

7.4.10 Wer betet, lebt länger – Beten in den Weltreligionen

Kompetenzen und Unterrichtsinhalte:

Die Schüler sollen

- ◆ das Beten im Judentum und im Islam kennenlernen,
- ◆ über besondere Gebetsformen Bescheid wissen,
- ◆ das Beten im Christentum hinterfragen,
- ◆ zu Texten passende Überschriften finden,
- ◆ Inhalte mit eigenen Worten zusammenfassen,
- ◆ Aussagen und Zitate erörtern,
- ◆ weiterführende Fragen und Inhalte recherchieren,
- ◆ überlegen, ob das Christentum Regeln für das Beten festlegen sollte.

Didaktisch-methodischer Ablauf	Inhalte und Materialien (M und MW)
<p>I. Hinführung</p> <p>Wer betet, ist glücklicher und lebt länger!</p> <p>So oder ähnlich lauten immer wieder Schlagzeilen in verschiedenen Zeitungen und Zeitschriften.</p> <p>Die These wird als stummer Impuls an die Tafel geschrieben und ermöglicht eine erste Stellungnahme der Schüler zum Beten. Im Anschluss wird der Text gelesen und diskutiert. Der Text kann am Ende der Einheit noch einmal Thema sein, wenn es darum geht, ob das Christentum feste Regeln zum Beten benötigt.</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">    </div> <p>Die Schüler beziehen Stellung zu verschiedenen Aussagen des Textes.</p> <p>Alternativ zur Textarbeit können die Schüler auch nur mit den Aussagen von Arbeitsauftrag 2 konfrontiert werden.</p> <p>→ Arbeitsblatt 7.4.10/M1*</p>
<p>II. Erarbeitung</p> <p>Bei der Erarbeitung wird die Reihenfolge Judentum – Islam – Christentum vorgeschlagen.</p> <p>Die Bedeutung des Gebetes im Judentum</p> <p>Der Text wird mit einem Sprichwort eingeführt und nennt die drei wichtigsten Gebete, die später ausführlicher behandelt werden.</p>	<p>Die Arbeitsaufträge halten immer wieder Zusatzaufgaben bereit. Diese können zur Vertiefung eingesetzt oder – im Sinne der Binnendifferenzierung – leistungsstärkeren Schülern angeboten werden.</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">    </div> <p>Zu den einzelnen Textabschnitten suchen die Schüler passende Überschriften. Sie beantworten Fragen zum Text und darüber hinaus.</p> <p>→ Arbeitsblatt 7.4.10/M2a bis c*/**</p>

7.4.10

Beten in den Weltreligionen

Teil 7.4: Wie ich mit Gott sprechen kann

Wie beten Juden?

Wenn Juden beten möchten, bereiten sie sich darauf vor. Die Männer tragen Gebetskleidung.

Die wichtigsten Gebete im Judentum

Die drei wichtigsten Gebete werden nun unter die Lupe genommen.

Information: Die Mesusa (Plural: Mesusot) ist eine Schriftkapsel, die in traditionellen jüdischen Haushalten an fast jedem Türrahmen zu finden ist. Ausnahmen sind Bad/Toilette und Keller- bzw. Abstellräume.

Die Bedeutung des Gebetes im Islam

Der Text gibt eine Einführung in das Beten im Islam.

Wie beten Muslime?

Für die Muslime ist die Vorbereitung auf das Gebet von großer Bedeutung. Der gesamte Körper ist in das Gebet eingebunden. In diesem Zusammenhang lernen die Schüler auch das wichtigste Gebet der Muslime kennen.

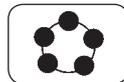
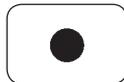
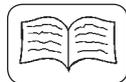
Die Bedeutung des Gebetes im Christentum

Dem Text voran steht ein Zitat von Sören Kierkegaard.

Wie beten Christen?

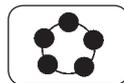
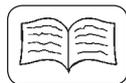
Christen sind beim Beten auf keine bestimmten Orte oder Zeiten festgelegt. Es gibt auch keine Gebetskleidung oder rituelle Waschungen.

Das Leben im Kloster, bei dem es feste Gebetszeiten gibt, wird hier ausgeklammert.



