

Einführung in die Perlen des Glaubens

Dr. Kirstin Faupel-Dreves

(Anm.: Dieser Text wurde anlässlich der Konzerte zum fünfjährigen Jubiläum des Perlenbandes in Deutschland verfasst.)

Das Himmelreich gleicht einem Kaufmann, der gute Perlen suchte, und als er eine kostbare Perle fand, ging er hin und verkaufte alles, was er hatte, und kaufte sie. (Mt 13,44f)

Die kostbare Perle – ein Bild für das Himmelreich auf Erden, nach dem wir auf der Suche sind. Das „Himmelreich“ ist ein biblisches Bild für das, was das Wichtigste in meinem Leben ist; das was meinen Lebensmut und meine Lebenslust stärkt, und mich trägt, wenn ich in Not bin. Perlenbänder der Religionen wollen den Weg dorthin öffnen. Sie sind eine Hilfe, um sich zu sammeln, vom Vielerlei des Alltags auf den Einen hin, der alles hält, auf Gott. Die Katholiken haben ihren Rosenkranz, die Buddhisten ihre „Mala“, die Muslime lassen die „Tisbeh“ durch die Hände laufen. Orthodoxe Christen sprechen das Herzensgebet; bei jeder Perle ein Gebet, der Name Gottes oder ein heiliges Wort, das in meinem Herzen erklingt und es öffnet für Gott und die Welt.

Aus den evangelischen Kirchen des Nordens kommt ein neues Perlenband, die „Perlen des Glaubens“. Es sind 18 Perlen für Hand und Herz, die helfen, unseren christlichen Glauben besser zu begreifen. Jede dieser Perlen hat einen Namen und eine eigene Bedeutung. Jede hat ihr Geheimnis und öffnet einen neuen Ausblick auf das Leben.

Der schwedische Bischof Martin Lönnebo hat sie entdeckt, aus dem Erfahrungsschatz seines ganzen Lebens heraus. Die Frage des Pilgers aus unserer Geschichte ist auch seine eigene gewesen. Vor etwa zehn Jahren, während einer Reise nach Griechenland, kam Bischof Martin auf die Idee, dies Perlenband zu entwickeln. Eigentlich wollte er ein Buch schreiben, eine Art „kleinen Katechismus“, ein ABC des christlichen Glaubens für Menschen unserer Zeit. Aber dann kam alles anders: durch einen Seesturm saß er für einige Tage auf einer kleinen Insel fest. Dort beobachtete er die Fischer, die, statt auf Fischfang zu gehen, nun im Café saßen und mit ihren Perlenketten spielten. Er musste gleich an die Gebetsperlen denken, die im Mittelmeerraum üblich sind bei katholischen und orthodoxen Christen oder bei den Muslimen. Und plötzlich kam ihm der Gedanke: Wie könnte so etwas für uns Evangelische aussehen? Und er fing an, dies Gebetsband zu entwickeln und gab ihm den Namen „Frälsarkransen“ – das bedeutet übersetzt: Rettungsring, oder genauer: Erlösungsring. Es geht um die erlösende Kraft der christlichen Botschaft.

Unter dem Namen „Perlen des Glaubens“ sind sie jetzt bei uns bekannt. In diesem Sommer vor genau fünf Jahren haben wir sie zum ersten Mal auf dem ökumenischen Kirchentag in Berlin vorgestellt. Inzwischen sind diese Perlen schon durch ganz viele Hände und Herzen gegangen; evangelisch oder katholisch oder suchend an den Rändern der Kirchen – die Konfession spielt keine große Rolle. Es geht darum, „dieses Leben zu entdecken“ und – wie Clemens Bittlinger singt: „...unsere Glauben neu zu wecken“.

Gottesperle – Stille – Ich und Taufe

„Wenn du mich anschaust, werde ich schön“ – Dieser Satz, einmal gehört in einem Gottesdienst, ist für mich wie ein Schlüssel zum tieferen Verständnis der kleinen Ich-Perle.

Wenn ich mich ganz öffne für die Gegenwart Gottes – und manchmal tue ich das in der Stille - dann kann ich sein, wer ich bin, Kind Gottes. Dann fällt alles ab von mir, was mich hindert am Leben, dann kann ich mein Gesicht zeigen so wie es ist.

Ich möchte Sie einladen zu einer Stille-Übung besonderer Art.

