

KIRSTIN
FAUPEL-DREVS

Perlen suchen Leben finden



DAS WERKBUCH
ZU DEN PERLEN
DES GLAUBENS





KIRSTIN
FAUPEL-DREVS

Perlen suchen, Leben finden

DAS WERKBUCH
ZU DEN PERLEN
DES GLAUBENS



Symbole und ihre Bedeutung



Übung

Aktiver oder interaktiver Impuls,
häufig verbunden mit Bewegung



Gebet



Spiel

Spiel, Theater o. Ä.



Andacht / Ritual

Geistliche Übungen



Geschichte / Imagination

Geschichte zum Vorlesen,
Imagination meist mit kurzer Hinführung



Lied



Kreatives

kreatives Schreiben, bildnerisches Tun,
Bildbetrachtung

Inhalt

I

Berührt werden durch das, was ich berühren kann

1. Eine persönliche Entdeckung 11
2. Ein Werkbuch für mich und für die Arbeit mit anderen 12
3. Martin Lönnebos »Frälsarkrans« – Ein »Trainingsgerät für die Seele« 14

II

Martin Lönnebo – von dem, der diese Perlen gefunden hat

1. Begegnungen 15
2. Wie das Perlenband entstanden ist 16
3. Lebensbaum und Himmelsstadt 18

III

Das Perlenband und seine Symbolik

1. Die Symbolik der Perle 21
2. Der Blick auf das Ganze 23
3. Die einzelnen Perlen 25
4. Perlenbänder der Religionen 38

IV

»Trainingsgerät für die Seele« – Spirituelle Übungen

1. Vom »Trainingsgerät für die Seele« 46
2. Wie gehe ich mit den Perlen um? 48
3. »Du bist ewig« – Das Geheimnis der Gottesperle 49
4. »Bewahre mich in deinem Frieden« – Beten zu den Tagzeiten 51
5. Der Weg in die Stille – 6 Perlen der Stille 56
6. Verschiedene Gebete mit den *Perlen des Glaubens* 58

V

Perlen des Glaubens kennenlernen

1. Einführungskurs – Ein Nachmittag in zwei Varianten	65
1.1 Variante 1	65
1.2 Variante 2	73
2. Vertiefung: Ein »Tag der blauen Perle«	75

VI

Lebenswege erschließen

1. Ansätze zur Biografiearbeit	79
2. <i>Perlen des Glaubens</i> im Lebenskreis	81
3. »Walk of Life«	82
3.1 Einfache Form	83
3.2 Mit Erweiterungen	84
3.3 Für Jugendliche	87
4. Kreative Medien	88

VII

Vom Spiel der Weisheit in Gottesdienst und Kirchenraum

1. Vom Spiel der Weisheit	99
2. Memo Gottesdienst-Ablauf mit den <i>Perlen des Glaubens</i>	100
3. Äußere und innere Räume – Vom Perlenort zur Andachtsform	101
4. Weitere Perlen-Andachten (drinnen und draußen)	107
5. Kirchenpädagogik (Andreas Behr)	112

VIII

Schatzkiste für verschiedene Zielgruppen

1. KiTa – Einen Schatz heben in der Kindertagesstätte	124
1.1 Vom »Schatz im Acker« und der goldenen Gottesperle	125
1.2 Das Geheimnis, das du selber bist – die Ich-Perle	128

1.3 Meine Reise zu Gott – Die sechs Perlen der Stille.....	131
1.4 Die Farben des Lebens kommen ins Spiel.....	134
1.5 Die Liebe und ihre Geheimnisse.....	136
1.6 Perlen der Geheimnisse und der Fürbitte.....	137
1.7 Trauer und Freude: die schwarze und die weiße Perle der Auferstehung – Eine Ostergeschichte.....	138
1.8 Übergänge: Von Wüstenwegen und offenem Himmel.....	140
 2. Kinderkirche – Glauben be-greifen mit allen Sinnen.....	141
2.1 Mit den <i>Perlen des Glaubens</i> die Farben des Kirchenjahres entdecken.....	141
2.2 »Vergissmeinnicht für Kinder« – <i>Perlen des Glaubens</i> im Kindergottesdienst (Dörtie Bewig).....	162
 3. Konfizeit – Glaube zum Anfassen – <i>Perlen des Glaubens</i> in der Konfizeit.....	184
3.1 Ein Schatz in meiner Hand – Die <i>Perlen des Glaubens</i> kennenlernen an einem Konfi-Tag.....	185
3.2 Das Kostbarste in meinem Leben – Einstieg mit der Gottesperle.....	191
3.3 Wer bin ich? Einstieg mit der Ich-Perle.....	193
3.4 Beten – wie geht das?.....	200
3.5 Mein Leben – so bunt wie diese Perlen. Biografiearbeit in Freizeit oder Konficamp.....	205
3.6 Woran ich glaube – mit den Perlen zu einem eigenen Credo finden.....	212
3.7 Schatzkiste Konfi-Arbeit: Perlen-Fragen, Curriculum, Ideen-Börse.....	217
3.8 Perlen-Andacht vor der Konfirmation.....	221
 4. Familien – Vom Wachsen und Werden – <i>Perlen des Glaubens</i> als Erfahrungsräume (Skizze).....	224
 5. Frauen – Mit den <i>Perlen des Glaubens</i> zwischen Himmel und Erde (Susanne Kaiser).....	231
 6. Männer – <i>Perlen des Glaubens</i> in der Arbeit mit Männern? (Skizze)	258

7. Pilgern – Unterwegs mit einem besonderen Kompass	260
7.1 Himmel – Wasser – weiter Raum. Strand-Spaziergang mit den <i>Perlen des Glaubens</i>	260
7.2 Blicke auf mein Leben – Pilger-Spaziergang mit den <i>Perlen des Glaubens</i> (ca. 1½ h)	264
7.3 Ökumenischer Pilgertag mit den <i>Perlen des Glaubens</i> und dem Sonnengesang von Franz von Assisi	268
7.4 Geh aus, mein Herz ... – Ökumenischer Pilger-Samstag	276
8. Ältere – Schätze des Lebens neu im Blick	279
8.1 Verschüttete Erinnerungen ausgraben – Die <i>Perlen des Glaubens</i> in der Arbeit mit älteren Menschen	279
8.2 Biografiearbeit	285
9. Trauernde – zwischen Ende und Anfang ist Licht	290
9.1 Unterwegs mit einer Trauergruppe	290
9.2 Emmaus-Spaziergang mit den <i>Perlen des Glaubens</i>	297
10. Glaubenskurs Tauferinnerung – Taufe (neu) entdecken mit den <i>Perlen des Glaubens</i> . Drei Abende für Erwachsene	301
11. Interkultureller Dialog – Vier Gesprächsabende mit Glaubens-Perlen verschiedener Religionen	313

IX

Werkstatt

1. Gott	325
2. Gott und ich	328
3. Weiße Perlen	332
4. Wüste	335
5. Blau	340
6. Grün	344
7. Perlen der Liebe	348
8. Geheimnisse	354
9. Nacht und Auferstehung	357
10. Jesus auf der Spur	360

11. Perlen-Wortfelder.....	364
12. Bewegter Morgengruß.....	367

X

Tipps für die Arbeit mit den *Perlen des Glaubens*

1. 12 Tipps für die Arbeit mit den <i>Perlen des Glaubens</i>	368
2. Charme und Chance der <i>Perlen des Glaubens</i> – Die <i>Perlen des Glaubens</i> sind hilfreich, weil	369
3. Materialsammlungen – Was schaffe ich mir an?	370
4. Bestelladressen.....	372
5. Informationen zu Kurs-Angeboten mit den <i>Perlen des Glaubens</i> / Netzwerk <i>Perlen des Glaubens</i>	372

XI

Literatur

1. <i>Perlen des Glaubens</i> / Frälsarkransen.....	373
2. Weiterführende Literatur.....	374
3. Bibel und Liederbücher.....	375

XII

Fotos	376
-------------	------------

Berührt werden durch das, was ich berühren kann

1. Eine persönliche Entdeckung

Das Perlenband¹ ist Spiritualität in physischer Form.

(Martin Lönnebo, FK 2,9)

Es gibt im Wesentlichen drei Gründe, warum Menschen sich für die *Perlen des Glaubens* interessieren: Das bunte Perlenband spricht sie an und macht neugierig, vielleicht suchen sie auch nach einer einfachen Form von Spiritualität, oder sie hätten gerne ein sinniges »Medium« zur Vermittlung christlicher Inhalte.

So erging es mir, als ich die *Perlen des Glaubens* unter dem Namen *rukous-helmet* – »Gebets-Perlen« vor über 20 Jahren bei einer Freundin in Helsinki auf dem Küchenbuffet entdeckte. Da waren sie noch ganz neu, kleine bunte Perlen aus Holz und Plastik, dazu ein Draht. In dem Tütchen lag auch eine Art Gebrauchsanweisung mit Namen und Bedeutung der jeweiligen Perle und einem Hinweis, wie alle mit dem Draht zu einem Band zusammengefügt werden sollen. Die Freundin hatte sie, wiederum von einer Freundin aus Schweden, gerade geschenkt bekommen und wusste selbst nicht viel davon. Das sei dort der Renner in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen, hatte man ihr gesagt. Sie lud mich ein, mit ihr zusammen die Perlen aufzufädeln. Wir schickten unsere Männer in die Sauna und die Kinder ins Bett, setzten uns mit einem Tee an den Küchentisch und fingen an. Aus dem Abend wurde eine halbe Nacht, in der wir uns so viel über unsere Lebensthemen erzählten wie selten vorher. Das war persönlich und berührend, wir suchten nach Worten und Bildern für das, was uns auch im Glauben wichtig war. Obwohl wir beide im kirchlichen Kontext arbeiteten, hatten wir das vorher so noch nie gemacht. Am nächsten

¹ Zur Übersetzung von »Frälsarkrans« = Erlöserkranz / Rettungsring bevorzuge ich das neutrale Wort »Perlenband«. Zitate aus Frälsarkransen sind gekennzeichnet mit FK 1 (Ausgabe 1996) und FK 2 (Ausgabe 2016).

