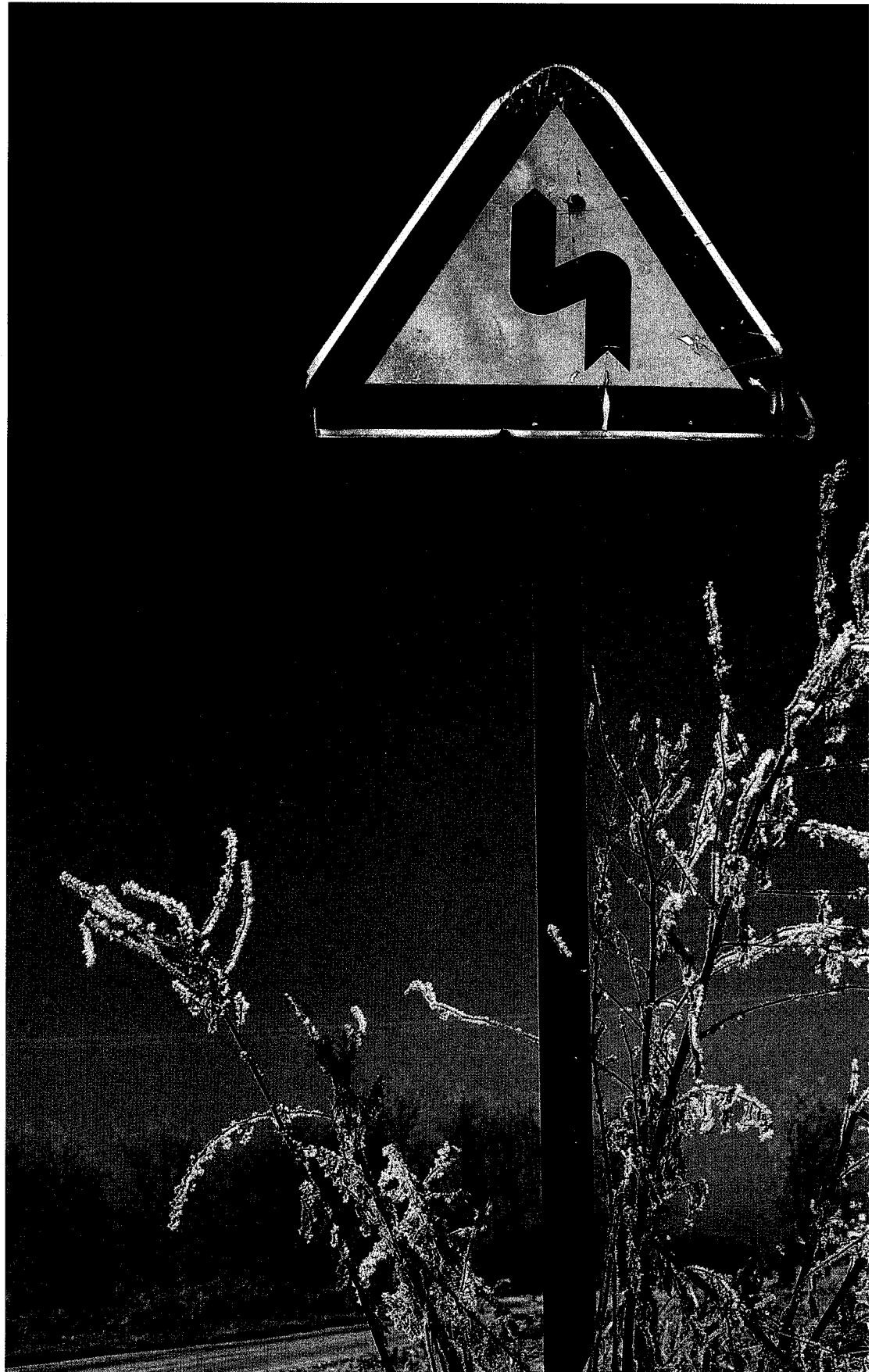


Gebet: Vier Mißver



ständnisse



Helmut Mühmel

Ich möchte hier etwas schreiben über häufige Irrtümer und Mißverständnisse im Zusammenhang mit dem Gebet. Auffassungen und Fehler, die das Gebet lähmen und eine Erklärung dafür sind, warum es manchmal so schwer ist, zu beten.

