



Was ist eine Methanie?

Das Wort Methanie kommt vom griechischen metanoia und bedeutet Umkehr, sich umwenden. Es ist eine Geste der Reue, die im christlichen Osten sehr häufig das Beten begleitet. Es gibt die Methanie unter zwei Formen; die kleine Methanie, bei der man sich verneigt und mit der rechten Hand den Boden berührt; die große Methanie, bei der man sich vollständig auf den Boden wirft und mit der Stirn den Boden berührt; bei beiden Formen folgt ein anschließendes Kreuzzeichen im Stehen.

Die Schrift kennt weitere Gesten der Reue (das Zerreißen der Kleider, sich in Sack und Asche kleiden, ...), die heute keine Verwendung mehr finden; vielleicht bereits durch den Einfluß der Propheten des Alten Bundes, die daran erinnerten, dass die Verehrung Gottes zu allererst spiritueller Natur sein soll: "Kehrt um zu mir von ganzem Herzen mit Fasten, Weinen und Klagen. Zerreißt eure Herzen, nicht eure Kleider!" (Joel 2,12-13)

Die Geste der Verneigung, die sich auch im Neuen Testament findet, ist in der Tradition der monastischen Bewegungen erhalten geblieben (beginnend im 4. Jh. in Ägypten und Palästina). Die Apophthegmata (Sinnsprüche) der Wüstenväter nennen häufig Mönche, die nach einer Ermahnung durch ihren Abba (spirituellen Vater) vor ihm eine Methanie machen, um ihre Schuld anzuerkennen und um Verzeihung zu bitten. Dieser Gestus ist sodann von den orientalischen Kirchen in ihrer Liturgie aufgegriffen worden.

Die Methanie, bei der der Boden berührt wird, ist zuallererst eine Geste der Demut: indem wir physisch in Kontakt kommen mit der Erde (humus), aus der wir gemacht sind (vgl. Gen. 2,7), erinnert sie uns an unser Geschöpfsein und unsere Sterblichkeit. An dieselbe Realität erinnert die westliche Liturgie, wenn sie an Aschermittwoch zu Beginn der Fastenzeit durch die Priester das Aschenkreuz auf die Stirn der Feiernden zeichnen lässt, der dazu spricht: "Bedenke, dass du Staub bist und zum Staub zurückkehren wirst." Doch bei der Methanie richten wir uns wieder

auf im Schlagen eines großen Kreuzzeichens, denn durch das Kreuz Christi sind wir wieder aufgerichtet, von unseren Sünden befreit und unserer Vergänglichkeit. So wird die Methanie auch zum Zeichen für Tod und Auferstehung (wir atmen aus bei der Verneigung und ein beim Aufrichten), an der wir in der Nachfolge Christi Anteil haben.

Die Gemeinschaften von Jerusalem wollten diese Geste in ihre Liturgie aufnehmen (während das Trishagion gesungen wird und während der Ikonenverehrung), aus dem Wunsch heraus, zu den Quellen der Liturgie der ungeteilten Kirche zurückzukehren. Doch ein weitere Grund war die Einsicht, dass es für unseren seitgenössischen Kult wichtig ist, den ganzen Leib in das Beten miteinzubeziehen, der ja "Tempel des Geistes" (vgl. 1 Kor 6,19) ist. "Der ganze Mensch hat sich durch den Sündenfall von Gott abgewandt, so muss auch der gesamte Mensch wiederhergestellt werden; der Mensch in seiner Gesamtheit muss zu Gott umkehren. (...) Aus diesem Grund bekehrt sich der ganze Mensch - Leib und Seele. Der Leib nimmt Teil am Gebet der Seele, ebenso wie die Seele durch und im Leib betet. Die Verneigungen, Zeichen der Reue und der Demut, der Anbetung und des Gehorsams, sind so bevorzugte Riten der vierzigstägigen Bußzeit." (vgl. *Schmemmann, Le Grand Carême, Bellefontaine, 1974, S.45; eigene Übersetzung*)