

# Jesus in meinem Herzen und Jesus im Tabernakel

## Was ist die Eucharistie?

In der Eucharistie ist Gott wirklich da.

Am Abend vor seinem Leiden spricht Jesus beim letzten Abendmahl über das Brot: „Das ist mein Leib, der für euch hingegeben wird.“ (Lk 22,19) Das Brot, das in den Leib Christi gewandelt worden ist, ist nicht nur ein Zeichen oder ein Symbol für diese Lebenshingabe Jesu. Die gewandelte Hostie ist der Leib Christi, d. h. Christus selbst ist in dem unscheinbaren kleinen Stück Brot gegenwärtig und schenkt sich mir. Immer, wenn ich vor den eucharistischen Herrn trete, stehe ich hautnah in der Gegenwart Gottes, der für mich Mensch geworden und gestorben ist, damit ich lebe. Es ist, als ob Jesus Christus mir sagen würde: Das bin ich ganz für dich, nichts halte ich zurück.

## Geistige Kommunion

In der aktuellen Zeit der Corona-Krise können wir nicht zur Feier der Eucharistie zusammenkommen. Das schmerzt uns und verwehrt uns den Empfang der sakramentalen Kommunion. Doch wir müssen nicht auf die Gemeinschaft mit Jesus verzichten, wie er sie uns im Empfang der Kommunion schenken möchte. Es gibt die Möglichkeit der sogenannten „geistigen Kommunion“.

Wenn es nicht möglich ist, die Kommunion sakramental (d. h. in Gestalt der gewandelten Hostie) zu empfangen, so kann man sich doch im Gebet ganz eng mit Christus verbinden und ihn sozusagen dennoch „empfangen“: auf geistiger Ebene bzw. im eigenen Herzen.

## Jesus in meinem Herzen

Geistige Kommunion meint, ich verspüre oder wecke in mir eine Sehnsucht danach, die Gegenwart Christi und die Gemeinschaft mit ihm zu erfahren. Es geht um ein Verlangen danach, Christus zu begegnen. Deswegen lade ich ihn ein, in mein Herz zu kommen, es mit seinem Licht, seinem Frieden und seiner Freude zu erfüllen. Dies ist zu jeder Zeit und an jedem Ort möglich, so z. B. im privaten Gebet oder vor dem Tabernakel in der Kirche.

## Jesus im Tabernakel

Die aktuellen Regelungen zur Corona-Krise erlauben weiterhin, einen Spaziergang zu unternehmen und die Kirche zum persönlichen Gebet aufzusuchen. Im Tabernakel ist Gott in der Eucharistie gegenwärtig. Und ich darf mir sicher sein, er freut sich, wenn ich bei ihm vorbeischaue und ein bisschen bei ihm verweile.

## Anregungen für die Zeit in der Kirche

### *Christus begrüßen*

Ich begrüße Christus, der in der Eucharistie im Tabernakel gegenwärtig ist und trete so bewusst in seine Gegenwart ein. Ich kann mir vor Augen führen, was die Eucharistie ist: Jesu Hingabe für mich bis zum Tod, um mich zu erlösen. Ich kann die Eucharistie verehren, indem ich z. B. die Kniebeuge einmal ganz bewusst mache.

### *Ein Bild, das ins Gebet hilft*

Es gibt im Lukasevangelium die Erzählung von Maria und Marta (vgl. Lk 10,38–42). Maria setzt sich zu Füßen Jesu und wird gelobt, sie habe das Bessere erwählt. Jesus genießt es geradezu, dass Maria zu seinen Füßen sitzt und ihm ganz zugetan ist. In der Zeit in der Kirche (oder auch während jeder anderen Gebetszeit) ist es, wie wenn ich mich zu Füßen Jesu

setze – dies kann ich mir auch bildlich vorstellen, wenn es mir hilft –, ihm meine ganze Aufmerksamkeit schenke und alles andere beiseitelasse. Ich darf mir dabei gewiss sein, Jesus genießt und schätzt es sehr, dass ich ganz für ihn da bin.

### *Still werden*

Es bedarf gar nicht unbedingt vieler Worte, um die Zeit vor Gott zu verbringen. Um still zu werden, kann ich beispielsweise einen Vers aus der Hl. Schrift betrachten oder in Stille wiederholen. Vielleicht kommt mir ein Vers in den Sinn. In vielen Kirchen liegt auch das Lektionar auf, das Buch mit den Lesungen vom Sonntag, in das ich einen Blick werfen und mich inspirieren lassen kann.

Ich kann mir aber auch einfach vorstellen, wie Gott mich liebevoll anschaut etc.

### *Eine Kerze entzünden*

Als Zeichen des Dankes oder der Bitte kann ich eine Kerze entzünden. Ihr Brennen ist wie die Fortsetzung meines Gebetes. Selbst wenn ich also nur kurz in der Kirche verweilen kann, so bleibt mit der Kerze doch ein Stück von mir selbst zurück. Ihr fortwährendes Brennen ist Sinnbild für mein Gebet, das weiterhin vor Gott gebracht wird.

### *Um Wandlung bitten*

Die Eucharistie, die im Tabernakel aufbewahrt wird, führt mir vor Augen, was Gott bereit ist, für mich zu tun und was er vermag: Er verwandelt Brot in seinen eigenen Leib. Wo sollte mehr Wandlung in mir, in meinem Herzen, in meinem Umfeld geschehen, als vor dem in den Leib Christi gewandelten eucharistischen Brot? Vielleicht habe ich eine konkrete Bitte, oder eine konkrete Situation, wo ich mir von Gott Wandlung erhoffe. Ich kann all das vor ihn bringen.