man sich das oder jenes nicht leisten kann. Materialismus, Demoralisierung, Kultur des Todes, Verführung durch die Medien, Mobbing, Stress, Werteverfall, Betrug, Korruption. Der Wurm nagt an den Familien, der ehelichen Treue, der Jugend. Um diese Kultur zu retten, muss man zuerst in gewissem Sinn aus ihr ausziehen, um sie mit Gottes Kraft neu beleben, sanieren zu können.

„Zieh fort aus deinem Land... in ein Land, das ich dir zeigen werde!“ Ein christlicher Geschäftsmann verstand das als Aufruf, bildhaft gesprochen, von der Jammergasse in die Lobpreisstrasse zu zügeln. Er hatte bemerkt, dass seine Grundstimmung das Nörgeln und Klagen ist. Immer wieder ging etwas schief oder ärgerte er sich an den Mitmenschen. Das machte ihn fast krank und belastete seine Umwelt. Da lernte er aus der Bibel, Gott für alles zu danken und ihn zu loben für alles und zu jeder Zeit (Phil 4,6). Er ersetzte die aufsteigenden Klagen durch dankende und lobende Anrufungen. Das brachte ihm ein positives Grundgefühl. Alles begann sich zum Guten zu lenken. So wurde er auch zu Segen für andere. Er sammelte seine Erfahrungen in einem Buch. Seither gibt viele „Lobpreisbücher“, die zeigen, der der Lobpreis das Leben verwandelt. Vielleicht tut es auch uns gut, wenn wir aus der Jammergasse in die Lobpreisstrasse zügeln, um für andere ein Segen zu sein.

Unser Lebensweg als Christen kann staubig und mühevoll werden. Auch für Abraham war es nicht immer ein Vergnügen, die Zelte abbrechen und neu aufbrechen zu müssen. Da brauchen wir zwischenhinein **Taborstunden**. Jesus lädt uns ein, immer wieder Taborstunden einzuschalten, d.h. Ruhepausen, wo wir vom nebligen Tal aufsteigen in die Höhensonne. Das kann geschehen durch ein kurzes Aufblicken zum guten Vater. Auch Jesus brauchte dieses Atemholen. Darum zog er sich immer wieder zum Gebet zurück. Das war bei ihm ein Ausruhen und Kraftschöpfen beim Vater. In der Taborgeschichte will Jesus seinen Jüngern zeigen, wie echtes Gebet den Menschen erquickt. **„Während Jesus betete, wurde sein Aussehen verwandelt und sein Antlitz leuchtete wie die Sonne“**. Echtes Beten verwandelt, bringt Sonnenschein. Auch uns sagt der Vater: **„Du bist mein geliebter Sohn, meine geliebte Tochter!“**

Die schönste Taborstunde ist die Eucharistiefeier. Hier schenkt sich uns Jesus als Verklärer und erfüllt uns bei der Kommunion mit seinem Osterlicht. Er stärkt uns auf unserem

Weg „durch sein Leiden und Kreuz zur glorreichen Auferstehung.“ Viele geprüfte Mütter sagten, dass sie ihre Bürde nur tragen können durch diese Stärkung. Heilige sagten: „Die Messe ist mein Himmel“.

“Sei du ein Segen” - welch wunderbarer Auftrag! Dazu lohnt es sich, aufzubrechen und manches hinter sich zu lassen. Manche hoffnungsvolle Aufbrüche in unserer Kirche verlocken uns, ebenfalls neu aufzubrechen. Ich denke an die Welt-Jugendtage (1997 in Paris, 2000 in Rom, 2005 in Köln, 2008 in Sidney, 2011 in Madrid) mit Hunderttausenden von Jugendlichen. Oder die Taizé-Jugendtage, z.B. in Genf anfangs 2008 mit 40'000 Jugendlichen. Trotz kirchen-eindlicher Strömungen haben die letzten Päpste mit ihrer klaren biblischen Botschaft die Herzen vieler Suchenden erobert, z.B. Papst Benedikt bei seinem Besuch in England im September 2010. Auch in der Ökumene zeigten sich Lichtblicke. In der katholischen Kirche feierten wir 2007 das Jubiläum „40 Jahre Erneuerung aus dem Geist Gottes in der katholischen Kirche“. Gewiss gibt es auch Gegenwind, der unsere Hoffnung lähmen könnte. Doch da ist wiederum Abraham ein Vorbild, von dem Paulus sagt: „*Er glaubte voll Hoffnung gegen alle Hoffnung*“ (Röm 4,18; Hebr 11,8-19).

