

Wesensmerkmale Evangelischer Einkehrtage

EINKEHRTAGE, auch Schweige-Retraite genannt, sind eine Form spiritueller Erfahrung, die seit Jahrzehnten in EKD und Ökumene erprobt und bewährt ist. Die Arbeitsgemeinschaft für Evangelische Einkehrtage hat sich die Aufgabe gestellt, diese Gestalt geistlichen Lebens zu fördern und zu entwickeln.

Daneben sind in den letzten Jahren gewisse Formen und Wege von Meditation in Gemeinden und Tagungshäusern erprobt worden, die durch Stille und Gebet zu geistlicher Vertiefung führen und auch die Arbeit der Einkehrtage befruchten.

I. Was ist das Ziel von Einkehrtagen?

Das Stille-Werden des einzelnen Menschen vor Gott ist das Ziel evangelischer Einkehrtage - so, wie Jesus sich immer wieder in die Stille zurückgezogen hat. (vgl. Markus 1, 35 ff)

Einkehrtage wollen herausführen aus dem Vielerlei der täglichen Anforderungen und hineinführen in die Stille vor Gott. Damit nehmen sie die Sehnsucht vieler Menschen auf. Die Teilnehmenden finden in solchen Tagen Zeit für Gott und Zeit zur eigenen Lebensvertiefung. Niemand verlangt etwas von ihnen. So kann es zu einer inneren Erneuerung kommen: ein Mensch gewinnt Klarheit in persönlichen Entscheidungen - er kann (wieder) Gottes Willen für sein Leben erkennen und bereit werden, ihn zu tun. Daraus können neu Glaube und Freude erwachsen.

Einkehrtage werden zur Einladung Gottes an uns. Sie sind Hilfe und Einübung in ein Leben aus der Stille.

II. Wovon leben Einkehrtage?

1. BETRACHTUNG DES WORTES GOTTES

In der Regel wird zweimal am Tag eine - kurze - biblische Betrachtung angeboten, die zum Schweigen und zum persönlichen Gebet hinführen möchte. Diese „meditatio“ hilft, aus dem biblischen Wort die persönliche Anrede Gottes zu hören.

2. SCHWEIGEN

Das Schweigen bei Einkehrtagen ist eine wesentliche Hilfe zum Hören auf Gottes Anrede. Neben Einkehrtagen mit durchgehendem Schweigen gibt es auch aufgelockerte Formen; darauf wird jeweils im Ausschreiben ausdrücklich hingewiesen.

3. GEBET

Einkehrtage regen an zum Gespräch mit Gott, also zum Gebet, erwachsend aus der biblischen Betrachtung und aus der Stille: „meditatio“ führt somit zur „oratio“. Das persönliche Gebet wird ergänzt durch die gemeinsamen Tagzeitengebete und Gottesdienste.

4. EINZELGESPRÄCH UND MÖGLICHKEIT ZUR BEICHTE

Wesentlicher Bestandteil von Einkehrtagen ist das Angebot seelsorgerlicher Einzelgespräche mit den dafür Verantwortlichen. Auch für eine Beichte stehen diese zur Verfügung. Das Einzelgespräch und die Beichte sind die andere Seite des Schweigens. Seelsorge der Teilnehmenden untereinander soll während des Schweigens nicht geschehen.

5. HEILIGES ABENDMAHL

Die Feier des Heiligen Abendmahls ist in besonderer Weise ein Ort der Begegnung von Mensch und Gott. In dieser Feier wird die Gegenwart Christi in verdichteter Weise erfahren. Die tägliche Feier des heiligen Mahles ist darum in vielen Stätten der Einkehr zur „Mitte des Tages“ geworden.

6. LEIBLICHE ÜBUNGEN

Der Weg der Meditation ist immer ein ganzheitlicher Weg. Er schließt Körper, Geist und Seele ein. Leibliche Übungen in unterschiedlichen Formen lockern nicht nur den Körper, sondern wirken auch nach innen, lassen die Seele durchlässiger und aufnahmefähiger werden. So können sie den Weg in der Stille und zum Schweigen unterstützen. Besonders Gebärden können wiederum Ausdruck gewonnener Erfahrungen werden, z. B. Sprache der Hände. Erwähnt sei ferner die Erfahrung mit meditativem Singen, oder auch das Fasten.

7. EINFÜHRUNG

Am Anreisetag und während der folgenden Zeit erläutern die Verantwortlichen die Elemente von Einkehrtagen. Sie versuchen, in den Weg des Schweigens einzuüben. Sie geben Hilfen für den Zugang zur biblischen Betrachtung.

III. Welche Wirkungen haben Einkehrtage für die Gemeinde?

In der Stille können Gaben entdeckt und Aufgaben angenommen werden.

Die persönlichen Erfahrungen aus der Stille können den Glauben bestärken und auch neue Liebe zur Kirche wecken, zur konkreten Gemeinde und zur Welt.

In das Leben einer Gemeinde können Elemente aus Einkehrtagen einfließen, etwa bei Rüstzeiten, Bibelwochen, Tagen der Besinnung, bis hin zu Pfarrkonventen, Kirchenvorstandssitzungen und Zusammenkünften anderer kirchlicher Leitungsorgane. Erst recht gilt das für Andachten und Gottesdienste und für jede Form der Seelsorge. Gewinn hat auch die Hausandacht oder der Hauskreis.

Die geistlichen Erfahrungen, die bei Einkehrtagen gewachsen sind, können überkommenes Glaubensgut wieder lebendig machen. Sie ermutigen aber auch, neue Schritte zu wagen und bewußt christliche Verantwortung wahrzunehmen im persönlichen wie öffentlichen Alltag.

IV. Was ist sonst noch wichtig?

1. ENTSPANNUNG UND ERHOLUNG

Entspannung gehört wesentlich zu Einkehrzeiten hinzu, geht es doch um „re-creatio“, das heißt: Teilhabe an Gottes neuschaffendem Wirken. Es muss also ausreichend Raum für Ruhezeiten bleiben; wenn möglich, soll auch das Leben der Natur hereingenommen werden.

2. UNTERBRINGUNG

Um der Stille willen soll jeder Gast ein Einzelzimmer haben, dessen Einrichtung dem Vorhaben der Einkehrtage gemäß ist.

3. ZEITLICHE DAUER

Einkehrzeiten benötigen in der Regel drei volle Tage. Für Einzelne kann aber auch ein einziger Tag der stillen Einkehr hilfreich sein.

4. GRÖSSE DER GRUPPE

Es entspricht guter Erfahrung, dass jeweils eine verantwortliche Person nicht mehr als zwölf Teilnehmerinnen oder Teilnehmer begleiten kann.

Für Teilnehmende wie für Verantwortliche gilt eine erwartende Haltung: „Rede zu uns, Herr, wir möchten hören.“ (Thomas von Kempen nach 1. Samuel 3, 10).