



Fritz von Uhde, 1885, Das Tischgebet ("Komm, Herr Jesu, sei unser Gast"), Alte Nationalgalerie, Staatliche Museen zu Berlin

Das Tischgebet

Menschen aus Familien, die regelmäßig gemeinsam essen und dabei zu Beginn der Mahlzeit beten, haben weniger häufig Infektionskrankheiten und Allergien als der Durchschnitt. Das ergaben mehrere Studien amerikanischer und britischer Psychiater.

Das Tischgebet ist in erster Linie kein religiöser Bekenntnisakt, sondern eine meditative Übung vor dem Essen, die der eigenen Spiritualität entspringt.

Das medizinisch und seelisch „gesunde“ Tischgebet ist eine kurze **Meditation in 3 Schritten**:

1. ... denken Sie an die Liebe und die Sorgfalt, die in der Zubereitung stecken.
2. ... aus diesen Gedanken entsteht in Ihnen ein Gefühl der Dankbarkeit, zu dem Sie sich nicht zwingen müssen.
3. ... das Gefühl der angenehmen Erwartung breitet sich schon nach kurzer Betrachtung des Essens weiter nach unten aus. Spüren Sie, wie Ihr Körper dieses Essen braucht und sich darauf freut.

Die Bedeutung einer gemeinsam eingenommenen und vor allem gemeinsam begonnenen Mahlzeit für die körperliche und seelische Gesundheit lässt sich gar nicht hoch genug bewerten. Nichts ist selbstverständlich. Das Sattwerden nicht. Das Gesundsein nicht. Das ganze Leben nicht. Wir haben allen Grund zu danken. Der Beginn einer Mahlzeit ist eine gute Gelegenheit dazu.

Die moderne Zeit ist schnell. In der Hektik des Tages ist das Tischgebet in Vergessenheit geraten. Die Infektionskrankheiten und Allergien vermehren sich, die Familien zerfallen und der moderne Hass, der sich gegen Christen in Europa richtet, bietet den Liberalen die Sicherheit, dass die Tischgebete nie wieder in die europäische Tradition zurückkommen.

Tischgebete. 7. 5. 2008. [on-line]. [Abfragedatum: 2. 12. 2018]. Zugänglich von: < <https://www.ekir.de/solingen/lebenundglauben/tischgebete-269.php> >.

Küstenmacher. Tiki. Spiritualität beim Tischgebet. [on-line]. [Abfragedatum: 2. 12. 2018]. Zugänglich von: <<https://www.simplify.de/sie-selbst/spiritualitaet/artikel/spiritualitaet-beim-tischgebet/>>.

Podívejte se na video - Klartext zu Beten vor dem Essen
 (1:05 - 1:43) <https://www.youtube.com/watch?v=MCUuDae5fFQ>

Was und wie wir beten, ist am Ende natürlich eine Typfrage. Wir müssen das gerade nicht neu erfinden, sonder dafür haben wir einen großen Gebetsschatz. Ob das mit diesen Tischgebeten wie: „Piep Piep Piep, wir haben uns alle Lieb.“ oder „Jeder esse was er kann, nur nicht seinen Nebenmann.“¹ Ob es damit wirklich getan ist, das wage ich allerdings zu bezweifeln. Die kommen am Ende genauso „humoristisch“ wie das Gebet der Simpsons² „Der Herr“ und verfehlen das, worum es geht. Nämlich die Dankbarkeit für das Essen. Die Dankbarkeit für die Menschen, die dafür verantwortlich sind, dass ich es genießen darf. Die Dankbarkeit Gott gegenüber, dass er das Ganze überhaupt ermöglicht hat.

Fragen zur Diskussion:

Wann endete die Tradition des Tischgebetes bei uns? Warum?

Wie ändert sich unsere Gesellschaft?

Wohin wird Europa streben?



Das alte Tischgebet -

„Komm, Herr Jesu, sei unser Gast“

Komm, Herr Jesus, sei unser Gast
 und segne, was du uns bescheret hast.

Přijď Pane Ježíši, buď naším
 hostem
 a žehnej, cos nám nadělil.

(siehe ganz oben - das Bild zum Thema - Maler = Fritz von Uhde)

¹ Někteří tuto „molitbu“ činí „vtipnější“ a slovo esse nahrazují - fresse - žere, aby vtipnost posílili. (v Německu je v některých oblastech molitba před jídlem normální, ale na většině území zaniká jako u nás)

² Scénka z US kresleného seriálu Simpsonovi. Naprostý krach pokusu otce o řádnou večeři rodiny u stolu s molitbou - končí zhroucením a pláčem otce Simpsona.