Ergreifen wir die Angebote in unserer Region, um auf dem Weg der Hoffnung voranzukommen und für andere ein Segen zu sein, z.B. die Angebote der Franziskanischen Gemeinschaft mit dem jährlichen „Mattli-Pfingsten“ (im Antoniushaus Mattli/Morschach).

Ja, es ist manches am Aufbrechen. Auch wir dürfen wie Abraham die Stimme Gottes hören und aufbrechen. **“Ein Segen sollst du sein!”**

Zum Verklärungsbericht nach Lukas (9,28-36): Echtes Beten und Eucharistiefiern verwandelt

Lukas bringt im Vergleich zu Mt und Mk eine besondere Nuance hinein, der wir hier nachgehen möchten.

Wenn es in den Niederungen neblig und unfreundlich ist, zieht es einen in die Höhe, in die sonnigen Berge. In der gesunden Höhenluft wird es einem wieder wohl. Mit Sonne aufgeladen geht man wieder gestärkt in den grauen Alltag.

Ein solches Höhererlebnis war die Verklärung Christi auf dem Berg Tabor. Unten im Tal war Jesus im Stress. Die Massen umdrängten ihn, liessen ihm keine Ruhe. Dazu kamen seine Neider und Gegner, die ihm überall auflauerten, und ihm nach dem Leben trachteten. Dies zehrte an seinen Kräften. Wir begreifen, dass er immer wieder auftanken musste. Er brauchte Höhensonne, um für den Alltag wieder fit zu sein. Gewöhnlich geschah dies, indem er sich in der Nacht zurückzog, um zu beten. Da konnte er mit Leib und Seele beim Vater verweilen und sein Herz ausschütten. Gerne

wählte er dazu schöne Plätze in der freien Natur. Da fühlte er sich beim Vater geborgen, konnte sich aufladen mit der Kraft des Hl. Geistes. Das tönt für viele ungewohnt. Was macht der Durchschnittschrist, wenn er sich schlapp und erholungsbedürftig fühlt? Er hockt vors Fernsehen, taucht sich in der Unterhaltungs- oder Reisetstress, greift zu Kaffee oder Zigarette. Mit dem Erfolg, dass er noch nervöser wird. Kaum einer denkt, dass das Gebet die beste Erholung wäre.

Die Jünger haben öfters beobachtet, dass Jesus wie neugeboren strahlte, wenn er frühmorgens aus dem Gebet zurückkam. Da strahlte sein Gesicht, wie jemand, der in der Höhensonne war. Das machte sie "gluschtig" nach dieser Erfahrung. Auch sie hätten gerne gelernt, wie man im Gebet seelisch auftankt. Einmal sahen die Jünger, wie Jesus von seinem einsamen Beten strahlend, neu gestärkt zurückkam. Das wollten sie auch lernen und fragten ihn darum: „*Herr, lehre uns beten!*“ (Lk 11,1). In der Antwort zeigte ihnen Jesus, dass Beten schlicht heisst, beim Vater zu verweilen mit der kindlichen Anrede: „*Abba, lieber Vater*“ (Lk 11,2). So hatte Jesus auch im Ölgarten gebetet mit der Wirkung, dass der Vater ihm durch den Engel neue Kraft gab (Lk 22,42f). Um den Jüngern eine tiefere Erfahrung zu vermitteln, wie das vertrauensvolle Beten den Menschen verwandelt, nahm er nun drei von ihnen beiseite, vielleicht noch in der Nacht, und stieg mit ihnen den Tabor hinauf. Sie sollten erleben, wie echtes Beten den Menschen beglückt, stärkt und umwandelt. Lukas will mit der Verklärungsgeschichte ausdrücklich die Wirkung des echten Betens illustrieren. Darum sagt er: **“...er stieg mit ihnen auf einen Berg, um zu beten. Und während er betete, veränderte sich das Aussehen seines Gesichtes, und sein Gewand wurde leuchtend weiss.”** Damit zeigt er, dass echtes Gebet den Menschen durchstrahlt und umwandelt. Mk und Mt brauchen den Ausdruck “Metamorphose=Transformation”: Jesus wurde vor ihnen umgewandelt, so dass sein Antlitz wie die Sonne strahlte. Jeder Mensch sehnt sich im Tiefsten nach einer Umwandlung. Die New-Age-Bewegung lockt mit dem Angebot einer “Metamorphose”, verspricht heilende und befreiende Umwandlung.

