

Gebet

Gottes Herz steht allen offen

Richard Foster

© 1992 by Richard J. Foster

Die englische Originalausgabe (Prayer – Finding the Heart's true home) erschien 1992 im Verlag Hodder and Stoughton

© der deutschen Ausgabe 2021 Movement Verlag

Gebet – Gottes Herz steht allen offen von Richard J. Foster

Inhaber: David Schäfer, Katendeich 58, 21035 Hamburg

www.movement-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten

Übersetzung: Andrea Wichmann

Satz & Umschlaggestaltung: chalvi // WERBEAGENTUR GbR

www.chalvi.de

Umschlagfoto: Aleksandra Boguslawska via Unsplash

Gedruckt in Deutschland.

Bestellnr. 2021002

ISBN 978-3-944533-14-8

Erhältlich beim Verlag: www.movement-verlag.de

Für dieses Buch sind Mengenpreise erhältlich.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Die Bibelzitate werden wiedergegeben nach:

Die Bibel nach Martin Luthers Übersetzung, revidiert 2017,

© 2016 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart.

INHALT

Nach Hause kommen: Eine Einladung zum Gebet 7

Teil I - Die Bewegung nach innen:

Die Veränderung suchen, die wir nötig haben..... 11

1. Einfaches Gebet 12

2. Das Gebet der Verlassenen..... 23

3. Das prüfende Gebet 34

4. Das Gebet der Tränen..... 44

5. Das Gebet des Verzichts 55

6. Das Gebet, das uns verändert 67

7. Das Gebet des Bundes 79

Teil II - Die Bewegung nach oben:

Die Nähe suchen, die wir brauchen 93

8. Die Anbetung 94

9. Das Gebet der Ruhe..... 107

10. Sakramentales Gebet 121

11. Gebet ohne Unterlass 137

12. Das Gebet des Herzens 150

13. Meditatives Gebet..... 163

14. Kontemplatives Gebet 177

Teil III - Die Bewegung nach außen:

Den Dienst tun, den wir nötig haben 191

15. Alltägliches Gebet..... 192

16. Bittendes Gebet..... 203

17. Die Fürbitte..... 217

18. Das Gebet der Heilung 230

19. Das Gebet des Leidens..... 246

20. Vollmächtiges Gebet..... 259

21. Radikales Gebet 276

Schluss 292

Anmerkungen 294

NACH HAUSE KOMMEN:

Eine Einladung zum Gebet

Wahres, echtes Gebet ist nichts anderes als Liebe.

Augustinus

Gott hat mir erlaubt, einen Blick in sein Herz zu tun, und ich möchte mit Ihnen teilen, was ich dort gesehen habe. Das Herz Gottes ist heute eine offene Wunde der Liebe. Ihn schmerzt unsere Entfremdung, unsere Überbeschäftigung. Er klagt darüber, dass wir ihm nicht näher sind. Er ist traurig, weil wir ihn vergessen haben. Er weint über unsere Besessenheit von „Viel“ und „Wenig“. Er sehnt sich nach unserer Gegenwart.

Und er lädt Sie und mich ein, nach Hause zu kommen, dorthin, wo wir hingehören. Wir sollen nach Hause kommen, um das zu tun, wozu wir geschaffen wurden. Seine Arme sind weit ausgebreitet, um uns zu empfangen. Sein Herz ist riesengroß, um uns darin aufzunehmen.

Viel zu lange schon sind wir in einem anderen Land gewesen. In einem Land des Lärms, der Hetze und der Massen, in einem Land, in dem man nach oben greift und nach unten tritt, in dem man schubst und gestoßen wird, in einem Land der Frustration, der Angst und der Einschüchterung. Und er begrüßt uns zu Hause, wo man fröhlich ist und wo der Frieden wohnt. Zu Hause, wo Freundschaft und Gemeinschaft sind. Zu Hause, wo man offen aufgenommen wird, wo man sich angenommen weiß und wo man Bestätigung findet. Wir brauchen nicht schüchtern zu sein. Er lädt uns in das Wohnzimmer seines Herzens ein, wo wir unsere alten Hausschuhe anziehen und mit anderen erzählen können. Er lädt uns in die Kü-

che seiner Freundschaft ein, wo wir am Tisch miteinander plaudern und es uns gut gehen lassen. Er lädt uns in das Esszimmer seiner Kraft ein, in dem wir nach Herzenslust schlemmen können. Und er lädt uns in das Arbeitszimmer seiner Weisheit ein, wo wir lernen können, wo wir wachsen und uns ausstrecken können und wo wir all die Fragen stellen können, die wir wollen. Er lädt uns an die Werkbank seines Einfallsreichtums ein, an der wir seine Mitarbeiter sein können, an der wir miteinander arbeiten und das Resultat von Ereignissen bestimmen. Er lädt uns in das Schlafzimmer seiner Ruhe ein, wo wir neuen Frieden finden, wo wir nackt sein können, verletzlich und frei. Das ist auch der Ort tiefster Intimität, an dem wir bis ins Tiefste kennen und erkannt werden.

DER SCHLÜSSEL UND DIE TÜR

Der Schlüssel zum Herzen Gottes ist das Gebet. Vielleicht haben Sie bisher noch nie gebetet, außer in Bedrängnis oder Angst. Vielleicht war der Name Gottes nur dann in Ihrem Munde, wenn Sie wütend waren. Das macht nichts, denn das Vaterherz ist ganz weit offen. Sie sind herzlich eingeladen, hereinzukommen.

Vielleicht haben Ihnen die Spannungen des Lebens Verletzungen zugefügt, Ihnen blaue Flecken verpasst. Andere Menschen haben Sie verletzt und nun glauben Sie, Ihr Leben lang Narben tragen zu müssen. Sie haben alte und schmerzhaftige Erinnerungen, die schändlich sind und sehr schmutzig. Verzweifeln Sie nicht. Das Vaterherz ist ganz weit offen – Sie sind herzlich eingeladen hereinzukommen.

