

*Fromm? Erich Fromm? Nein: Richtig fromm! Doch der alte Begriff ist inzwischen fast nur noch im Namen eines prominenten Psychoanalytikers geläufig. Er ist mit dem lateinischen „primus“ verwandt und hat ursprünglich die Bedeutung von „vorzüglich, förderlich, tapfer“. Ein vorzüglicher Rang wird ihm auch in der Bibel eingeräumt, etwa im Psalm 116, 15, wo es heißt:*

# fromm!

*„Kostbar ist in den Augen des Herrn der Tod seiner Frommen.“*

*Deutschen Theologen ist es dennoch gelungen, „fromm“ in den letzten fünfzig Jahren nur noch ironisch zu benutzen oder es zu einem Schimpfwort umzudeuten und das „Heilige“ allgemein lächerlich zu machen. „Fromm“; so haben ungezählte Lehrer unzähligen Studenten weisgemacht, sei ein Gegensatz zu „aufgeklärt“.*

*Diese neue Kolumne hingegen soll nur der Rehabilitierung des schönen Wortes „fromm“ dienen. Die Idee dazu stammt von Peter Seewald, der sein letztes Buch so nennen wollte, das nun aber „Kult“ heißt. So ist das Wort wieder etwas frei und brach geworden, zu dem jetzt Elisabeth von Thurn und Taxis an dieser Stelle mit ihrer Rückkehr zur katholischen Kirche sehr persönlich einladen will. Die Redaktion*



ELISABETH VON THURN UND TAXIS, LONDON

## Das Morgengebet

Früher habe ich selten am Morgen gebetet. Meistens lag es daran, dass ich keine Zeit hatte oder mir einbildete, keine Zeit zu haben. Lieber blieb ich benommen noch ein paar Minuten im Bett liegen und versteckte mich unter meiner Bettdecke wie ein Molch.

Inzwischen ist das Morgengebet das wichtigste Ritual meines Tages. Darüber bin ich sehr froh; denn ich bin kein wirklicher Routine-Typ. Das Gebet unmittelbar nach dem Aufwachen hilft mir, mich zu zentrieren. Es bereitet mich auf den Tag vor. Es ermöglicht mir, einen Moment inne zu halten, bevor alles losgeht.

Früher begann mein Tag ständig in Hektik. Zu spät für die Schule, zu spät für die Uni, schnell noch dies oder jenes. Keine Zeit, keine Zeit, keine Zeit. Wie konnte ich wissen, dass ich – wie so oft – an der falschen Stelle sparte. Das Morgengebet beraubt mich nicht. Es bereichert mich.

Es dauert etwa fünfzehn Minuten. Zuerst lese ich den „Gedanken für jeden Tag“ von Romano Guardini. Manchmal verstehe ich den Gedanken sofort. Andere Male verstehe ich nur Bahnhof.

Oder ich lese einige Extrakte aus einem kleinen Büchlein von Benedikt XVI. mit dem Titel „Gedanken und Impulse für junge Menschen“. Heute zum Beispiel gefiel mir der Gedanke, dass sich die Erde nur durch Vergebung von einem „Tal der Tränen“ in einen „Garten Gottes“ verwandeln lässt. Nur durch die göttliche Vergebung, die der Gnade entspringt. Diese Gnade spüre ich nach meinem Morgengebet am allermeisten.

Endlich bin ich mehr oder weniger wach. Bevor ich mich tatsächlich aus dem Bett rolle und aufrichte, knie ich mich nochmals hin, um ein Ave Maria zu beten. Das Hinknien ist so etwas wie eine Demutsübung. Oder ein Opfer. Ich knie nämlich sehr ungern. Aber gerade aus diesem Teil schöpfe ich am meisten Kraft. Die göttliche Gnade spüre ich im Knien mehr als in jeder anderen Position.

Oft bin ich am Morgen noch sehr verschlafen und das Lesen und Aufnehmen fremder Gedanken fällt mir schwer, auch wenn sie noch so vereinfacht sind. Trotzdem fühle ich mich durch mein Morgengebet geborgen. Es ist, als ob ich eine Art Schutzpanzer um mich schnalle. Diese fünfzehn Minuten erinnern mich daran, dass ich erst wirklich lebe, wenn ich mit Gott lebe und er in mir. Es gibt keine sinnvollere Art, meinen Tag zu beginnen.