Auch wir brauchen im grauen Alltag immer wieder solche Taborstunden, gerade wenn wir es schwer haben. Jesus möchte auch uns geistig auf den Taborberg hinaufnehmen, wo wir geistige Höhenluft atmen und geistige Höhensonne aufnehmen. Sonst werden wir bleichsüchtig, und unsere Lungen verstauben. - Was lernen wir aus der Taborgeschichte?

1. Tapetenwechsel tut gut. Um auf neue Gedanken zu kommen, ist es nützlich, von Zeit zu Zeit den äusseren Rahmen zu wechseln. Man muss bewusst vom Alltagsbetrieb abschalten. Z.B. indem man sich daheim in einen besinnlichen Winkel zurückzieht, eine Kerze anzündet und etwas Besinnliches liest. Oder indem man mit der Familie eine gemütliche Feierstunde verlebt. Auch der weihevoll Raum eines Gotteshauses lädt zur Sammlung ein. Wie gut tut auch ein Spaziergang in der freien Natur: im Wald, auf den Fluren, beim Langlauf. Hier möchte Gott zu uns sprechen. Darum zog sich Jesus gern auf die Berge oder in die Wüste zurück. Gönnen wir uns von Zeit zu Zeit solche Taborstunden.

2. Lebendige Erfahrung des dreieinigen Gottes. Der Kern einer Taborstunde ist die Erfahrung des dreieinigen Gottes, wo wir in eine herzliche Gemeinschaft mit *Vater, Sohn und Heiligem Geist*

treten. Dies ist ausgedrückt im Satz: **“Da überschattete sie eine (lichte, Mt) Wolke. Und eine Stimme erscholl aus der Wolke: ‘Dies ist mein geliebter Sohn. Auf ihn sollt ihr hören!’**“ Schauen wir diese Aussage genauer an:

3. Die Wolke als Sinnbild der geheimnisvollen Gegenwart (Schekina) Gottes und des Heiligen Geistes. Wir lesen: **Eine (lichte) Wolke überschattete sie** (=warf ihren Schatten auf sie). Lk fährt fort: **“Sie gerieten in die Wolke hinein und fürchteten sich.”** Das bedeutet: Sie wurden in die geheimnisvolle Gegenwart Gottes hineingenommen, von Gottes Gegenwart umhüllt. Niemand kann Gottes unverhülltes Licht schauen, ohne zu sterben. Darum erscheint er im Symbol einer Wolke. Die Wolke lässt gerade so viel Licht durch, als wir ertragen. Und doch fürchteten sie sich. Wer dem heiligen Gott begegnet, muss erschauern, wird von heiliger Ehrfurcht erfasst. Zum echten Beten gehört die Gottesfurcht. Und doch ist es faszinierend, von dieser Wolke umhüllt zu werden, in Gottes Gegenwart einzutauchen. Näherhin ist die Wolke **Sinnbild des Heiligen Geistes**. Der Heilige Geist möchte uns überschatten, wie einstmal Maria bei der Verkündigung des Engels. Er vermittelt die Erfahrung: Gott ist bei mir, Jesus ist bei mir. Haben wir keine Angst, in die Gegenwart Gottes einzutauchen. Gerne begleite ich Menschen in Seelsorgegesprächen oder Exerzitien zu dieser Gotteserfahrung.

4. Gott-Vater liebt uns. Aus der Wolke erscholl die Stimme: **“Dies ist mein geliebter (auserwählter) Sohn.”** Jesus zieht uns hinein in seine vertraute Beziehung zum Vater, führt uns hin zum Vater. Uns allen möchte der Vater sagen: "Du bist mein geliebter Sohn, meine geliebte Tochter." Jesus ist der grosse Sohn, der durch die Menschwerdung unser Bruder wurde. Bei der Taufe hat er uns als seine kleinen Brüder und Schwestern angenommen und damit zu Söhnen und Töchtern des himmlischen Vaters gemacht. Bei der Taufe hat uns der Vater gleichsam in seine Arme genommen und gesagt: "Hans...von nun an bist du mein geliebtes Kind, mein geliebter Sohn." Geben wir dieser Stimme Raum. Das Bewusstsein, geliebtes Kind Gottes zu sein, heilt uns vor Ängsten. Das Misstrauen ist die Ursünde. Wir können nicht so leicht glauben, dass Gott uns wirklich bedingungslos liebt. Überwinden wir dieses Misstrauen mit vertrauensvollen Stossgebeten. "Vater, ich vertraue auf dich."

