



TIMOTHY KELLER

BETEN

Dem heiligen Gott
nahekommen

BRUNNEN

Timothy Keller

BETEN

*Dem heiligen Gott
nahekommen*

 **BRUNNEN**
Verlag GmbH · Giessen

Titel der amerikanischen Originalausgabe:
Prayer: Experiencing Awe and Intimacy with God
© 2014 by Timothy Keller
Published by Dutton, a member of Penguin Group (USA) Inc.

Aus dem Amerikanischen übersetzt von Dr. Friedemann Lux

Bibelzitate folgen, wo nicht anders angegeben,
der Lutherbibel, revidierter Text 1984,
durchgesehene Auflage in neuer Rechtschreibung,
© 1999 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart.

Sonst:

ELB: Revidierte Elberfelder Bibel, © 1985/1991/2006, SCM R. Brockhaus
im SCM-Verlag GmbH & Co. KG, Witten.

NGÜ: Neue Genfer Übersetzung – Neues Testament und Psalmen,
© 2011 Genfer Bibelgesellschaft.

EIN: Einheitsübersetzung der Heiligen Schrift, © 1980,
Katholische Bibelanstalt Stuttgart.

© 2016 Brunnen Verlag Gießen

www.brunnen-verlag.de

Umschlaggestaltung: Jonathan Maul

Umschlagmotiv: shutterstock

Satz: Uhl + Massopust, Aalen

ISBN 978-3-7655-7398-9

INHALT

[EINLEITUNG: Warum ein Buch über das Beten?](#)

[TEIL I](#)

[Ich möchte so gerne beten!](#)

[Kapitel 1 Warum wir beten müssen](#)

[Kapitel 2 Warum Beten so etwas Großes ist](#)

[TEIL II](#)

[Verstehen, was Beten ist](#)

[Kapitel 3 Was ist Beten?](#)

[Kapitel 4 Mit Gott reden](#)

[Kapitel 5 Gott begegnen](#)

[TEIL III](#)

[Beten lernen](#)

[Kapitel 6 Zwei Briefe über das Beten](#)

[Kapitel 7 Regeln für das Gebet](#)

[Kapitel 8 Das Gebet aller Gebete](#)

[Kapitel 9 Die Prüfsteine des Gebets](#)

[TEIL IV](#)

[In die Tiefe gehen](#)

[Kapitel 10 Beten als Gespräch: über Gottes Wort meditieren](#)

[Kapitel 11 Beten als Begegnung mit Gott: sein Angesicht suchen](#)

[TEIL V](#)

[Fangen wir an!](#)

[Kapitel 12 Das Gebet der Ehrfurcht: Gottes Herrlichkeit loben](#)

[Kapitel 13 Das Gebet der Nähe: Gottes Gnade finden](#)

[Kapitel 14 Der Gebetskampf: Bitte und Fürbitte](#)

[Kapitel 15 Das tägliche Gebet](#)

[Anhang: Weitere Varianten für die tägliche Andacht](#)

[Danke!](#)

[Anmerkungen](#)

FÜR DICK KAUFMANN,
FREUND UND BETER

EINLEITUNG

Warum ein Buch über das Beten?

Vor einigen Jahren merkte ich, dass ich als langjähriger Pastor kein Buch hatte, das ich einem Christen, der sich mit dem Thema Beten befassen und sein Gebetsleben intensivieren wollte, als Einstiegslektüre in die Hand drücken konnte. Was nicht heißt, dass es keine Bücher zu diesem Thema gäbe. Es gibt sogar vorzügliche Bücher. Viele der älteren sind viel, viel tiefschürfender als alles, was ich Ihnen bieten kann. Die besten Bücher über das Gebet sind bereits geschrieben.

Doch viele dieser exzellenten Bücher sind in einer Sprache geschrieben, zu der die meisten heutigen Leser keinen Zugang mehr haben. Zudem sind sie gewöhnlich entweder theologische Abhandlungen oder Andachtsbücher oder praktische Leitfäden, doch nur wenige führen alle diese drei Aspekte zusammen.¹ Eine Einführung in das Beten sollte aber alle drei behandeln. Fast alle „Gebetsklassiker“ warnen den Leser zudem ausgiebig vor damals aktuellen spirituellen Praktiken, die sie für nicht hilfreich oder gar schädlich erachten. Dergleichen Warnungen müssen für jede Lesergeneration aktualisiert und neu geschrieben werden.

Beten ist – ja, was?

In der neueren Literatur über das Beten findet man im Wesentlichen zwei „Denkschulen“. Die meisten Autoren betrachten das Gebet vor allem als Mittel, um die Liebe Gottes zu erfahren und Gemeinschaft mit ihm zu erleben und sie verheißen dem konsequenten Beter ein Leben des Friedens und der Ruhe in Gott. Viele von ihnen beschreiben ganz begeistert, wie sie immer wieder die Gegenwart Gottes spüren, die sie wie ein Mantel einhüllt. Doch es gibt auch Bücher, die das Wesen des Gebets nicht im inneren Ruhen in Gott sehen, sondern in der beharrlichen Bitte, sein Reich anbrechen zu lassen. Sie sehen im Gebet eine Art geistlichen Ringkampf,

der oft oder sogar meistens ohne die konkrete Erfahrung der Nähe Gottes auskommen muss. Ein Beispiel ist *Beten ohne Echo?* von Austin Phelps.² Phelps beginnt mit der Beobachtung, dass das Gefühl, dass Gott fern ist, die Norm für den betenden Christen ist und dass die meisten Menschen sich schwer damit tun, Gottes Gegenwart zu erfahren.