Morgen war klar: Das nehme ich mit und zeige es anderen. Ich besorgte mir die Perlen, ein kleines Buch dazu², machte zu Hause eine erste Übersetzung und fing an, das Band in mehreren Gemeindegruppen vorzustellen.

So hat es für mich angefangen. Später habe ich viele Jahre im »Ansverus-Haus«, einem Haus der Stille in Aumühle bei Hamburg, mit unterschiedlichsten Gruppen allen Alters gearbeitet. Zu dem Zeitpunkt hatten wir das Gebetsband als *Perlen des Glaubens* bereits auf dem ersten Ökumenischen Kirchentag 2003 in Berlin einer größeren Öffentlichkeit vorgestellt. Immer mehr Menschen wollten etwas über die Perlen erfahren und wissen, wie man damit beten und meditieren kann, oder auch, wie es auf einfache Weise gelingen kann, in verschiedenen Gruppen damit zu arbeiten.

Natürlich fuhr ich auch nach Schweden, um Altbischof Martin Lönnebo, den »Vater« der Perlen, persönlich kennenzulernen, zunächst mit anderen³ und später auch allein. Diese Begegnungen wurden für mich im Rückblick ein wichtiger Schlüssel zu einem vertieften Verständnis der *Perlen des Glaubens*. In Schweden sind die Perlen unter einem Doppelnamen bekannt: als *Fräslar-kransen* – »Erlöserkranz«, also Rettungsring im übertragenen Sinn, und als »Perlen des Lebens«. Schon dadurch wird deutlich, dass nicht nur Menschen aus kirchlichem Raum angesprochen werden, sondern es geht immer darüber hinaus auch zu anderen, die Perlen in ihrem »ganz normalen« Leben suchen.

2. Ein Werkbuch für mich und für die Arbeit mit anderen

Dieses Werkbuch ist aus meiner inzwischen über 20-jährigen Seminar-Erfahrung mit den *Perlen des Glaubens* erwachsen. Als ich Martin Lönnebos »Trainingsgerät für die Seele« entdeckte, ahnte ich noch nicht, dass sich daraus eine lebenslange Suchbewegung entwickeln würde. Je länger ich mit den Perlen unterwegs bin, desto mehr entdecke ich, was mit ihnen möglich ist. Dachte ich zunächst: Ach, eine Art Rosenkranz für Evangelische, weiß ich inzwischen: Was sich mit den archetypischen Namen und Farben der Perlen verbinden lässt,

2 Kaisa Raittila, Martin Lönnebon Rukoushjelmet, Helsinki 2000.

3 2002 machte sich eine kleine Gruppe aus dem »Amt für Öffentlichkeit« (AfÖ) der Ev.-Luth. Kirche in Norddeutschland, damals noch »Nordelbien«, auf den Weg nach Stockholm und Linköping, um den Verbum-Verlag und seinen Autor persönlich kennenzulernen.

geht über das christlich-Konfessionelle hinaus. Ich finde darin Impulse zu einer spirituellen Lebensreise, die den weiten Raum der Gottes-Gegenwart erfahrbar machen. Die Leichtigkeit des Spielerischen verbindet sich mit ernsthaften Fragen nach dem eigenen Sein und Suchen in der Welt. Übers Persönliche und Spirituelle hinaus sind die *Perlen des Glaubens* eine Art »Super-Tool« für die Arbeit mit Gruppen.

Dafür möchte dieses Werkbuch Impulse geben. Die Übungen und Texte entstammen bewährten Vorlagen aus der Kursarbeit mit verschiedenen Zielgruppen und knüpfen an die inzwischen vergriffenen Werkstattbücher der Lutherischen Verlagsgesellschaft an.⁴ Der Aufbau orientiert sich im Ganzen an den Schritten, die auch für meine Kurse wesentlich sind: vertraut werden mit den Inhalten der Perlen, spirituelle Übungen, biografische Vertiefung, Anwendungsfelder in kirchlichen und gesellschaftlichen Räumen.

Konkret: Kapitel I-III bieten eine persönliche Hinführung zur Entstehungsgeschichte und Inhalten der einzelnen Perlen sowie zum Thema Umgang mit Perlenbändern allgemein. In Kap. IV folgen Elemente, die für die Perlen als spirituelles »Trainingsgerät für die Seele« stehen, so wie das Lied der Gottesperle, das für mich wie ein Grundton durch alle Kurse läuft. Außerdem bewährte Morgen- und Abendgebete und Stille-Übungen. Mit diesen »Basics« ist es gut möglich, Einführungs- und Vertiefungskurse zu gestalten (Kap. V) oder neue Formen von Andachten im Kirchenraum zu entwickeln (Kap. VII). Hilfreich für biografische Vertiefung ist besonders der »Walk of Life«, aber auch kreative Medien in Kap. VI. Der zweite Teil enthält mit Kap. VIII vor allem konkrete Arbeitsvorlagen für verschiedene Zielgruppen. Der größte Teil davon bezieht sich auf die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Vieles davon ist übertragbar auf andere Kontexte. Zur Anreicherung dient Kap. IX, in dem unterschiedliche Werkstatt-Modelle in Orientierung an den Farben und Namen der *Perlen des Glaubens* vorgestellt werden. Kap. X enthält inhaltliche Tipps für die Gruppen-Arbeit mit den Perlen, außerdem Material-Hinweise.

In weiteren Anhängen folgen noch etwas Literatur und Bildmaterial.

Dankbar bin ich für die Gastbeiträge von Andreas Behr (VII 5), Dörtje Bewig (VIII 2.2) und Susanne Kaiser (VIII 5), aber auch für die vielen Impulse von Freund*innen und Weggefährte*innen, ohne die diese Arbeit nicht möglich gewesen wäre. Nennen möchte ich hier an erster Stelle Jens Ehebrecht-Zumsande, über viele Jahre mein »katholischer Perlenbruder«. Wir waren auf vielen Kirchen- und Katholikentagen miteinander unterwegs. Die meisten Werkstatt-

4 Titel Werkstattbücher.

formate sind mit ihm zusammen entwickelt. Ebenfalls danke ich Michael Stahl und Sandra Peters-Hilberling, die das Projekt maßgeblich mit entwickelt und gestaltet haben. Andere Kolleg*innen und Weggefährt*innen sind an entsprechender Stelle erwähnt. Vieles von dem, was in all den Jahren entstanden ist, hat sich aus einem kreativen Zusammenspiel wie von selbst entwickelt.

All dies kann jetzt als Schatzkiste für Eigenes dienen, natürlich mit aller Freiheit zur Umformulierung entsprechend den eigenen Bedarfen und (sprachlichen) Kontexten.

3. Martin Lönnebo »Frälsarkrans« – Ein »Trainingsgerät für die Seele«

In seinem Buch »Über die Seele« hat Martin Lönnebo die *Perlen des Glaubens* als ein »Trainingsgerät für die Seele« bezeichnet. Der Sinn des Trainings liegt nicht darin, schöner, stärker oder klüger zu werden, sondern Herzensqualitäten zu entwickeln, um Mensch zu werden im tiefen Sinne.⁵ Ein kleines, auf den ersten Blick sehr einfaches »Tool« mit großem Ansinnen. Wie sich das konkret mit den Perlen verbindet, ist zu lesen in dem schmalen Buch »Frälsarkransen« (Erlöserkranz, Rettungsring), das Martin Lönnebo 1996 veröffentlicht hat und das inzwischen in einer leicht erweiterten Auflage von 2016 vorliegt. Es enthält hilfreiche spirituelle Gedanken und Impulse, die es wert sind, endlich auch im deutschen Sprachraum bekannter zu werden. Sooft es mir sinnvoll erschien, habe ich Zitate aus »Frälsarkransen« verwendet. Im Untertitel beschreibt Lönnebo, worum es ihm mit dem Perlenband geht, nämlich um »Übungen in Mut, Lebensfreude, zur Selbstbesinnung und zu einem Leben in Gottes-Verbundenheit«. Möge auch dieses Werkbuch genau dazu helfen.

5 Martin Lönnebo, *Själen – Lilla Trainingsboken för själen* (Die Seele – Kleines Trainingsbuch für die Seele), Stockholm 1999.

II

Martin Lönnebo – von dem, der diese Perlen gefunden hat

Wir sind alle Kinder der Erde und des Sternenhimmels. Wir sind alle abhängig.

Nah oder fern, mein Leben liegt in deinen Händen, dein Leben in meinen.

Suche nicht zuerst die Religion, sondern die tiefste Beziehung.

(FK 2,14)



1. Begegnungen

Als ich Martin Lönnebo 2002 zum ersten Mal begegnete, war ich beeindruckt von seiner Ausstrahlung und Persönlichkeit. Mit einer kleinen deutschen Delegation waren wir nach Schweden gereist, um den »Vater« der *Perlen des Glaubens* näher kennenzulernen. In Schweden wird »Bischof Martin« geliebt und verehrt, nicht nur wegen der Perlen, sondern aufgrund der persönlichen Wirkung, die er auf viele Menschen hatte. Er hat nicht nur viele bei ihrer spirituellen Suche inspiriert, sondern durch seine zahlreichen Veröffentlichungen, die übrigens erst in seinem Ruhestand erschienen sind, die kirchliche Landschaft

maßgeblich geprägt. Überall in Schweden und Skandinavien sind Menschen unterwegs mit seinem Pilgerführer, und in vielen Kirchen sind Perlen-Stationen eingerichtet, die den Besuchenden helfen sollen, den Sinn von Raum und Stille, Taufstein und Altar und weiteren Gegenständen, die auf kirchliche Rituale hinweisen, besser zu verstehen. Im Dom von Linköping, Lönnebos langjähriger Wirkungsstätte, sind in den Fußboden sogar große Perlen eingelassen, die den Besuchenden auf ihrem Gang durch die Kirche spirituelle Impulse geben.