Vielleicht haben Sie schon jahrelang gebetet, aber die Worte sind kalt und brüchig geworden. Es passiert kaum mehr etwas. Gott scheint weit entfernt und unerreichbar zu sein. Hören Sie: Das Vaterherz ist ganz weit offen. Sie sind herzlich eingeladen, hereinzukommen.

Vielleicht ist Gebet die größte Freude Ihres Lebens. Sie haben schon Ihr ganzes Leben in diesem geheiligten Umfeld verbracht und Sie können die Güte Gottes bezeugen. Aber Sie sehnen sich nach mehr: nach mehr Kraft, mehr Liebe, mehr von Gott in Ihrem Leben.

Glauben Sie mir: Das Vaterherz ist ganz weit offen – Sie sind herzlich eingeladen, noch höher und weiter einzudringen.

Wenn das Gebet der Schlüssel ist, dann ist Jesus Christus die Tür. Wie gütig ist Gott, dass er uns einen Weg in sein Herz zeigt. Er weiß, dass wir dickköpfig und hartherzig sind, also hat er uns einen Weg gezeigt, um hineinzukommen. Jesus, der Christus, lebte ein vollkommenes Leben. Er starb an unserer Statt und ist, siegreich über alle dunklen Mächte, auferstanden, sodass wir durch ihn leben können. Das ist die wunderbare Gute Nachricht. Wir brauchen nicht länger draußen zu stehen, durch unsere Rebellion von Gott getrennt. Wir dürfen jetzt durch die Tür der Gnade und Barmherzigkeit Gottes in Jesus Christus eintreten.

DER SATZBAU DES GEBETS

Ich habe dieses Buch geschrieben, damit es Ihnen hilft, dieses großartige Herz Gottes näher kennenzulernen. Es geht nicht um Definitionen von Gebet, um den Begriff des Gebets oder um Argumente für das Gebet, obwohl all diese Dinge ihren Platz haben. Es geht auch nicht um Methoden und Techniken des Gebets, obwohl ich sicher bin, dass beide Dinge auch vorkommen werden. Nein, in diesem Buch geht es um eine Liebesbeziehung: eine dauernde, anhaltende, wachsende Liebesbeziehung mit dem großen Gott des Universums. Liebe ist die Grammatik des Gebets. Um ein effektiver Beter zu sein, muss unsere Liebe effektiv sein. In dem Buch *The Rime of the Ancient Mariner* behauptet Samuel Coleridge: „Der betet gut, der gut liebt.“ Coleridge hat die Idee dafür natürlich aus der Bibel, denn sein Buch atmet förmlich die Sprache göttlicher Liebe. Echtes Gebet entsteht nicht dort, wo wir unsere Zähne zusammenbeißen, sondern wo wir uns verlieben. Deshalb ist die beste Literatur über Gebet, offen gesagt, wunderbar erotisch. „Die Trinität“, so Juliana von Norwich, „ist unser ewiger Geliebter.“¹ „Oh, meine Geliebte“, ruft Richard Rolle. „Oh, meine Süße, oh, meine Harfe! Oh, mein Psalm, mein Lobgesang den ganzen Tag! Wann wirst du meine Trauer heilen? Oh, Wurzel meines Herzens, wann wirst Du zu mir

kommen?“² „Jesus, Geliebter meiner Seele“, so bittet Charles Wesley, „lass mich in deinen Schoß kommen.“³

Ein Freund von mir ging eines Tages mit seinem zweijährigen Sohn durch ein Einkaufszentrum. Das Kind hatte sehr schlechte Laune; es weinte und war nörgelig. Der frustrierte Vater versuchte alles, um seinen Sohn zu beruhigen, aber nichts schien zu helfen. Das Kind wollte einfach nicht gehorchen. Aufgrund irgendeiner besonderen Eingebung nahm der Vater den Sohn auf den Arm, hielt ihn nahe an seine Brust und begann ein improvisiertes Liebeslied zu singen. Die Worte reimten sich nicht und er sang falsch. Und doch kam es direkt von Herzen. „Ich liebe dich“, sang er. „Ich bin so glücklich, dass du mein Sohn bist. Du machst mich froh. Ich mag die Art, wie du lachst.“ Sie gingen von einem Geschäft zum anderen und der Vater sang leise weiter und dachte sich Worte aus, die sich nicht reimten. Das Kind entspannte sich und wurde still; es lauschte dem seltsamen und wunderbaren Lied. Schließlich hatten sie alles eingekauft und gingen zum Auto. Als der Vater die Wagentür öffnete und seinen Sohn in den Kindersitz setzen wollte, hob der Kleine den Kopf und sagte einfach: „Sing das Lied noch mal für mich, Papa! Sing nochmal für mich!“⁴

So ähnlich ist es auch mit dem Gebet. Mit der Einfachheit des Herzens erlauben wir uns, in den Armen des Vaters aufgenommen zu werden, und wir lassen ihn für uns ein Liebeslied singen.

*Lieber Gott, ich bin so dankbar für die Einladung,
an dein liebendes Herz zu kommen.
So gut ich kann, komme ich.
Danke, dass du mich empfängst.
Amen.*

TEIL I

DIE BEWEGUNG NACH INNEN:

Die Veränderung suchen, die wir nötig haben

Beten heißt, sich zu verändern. Darin liegt eine große Gnade. Wie gut, dass Gott für uns einen Weg aufzeigt, auf dem Liebe, Freude und Frieden, Geduld und Freundlichkeit, Güte und Treue, Sanftmut und Selbstkontrolle unser Leben zunehmend gestalten.

Der Blick nach innen steht an erster Stelle, denn ohne innerliche Veränderung würde uns die Bewegung nach oben, in die Herrlichkeit Gottes, überwältigen und die Bewegung nach draußen, in den Dienst für andere, würde uns zerstören.