Den gleichen Ansatz verfolgt das Buch *The Struggle of Prayer* [„Der Kampf des Gebets“] von Donald G. Bloesch. Er kritisiert den von ihm so genannten „christlichen Mystizismus“³ und verneint, dass das Ziel des Betens die persönliche Gemeinschaft mit Gott sei; er findet, dass dergleichen Vorstellungen das Gebet zu einem egoistischen „Selbstzweck“ machen.⁴ Für Bloesch ist das höchste Ziel des Betens nicht das stille Nachsinnen, sondern das leidenschaftliche Flehen um das Kommen des Reiches Gottes in der Welt und in unserem Leben. Was das Gebet letztlich erstrebt, ist „der Gehorsam gegenüber dem Willen Gottes und nicht das kontemplative Nachdenken über sein Wesen“⁵. Beim Beten geht es nicht in erster Linie um das Erreichen eines bestimmten inneren Zustands, sondern um die Bejahung des Willens Gottes.

Wie kommt es zu diesen beiden Sichtweisen – dem, wie wir es nennen könnten, „gemeinschaftsorientierten“ und dem „gottesreicherorientierten“ Gebet? Eine Erklärung ist, dass sie beide auf das konkrete Erleben von Betern zurückgehen. Der eine Beter macht die Erfahrung, dass er sich gegenüber Gott gefühlsmäßig schwertut und dass es bereits Schwerarbeit ist, sich mehr als ein paar Minuten lang auf ihn zu konzentrieren. Der andere erlebt regelmäßig Gottes Gegenwart. Dieser Unterschied spielt sicherlich eine Rolle, aber es gibt auch theologische Unterschiede. Bloesch schreibt, dass das mystische Beten mehr mit der katholischen Sicht harmoniert, dass wir die Gnade Gottes direkt durch die Taufe und die Messe erfahren, als mit der protestantischen Position, dass wir durch den Glauben an das im Wort Gottes verheißene Evangelium erlöst werden.⁶

Welche Sicht vom Gebet ist die bessere? Ist das stille Anbeten oder die leidenschaftliche Bitte die ultimative Gebetsform? Diese Frage geht davon aus, dass wir hier vor einem schroffen „Entweder-oder“ stehen, was eher unwahrscheinlich ist.

Gemeinschaft und Reich Gottes

Um zu einer Antwort zu kommen, sollten wir uns als Erstes die Psalmen anschauen, das von Gottes Geist inspirierte Gebetbuch der Bibel. Hier finden wir reichlich Beispiele für beide Gebetstypen. Es gibt Psalmen (wie Psalm 27, 63, 84, 131 und das „lange Halleluja“ von Psalm 146–150), die die anbetende Gemeinschaft mit Gott thematisieren. In Psalm 27,4 nennt David als sein größtes Gebetsanliegen, „die Freundlichkeit des Herrn zu sehen“ (NGÜ). David hat auch um andere Dinge gebeten, aber nichts ist für ihn besser als das Erfahren der Gegenwart Gottes. Darum kann er sagen: „Gott ... Es dürstet meine Seele nach dir ... So schaue ich aus nach dir in deinem Heiligtum, wollte gerne sehen deine Macht und Herrlichkeit. Denn deine Güte ist besser als Leben ...“ (Psalm 63,2-4). Und er fährt fort: „Deine Nähe sättigt den Hunger meiner Seele wie ein Festmahl ...“ (Psalm 63,6 NGÜ). Wenn dies nicht Gemeinschaft mit Gott ist, was dann?

Doch es gibt noch mehr Psalmen, die Klagen und Hilferufe sind, Schreie zu Gott, er möge doch eingreifen und seine Macht erweisen. Wir erleben den einsamen Beter, der sich verzweifelt fragt, wo Gott ist, und für den das Gebet in der Tat zu einem Ringen mit Gott wird. Die Psalmen 10, 13, 39, 42, 43 und 88 sind nur ein paar Beispiele. Psalm 10 beginnt mit der Frage: „Herr, warum stehst du so ferne, verbirgst dich zur Zeit der Not?“ (Vers 1) und in Vers 12 ruft der Beter aus: „Steh auf, Herr! Gott, erhebe deine Hand! Vergiss die Elenden nicht!“. Doch dann fährt er fort (und man hat den Eindruck, dass er die Worte auch an sich selber richtet): „Du siehst es doch, denn du schaust das Elend und den Jammer; es steht in deinen Händen ... du bist der Waisen Helfer“ (Vers 14). Das Gebet endet damit, dass der Psalmist sich in Gottes Weisheit ergibt, die zur rechten Zeit handeln wird, und ihn gleichzeitig anfleht, Gerechtigkeit auf Erden zu schaffen. Dies ist das Ringen des Gebets, das Gottes Reich sucht. Der Psalter kennt also beides: das gemeinschaftsorientierte und das gottesreicherorientierte Gebet.

Doch wir sollten uns nicht nur die Gebete in der Bibel anschauen, sondern auch die biblische Gebets*theologie* – die Gründe (in Gott und in unserer Geschöpflichkeit), die sie uns dafür nennt, dass Menschen beten können. Sie sagt uns z. B., dass Jesus Christus unser großer Mittler ist, der uns an sich völlig Unwürdigen den Weg zu Gottes Thron öffnet, sodass wir vor ihm treten und ihn um seine Hilfe bitten können (Hebräer 4,14-16;

7,25). Doch nicht nur dies, sondern Gott selber wohnt durch seinen Geist in uns (Römer 8,9-11) und hilft uns zu beten (Römer 8,26-27), sodass wir bereits auf dieser Erde im Glauben die Herrlichkeit Christi anbetend anschauen können (2. Korinther 3,17-18). Die Bibel gibt uns also eine theologische Untermauerung sowohl des gemeinschaftsorientierten als auch des reichgottesorientierten Gebets.