Im Text erfahren die Schüler, was zur Gebetskleidung gehört und welche Bedeutung dahintersteht.

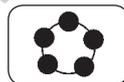
→ **Arbeitsblatt 7.4.10/M2d bis f***



Die Schüler lesen die drei Gebete und erklären sie.

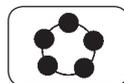
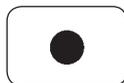
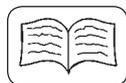
Durch die Beschäftigung mit 5 Mose 6, 4-9 erkennen die Schüler Parallelen zwischen dem Sch'ma Israel und dem Alten Testament.

→ **Arbeitsblatt 7.4.10/M2g bis i****



Mithilfe passender Überschriften gliedern die Schüler den Text. Danach beantworten sie die Fragen.

→ **Arbeitsblatt 7.4.10/M3a bis c*/****

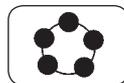
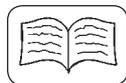


Die Schüler fassen die Inhalte zusammen.

→ **Text 7.4.10/M3d***

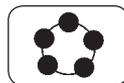
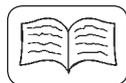
→ **Tabelle 7.4.10/M3e und f***

→ **Arbeitsblatt 7.4.10/M3g***



Die Schüler versehen den Text mit geeigneten Überschriften und erleichtern sich so die Bearbeitung der übrigen Arbeitsaufträge.

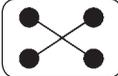
→ **Arbeitsblatt 7.4.10/M4a und b***



Die Schüler lesen den Text und beschreiben die Körperhaltung beim Beten mithilfe der Bilder. Anschließend beantworten sie die Fragen zum persönlichen Gebet.

→ **Arbeitsblatt 7.4.10/MW4c bis e***

Teil 7.4: Wie ich mit Gott sprechen kann

<p>Die wichtigsten Gebete im Christentum An dieser Stelle geht es um das Vaterunser und das Glaubensbekenntnis. Für die katholischen Christen können auch die Mariengebete angesprochen werden.</p>	   <p>Die Schüler schreiben das Vaterunser aus dem Gedächtnis auf und ergänzen beim Glaubensbekenntnis den Lückentext. → Arbeitsblatt 7.4.10/MW4f und g* → Lösungsblatt 7.4.10/MW4h</p>
<p>III. Weiterführung und Transfer</p> <p>Brauchen wir Christen feste Gebetsregeln? Juden und Muslime haben feste Vorgaben für das Beten. Sollten ähnliche Regeln auch für Christen gelten? Hier könnte der Text von M1 nochmals zum Einsatz kommen: Unter „Gebet“ verstanden die Forscher eine ungezwungene, „positive Glaubenshaltung, die sich vertrauensvoll an Gott als einen persönlichen Freund“ wendet (vgl. M1, Z. 3 f.).</p> <p>Alternative: Unser Klassengebetbuch Die Lehrkraft stellt ein ansprechendes Buch zur Verfügung, in das die Schüler abwechselnd ein Gebet eintragen. Das Gebet wird zu Beginn der Stunde vorgelesen. Dazu stehen alle Schüler auf. Für die nächste Stunde wird das Gebetbuch an einen anderen Schüler weitergegeben.</p>	   <p>Die verschiedenen Aussagen auf dem Arbeitsblatt werden gelesen. Dann sucht sich jeder Schüler zwei Aussagen aus, denen er zustimmen kann, und überlegt sich Argumente dafür. Die Argumente werden dann mit einem Partner abgeglichen. Alternativ kann ein Streitgespräch in der Klasse geführt werden. → Arbeitsblatt 7.4.10/M5a und b**</p>   <p>Die Schüler können bekannte Gebete eintragen oder eigene Gebete formulieren. Die jeweilige Seite kann auch mit passenden Bildern ergänzt oder farbig gestaltet werden.</p>

Autorin: Dagmar Keck, geb. 1965, studierte unter anderem Theologie, Musik, Gemeinschaftskunde und Wirtschaftslehre an der Pädagogischen Hochschule Freiburg. Sie unterrichtet an der Gemeinschaftsschule in Herrischried und ist dort Fachbereichsleiterin für Religion. Neben ihrem schulischen Engagement arbeitet sie aktiv in der heimatischen Kirchengemeinde mit und gibt die Ideenbörse Religion Sekundarstufe I heraus.

