



Preise, Seele!

(zu Psalm 103)

Mit der Aufforderung: ›Preise den Herrn, meine Seele!‹ beginnt dieser Psalm; mit derselben Aufforderung endet er. Dieser Ruf zum Lobpreis Gottes scheint der innere Beweggrund des Beters zu sein. Mit ›Seele‹ ist die ganze Lebenskraft gemeint. Das hebräische Wort ›nefäsch‹ bedeutet sowohl das Körperorgan ›Kehle‹, aber gleichzeitig alles, was durch die Kehle geht – der Atem das Essen, das Trinken, die Sprache, die Überforderung (Kehle zu) und die Unersättlichkeit (Hals nicht voll kriegen). Wenn der Beter also seine Seele zum Lobpreis auffordert, dann fordert er sich mit seiner ganzen leiblichen und seelischen Existenz auf, JHWH zu preisen.

Wir werden je ein eigenes Bild davon haben, was mit einem Menschen los sein wird, der so energisch seine ›Seele‹, seine ganze Existenz, aufruft, in den Lobpreis einzustimmen. Manche werden das Bild von taumelnder Freude und Dankbarkeit haben, manche ahnen, dass der Lobpreis Ausdruck des Dankes nach überstandenem Unheil ist. Es ist kein unbedachter Jubel, zu dem aufgerufen wird. Die Beterin/der Beter heute wird sich mit der eigenen Lebenssituation einbringen. Vielleicht ist es gerade möglich, mit allem, was das Leben gerade ausmacht, Gott zu preisen – aus der Freude am Leben oder aus der Erfahrung einer Rettung aus tiefer Not.

Der Dichter hat den Psalm gegliedert in einen Auftakt, in dem der Beter seine Seele, seine ganze Vitalität, zum Lobpreis auffordert. Ein hymnisches Danksagen erklingt, das gewiss gespeist ist von Erfahrungen, die der Dichter persönlich oder aus Erzählungen in der Gemeinschaft gewonnen hat. Der heilige Name möge mit allem, was zum Beter gehört, gepriesen sein. Der Psalmist geht wohl davon aus, dass die Beter sich leicht an das zentrale Ereignis der Geschichte Israels erinnern: die Offenbarung des Namens Gottes, die Befreiung aus der Knechtschaft in Ägypten, aber auch den Tanz um das goldene Kalb.

Wenn der Beter nun den heiligen Namen anspricht, dann bezeugt er Gott als den, der immer da ist – JHWH, der ›Ich bin da‹. Was verbindet der Beter mit dieser Erfahrung Gottes: ›Der dir Gutes getan hat! / Der



Bild (Ausschnitt): Schenkung Jehuda Bacon, Jerusalem/Kunstsammlungen der Diözese Würzburg
In: Pfarrbriefservice.de

deine Schuld vergibt. / Der deine Geberechen heilt. / Der dein Leben vor dem Untergang rettet. / Der dich mit Huld und Erbarmen krönt. / Der dich dein Leben lang mit Gaben sättigt.?

Diese Aufzählung bekräftigt, dass Gott erfahren ist als der, der ganz und gar im Leben mitgeht. Darum möge das Leben, die Seele, sich einstimmen lassen in den Lobpreis dieses Gottes. Mit einem sehr sprechenden Bild enden diese hymnischen Preisungen: Die Gegenwart Gottes schafft immer wieder Auftrieb (*›wie der Adler in seinem Flug*), ermöglicht neues Zugreifen zum Leben. Das so sprechende Bild hierfür: *›Wie dem Adler wird dir die Jugend erneuert.‹* Die Gewissheit der Gegenwart Gottes kann wirken wie eine Verjüngung des Lebens, wie eine Wiederverlebendigung.

