

Gebetshaltungen – Kniebeuge

Die Kniebeuge ist ein kurzes Niederknien, ohne dabei zu verweilen.



Man unterscheidet die **einfache** (gewöhnliche) und die **doppelte Kniebeuge**.

Bei der **einfachen Kniebeuge** bleibt der linke Fuß am Boden, und das rechte Knie wird neben die linke Ferse gesetzt. Der Oberkörper bleibt gerade. Man hält die Hände gefaltet (vgl. Abbildung).

Sie wird praktiziert **vor dem Tabernakel** und zwar wenn man die Kirche betritt, sich dem Tabernakel nähert daran vorübergeht. In Kirchen ohne Tabernakel macht man dann eine Kniebeuge, wenn z. B. in der hl.

Messe das Allerheiligste (also Leib und Blut Christi) gegenwärtig ist (d. h. nach der hl. Wandlung bis nach der hl. Kommunion).

Die sog. **doppelte Kniebeuge** wird gemacht, indem man sich nacheinander auf beide Knie niederläßt, sich etwas verbeugt und dann das linke und anschließend das rechte Knie wieder erhebt. Die doppelte Kniebeuge ist üblich **vor dem ausgesetzten Allerheiligsten**, also vor der Monstranz oder vor dem zur Anbetung geöffneten Tabernakel.