Schließen Sie für einen Moment Ihre Augen und stellen Sie sich vor, Ihre Hände sind wie ein „tastender innerer Spiegel“, mit dem Sie jetzt Ihr Gesicht erkunden, ganz liebevoll. Beginnen Sie am oberen Teil der Stirn oder am Haaransatz und tasten Sie sich langsam vor: die Stirn, Augenbrauen, Augen, die Form der Nase, Wangen, die Linien des Mundes, die Rundung des Kinns, die Ohren. Öffnen Sie Ihre Finger so weit, dass Sie die Gänze Ihres Gesichts wahrnehmen. Entdecken Sie seine Schönheit und seine Einzigartigkeit. --- Schließlich nehmen Sie Ihr Gesicht als Ganzes wahr. Vielleicht lächeln Sie und spüren, wie sich dann alles verändert. --- Jetzt lösen wir die Hände langsam und öffnen die Augen wieder---

Jede und jeder von uns ist berufen, „Bild Gottes“ zu sein, das bedeutet: Ich selbst kann durchscheinend werden für Gott, darin besteht meine Würde, das, was unverlierbar ist, was mich ausmacht in meinem innersten Wesen, egal was mir geschieht im Laufe der Zeit und der Jahre und welche Spuren das Leben auch immer in mich eingeschrieben hat. Ich kann durchscheinend werden für Gott.

Mein eigentliches Ich finde ich erst im Gegenüber zum Du Gottes, darum steht die Ich-Perle ganz am Anfang des Perlenbandes, und darum, um das nicht zu vergessen, ist ihr die weiße Tauf-Perle beige-sellt. Es gibt diese Momente, in denen Ich-Bewusstsein und Gottes-Bewusstsein in eins fallen - einige erleben sie in früher Kindheit, andere später - ein Augenblick, in dem ich spüre: Gott ist da und zugleich das glückliche Erschrecken: Ich bin gemeint. Nicht das, was andere in mich hineinprojizieren oder von mir erwarten, nicht das, was ich mühsam versuche zu sein; was ich vorspiele in einer meiner vielen Rollen, die mich schnell gefangen nehmen, und die manchmal zu einem harten äußeren Schutzschild werden können wie die Schale der Perlernauster.

Wenn ich mich von Gott anschauen lasse, wenn ich mein kleines Ich mit dem großen Du verbinde, dann werde ich frei, mich zu entfalten, ich selbst zu sein. „Sieh auf dich selbst mit Liebe“, scheint die kleine Ich-Perle neben der großen Taufperle zu sagen, und so schau auch auf die anderen, denn sie sind ebenso liebenswert (und kostbar) wie du.“ (Martin Lönnebo)

Wüste und Gelassenheit

Gelassenheit – ein Sehnsuchtswort – wer wünscht sich nicht, so zu sein? Darin schwingt mit: Ganz im Leben stehen, in mir ruhen und Unnötiges loslassen können, standfest sein und manchmal vielleicht auch leicht wie ein Schmetterling, so wie in dem Lied eben. Vielen ist die „blaue Perle“ die allerliebste. „Von mir aus könnte das ganze Band nur aus blauen Perlen bestehen!“, sagte neulich eine Frau.

Die „blaue Perle“ ist wohl deshalb so anziehend, weil das Leben meistens doch anders ist, eher wie eine Wüste. Zeiten der Wüste kennen wir zu Genüge. Das könnte die Überlastung im Beruf sein, totale Erschöpfung oder „Burn-out“, wie wir heute sagen. Ein ständiger Kampf um Anerkennung, der schon in der Schule beginnt. Ein Kollege sagte neulich: „Ich bin immer

nur am Rennen; ich versuche, es allen recht zu machen. Nur mich selbst verliere ich dabei immer mehr. Ich weiß gar nicht mehr, was ich wirklich will. Das ist so mühsam.“

Die Wüsten-Perle kann mir bewusst machen, was gerade mit mir los ist; sie ist wie das Pendant zur blauen Perle, denn sie bringt das Quälende, von dem kein Mensch verschont wird, in ein Bild und richtet meine Aufmerksamkeit auf das, was ich wirklich brauche.

Es gibt eine biblische Geschichte, da begegnet Jesus einer Samariterin an einem Brunnen, außerhalb der Stadt am Rande der Wüste. Es ist heiß und Jesus bittet die Frau: „Gib mir zu trinken“. Als sie verwundert darauf reagiert, macht er sie aufmerksam auf den Unterschied zwischen dem Wasser, das den leiblichen Durst löscht und dem „lebendigen Wasser“. Er sagt schließlich zu ihr: Wer von diesem (Brunnen-)Wasser trinkt, den wird wieder dürsten; wer aber von dem Wasser trinken wird, das ich ihm gebe, den wird in Ewigkeit nicht dürsten, sondern das Wasser, das ich ihm geben werde, das wird in ihm eine Quelle des Wassers werden, das in das ewige Leben quillt. Spricht die Frau zu ihm: Herr, gib mir solches Wasser, damit mich nicht dürstet und ich nicht herkommen muss, um zu schöpfen. (Joh 4,13-15)

Ich habe Durst - Gib mir zu trinken! – Gib mir solches Wasser! – Vielleicht geht es zunächst nur darum, dass ich mir meiner tiefen Bedürftigkeit nach dem Wasser des Lebens wieder bewusst werde. Aus mir heraus kann ich nichts tun und nichts erzwingen. Ich kann nur versuchen, mich dorthin zu wenden, von wo ich neue Kraft bekomme und mich dafür zu öffnen, mit ganz leeren Händen.