Dann greift der Beter zurück auf die Erfahrungen der Glaubensgemeinschaft, die Erfahrungen Israels. Hier kommen die Rückbindungen an die Exodus-Erzählungen in Erinnerung: Gott befreit aus Unterdrückung, indem er *›Recht allen Bedrängten verschafft.‹* Da denkt der Beter an die Befreiung aus dem ägyptischen Joch. Noch tiefer aber ist die Befreiung aus der Schuldverstrickung, die das Volk in der Anbetung des goldenen Kalbes auf sich genommen hat. Denn der Vers 8 ist ein Zitat aus Exodus. Da offenbart Gott nach dem Vergehen um das

goldene Kalb seinen Namen – und damit sein Wesen – erneut: *›Der Herr ist barmherzig und gnädig, langmütig und reich an Huld.‹*

In der Exodus-Erzählung werden Gottes Güte, aber auch Gottes Zorn benannt. Der Psalmist lässt die Güte Gottes letztlich obsiegen. Die Güte ist seine Bereitschaft zur Vergebung, seine Klarheit, sich – menschlich gesprochen – nicht als nachtragend zu erweisen. Die Sünde der *›Mütter und Väter‹* wirkt nach bis in einige Generationen. Das ist nicht die Beschreibung eines nachtragend zürnenden Gottes. Es ist die Beschreibung der menschlichen Erfahrung, dass das Vergehen (wie auch die Großartigkeiten) der jeweiligen Vorfahren Auswirkungen haben auf spätere Generationen. Die Erfahrung des Beters mit Gott ermutigt ihn, Gott als gütig, vergebend, liebend zu begreifen. Das gilt auch und gerade da, wo der Mensch vor den Ansprüchen der Gottesbeziehung versagt.

Woher nimmt der Beter diese Gewissheit vom Wesen Gottes? Er beschreibt die Erfahrung der Güte Gottes im Bild des unendlichen Raumes zwischen Himmel und Erde: *›Denn so hoch der Himmel über der Erde ist, so mächtig ist seine Huld über denen, die ihn fürchten.‹* So unvorstellbar groß dieser Raum ist – es ist wunderbar, die Güte Gottes in diesem Maß der Unerfass-

lichkeit glauben zu dürfen. Mehr noch: Gott ist nicht allein gnädig. Er will all das Schuldbelastete des Menschen entsorgt sehen: *›So weit der Aufgang entfernt ist vom Untergang, so weit entfernt er von uns unsere Frevel.‹*

Manche von uns werden wissen, wie wenig uns aus uns selbst die Kraft gegeben ist, Schuld von uns zu entfernen. Schuld erleben wir oft als bleibenden Bestandteil der eigenen Lebensgeschichte. Der Mensch muss damit leben. Dass er aber wirklich leben kann – *›verjüngt‹* durch das Erbarmen Gottes – das ist die Gabe der Liebe Gottes. Der Psalmist nimmt das Bild der liebenden Eltern auf. Wo diese Liebe ist, da kann es nicht anders sein, als durch Erbarmen die Möglichkeit eines neuen Anfangs zu ermutigen: *›Wie ein Vater und eine Mutter sich ihrer Kinder erbarmen, so erbarmt sich der Herr über alle, die ihn fürchten.‹* Das *›fürchten‹* ist nicht die zitternde Angst, sondern die Ehrfurcht vor der Größe Gottes, des Urhebers allen Lebens.

Der nächste Abschnitt (Vers 14-18) beginnt wieder mit einem *›Denn‹*, das die vorher beschriebene Erfahrung mit Gott erläutert. Gott weiß, dass wir Menschen sind. Das menschliche Wesen ist vergänglich. Es kann aus sich kein vollendendes Leben schaffen: *›Denn er weiß, was wir für Gebilde sind ... Staub ... wie Gras sind die Tage des Menschen, erblüht wie die Blume des Feldes. Unausweichlich drastisch die auslöschende Vergänglichkeit des menschlichen Lebens: ›Fährt der Wind darüber, ist sie dahin.‹* Und in den Augen der Menschen oft das Niederschlagendste: die Bedeutungslosigkeit, die erinnerungslose Auslöschung: *›Der Ort, wo sie stand, weiß nicht mehr von ihr.‹*

Dagegen die glaubende Gewissheit des Psalmisten: *›Doch die Huld des Herrn währt immer und ewig, für alle, die ihn fürchten. Seine Gerechtigkeit erfahren noch Kinder und Enkel.‹* Sehr bewusst scheint der Dichter den Bogen der Wirkung auch hier über die Generationen hinweg zu spannen. Wo Menschen diese Erfahrung der Gerechtigkeit Gottes gemacht

haben, da schwingt auch die Sicherheit mit, dass diese Erfahrung der Güte und Größe Gottes den nachkommenden Generationen zur Verfügung steht.