Einmal kam ein Jünger zu Abba Josef und sagte: „Vater, soweit es mir möglich ist, halte ich die Gesetze ein wenig ein, faste ein wenig und bete ein wenig. Und soweit es mir möglich ist, reinige ich meinen Verstand von allen bösen Gedanken und mein Herz von allen bösen Vorhaben. Was soll ich jetzt noch tun?“ Abba Joseph stand auf und streckte seine Hände gen Himmel, und seine Finger wurden wie zehn Lampen aus Feuer. Er antwortete: „Warum lässt du dich nicht völlig vom Feuer erfassen?“

1. EINFACHES GEBET

*Bete so, wie du kannst – nicht so, wie du nicht kannst.
Dom Chapman*

Wir sehnen uns heute nach Gebet und zugleich verstecken wir uns davor. Wir sind davon angezogen und werden gleichzeitig davon abgestoßen. Wir meinen, Gebet sei etwas, das man tun sollte, und etwas, was wir tun möchten. Aber es scheint, als ob es zwischen uns und dem Gebet eine große Kluft gibt. Wir erfahren den Schmerz der Gebetslosigkeit.

Wir sind uns nicht ganz sicher, was uns davon abhält. Natürlich sind wir mit der Arbeit und mit der Familie vollauf beschäftigt, aber das ist nur ein Vorwand. Es passiert nur selten, dass wir vor lauter Beschäftigung vergessen, etwas zu essen, ins Bett zu gehen oder mit unserem Ehepartner zu schlafen. Nein, etwas Tieferes hält uns in Schach. Tatsächlich gibt es eine Reihe von Dingen, die uns abhalten – wir werden später näher darauf eingehen. Jetzt gibt es nur eine Sache, die unsere Aufmerksamkeit fordert. Es gilt die Annahme – und sie ist fast weltweit unter uns hoch ambitionierten Menschen vertreten –, dass alles in Ordnung sein muss, bevor wir beten. Das heißt, bevor wir wirklich beten können, müssen wir unser Leben zurechtrücken. Wir müssen zuerst mehr darüber wissen, wie man betet, müssen die philosophischen Fragen erörtern, die es um das Gebet gibt. Oder wir meinen, wir müssten die großen Gebetstraditionen zuerst besser verstehen. Und so weiter und so weiter.

Das sind ja keine falschen Gedanken und es wird auch eine Zeit geben, wo wir uns damit befassen können. Aber wir fangen am falschen Ende an – wir zäumen das Pferd von hinten auf. Unser Problem ist unsere Einstellung, man könne das Gebet beherrschen, wie man Algebra oder Mechanik beherrschen kann. Das bringt uns in eine Position, wo wir „oben auf“ sind, wo wir kompetent sind und alles unter Kontrolle haben. Aber wenn wir beten, dann sind wir nicht „oben auf“, sondern wir geben ruhig und freiwillig unsere

Kontrolle ab und werden inkompetent. Emilie Griffin sagt es so: „Beten heißt, bereit zu sein, naiv zu werden.“

Ich habe immer gedacht, ich müsste die Motive für mein Handeln erst in Ordnung bringen, bevor ich wirklich beten könnte. Ich würde z.B. in irgendeiner Gebetsgruppe sein und das analysieren, was ich gerade gebetet habe. Dann würde ich denken: „Wie vollkommen unsinnig und selbstbezogen! So kann ich doch nicht beten!“ Und so würde ich beschließen, nie wieder zu beten, bis meine Motive völlig rein sind. Sie verstehen das: Ich wollte nicht heuchlerisch sein. Ich wusste, dass Gott heilig und gerecht ist. Ich wusste, dass Gebet keine magische Beschwörung ist. Ich wusste, dass ich Gott nicht für meine Zwecke missbrauchen darf. Aber die praktische Konsequenz dieses innerlichen Suchens bedeutete, dass ich in meiner Fähigkeit zu beten völlig gelähmt war.

Die Wahrheit ist, dass wir alle mit unterschiedlichen Motiven beten – menschenfreundlich und selbstsüchtig, gnädig und voller Hass, liebend und bitter zugleich. Ehrlich gesagt: Diesseits der Ewigkeit werden wir es nie schaffen, das Böse vom Guten, das Reine vom Unreinen völlig zu trennen. Aber ich habe gelernt, dass Gott groß genug ist, um uns mit dieser ganzen Mischung aufzunehmen. Wir müssen nicht schlau sein, nicht rein oder voll des Glaubens. Das ist es, was mit dem Wort „Gnade“ gemeint ist. Und diese Gnade rettet uns nicht nur, sie lässt uns auch leben. Und mit ihrer Hilfe beten wir.

Jesus erinnert uns daran, dass Gebet so ist, als wenn Kinder zu ihren Eltern kommen. Manchmal kommen unsere Kinder mit den absurdesten Wünschen zu uns. Oft macht uns die Gemeinheit oder die Eigensucht ihrer Wünsche traurig, aber wir wären noch viel trauriger, wenn sie niemals zu uns kämen – nicht einmal mit ihrer Gemeinheit und ihrer Eigensucht. Wir sind einfach froh darüber, dass sie zu uns kommen – mit all den gemischten Motiven.

Genauso ist es mit dem Gebet. Wir werden niemals reine Motive dabei haben oder gut genug sein oder genug darüber wissen, wie man richtig betet. Wir müssen all diese Dinge einfach beiseitelassen und anfangen zu beten. Allein durch das Beten selbst, durch die

intime, andauernde Beziehung zu Gott, werden diese Dinge zur rechten Zeit geklärt.

SO WIE WIR SIND ...

