

**Johannes Cassian: De institutionibus coenobitorum. SC 109,64–94.**

*(Übers. Karl S. Frank / Reinhard Meßner):*

II, 4. [Man hält sich] an die Zwölfzahl der Psalmen, und zwar in den abendlichen wie nächtlichen Gottesdiensten. Dabei folgen auf die Psalmen zwei Lesungen, eine aus dem Alten und eine aus dem Neuen Testament.

7. Die [...] Gebete beginnen und beenden sie in der Weise, dass sie nach dem Schluss eines Psalmes nicht sofort auf die Knie fallen [...]. Ehe sie die Knie beugen, halten sie ein wenig betend inne und stehe so die meiste Zeit bittend aufrecht. Dann werfen sie sich kurze Zeit auf den Boden, um so die göttliche Barmherzigkeit anzubeten. Darauf erheben sie sich wieder schnell, breiten die Hände aus und beten wieder aufrecht stehend wie vorher und dehnen ihr Beten länger aus. [...] Doch wenn der, der das Schlussgebet sprechen soll, sich von der Erde erhebt, stehen alle miteinander auf. Keiner beugt die Knie, ehe der Vorbeter sie nicht beugt, und auch keiner bleibt auf der Erde liegen, wenn er sich erhebt. Keiner will den Eindruck erwecken, er folge nicht dem Schlussgebet des Vorbeters, sondern mache den Schluss für sich selbst.

11. [Sie sind] auch nicht darauf bedacht, jene Psalmen, die sie in der Versammlung singen, in einem Zuge durchzusingen. Vielmehr teilen sie sie nach Anzahl der Verse in zwei oder drei Abschnitte, zwischen die sie Gebete einfügen, und bringen sie so zu Ende. Es ist ja nicht die Menge der Verse, sondern die Aufmerksamkeit des Geistes, die sie zufrieden stimmt. Mit ganzem Eifer folgen sie den Worten: „Ich singe im Geiste und singe mit Verstand“ (1 Kor 14,15) [...] Die erwähnte Zwölfzahl teilen sie so ein: Wenn zwei Brüder da sind, singt jeder sechs Psalmen, sind es drei, dann singt jeder vier; sind es vier, dann jeder drei. Unter dieser Zahl gehen sie in keiner Versammlung. Wie viele Brüder auch immer zusammenkommen, in keinem Gottesdienst singen deshalb mehr als vier Brüder.

12. Die festgelegten zwölf Psalmen [...] verrichten sie in einer für den Körper erholsamen Haltung. Ihre gemeinsamen Gebetszeiten halten sie nach dem Brauch, dass nur der steht, der in der Mitte die Psalmen vorträgt. Alle

anderen sitzen auf ganz niedrigen Stühlen und achten mit aller Aufmerksamkeit ihres Herzens auf die Stimme des Psallierenden.

15. Draußen verrichten sie ihre Arbeit so, dass keiner sich mit einem anderen unterhalten kann. Jeder hält sich an die aufgetragene Arbeit und sagt aus dem Gedächtnis dabei einen Psalm oder ein Schriftwort auf.

III, 2. Unablässig widmen sie sich in ihren Zellen der Handarbeit. Doch dabei unterlassen sie keineswegs das Rezitieren von Psalmen und anderen Schrifttexten. Damit verbinden sie in jedem Augenblick Bitten und Gebete und verharren so den ganzen Tag [...]. Außer den abendlichen und nächtlichen Gottesdiensten halten sie tagsüber ja keine gemeinsame Gebetszeit. Nur am Samstag und Sonntag versammeln sie sich zur dritten Stunde zur heiligen Kommunion.

**Zwölfmal nacheinander:**

<i>Psalm</i>	<i>Psalmist stehend, die anderen am Boden kauend</i>
<i>Einzelgebet</i>	<i>still, stehend, mit ausgebreiteten Armen</i> <i>(kurze) Prostratio</i> <i>still, stehend, mit ausgebreiteten Armen</i>
<i>Kollektengebet</i>	<i>Vorbeter laut, alle anderen still stehend</i>

**Dann:**

*Lesung aus dem Alten Testament*

*Lesung aus dem Neuen Testament*