Mit etwas Überlegen erkennen wir, dass diese beiden Arten des Betens weder Gegensätze noch auch nur klar voneinander abgegrenzt sind. In die Gottesanbetung mischt sich immer wieder das Bitten und Flehen. Gott preisen heißt beten: „Geheiligt werde dein Name.“ Es heißt Gott bitten, der Welt seine Herrlichkeit zu zeigen, sodass alle ihn als Gott ehren. Und so wie zur Anbetung immer die Bitte gehört, so muss der Beter, der Gottes Reich sucht, auch Gott selber suchen. Der kleine Westminster Katechismus erklärt, dass der Sinn unseres Lebens darin besteht, „Gott zu verherrlichen und uns ewig an ihm zu freuen“. Dieser berühmte Satz enthält beides: das Gebet um das Reich Gottes und das Gebet als Gemeinschaft mit Gott. Diese beiden Dinge – Gott verherrlichen und sich an ihm freuen – gehen in diesem Leben nicht immer parallel, aber am Ende laufen sie auf ein und dasselbe hinaus. Wenn wir um das Kommen des Reiches Gottes bitten, uns aber nicht mit jeder Faser unseres Wesens an Gott freuen, ehren wir ihn nicht wirklich als unseren Herrn.⁷

Schauen wir uns schließlich viele der größten älteren Autoren zum Thema „Beten“ an – Namen wie Augustinus, Martin Luther und Johannes Calvin –, so entdecken wir, dass wir sie nicht säuberlich einem der beiden „Lager“ zuordnen können.⁸ Selbst der bekannte katholische Theologe Hans Urs von Balthasar bemüht sich um Ausgewogenheit in der mystischen, kontemplativen Gebetstradition. Er warnt vor spiritueller Nabelschau: „Das betrachtende Gebet ... kann und sollte nicht Selbstbetrachtung sein, sondern ... ein ehrfürchtiges Achten und Hören auf ... das, was nicht Ich ist, nämlich das Wort Gottes.“⁹

Durch die Pflicht zur Freude

Was heißt das für uns? Dass wir nicht künstlich trennen sollten zwischen der Suche nach persönlicher Gemeinschaft mit Gott und dem Wunsch, sein Reich in den Herzen der Menschen und in der Welt voranzubringen.

Wenn wir diese beiden Dinge zusammenhalten, dann wird unsere Gemeinschaft mit Gott mehr sein als ein bloßes mystisches Gefühl ohne Worte und unsere Bitten an ihn mehr als ein Versuch, Gott mit „leeren Worten“ herumzukriegen (Matthäus 6,7).

In diesem Buch versuche ich zu zeigen, dass Beten beides ist: Gespräch *und* Begegnung mit Gott. Diese beiden Begriffe geben uns eine Definition des Gebets und gleichzeitig die nötigen Werkzeuge, um unser Gebetsleben zu vertiefen. Die traditionellen Grundformen des Gebets – Anbetung, Bekenntnis, Dank und Bitte – sind konkrete Praktiken *und* tiefe Erfahrungen. Die ehrfürchtige Scheu, wenn wir Gottes Herrlichkeit rühmen, die Innigkeit des Findens seiner Gnade und der Kampf, wenn wir ihn um seine Hilfe bitten – alle drei müssen wir erfahren, alle drei sind Türen zur spirituellen Realität der Gegenwart Gottes. Beten ist immer beides: Ehrfurcht *und* Intimität, Kampf *und* Realität. Wir werden diese Dinge nicht jedes Mal erleben, wenn wir beten, aber alle sollten sie im Laufe unseres Christenlebens zu Grundbestandteilen unseres Gebets werden. J. I. Packer und Carolyn Nystrom haben ein Buch über das Beten geschrieben, dessen Untertitel eine gute Zusammenfassung des gerade Gesagten ist: Beten ist eine Reise, die uns „durch die Pflicht zur Freude“ führt.

TEIL I

Ich möchte so gerne beten!

Kapitel 1

Warum wir beten müssen

„Ohne Beten schaffen wir das nicht!“

Beten lernte ich erst in der zweiten Hälfte meines Erwachsenenlebens. Ich lernte es, weil ich musste.

Im Herbst 1999 hielt ich eine Bibelarbeit über die Psalmen. Ich merkte bald, dass ich nur die Oberfläche von dem ankratzte, was die Bibel uns zum Thema „Beten“ gebietet und verheißt. Dann kamen die dunklen Wochen in New York nach den Anschlägen vom 11. September 2001, als die ganze Stadt, obwohl das Leben weiterging, in einer Art kollektiver Depression versank. In meiner Familie wurden die Wolken noch dunkler durch den Kampf meiner Frau, Kathy, mit ihrem Morbus Crohn. Und dann kam meine Diagnose: Schilddrüsenkrebs.

Irgendwann in diesen Monaten bat meine Frau mich dringend, etwas mit ihr zu machen, zu dessen regelmäßiger Praxis wir uns bisher noch nie hatten aufrufen können. Sie bat mich, jeden Abend mit ihr zu beten. *Jeden* Abend. Sie benutzte dabei ein Bild, das das, was sie meinte, gut zum Ausdruck brachte. Wenn wir uns recht erinnern, sagte sie etwa Folgendes:

Stell dir vor, dein Arzt macht dir klar, dass du eine Krankheit hast, die so gefährlich ist, dass du nur noch ein paar Stunden zu leben hast, wenn du nicht ein ganz bestimmtes Medikament einnimmst – eine Tablette jeden Abend vor dem Einschlafen. Wenn du sie auch nur ein Mal vergisst, bist du ein toter Mann. Wirst du sie vergessen? Wirst du manchmal sagen: „Nein, nicht heute, heute Abend hab ich keinen Bock“? Nein, du würdest sie kein einziges Mal vergessen, weil du weißt, wie wichtig sie ist. Wenn wir nicht jeden Abend gemeinsam vor Gott treten, schaffen wir's nicht, mit all unseren Problemen. Also, ich bestimmt nicht. Wir müssen beten, wir können es uns nicht erlauben, es zu vergessen.