Was ich sagen möchte, ist Folgendes: Gott nimmt uns so an, wie wir sind. Und er nimmt unsere Gebete so an, wie sie sind. So wie ein kleines Kind kein schlechtes Bild malen kann, so kann ein Kind Gottes kein schlechtes Gebet sprechen. Damit kommen wir zur grundlegendsten, zur fundamentalsten Form des Gebets: Einfaches Gebet. Lassen Sie es mich beschreiben. Beim einfachen Gebet kommen wir so zu Gott, wie wir sind – auch mit innerlichen Runzeln und Falten. Wie Kinder, die vor ihrem liebenden Vater stehen, öffnen wir unsere Herzen und sprechen unsere Bitten aus. Wir versuchen nicht, die Dinge, d.h. das Gute und das Schlechte, vorher zu sortieren. Wir sagen einfach und ohne Vorbehalte unsere Sorgen und sprechen unsere Bitten aus. Wir sagen Gott zum Beispiel, wie frustriert wir über den Kollegen in der Firma sind oder über den Nachbarn nebenan. Wir bitten um Nahrung, gutes Wetter und Gesundheit.

Eigentlich sind wir der Mittelpunkt des einfachen Gebets. Unsere Nöte, unsere Wünsche und Sorgen dominieren unsere Gebetserfahrung. Unsere Gebete sind kurz und enthalten viel Stolz, Selbstgefälligkeit, Eitelkeit, Überheblichkeit, Hochmut und allgemeine Egozentrik. Und ohne Zweifel gibt es dort auch viel Großmut, Großzügigkeit, Selbstlosigkeit und guten Willen.

Wir machen Fehler – und zwar viele. Wir sündigen, wir fallen zu Boden, aber jedes Mal stehen wir wieder auf und fangen von Neuem an. Wir beten wieder. Wir wollen Gott wieder folgen. Und dann besiegt uns unsere Anmaßung und Zügellosigkeit wieder. Das macht nichts. Wir bekennen und fangen wieder neu an ... und wieder ... und wieder. Man nennt das einfache Gebet manchmal auch das „Gebet des Neuanfangs“.

Das einfache Gebet ist die häufigste Form des Gebets in der Bibel. Es gibt nicht viel Glorreiches oder Grandioses über die Glaubens-

helden zu berichten, die über die Seiten der Heiligen Schrift wandern. Man denke nur an Mose, der sich bei Gott über die halsstarrigen und ehemaligen Nachfolger beschwert: „Warum finde ich keine Gnade vor deinen Augen, dass du die Last all dieses ganzen Volks auf mich legst? Hab ich denn all das Volk empfangen oder geboren, dass du zu mir sagen könntest: Trag es in deinen Armen, wie eine Amme ein Kind trägt, in das Land, das du ihren Vätern zugeschworen hast?“ (4.Mo 11,11-12). Oder man denke an Elisa, der gegen die Kinder vorging, die ihn ausgelacht und ihn einen „Kahlkopf“ genannt hatten: „Er verfluchte sie im Namen des Herrn. Da kamen zwei Bären aus dem Walde und zerrissen zweiundvierzig von den Kindern“ (2.Kön 2,24). Und dann ist da noch der Psalmist, der sich über den gewaltsamen Tod der Säuglinge seiner Feinde freut: „Wohl dem, der deine jungen Kinder nimmt und sie am Felsen zerschmettert!“ (Ps 137,9).

Und doch sind inmitten all dieser selbstsüchtigen Gebete einige der besten und erhabensten Äußerungen des menschlichen Geistes zu finden. Man denke nur an Mose, der für die widerspenstigen und ungehorsamen Israeliten vor Gott eintritt: „Vergib ihnen doch ihre Sünde; wenn nicht, dann tilge mich aus deinem Buch, das du geschrieben hast“ (2.Mo 32,32). Oder derselbe Elisa, der die Kinder verflucht hatte, zeigt sich der Schunemiterin gegenüber barmherzig und prophezeit ihr: „Um diese Zeit übers Jahr sollst du einen Sohn herzen“ (2.Kön 4,16). Oder man werfe einen Blick in das Herz des Psalmisten, der zu Jahwe ruft: „Wie habe ich dein Gesetz so lieb! Täglich sinne ich ihm nach“ (Ps 119, 97). Beim einfachen Gebet sind das Gute, das Böse und das Hässliche alle beieinander.

Das einfache Gebet findet man in der ganzen Bibel. Abraham betete auf seine Weise wie auch Josef, Josua, Hanna, David, Gideon, Ruth, Petrus, Jakobus, Johannes und eine Reihe von anderen strahlenden Persönlichkeiten der Bibel.

Beim einfachen Gebet bringen gewöhnliche Menschen gewöhnliche Anliegen zu einem liebevollen und mitfühlenden Vater. Wir brauchen uns beim einfachen Gebet nichts vorzumachen. Wir müssen nicht vorgeben, heiliger, reiner oder seliger zu sein, als wir tat-

sächlich sind. Wir brauchen nicht zu versuchen, unsere streitenden und gegensätzlichen Motive vor Gott oder uns selbst zu verbergen. Wir schütten Gott unser Herz aus, dem Gott, der größer ist als unser Herz und der alle Dinge erkennt (1.Joh 3,20).

Einfaches Gebet ist anfängliches Gebet. Obwohl es das Gebet von Kindern ist, kehren wir immer dazu zurück. Teresa von Avila schreibt: „Keine Stufe des Gebets ist so erhaben, dass wir es nicht oft nötig hätten, zum Anfang zurückzukehren.“ Jesus ruft uns zum Beispiel zu einem einfachen Gebet auf, als er uns lehrt, für unser tägliches Brot zu bitten. Und John Dalrymple beobachtet zu Recht: „Wir wachsen nie aus dieser Art des Gebets heraus, denn wir wachsen nie aus den Nöten heraus, die es entstehen lassen.“

Es gibt eine Versuchung – besonders bei den intellektuelleren Menschen –, die grundlegendste Art des Gebets zu verabscheuen. Sie möchten das einfache Gebet überspringen und hoffen, zu „reifen“ Formen des Gebets vorzudringen. Sie belächeln die egoistischen Bitten vieler Menschen. Sie halten große Vorträge darüber, wie man „egozentrisches Beten“ vermeidet und stattdessen andere Menschen zum Inhalt des Gebets macht. Diese Menschen übersehen jedoch, dass das einfache Gebet notwendig ist. Es ist für das geistliche Leben sogar grundlegend. Die einzige Art und Weise, das egozentrische Gebet zu vermeiden (vorausgesetzt, wir können das überhaupt), ist, es durchzustehen. Wir vermeiden es nicht dadurch, dass wir es umgehen wollen.

