

DAS CHRISTLICHE GEBET

Der Glaube an den gegenwärtigen Gott findet im Gebet seinen tiefsten Ausdruck. Das Gebet ist eine existentielle Hingabe an den gegenwärtigen Gott. Beten heißt in der Gegenwart Gottes leben.

Das Gebet

Zur Definition des Gebetes¹ schreibt die deutsch Mystikerin und geistliche Schriftstellerin Adrienne von Speyer (1992-1967) „Es gibt für das Gebet keine eigentliche Definition, denn es ist ein geheimnisvolles Leben mit Gott, eine Teilnahme an der Mitte seines Seins, an seiner göttlichen, dreieinigen Liebe.“² Das Gebet ist ein Leben in und mit Gott. Gebet ist leben in und aus Gottes Gegenwart heraus.

In dieser Gegenwart, findet ein Dialog zwischen Mensch und Gott statt. Im Gebet sagt der Mensch Du zu Gott.

Der Mensch betet, indem er zu Gott, dem Gegenwärtigen Du, „Du“ sagt. Er spricht zu ihm, durch Worte und ohne Worte, mit Gesten und Handeln; er spricht zu Ihm durch sein Leben. Durch das Gebet, die Bewegung des Menschen auf Gott hin, richtet er sich mit seiner ganzen Existenz auf Gott hin aus. Er wird zu einer Gabe Gottes. Gebet ist immerwährende Hin-Gabe des Menschen an einen gegenwärtigen Du-Gott. „Das Gebet ist die Äußerung des Menschen, in der sich sein religiöses Verhältnis ausspricht.“³ Diese Äußerung setzt ein Gegenüber voraus, ein Du, „ein als Person erfahrbares Gegenüber“⁴. Das Gebet vollzieht sich, indem der Mensch zu Gott spricht, durch Bitten („Gebet“ leitet sich von „bitten“ ab)⁵, aber ebenso durch Dank, Lob und Preis.⁶

Im Katechismus der Katholischen Kirche heißt es zum Gebet: „Das Gebet ist das Leben des neuen Herzens“, es beseelt den Menschen immerzu durch die „Erinnerung an Gott“. Es wird der Heilige Gregor von Nazianz zitiert: „Man soll sich häufiger an Gott erinnern als man atmet“.⁷

¹ Wenn ich hier von Gebet spreche, so meine ich damit immer das christliche Gebet

² Adrienne von Speyer „Die Welt des Gebetes“ 7

³ Lexikon der katholischen Dogmatik „Gebet“

⁴ ebd.

⁵ Herkunftswörterbuch „Gebet“

⁶ Lexikon der katholischen Dogmatik: „Gebet/Beten“

⁷ vgl. Katechismus 2697

Das Gebet soll ohne Unterlass erfolgen wie es bei Paulus heißt: „betet ohne Unterlass“⁸ Der Mensch ist gerufen immerwährend zu beten, damit sein ganzes Leben zu einem Gebet wird. Paulus ruft die Gemeinde von Ephesus auf: „Hört nicht auf, zu beten und zu flehen! Betet jederzeit im Geist.“⁹

Gebet heißt Eins werden mit dem Einen Gott. Der Mensch gibt sich im Gebet Gott hin, immerwährend, so gut er es eben kann, mit seiner ganzen Angst vor der Hingabe. Gott gibt sich seinerseits dem Menschen immerwährend hin, ganz, vollkommen und ohne jegliche Vorbehalte. In diesem Sinne „betet“ Gott zum Menschen. Er spricht zu ihm, ohne Ende gibt Er sich ihm hin, als liebender Vater. Voller Sehnsucht wirbt Er um den Blick seines Kindes. Ohne Unterlass, buhlt Gott um den Menschen, durch seine ganze Schöpfung. ER, der ganz Liebe ist, liebt den Menschen mit Seiner ganzen Existenz, immer und überall. ER gibt sich dem Menschen in vollkommener Weise hin.

