

GREGOR BAUMHOF

GESÄNGE  
DER STILLE

Dieses Buch widme ich  
meinen Engeln.

GREGOR BAUMHOF

# GESÄNGE DER STILLE

Mit dem Gregorianischen  
Choral meditieren

Ein Übungsbuch  
mit CD

KÖSEL

2. Auflage 2007  
Copyright © 2006 Kösel-Verlag, München,  
in der Verlagsgruppe Random House GmbH  
Umschlag: Elisabeth Petersen, München  
Umschlagmotiv: altrendo images/gettyimages  
Druck und Bindung: Kösel, Krugzell  
Printed in Germany  
ISBN 978-3-466-36721-4

[www.koesel.de](http://www.koesel.de)

Gedruckt auf umweltfreundlich hergestelltem *Bilderdruckpapier*  
(säurefrei und chlorfrei gebleicht)

# Inhalt

Einführung .....	7
Vorwort .....	8
Was ist das: »Gregorianischer Choral«? .....	11
Zur Auswahl der Gesänge .....	15
Zum Gebrauch des Buches .....	19
Die Zeiterfahrung des Gregorianischen Chorals .....	22
Hinweise zu den Farbtafeln .....	26
Der Gregorianische Choral in der Advents- und Weihnachtszeit .....	27
1. STATION: Der erste Advent – Die Sehnsucht nach Bezug und Licht .....	28
2. STATION: Der zweite Advent – Die Sehnsucht nach Heil und Heilung .....	46
3. STATION: Der dritte Advent – Die Sehnsucht nach Freude .....	57
4. STATION: Der vierte Advent – Die Sehnsucht nach neuem Leben. . .	70
5. STATION: Die sieben Tage vor Weihnachten – Die großen Lieder der Sehnsucht .....	79

6. STATION: Das Fest der Geburt des Herrn (Weihnachten) – Das leise Staunen und das bewegte Staunen . . . . .	101
7. STATION: Das Fest der Erscheinung des Herrn (Dreikönig) – Das schenkende Staunen . . . . .	129
8. STATION: Nach Erscheinung I – Das universale Staunen . . . . .	141
9. STATION: Nach Erscheinung II – Die Freude aus dem Suchen. . . . .	148
10. STATION: Das Fest der Darstellung des Herrn (Mariä Lichtmess) – Das dankbare Staunen . . . . .	155

Anhang . . . . .	165
------------------	-----

Hinweise zur Notation des Gregorianischen Chorals . . . . .	165
-------------------------------------------------------------	-----

Quellenhinweise . . . . .	174
---------------------------	-----

Danksagung. . . . .	175
---------------------	-----

Übersicht über die Gesänge und den Inhalt der CD . . . . .	176
------------------------------------------------------------	-----



EINFÜHRUNG

GESÄNGE  
DER STILLE

# Vorwort

Der Gregorianische Choral erwuchs im frühen Mittelalter aus dem Gebet und der Kontemplation der Mönche – vor allem aus dem Beten des Psalters – und ist eine besondere Form gesungener Meditation. Er kann als Übung verstanden werden, die mit Hilfe der dauernden Wiederholung bezweckt, zu Bewusstseinschichten vorzudringen, die dem Verstand und allen Bestrebungen, immer wieder nach anderem Ausschau zu halten, zunächst verschlossen sind. Der Gregorianische Choral will das, was die Gedanken übersteigt, in einem anderen Medium als der Sprache ausdrücken. Damit ist er echte seelische Ausdruckskunst, die in der Form des einfachen, einstimmigen Gesanges, der ruhigen und strömenden Melodie die Ehrfurcht vor dem Heiligen, das Moment der Verehrung des Ewigen hör- und vernehmbar macht.

Ich bin in den langen Jahren meiner Tätigkeit als Referent von Tagungen und Seminaren sehr vielen Menschen begegnet, seien es kirchentreu oder kirchenferne, die spüren, dass von diesen Gesängen eine Kraft ausgeht, die ihnen gut tut, die ihnen Ruhe in hektischen Situationen zu schenken vermag. Diese Kraft ist offensichtlich von einem so ganz anderem Atem gesteuert, dass es ihr gelingt, Menschen mit ihren eigenen Empfindungsbereichen in Kontakt zu bringen, die in den regulären Gottesdiensten oftmals nicht mehr angesprochen werden.