Dass das so erlebt sein kann, das bindet der Beter an die Treue des Menschen zu seinem Gott: *›Seine Gerechtigkeit erfahren noch Kinder und Enkel, alle, die seinen Bund bewahren, die seiner Befehle gedenken und danach handeln.‹*

Unser Psalm endet mit einem hymnischen Nachklang. Jetzt erscheint Gott in seiner ganzen königlichen Würde – mit Thron und himmlischen Mächten. Die Engel erscheinen als Vollstrecker dieser Heilsbotschaft, die der Psalm gepriesen hat: Gottes Bereitschaft zur Vergebung, Gottes Güte und Erbarmen, Gottes Liebe steht über allem. Um dieses so Riesige den Menschen verständlich zu machen, fordert der Psalmist auch *›die Engel ..., die Heerscharen, ... alle Werke und jeden Ort seiner Herrschaft‹* auf, diesen erhabenen und liebenden Gott zu preisen. Dieser Lobpreis der himmlischen Scharen möge die irdischen Beter unterstützen.

Der Psalm endet, wie er begonnen hat: mit der Aufforderung an die *›Seele‹*, die ganze Kraft des Lebens, den Herrn zu preisen.

Der Psalmist spricht, wie wir aus dem Gesamt des Gebetes entnehmen können, als jemand, der die Schuldverstrickung des Lebens kennt. Schuldverstrickung ist auch immer wieder der mögliche Verlust der Gottverbundenheit. Der Beter bezeugt aber, dass selbst in Schuldverstrickung von Seiten Gottes alles zum Wiederbeginn, zur *›Verjüngung‹*, zur Lebensermutigung angelegt ist. Und weil dem Beter das so zur Gewissheit geworden ist, kann er sein Leben, seine *›Seele‹* aufrufen: *›Preise den Herrn, meine Seele!‹*

*Ihr
Matthias Schnegg*



Visitation in der Kölner Innenstadt

Zwischen Mai und Juli wird Weihbischof Rolf Steinhäuser zur bischöflichen Visitation auch zu uns kommen.

Die Visitation sucht viele Begegnungen mit der Wirklichkeit der Gemeinden in der Mitte Kölns.

Der Weihbischof wird am **19. Mai** die Kleinkindermesse mitfeiern und anschließend sich mit den Mitfeiernden zum Frühstück zusammensetzen.

Ebenso am **19. Mai** wird der Bischof am Abend in St. Maria in Lyskirchen die Hl. Messe mitfeiern.

Daneben sind am **8. Mai** Einzelgespräche mit den Seelsorgern vorgesehen, ein Zusammentreffen der »Folgedienste« (wie Küster, Organist, Pfarramtssekretärinnen) und eine Aussprache mit den Mitgliedern der Kirchenvorstände und der anderen Gremien der Gemeindevertretung. (MS)

Kryptagebet

Vorbereitungsteam will bis zu den Sommerferien eine neue Form des Kryptagebetes ausprobieren

Das Kryptagebet bietet fünf Mal im Jahr die Möglichkeit, jeweils freitags, am Ende der Arbeitswoche, zu sich zu finden. Dazu geht es neue Wege. Es findet von 20 bis 21 Uhr statt (bisher von 20.00 bis 20.30 Uhr).

Zu Beginn gibt es einen Gedanken für den Abend oder einige Klänge zum Eintauchen in die darauf folgende Stille. Zur Ruhe kommen wird einem leicht gemacht durch das Gewölbe und die Säulen der Krypta.

Sie strahlt im Dämmerlicht und bei Kerzenschein eine Atmosphäre der Ruhe aus. Eine Stunde zum darin Versinken, man darf auch später dazukommen oder eher gehen.

Zugang über den Lichhof.