Gott schenkt sich dem Menschen ganz - in seinem Sohn, der ganz der Vater, ganz Gott ist. Gott sendet sein Wort zur Erde. In Jesus Christus, dem „Wort Gottes“ spricht Gott alles aus, was er seinen geliebten Kindern sagen kann. Im Grunde sagt Er immer nur das eine Wort: „Ich liebe dich, du bist mein geliebtes Kind, heute habe ich dich gezeugt.“¹⁰ Sein „Wort“ kann Er, durch alles hindurch aussprechen. Um es mit Martin Buber zu sagen: „Nichts kann sich weigern dem Wort Gefäß zu sein.“¹¹

Im Gebet spricht Gott, der Vater zu sich selber, zu seinem geliebten Kind. Er macht keinen Unterschied mehr zwischen sich und dem Menschen. ER gibt sich ihm gänzlich hin, um ganz Eins mit ihm zu werden.

Voller Liebe liebt Gott den Menschen - in sich selbst hinein, damit der Mensch - aus Ihm heraus, ganz er selbst wird – menschengewordener Gott: „Mein Kind bist du, heute habe ich dich gezeugt.“

Damit vereinigt der Eine Gott sich mit dem Menschen, damit er ganz Gott und ganz Mensch wird. ER macht ihn damit zum Christen, zu Seinem Kind in Christus. ER nimmt ihn damit wieder ganz auf, in Seine heilende Gemeinschaft, in die heilige Dreifaltigkeit.

Gebet heißt Einswerdung mit Gott, heißt unio mystica.

⁸ 1 Thess 5,17

⁹ Eph 6,18

¹⁰ vgl. Ps 2,7

¹¹ Buber „Das dialogische Prinzip“ 153

2.1. Gebet als Vereinigung mit dem gegenwärtigen Gott

Bei Ivancic heißt es: „Der Gläubige ist ein Mensch, der glaubt, daß Jesus überall anwesend ist.“¹² Gott ist gegenwärtig.

In diesem Glauben wendet sich der Mensch Gott zu und spricht zu einem Du, einem personalen Wesen, zum Vater, als sein Bevollmächtigter Sohn. Bei Meister Eckehart heißt es: „Alles was Gott gefällt, das gefällt ihm in seinem eingeborenen Sohn. ... Nun soll der Mensch so leben, dass er eins sei mit dem eingeborenen Sohne und dass er der eingeborene Sohn sei. Zwischen dem eingeborenen Sohne und der Seele ist kein Unterschied.“¹³ So soll der Mensch leben, als eingeborener Sohn, als eingeborene Tochter, als Kind Gottes mit der Vollmacht des Vaters.

Während sich der Mensch aus immanter Sicht darum bemüht das Heil, Gott zu suchen, und ihn dort letztendlich nicht finden kann, lässt sich der der glaubt, von Gott finden. Im Glauben an die immanente Transzendenz: „ER ist *innen* gefunden.“¹⁴

Buber schreibt dazu: „Es gibt in Wahrheit kein Gott-Suchen, weil es nichts gibt, wo man ihn nicht finden könnte.“¹⁵ Gott ist überall gegenwärtig, wie es im Psalm 139 heißt: „Wohin könnte ich fliehen vor deinem Geist, wohin mich vor deinem Angesicht flüchten? Steige ich hinauf in den Himmel, so bist du dort; bette ich mich in der Unterwelt, bist du zugegen.“¹⁶

In Freude und Leid, in Gesundheit und Krankheit – ER ist da, in mir.

Im Glauben daran, empfängt der Mensch, „er empfängt nicht einen „Inhalt“, sondern eine Gegenwart, eine Gegenwart als Kraft.“¹⁷ Gott ist gegenwärtig im Inneren des Menschen.

Der Mensch soll, wie Eckart oben sagt: „so leben, dass er eins sei mit dem eingeborenen Sohne und dass er der eingeborene Sohn sei.“

Was für Worte sind das?! „Zwischen dem eingeborenen Sohne und der Seele ist kein Unterschied.“!? Welch ein Ruf für den Menschen.

Die immanente Existenz des Menschen ist eine dürstende, er sucht ohne finden zu können. Seine transzendente Existenz, die seine Immanente ganz umfängt, ist eine Existenz der überfließenden Fülle. Gottes überfließende Fülle, Er selbst dürstet nach dem immanenten Durst des Menschen um ihm das Wasser des Lebens zu schenken.