Diese Menschen belassen es auch nicht beim Kauf von CDs, beim reinen Sich-beschallen-Lassen und beim Reden über die Interpretation, sondern sie suchen sich mit eigenem Engagement dieser Musik wieder zu nähern und halten nach Angeboten Ausschau, in denen Choral gesungen, gehört und betrachtet wird. Seit über zehn Jahren habe ich hier in meinem Kloster und in vielen Einrichtungen außerhalb die große Begeisterung gespürt, die diese Musik bei den Teilnehmern der Seminare und Kurse zu wecken vermag – durch Hören und eigenes Singen. Deswegen ist das Buch für all jene bestimmt, die ein Bedürfnis



spüren, sich ihr geistliches Leben von der Kraftquelle des Gregorianischen Chorals her vertiefen und bereichern zu lassen. Aus diesem Grunde habe ich in diesem Buch auch auf die Darstellung theoretischer Gegebenheiten und auf jeden wissenschaftlichen Anspruch bewusst verzichtet – für diese Bereiche des Gregorianischen Chorals gibt es andere Bücher. Am Ende des Buches aber findet der Leser, der sich diesem Gebiet aus Interesse nähern möchte, eine kleine Hinführung zu den besonderen Notationsformen des Chorals.

Dieses Buch wendet sich an all jene, die bereit sind, mit Aufmerksamkeit und innerer Bereitschaft, ja auch einer Portion Neugier sich wieder einem Akt zu öffnen, der seit alters her mit dem Leben und der Freude in Verbindung steht: dem Hören und Singen. Es richtet sich auch an die Menschen, die sich auf eine Botschaft einlassen wollen, die aus der Sehnsucht nach Leben erwächst, die sich konzentrieren wollen auf das »Wesentliche, das den Augen verborgen ist« und die »wahrnehmen« wollen, wie die geistliche Glaubenskraft des Künstler-Sängers, der in seinen Gesängen das Wort Gottes zum Erblühen bringen wollte, bis in die heutigen Tage und Erfahrungen hinein helfend und heilend wirken kann. Gegenstand dieser Übungen sind in diesem Buch ausgewählte Gesänge des Weihnachtsfestkreises vom ersten Advent bis zum Fest der Darstellung des Herrn. Das Buch kann aber auch zu anderen Zeiten des Jahres mit Gewinn benutzt werden.

Ich selbst habe diese Gesänge erst in meinem Leben als Mönch kennen gelernt. Als Ergebnis immer wieder erneuten, regelmäßigen Singens wusste ich sie von Jahr zu Jahr mehr zu schätzen. Dabei hat mir auch eine Stimmbandentzündung mit Operation schmerzlich vor Augen geführt, was passiert, wenn man mit seinem Instrument nicht behutsam genug umgeht. Aber ich habe in den vielen Jahren immer deutlicher und intensiver spüren dürfen, dass diese Gesänge den Rang von Zeugnissen haben, dass sie Beweise sind, die verlässlicher sind als bloße Worte. Wirklich fromme Kunst kann nicht lügen. Das ist wohl auch der Grund, dass die Gesänge für mich wie Nahrung geworden sind und ich von Jahr zu Jahr mehr spüre: Es muss wahr sein. Die ersten Sänger, die diese Lieder auswendig, »par-cœur«, konnten, haben Christus als Wegbegleiter des »Ich bin bei euch alle Tage« existenziell erfahren, täglich wohl. Die hat es gebeutelt und gefasst. Und sie haben auf diese Wegbegleitung eine Antwort gewusst, die bis

heute tragen kann. Ich bin im Laufe der Jahre dabei immer dankbarer dafür geworden, dass diese Gesänge mein Leben begleiten an jedem Tag, in jeder Woche und alle Jahre. Vor diesen Gesängen immer wieder stehen, heißt, bis zur Meisterschaft den Neid lernen, weil ich es nie wagen würde, aus der Kenntnis der Gesänge heraus selber so einen Gesang zu schaffen. Wenn ein kleiner Funke dieser ungebrochenen Begeisterung überspringen kann auf die Leserinnen und Leser, dann hat dieses Buch seinen Sinn erfüllt.

In meinen vielen Seminaren habe ich die Erfahrung gemacht, dass es sinnvoll ist, den Ausgang zu Betrachtungen zum Gregorianischen Choral nicht sofort mit musikalischen Beispielen vorzunehmen. Allzu sehr schreckt doch viele die Tatsache ab, dass der Gregorianische Choral als Vertonungsgrundlage die lateinische Sprache und zudem eine eigene Notation hat. Und da ich vermeiden möchte, dass äußerliche Dinge – und um diese handelt es sich zunächst bei Notation und Sprache – den Zugangsweg versperren oder erschweren, soll zu Beginn dieses Buches – für alle als offene Eintrittstüre – die Betrachtung eines für den Choral und sein Verständnis sehr wichtiges Bild stehen. Das Bild ist entnommen dem Codex 390/391 der Stiftsbibliothek von St. Gallen. Es handelt sich bei diesem Codex um ein Buch, das die Gesänge des mönchischen Stundengebetes enthält und das von dem Mönch Hartker zwischen 986 und 1011 geschrieben wurde.