Das ist eine ganz einfache Geste, zu der ich Sie jetzt einlade. Öffnen Sie Ihre Hände, wie zu einer Schale. Diese Schale bin ich selbst. So halte ich mich Gott hin, einen Moment lang, in Stille.

Wenn ich die Hände öffne, um das Wasser des Lebens zu empfangen, wird mir von selbst bewusst: ich kann nichts festhalten, ich muss sogar loslassen. Aber ich kann empfangen mit leeren Händen, und mich füllen lassen von Gottes Kraft. Wenn ich das kann, dann sind alle Dinge möglich.

Liebe – Geheimnisse – Tod und Auferstehung

Geheimnisse – zwischen Nacht und Liebe. Die drei Geheimnisperlen – ihre Bedeutung ist nicht leicht zu fassen, weil sie sich ständig wandelt. Ich möchte Ihnen dazu eine kleine Geschichte erzählen: Am Pfingstmontag waren wir mit einer Gruppe von Erwachsenen und Kindern im Ansverus-Haus. Gemeinsam haben wir überlegt, was wir uns wünschen von der Kraft Gottes, vom Heiligen Geist und seinem Feuer. Die Kinder haben sich dann eine Überraschung für die Erwachsenen ausgedacht. Wir mussten uns unter einen Balkon stellen und sie ließen von oben kleine Fallschirme auf uns herabsegeln, die wir auffangen sollten. An den Fallschirmen waren kleine Zettel mit Botschaften befestigt, meistens war es nur ein Wort. Da stand: Frieden, Lebendigkeit, Würze, Mut, Fröhlichkeit, Himmel auf Erden, Freude, Geborgenheit, Blumen, Kinder, Gerechtigkeit, ... Kleine bunte Zettel, zufällig aufgefangen, werden zu Botschaften, die berühren; meine beiden habe ich gut aufbewahrt. Sie lassen etwas aufleuchten, was über das hinausgeht, was ich von mir selbst weiß, wie eine kleine Verheißung, ein Lebensgeheimnis, das noch aussteht.

Meine Geheimnisse – diese Perlen stehen auch für die verschiedenen Anteile meiner Persönlichkeit und je nachdem, wo ich bin und vor wem ich mich zeige, öffne ich andere Seiten von mir.

Wenn es einen guten Kontakt gibt zwischen Menschen, eine Resonanz zwischen mir und meinem Gegenüber, dann blühe ich auf und kann das Beste von mir zeigen. Auch das ist geheimnisvoll.

Von Jesus heißt es, die Menschen hätten sich in seiner Gegenwart verwandelt, konkret: sie wurden aufgerichtet, geheilt, getröstet. Eine der vielen Begabungen Jesu bestand und besteht darin, jeder und jedem ins Herz zu sehen, zu erkennen, wer dieser Mensch eigentlich ist und das verborgene Beste in ihm oder ihr wieder zu wecken. In der Bibel steht das Wort „erkennen“ für lieben.

Die Geheimnisperlen können aber auch ein Bild für meine Fürbitte sein. Meine innersten Geheimnisse haben oft zu tun mit Menschen, die ich liebe.

In den Geheimnissen sind alle Facetten von Glück und Verzweiflung enthalten, darum sind sie zwischen den Perlen der Liebe und der der Nacht. Liebe und Tod – das sind die Extreme des Lebens, zwischen denen sich alles abspielt; da passt nichts mehr dazwischen, nicht einmal eine Perle der Stille.

Es gibt Geheimnisse, die aus der Liebe wachsen, wie Kinder, oder wie eine Sehnsucht, die sich erfüllt. Aber es gibt auch welche, die aus dem Dunkel kommen. Die schwarze Perle der Nacht steht für Abgrund und Tod, für einen Schicksalsschlag oder für Gewalt und unerträgliches Leiden, das Menschen erdulden müssen oder einander zumuten. Im Kreuz Jesu ist das Dunkel der Welt eingezeichnet. Es steht zugleich für einen Gott, der dem Unerträglichen nicht ausweicht, sondern der es mit aushält.