War es die Schlagkraft des Vergleichs mit der Tablette, war es einfach der richtige Augenblick, war es der Geist Gottes? Oder (das

Wahrscheinlichste) war es der Geist Gottes, der den richtigen Augenblick und den überzeugenden Vergleich benutzte? Bei uns beiden fiel der berühmte Groschen, wir begriffen den Ernst der Lage und wir sahen: Wenn wir es tun *mussten*, dann konnten wir es auch. Das ist jetzt über zwölf Jahre her und Kathy und ich können uns an keinen Abend erinnern, wo wir nicht zusammen gebetet hätten, und wenn es am Telefon war, weil ich gerade auf Reisen am anderen Ende der Welt war.

Kathys Weckruf und die in mir immer stärker werdende Einsicht, dass ich das mit dem Beten nicht auf die Reihe bekam, waren der Anstoß zu einer Suche. Mein Gebetsleben musste besser werden! Viel besser. Ich fing an, Bücher über das Beten zu lesen und zu experimentieren. Und als ich mich so umschaute, merkte ich rasch, dass ich nicht allein war.

„Kann mir keiner zeigen, wie man betet?“

Flannery O'Connor (1925–1964) war eine bekannte amerikanische Schriftstellerin und tiefgläubige Katholikin. 1946, als sie 21 Jahre alt war und im Iowa Writers' Workshop kreatives Schreiben studierte, merkte sie, dass sie ihr Gebetsleben vertiefen musste. Sie fing ein handgeschriebenes Gebetstagebuch an, in welchem sie schildert, wie sie versuchte, eine große Schriftstellerin zu werden. „Ich möchte so gerne in der Welt Erfolg haben mit dem, was ich machen möchte ... Ich fühle mich so entmutigt ... Wer nennt sich schon gerne ‚mittelmäßig‘? ... Aber dieses Wort muss ich mir wohl um die Ohren hauen ... Bis jetzt habe ich nichts, worauf ich stolz sein könnte. Ich bin gerade so dumm wie die Menschen, über die ich mich lustig mache.“ Dergleichen Sätze findet man in den Tagebüchern von vielen jungen Künstlern, aber O'Connor machte etwas Ungewöhnliches mit diesen Gefühlen: Sie betete sie. Und damit folgte sie einem sehr alten Weg, dem Weg der Psalmisten im Alten Testament, die ihre Gefühle nicht nur identifizierten, benannten und herausließen, sondern mit brutaler Ehrlichkeit vor Gott brachten. Hören wir O'Connor weiter:

Ich bemühe mich, eine Künstlerin zu sein, anstatt an Dich zu denken und von der Liebe inspiriert zu werden, von der ich nur wünschen kann, dass ich sie hätte. Lieber Gott, ich kann Dich nicht so lieben wie ich will. Du bist wie die schmale Sichel eines Mondes, die ich sehe, und mein Ich ist der

Schatten der Erde, der es verhindert, dass ich den ganzen Mond sehe ... Wovor ich Angst habe, lieber Gott, ist, dass mein Ich-Schatten so groß wird, dass er den ganzen Mond verdeckt und ich mich nach diesem nichtigen Schatten beurteile. Ich kenne Dich nicht, Gott, weil ich im Weg bin.¹

O'Connor erkennt hier das, was schon Augustinus in seinem eigenen Gebetstagebuch, den *Bekennnissen*, sah: dass ein gelungenes Leben als Christ davon abhängt, was wir zum Liebsten in unserem Leben machen. Den Erfolg mehr zu lieben als Gott und unseren Nächsten macht unser Herz hart und legt eine Hornhaut über unsere Seele – was uns ironischerweise zu schlechteren Künstlern macht. Und weil O'Connor eine außerordentlich begabte Autorin war, die in Gefahr stand, hochmütig zu werden und sich nur noch um sich selber zu drehen, war ihre einzige Hoffnung die permanente Neuausrichtung der Seele im Gebet. „O Gott, bitte mach Du meinen Kopf klar. Bitte mach ihn rein ... Bitte hilf mir, mich unter die Dinge zu stellen und Dich zu finden.“²

Sie denkt über die Übung nach, ihre Gebete in dem Tagebuch aufzuschreiben, und erkennt die Probleme mit der Form. „Ich bin zu dem Schluss gekommen, dass [so ein Tagebuch] als direktes Gebetsmedium nicht viel taugt. Beten ist nicht halb so planmäßig. Es entspringt aus dem Augenblick und dies hier ist zu langsam für den Augenblick.“³ Dazu kam die Gefahr, dass das, was sie da niederschrieb, eigentlich kein Gebet war, sondern nur ein Dampfablassen. „Ich ... will, dass das hier ... etwas zur Ehre Gottes ist. Aber es ist wahrscheinlich eher etwas Therapeutisches ... wo hinter den Gedanken dauernd das Ich steht.“⁴

Doch gleichzeitig findet sie, dass sie mit diesem Gebetstagebuch „eine neue Phase in meinem geistlichen Leben“ begonnen und „gewisse pubertäre Eigenheiten und Denkgewohnheiten“ abgelegt hat. „Es braucht nicht viel, um zu der Erkenntnis zu kommen, was für ein Narr man ist, aber dieses Bisschen dauert lange. Erst ganz allmählich geht mir die ganze Lächerlichkeit meines Ichs auf.“⁵ O'Connor lernte, dass Beten keine Nabelschau der Seele ist. Der Beter begegnet einem Gegenüber, das einzigartig ist. Gott ist die einzige Person im Universum, vor der ich nichts verbergen kann. Vor ihm sehe ich mich in einem neuen, unbestechlichen Licht. Beten führt zu einer Selbsterkenntnis, die wir auf keine andere Art

bekommen können.