Teil 7.4: Wie ich mit Gott sprechen kann

Wer betet, ist glücklicher und lebt länger!

Wie Glauben und Gesundheit zusammenhängen

1 Betende Menschen sind in der Regel gesünder und zufriedener und leben länger als andere. Das hat die Gebetsforschung in zahlreichen Studien festgestellt. Dabei verstehen die deutschen und amerikanischen Forscher unter „Gebet“ eine positive Glaubenshaltung, die sich vertrauensvoll an Gott als einen persönlichen Freund wende.

5 Etwa 1.200 Untersuchungen hätten einen positiven statistischen Zusammenhang zwischen körperlicher Gesundheit und persönlichem Glauben erwiesen, schreibt der Psychologe Michael Utsch (Berlin) von der Evangelischen Zentralstelle für Weltanschauungsfragen (EZW) im Materialdienst dieser EKD-Einrichtung.

10 Einer amerikanischen Studie zufolge haben 20-jährige US-Amerikaner, die sonntags zum Gottesdienst gehen, eine um 6,6 Jahre höhere Lebenserwartung als Nicht-Kirchgänger. Wer ab und zu zur Kirche, Moschee oder Synagoge geht, lebt immerhin noch 4,4 Jahre länger als Unreligiöse. Eine Hamburger Untersuchung widerlegt zudem die weit verbreitete Auffassung, dass religiöse Menschen neurotischer als nicht-religiöse seien. Die Forscher fanden heraus, dass Menschen mit einer vertrauensvollen Beziehung zu Gott weniger Einsamkeitsgefühle
15 hätten und sich häufiger zufrieden über ihr Leben äußerten.

Sollen Ärzte Beten als Therapie verordnen?

Laut Utsch haben die Studien über die heilsamen Funktionen des Glaubens heftige Diskussionen unter Medizinern ausgelöst. In einer Fachzeitschrift habe man sogar überlegt, ob Ärzte Beten als Therapie verordnen könnten. Der Vorschlag sei aber aus der Erkenntnis heraus
20 verworfen worden, dass sich echte Religiosität nicht instrumentalisieren lasse.

Meditationsforscher hätten festgestellt, dass Gesundheit und Entspannung eigentlich nur indirekte Nebenwirkungen einer lebendigen Gottesbeziehung seien.

(nach: <http://www.kath.net>)

Arbeitsaufträge:

1. Lies den Text und markiere wichtige Aussagen über den Zusammenhang von Glauben/Beten und Gesundheit.

2. Wie beurteilst du die folgenden Aussagen?

- Betende Menschen sind in der Regel gesünder als andere.
- Betende Menschen leben in der Regel länger als andere.
- Menschen mit einer vertrauensvollen Beziehung zu Gott haben seltener das Gefühl von Einsamkeit.
- Menschen mit einer vertrauensvollen Beziehung zu Gott sind mit ihrem Leben insgesamt zufriedener.

Teil 7.4: Wie ich mit Gott sprechen kann**Die Bedeutung des Gebetes im Judentum**

Man soll nicht beten, dass das Leid ein Ende nehme. Denn wenn das Leid aufhört, hört auch das Leben auf.

Jüdisches Sprichwort

Das Beten ist für die Juden ein „Dienst des Herzens“. Vielen Juden ist das Beten sehr wichtig. Alle Gebete stehen in dem „Siddur“, einem besonderen Gebetbuch. Die Tradition kennt drei Gebetszeiten im Alltag und vier am Sabbat.

Die Gebetszeit am Morgen nennen die Juden „Schacharit“. Es ist das umfangreichste Gebet. Es besteht aus fünf Teilen: Segenssprüche, Psalmen, Glaubensbekenntnis (Sch'ma Israel), das Achtzehnbittengebet (Schmone Ėsre) und zum Abschluss das Kaddisch.

Die Gebetszeit am Nachmittag heißt „Mincha“. Sie ist kurz und besteht aus einem Gebet, das mit dem Psalm 145 eingeleitet wird. Am Ende steht ein kurzes Bußgebet.

Die Gebetszeit am Abend nennen die Juden „Ma'ariw“. Hier wird das Sch'ma Israel von Segenssprüchen umrahmt. Danach folgt wieder das Schmone Ėsre und zum Abschluss wieder das Kaddisch.