Im Gespräch über das Perlenband sind mir zwei Momente in besonderer Erinnerung. Bei unserem Besuch lernten wir auch einen Theologie-Professor der Universität Uppsala kennen. Es war deutlich zu spüren, welche Fragen und auch Vorbehalte diesen »gut lutherischen« Theologen gegenüber diesem merkwürdigen Perlenband bewegten. Ist das alles nicht »zu katholisch«? Zu »spielerisch«? Und überhaupt, wo sei denn in dem Band eine Perle für die Themen »Schuld« und »Sünde« zu finden? Martin Lönnebo lächelte und meinte dann, die Kirche sei lang genug von diesen Begriffen geprägt gewesen. »Ist es nicht viel wichtiger, dass jeder Mensch erst einmal versteht: Du bist ein geliebtes Gotteskind, einzigartig und schön wie eine Perle?« Nicht nur der Professor wurde nachdenklich.

Der zweite Moment war, als ich Martin Lönnebo fragte, wie ich mit den Perlen in meinen Kreisen umgehen sollte? So sehr ich seinen »Frälsarkrans« schätzte, würde ich doch einiges anders, eben mit eigenen Worten und Bildern beschreiben wollen. Da schaute er mich freundlich an und sagte: »Ich kann dir zeigen, wie ich selbst mit den Perlen umgehe, aber dann geh los und finde deinen eigenen Weg damit.« Dieser Satz geht mir bis heute nach. Ich finde darin nicht nur eine große evangelische Weite, sondern auch die Ermutigung, frei und auf kreative Weise mit den *Perlen des Glaubens* umzugehen und eigene Wege und Methoden zu entwickeln.

2. Wie das Perlenband entstanden ist

Die Geschichte ist lang, aber die Erzählung ist kurz. Es war auf dem Mittelmeer in einem Fischerboot, das zum Passagierschiff umgebaut wurde. Ein Frühherbststurm spielte mit uns, ich dachte an die Schiffsreise, die Paulus unternommen hatte. Wir kamen jedoch ohne Drama an Land. Es war auf einer Insel mit sieben- und vierzig Seelen, einschließlich des Dorfpriesters. Da saß ich frierend in einem gemieteten Zimmer mit einem Notizbuch in der Hand. Ich habe Rosenkränze

gezeichnet, vielleicht inspiriert durch den schwarzen Wollrosenkranz des Priesters. Ich suchte Hilfe beim Gebet und der Meditation und der wortlosen Stille.

Vielleicht sprach das Wortlose am deutlichsten. Hilfe zur Stille erhältst du, indem du tief durchatmest und auf deinen eigenen Atem hörst. Das gelang mir ein wenig, aber zur Meditation gehört auch das innere Bild und zum Gebet die Worte. Dann wurde es, wie immer, schwieriger für mich. Ich schaffte es nicht, wie der russische Pilger, auf meinen Herzschlag zu hören. Das unaufhörliche Gebet war weit weg, aber die Sehnsucht war nah.

Deshalb saß ich da und zeichnete Rosenkränze. Es gab viele Seiten, die mit Kritzeleien gefüllt waren, während durch alle Ritzen die heulende Musik des Windes wehte. Ich dachte: Was ist für einen Menschen am wichtigsten, wenn er zu seinem Schöpfer kommt? Was ist echtes menschliches Leben? Was ist für eine Christin am wichtigsten, wenn sie sich ihrem Erlöser nähert? Wie sieht ein authentisches christliches Leben in unserem globalen und ehrlich suchenden Zeitalter aus? Ich dachte an ein Gebetsband, das mir beim Erinnern helfen würde.

Zuerst wuchs der Rosenkranz, es wurden immer mehr und mehr Perlen. Es kam mir so vor, als ob er einer Schlinge ähnelte, an der alle Forderungen festgebunden waren. Dann fing ich an, Perlen wieder wegzunehmen, eine nach der anderen. Am Ende blieb nur eine übrig. Und nun war es kein Rosenkranz mehr, aber das Wichtigste war noch da.

Übrig blieb, wie ich es mir vorgestellt hatte, eine große goldene Perle als Zeichen der höchsten Existenz und ihrer Bedeutung: Gott. Der entscheidende Faktor war, wie ich erkannte, die feste Überzeugung, dass Gott existiert und dass »wir in ihm leben, uns bewegen und unser Sein haben«, Apg 17,28. (FK 2,33f)¹

Was ist der Ursprung der *Perlen des Glaubens*? Bei dieser Frage geht es nicht nur um die legendenhafte Erzählung, sondern die dahinterliegende Idee. Viele Menschen denken, es gäbe dieses Gebetsband »schon immer«, dabei ist seine Geschichte nicht länger als ein paar Jahrzehnte alt. Was das Perlenband scheinbar so zeitlos macht, ist seine Verknüpfung mit den philosophischen Fragen menschlicher Existenz: *Was ist Wahrheit? Was ist schön? Was ist gut? Was ist das Richtige? Was ist heilig? Die Antworten auf diese Fragen enthalten unser spirituelles Erbe.* (FK 2,38)

¹ In einem Interview erzählt Martin Lönnebo eine leichte Variante seiner Entdeckung. Inspiriert hätten ihn auch die Seeleute mit ihren Perlenbändern, wobei es sich um die landesüblichen »Komboloi« handelt, weniger ein Gebetsband als eine Art Freundschaftsband, wie es allerorten im Mittelmeerraum zu sehen ist. »Die Geschichte der *Perlen des Glaubens*«, in: *Mit den Perlen des Glaubens leben* (2020), S. 78-81.

3. Lebensbaum und Himmelsstadt



Der zweite Besuch fand 2007 statt. Ich hatte im Ansverus-Haus bereits mehrere Jahre Kurse mit dem Perlenband gegeben und wollte einige Einzelfragen mit Bischof Lönnebo klären. Zusammen mit Birgit Grefbäk, eine seiner ersten Wegbegleiterinnen bei Perlen-Kursen, durfte ich ihn in seinem kleinen Reihenhauses in Linköping besuchen. Ein Engel am Tor, im kleinen Garten Glaskugeln mit Elementen des Universums, im Wohnzimmer ein riesiges Christusgesicht (1,32 x 1,90 m) des finnischen Ikonenschreibers Robert de Caluwé – alles sprechende Zeugnisse von Bischof Martins spiritueller Kreativität und kontemplativer Lebensweise. Am meisten beeindruckte mich das große blaue Symbolbild der »Himmelsstadt«, angefertigt von Martin Lönnebo und seinem Bruder Axel.² In diesem Bild fand ich einen Schlüssel zum tieferen Verständnis der *Perlen des Glaubens*.

In seinem Buch »Der Mensch als Ikone« beschreibt Lönnebo einen Besuch in seinem nordschwedischen Heimatdorf am Storkågeträsk, einem See, dessen Schönheit ihn stark inspirierte. »Als ich den leuchtenden See betrachtete, dachte ich an das kristallklare Meer in der himmlischen Stadt, das im Buch der Offenbarung beschrieben wird.«³ Dort wird im 21. Kapitel die himmlische Stadt Jerusalem wie ein leuchtender Würfel aus Edelsteinen beschrieben. Und die zwölf Tore waren zwölf Perlen, ein jedes Tor war aus einer einzigen Perle, und die Straße der Stadt war aus reinem Gold wie durchscheinendes Glas. (*Offb 21,21*) Dieses biblische Bild versucht Lönnebo umzusetzen. Er schreibt

2 Fotos finden sich in der Biografie Martin Lönnebos von Thomas Lerner, *Universums ödmjuka Tränare* (Demütiger Diener des Universums). En biografi om Martin Lönnebo, Stockholm 2007.

3 Martin Lönnebo, *Människan som Ikon*, Ljubljana 2006, S. 72.

dazu: »Axel und ich gingen hinunter zu den Ställen. Wir fanden alte Jutesäcke vom Gerstenfeld und wurmlastiges Holz, das wir für jeden Rahmen und jede Leinwand verwendeten. Dann ging es nur noch darum, die himmlische Stadt zu bemalen und die kostbaren Dinge unseres Lebens, alles Kostbare und Herrliche, was die Menschen besitzen, durch die Perlentore zu bringen. Für mich war es wie ein Gebet und eine Erinnerung. Viele Heilige kamen mit, aber vor allem sind hier meine Familie und die Menschen, die mir am nächsten stehen, zu finden. Ich wollte sie beschützen. Das Gemälde, die Himmlische Stadt, ist wirklich ein Gebet.«⁴

Und es ist zugleich ein Hinweis auf die Idee, die auch durch das Perlenband leitet: der Lebensweg des Menschen in wesentlichen Stationen, orientiert an der Vita Jesu, alles gefasst in 12 Perlen, deren größte die Gottesperle ist. Auf dem Bild der Himmelsstadt steht diese Perle in der Mitte, in ihr das Kreuz und die Taube als Geistsymbol, alles umlodert von den Flammen des Dornbuschs (Ex 3). Diese alles dominierende Perle ist zugleich auch Zentrum des großen Lebensbaums, der sich vor dem großen Blau abhebt und von dem aus Zweige zu den anderen elf Medaillons führen. In ihnen finden sich, wie in durchscheinenden Perlen, die für Martin Lönnebo wichtigsten Bezugspersonen seiner Familie, oft in Verbindung mit einem biblischen Zitat. Interessanterweise gibt es unter den Familienangehörigen auch heilige Wahlverwandte wie Franz von Assisi oder die biblische Maria Magdalena.