# Was ist das: »Gregorianischer Choral«?

Das von großer Ruhe, ja von großer Stille geprägte Bild zeigt die Szene einer Weitergabe, einer Mit-Teilung. In der linken Bildhälfte, die in der Deutung der mittelalterlichen Bildsymbolik oft mit dem Unbewussten in Verbindung gebracht wird, sitzt, vielmehr thront eine große Gestalt, die mit einem kreisrunden Nimbus versehen und in ein liturgisches Gewand gekleidet ist. Der Nimbus weist sie als Heiligen, das Ypsilon auf dem in ruhigen Falten fallenden Gewand als Wissenden, als Weisen aus, der in seinem Leben Entscheidungen für sich getroffen hat. Er hat, um es mit Worten aus der Regel des hl. Benedikt



Aus dem Codex 390/391 der Stiftsbibliothek St. Gallen (Codex Hartker), um 1000 n. Chr.

zu sagen, das »Ohr seines Herzens« aufgemacht. Er praktiziert eine Aufforderung, die mit dem Wort »Effata« einst im Taufritus dem Täufling zugesprochen wurde und die so viel wie »Tu dich auf« bedeutet. Auch seine Augen schauen weit nach

innen, sie wollen weder etwas deutlich anschauen oder jemanden fixieren, schon gar nicht als Sinne »rezeptiv« konsumieren. Die Augen sind, wie das Gehör, nach innen gerichtet. Diese Gestalt ist im Geheimnis daheim.

Die Taube, die sich auf der rechten Schulter der Gestalt niedergelassen hat, ist Quelle der In-»Spiration«. Der Heilige Geist, der sich seit alters her für die Seele ins Bild der Taube – die als Vogelwesen der bewegten Luft eines »Oben« angehört – fassen lässt, bedarf dieser Haltung der nach innen gekehrten Stille, sonst kann Er sich nicht verständlich machen. »Spiritus« meint ja sprachlich zunächst nicht »Geist« sondern die Luftbewegung des Atems oder des Windes, also Uräußerungen des Lebendigen, nicht Greifbaren. Was die Taube an das Ohr – das im Wirkungsbereich des Nimbus liegt, der immerhin vier von fünf Sinnen erfasst – weitergibt und mitteilt, ist denn auch mehr als Nachricht oder Information: Es ist für mich, wenn ich das Wort des heiligen Augustinus »Wer liebt, singt« anthropomorph auf den Geist Gottes beziehe, die im Wort des Lebens ausgesungene Liebe Gottes zu uns.

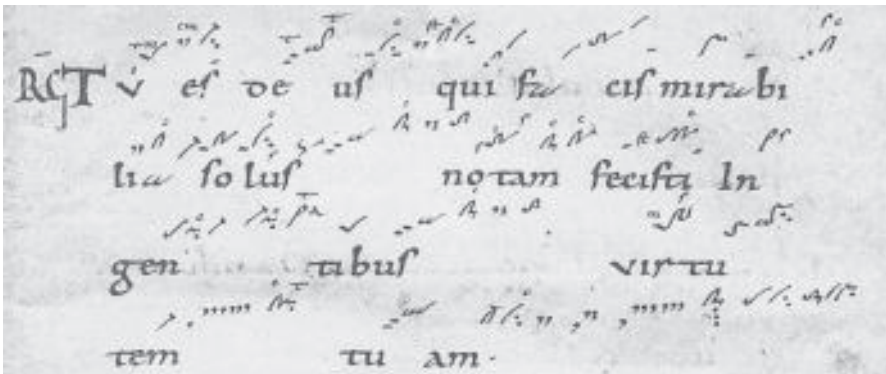
Nun gibt die konzentrierte, ruhig und gelassen thronende Gestalt erstaunlicherweise das Gehörte nicht mit dem Munde weiter, sondern antwortet mit einer der gehörten »Bewegung« adäquaten, doch schon tiefer liegenden, erdnäheren Handbewegung, die die ganze Bildmitte in Anspruch nimmt: Das als Geheimnis Gehörte tritt ins offensichtlich Sichtbare. Die Hand, die in ihrer Bedeutungsgröße gezeigt wird und deren Form – parallel etwas schräg nach unten verschoben – an die Taube erinnert, bewegt sich vor einer Tür, deren Vorhang sich in Richtung der Weitergabe öffnet: Es geschieht »revelatio«, Enthüllung eines gehörten Geheimnisses ins Sichtbare. Die rechte Hand unterstützt diese Weitergabe der Botschaft, die dem Heiligen wohl »am Herzen liegt«.