Diejenigen, die meinen, sie könnten das einfache Gebet überspringen, täuschen sich selbst. Oft haben sie selbst noch nicht einmal gebetet. Sie haben sich vielleicht über Gebet unterhalten, haben das Gebet analysiert, haben vielleicht sogar Bücher über das Gebet gelesen. Aber es ist sehr unwahrscheinlich, dass sie selbst gebetet haben. Wenn wir wirklich von Herzen beten, dann wird die wahre Lage unseres Herzens deutlich. So soll es sein. Dann beginnt Gott in uns zu arbeiten. Das Abenteuer fängt jetzt erst an.

BEGINNEN, WO WIR SIND

Bis zu diesem Punkt haben wir das einfache Gebet beschrieben. Aber das ist Theorie. Wir müssen über die Theorie hinauskommen, um die Frage zu stellen, für die das Vorherige nur die Einleitung war. Wie praktizieren wir das einfache Gebet? Wie machen wir das? Wo fangen wir an?

Ganz einfach: Wir beginnen dort, wo wir sind. In unseren Familien, an unserer Arbeitsstelle, mit unseren Nachbarn und Freunden. Ich hoffe, dies hört sich nicht zu oberflächlich an, aber auf der praktischen Ebene ist es die elementarste Wahrheit, wenn wir Gott erkennen wollen. Das ist die grundlegendste Überzeugung von allen: zu glauben, dass Gott uns in den normalen Situationen unseres täglichen Lebens erreichen und segnen kann. Dabei ist es augenscheinlich so schwer für uns zu glauben, dass Gott unseren Raum betreten könnte. „Gott kann mich hier nicht segnen“, klagen wir. „Wenn ich erst meinen Abschluss in der Tasche habe ...“ „Wenn ich erst Vorsitzender des Komitees bin ...“ „Wenn ich erst Hauptpastor bin ...“ „... dann kann Gott mich segnen.“ Das ist ein Irrtum. Denn der einzige Ort, an dem Gott uns segnen kann, ist dort, wo wir sind, denn nur hier befinden wir uns wirklich!

Erinnern Sie sich an Mose und den brennenden Busch? Gott musste ihm sagen, dass er die Schuhe ausziehen soll – denn er wusste nicht, dass er sich auf heiligem Boden befand. Wenn wir erst erkennen, dass der Boden, auf dem wir uns befinden, heiliger Boden ist – an unserer Arbeitsstelle und in unseren Häusern, bei unseren Kollegen und unseren Freunden und Familien –, dann lernen wir, dort zu beten.

Auf die natürlichste und einfachste Weise lernen wir, wenn wir die gewöhnlichen Dinge des täglichen Lebens aufgreifen und sie an Gott abgeben. Vielleicht sind wir gerade in einer bestimmten Situation, die uns mehr als nur eine schlaflose Nacht bereitet. Wir betreten die Arena mit Gott; wir erzählen ihm von unserem Schmerz, unserem Leid und unserer Enttäuschung. „Warum ich?“, rufen wir, „warum ich?“ Auch Frustration, Tränen und Wut sind Sprache des Gebets. Wir laden Gott ein, mit uns zu gehen, wenn wir um den

Verlust unseres Traums trauern. Vielleicht löst eine Nebenbemerkung unseres Nachbarn eine Explosion von Gefühlen in uns aus: Wut, Neid und Angst. Na gut, dann sprechen wir offen und ehrlich mit Gott über das, was passiert ist, und bitten ihn, uns zu helfen, zum Schmerz hinter all den Gefühlen vorzudringen.

Wir sollten uns völlig frei fühlen, Gott gegenüber zu klagen, mit ihm zu streiten oder ihn anzuschreien. Der Prophet Jeremia schrie Gott einmal an: „Du hast mich betört, und ich habe mich betören lassen; du hast mich gepackt und überwältigt. Zum Gespött bin ich geworden den ganzen Tag, ein jeder verhöhnt mich“ (Jer 20, 7).¹ Ich kann mir gut vorstellen, dass Jeremia mit der Faust gen Himmel gerichtet dastand, als er diese Worte sprach! Gott kann sehr gut mit unserer Wut, unserer Frustration und unserer Enttäuschung umgehen. C. S. Lewis rät uns, „das vor Gott zu bringen, was in uns ist, nicht das, was in uns sein sollte“.²

Wir dürfen niemals die Lüge glauben, dass die Kleinigkeiten unseres Lebens nicht der rechte Inhalt für das Gebet sind. Wir mögen vielleicht gelernt haben, dass das Gebet eine erhabene und außerweltliche Handlung sei, dass wir im Gebet zu Gott über Gott sprechen sollten. Folglich neigen wir dazu, unsere Erfahrungen als Ablenkungen und Eindringlinge unseres wahren Gebets zu sehen. Das ist eine überirdische, körperfeindliche Geistlichkeit. Wir beten dagegen einen Gott an, der in einem stinkenden Stall zur Welt kam, der auf dieser Erde in Blut, Tränen und Schweiß gewatet ist, der aber trotzdem in immerwährender Beziehung zu seinem himmlischen Schöpfer stand.