Der rote Faden in O’Connors Gebetstagebuch ist die schlichte Sehnsucht, recht beten zu lernen. Sie wusste instinktiv, dass das Gebet der Schlüssel war zu allem anderen, was sie in ihrem Leben tun und sein musste. Die oberflächliche Frömmigkeitspflege ihrer Vergangenheit reichte ihr nicht mehr. „Ich möchte die traditionellen Gebete, die ich mein ganzes Leben lang gesprochen habe, nicht schlechtmachen, aber ich habe sie nur gesprochen und nicht gefühlt. Meine Gedanken gehen immer auf Reisen. Aber so [wie jetzt] bin ich konzentriert. Wenn ich dies hier denke und Dir schreibe, spüre ich förmlich, wie eine warme Woge der Liebe mich überspült. Bitte lass nicht zu, dass die Erklärungen der Psychologen sie plötzlich kalt werden lassen.“⁶

Am Ende eines Eintrags ruft sie aus: „Kann mir keiner zeigen, wie man betet?“⁷ Millionen Menschen stellen heute dieselbe Frage. Irgendwie spüren wir, dass Beten ein Muss ist. Aber wie macht man das – Beten?

Markt der Möglichkeiten

In den westlichen Ländern gibt es seit etwa einer Generation ein wachsendes Interesse an Spiritualität, Meditation und Kontemplation. Begonnen hat dies, als sich die Beatles medienwirksam inszeniert für fernöstliche Meditationspraktiken zu interessieren begannen, und der Rückgang institutionalisierter kirchlicher Religiosität war das Wasser auf dieser Mühle. Immer weniger Menschen gehen regelmäßig zur Kirche, aber das innere Verlangen nach Spiritualität und Sinn ist geblieben. Wenn man heute in der *New York Times* liest, dass Robert Hammond, einer der Initiatoren des High Line Parks in Western Chelsea in Manhattan, demnächst auf einen dreimonatigen Meditationsurlaub nach Indien gehen wird, zuckt niemand auch nur mit den Achseln.⁸ Jedes Jahr strömen Scharen von Europäern und Amerikanern in Aschrams und andere religiöse Einkehrzentren in Asien.⁹ Vor nicht langer Zeit twitterte Medienmogul Rupert Murdoch, dass er angefangen hatte, Transzendente Meditation zu lernen: „Von allen empfohlen. Einstieg schwer, aber soll gut für alles sein!“¹⁰

Innerhalb der christlichen Kirche ist es zu einer ähnlichen Explosion des Interesses am Gebet gekommen. Es gibt einen starken Trend hin zu alten

Praktiken der Meditation und Kontemplation. Mittlerweile gibt es ein kleines Imperium an Institutionen, Organisationen, Netzwerken und Experten, die die Gläubigen in solche Dinge wie das Gebet der Sammlung, das kontemplative Beten, das „hörende“ Beten, die *lectio divina* und viele andere sogenannte „geistliche Übungen“ einführen.¹¹

Eine neue „Welle“ also? Eher ein Mix aus den verschiedensten Strömungen, die für den Suchenden leicht zu einem gefährlichen Strudel werden können. Es mangelt denn auch – im katholischen wie im protestantischen Lager – nicht an Kritik an dieser neuen Betonung kontemplativer Spiritualität.¹² Als ich anfing, nach Hilfen und Anleitung für mein persönliches Gebetsleben und das Gebetsleben von Christen allgemein zu suchen, merkte ich, was für ein Labyrinth die Szene war.

„Ein intelligenter Mystizismus“

Für mich begann der Weg nach vorne mit der Rückbesinnung auf meine eigenen geistlichen Wurzeln. Auf meiner ersten Pastorenstelle in Virginia wie auch später in New York City hielt ich eine Predigtserie über den Römerbrief. In der Mitte des 8. Kapitels schreibt Paulus:

Denn der Geist, den ihr empfangen habt, macht euch nicht zu Sklaven, sodass ihr von neuem in Angst und Furcht leben müsstet; er hat euch zu Söhnen und Töchtern gemacht, und durch ihn rufen wir, wenn wir beten: „Abba, Vater!“ Ja, der Geist selbst bezeugt es uns in unserem Innersten, dass wir Gottes Kinder sind. (Römer 8,15-16 NGÜ)