Auf diese Bewegung der linken Hand sind die Augen einer kleineren Gestalt gerichtet, die in der rechten, der dem Bewusstsein nahen Bildhälfte sitzt. Sie sitzt gekrümmt, angespannt und mit überkreuzten Beinen in einer Haltung, die undenkbar ist für den gelassenen Weisen. Sie versucht mit angestregten Augen, für deren Aufnahmefähigkeit sie – wie ihre Haltung zeigt – offenbar sogar die Ohren benötigt, die sichtbar gewordenen Bewegungen auf einer eckigen Tafel (vgl. den runden Nimbus!) möglichst exakt zu fixieren. Sie versucht die »Quadratur des Kreises« mit einem Federkiel, der ja von einem Vogel stammt und der

im parallel schrägen Duktus von Taube und Hand noch weiter abwärts führt. Dieser Richtungsablauf der Parallelverschiebung von oben links nach unten rechts kommt in der linken Hand, die das Rechteck der Tafel festhält, zum Tiefpunkt und zum Stillstand. Die Haken und die Kritzelzeichen auf dem Bild, die kaum entziffert werden können, sind das materielle, dingfeste Substrat der Inspiration, eine Analogie des in Schrift sich inkarnierenden Wortes.

Das hier Beschriebene vollzieht sich innerhalb einer klaren, symmetrischen Architektur, es wird von Architektur be-»dacht«, von einer Kunst, die am Anfang der bildenden Künste, der Kultur überhaupt, steht. Durch Architektur wird das elementare Bedürfnis des Menschen nach Schutz und Geborgenheit befriedigt. Sie bildet damit eine wesentliche Grundvoraussetzung menschlicher Gemeinschaft. Ernst Bloch hat für diesen Raum, in dem sich eine Beziehungsaufnahme ereignet, das wunderschöne Wort von der »gotischen Innenstube« geprägt.

Mit dem erreichten Tiefpunkt und der verfolgten Richtung der Weitergabe von links nach rechts ist die Bedeutung des Bildes allerdings nicht erschöpft. Denn jetzt schiebt sich im aktiven Zurückgehen des Weges unser Engagement ins Spiel. Was der Schreiber fixiert hat, ist uns überkommen, wir finden es in den frühesten Handschriften der liturgischen Gesänge, z. B. in dem Ausschnitt des Graduale zum Sonntag Quinquagesima:



► CD 1

Beginn des Graduale »Tu es Deus« aus dem Cantatorium, dem Codex 359 der Stiftsbibliothek St. Gallen, um 900 n. Chr.

Die fein ausdifferenzierten, mit subtiler Sorgfalt und liebevoller Hingabe über den Text gesetzten Zeichen aus einem offenbar großen Vorrat sind, in Bewegung zurückgeführt, das entscheidende Medium, um jene für den Sänger so bedeutungsvolle und offenbar von Erfahrung getränkte Antwort als Lob dem zu singen, von dem er das wichtige Wort des Lebens erhalten hat: »Du bist der Gott, der allein Wunderbares tut«.

Das wäre also die Aufgabe: Die uns überkommenen toten Zeichen des Schreibers zunächst wieder in einer Bewegung erstehen zu lassen. In einer Bewegung, die gesteuert wird von der Beziehung zu einem Geheimnis, das der Geist Gottes jedem in das Ohr seines Herzens als Einladung und als Zusage der Teilhabe an göttlichem, von keiner Zeit begrenztem Leben zuspricht; die als Resonanz tönt, als Gebetsantwort auf das gehörte Wort des Lebens. Der Intensität der Freude über diese Beziehung genügt das gesprochene Wort nicht, sie verlangt nach der der Liebesbeziehung adäquaten Form des Singens. Diese hat der Gregorianische Choral modellhaft ausgeprägt und mustergültig formuliert.

Es mag durch die Betrachtung für den Leser hinreichend deutlich geworden sein, dass wir mit ausschließlich historischen oder wissenschaftlichen Fragestellungen wohl nur zu den Rändern, nicht jedoch zum Kern des Wesens des Gregorianischen Chorals vorzustößen vermögen, genausowenig wie die Frage nach der Menge des verwendeten Goldes eine Antwort auf die Qualität einer Ikone geben kann. Ihr Wert wird wesentlich vom persönlichen Bezug zu jenem Geheimnis geprägt, das der Gläubige für die Deutung seiner eigenen Bestimmung in der Ikone dargestellt sieht. Die Betrachtung sollte uns gezeigt haben, dass der Gregorianische Choral nicht primär musikalisches Kunstwerk, nicht Vertonung theologischer Spekulation, sondern gesungenes Gebet und Zeugnis religiösen Lebens ist, das in Gemeinschaft ausgeübt und vollzogen wird. Ohne eigenes inneres Engagement von Seiten des Ausführenden wie des Hörenden bleibt das Wesentliche verborgen. Bei demjenigen, der dazu bereit ist, vermag der Choral das Einüben in das Sich-Loslassen zu bewirken. Weil der Choral selbst aus dem Geist der Hingabe an das Wort Gottes erwachsen ist, vermag er diesen Geist der Hingabe auch bei Ausführenden und Hörenden zu wecken und zu fördern.