¹² Ivancic „Grundlagen der Hagiotherapie“ 48

¹³ Eckehart „Deutsche Predigten und Traktate“ 205

¹⁴ ebd. 207

¹⁵ Buber „Das dialogische Prinzip“ 81

¹⁶ Ps 139,7f

¹⁷ Buber „Das dialogische Prinzip“ 111

„Im Gebet begegnet der Durst Gottes unserem Durst.“¹⁸ heißt es bei Augustinus. Wer betend lebt, trinkt beständig aus dieser Quelle, immer wieder aus lebendigen Zeichen, die er als Mensch immer wieder braucht und auch erhält, und beständig im Glauben an den: „Ich bin der, der ich da bin - Gott - Jahwe, der transzendent immanent wird in Jesus Christus.“ Von ihm heißt es bei Johannes: „Am letzten Tag des Festes, dem großen Tag, stellte sich Jesus hin und rief: Wer Durst hat, komme zu mir, und es trinke, wer an mich glaubt. Wie die Schrift sagt: Aus seinem Inneren werden Ströme von lebendigem Wasser fließen. Damit meinte er den Geist, den alle empfangen sollten, die an ihn glauben.“¹⁹ Dieser Geist spricht im Glauben: „Mein Kind fürchte dich nicht, ich bin bei dir, ich trage dich wenn du nicht mehr kannst, ich liebe dich. Wie sehr liebe ich dich, du bist mein geliebtes Kind, heute habe ich dich gezeugt.“

In dieser Liebeseinigung vollzieht sich die *unio mystica* – die Vereinigung mit Gott, am wenigsten durch Ekstase und Wunder, sondern im gegenwärtigen Alltag durch die „Augen des Glaubens“, durch gläubiges Schauen und innerlich gesprochenen „Glaubensworten“, wie den Folgenden:

„Gott ist in dir geboren, heute ist es geschehen. – Von Gott her gedacht und gesprochen heißt das: „Ich bin in dir geboren. Fortan sollst du mir dienen: in meiner Gegenwart leben, als mein geliebtes Kind. Diene mir *mit deinem Willen, mit deiner Kraft, mit deinem Verstand ...* Ich will alles, *deine Stärken und deine Schwächen*, damit alles stark wird in mir. Schenk dich mir, so wie du bist. Ich will dich gleichförmig machen mit meinem Willen, doch nicht als willenlosen kindlichen Menschen, sondern *mit deinem ganzen Willen!* Wenn du meinen Willen suchst, so frage dich danach, was du willst, denn ich will nichts was du nicht willst! Ich will dich, deine ganze Person will ich. Und du sollst mit deiner ganzen Person wollen, mit deiner ganzen Leidenschaft, mit deinem ganzen Willen sollst du wollen und handeln.

Warte nicht bis du dir sicher bist, ob denn dein Wille mit dem meinen gänzlich übereinstimmt oder nicht. Geh, geh deinen Weg und halte allzeit die Ohren und Augen offen, auf mich gerichtet und ich werde dir meinen Willen offenbaren. Ich werde dir die Kraft und das Vertrauen schenken, deinen Willen nach dem meinen auszurichten. Ich werde dich bei Zeiten korrigieren, wenn du in die Irre läufst. Höre auf die inneren und äußeren Zeichen. Geh, geh ohne Angst! Geh mit mir, der ich immer bei dir bin, geh deinen Weg, denn du hast nur das Leben und das sollst du leben – ich will, dass du lebst - heute!“

¹⁸ Katechismus 2560

¹⁹ Joh 7,37ff

Martin Buber schreibt; „Wenn einer seines Weges geht und eben wünscht, es möchte *der* Weg sein; in der Kraft seines Wunsches äußert sich sein Streben.“²⁰

Und in einem Lied von Jörg Müller heißt es:

„Geh deinen Weg, den der Herr für dich hat ausgedacht. Steh immer wieder auf, denn der Herr ist doch für dich da. Sieh doch das Glück, dass vor deinen Füßen liegt, heb es einfach auf und lass die Sorgen Sorgen sein. Bleib nicht stehen, du musst immer weiter gehen. Schau nicht zurück, sei versöhnt mit dir und anderen. Habe Mut und Vertrauen, musst doch nur auf unseren Herren bauen. Steh wieder auf und bleib nicht liegen, wenn dich doch der Herr in Seine Arme nimmt.“²¹

Das ist die Glaubensbewegung inmitten von Ungewissheit, Not, Zweifel und Widerstand – das ist immerwährendes Gebet, immerwährende Rückbindung an den Einen Gott, den gegenwärtigen Gott – gegenwärtig im Menschen und gegenwärtig in der Welt.