Der Geist Gottes versichert uns der Liebe Gottes. Wie macht er das? Erstens befähigt er uns, uns dem großen Gott als unserem lieben Vater zu nähern und zu ihm zu rufen. Und dann spricht er direkt in unser Herz hinein. Erstmals verstanden habe ich diese Verse, als ich die Predigten von D. Martyn Lloyd-Jones las, einem britischen Prediger und Autor aus der Mitte des 20. Jahrhunderts. Er behauptet, dass Paulus hier eine tiefe persönliche Erfahrung der Realität Gottes beschreibt.¹³ Meine weitere Lektüre ergab, dass die meisten modernen Bibelausleger in diesen Versen ein, wie ein Neutestamentler es formuliert, „religiöses Erlebnis“ sehen, das „man nicht mit Worten beschreiben kann“, weil die Vergewisserung der Liebe Gottes, die es mit sich bringt, „mystisch im besten Sinne des Wortes“

ist. Thomas Schreiner fügt hinzu, dass wir „die emotionale Basis“ dieses Erlebnisses nicht kleinreden sollten. „Manche schrecken vor der Subjektivität dieses Gedankens zurück, aber der Missbrauch des Subjektiven in manchen Kreisen bedeutet nicht, dass es die ‚mystische‘ und emotionale Dimension im Leben des Christen nicht gibt.“¹⁴

Lloyd-Jones' Auslegung führte mich auch zurück zu Theologen, die ich während meines Studiums gelesen hatte, z. B. Martin Luther, Johannes Calvin, John Owen (England, 17. Jahrhundert) und Jonathan Edwards (amerikanischer Philosoph und Theologe aus dem 18. Jahrhundert). Für sie hatte der Christ nicht die Wahl zwischen Wahrheit *oder* Geist, Lehre *oder* Erfahrung. John Owen, einer der fundiertesten dieser älteren Theologen, war mir hier besonders hilfreich. In einer Predigt über das Evangelium stellt Owen mit aller Sorgfalt das lehrmäßige Fundament der Erlösung des Christen klar, nur um sodann seine Leser aufzufordern: „Bemüht euch um die *Erfahrung* der Kraft des Evangeliums ... in und an euren Herzen, oder all euer Bekennen ist leer und nichtig.“¹⁵ Diese Herzenerfahrung der Kraft des Evangeliums ist nur über das Gebet möglich – sowohl das „öffentliche“ Gebet im Gottesdienst der Gemeinde als auch das persönliche Gebet im stillen Kämmerlein.

Bei meiner Suche nach einem tieferen Gebetsleben tat ich bewusst nicht das, was wohl für viele das Naheliegende gewesen wäre: Ich las nicht die neuesten Bücher über das Gebet, sondern ich vertiefte mich neu in die klassischen theologischen Werke, die mich geprägt hatten, und zwar im Licht spezifischer Fragen über das Gebet und die persönliche Erfahrung Gottes – Fragen, die mir Jahrzehnte zuvor, als ich diese Texte während meines Graduiertenstudiums las, noch kaum bewusst gewesen waren. Und siehe da, ich entdeckte viele Dinge, die mir damals komplett entgangen waren – Wegweiser für das innere Gebets- und Frömmigkeitsleben, die mich herausführten aus den gefährlichen Strömungen und Strudeln der aktuellen Diskussionen und Bewegungen auf dem Gebiet der Spiritualität. Einer jener Klassiker war der schottische Theologe John Murray, bei dem ich einen der allerhilfreichsten Gedanken fand:

Wir müssen erkennen, dass es im Leben des Glaubens einen intelligenten Mystizismus ... der lebendigen Verbindung und Gemeinschaft mit dem erhöhten und stets gegenwärtigen Erlöser gibt ... Er verkehrt mit seinem

*Volk und sein Volk mit ihm in bewusster gegenseitiger Liebe ... Das Leben des wahren Glaubens kann nicht eines des metallisch-kalten Für-wahr-Haltens sein, sondern es braucht die Leidenschaft und Wärme liebender Gemeinschaft, denn die Gemeinschaft mit Gott ist die Krone wahrer Religion.*¹⁶

Murray war kein großer Lyriker, aber wenn er von „Mystizismus“ spricht und von der „Gemeinschaft“ mit dem, der für uns starb und jetzt für immer für uns lebt, geht er davon aus, dass Christen eine konkrete Liebesbeziehung zu Christus haben und ein Potenzial der persönlichen Gotteserkenntnis und -erfahrung, das unsere kühnsten Vorstellungen übersteigt. Gemeint ist natürlich das Beten – aber was für ein Beten! Mitten in diesem Abschnitt zitiert Murray aus dem 1. Petrusbrief: „Bisher habt ihr Jesus nicht mit eigenen Augen gesehen, und trotzdem liebt ihr ihn; ihr vertraut ihm, auch wenn ihr ihn vorläufig noch nicht sehen könnt. Daher erfüllt euch schon jetzt eine überwältigende, jubelnde Freude ...“ (1. Petrus 1,8 NGÜ). Luther übersetzt hier: „... ihr werdet euch aber freuen mit unaussprechlicher und herrlicher Freude.“¹⁷

Als ich über diesen Vers nachdachte, staunte ich, dass Petrus hier zu *allen* seinen Lesern in den Gemeinden spricht. Er sagt nicht: „Einige von euch, die geistlich schon fortgeschrittener sind, haben angefangen, beim Beten den ganz besonderen Kick zu erleben; ich hoffe, dass die Übrigen irgendwann auch so weit sind.“ Nein, er geht ganz offenbar davon aus, dass es etwas völlig Normales für jeden Christen ist, beim Beten Augenblicke überwältigender Freude zu erleben. Ich war platt.

Was mich bei Murray besonders packte, war, dass er von einem *intelligenten* Mystizismus spricht, also von einer Begegnung mit Gott, bei der es nicht nur um meine Gefühle und mein Herz geht, sondern auch um meine Überzeugungen und meinen Verstand. Wir müssen uns nicht zwischen einem geistlichen Leben der Wahrheit und der rechten Lehre und einem der Kraft des Heiligen Geistes entscheiden, sondern beides gehört zusammen. Meine Aufgabe war es nicht, meine Theologenstube zu verlassen und endlich jemand zu werden, der Erlebnisse mit Gott hatte, sondern den Heiligen Geist zu bitten, mir zu helfen, meine Theologie zu erleben.