Und so fordere ich uns auf: Lasst uns eine andauernde Unterhaltung mit Gott über die Ereignisse und Erfordernisse unseres täglichen Lebens führen, so ähnlich wie Tevje in dem Musical „Anatevka“.³ Wir brauchen uns nicht um das „richtige“ Gebet zu kümmern, sondern reden einfach mit Gott. Erzählen Sie von Ihren Schmerzen, von Ihren Sorgen und Freuden, ganz frei und offen. Gott hört Ihnen mitfühlend und liebend zu, genauso, wie wir es mit unseren Kindern tun, wenn sie zu uns kommen. Er freut sich über unsere Gegenwart. Wenn wir dies bedenken, dann entdecken wir

etwas von unschätzbarem Wert: Wir entdecken, dass wir durch das Gebet zu beten lernen.

RATSCHLÄGE AUF DEM WEG

Bevor wir uns auf das Abenteuer des Gebets einlassen, möchte ich noch ein paar Ratschläge weitergeben. Mein erster Rat ist einfach eine Erinnerung daran, dass Gebet nichts anderes ist als eine andauernde und wachsende Liebesbeziehung zu Gott, dem Vater, dem Sohn und dem Heiligen Geist. Dies gilt besonders für das einfache Gebet. Hier hat niemand einen Vorteil. Die Geschlagenen und Getroffenen gehen ebenso frei in das einfache Gebet wie die Gesunden und Reichen. Madame Guyon schreibt:

„Diese Art des Gebets, diese einfache Beziehung zu unserem Herrn, ist für jeden passend. Sie ist ebenso passend für den Langsamen und Unwissenden wie für den Gebildeten. Dieses Gebet, diese Erfahrung, die auf so einfache Weise beginnt, endet in einer völlig hingebungsvollen Liebe zu Gott. Nur eins ist gefordert – Liebe.“⁴

Zweitens: Wenn wir anfangen, dann dürfen wir uns durch fehlendes Gebet nie entmutigen lassen. Selbst in unserer Gebetslosigkeit können wir uns nach Gott sehnen. Dann wird das Sehnen selbst zum Gebet. „Die Sehnsucht nach Gebet ist Gebet, das Gebet der Sehnsucht“, schreibt Mary Claire Vincent. Zur rechten Zeit wird die Sehnsucht uns ins Gebet führen und das Beten wird die Sehnsucht noch vergrößern. Wenn wir nicht beten können, dann lassen wir Gott unser Gebet sein. Wir sollten uns durch die Härte unseres Herzens nicht ängstigen lassen – das Gebet wird das harte Herz erweichen. Wir geben selbst unser fehlendes Gebet an Gott ab.

Ein dem entgegengesetzter, aber ebenso wichtiger Rat ist folgender: Man darf nicht zu sehr versuchen zu beten. Manche Menschen arbeiten mit solcher Inbrunst am Gebet, dass sie eine geistliche Magenverstimmung bekommen. Es gilt das einfache Prinzip des Fortschritts auch im geistlichen Leben. Man nimmt keine gelegentlichen Jogger und setzt sie bei einem Marathon ein und man darf das auch beim Gebet nicht tun. Die Mütter und Väter, die in der Wüste

waren, sprechen von einer „geistlichen Habgier“, d.h. man will mehr von Gott, als man verdauen kann. Wenn das Gebet für Sie keine feste Gewohnheit ist, dann sollten Sie sich einige kurze Momente Zeit nehmen und dort all Ihre Energie einsetzen, anstatt mit einer Zwölf-Stunden-Sitzung zu beginnen, die mit Gebetsdialogen gefüllt ist. Wenn Sie genug haben, dann sagen Sie Gott einfach: „Ich muss mich jetzt ausruhen. Ich habe jetzt nicht die Kraft, die ganze Zeit bei dir zu sein.“ Dies ist nebenbei völlig wahr und Gott weiß, dass Sie immer noch nicht in der Lage sind, seine Gegenwart längere Zeit auszuhalten. Übrigens brauchen selbst die, die geistlich am meisten fortgeschritten sind – vielleicht gerade diese Menschen – Zeiten, in denen man lacht und spielt und einfach Spaß hat.

Jetzt möchte ich einen Rat geben, der sich vielleicht seltsam anhört: Wir sollten selbst dann zu beten lernen, wenn wir an etwas Böses denken. Vielleicht kämpfen wir einen innerlichen Kampf gegen Wut, sexuelle Lust, Stolz, Habgier oder Ehrgeiz. Wir dürfen diese Dinge nicht aus dem Gebet ausklammern. Stattdessen erzählen wir Gott, wie es in uns aussieht, dass wir wissen, wie sehr es ihm missfällt. Wir heben selbst unseren Ungehorsam in die Arme des Vaters; er ist stark genug, um die Last zu tragen. Ganz sicher trennt uns Sünde von Gott, aber wenn wir die Sünde zu verstecken suchen, trennt uns das nur noch mehr von ihm. Emilie Griffin schreibt: „Gott liebt uns vielleicht dann am meisten, wenn wir hinfallen und es noch einmal probieren.“

Zuletzt möchte ich erwähnen (und damit vorschlagen), dass es einfach weise ist, sich nach normalen Gebetserfahrungen auszustrecken.⁵ Göttliche Offenbarungen und Höhepunkte können uns überwältigen und uns von der wirklichen Arbeit im Gebet ablenken. Unsere Haltung muss eher die des Psalmisten sein, der schreibt: „Ich gehe nicht um mit großen Dingen, die mir zu wunderbar sind. Fürwahr, meine Seele ist still und ruhig geworden wie ein kleines Kind bei seiner Mutter“ (Ps 131,1b-2). Zudem kann es so anregend und frisch sein, einfach schnell in die Gegenwart Gottes zu huschen, dass es uns auf wunderbare Weise Freude bereitet.