Das vierte Gebet am Sabbat heißt „Mussaf“, das bedeutet so viel wie „die Hinzufügung“. Es wird meist an das Morgengebet angeschlossen.

Viele Juden beten außerdem nach dem Essen und vor dem Schlafengehen. Es gibt auch jüdische Gläubige, die in den Alltag immer wieder einen Segensspruch einbauen, z.B. vor dem Essen, nachdem sie neue Kleidung gekauft haben oder wenn sie einen Regenbogen sehen. Diese Segenssprüche sollen darauf hinweisen, dass der Mensch sein ganzes Leben auf Gott ausrichtet.

Für den Gottesdienst oder andere feierliche Anlässe gibt es vorgegebene Gebete. Dabei beten die Juden die wichtigsten Gebete nur, wenn mindestens zehn Gläubige dabei sind, die schon in die Gemeinschaft aufgenommen wurden, also die Bar Mizwa gefeiert haben. In einigen Synagogen beten sie auch, wenn unter den zehn Personen Frauen sind.

Teil 7.4: Wie ich mit Gott sprechen kann

Grundsätzlich haben die Frauen im Judentum die gleichen religiösen Pflichten wie die Männer. Sie müssen sich jedoch nicht an bestimmte Zeiten halten, wenn sie aus familiären Gründen nicht können.

Die Klagemauer in Jerusalem gilt als die heiligste Stätte des Judentums. Viele Juden gehen zum Beten dorthin. Am Sabbat treffen sie sich dort auch zum gemeinsamen Gebet.



Klagemauer, Jerusalem (Bereich für Frauen)



Klagemauer, Jerusalem (Bereich für Männer)

Arbeitsaufträge:

1. Lies die Informationen und suche passende Überschriften zu den Abschnitten.
2. Im Text werden drei besondere Gebete genannt, die immer wieder gesprochen werden. Wie heißen diese drei Gebete?

3. Erkläre die Begriffe „Sabbat“ und „Synagoge“.

Teil 7.4: Wie ich mit Gott sprechen kann**Wie beten Muslime?**

Bevor Muslime beten, unterziehen sie sich einer Reinigung. Sie möchten Allah sauber entgegentreten.

Die Waschung vor dem Gebet nennt man „Wudu“ (arabisch) oder Abdest (türkisch). Das Ritual der Waschung hat einen festen Ablauf. Zunächst werden Hände und Gesicht gewaschen. Dann werden der Mund und die Nase dreimal ausgespült. Nun streichen die Gläubigen sich Wasser über die Unterarme, die Haare, den Nacken, die Ohren und zum Schluss über die Füße. Wird die Waschung unterlassen, ist das Gebet ungültig – egal ob in der Moschee, unterwegs oder zu Hause.

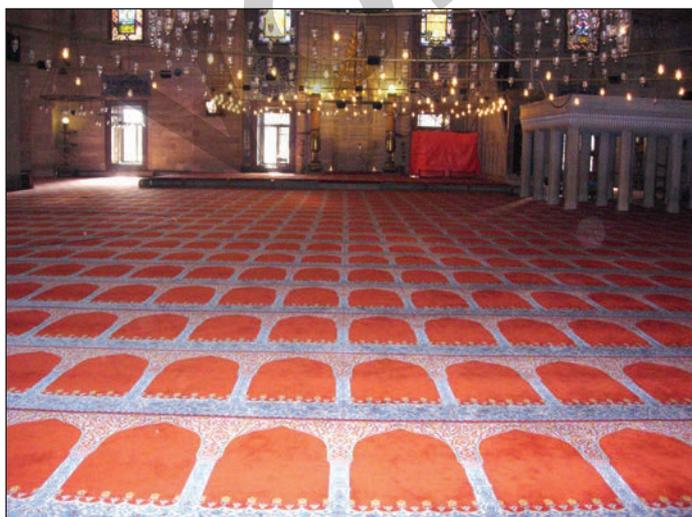


Waschplatz vor einer Moschee in Istanbul

Im Koran steht:

Ihr Gläubigen. Wenn ihr euch zum Gebet aufstellt, dann wascht euch das Gesicht und die Hände bis zu den Ellenbogen und streicht euch über den Kopf und die Füße bis zu den Knöcheln.