Als ich damals vor dem großen Bild stand, fragte ich mich sofort: Wer sind denn meine wichtigsten Menschen? Wer hat mich geprägt? Wie bin ich überhaupt zu der geworden, die ich bin? Was steht für mich in der Mitte? Martin Lönnebo hat den leidenden Christus in Gethsemane mit einem Bild seines beeinträchtigten Sohnes Jonas zusammengelesen. Was schmerzt in meinem Leben? Und was leuchtet? Alles Fragen, die für einen spirituellen, womöglich auch therapeutischen Suchprozess stehen. Ich verstand in dem Moment: Die *Perlen des Glaubens* sind nicht nur ein frommes Gebetsband, eine Art kleiner Katechismus zum Anfassen oder ein »Vergissmeinnicht des christlichen Glaubens« (Dörtie Bewig), sie bieten vielmehr eine Möglichkeit, mein Leben und das Leben Gottes zusammenzudenken. Keine abgehobene Spiritualität mit oft nicht mehr verständlicher kirchlicher Begrifflichkeit, sondern konkrete Lebensfragen, die in den Namen, den Farben und der Anordnung des Perlenbands begreifbar werden. Es geht weniger um Wissen und »Wahrheit« als vielmehr um das Er tasten dessen, was Sinn und Trost schenkt.

4 Ebd.

Darum ist es auch möglich, mit demselben Perlenband Kindern erste Schätze des christlichen Glaubens zu vermitteln und Menschen in Krisensituationen oder auf einem Exerzitienweg zu begleiten. Die *Perlen des Glaubens* sind also nicht mehr und auch nicht weniger als ein kleines Hilfsmittel für alle Lebenslagen. Martin Lönnebo dazu: *Dies ist die Geschichte eines Rettungsringes (schwed. frälsarkrans). Seine einzige Aufgabe besteht darin, zur Hand zu sein, wenn er gebraucht wird.* (FK 1,7)

Das Perlenband und seine Symbolik

Der Kranz des Erlösers trägt Perlen als Zeichen für die Schritte zum Ziel, es geht um einen Geisteszustand, der Mut und Lebenslust steigert und die Kraft dazu gibt, in Liebe und Verantwortung zu leben. Es sind Schritte näher zu Gott, die gleichzeitig ebenso viele Schritte zu meinem Innersten sind, denn Gott im eigentlichen Sinne kann man sich nicht nähern, weil er immer schon nahe ist.

(FK 2,37)

1. Die Symbolik der Perle

Die Entstehung einer Perle in der Muschel ist ein kleines Naturwunder. Ihre leuchtend-helle Schönheit, die perfekte Form und ihr perlmutternes Schimmern in allen Farben lassen staunen. Aber auch der schmerzhafteste Entstehungsprozess selbst, verursacht durch ein Sandkorn oder einen anderen Eindringling ins weiche Innere, sowie die harte äußere Schale lassen uns Ähnlichkeiten zum Menschsein assoziieren: zur Schönheit des einzelnen Ich, zu Verletzung und Heilung, und im Blick auf die Notwendigkeit von Schutz und Abgrenzung nach außen. Aber auch die Mühsal der Gewinnung von Perlen aus den Tiefen der Ozeane, ihre Seltenheit und die damit oft verbundene Vergeblichkeit des Suchens danach steigern die Symbolkraft.

Viel älter als die naturwissenschaftlichen Erkenntnisse aus dem 18. Jh. sind die mythischen Deutungsmuster, die der Perlensymbolik zugrunde liegen, nach denen die Perle schon in der Antike ein Bild für die Einung von Licht und Wasser, Himmel und Erde ist, wobei ich mich hier nur auf den orientalischen Raum beschränke. Plinius d. Ä. († 79 n. Chr.) beschreibt die Perle als kosmisches Wunder; sie empfängt den Glanz der Gestirne, wenn sie aus der Tiefe des Meeres an die Oberfläche kommt und ihre Schalen öffnet: »Wie das Kind im Mutterleibe, wächst und reift sie verborgen auf dem Meeresgrund im Schoß der Perlmuschel ...«¹ Im »Physiologus«, einer christlich-symbolischen Naturkunde aus dem Jahr 125, die sich an diese Deutung anlehnt, heißt es poetisch:

1 M. Niggemeyer und H-W. Stork, Perlen schimmern auf den Toren, S. 24.

Wie entsteht eine Perle? Hör zu! Es gibt eine Muschel im Meere, die heißt Purpurmuschel. Sie steigt vom Meeresgrunde auf in den frühesten Morgenstunden. Und es öffnet die Muschel ihren Mund und trinkt hinab den himmlischen Tau und den Strahl der Sonne und des Mondes und der Sterne und bringt so die Perle zustande aus den Lichtern von oben. Die Muschel, die eine Perle erzeugt, hat zwei Schalen, darin findet man die Perle. Eine weitere Deutung der Perle ist ihre Entstehung durch den Empfang des Blitzes in das Innere der Muschel hinein.²

Bereits in vorchristlicher Zeit galt die Perle als der kostbarste aller Edelsteine. Eine besonders qualitätsvolle Einzelperle wurde »Unio« genannt; eine solche Perle war Metapher für den höchstdenkbaren Wert auf der Welt. Die frühchristlichen Kirchenväter entwickelten eine regelrechte Theologie der Perle, deren Zentrum die Menschwerdung Gottes und die Perle ein Christussymbol waren. Die Schalen der Muschel wurden dementsprechend als die beiden Seiten des Alten und des Neuen Testaments gedeutet, die als die »wahre Perle« das Evangelium enthalten. Die »Perlentaucher«, die mithilfe eines Achates den richtigen Ort der Perlen im Meer zu finden versuchen, stehen symbolisch für den spirituell suchenden Menschen oder für die christliche Existenz an sich, in deren Innersten Christus selbst wie eine Perle Gestalt gewinnt.³ Wie im jesuanischen Gleichnis in Mt 13,45f. beschreibt Aurelius Augustinus (354–430) das Finden der menschlichen Identität durch den Glauben:

Wenn wir all unsere Habe verkauft haben, gewinnen wir dafür keinen höheren Preis als uns selbst – denn in diese verstrickt, waren wir nicht bei uns – so dass wir wiederum uns selbst für diese Perle hinschenken können; nicht weil wir soviel wert wären, sondern weil wir mehr nicht geben können.⁴

Auch das Schicksal des Menschen auf der Suche nach der eigenen Bestimmung, sein Abstieg in Dunkel und gefährvolle Welten, seine »Heldenreise« mit dem Ziel der Gewinnung des höchsten Gutes lassen sich mit dem Symbol der Perle auf einzigartige Weise verbinden.

2 Ebd., S. 10f.

3 Ebd., S. 8–15 u. 24f.

4 Augustinus v. Hippo, Quaestionones in Matthaeum, Cl. 0276, quaestio: 12, linea 36(*), bei M. Niggemeyer, ebd., S. 49.

2. Der Blick auf das Ganze (→ Abb. 9, S. 381)

In ihrer runden Form stehen die *Perlen des Glaubens* für das Ganze an sich; der Kreis ist Sinnbild für Ursprung und Ziel des Lebens und zugleich Symbol für Gott selbst, das höchste Gut. Das Ertasten der aneinandergereihten einzelnen Perlen, im Gebet oft mit dem Atemrhythmus verbunden, erinnert an Schritte auf einem Weg, im biografischen wie im mystischen Sinne. Ich gehe im Beten meinen Weg mit Gott.

In den 18 Perlen mit ihren unterschiedlichen Formen, Farben und Namen hat Martin Lönnebo versucht, das Wesentliche dessen zu fassen, was menschliches Leben und Glauben ausmacht. Dabei spielt auch die jüdisch-christliche Zahlenmystik eine Rolle: So steht die Zahl 18 für das »Leben« an sich. »Chaj« bedeutet auf Hebräisch »lebendig«, »lebend« und setzt sich aus den Buchstaben Chet (8) und Jod (10) zusammen. Im Perlenband sind zwölf Themenperlen und sechs Perlen der Stille meist abwechselnd und in konkreter Reihung miteinander verbunden. Die Zahl Zwölf steht nicht nur für Zeitrechnung und Monatszyklus, sondern erinnert auch symbolisch an die 12 Apostel, die 12 Stämme Israels oder an das Bild der Gottesstadt aus dem Buch der Offenbarung als letzte Schrift der Bibel. So schreibt Martin Lönnebo: »Natürlich dachte ich auch an die 12 Perlentore ins himmlische Jerusalem. Gottes Zahl ist 3, die des Menschen 4, daher kommt der Zahl 12 = 3 x 4 besondere Bedeutung zu. Der Gedanke, durch die Perlen die Tore des Himmels zu berühren, hat mich all die Jahre begeistert. Der Himmel rückt näher« (FK 2, 48). Die Zahl Sechs zeigt sich in der geometrischen Figur des Sechssterns (Davidstern) und steht für Harmonie, kann aber auch mit dem klösterlichen Stundengebet assoziiert werden.⁵

Der rote Faden

Zum Verständnis des Ganzen ist es hilfreich, sich den »roten Faden« und damit die spezifische Reihenfolge der Perlen bewusst zu machen. Sie folgt dem Lebenslauf Jesu und entspricht zugleich den biografischen Stationen jedes Menschenlebens. Dieser Weg beginnt bei Gott. Die kleine Ich-Perle steht für die Menschwerdung. Jesus wurde geboren als Mensch (Ich-Perle). Nach seiner

⁵ In vereinfachter Form gehören dazu fünf bis sechs Tagzeiten: Prim (Morgengebet in der Frühe, meist 6.00 Uhr oder beim Sonnenaufgang), Terz (9.00 Uhr), Sext (12.00 Uhr), Non (15.00 Uhr), Vesper (18.00 Uhr) und Komplet (21.00 Uhr), während die klassische Form der 7 Horen (= Stunden) zusätzlich noch eine nächtliche Psalmenlesung enthält, in Anlehnung an den Psalmvers: »Siebenmal am Tag singe ich dein Lob« (Ps 119,62).

