

„Was haben Sie denn drauf?“,

wurden Prominente im letzten Jahr gefragt. Es ging nicht um intelligente Lösungen, sondern schlicht um das Butterbrot am Morgen. Ob nur schnell Brot und Kaffee oder auch Körniges, Salatiges oder Fruchtiges. Die Fastenzeit lässt uns sicher auch wieder an so was wie gesundes Frühstück denken.

Wonach steht Ihnen morgens der Sinn? Was haben Sie so früh schon drauf? Gern höre ich (natürlich möglichst im Liegen noch) um 6.30 Uhr die Nachrichten und dann im Deutschlandfunk die Morgenandacht. Das reicht so gerade, um dann zum Morgengebet mit dem Kaplan unten zu sein. Es tut gut, gemeinsam vor Gott den Tag zu beginnen. Ich weiß, wie privilegiert ich bin, dafür morgens so viel Zeit zu haben.

Viele bemühen sich darum, den Tag mit einem „Plus“-Zeichen, einem Kreuzzeichen zu beginnen und die Stunden unter Gottes Segen zu stellen. Manche finden nicht die richtige Stelle dafür: Ob gleich nach dem Aufstehen noch im Zimmer, ob vor dem Frühstück am Tisch oder gleich als Erstes nach dem Abräumen, bevor es aus dem Haus oder an die Arbeit geht. Gemeinsam mit den Kindern den Morgen mit Gott zu beginnen, kann sie prägen ihr Leben lang.

Mancher liebt den einen gleichen Text am Morgen, schließlich kann man gerade als Morgenmuffel den Tag nicht jeden Morgen neu erfinden. Andere sortieren dankbar selbst vor Gott, was kommt. Andere greifen lieber zu Büchern und Heften, die es in Kevelaerer Buchläden reichlich gibt, z.B. das hier in Kevelaer erstellte Monatsheft „Magnificat“ mit Morgen-Laudes, allen liturgischen Tagestexten und täglichen Abendgebeten. Es ist eine Hilfe, für das Beten und auch für die Hefte und Bücher dazu einen festen, sichtbaren Platz im Haus zu haben: Ein Bild, ein Kreuz, eine Kerze, eine Blume, jahreszeitlich unterschiedlich dekoriert ...

Das Gebet braucht morgens nicht lang zu sein. Es sollte aber den Himmelsblick haben, die Anliegen der Welt und meiner Lieben einschließen und Gott loben für die neue Lebenschance. Ein Vater-unser und ein gutes Segenswort sind hilfreich.

Was haben Sie morgens drauf? Es hilft für den Tag, des Segens Gottes gewiss sein zu können. Ein kleiner Moment kann viel für den Tag verändern.

Alois van Doornick, Pastor an St. Antonius Kevelaer und St. Quirinus Twisteden