Beten nach Gottes Herzen: Folge V einer Gebets-Serie

Von Richard Foster

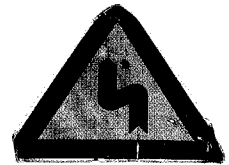
1. Gebet und Zeit zur Stille Eines der häufigsten Probleme ist sicher, daß wir uns einfach nicht genug wirklich ungefüllte Zeit für die Begegnung mit Gott im Gebet nehmen. Gerade im Gebet aber können wir Zeiten völliger Zurückgezogenheit mit Gott erleben. Bei Jesus sehen wir immer wieder, was das heißen kann: Mit sich und Gott allein sein, ohne einsam zu sein. Abkehr von allen anderen Einflüssen. Wir können vom Leben Jesu hier sehr viel lernen. Was hat das Zurückziehen für ihn bedeutet?

In Matthäus 4,1 wird Jesus durch den Geist in die Wüste geführt. Vierzig Tage Wüste! Wieviele Lehrveranstaltungen hätte er in dieser Zeit abhalten können! Wieviele Heilungen, gute Werke und Wunder? Das alles blieb ungetan, weil er vierzig Tage in der Wüste war. Er war dort, um zu fasten – eine Hilfe für das Gebet. Viele Leute denken bei dieser Bibelstelle, daß der Satan Jesus genau dann versucht hat, als er am schwächsten war – eben nach vierzig Tagen Fasten. Aber das Gegenteil ist der Fall: Fasten bedeutet, daß man in Gott Stärke gewinnt und wächst. Im Fasten lernen wir, daß wir „nicht vom Brot allein“ leben, sondern „von einem jeglichen Wort, das aus dem Munde Gottes hervorgeht.“ Als Jesus also am stärksten war, hat Gott Satan erlaubt, Jesus zu versuchen.

Etwas ähnliches sehen wir in der Geschichte von der Frau am Jakobsbrunnen: Die Jünger waren unterwegs, um etwas zu Essen zu kaufen. Als sie damit zurückkamen, sagte Jesus, er wolle nichts essen. Er interessierte sich in diesem Moment nicht für Essen. Jesus sagte: „Ich habe eine Speise, von der ihr gar nichts wißt! Meine Speise ist, daß ich den Willen meines Vaters tue.“ Das waren nicht nur schöne Worte, keine leichtfertige Aussage. Er wollte damit sagen, daß er wirklich gestärkt, körperlich gestärkt war durch die Arbeit, die er gerade getan hatte. Immer wieder sehen wir, daß Jesus sich zurückzieht in die Stille, um Zeit für das Gebet zu haben. In Lukas 6 verbringt Jesus die ganze Nacht im Gebet, um von Gott her zu wissen, welche zwölf Jünger er auswählen soll.

In Matthäus 14 hören wir, daß er sich ganz allein in die Wüste zurückzieht, nachdem er vom Tod seines Cousins gehört hatte. Warum hat er das getan? Vielleicht einfach, um den Tod seines guten Freundes zu verarbeiten und zu durch-

„O, Richard, kannst du nicht mal aufhören, so fürchterlich religiös zu sein! Genieße doch einfach einmal meine Gegenwart!“



leiden. Manchmal erlauben wir es uns nicht, zu leiden, Schmerz auszuhalten. Vielleicht ist ein Traum für uns gestorben. Vielleicht haben wir gedacht, daß wir das ganze Land in einer Woche hätten bekehren können, aber es hat nicht so funktioniert, wie wir uns das vorgestellt haben. Wir brauchen Raum, um das durchzuarbeiten und zu betrauern.