2.2. Gebet als kontemplative Haltung

Das Gebet ist eine Haltung. Es ist eine Haltung der Hingabe. Der Mensch gibt sich im und durch das Gebet, mit seiner ganzen Existenz Gott hin. Das Gebet ist keine große Tat, sondern nur Hingabe und Dankbarkeit. So heißt es in den selbstbiographischen Schriften der französischen Heiligen, Therese von Lisieux (1873-1897): „Für mich ist das Gebet ein Schwung des Herzens, ein einfacher Blick zum Himmel empor, ein Schrei der Dankbarkeit und der Liebe, aus der Mitte der Prüfungen wie aus der Mitte der Freude; kurz, es ist etwas Großes, Übernatürliches, das mir die Seele ausweitet und mich mit Jesus vereint.“²²

Das Gebet ist immer kontemplatives Gebet. Das Wort Kontemplation leitet sich aus den lat.: „contemplatio“ ab, daß mit: „das Beschauen“ übersetzt wird.²³ Der kontemplative Mensch ist ein Schauender, einer, der mit den „Augen des Glaubens“, Gott, die Transzendenz inmitten der Welt immanent schaut. Er schaut Gott in allen Dingen.

Die emeritierte Professorin für Romanistik Erika Lorenz²⁴ schreibt in ihrem Buch: „Wort im Schweigen – Vom Wesen christlicher Kontemplation“:

²⁰ Buber „Das dialogische Prinzip“ 81

²¹ Text und Musik: Florian Spinner (weitere Angaben fehlen)

²² Therese von Lisieux „Selbstbiographie“ 244f

²³ Handwörterbuch Lateinisch – Deutsch: „contemplatio“

²⁴ zahlreiche Veröffentlichungen zu christlicher und östlicher Mystik

„Kontemplation ist eine Erfahrung von Gottes Gegenwart, ein unsagbares Verspüren seines Wesens, das notwendig alles Begreifen übersteigt.“²⁵ Das Gebet ist immer auf Gott hin gerichtet, auf Seine Gegenwart hin, auf Jahwe, auf den, der „da ist“. Erika Lorenz zitiert die spanische Heilige, Theresa von Avila²⁶ (1515-1582): „Kontemplation bedeutet Gottesnähe, und Gottesnähe hilft betend und stellvertretend ebenso im Kunterbunt einer aus den Fugen geratenen Welt, wie im grauen Alltag.“²⁷

Der betende Mensch wird sich der Nähe und Gegenwart Gottes bewußt. Dadurch übt er sich ein, seinen Alltag in einer kontemplativen Haltung des Gebetes zu leben.

Das kontemplative Gebet ist auch eine Form des Gebetes, in der sich der Mensch für eine bestimmte Zeit äußerlich und innerlich zur Ruhe kommen lässt. Er sucht sich hierfür einen geeigneten Ort, der ihm Geborgenheit und Trost schenkt. Das kann in der Wohnung sein, in einer Kapelle oder Kirche oder an einem besonderen „Kraftort“ in der Natur. Dort, wo er sich wohl fühlt, lässt er sich von der Liebe lieben. Er lässt sich, so wie er ist, mit allem was ist, von Gott, der die Liebe ist lieben. Dort verweilt er für einen Augenblick oder für einige Zeit, vielleicht auch für eine Stunde oder länger. Er gibt sich dabei Gott mit seiner ganzen Existenz hin, so gut es ihm eben gelingt.