# Zur Auswahl der Gesänge

Für dieses Übungsbuch wurden drei in ihrer Art sehr verschiedene Gesangsformen ausgewählt. Der *Introitus* ist ein Gesang, der die Prozession des Priesters zum Altar begleitet und den Gottesdienst eröffnet. Sein Text, der in seinem größten Teil dem Psalter entnommen ist, wirft durch seine spezielle Auswahl ein ganz besonderes Licht auf den Sonntag, für den er geschaffen wurde. Der Name »Introitus« leitet sich her vom lateinischen Wort *introire*, was soviel bedeutet wie »hineingehen«, aber in einer doppelten Bedeutung: Es meint nicht nur das äußerliche Gehen von der Sakristei zum Altar, sondern meint auch eine Wendung des Bewusstseins von nach außen gerichteten Tätigkeiten, wie z.B. Schauen, Planen, Untersuchen zu nach innen gerichteten Vorgängen wie z.B. Sammlung, Konzentration auf das Wesentliche, auf die eigene Stimme, auf die persönliche Innenwelt. Was das Wort meint, lässt sich wohl am besten mit »inne-werden« übertragen und es ist damit entgegengesetzt dem *pro-gredere*, dem »fort-schreiten«. Mit diesem Gesang geschieht in der Liturgie dasselbe wie im Märchen von Frau Holle mit dem Fall in den Brunnen: Er markiert die Grenze zwischen Oberbewusstsein und Kontakt zu einer eigenen Innenwelt des Bewusstseins. Der Introitus muss deshalb, wenn er dem Wort des Psalters Klang verleihen will, sich diesem mit großer Ehrfurcht nähern, es von seiner äußeren Gestalt, aber auch von seinem inneren Gehalt her, von seiner Bedeutung und Stellung im Satzganzen zu erfassen suchen und so im Klang erblühen lassen, damit es auch auf einer anderen Ebene wahrgenommen werden kann als nur mit dem intellektuellen Verstehen.

Auch die äußere Form des Introitus steht ganz im Dienst der kultischen Feier: Zum einen kann er durch das Zwischenschalten von einfacher gesungenen Psalmversen flexibel auf die Länge der Prozession reagieren, zum anderen



ermöglicht er dem Hörer oder Sänger durch seine Wiederholung, tiefer in seine inneren Schichten vorzudringen. Ein weiterer Grund gab uns Anlass zur Auswahl dieses Gesanges: Mit dem Psalmvers als Grundlage benutzt der Introitus einen Text, der für die Gläubigen seit alters her »inspiriertes Wort Gottes ist« (s. die Bemerkung zum Graduale »Tu es Deus« im ersten Teil der Einleitung).

Dem Introitus zur Seite gestellt wird als zweiter Gesang der *Hymnus*. Das Wort Hymnus leitet sich aus dem Griechischen *hyphaino*, das heißt »weben«, »dicht machen«, ab. Hymnus bedeutet also soviel wie »gewebte Rede«. Diese Gattung gehört ihrer Art nach als Dichtung der Kunst an, von ihrem Inhalt aber immer der Religion. Hymnen finden wir in allen Religionen. Das Besondere am Hymnus ist, dass er preist. Er ist vor allem und zuerst ein Lobgesang. Der heilige Augustinus sagt von ihm: »Wer singt, der lobt nicht nur, er lobt auch freudig; wer lobsingt, singt nicht nur, nein er liebt auch den, dem er singt.« Der Hymnus richtet sich also immer an eine Person, ist immer Anrede. Freude und Liebe sind seine beiden Lungenflügel.

Wir begegnen in den Hymnen einem Weltverständnis, das nicht oder nur noch eingeschränkt das unsere ist. Im Hymnus sind die Dinge noch mit ihrer unmittelbaren Ausstrahlung mächtig. Jede Zeile, die von der Natur spricht, bezeugt diesen mächtigen Mitteilungscharakter der Dinge. Wir haben durch Ausbeutung die Macht aus den Dingen gerissen, die Dinge reagieren auf Ausbeutung durch Sterben. Könnte es sein, wenn uns das – auch durch die Begegnung mit den alten Hymnen – wieder bewusst wird, dass wir im tiefen Inneren uns auch wieder nach einer Welt sehnen, in der die Dinge zu ihrer Macht, zu ihren höchsten Möglichkeiten kommen, in der die Dinge sich mitteilen als Werke des großen Schöpfers?