In Markus 6 sehen wir, daß Jesus seine Jünger jeweils zu zweit aussendet. Sie vollbringen miteinander ganz erstaunliche Dinge – heilen Kranke und treiben Dämonen aus. Als nächstes aber sagt Jesus zu ihnen: „Kommt und ruht euch für eine Zeit lang aus.“ Hier ist der Rhythmus zwischen Aktion und Rückzug gut zu erkennen. Einer der größten Evangelisten war Sankt Columban, der im achten Jahrhundert vor allem die Britischen Inseln missioniert hat. Er versammelte seine Missionare auf einer kleinen Insel vor Schottland: Iona (siehe AUFATMEN 2/96, S. 60). Für ihre evangelistische Arbeit wurden sie dann jeweils aufs Festland ausgesandt – und zu Ruhepausen zur Stärkung und Erholung wieder auf die Insel zurückgerufen. Dahinter steckt die Idee, eine feste Basis zu haben, von der man immer wieder loszieht. Wir brauchen solch eine starke Basis für die Arbeit draußen. Auch Jesus hat diesen Rhythmus eingehalten. Das Zurückziehen war eine der Kraftquellen in seinem Leben.

In Matthäus 17 lesen wir davon, wie Jesus mit Petrus, Jakobus und Johannes auf den Berg der Verklärung ging. Die anderen Jünger blieben unten und versuchten, weiterzuarbeiten – aber alles, was sie taten, mißglückte. Jesus und die drei Jünger dagegen sahen auf dem Berg in einer Vision Elia und Moses. Ohne dieses Zurückziehen wäre das nicht passiert. Durch diese Erfahrung haben sie so viel über Gott gelernt und fanden es so schön und beeindruckend, daß Petrus sagte: „Herr, laß uns doch hier Hütten bauen.“ Rückzug ist eine der wichtigsten Grundfunktionen des geistlichen Lebens. Sich enthalten, alles andere aus seinem Leben ausschalten, ist extrem wichtig für unser geistliches Leben. Rückzug bedeutet, freigesetzt zu werden von allen menschlichen Beziehungen, die unser Leben so übertoll machen.

Eines der größten Probleme, die uns am zeitweisen Rückzug aus der Welt hindern wollen, ist die Angst, etwas zu versäumen. Was passiert, wenn wir uns jetzt aus der Akti-

vität zurückziehen? Was passiert mit den Leuten, die Gott uns anvertraut hat? Wie geht es weiter mit ihnen? Vielleicht ist unsere größte Sorge heimlich die, daß sie auch ohne uns zu recht kommen könnten ... Wie können sie uns das nur antun? In einer griechischen Sage wird diese Selbstzentriertheit so gekennzeichnet: Da sitzt eine kleine Fliege auf einem Wagen, der schnell über einen staubigen Weg dahinrollt. Sie schaut hinter sich auf den Weg und denkt: „Meine Güte, was ich hier für einen

Sandsturm hervorrufe!“ Manch einer von uns fühlt sich heimlich vielleicht so. Wir denken, daß wir das Zentrum des Universums sind. Die Erfahrung des Rückzugs korrigiert diese Selbstüberschätzung. Im Rückzug entdecken wir Gott und können den Satan bekämpfen. Viele wunderbare Geschichten in Bibel und Kirchengeschichte illustrieren das. Vor einigen Jahren hatte ich

große Probleme damit, mich zurückzuziehen. Die kleine Kommunität, in der ich lebte und die mir half, mein Leben zu regeln, sagte: „Gib uns mal deinen Terminkalender.“ Wir haben also meinen Terminkalender genommen und vier Zeiten eingetragen, wo ich mich zurückziehen und erholen sollte. Wir sind einfach die vier Jahreszeiten durchgegangen und haben ein Jahr im voraus geplant. Das war einfach wunderbar! Niemand hat diese Termine je hinterfragt! Die Anfragen kamen, aber ich konnte antworten, daß ich da leider schon einen anderen Termin hatte. Wir können also wirklich Zeiten finden, wo wir Gott ganz zur Verfügung stehen, ganz speziell nur ihm. Ich möchte ganz stark dazu ermutigen, Stärke und Kraft daraus zu gewinnen.

2. Qualität und Quantität Eines der größten Mißverständnisse über Gebet ist, daß es darin überwiegend um das Reden geht. Aber Reden ist nicht notwendig, um zu beten. Nur Liebe ist wirklich notwendig, um zu beten. Im Gebet machen wir die Erfahrung, daß wir hören und in die Liebe und Nähe Gottes hineingenommen werden. Die meisten Menschen verstricken und verwirren sich in sehr viel Worte. Aber effektives und intensives Gebet hängt nicht von der Menge der Worte ab. Es ist genauso wie bei zwei Liebenden – auch

sie müssen nicht die ganze Zeit miteinander reden, um zu kommunizieren und ihre Liebe mitzuteilen.