Erst aus dem Bekenntnis zum Kreuz bekommt der christliche Glaube seine eigentliche Stärke.

Das Kreuz steht ja nicht nur für die Nachtseite des Lebens, sondern es beschreibt auch den mühsamen Verwandlungsprozess, durch den jede und jeder von uns hindurch muss, um überhaupt ein wahrer Mensch zu werden. Das Kreuz ist mehr als ein Symbol. Es hilft mir, das Leben, MEIN Leben so anzunehmen wie es ist. Daran kann ich wachsen, in das Licht der Auferstehung.

Eine Frau erzählte neulich: „Ich habe immer gedacht, meine Liebe sei defizitär, weil ich nicht auf die Weise lieben kann, wie es von mir erwartet wird. Jetzt frage ich nicht mehr danach, ich vertraue einfach auf mein Herz. Ich halte mich, so wie ich bin, Gott hin und lasse mich von seiner Liebe durchfließen. Das macht mich leicht und froh und ich habe endlich das Gefühl, ich bin in meinem Leben angekommen.“

Hinweise zum Gebrauch der Perlen des Glaubens

Jetzt haben Sie alle die „Perlen des Glaubens“ etwas näher kennen gelernt. Und sicher fragen Sie sich: Wie gehe ich denn nun damit um? Gibt es eine bestimmte Weise, wie man damit beten oder meditieren soll? Ja und nein. Martin Lönnebo hat das Perlenband einmal ein „Trainingsgerät für die Seele“ genannt und dazu erläuternd gesagt: Wir versuchen, einiges für unseren Leib zu tun, jedenfalls sollten wir das, durch Sport und ausreichende

Bewegung; und wir trainieren auch unseren Geist durch Lesen, Gespräche, manchmal auch eine gute Fernsehsendung, aber was tun wir eigentlich für unsere Seele? Sie braucht auch ihre Stärkungen, z.B. durch Musik oder Kunst oder ein schönes Gedicht. Aber das ist nicht alles: Es braucht das Gebet, den ständigen Kontakt mit Gott, damit die Seele reifen wachsen und reifen kann.

Kann man beten lernen? Viele können es nicht mehr, weil niemand mit ihnen gebetet hat. Es in der Kirche zu tun, es mitzumachen, weil alle es machen, und es für sich zu tun, aus einem inneren Bedürfnis heraus, das sind zweierlei Dinge. Die „Perlen des Glaubens“ können helfen, auf ganz einfache Weise damit anzufangen, mit diesem ganz persönlichen Gebet. Zum Beispiel so:

Ich nehme die goldene Gottesperle in die Hand und mache mir nur bewusst: Gott ist da und hält mich, so wie ich die Perle halte. - Oder: ich schaue die Perlen insgesamt an und frage mich: wo stehe ich jetzt gerade? Was vermisse ich? Was brauche ich? Und erzähle Gott davon, in meinen Worten, so wie sie aus meinem Herzen kommen. - Oder es gibt Menschen, deren Schicksal mich bewegt. Dann könnte ich die kleinen Perlen der Geheimnisse in die Hand nehmen und die Namen der Menschen nennen. Gott hört schon und weiß, was sie brauchen. - Oder: ich bin unruhig und kann nicht einschlafen. Auch mit geschlossenen Augen kann ich die „Perlen der Stille“ ertasten. Bei jeder dieser Perlen versuche ich, ruhig aus- und wieder einzuatmen. Vielleicht fällt mir auch ein Liedvers ein oder eine Melodie, die ich damit verbinde. Ich kann auch ganz bewusst ein kleines Ritual vor dem Einschlafen mit den Perlen verbinden: Dazu nehme ich das Perlenband in die Hand und gehe noch einmal in Gedanken durch den ganzen Tag – Station für Station, und halte Gott alles hin, was gewesen ist, bis ich am Ende alles loslassen kann, auch meine Sorgen und meine Unruhe. Und wenn ich dann bei der Gottesperle angekommen bin, dann bete ich ein Vaterunser. – So könnte es sein oder auch anders. Martin Lönnebo hat gesagt: „Ich kann dir viel erzählen davon, wie ich selbst mit den Perlen umgehe, aber das kannst du dann auch getrost wieder vergessen. Geh und finde deinen eigenen Weg damit.“

Die Perlen des Glaubens wollen in die Hand genommen werden, mitgenommen werden in meinen persönlichen Alltag. Ich muss gar nicht so viel wissen. Ich darf mich, wie ein Pilger, getrost dem Weg anvertrauen, den Gott mir zugedacht hat.

Dr. Kirstin Faupel-Dreves
Pastorin in der Ev.-Luth. Kirchengemeinde Schiffbek und Öjendorf
Spiritualin der Perlen des Glaubens