Taufe im Jordan trieb ihn der Geist in die Wüste, wo er mit dem Bösen / seinem Schatten kämpfte und zu seiner Berufung fand. Erst danach ging er zu den Menschen, um ihnen vom Reich Gottes zu erzählen, sie zu lehren und zu heilen (blaue Perle der Gelassenheit). Er teilte sein Leben mit anderen (Perle der Liebe), war den Seinen bis zum Ende ein Geheimnis (Wer ist Jesus für dich: eine historische Figur, ein bedeutender Lehrer der Heiligen Schriften oder ein Gegenüber, mit dem du dich verbunden weißt? So könnte das so genannte »Messiasgeheimnis« in heutiger Sprache gefasst werden). Schließlich wurde Jesus gekreuzigt (Perle der Nacht) und am dritten Tag von den Toten auferweckt (Perle der Auferstehung). Er ging zurück zu Gott und hat an Pfingsten seine Heilige Geistkraft an die Seinen, auch an uns, weitergegeben. Jetzt gehen wir selbst in seinen Spuren.

Aber auch ohne diese Deutung Jesu macht die Reihenfolge einen Sinn, indem sie Stationen der menschlichen Biografie (Geburt – Pubertät – Reife – Krise – ...) oder auch nur eines einzelnen Tages oder des (Kirchen-) Jahres beschreibt. So hält das Band Himmel und Erde zusammen, indem in den Perlen deutlich wird, dass mein persönliches, ganz individuelles Leben und das Leben Jesu ziemlich ähnlich sind. Spiritualität ist nichts Abgehobenes, sondern verschränkt sich mit den alltäglichen Erfahrungen wie zwei Hände, die sich gegenseitig halten.

Linksherum oder rechtsherum?

Eine Frage, die immer wieder gestellt wird: »Wie wird das Band ›gelesen‹, links-herum oder rechtsherum, entsprechend dem Uhrzeigersinn?« – Auch wenn Letzteres naheliegend ist,⁶ so hat Martin Lönnebo sich doch für die andere Variante entschieden. Dies offensichtlich aus folgenden Gründen:

1. Die Drehung in der Liturgie ist immer in Herzrichtung, also linksherum. Das entspricht auch der Erdrotation.
2. Die meisten Menschen sind Rechtshänder, so wie Lönnebo selbst. Wenn das Perlenband durch die rechte Hand läuft, ergibt sich eine linksläufige Ansicht.

Anderes ergibt sich im Rahmen von Biografiearbeit, → S. 81.

6 Auch das Logo der ersten Veröffentlichungen zu den *Perlen des Glaubens* der Lutherischen Verlagsgesellschaft lief immer rechts herum.

3. Die einzelnen Perlen



Gottesperle

Wenn Gott existiert, ist nichts mehr gleichgültig, hoffnungslos oder bedeutungslos. (FK 2,38). Sei guten Mutes. Der Weg zu Gott ist der kürzeste im Universum. Wenn du ihn beginnst, bist du schon im kosmischen Tempel seiner Gegenwart. »Denn in ihm leben und bewegen und sind wir« Apg 17,28. (FK 2,61)

Die goldene Perle ist die größte von allen und sie leuchtet wie die Sonne. Wenn echtes Gold ins Sonnenlicht gehalten wird, ist sein Glanz so stark, dass das menschliche Auge die Helligkeit nicht ertragen kann. So ist Gott, leuchtend und unfassbar, und wie das Licht der Sonne bringt Gott alles ins Leben. Das lateinische Wort für Gold – »aurum« – enthält auch das deutsche Wort »Aura« oder »Aureole«. Auf alten Bildern werden Jesus und die Heiligen immer mit einer Aureole, einem Heiligenschein gemalt. Das bedeutet: Die Nähe zu Gott macht Menschen glücklich, so dass sie leuchten. Das ist wie Verliebtsein. Auch der goldene Hintergrund der Ikonen oder von Altarretabeln sagt uns: Gottes Licht leuchtet immer, trotz und in allem Dunkel, das auf Erden geschieht.

Die Gottesperle ist aus Metall, meist aus Messing, dadurch erwärmt sie sich im Hautkontakt am meisten. Außerdem verbirgt sich in ihr der Knoten – ein Zeichen dafür, dass Gott Anfang und Ende ist; von dort kommen wir und dorthin gehen wir zurück, hier liegt unser Ursprung. Weil diese Perle die größte von allen ist, kann sie immer sofort von deinen Fingern ertastet werden, auch mit geschlossenen Augen. Du kannst dir bewusst machen: So wie du die Gottesperle hältst, so hält Gott auch dich. Die goldene Perle markiert den Anfang deines Weges mit dem Perlenband. Martin Lönnebo sagt:

Im Erlöserkranz steht die erste goldene Perle für das Unbeschreibliche, das Unerhörte, das Allumfassende, nämlich das, was wir Gott nennen. Aber ist das nicht das Kindischste, was man sich vorstellen kann? Sieht das, was wir Gott nennen, denn aus wie eine Perle, vielleicht aus Glas, mit einem Durchmesser von etwa einem Zentimeter? Niemand kann das glauben! Aber wenn es mir gelungen wäre,

einen leuchtenden Stern aus dem Rosenkranz des Himmels zu pflücken, hätte das den Erlöserkranz Gott auch nicht ähnlicher gemacht. Gott ähnelt nur sich selbst und nichts anderem. Daher kann es sinnvoll sein, ein Zeichen für Gott zu wählen, das so auffallend anders ist, dass selbst ein Kind es versteht, das damit spielt. (FK 2,25)



Perlen der Stille

Wir leben im Zeitalter des Lärms. »Schnell« ist das Wort des Tages. Wir gehen immer mehr online, aber nicht mit unserer Seele. Gottes stille Stimme geht im Lärm unter. Spirituelles Wachstum braucht Zeit, die Seele ist wie ein Baum. Es dauert Jahre, bis man tiefe Wurzeln schlägt. Im Schweigen und Zuhören kann das Flüstern gehört werden. Lerne, die sechs Perlen der Stille zu lieben. (FK 2,12)

Auf beiden Seiten der Gottesperle und an vier anderen Stellen im Band finden sich die insgesamt sechs Perlen der Stille. Sie sind schmal, sie unterbrechen den Lauf der anderen oder umgekehrt: Sie verbinden still die großen Themen miteinander und bilden dabei etwas Eigenes. In ihrer Gleichförmigkeit den Gebetsbändern anderer Glaubensgemeinschaften ähnlich, verweisen sie auf die einfache Praxis des Herzensgebets, das in der Wiederholung immer desselben Gebetswortes, eines Satzes oder – in östlichen Formen – eines Mantras besteht.

Den meisten Menschen fällt es schwer, ruhig zu werden oder sogar für eine längere Zeit in der Stille zu sein. Gleichzeitig weiß jede*r, wie wichtig eine regelmäßige Unterbrechung im Alltag ist, um wieder »zur Besinnung« zu kommen. Eine solcherart heilsame Unterbrechung können eine Tasse Kaffee beim Blick aus dem Fenster sein, ein kleiner Spaziergang oder nur ein bewusstes Aufatmen und Innehalten mitten im Trubel. Es könnte auch ein Gebet sein, verbunden mit einem Ermutigungswort oder mit einem Dank.

Ich kenne eine schwedische Ordensschwester, die trägt in ihrer Jackentasche immer eine Handvoll Bohnen. Sie erzählte, dass immer, wenn sie am Tag etwas Besonderes erlebt, sie eine dieser Bohnen nimmt, Gott dankt und sie in die Tasche auf der anderen Seite steckt. Am Abend staunt sie dann über die vielen Bohnen, die auf die andere Seite gewandert sind. Nun heißt »böna« auf

Schwedisch sowohl Bohne als auch Beten. Ein solches Gebet der Dankbarkeit ist auch mit den Perlen der Stille möglich.

Du ergreifst die erste längliche Perle und wirst still. Du musst nicht nachdenken. Du brauchst dir keine Sorgen zu machen. Du hast jetzt Zeit, um nachzudenken, dich zu freuen, zu spüren, zu wem du gehörst, und in aller Ruhe die richtigen Entscheidungen zu treffen. Es ist dein Innerstes, das die Perle greift. (FK 2,46)



Ich-Perle

Deshalb wollte ich, dass die kleinste, aber schönste Perle des Kranzes zusammen mit der goldenen Perle ein geistiges Bild für den Betenden ist. Und so war es. Der Reflexion wegen musste es perlmuttartig sein. Ich stellte mir eine silbermatte Tiefseeperle vor, die das Geheimnis der Tiefe ans Licht trägt. Du sollst dich selbst, das Licht und das Firmament in der Perle sehen können. Es heißt: Du, Mensch, bist ein grenzüberschreitendes Wesen. Du bist der Spiegel des Unendlichen. Du bist also unendlich wertvoll. Hör auf, dich selbst zu verachten. Betrachte dich selbst mit Liebe. Du bist ein Juwel unter anderen Juwelen, behandle jeden mit Respekt, auch dich selbst. Du hast das Recht, in Lebensfreude und Mut, in Liebe und Verantwortung zu leben. (FK 2,35)

Wer bin ich? Wie bin ich geworden? Was ist der Sinn meines Lebens? In der kleinen Ich-Perle sind all diese Fragen geheimnisvoll geborgen. Wenn die christliche Lehre von »Inkarnation« oder »Menschwerdung« spricht, geht es dabei nicht nur um den Gedanken, dass Gott im Kind in der Krippe Mensch wird, sondern darum, dass dieses Geschehen in jedem Menschen möglich ist. Wie in den Tiefen des Meeres ist das verborgene Wissen um unsere Gotteskindschaft in uns gespeichert. Das Bild der Perle bringt es ins Bewusstsein. Das Bild des »Perlentauchers« beschreibt eine religiöse Suchbewegung nach dem Grund der eigenen Identität. In der Perle wird sie fündig, denn sie steht für Einzigartigkeit, Kostbarkeit, schillernde Vielfalt, Lichtspiegelung. Die kleinste Perle erhält ihr Licht von der größten und ist mit ihr nur durch eine Stille-Perle verbunden: Du bist nur einen Moment der Stille von Gott getrennt – du darfst leuchten

in all deiner Schönheit – du bist unendlich wertvoll und geliebt – diese Sätze umschreiben das Geheimnis der Ich-Perle, das sich in der Folge der weiteren Themenperlen entfaltet.