Meine Frau Carolyn und ich – wir sind jetzt 28 Jahre verheiratet – hatten am Anfang ziemliche Probleme, miteinander zu beten. Ich habe sie einfach überflutet mit meinen Worten (denn ich lebe schließlich davon, daß ich gut im Reden bin). Carolyn fühlte sich dadurch sehr bedroht. Sie hatte große Liebe – aber wenig Worte. Deswegen war es für uns wichtig, zu lernen, einfach nur zusammensitzen und darüber zu reden, was uns betraf und uns Sorgen machte. Dann waren wir eine ganze Zeit lang ruhig und haben still vor Gott gebetet – jeder für sich. So haben wir das, worüber wir vorher gesprochen haben, einfach hochgehoben in die Gegenwart Gottes. Das alles aber, ohne Worte zu machen: Ich mußte meinen Mund halten! Ich hatte erkannt, daß ich sie sonst mit meinen Worten manipuliert hätte. Nach einer bestimmten Zeit beendeten wir dann unsere Gebetszeit, indem wir das Vaterunser zusammen beteten.

Mittlerweile haben wir noch verschiedene andere Formen des Gebets herausgefunden, die für unsere Situation passen. Aber es ist wichtig, zu sehen: Wir sind frei, es gehören nicht viele Worte zum Gebet – und so kann man anfangen, miteinander zu beten.

Ich hatte einmal einen Gott sehr hingeebenen Mann in meiner Gemeinde, der einfach nicht laut oder in einer Gruppe beten konnte. Wir trafen uns dann einfach öfter und haben darüber gesprochen, was ihn gerade bewegte und beschäftigte. Danach haben wir gebetet, einfach still und schweigend. Nachdem wir das mehrere Wochen so gemacht hatten, sagte ich zu ihm: „John, ich glaube, es ist an der Zeit, daß du die Barriere der Stille durchbrichst. Und wenn dir einfach nichts anderes einfällt, dann sag doch einfach ‚Danke!‘ – das ist ein großartiges Gebet!“ Und dann war es tatsächlich so, daß er einige Worte sagte. Das erste Mal in seinem Leben

betete er laut – er war ungefähr 60. Danach sprang er auf und konnte gar nicht mehr ruhig bleiben: „Oh, das ist großartig!“ waren seine Worte.

Dennoch: Wir müssen uns immer wieder klarmachen, daß es beim Gebet um eine liebevolle Gemeinschaft mit Gott geht – nicht darum, irgend etwas oder irgend jemanden mit unseren Worten zu manipulieren.

Effektives und intensives Gebet hängt nicht von der Menge der Worte ab.



Jesus erzählt einen Super-Witz, über den Petrus so lachen muß, daß er abrutscht und lachend den Berg runterrollt.



leiden. Manchmal erlauben wir es uns nicht, zu leiden, Schmerz auszuhalten. Vielleicht ist ein Traum für uns gestorben. Vielleicht haben wir gedacht, daß wir das ganze Land in einer Woche hätten bekehren können, aber es hat nicht so funktioniert, wie wir uns das vorgestellt haben. Wir brauchen Raum, um das durcharbeiten und zu betrauern.

In Markus 6 sehen wir, daß Jesus seine Jünger jeweils zu zweit aussendet. Sie vollbringen miteinander ganz erstaunliche Dinge – heilen Kranke und treiben Dämonen aus. Als nächstes aber sagt Jesus zu ihnen: „Kommt und ruht euch für eine Zeit lang aus.“ Hier ist der Rhythmus zwischen Aktion und Rückzug gut zu erkennen. Einer der größten Evangelisten war Sankt Columban, der im achten Jahrhundert vor allem die Britischen Inseln missioniert hat. Er versammelte seine Missionare auf einer kleinen Insel vor Schottland: Iona (siehe AUFATMEN 2/96, S. 60). Für ihre evangelistische Arbeit wurden sie dann jeweils aufs Festland ausgesandt – und zu Ruhepausen zur Stärkung und Erholung wieder auf die Insel zurückgerufen. Dahinter steckt die Idee, eine feste Basis zu haben, von der man immer wieder loszieht. Wir brauchen solch eine starke Basis für die Arbeit draußen. Auch Jesus hat diesen Rhythmus eingehalten. Das Zurückziehen war eine der Kraftquellen in seinem Leben.