Der Hymnensänger – sei es nun der vorchristlich-fromme, sei es der christliche, sei es der primitive – hat die Nabelschnur zu den Kräften der Natur nicht abgeschnitten. Das ist immer sein Ausgangspunkt. Er bleibt da aber nicht stehen. Darüberhinaus ist er der Überzeugung, dass sich Gottes Gegenwart im kultischen Feiern ereignet. Von dieser Gegenwart wird er ergriffen, besser gesagt: lässt er sich ergreifen und anrühren und kann das Preisen nicht lassen. Hymnen sind also Preislieder, die ein von Gott Ergriffener singt. Der Sänger und Dichter gibt dem



einmaligen Wort Gottes Raum und versucht mit seinem Lobgesang auf dieses Wunder Antwort zu geben.

Der Leser des Buches, und sei es auch ein abseits Stehender oder ein Kirchenferner, ist mit dem Hymnus eingeladen, sich immer wieder neu von dieser Haltung anstecken zu lassen, um sich darin einzuüben, sich auf diese so wohlthuende Beziehungsebene einzulassen und neu anrühren zu lassen.

Was mit dem vorigen gemeint ist, lässt sich vielleicht am besten ergänzen mit dem Anfang eines Gedichtes von Hilde Domin mit dem Titel »Geh hin«:

Geh hin  
geh hin umarme  
einen Baum  
geh hin  
umarme einen Baum  
geh hin umarme einen Baum  
er weint mit dir

Die dritte Gattungsform, die das Buch zum übenden Umgang mit dem Choral anbietet, ist die meist sehr einfach gehaltene *Antiphon*, die für das Stundengebet vorgesehen ist. Sie ist ein kurzes, kleines Gesangsstück. Im Wesentlichen trägt jede Silbe nur einen Ton, der Tonumfang ist bescheiden, der Klang gewordene Text aber vermag die Seele auszusprechen. Dieser Gesang wurde einst in den gesungenen Vortrag der Psalmen als »Gegengesang« eingestreut und mehrmals wiederholt. Dadurch konnten die Antiphonen gut ihre meditative Wirkung entfalten. Heute dienen sie als Rahmenverse oder Kehrverse, die einen gesungenen Psalm rahmen. Dieses Psalmensingen ist geprägt von einem stets gleichen melodischen Grundmodell, auf das alle Verse, ob sie nun preisen, fluchen, loben, klagen oder erzählen, ob sie von Gott dem Herrn reden oder von dem Widersacher des Psalmensängers, gesungen werden. Durch diese Methode kommt der Atem

in eine ruhige Bewegung, der Kopf lässt das Nachdenken, weil das Singen keinen Aufschub duldet. Die Intention, die diesem Meditieren zugrunde liegt, mag am besten in einem Bild deutlich werden.

Es gibt in der Oberpfalz einen Ort, Windischeschenbach, an dem sich das tiefste Bohrloch der Erde befindet. Um zu den besonderen, in der Tiefe verborgenen Gesteinsschichten zu gelangen, haben die Geologen dort ein 13 km tiefes Loch in die Erde gebohrt.

Was war für dieses Experiment nötig: Die Geologen mussten einen ganz konkreten Platz auswählen und an ihm den ausgewählten Bohrer immer dieselbe Bewegung vollziehen lassen. So und nur so kamen sie in die Tiefe zu den Sedimentsschichten der Erde, die für sie von Interesse sind, um Aufschluss über das Werden der Erde zu gewinnen. Übertragen auf unsere Situation heißt das: Um in die eigenen Tiefen vorzustoßen, empfiehlt sich eine Übung, die nicht auf Abwechslung zielt, sondern auf stete Wiederholung. Auch das Wort »Meditation« gibt uns dafür einen guten Hinweis. Es leitet sich aus dem lateinischen Wort »meditari« her, das in seinem ursprünglichen Sinn aus dem militärischen Bereich stammt und das Einüben von Griffen und Haltungen meint, bis sie in Fleisch und Blut übergegangen sind.

Die ausgewählte Antiphon ist also eine Art Grundbeleuchtung, unter der der gesungene Psalm erfahren sein will. Sie hat mit dem Introitus gemeinsam, dass sie um einer intensiveren Wirkung willen häufiger wiederholt wird. Die als Musterbeispiel betrachtete Antiphon »Jerusalem gaude« gehört hierzu.