DIE BEKEHRUNG DES HERZENS

In vielen Büchern über das Gebet wird das einfache Beten schlichtweg ignoriert. Ich habe mich oft gefragt, warum das so ist. Vielleicht deshalb, weil fromme Schreiber die eigennützigen Aspekte des einfachen Gebets fürchten. Wenn man sich sehr mit dem Selbst beschäftigt, dann kann es schnell zu Eigennutz und Narzissmus führen. Darüber hinaus sind wir alle in der Gefahr, unsere Erfahrungen zu rationalisieren und zu manipulieren, sodass wir nur noch das hören, was wir hören wollen. Wir sind dann vielleicht so mit uns selbst beschäftigt, dass wir Gott völlig aus dem Blick verlieren und zum Schluss „dem Geschöpf dienen anstatt dem Schöpfer“, wie Paulus es schreibt (Röm 1,25).

Das ist eine berechtigte Sorge. Die Gefahren liegen auf der Hand. Aber Joseph Schmidt drückt es folgendermaßen aus: „Das sind Gefahren auf dem rechten Weg. Wir müssen vorsichtig vorgehen und nicht wieder umkehren.“ Und wir dürfen uns auch nicht umdrehen. Wenn wir göttlichen Schutz suchen, dann gehen wir ehrlich und offen voran.

Am Anfang sind wir tatsächlich Subjekt und Mittelpunkt unseres Gebets. Aber zu Gottes Zeit und auf Gottes Art und Weise erleben wir eine kopernikanische Wende unseres Herzens. Langsam, fast unbemerkt, gibt es eine Veränderung im Zentrum unseres Universums. Wir sehen Gott nicht länger als Teil unseres Lebens, sondern wir verstehen uns jetzt als Teil seines Lebens. Auf wunderbare und geheimnisvolle Weise bewegt sich Gott von dem Rand unserer Gebetserfahrung in die Mitte. Eine Veränderung des Herzens geht vonstatten, eine Umwandlung des Geistes. Auf dieser wunderbaren Arbeit göttlicher Gnade liegt das Hauptaugenmerk dieses Buches und darauf wollen wir nun unsere Aufmerksamkeit lenken.

Lieber Herr Jesus, ich muss unbedingt lernen, wie man betet.

Doch wenn ich ehrlich bin, dann weiß ich, dass ich oft gar nicht beten will.

Ich werde abgelenkt!

Ich bin stur!

Ich bin egoistisch!

Herr, gib durch deine Gnade, dass das, was ich will, auch das ist, was ich brauche, sodass ich immer mehr das will, was ich nötig habe. In deinem Namen bete ich dich an, Herr.

Amen.

2. DAS GEBET DER VERLASSENEN

Der Genuss, den du willst und noch nicht hast, kommt auf einem Weg zu dir, der den Genuss nicht kennt.

Johannes vom Kreuz

Es gibt kein Gebet, das schmerzlicher ist und mehr von Herzen kommt als der Schrei Jesu: „Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen?“ (Mt 27,46b). Selbstverständlich war die Erfahrung Jesu am Kreuz völlig einmalig und unwiederholbar, denn er nahm die Sünde der ganzen Welt auf sich. Aber auf eigene Art und Weise werden Sie und ich dieses Gebet der Verlassenen beten, wenn wir die Nähe einer ewigen Gemeinschaft mit dem Vater erfahren wollen. Zeiten, in denen wir von Gott verlassen scheinen, in denen er abwesend ist und wir auf uns allein gestellt sind, scheinen allen Menschen gemein zu sein, die diesen Weg des Glaubens vor uns gegangen sind. Wir können uns auch gleich an den Gedanken gewöhnen, dass auch wir früher oder später wissen werden, was es heißt, sich von Gott verlassen zu fühlen.

Früher bezeichnete man diese Realität mit dem Begriff „Deus absconditus“ – der „verborgene Gott“. Verstehen Sie nicht auch instinktiv, was damit gemeint war? Haben Sie jemals gebetet und dabei nichts gespürt, nichts gesehen und nichts wahrgenommen? Schien es je so, als ob Ihre Gebete an der Zimmerdecke hängenblieben? Hat es je Zeiten gegeben, wo Sie sich verzweifelt nach einem Zuspruch, einem Zeichen göttlicher Gegenwart gesehnt haben und es geschah gar nichts?

Manchmal scheint es, als ob Gott sich vor uns verborgen hielte. Wir tun alles, was wir können. Wir beten. Wir dienen. Wir beten an. Wir leben so gläubig, wie wir nur können. Und immer noch passiert nichts ... gar nichts! Es scheint, „als ob wir uns im Dunkeln die Fäuste am Himmelstor blutig schlagen“, so George Buttrick.

Sicher verstehen Sie, was ich meine, wenn ich von der Abwesenheit Gottes spreche. Ich meine damit nicht eine wirkliche Abwesenheit Gottes, sondern ein Gefühl von Abwesenheit. Gott ist immer

bei uns. Theoretisch wissen wir das, aber es gibt Zeiten, in denen er seine Gegenwart unserem Bewusstsein entzieht.

Aber diese theologischen Nettigkeiten helfen uns wenig, wenn wir in die Wüste des Herzens gelangen. Hier erfahren wir wirkliche, geistliche Verlassenheit. Wir fühlen uns von Freunden, vom Ehepartner und von Gott verlassen. Jede Hoffnung verpufft in dem Moment, in dem wir danach greifen. Jeder Traum erstirbt, wenn wir ihn Wirklichkeit werden lassen wollen. Wir stellen in Frage, wir zweifeln, wir kämpfen. Nichts hilft. Wir beten und die Worte scheinen leer. Wir wenden uns an die Bibel und finden sie bedeutungslos. Wir hören Musik, doch wir wissen, dass sie uns nicht bewegt. Wir sehnen uns nach Gemeinschaft mit anderen Christen und entdecken Neid, Eigensinnigkeit und Egoismus.

Das biblische Bild für diese Erfahrungen ist die Wüste. Es ist ein passendes Bild, denn wir fühlen uns wirklich trocken, brach, dem Verdursten nahe. Mit dem Psalmisten rufen wir laut: „Ich schreie, aber meine Hilfe ist ferne!“ (Ps 22,2). Und wir beginnen uns zu fragen, ob da überhaupt ein Gott ist, der uns antworten kann.