Sure 5,6

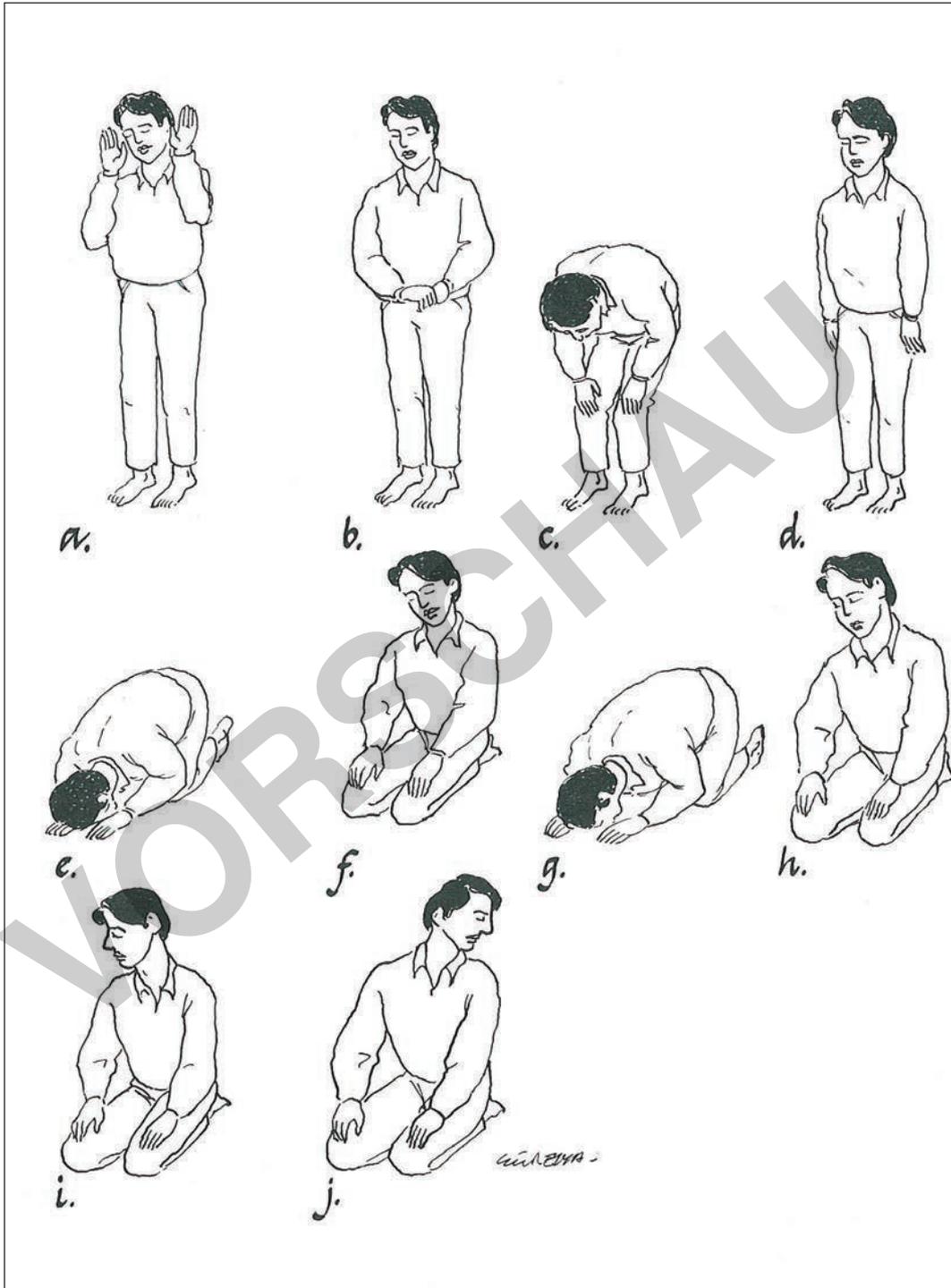


Gebetsraum in der Süleyman-Moschee, Istanbul

Da auch der Platz des Gebetes rein sein soll, beten die Muslime auf einem Gebetsteppich.

Die Muslime richten ihr Gebet immer Richtung Mekka. Das ist für sie der wichtigste Ort.