Beten lernen

Wie Flannery O'Connor so kläglich fragte: Wie lernen wir es zu beten?

In dem Sommer nach der erfolgreichen Behandlung meines Schilddrüsenkrebses nahm ich an meinem persönlichen Andachtsleben vier Veränderungen vor. Erstens ging ich in mehreren Monaten das gesamte Buch der Psalmen durch und schrieb über jeden Psalm eine Zusammenfassung. Damit konnte ich die Psalmen regelmäßig „durchbeten“, sodass ich mehrere Male pro Jahr den gesamten Psalter schaffte.¹⁸ Zweitens schob ich zwischen Bibellese und Gebet als Übergang ein Stück Meditation ein. Drittens versuchte ich nach Kräften, nicht nur jeden Morgen zu beten, sondern auch jeden Abend. Und viertens begann ich, mit größeren Erwartungen zu beten.

Es dauerte etwas, bis diese Veränderungen Früchte trugen, aber nach vielleicht zwei Jahren erlebte ich einige geistliche Durchbrüche. Seitdem ist es mal auf, mal ab gegangen, aber alles in allem habe ich eine neue Freude in Christus gefunden. Und einen neuen Schmerz, denn in dem neuen Licht des vertieften Gebets konnte ich auch mein Herz deutlicher sehen. Mit anderen Worten: Ich habe erlebt, wie ich mehr in der Liebe Gottes ruhe, aber auch mehr um den Sieg Gottes über das Böse in meinem Herzen und in der ganzen Welt ringe. Diese beiden Gebetserfahrungen, die ich schon oben in der Einleitung vorgestellt habe, wuchsen wie zwei Zwillingebäume hoch, und heute finde ich, dass es genau so richtig ist. Die eine Erfahrung befruchtete die andere und das Ergebnis war eine geistliche Vitalität und Kraft, die ich trotz all meiner schönen Predigten bisher nicht gehabt hatte. Der Rest dieses Buches ist ein Bericht über das, was ich gelernt habe.

Trotz alledem: Es ist äußerst schwierig, über das Gebet zu schreiben – nicht in erster Linie, weil es so schwer zu definieren ist, sondern weil wir uns vor diesem Thema so klein und hilflos vorkommen. Lloyd-Jones sagte einmal, dass er nie ein Buch über das Beten geschrieben hatte, weil er so ein jämmerlicher Beter war.¹⁹ Ich bezweifle, ob auch nur einer der allerbesten Autoren, die über das Gebet geschrieben haben, sich kompetenter vorkam als Lloyd-Jones. Der britische Autor P. T. Forsyth (frühes 20. Jahrhundert) hat das, was ich bei diesem Thema fühle und hoffe, besser ausgedrückt, als ich es selber kann:

Es ist ein schwieriges, ja gewaltiges Unterfangen, über das Beten zu schreiben; man hat Angst, die Bundeslade zu berühren ... Aber wer weiß? Vielleicht ist der ehrliche Versuch ... in den Gnadenaugen Dessen, der ständig Fürbitte für uns tut, selber ein Gebet – eine Bitte darum, zu lernen, wie man besser betet.²⁰

Das Gebet ist die einzige Tür zu echter Selbsterkenntnis. Es ist auch der hauptsächliche Weg zu tief greifenden Veränderungen in unserem Leben – zur Neuordnung unserer Prioritäten. Durch das Gebet gibt Gott uns so viele der unvorstellbaren Schätze, die er für uns bereithält, ja das Gebet ermöglicht es ihm, viele unserer tiefsten Sehnsüchte zu erfüllen. Wenn wir beten, lernen wir Gott kennen, lernen wir es, ihn endlich als Gott zu behandeln. Das Gebet ist der Schlüssel zu allem, was wir in unserem Leben tun müssen und sein müssen.

Wir müssen Beten lernen. Wir haben keine Wahl.

Kapitel 2

Warum Beten so etwas Großes ist

Hinzu kommt, dass ich gehört habe, wie beständig euer Glaube an den Herrn Jesus ist und was für eine Liebe ihr allen entgegenbringt, die zu Gottes heiligem Volk gehören. Wegen all dem kann ich nicht anders, als Gott immer wieder für euch zu danken. Jedes Mal, wenn ich bete, denke ich auch an euch. Ich bete darum, dass Gott – der Gott unseres Herrn Jesus Christus, der Vater, dem alle Macht und Herrlichkeit gehört – euch den Geist der Weisheit und der Offenbarung gibt, damit ihr ihn immer besser kennenlernt. Er öffne euch die Augen des Herzens, damit ihr erkennt, was für eine Hoffnung Gott euch gegeben hat, als er euch berief, was für ein reiches und wunderbares Erbe er für die bereithält, die zu seinem heiligen Volk gehören, und mit was für einer überwältigend großen Kraft er unter uns, den Glaubenden, am Werk ist. (Epheser 1,15-19 NGÜ)

Das Fundament für alles

Ein kurzer Vergleich dieses Gebets aus Epheser 1 mit denen in Philipper 1, Kolosser 1 und Epheser 3 zeigt uns, dass dies die typische Art war, wie Paulus für die Menschen betete, die ihm am Herzen lagen. Und in der Mitte dieses Gebets gibt Paulus uns einen tiefen Einblick in die Größe und Wichtigkeit des Betens. In Vers 17 sagt er, was das Hauptanliegen seines Gebets für die Christen in Ephesus ist: „... damit ihr ihn immer besser kennenlernt.“

Es ist bemerkenswert, dass dann, wenn Paulus in seinen Briefen für seine Freunde betet, er nie um eine Veränderung ihrer äußeren Lage bittet. Wir dürfen sicher sein, dass diese Christen in großen Nöten und Gefahren lebten: Verfolgung wegen ihres Glaubens, tödliche Krankheiten, Unterdrückung durch die Mächtigen, Trennung von den Lieben. Sie lebten definitiv gefährlicher als wir heute. Aber wir finden in Paulus' Gebeten keine einzige Bitte um einen besseren Kaiser, um Schutz vor der Willkür plündernder Soldaten, ja um das Brot für die nächste Mahlzeit. Paulus betet nicht für die Dinge, die auf unseren Gebetslisten meist ganz oben

stehen.

