

Der „Angelus“ - Der Engel des Herrn

Haben wir in den letzten Ausgaben mehr über das „Grundsätzliche“ des Betens nachgedacht, so möchte ich nun in den kommenden Ausgaben Gebetsformen vorstellen. Vielleicht ist etwas auch für sie dabei.

Mit dem „Angelus“ möchte ich beginnen. Es ist ein sehr altes Gebet. Die Ursprünge sind nicht bekannt, aber ab dem 13. Jhd. wurde es durch die Franziskaner verbreitet.

Den Namen trägt es von seinen ersten Worten: Der Engel des Herrn... (Angelus domini...)

Es ist Tradition, es dreimal am Tag zu beten: Morgens, mittags und abends, meist verbunden mit dem Läuten (auch „Angelus-Läuten“ genannt). Dreimal am Tag erinnert es daran, dass Gott in Jesus in unsere Welt gekommen ist, Mensch wurde, um bei uns zu sein. Dass diese Welt nicht „gottlos“ ist. Er ist unser Weggefährte.

Und es erinnert daran, dass da jemand war, der sich darauf hat eingelassen, „Ja“ gesagt hat, und so das Unglaubliche geschehen konnte: Maria.

Dreimal im Laufe des Tages sich daran erinnern, dass kann den Tag durchformen mit all seinen Herausforderungen und Ängsten. Das kann mir das Gefühl geben, getragen zu sein, und zwar genau heute und jetzt. Jesus ist mein Weggefährte. „Was kann uns (dann) scheiden von der Liebe Christi?“, fragt Paulus.

Mit diesem Glauben durch den Tag zu gehen, stärkt meinen Schritt. Er lässt mich aufrecht gehen, auf- und durchatmen. Ich weiß: Jesus, Gott geht mit!

Vielleicht probieren Sie es einmal. Wenn sie die Glocken hören, dann verbinden sie es einfach damit. Wenn nicht beten sie einfach zu festen Zeiten: z. B. Vor dem Frühstück, Mittagessen und Abendessen.

Der Text:

Der Engel des Herrn brachte Maria die Botschaft, und sie empfing vom Heiligen Geist. Gegrüßet seist du, Maria, voll der Gnade, der Herr ist mit dir.

Du bist gebenedeit unter den Frauen, und gebenedeit ist die Frucht deines Leibes, Jesus.

Heilige Maria, Mutter Gottes, bitte für uns Sünder jetzt und in der Stunde unseres Todes.

Amen.

Maria sprach:

Siehe, ich bin die Magd des Herrn; mir geschehe nach deinem Wort.

Gegrüßet seist du, Maria...

Und das Wort ist Fleisch geworden und hat unter uns gewohnt.

Gegrüßet seist du, Maria...

Bitte für uns, heilige Gottesmutter, dass wir würdig werden der Verheißung Christi.

Lasset uns beten:

Allmächtiger Gott, gieße deine Gnade in unsere Herzen ein. Durch die Botschaft des Engels haben wir die Menschwerdung Christi, deines Sohnes, erkannt. Lass uns durch sein Leiden und Kreuz zur Herrlichkeit der Auferstehung gelangen. Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn. Amen.

(Anm.: Man kann es auch kürzen und nur nach dem dritten Glaubenssatz ein „Gegrüßet seist du Maria“ beten.)