Das Beten im Islam



(Zeichnung: Sureyya Aydin, aus: <https://de.wikipedia.org/>)

Teil 7.4: Wie ich mit Gott sprechen kann

Bild	Gebetshaltung	Gebetstext
a	aufrechtes Stehen in Richtung Mekka – beide Hände in Höhe des Halses oder der Ohren hebend, Handflächen nach vorn geöffnet	Allah ist der Allergrößte Preis sei dir, o Allah, und Lob sei dir, und gesegnet ist dein Name, und hoch erhaben ist deine Herrschaft, und es gibt keinen Gott außer dir. Im Namen Allahs, des Allerbarms, des Barmherzigen, alle Lobpreisung gebührt Allah, dem Herrn der Welten, dem Allerbarmer, dem Barmherzigen, dem Herrscher am Tage des Gerichts. Dir allein dienen wir und dich allein flehen wir um Hilfe an. Leite uns den rechten Pfad, den Pfad derer, denen du gnädig bist, nicht derer, denen du zürnst, und nicht derer, die in die Irre gehen. Amen. Im Namen Allahs, des Allerbarms, des Barmherzigen. Wahrlich, der Mensch ist in einem Zustand des Verlusts, außer denjenigen, die glauben und gute Werke tun und sich gegenseitig zur Wahrheit und zu Geduld mahnen. Im Namen Allahs, der Allerbarms: Er ist Allah, der EINE, Allah, der Immerwährende, ER zeugt nicht und ist nicht gezeugt und nichts ist ihm gleich.
b	aufrechtes Stehen – Hände zwischen Brust und Nabel verschränkt, rechte Hand auf linken Unterarm legen.	Preis sei meinem Herrn, dem Erhabenen (3-mal)
c	verbeugen – Hände auf den Kniescheiben	Allah hört den, der IHN preist, unser Herr, Lob sei DIR.
d	aufrechtes Stehen – Hände an den Seiten	Preis sei meinem Herrn, dem Allerhöchsten (3-mal)
e/g	niederwerfen – Stirn, Nase, Handflächen, Knie und Zehenspitzen berühren den Boden	Ehre sei Allah und Anbetung und Heiligkeit. Friede sei mit dir, o Prophet, und die Barmherzigkeit Allahs und seine Segnungen. Friede sei mit uns und den frommen Dienern Allahs. Ich bezeuge, dass es keinen Gott gibt außer Allah, und ich bezeuge, dass Muhammad sein Diener und Gesandter ist. Allah, segne Muhammad und seine Nachfolger wie du Ibrahim und seine Nachfolger gesegnet hast. Wahrlich, du bist der zu Lobende, der Ruhreiche. (2-mal)
f/h	aufsitzen – auf Knien und Füßen, Hände auf den Knien	Friede sei mit euch und Allahs Gnade. (2-mal)
i/j	aufsitzen (s.o.) – dabei Kopf nach rechts wenden und „Salam“ sprechen, dann Kopf nach links wenden und „Salam“ sprechen.	



Teil 7.4: Wie ich mit Gott sprechen kann

Die wichtigsten Gebete im Christentum

- 1 Die bekanntesten Gebete im Christentum sind das Vaterunser und das Apostolische Glaubensbekenntnis. Die katholische Kirche kennt darüber hinaus das Ave Maria und das Angelus.

Die Gebete können jederzeit im persönlichen Dialog mit Gott gesprochen werden. Sie haben aber auch ihren Platz in den verschiedenen Gottesdienstformen.

- 5 In manchen Gemeinden läuten morgens um 6.00 Uhr, mittags um 12.00 Uhr und abends um 18.00 oder 19.00 Uhr die Kirchenglocken zum Angelusgebet der katholischen Christen. In diesem Gebet wird Maria als Fürbitterin angesprochen. Heute wird dieses Gebet eher selten praktiziert, viele Christen kennen die Bedeutung des Glockenläutens nicht mehr. Für die Landwirte war das Läuten zur Mittagszeit früher auch der Hinweis auf die Mittagspause. In den Dörfern mussten die spielenden Kinder beim Abendläuten zu Hause sein.
- 10

Arbeitsaufträge:

1. Schreibe das Vaterunser auf.

VORSCHAU