Die Gattung des kurzen Antwortgesanges (Responsorium breve) und der Antwortpsalm (Psalmus responsorius) können diese Art von Meditation auf besonders intensive Weise erleben lassen.

# Zum Gebrauch des Buches

Das vorliegende Buch wählt Gesänge des Gregorianischen Chorals zur Betrachtung aus, die in der Liturgie des Advents, der beiden Weihnachtsfeste und der Weihnachtszeit ihren genuinen Platz haben. Das heißt aber nicht, dass das Buch nur für diese Zeit als Übungsbuch geeignet ist. Deswegen folgen hier ein paar Hinweise zum fruchtbaren Umgang mit dem Buch – wann immer – und seinem Anliegen.

Dem Charakter des Buches als Übungsbuch zum und mit dem Gregorianischen Choral gemäß ist es angeraten, je nach Zeit und Lust jeweils eine ganze Station oder auch nur einen Teil einer Station auszuwählen, ihr ein gerüttelt Maß an Zeit und einen ruhigen ungestörten Raum zur Verfügung zu stellen. Alle im Buch aufgeführten Gesänge befinden sich auf der beiliegenden CD. Auf die Nummern auf der CD wird jeweils verwiesen.

Ich empfehle dem Leser, zunächst mit dem Introitus zu beginnen, ihn ein- oder zweimal, wenn genug Zeit zur Verfügung steht, auch ein drittes Mal zu hören. Erst nach dem Hören sollte die Übersetzung des lateinischen Textes gelesen werden, um dem Empfinden eine Chance zu geben und um dieses Empfinden nicht gleich wieder durch Nachdenken zu relativieren. Nach der Kenntnis des Textinhaltes kann wieder ein Hören erfolgen. Jetzt ist es an der Zeit, zu den Textdeutungen und auch zu den musikalischen Betrachtungen einen Kontakt zu suchen. Diese Erläuterungen versuchen das aufzuschließen, was dem Gottessänger wichtig war, seiner Klang gewordenen Interpretation nachzuspüren. In dem Buch wird versucht, dies dem Hörer ohne theoretische Vorkenntnisse zu vermitteln. Wenn dem Hörer Formulierungen begegnen, die ihm zu kompliziert sind, möge er sie einfach überschlagen. Das gilt auch für den Abdruck der Noten. Sie sind nicht Voraussetzung für den übenden Umgang mit dem Introitus, son-

dern lediglich eine optische Hilfestellung, um dem flüchtigen Gesang eine betrachtende Perspektive zu ermöglichen. Für den speziell an Fragen der Notation interessierten Leser finden sich im Anhang einige Hinweise und Erläuterungen zu den Notationsformen des Gregorianischen Choral. Der Gewinn im Umgang mit dem Introitus liegt für den Hörer und Leser in der Übung eines »inspirierten und inspirierenden Hörens«.

Der Einstieg zum Hymnus empfiehlt sich ebenfalls über die Musik. Lassen Sie also zunächst die ganze Melodie und die verschiedenen Melodiebögen auf sich wirken. Der Hymnus ist in lateinischer Sprache und in metrischer Art gedichtet. Viele alte Hymnen sind schon früh ins Deutsche übertragen worden. Diese Übertragungen wollten auf die Verwendung der altherwürdigen Melodie, die ja im Herzen der Gläubigen verankert war, nicht verzichten. Wegen der Anpassung auch des deutschen Textes an das Metrum musste der Text notgedrungen bei der Tiefe und dem Reichtum der verwendeten Bilder Einbußen gegenüber dem Original erleiden. Die uns bekannten Übertragungen lateinischer Hymnen (z.B. »Gott, Heiliger Schöpfer aller Stern«) arbeiten auf diese Weise. Für dieses Buch habe ich eine andere Form gewählt. Sie finden neben dem lateinischen Originaltext eine freie Übersetzung vor, an die sich ein ausführlicher Kommentar anschließt, der versucht, die Fülle und Intensität der Bilder dem Hörer wieder aufzuschließen. Der Übungsweg hat hier die allmähliche Wiedergewinnung der Haltung des Preisens und Staunens zum Ziel, die dann durch ein Mitsummen der wunderschönen Melodie sich verstärken kann. Die Melodien reichen von recht einfachen Modellen bis hin zu komplizierteren. Die Frucht des Übungsweges ist eine poetisch-staunende.

Die einfachen Gesänge der Antiphonen, der kurzen Responsorien und des Psalmus responsorius sind so ausgewählt, dass der sangesfreudige Leser nach den ersten Schritten eingeladen ist, beim Hören des Beispiels auch mitzusummen oder wenn er einen Zugang zum lateinischen Text gefunden hat, mitzusingen. Für den Umgang mit diesen einfachen Gesängen sei als Einführungsbeispiel auf die Betrachtung der Antiphon »Jerusalem gaude« verwiesen, die thematisch im Duktus des dritten Advents steht, aber auch als erstes Übungsbeispiel vorgezogen werden kann (s. S. 62). Es ist sinnvoll, die Übung jeweils mit dem Hören des Gesanges abzuschließen.