Hierbei gilt nicht die Leistung, sondern die Liebe. Es ist die Ganzhingabe in die gegenwärtige Liebe, *an* Gott und *in* Gott hinein. Das heißt, sich ganz und ohne Vorbehalt in Gott hinein bergen, im Vertrauen auf die Worte: „Fürchte dich nicht“ und „Komm! Wer durstig ist, der komme. Wer will, empfangen umsonst das Wasser des Lebens.“²⁸

Sich „in Gott hinein bergen“ heißt: Gott mit allen Gedanken, mit allen Gefühlen die da sind, zu lieben, d.h. Ihm alles hinhalten und übergeben, damit Er es durch seinen „Liebesblick“ heilen kann. Im festen Vertrauen, dass Er alles Dunkle hell, und alles Schwere leicht machen kann, und dass alles Schöne und Gute in Seinem Licht zur verklärten ewigen Freude wird, die kein Ende nimmt.

Durch die Grundbewegung im kontemplativen Gebet, wird der Mensch dahingehend geprägt, dass er in seinem Inneren, bewusst, sowie auch unbewusst, eine beständige innere Bewegung auf Gott hin macht. Dadurch

²⁵ Erika Lorenz „Wort im Schweigen“ 17

²⁶ Theresa von Avila, Karmelitin und Reformatorin des Karmelordens; Lehrerin des inneren Gebetes,; wurde 1970 als erste Frau der Geschichte der katholischen Kirche zur Kirchenlehrerin ernannt. Siehe auch Johannes vom Kreuz a.a.O.

²⁷ Erika Lorenz „Wort im Schweigen“ 55f

²⁸ Offb 22,17

wächst der Mensch in eine kontemplative Haltung hinein, in eine beständige Haltung des Gebetes. Diese Haltung soll ihn im Grunde seiner ganzen Existenz, und damit sein ganzes Leben prägen. „Die Kontemplation verankert das Geglaubte,“²⁹ es ist der Glaube, dass der Mensch sein Sein aus der Liebe Gottes heraus schöpft. „Allerdings ist die kontemplative Methode nicht *machbar*, denn erstens erwächst sie aus einer inneren Haltung, die nicht nur die Stunden kontemplativer Versenkung, sondern das ganze Leben prägt. Und zweitens führt diese Haltung zur Hingabe an die göttliche Führung.“³⁰

Sie bezieht sich auf Theresa von Avila, wenn sie schreibt: Diese innere Haltung der Kontemplation, ist die Voraussetzung eines jeglichen Betens, „man lernt, sich in Gottes Gegenwart zu wissen. Sie nennt das *inneres Gebet*. Es ist eine Haltung, die dazu führt, sich Gott immer mehr anzupassen, sich seinem heilsamen Willen zu überlassen. Diese Haltung des *inneren Gebets* ist Basis mündlichen Betens. ... Das innere Gebet ist ... eine alles sinnvolle Beten begleitende innere Ausrichtung.“³¹

Das Gebet ist im Wesentlichen eine Haltung der Kontemplation. Einer inneren Haltung, in der sich der Mensch in Gottes Gegenwart weiß - im Glauben an den Einen Gott. Das Gebet ist eine Haltung, die das ganze Leben prägt. Die Kontemplation ist ein sich „hingebendes Loslassen“, der es nicht um eine gelegentliche Ruhe geht, „sondern um ein das Leben gestaltenden Prozess.“³²

Das Leben soll zum Gebet werden und das Gebet soll lebendig werden im Alltag. „Leben und Gebet kann man nicht trennen.“³³ schreibt der italienische „Kleine Bruder“ Carlo Carretto (geb. 1910).³⁴

(Auszug aus „Heilung durch das Gebet – Leben in Gottes Gegenwart“ Zlatko Mihajlov (2000))

²⁹ Erika Lorenz „Praxis der Kontemplation“ 9

³⁰ ebd.

³¹ Erika Lorenz „Praxis der Kontemplation“ 59

³² ebd. vgl. 64

³³ Carretto „Jenseits aller Dinge“ 76

³⁴ Carlo Carretto – 1954 Eintritt in die „Gemeinschaft der Kleinen Brüder Charles de Foucaulds“, zehnjähriger Aufenthalt in der Wüste, 1964 Rückkehr nach Italien, Gründung eines Gebets- und Meditationszentrums in Spello bei Assisi.