5. Jesus ist unser Bruder - “Auf ihn sollt ihr hören”. Der Vater verweist uns auf Jesus, den geliebten Sohn. "Auf ihn sollt ihr hören". Die Freundschaft mit Jesus ist der Kern des christlichen Weges. Es ist die wichtigste Aufgabe des Seelsorgers und der christlichen Erzieher, die Anvertrauten in die Freundschaft mit Jesus hinein zu führen. Eine Freundschaft beginnt mit dem Kennenlernen. Sie wächst, indem man Zeit nimmt füreinander und gegenseitig Anteil nimmt an den Anliegen. Wie offen sind schon die kleinen Kinder für die Freundschaft mit Jesus. Jesus will uns Anteil geben an seiner Sohneserfahrung, an seinen Freuden und Leiden. Mit Jesus kommen wir in die Harmonie mit dem himmlischen Vater. Täglich dürfen wir das Hören auf ihn üben.

6. Taborstunden helfen zur Existenzbewältigung. Man kann mit Gott über seine Probleme reden, ihm das Herz ausschütten. Auf dem Tabor sprechen **Mose und Elija mit Jesus über sein Lebensende**. Auch Mose und Elija haben Verfolgung und Widerstand erlebt. Sie erörtern, wie auch der Messias durch Leiden

zur Herrlichkeit eingehen muss. Das Gebet ist keine Ausflucht vor der harten Realität, sondern gibt Kraft zum Kampf und Leid. Wenn wir echt beten, bekommen wir Kraft, das Leben mit seinen Aufgaben wieder mutig anzupacken. Das Beten wirft Licht in die dunklen Zusammenhänge, und wir beginnen zu ahnen, dass alles sich zum Guten fügt, wenn wir auf Gott vertrauen. Alle Sorgen bringen wir im inständigen Gebet vor den Vater. *“Denen, die Gott lieben, führt alles zum Guten.”* Mit dem Taborerlebnis wollte Jesus seine Jünger wappnen für die Ölbergsstunde. In schweren Prüfungen schöpfen wir Kraft aus der Erinnerung an Taborerlebnisse.

7. Echtes Beten sensibilisiert für die Not der Mitmenschen. Es dient nicht bloss dem persönlichen Seelenfrieden. Jesus betete auf dem Tabor für uns alle. Er trug unsere Not vor den Vater und bot sich ihm an als Opfergabe für uns. "Vater", so mochte er gebetet haben, "ich bringe dir alle diese armen Menschen. Nimm sie an als deine Kinder. Gerne will ich für sie mein Leben einsetzen". - Wie Jesus und mit Jesus tragen wir Gott die Not unserer Mitmenschen vor. Dazu regen uns die Schriften des Fastenopfers an, welches uns den Blick für die Weltkirche mit den Millionen von verfolgten Christen, von Flüchtlingen und Hungernden öffnet.

8. Jede Eucharistie ist eine Taborstunde. Jesus nimmt uns mit sich auf den Berg, wo sich sein Leben vollendete. Wir nehmen teil an seinem Tod und seiner Auferstehung. Wir werden eingehüllt in die Lichtwolke seiner Osterherrlichkeit. Wieviele schon schöpften Kraft aus dem eucharistischen Opfer für die Last des Alltags. Ich denke an meine Mutter. Jeder Gang zur Sonntagsmesse ist ein Hinaufsteigen zum Berg der Verklärung, zum Osterberg, wo wir aus der Auferstehung Christi Kraft für die Nebel im Tal des Alltags schöpfen.

9. Hauskreise, Pfarreibibelgruppen. Nebst der Eucharistie gibt es Taborstunden im kleineren Kreis, in Pfarreibibelgruppen, „charismatischen“ Gebetsgruppen, wo man lernt, anhand der Bibel auf Gott zu hören und darauf eine Antwort im persönlichen Gebet zu geben. Eine Pfarrei kann nur leben aus kleinen, lebendigen Zellen, in denen Christen sich vom Geist Jesu erfüllen lassen und bei ihm in die Schule gehen.

Allen wünsche ich sonnige Taborstunden. Jetzt in der Eucharistie, daheim im vertrauten Kreis, in der Bibelgruppe oder wo der Herr Sie sonst an einen stillen Ort ruft.