In unserer kritischen und deprimierten Zeit ist die erste kleine Perle besonders wichtig. Wie leicht ist es, sich selbst abzulehnen! Wie wichtig ist es, sich selbst neu zu entdecken! Singe dem Kind, das nach Zärtlichkeit dürstet, Liebeslieder! (FK 2,55)



Tauf-Perle

Die erste weiße Perle ist die Tauf-Perle: sich überlassen, griech. »Metanoia« – Umkehr oder Buße, wie es in der biblischen Sprache heißt. Es geht um Transformation und Neugeburt, oder – ganz einfach gesprochen – darum, wieder ein Kind zu werden. Umkehr bedeutet, das Erwachsenensein mit all den bitteren Erinnerungen und verkrampten Muskeln zu lassen und in völligem Vertrauen neu zu beginnen. Bekehrung bedeutet, sich Gottes Gnade hinzugeben, ohne Einschränkungen. Die Taufe ist das Zeichen dafür. Taufe ist das Sakrament der Neugeburt, Reinigung und Hingabe. (FK 2,39)

Direkt neben der perlmuttfarbenen kleinen Ich-Perle findet sich die weiße Tauf-Perle. Weiß wie das Licht, in dem alle Farben gebündelt sind, weiß wie Schnee, wie ein unbeschriebenes Blatt – ein Raum, in dem noch alles möglich ist. Weiß ist die Christusfarbe, mit der an Weihnachten und Ostern unsere Kirchen geschmückt und Altar und Kanzel und Gewänder »eingekleidet« werden. So wie die ersten Christ*innen, die sich nach ihrer Taufe in der Osternacht am »weißen Sonntag« der Gemeinde in weißen Kleidern zeigten. Weiß als Farbe des Neuanfangs, bei Taufe und Hochzeit, bei Kommunion oder Konfirmation, und überhaupt bei hohen Festtagen, bei denen wir unsere Tische mit weißen Tüchern eindecken. Früher lag das weiße Totenkleid schon bei der Aussteuer; in einigen Kulturen ist Weiß die Farbe der Trauer. Weiß steht – aufs Ganze gesehen – für die »Rites de passages« der menschlichen Biografie: Jede grund-

legende Veränderung will für sich wahrgenommen werden in der Vita und braucht Licht und Segen.

Berührend ist die symbolhafte Verbundenheit der Tauf-Perle mit der kleinen Ich-Perle. Die eine könnte Platz in der anderen finden, so nahe sind sie einander. Taufe steht für das große JA Gottes über meinem Leben, das alles umschließt, Licht und Dunkel und den ganzen Lebensweg. Das »Ja« der menschlichen Antwort in Form des Taufaktes bekräftigt nur etwas, das ohnehin schon gilt, nämlich das Vertrauen auf Gottes liebevolle Zuwendung zu jedem Menschen, auch unabhängig von Religion und Kultur, Herkunft und Geschlecht. Was Jesus bei der eigenen Taufe zugesprochen wurde, gilt auch uns: »Du bist mein geliebter Sohn, du bist meine geliebte Tochter, an dir habe ich Wohlgefallen« (nach Mt 3,17). Die erste weiße Perle kann darum auch unabhängig vom Thema Taufe gelesen werden. Sie entgrenzt und inspiriert zu Fragen wie: Was ist in mir angelegt? Habe ich so etwas wie eine Berufung? Oder einfach nur: Was gibt es an Lichtem und Ermutigendem in meinem Leben?

Das ist die Perle der Taufe, denn in der Taufe habe ich alles der schöpferischen Barmherzigkeit Gottes überlassen, es ist eine Neugeburt im Heiligen Geist. Möge auch mir geschehen, wie du gesagt hast. (FK 2,65)



Wüsten-Perle

Die sandbraune Wüsten-Perle: Training, Askese, Übung, Prüfung, Versuchung. Dies ist die Perle der notwendigen Vernunft. Dadurch führt der Weg in eine gute Zukunft für die Menschheit. (FK 2,39)

In der Wüste kann der Mensch verloren gehen, in der Wüste kann er sich finden wie nirgends sonst. Geografisch steht »Wüste« für lebensfeindliche Orte: karge Landschaften aus Sand und Steinen unter sengender Hitze, ohne Wasser und Grün; auch eine Großstadt kann wie eine »Wüstenei« sein, oder ein Lager mit Geflüchteten. Im übertragenen Sinne bedeutet »durch die Wüste gehen« eine Zeit übergroßer Anstrengungen für Leib, Seele und Geist, bis hin zur völligen Erschöpfung. Jede*r kennt das, eine Erfahrung, die in fast jeder Lebensphase

geschieht und die sich wiederholt. Manchmal hat sie klärende Kraft. Unendlich viele Anlässe können in die Wüste führen, gewollt oder ungewollt: eine Zeit des Umbruchs, ein schmerzhafter Verlust, eine Herausforderung, die bis an die eigenen Grenzen führt. Aber wer einmal durch die Wüste gegangen ist, spürt auch Wesentliches über die eigenen Kräfte und erkennt, was wirklich trägt. Jesus ist nach seiner Taufe für 40 Tage und Nächte in die Wüste gegangen und hat dort mit seinem Schatten gekämpft. Erst danach konnte er lehren und heilen. 40 Jahre lang soll das Volk Israel durch die Wüste gezogen sein, nur eine Wolkensäule am Tag und die Feuersäule bei Nacht zur Orientierung. Am Ende dieser Zeit der Übergang ins gelobte Land und zehn Gebote, die gesellschaftliches Leben vor dem Hintergrund der Beziehung zu Gott ermöglichen. Und die Zahl 40 steht symbolisch für eine Generation. In dieser Zeit wird ein Mensch erwachsen, bekommt selbst Kinder, die sich dann wiederum selbst versorgen können. Manche Menschen gehen ein Leben lang durch die Wüste.

Unzählige Geschichten der Bibel spielen in der Wüste. Sie ist nicht nur Ort der Leere, sondern auch der Gottesbegegnung. Moses brennender Dornbusch, Jakobs Himmelsleiter, die verborgene Quelle, die Hagar und ihren Sohn Ismael vor dem sicheren Tod rettet. In der Wüste gibt Gott sich zu erkennen als Einer, der DA ist und der vom Himmel auf die Erde steigt. »Du bist ein Gott, der mich sieht« (Gen 16,13) – das ist der erste Name Gottes, und Hagar, eine marginalisierte Sklavin spricht ihn aus und beschreibt damit die Grunderfahrung eines Menschen, der sich von Gott gefunden weiß. In vielen Klöstern gibt es regelmäßig einen »Wüstentag« – Zeit mit Gott und Zeit für mich. So könnte auch eine längere geistliche Einkehrzeit, ein Retreat oder Exerzitien beschrieben werden, nämlich als Zeit der Reinigung und Klärung, die es manchmal braucht, damit das Chaos sich beruhigt, damit aus der Stille und der Leere wieder etwas Neues entstehen kann. Dass die Wüsten unserer Erde früher, vor Jahrmillionen, Teil der Meere waren, dass es nur ein Sandkorn braucht, um im besten Fall eine Perle entstehen zu lassen, spricht für sich.