In Matthäus 17 lesen wir davon, wie Jesus mit Petrus, Jakobus und Johannes auf den Berg der Verklärung ging. Die anderen Jünger blieben unten und versuchten, weiterzuarbeiten – aber alles, was sie taten, mißglückte. Jesus und die drei Jünger dagegen sahen auf dem Berg in einer Vision Elia und Moses. Ohne dieses Zurückziehen wäre das nicht passiert. Durch diese Erfahrung haben sie so viel über Gott gelernt und fanden es so schön und beeindruckend, daß Petrus sagte: „Herr, laß uns doch hier Hütten bauen.“ Rückzug ist eine der wichtigsten Grundfunktionen des geistlichen Lebens. Sich enthalten, alles andere aus seinem Leben ausschalten, ist extrem wichtig für unser geistliches Leben. Rückzug bedeutet, freigesetzt zu werden von allen menschlichen Beziehungen, die unser Leben so übervoll machen.

Eines der größten Probleme, die uns am zeitweisen Rückzug aus der Welt hindern wollen, ist die Angst, etwas zu versäumen. Was passiert, wenn wir uns jetzt aus der Akti-

vität zurückziehen? Was passiert mit den Leuten, die Gott uns anvertraut hat? Wie geht es weiter mit ihnen? Vielleicht ist unsere größte Sorge heimlich die, daß sie auch ohne uns zu recht kommen könnten ... Wie können sie uns das nur antun? In einer griechischen Sage wird diese Selbstzentriertheit so gekennzeichnet: Da sitzt eine kleine Fliege auf einem Wagen, der schnell über einen staubigen Weg dahinrollt. Sie schaut hinter sich auf den Weg und denkt: „Meine Güte, was ich hier für einen Sandsturm hervorrufe!“

Effektives und intensives Gebet hängt nicht von der Menge der Worte ab.



Manch einer von uns fühlt sich heimlich vielleicht so. Wir denken, daß wir das Zentrum des Universums sind. Die Erfahrung des Rückzugs korrigiert diese Selbstüberschätzung. Im Rückzug entdecken wir Gott und können den Satan bekämpfen. Viele wunderbare Geschichten in Bibel und Kirchengeschichte illustrieren das.

Vor einigen Jahren hatte ich große Probleme damit, mich zurückzuziehen. Die kleine Kommunität, in der ich lebte und die mir half, mein Leben zu regeln, sagte: „Gib uns mal deinen Terminkalender.“ Wir haben also meinen Terminkalender genommen und vier Zeiten eingetragen, wo ich mich zurückziehen und erholen sollte. Wir sind einfach die vier Jahreszeiten durchgegangen und haben ein Jahr im voraus geplant. Das war einfach wunderbar! Niemand hat diese Termine je hinterfragt! Die Anfragen kamen, aber ich konnte antworten, daß ich da leider schon einen anderen Termin hatte. Wir können also wirklich Zeiten finden, wo wir Gott ganz zur Verfügung stehen, ganz speziell nur ihm. Ich möchte ganz stark dazu ermutigen, Stärke und Kraft daraus zu gewinnen.

2. Qualität und Quantität Eines der größten Mißverständnisse über Gebet ist, daß es darin überwiegend um das Reden geht. Aber Reden ist nicht notwendig, um zu beten. Nur Liebe ist wirklich notwendig, um zu beten. Im Gebet machen wir die Erfahrung, daß wir hören und in die Liebe und Nähe Gottes hineingenommen werden. Die meisten Menschen verstricken und verwirren sich in sehr viel Worte. Aber effektives und intensives Gebet hängt nicht von der Menge der Worte ab. Es ist genauso wie bei zwei Liebenden – auch

sie müssen nicht die ganze Zeit miteinander reden, um zu kommunizieren und ihre Liebe mitzuteilen.