Diese Erfahrungen der Verlassenheit und Einsamkeit haben wir entweder bereits gemacht oder wir werden sie ganz sicher machen. Daher ist es wichtig zu sehen, ob etwas Hilfreiches gesagt werden kann, wenn wir das ausgetrocknete Land der Abwesenheit Gottes betreten.

EINE HAUPTSTRASSE

Zuerst möchte ich Sie ermutigen: Wir befinden uns nicht auf einem Trampelpfad, sondern auf einer Hauptstraße. Viele sind diesen Weg vor uns gegangen. Mose zum Beispiel, der Jahr für Jahr auf den schweigsamen Gott wartete, damit er sein Volk erlöse. Und all das, nachdem er die Herrlichkeit und den Reichtum Ägyptens hinter sich lassen müssen. Oder man denke an den verzweifelten Ruf des Psalmisten: „Warum hast du mich vergessen?“ (Ps 42,10). Oder Elia, der in einer einsamen Höhle bei Wind, Erdbeben und Feuer Wache hielt. Oder Jeremia, der in einen Brunnenschacht her-

abgelassen wurde, bis er „ganz tief drinsteckte“. Oder die einsame Wache, die Maria am Kreuz hielt. Oder die traurigen Worte auf Golgatha: „Mein Gott, mein Gott, warum ... warum ... warum?“

Christen haben über Jahrhunderte hinweg dieselben Erfahrungen gemacht. Johannes vom Kreuz nannte es „die dunkle Nacht der Seele“. Und ein anonym er englischer Schriftsteller beschrieb es als „Wolke des Unbekannten“. Jean-Pierre Caussade nannte es „die dunkle Nacht des Glaubens“, und George Fox sagte einfach: „Als es Tag war, sehnte ich die Nacht herbei, und bei Nacht wünschte ich mir den Tag.“ Seien Sie getrost, wir sind in guter Gesellschaft.

Außerdem bedeutet es nicht, dass Gott unzufrieden mit uns ist, wenn wir den „beißenden Winden der Verborgenheit Gottes“¹ ausgesetzt sind, dass wir unsensibel für die Dienste des Geistes Gottes sind, ein schreckliches Vergehen gegen den Himmel begangen hätten oder sonst etwas nicht stimmt. Die Dunkelheit gehört zum Gebet dazu. Man sollte darauf gefasst sein, sie sogar willkommen heißen.

MASSGESCHNEIDERTER WEG

Die zweite Sache, die über unsere Erfahrung mit der Verlassenheit gesagt werden kann, ist die, dass jeder Glaubensweg maßgeschneidert ist. Unser Gefühl der Abwesenheit Gottes kommt nicht nach Stundenplan zu uns. Wir können nicht einfach eine Straßenkarte aus der Tasche ziehen, nach der sich jeder andere auch richten könnte.

Es stimmt: Jenen, die noch den ersten Schwung des Glaubens haben, werden oft ungewöhnliche Gnadengaben des Geistes zuteil, so wie einem kleinen Kind, das gehätschelt und betätschelt wird. Es stimmt auch, dass einige der tiefsten Erfahrungen der Einsamkeit und Trennung von Gott über jene gekommen sind, die auf dem Glaubensweg bereits eine weite Strecke zurückgelegt haben. Aber uns können die kargen Wüsten der Trostlosigkeit und die dunklen Klüfte der Verzweiflung an jeder Biegung unserer Reise begegnen.

Da es im Gebetsleben keine festgelegte Folge gibt, bewegen wir

uns nicht einfach von einer Stufe auf die nächste und wissen, dass es z.B. auf den Stufen fünf und zwölf Erfahrungen mit der Verlassenheit von Gott geben wird. Natürlich wäre das viel einfacher, aber dann würden wir hier eher von einem mechanischen Ablauf reden als von einer lebendigen Beziehung.

EINE LEBENDIGE BEZIEHUNG

Das ist das nächste, was über unser Gefühl der Abwesenheit Gottes gesagt werden muss: Wir gehen eine lebendige Beziehung ein, die in gegenseitiger Freiheit ihren Anfang nimmt und sich entwickelt. Gott gibt uns völlige Freiheit, denn er wünscht, dass seine Geschöpfe sich frei für eine Beziehung zu ihm entscheiden können. Durch das Gebet der Verlassenen lernen wir, Gott die gleiche Freiheit zu geben. Beziehungen dieser Art können nie manipuliert oder erzwungen werden.

Könnten wir den Schöpfer des Himmels und der Erde hier und jetzt auf unseren Wink und unseren Befehl hin erscheinen lassen, dann würde es sich nicht um den Gott Abrahams, Isaaks und Jakobs handeln. Wir können das mit Dingen und Vorstellungen machen, aber Gott, der große Bilderstürmer, zerschmettert ständig unsere falschen Vorstellungen von dem, was und wie er ist.

Können Sie sich vorstellen, warum unser Gefühl der Abwesenheit Gottes eine unerwartete Gnade ist? Indem Gott sich verborgen hält, gewöhnt er es uns ab, ihn nach unserem Bilde gestalten zu wollen. So wie Aslan, die Christusfigur in den Narnia-Chroniken, ist Gott völlig frei; er kommt und geht, wann er will. Indem er es ablehnt, eine Marionette in unserer Hand oder ein Geist in der Flasche zu sein, befreit er uns von unseren falschen, abgöttischen Vorstellungen.

Außerdem sollten wir Gott wahrscheinlich dankbar dafür sein, dass er sich nicht immer dann zeigt, wenn wir es uns wünschen, denn wir wären vielleicht nicht in der Lage, eine solche Begegnung durchzustehen. Oft waren die Menschen halbtot vor Angst, wenn sie dem lebendigen Gott begegneten. „Gott soll nicht mit uns reden,

Interesse geweckt?

Bestellen Sie das Buch ganz einfach in
unserem Online-Shop auf:
www.movement-verlag.de