Hier übernehme ich Verantwortung für mein Erwachsensein. Ich selbst bin der Hüter meines Lebens und der Gefangenschaft meines isolierten Selbst schuldig. In der ersten Klasse der Lebensschule lernen wir, »Ich« zu sagen, in der zweiten, »Ich und Du« und in der dritten »Du« zu sagen. Dies geht nicht ohne großen Aufwand und Kampf. In der sandbraunen Perle ist es, als würde alles von mir abhängen. Aber so ist das mit allem Training. Die Anstrengung ist ein notwendiger Teil jedes echten Kampfes. (FK 2,39)



Perle der Gelassenheit

*Die himmelblaue Perle der Sorglosigkeit: Die heilige Sorglosigkeit, *hagia apateia*, die in der Antike und in der alten Kirche »die heilige Sorglosigkeit« genannt wurde. Jetzt kommt die Belohnung für das Training, die einzig wahre Freiheit, nämlich frei von seinem geizigen, ängstlichen und ermüdenden Ego zu sein. Es ist, als würde nichts von mir abhängen, das ist Mut und Lebensfreude. Die äußeren Umstände sind wichtig, aber nicht ganz entscheidend. Das Leben hängt nicht nur davon ab, »wie man sich fühlt«, sondern auch davon, »wie man es nimmt«. (FK 2,39f)*

Irgendwann ist jede Wüste durchschritten, und erst im Rückblick wird deutlich, was und – vielleicht auch – wer mir geholfen hat hindurchzukommen. So wie zur Wüste die Anstrengung gehört, so das Aufatmen zur blauen Perle der Gelassenheit. Schon die Farbe Blau weckt sehnsuchtsvolle Assoziationen wie Wasser und Himmel, Sommer und Leichtigkeit, kleine Fluchten aus dem Alltag; »blau machen« und das Leben genießen, statt es nur zu bewältigen. Und dann erst das Wort »Gelassenheit« – so unerwartet wie schön in einem Gebetsband, dass es noch immer überraschend wirkt. »Das Geheimnis der blauen Perle«, so Martin Lönnebo, »besteht darin, dass du heute einmal nicht fragst: was muss ich tun, sondern: Was könnte ich lassen?« Das Wesentliche im Leben wird geschenkt. Mut und Lebensfreude, »heilige Sorglosigkeit« oder Gelassenheit – die blaue Perle steht für eine befreiende Lebenshaltung, die neue Räume öffnet, nach innen wie nach außen. Die Kernbotschaft Jesu vom Reich Gottes auf Erden – enthält sie nicht genau das? Leben im Hier und Jetzt im Bewusstsein von Gottes Gegenwart, die alles enthält, was du brauchst. Wegen seiner Kostbarkeit ist die Farbe Blau im Mittelalter eine Königsfarbe. Sie steht für das Geistige, Göttliche und für die Spiritualität. Davon zeugen blaue Kirchen wie Chartres, die Kaiser-Wilhelm-Gedächtnis-Kirche in Berlin oder St. Stephan, die »Chagallkirche« in Mainz. Die »blaue Blume« symbolisiert die Sehnsucht nach der Ferne und die Suche nach dem geliebten Menschen.

Zur Perle der Gelassenheit gehört für mich oft die Imaginations-Übung des guten Ortes. Was für Jugendliche der Begriff »chillen« bedeutet, nämlich sich abregen, erholen und entspannen, das geschieht für viele Menschen im Urlaub oder an einem Ort, an dem sie sich geborgen und glücklich fühlen. Für manche bedeutet auch eine geistliche Übung genau das, nämlich bei Gott zu Hause sein und sich genährt und bestärkt fühlen: *Wohl dem Menschen, der ... Lust hat am Gesetz Gottes ... Der ist wie ein Baum, gepflanzt an den Wasserbächen, der seine Frucht bringt zu seiner Zeit, und seine Blätter verwelken nicht. Und was er macht, gerät wohl* (Ps 1,1-3). In den skandinavischen Kirchen ist das Blau die alternative liturgische Farbe für die Adventszeit und die Vorfastenzeit. Außerdem wird es – ebenso wie in der katholischen Kirche – für Marienfeste verwendet. Marias blauer Himmelsmantel, unter dem die Gläubigen Schutz finden – ein schönes Bild!

Von dieser perlmutterartigen Perle, die dich selbst symbolisiert, kannst du dann zur blauen Perle übergehen und immer wieder den blauen Umhang der Sorglosigkeit anziehen, bis du dich daran gewöhnt hast, dass sie für immer dir gehört. Verlass dich darauf. Verlass dich darauf. Ruhe darin. (FK 2,55)



Perlen der Liebe

Zwei rote Perlen der Liebe direkt nebeneinander. So wie Ich und Du, Geben und Nehmen. Sie symbolisieren das Dialogische und sind zugleich Sinnbild für die unendlichen Spielarten der Liebe, im Guten wie im Abgründigen. Die Grundfarbe Rot, mit der zunächst fast immer »Liebe« assoziiert wird, verbindet zwei elementare Grunderfahrungen des Menschlichen: Als Farbe des Feuers steht sie für Licht und Wärme, als Farbe des Blutes für Leben und Fruchtbarkeit, Opfer und Blutvergießen. Immer geht es um starke Energien, um Leidenschaft (= Passion) und Vitalität bis zur Aggression; im Alltag werden damit Grenzen sinnfällig markiert, nicht nur im Straßenverkehr. In der christlichen Kultur gilt Rot als Farbe der Märtyrer und der Heiligen Geistkraft. An Pfingsten werden die Kirchen mit roten Stoffen geschmückt als Bild für das Liebesfeuer Gottes, das die Herzen der Gläubigen entflammen und in alle Welt heilsam leuchten

soll. Gerade in der Diversität ihrer Bedeutungen eröffnen diese Perlen ein weites Feld des Gesprächs, in dem auch schmerzhaft Themen wie problematische Opfer-Bilder, Aggression und Missbrauch ihren Platz haben.

Die Bibel kennt zweimal ein »Hoheslied der Liebe«. Das im Ersten oder Alten Testament ist ein hinreißend schönes und erotisches Gedicht zweier Liebender, das andere in 1. Korinther 13 beschreibt dagegen die reife Liebe, die Agape. In seiner Betrachtung der Liebes-Perlen fokussiert Martin Lönnebo sich ganz wesentlich auf diesen Aspekt, und verbindet ihn mit den Themen Kreuz und Abendmahl:

Die erste rote Perle der Liebe: Liebe als Agape, ein empfangenes Geschenk. Hier erfährt der liebeshungrige Mensch, dass er so gesehen und geliebt wird, wie er ist, und nicht so, wie er sein sollte. Das ist die große Liebe. Das ist die große Befreiung. Das Abendmahl ist dafür ein Siegel. Das ist das Leben, in dem man überfließende Gnade empfängt. Die zweite rote Perle der Liebe wird manchmal auch Perle des Opfers genannt: Liebe, Agape, als Opfer, als gegebenes Geschenk. (FK 2,40) Das Kreuz steht im Zentrum des Universums, um alles und jedes zu versöhnen und alles an sich zu ziehen. Hier fließt das rote Blut der Liebe, und der Baum beginnt, wieder grün zu werden. So bewässert die Liebe die durstige Erde. Gott liebte die Welt so sehr, dass er ihr seinen einzigen Sohn schenkte, Joh 3,16. (FK 2,75)

Statt »Opfer« könnten wir auch den Begriff »Hingabe« verwenden, geht es doch um die Haltung der sich schenkenden Liebe, die in jeder liebevollen Gebärde, bis hin zum Segen erfahren werden kann. Auch in der Mahlfeier schenkt sich Gott dem gläubigen Menschen; durch das Essen der Gaben (Brot und Wein / Traubensaft) geht Gott mir »in Leib und Blut« über und wird Teil von mir.

Übung



Diese Trias der Verbundenheit *Gott – Mensch – Mensch* kann mit dem Perlenband auf sinnfällige Weise ausgedrückt werden, indem die zwei roten Perlen mit der schräg gegenüberliegenden goldenen Gottesperle verknüpft werden. Daraus ergibt sich eine liegende Acht, das Zeichen für »unendlich«. Die Liebe Gottes als das gemeinsame Dritte, das zwei miteinander verbindet, weist auch hin auf das »Doppelgebot der Liebe« (Mk 12,29-31), das eigentlich ein Dreifachgebot ist: die Liebe zu Gott, zum Nächsten und zu mir selbst. So fasst

Jesus den Sinn der 10 Gebote zusammen, denn nur so ist ein Gleichgewicht der Beziehungen möglich.

Ein von der Sonne erhitzter Stein wird selbst heiß und kann andere erhitzen. Wer umsonst empfangen hat, kann vielleicht auch umsonst geben – Lebensmut und Begeisterung können nun in Liebe und Verantwortung verkörpert werden. Das ist das Leben als fließendes Geschenk. (FK 2,40)



Perlen der Geheimnisse

Drei kleine Perlen, von denen die erste ein mildes Grün wie die frühen Keimblätter hat, die anderen sind weiß. Die Perlen sind klein, aber geräumig genug, um all deine Utensilien unterzubringen. (FK 2,40) In ihnen bewahrst du im übertragenen Sinne das Kostbarste auf, was du besitzt, nämlich Lebensträume, Gebete, Wunder, Wünsche. Die Perlen können zu einem schönen Gebetbuch werden. Es sind die Perlen und die Freiheit des Gebets. Die Perlen gehören dir, sie sind keiner Partei oder Ideologie verpflichtet. (FK 2,41)

Drei kleine Perlen in Größe und Anmutung der Ich-Perle – mit ihnen bin ich dem Geheimnis meines Lebens auf der Spur. Ihre Dreiheit steht symbolisch für das Ganze von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft; christlich gelesen für die Trinität von Vater-Mutter, Sohn und Heiliger Geistkraft oder für die Trias Glaube, Liebe, Hoffnung. Anders als ein Rätsel, das sich lösen lässt, kann ich ein Geheimnis nur ergründen oder bewohnen (im Wort versteckt sich auch das »Heim«). Wie bei der Ich-Perle komme ich damit nie an ein Ende, weder bei mir selbst noch mit der Welt. Aber es kann eine Hilfe sein, diese drei Kleinen in den Blick zu nehmen und sie – je nach Bedürfnis – auf konkrete Weise zu füllen, als Perlen der Fürbitte, als Erinnerungsleuchten guter Momente durch einen Tag, als Ort meiner Wünsche oder ... Die Dreiheit könnte aber auch für das Kostbare anderer Geschöpfe stehen. Ich kann mir mit ihnen bewusst machen: Nicht nur ich selbst bin kostbar, schön und einzigartig wie eine Perle, sondern alle anderen sind es auch.

Die Position der drei Geheimnis-Perlen zwischen den beiden großen roten der Liebe und der schwarzen Perle der Nacht ist insofern außergewöhnlich, als es keine Abstände und kein Innehalten durch Perlen der Stille gibt. Das macht Sinn, denn die größten Geheimnisse verbergen sich oft zwischen den Extremen Liebe und Tod. Was davon ist mir bewusst? Was bleibt verborgen? Was an dunklen Geheimnissen will und muss auch einmal ausgesprochen werden, um seine Bannkraft zu verlieren? Insofern stehen die drei Perlen auch für den Schutzraum des heilsamen Gesprächs oder der Beichte.