Meine Frau Carolyn und ich – wir sind jetzt 28 Jahre verheiratet – hatten am Anfang ziemliche Probleme, miteinander zu beten. Ich habe sie einfach überflutet mit meinen Worten (denn ich lebe schließlich davon, daß ich gut im Reden bin). Carolyn fühlte sich dadurch sehr bedroht. Sie hatte große Liebe – aber wenig Worte. Deswegen war es für uns wichtig, zu lernen, einfach nur zusammensitzen und darüber zu reden, was uns betraf und uns Sorgen machte. Dann waren wir eine ganze Zeit lang ruhig und haben still vor Gott gebetet – jeder für sich. So haben wir das, worüber wir vorher gesprochen haben, einfach hochgehoben in die Gegenwart Gottes. Das alles aber, ohne Worte zu machen: Ich mußte meinen Mund halten! Ich hatte erkannt, daß ich sie sonst mit meinen Worten manipuliert hätte. Nach einer bestimmten Zeit beendeten wir dann unsere Gebetszeit, indem wir das Vaterunser zusammen beteten.

Mittlerweile haben wir noch verschiedene andere Formen des Gebets herausgefunden, die für unsere Situation passen. Aber es ist wichtig, zu sehen: Wir sind frei, es gehören nicht viele Worte zum Gebet – und so kann man anfangen, miteinander zu beten.

Ich hatte einmal einen Gott sehr hingebenen Mann in meiner Gemeinde, der einfach nicht laut oder in einer Gruppe beten konnte. Wir trafen uns dann einfach öfter und haben darüber gesprochen, was ihn gerade bewegte und beschäftigte. Danach haben wir gebetet, einfach still und schweigend. Nachdem wir das mehrere Wochen so gemacht hatten, sagte ich zu ihm: „John, ich glaube, es ist an der Zeit, daß du die Barriere der Stille durchbrichst. Und wenn dir einfach nichts anderes einfällt, dann sag doch einfach ‚Danke!‘ – das ist ein großartiges Gebet!“ Und dann war es tatsächlich so, daß er einige Worte sagte. Das erste Mal in seinem Leben

betete er laut – er war ungefähr 60. Danach sprang er auf und konnte gar nicht mehr ruhig bleiben: „Oh, das ist großartig!“ waren seine Worte.

Dennoch: Wir müssen uns immer wieder klarmachen, daß es beim Gebet um eine liebevolle Gemeinschaft mit Gott geht – nicht darum, irgend etwas oder irgend jemanden mit unseren Worten zu manipulieren.

Jesus erzählt einen Super-Witz, über den Petrus so lachen muß, daß er abrutscht und lachend den Berg runterrollt.



zeigt uns, daß wir Mitarbeiter Gottes sind, daß er uns einräumt, gemeinsam an Entscheidungen zu arbeiten. Mir ist das beim Lesen der Gebete im Alten Testament deutlich geworden: Mose, David und andere haben ganz real geglaubt, im Gebet an der menschlichen Geschichte etwas verändern zu können. Und das nicht etwa, weil sie naiv waren – im Gegenteil, sie waren in ihrem Gottesverständnis sehr weise. Diese Leute glaubten an ein offenes Universum. Ihnen war klar, daß Gott sie einlädt, mit ihm zusammen zu arbeiten und die Zukunft zu verändern.

Da ist Abraham, der mit Gott fast wie auf einem Basar verhandelt hat. Er versuchte, den Preis herunterzuhandeln. Zuerst fünfzig, dann vierzig, dann zehn Personen. Oder Mose: Gott hatte sich entschieden, die Menschheit zu zerstören. Aber Mose ringt mit Gott, so daß er seine Meinung ändert. Ich denke, man kann es fast so ausdrücken, daß Gott zwar ständig seine Meinung geändert hat, aber nie seine Liebe zu uns. Und das widerspricht überhaupt nicht der Theorie der Allmacht Gottes: Gott hat sich entschieden, daß wir am Entscheidungsprozeß beteiligt sein sollen. Er hätte auch anders entscheiden können, aber dies war seine Wahl. Er hat uns Menschen so angelegt. Was für eine unglaubliche Sache!