Nächster Termin: **Freitag, 29. März 2019, 20 Uhr.**



Männerwallfahrt

auch in diesem Jahr dürfen wir Sie auf den Schweigegang der Männer am **6. April 2019** nach Kalk aufmerksam machen.

Ausgehend von verschiedenen Stationskirchen zur Gnadenkapelle in Kalk und dann gemeinsam zum Hohen Dom pilgern Männer und Jugendliche schweigend und im stillen Gebet durch die Straßen Kölns. Die Wallfahrt schließt mit einem festlichen Gottesdienst um 22.15 Uhr im Dom, den der neu ernannte Stadtmännerseelsorger Pfarrer Bernd-Michael Fasel, mit den Männern und Jugendlichen feiern wird.

Der Eröffnungsgottesdienst in St. Maria im Kapitol beginnt um **19.15 Uhr.**

Herzliche Einladung. (RH)

Ursula Harper/Leipzig
in Pfarrbriefservice.de



Gottesdienstbesuch

Am letzten Sonntag fand im Erzbistum Köln die alljährliche Zählung der Kirchenbesuchenden statt. Unsere Kleinkindermesse besuchten 28 kleine und große Christen; und das Hochamt durften wir mit 57 Gläubigen gemeinsam feiern.

Allen Gottesdienstbesuchenden ein Vergelt's Gott für Ihr Mitfeiern des Auftrages Jesu: »Tut dies zu meinem Gedächtnis«.

Es bedeutet uns viel das Erbe der Erbauerinnen unserer Basilika hier noch immer Sonntag für Sonntag im Geiste des Auferstandenen miteinander pflegen zu dürfen. (RH)

Lektoren- und Ministrantentreff

Am Sonntag, dem **7. April um 11.45 Uhr** treffen sich unsere Lektoren und Ministranten zur Vorbereitung der Heiligen Woche im Pfarrhaus!

Herzliche Einladung!

Wir sind dankbar für Jede und Jeden der dabei sein kann. (RH)

Palmwedel-Basteln

Am **7. April 2019 um 10.15 Uhr** sind unsere Jüngsten mit ihren Eltern zum traditionellen »Palmwedel-Basteln« in den Pfarrsaal eingeladen.

Die Aktion startet direkt im Anschluss an die Kleinkindermesse.

Hierzu schon jetzt herzliche Einladung. (RH)

Misereor-Fastenaktion – Hungertuchwallfahrt

(Köln) Von München und Paderborn nach Köln – insgesamt rund 120 Wallfahrer haben sich in mehreren Etappen auf den Weg gemacht, um das Misereor-Hungertuch bis in die Domstadt zu tragen, wo in diesem Jahr unter dem Motto »Mach was draus, sei Zukunft!« die Misereor-Fastenaktion eröffnet wird.



Während des feierlichen Abschlussgottesdiensts in unserer Kirche hielt Generalvikar Dr. Markus Hofmann die Predigt. (Quelle: Erzbistum Köln/Schoon).

Am Samstag, 9. März kamen die Wallfahrer an der Kölner Kirche St. Maria in Lyskirchen an, wo sie vom Kölner Generalvikar Dr. Markus Hofmann und Misereor-Hauptgeschäftsführer Pirmin Spiegel empfangen wurden. Von dort pilgerten sie nach einer Statio gemeinsam die letzten Meter nach St. Maria im Kapitol, wo die Wallfahrt mit einem Gottesdienst ihren Abschluss fand. Generalvikar Hofmann würdigte vor Ort das Engagement der Wallfahrer: „Das Hungertuch bewegt Menschen im doppelten Sinne: Die Wallfahrer haben sich mit dem Hungertuch beschäftigt und dabei erkannt: Gott sucht den Menschen. Von dieser Botschaft bewegt, haben sie sich auf den Weg gemacht, um andere Menschen an dieser Erfahrung teilhaben zu lassen.“