Die grüne Geheimnis-Perle

Ursprünglich waren die drei Geheimnis-Perlen alle weiß. Martin Lönnebo erklärte uns ihre Bedeutung damals so: »Bei der ersten denke ich an alle Menschen, die ich liebe. Ich stelle sie mir vor wie geborgen in einem Haus aus Licht. Über die zweite möchte ich nicht reden, sie bleibt mein Geheimnis. Wenn ich die dritte berühre, fühle ich mich allen verbunden, die wie ich so ein Perlenband tragen.« Inzwischen ist die erste der drei kleinen Perlen grün. Grün⁷ steht für die Natur und ihr Wachsen; so symbolisiert die Farbe auch etwas Geheimnisvolles, das von selbst geschieht, ohne Druck und Mühe. Jesus spricht in einigen Gleichnissen von der Dynamik der von selbst wachsenden Saat, oder vom kleinen Senfkorn, aus dem ein Baum entsteht, in dessen Zweigen Vögel nisten. Alles Bilder, die das wunderbare und geheimnisvolle Schillern des Evangeliums zu fassen suchen und damit an kein Ende kommen.

Wir sehen jetzt in einem Spiegel wie in einem dunklen Wort, dann aber von Angesicht zu Angesicht. (1. Kor 13,12)

In der Erstausgabe (von Frälsarkransen) waren alle Perlen weiß, keine grün. Ich dachte: Alle Farben finden sich im weißen Licht. Aber manchmal müssen wir daran erinnert werden, dass wir sogar unsere irdischen Träume Gott überlassen können. Mit der grünen Perle zwischen Daumen und Zeigefinger können wir mutig Franziskus' Sonnengesang singen. Die Erde und das Universum sind edle Geheimnisse und Wunder. Wir können unsere Liebe zu allen Lebewesen bekennen. (FK 2,41)

7 Mehr zur grünen Perle in: »Grün wie Geheimnis« von Kirstin Faupel-Dreves, Lutherische Verlagsgesellschaft, Kiel.



Perle der Nacht

Die schwarze Perle der Nacht: die Krise, Nacht oder Tod, Kenosis. Die Krise kann, wenn wir sie in Gottes starke Hände legen, uns auch stärker machen. Die Nacht ist ein Bild für die Erfahrung der Abwesenheit Gottes. (FK 2,41)

Auf der anderen Seite der drei Geheimnis-Perlen findet sich die schwarze Perle der Nacht. Schwarz bedeutet die Abwesenheit aller Farbigkeit. Wie ein Abgrund, in dem alles verschwindet, ist diese Perle Ausdruck der Nachtseite des Lebens: Leid, Verlust, Angst und Tod. Eine Depression kann in ihrer Wirkung wie ein schwarzes Loch erlebt werden. Der Mystiker Johannes vom Kreuz hat die Erfahrung der Abwesenheit Gottes als »dunkle Nacht der Seele« beschrieben. Und doch weckt der Name dieser Perle auch ganz andere Assoziationen. Die Dichterin Mascha Kaléko hat es einmal so gefasst: »Die Nacht, in der das Fürchten wohnt, kennt auch die Sterne und den Mond.« Ohne Nacht kein Tag, ohne Dunkel kein Licht; wir leben im Rhythmus der Gezeiten. Nachts ruht die Seele aus, der Körper regeneriert sich, die Nacht ist die Zeit der Träume, eine der Sprachen Gottes. Gerade durch die Doppeldeutigkeit in ihrem Namen verliert die schwarze Perle ihren Schrecken. Ursprünglich gab es sie nicht im Band, dafür zwei Stille-Perlen mehr. Dann erkannte Martin Lönnebo für sich, dass mit der schwarzen Perle etwas ganz Wesentliches fehlen würde, und er fügte sie hinzu.

Schwarz gilt außerdem als Farbe der Trauer, aber auch der Würde und Distanz. Im Mittelalter trugen nur der Adel und der Klerus schwarze Gewänder, die tiefe Färbung machte den Stoff besonders kostbar. Später kamen die Amtsträger von Universität und Gericht dazu; der schwarze Talar der Pastoren erinnert noch daran. In anderen Kulturen war Schwarz ursprünglich eine Götterfarbe oder wurde mit Mutter Erde assoziiert; die schwarzen Madonnen von Altötting oder Tschenstochau zeugen noch heute davon. In der Gegenwart ist Schwarz eine beliebte Modefarbe. Immer hebt sie das Wesentliche des menschlichen Körpers, Gesicht und Hände, hervor. Im Perlenband steht sie mit Weiß und Rot in der Triade der Farben, die der Mensch als erste erkennen kann. Wer »ins Schwarze trifft«, hat das Wesentliche erkannt. Linie und Schrift sind Zeichen der Kultur und der Klärung des menschlichen Geistes.

Diese Abwesenheit (Gottes) ist eine Reinigung für die Seele, bei der wir erfahren können, dass Gott uns jetzt näher ist als zuvor, dass er jetzt »hier« ist – um unsere Gefühle und Gedanken. Die schwarze Perle des Todes liegt zwischen den roten Perlen der Liebe und der Perle der weißen Auferstehung. Darin wohnt eine Botschaft. Wer weiß, was Liebe ist, fürchtet sich immer weniger vor dem Tod. Wer an die Auferstehung glaubt, vermutet, dass der Tod ihr schwarzes Tor ist. Die Perle ist jetzt eine Tür durch die Perle der Stille zur weißen Auferstehung. (FK 2,41f)



Perle der Auferstehung

Versöhnung, Frieden – in der Sprache des Gebets: die Theosis, Kontemplation. Was wir manchmal für das Fernste halten, ist uns jetzt ganz nah. Die göttliche Realität ist nicht jenseits davon. Es ist das Innerste, das durch das Äußere hindurchscheint. Diese Erfahrung der Einheit ist Erholung von aller Mühe. Das ist göttlich. Frieden ist auch eine starke Kraftquelle zum Handeln. (FK 2,42)

Die zweite große weiße Perle ist die der Auferstehung. Das Weiß des Neuanfangs verbindet sich mit dem Licht der Ewigkeit. Nur durch eine Stille-Perle von der schwarzen getrennt erinnert sie an den Satz »... und am dritten Tage auferstanden von den Toten« aus dem christlichen Glaubensbekenntnis. Darin birgt sich nicht nur die Hoffnung auf ein neues Leben nach dem Tod, sondern auch im Leben selbst. Immer wieder aufstehen: am Morgen nach einer anstrengenden Nacht, aus einer Krise, nach dem Bruch einer Beziehung, aufstehen zum Leben, vielleicht sogar einen Neuanfang wagen.

Zwischen Ende und Anfang ist Licht. Die Perlen der Taufe und der Auferstehung sind einander zum Verwechseln gleich, ihr Unterscheidungsmerkmal besteht nur in ihrer Position im Perlenband. Nach Martin Luther erfüllt sich die Verheißung der Taufe – Erlösung, Seligkeit, neues Leben – erst im Tod. Anders als bei den anderen Perlen haben diese beiden einen eindeutig christlichen Bezug.

Die Perle der Auferstehung weist hin auf das leere Grab, auf Fragen, die sich nicht beantworten lassen, so wie der Grenzbereich zwischen Leben und Tod

nicht zu begreifen ist. In Momenten der Stille geschieht vielleicht eine Annäherung. Martin Lönnebo verbindet diese zweite weiße Perle mit Erfahrungen von Kontemplation und Mystik.



Gottesperle – Segens-Perle (→ Abb. 11, S. 382)

Mit der Gottesperle schließt sich der Kreis, Anfang und Ende werden eins. Am Ende einer Andacht mit den Perlen steht sie jetzt für den Segen oder einfach nur für einen Nachklang in Stille.

Ein letzter praktischer Rat zum Schluss: Wenn Sie den Erlöserkranz entgegennehmen, lassen Sie ihn möglichst zunächst eine Weile ruhig liegen. Denken Sie: Jetzt bin ich frei wie am ersten Tag der Sommerferien. Jetzt muss ich mich um nichts mehr kümmern. Es gibt nichts, was ich tun muss. Wir sind allein, Frälsarkarsen und ich. Meine verspannten Schultern können etwas durchhängen, sie müssen im Moment keine Lasten tragen. Ich muss nicht die Zähne zusammenbeißen, denn im Moment verlangt niemand etwas von mir. Ich kann tief und ruhig atmen. Wir sind allein, Frälsarkarsen und ich. Der Erlöserkranz spricht zu mir wie zu einem Kind: Alles wird gut, du wirst sehen. Du kannst es schaffen. (FK 1,31)

4. Perlenbänder der Religionen

Wir leben inzwischen in einer multikulturellen Welt, Begegnungen mit Menschen anderer religiöser Prägung gehören – auch im kirchlichen Kontext – immer mehr zum Alltag. Da in fast allen Religionen Gebetsperlen zur spirituellen Alltagspraxis gehören, ist es für Kursleitende hilfreich, etwas mehr darüber zu wissen.⁸

8 Quellen zu diesem Kapitel: Gray Henry u. Susannah Marriott, *Perlen des Glaubens*. Annekatrin Haar: »Exkurs: Perlenbänder der Religionen, in: *Perlen des Glaubens*. Werkstattbuch, 2009, S. 237-245; Martin Lätzel: »Die Perlenbänder der Religionen« in: *Mit den Perlen des Glaubens leben*, 2020, S. 74-77; verschiedene Artikel bei Wikipedia und persönliche Befragungen von Perlenband-Praktizierenden verschiedener Religionen.