Warum hat Gott sich entschieden, es auf diese Art zu machen? Ich weiß es nicht. Ich hätte es vermutlich nicht getan. Mir wären Menschen nicht zuverlässig genug für so etwas. Aber Gott erfreut sich an einem freien, offenen Universum.

Und wie soll man sich in diesem Zusammenhang das Gebet vorstellen? Gott ist doch allwissend. Warum also ihm noch alles sagen? Richtig, Gott ist groß genug, um alles zu wissen – das ist nicht die Frage. Aber: Ist Gott ebenso groß genug, sich zu entscheiden, nicht alles zu wissen? Wir spielen ja nur allzu oft dieses Spiel „Verstecken vor Gott“ – so wie Adam und Eva, die sich im Paradies vor Gott versteckten. Aber die einzige Art, wie wir uns vor Gott verstecken können, ist, daß Gott sich vor uns versteckt.

Gott hätte die Sache so laufen lassen können, daß wir jeden Morgen direkt in Gottes Angesicht schauen würden, wenn wir aufwachen. Aber es scheint, daß er es uns in seiner Gnade erlaubt, daß wir uns vor ihm verstecken – indem er sich vor uns verbirgt. Es gibt viele Menschen, die sich Gott als das

große kosmische Auge vorstellen. Und es ist wichtig, festzuhalten, daß Gott alles weiß.

Zugleich aber kennen wir das Gebet des Psalmisten: „Herr, erkenne mich und erforsche mein Herz.“ Ich glaube, daß es sich hier um ein wirkliches Gebet handelt, nicht um ein Spiel. Der Psalmist hat verstanden, daß Gott nicht ohne Einladung in sein Leben treten würde. Und daß es da Ecken und Winkel im Leben des Psalmisten gab, die er vor Gott verborgen hielt. Mit diesem Gebet aber hatte er sich nun freiwillig dazu entschlossen, Gott in diese Ecken hineinzubitten.

Denn durch das Gebet laden wir Gott ein, in unserem Leben zu wirken, und wir öffnen uns für ihn.

Vielleicht muß man sich diese Sache so ähnlich vorstellen, wie es Eltern mit ihren Kindern geht. Sie glauben, alles über ihre Kinder zu wissen – und in gewissem Sinne stimmt das ja auch. Aber ist es nicht so, daß wir uns dennoch

freuen, wenn unsere Kinder zu uns kommen und uns erzählen, wie es in ihnen aussieht? Selbst wenn wir wirklich alles schon wüßten, lieben wir es, wenn sie uns ihre kleinen und großen Gedanken anvertrauen und ganz offen sind. Das Reden miteinander dient dazu, die Beziehung intensiver und vollkommener zu machen. Wir sind glücklich über das Vertrauen unserer Kinder. Auch in einer Gebetsbeziehung ist es so, daß wir uns Gott großzügig und ehrlich öffnen können. Nicht falsch, sondern einladend: Wir bitten: „Komm, Gott!“ Wenn wir das tun, dann kommt er auch.

Gebet ist eine offene Beziehung, eine Interaktion mit Gott. Gebet verkörpert geradezu die Beziehung zwischen Gott und Mensch. Gott weiß, was ich tue und gibt auch mir Einblick in sein Wollen und Tun. Es ist eine Wechselwirkung, eben Beziehung. Es macht das Gebet leicht und schön, wenn wir dies erfahren.....

**Gott hat zwar ständig
seine Meinung
geändert, aber nie
seine Liebe zu uns.**



Richard Foster ist verheiratet, hat zwei Kinder und lebt in Englewood, Colorado, USA. Neben seiner Arbeit als Dozent und Autor leitet er die „Renovare“-Bewegung für geistliche Erneuerung. Im Januar erschien eine Neuauflage seines Buches „Gottes Herz steht allen offen“ in der Edition AUFATMEN, R. Brockhaus-Verlag/Bundes-Verlag. Übersetzung: Kristina Schmitzspahn. Bearbeitung und Kürzung: Ulrich Eggers.

•Lesezeit: 15–25 Minuten•