Zum Auftakt der Misereor-Fastenaktion gibt es traditionell zwei unterschiedliche Wallfahrten an den Ort der Eröffnung. Als sichtbares Zeichen ihrer Solidarität tragen die Wallfahrenden das aktuelle Hungertuch mit sich. In diesem Jahr handelt es sich dabei um ein Kunstwerk mit dem Titel „Mensch, wo bist du?“ von Uwe Appold. Unterwegs erzählen sie von den Nöten und Hoffnungen der Menschen in den Ländern des Südens. (Erzbistum Köln/Schoon)

Für St. Maria in Lyskirchen und St. Maria im Kapitol war es schön, den Pilgernden Zielort und geistliche Herberge bieten zu können und mit ihnen gemeinsam Eucharistie feiern zu dürfen. (RH)

Die „Heilige Woche“ 2019 in ST. MARIA IM KAPITOL

Palmsonntag , 14. April	9.30 Uhr	Kleinkindermesse
	10.30 Uhr	Palmweihe im Kreuzgang anschließend Palmprozession, Passionslesung und Eucharistie mit besonderer musikalischer Gestaltung



Gründonnerstag , 18. April	17.30 Uhr	Beichtgelegenheit
	18.30 Uhr	Liturgie vom letzten Abendmahl Musik: besinnlich-barocke Instrumentalmusik zum Gründonnerstag
	19.30 Uhr	Stille Anbetung zur Ölbergstunde (bis 20.00Uhr)
Karfreitag , 19. April	15.00 Uhr	Liturgie vom Leiden und Sterben Jesu Gregorianische Gesänge zum Karfreitag
Osternacht , 20. April	21.00 Uhr	Liturgie der Osternacht Beginn mit der Weihe des Osterfeuers und der Osterkerze in der Kirche; anschließend Agape im Pfarrsaal und am Osterfeuer
Ostersonntag , 21. April	9.30 Uhr	Kleinkindermesse anschließend Ostereiersuche im Kreuzgang
	10.30 Uhr	Hochamt Festliche Musik zu Ostern
Ostermontag , 22. April	10.30 Uhr	Hochamt mit festlicher Musik Musik: festliche Musik für Trompete und Orgel mit Werken unter anderem von G. PH. TELEMANN, G. F. HÄNDEL <i>Aaron Fehr (Trompete); Wolfgang Klein-Richter (Orgel)</i>

Gottesdienste in ST. MARIA IM KAPITOL

Sonntag, 24. März	9.30 Uhr	Kleinkindermesse
	10.30 Uhr	Heilige Messe der Gemeinde
Donnerstag, 28. März	18.30 Uhr	Heilige Messe der Gemeinde
Freitag, 29. März	20.00 Uhr	Kryptagebet (<i>Eingang über den Lichhof</i>)
Sonntag, 31. März	9.30 Uhr	Kleinkindermesse
	10.30 Uhr	Heilige Messe der Gemeinde
	11.45 Uhr	Taufe

Gottesdienste in ST. MARIA IN LYSKIRCHEN

Sonntag, 24. März	18.00 Uhr	Heilige Messe der Gemeinde
Donnerstag, 28. März	06.00 Uhr	Frühschicht zur Fastenzeit mit anschließendem Frühstück im Pfarrsälchen
	15.00 Uhr	Rosenkranzgebet für den Frieden und die Versöhnung der Religionen und Kulturen
Freitag, 29. März	18.00 Uhr	Heilige Messe in der Krypta <i>anschließend Bibelgespräch im Pfarrsälchen</i>
Sonntag, 31. März	19.00 Uhr	Heilige Messe der Gemeinde

Matthias Schnegg, Pfarrer

Tel 0221/2 57 05 64; schnegg@lyskirchen.de; An Lyskirchen 12, 50676 Köln

Msgr. Rainer Hintzen, Subdiar

Tel 0221/16 42-15 52 und 0221/21 46 15; krankenhauseelsorge@erzbistum-koeln.de;
Marienplatz 17-19, 50676 Köln

Tanja Nowakowski, Pfarramtssekretärin

Tel 0221/21 46 15; pfarrbuero@maria-im-kapitol.de; Marienplatz 17-19, 50676 Köln

Öffnungszeiten des Pfarrbüros:

Montag, Dienstag, Mittwoch und Freitag 9 bis 12 Uhr; Donnerstag von 15 bis 18 Uhr