So gehandhabt kann das Buch als geistlicher Begleiter dienen bei dem aufregenden Versuch, in einem selbstgewählten Zeitraum, sei es um die Advents- und Weihnachtszeit, sei es in einem anderen Zeitraum sich dem Klang gewordenen Wort des Gregorianischen Chorals in seiner Einzigartigkeit zu öffnen und sich von ihm auf besondere und unverwechselbare Art beschenken und bereichern zu lassen.

Noch ein kurzer Hinweis zur Zählung der Psalmen: Der Gregorianische Choral greift in der Hauptsache auf den lateinischen Text der Bibel, die Vulgata, zurück. Dort weicht die Zählung der Psalmen jedoch geringfügig von der hebräischen Fassung des Psalters ab, an der sich inzwischen alle gebräuchlichen Bibelübersetzungen orientieren. Die heute übliche Zählung ist im Buch in der Regel zusätzlich in Klammern vermerkt, bei den direkt aus alten Vorlagen übernommenen Notenbeispielen steht indessen nur die frühere Zählung gemäß der Vulgata.

# Die Zeiterfahrung des Gregorianischen Chorals

Die Gesänge des Gregorianischen Chorals sind geschaffen für die kultische Feier der Christen in Eucharistie und Stundengebet. Die Festzeiten orientieren sich dabei stets an kosmischen Gegebenheiten von Jahr, Woche und Tag. Durch die Belegung von Daten mit Festen bekommt der jeweilige kosmische Rhythmus eine besondere Qualität. Diese Festlegung von Festzeiten und Festen als Versuch, die Zeit nicht nur quantitativ als verrinnende, sondern als qualitativ erlebte zu erfahren, finden wir in dem kultischen Feiern aller Religionen. Die eben genannten Unterschiede der Zeitauffassung spiegeln sich gut wieder in der griechischen Denkweise. Der Grieche kennt neben Chronos, dem Gott der verrinnenden Zeit auch den Kairos, den Gott, der für die Gunst der Stunde, für die Chance, die in einer Zeit liegen kann, Sorge trägt.

Drei kosmische Vorgänge haben unsere Zeiteinteilungen bestimmt: Die Drehung der Erde um ihre eigene Achse, der Umlauf des Mondes um die Erde und der Umlauf der Erde um die Sonne. Alle drei haben Auswirkungen auf das Stundengebet:

Die Drehung der Erde um ihre Achse bringt Tag und Nacht hervor. Das Stundengebet orientiert sich mit seinen Horen Laudes und Vesper an diesem Rhythmus und versucht, diesen qualitativ zu durchdringen. Besonders wichtig sind dabei Zeiten des Überganges vom Tag zur Nacht und von der Nacht zum Tag. Sie sind bis heute die Zeiten, an denen wir noch staunen, sei es über den herrlichen Sonnenaufgang oder über den ergreifenden Sonnenuntergang.

Die Vierteilung des Mondenrhythmus führt auf die Erfahrung der Woche. Dieser unser Leben stetig begleitende Rhythmus hat seinen Ursprung in der Planetenwoche, die vor ca. 4000 Jahren in Chaldäa gefunden wurde. Sie spiegelt



Gregor Baumhof

### **Gesänge der Stille**

Mit dem Gregorianischen Choral meditieren. Ein Übungsbuch mit CD

Gebundenes Buch, Pappband, 176 Seiten, 17,3 x 22,0 cm  
ISBN: 978-3-466-36721-4

Kösel

Erscheinungstermin: September 2006

Die tiefe Schönheit der Gregorianik entdecken

Dieses Buch mit beigelegter Choral-CD führt in die tiefe Schönheit der Gregorianik ein. Es liefert nötige Informationen, um die uralten Gesänge für unser heutiges Leben zu entdecken; vor allem aber ist es ein meditatives Einübungsbuch. Über viele Beispiele lädt es ein, dem inneren Geheimnis des Chorals näher zu kommen.

Der Reiz dieses einzigartigen Meditationsbuchs: Es nimmt Gesänge für die Advents- und Weihnachtszeit auf und erschließt über sie exemplarisch den Reichtum der Gregorianik. Neben einer meditativen Einübung in den Gregorianischen Choral allgemein ist dieses Buch daher ein wertvolles, kostbar ausgestattetes Begleitbuch für die Advents- und Weihnachtszeit.