Heißt das, dass es falsch ist, um diese Dinge zu beten? Keineswegs. Auch Paulus wusste, dass Jesus selber uns auffordert, um „unser tägliches Brot“ und um Erlösung von dem Bösen zu beten, und in 1. Timotheus 2,1-3 weist er seine Leser an, um Frieden, eine gute Obrigkeit und allgemein für die Bedürfnisse der Menschen zu beten. Paulus gibt uns also mit seinen persönlichen Gebeten kein „Mustergebet“ wie Jesus mit dem Vaterunser. Aber er zeigt uns in ihnen, worum er für seine Freunde am meisten gebetet hat – was in seinen Augen das Wichtigste war, das Gott ihnen geben konnte.

Und was war das? *Dass sie Gott immer besser kennenlernen.* Paulus erläutert dies mit einem eindrücklichen Bild: „Er öffne euch die Augen des Herzens ...“ (Epheser 1,18). In der Bibel ist das Herz das Kontrollzentrum unseres Ichs, der Ort, wo unsere tiefsten Loyalitäten, Vorlieben und Hoffnungen liegen, die unser Fühlen, Denken und Verhalten bestimmen. „Die Augen des Herzens“ für eine bestimmte Wahrheit geöffnet zu bekommen, bedeutet, dass diese Wahrheit uns so tief durchdringt und packt, dass sie uns komplett verwandelt. Wir mögen mit unseren grauen Zellen schon lange gewusst haben, dass Gott heilig ist, aber wenn diese Wahrheit unserem *Herzen* aufgeht, begreifen wir sie nicht nur mit unserem Denken, sondern spüren mit unseren Gefühlen, wie wunderbar und herrlich Gottes Heiligkeit ist, und strengen uns mit unserem Willen an, alles an Einstellungen und Verhalten zu vermeiden, was Gott nicht gefällt oder ehrt. In Epheser 3,18 wünscht Paulus den Ephesern, dass sie „begreifen“ (Luther) bzw. „erfassen“ (NGÜ), was sie in Christus bekommen haben. Natürlich „wissen“ alle Christen, was sie an Jesus haben, aber Paulus will noch mehr für die Epheser; er möchte, dass ihnen die Realität der Gegenwart Gottes und der Gemeinschaft, die sie mit ihm haben dürfen, in ihrer ganzen Tiefe und Lebendigkeit aufgeht.

Gott besser kennenlernen – das ist für Paulus wichtiger, als dass es uns äußerlich gut geht. Für den, der nicht die Augen des Herzens für Gottes Realität geöffnet bekommen hat, führt ein glückliches Leben leicht zu Leichtsinn und geistlicher Gleichgültigkeit. Was brauche ich Gott, wenn es mir so gut geht? Und andererseits falle ich dann, wenn es mir schlecht geht, ohne diesen inneren Blick des Herzens leicht in Entmutigung und Verzweiflung, weil Gottes Liebe für mich nur eine abstrakte Idee ist und

nicht die unendlich tröstende, reale Gegenwart, die sie sein sollte. Wenn wir das Leben bewältigen wollen, dann müssen wir vor allem anderen Gott mit dem Herzen kennen.

Was Paulus vor allem anderen am Herzen liegt, ist *das öffentliche und private Gebetsleben* der Christen in seinen Gemeinden. Das höchste Gut ist für ihn die Gemeinschaft des Einzelnen mit Gott. Ein reiches, dynamisches, trostvolles, hart erkämpftes Gebetsleben ist das eine Gut, das uns in die Lage versetzt, alle anderen Güter so zu empfangen, wie es richtig und gut für uns ist. Für Paulus ist Beten nicht so sehr eine Methode, immer mehr Gaben von Gott zu bekommen, sondern immer mehr von Gott selber zu bekommen. Der Betende versucht, Gott „festzuhalten“ (Jesaja 64,6; ELB), so wie man sich in der Antike an den Mantel eines Mächtigen klammerte, wenn man ihn um Hilfe bat, oder wie wir heute jemanden umarmen, um ihm zu zeigen, dass wir ihn lieben.

Für Paulus hatte das innere Leben mit Gott höchste Priorität.¹ Bei den meisten Menschen heute ist das innere Leben von den äußeren Umständen abhängig. Ihr innerer Friede hängt an der Anerkennung, die ihre Mitmenschen ihnen entgegenbringen, an ihrem sozialen Status, ihrem Wohlstand und ihrer beruflichen Leistung. Christen sind hier oft nicht besser als andere Menschen. Doch Paulus stellt klar, dass es bei ihnen andersherum sein sollte – sonst werden wir zum Spielball unserer Umstände. Christen, die ihr Leben auf etwas anderes als Gottes unerschütterliche Liebe gründen, sind dazu verdammt, „den Erfolg zu nennen, was die anderen ihnen als solchen verkaufen, und ihr Glück, ja sich selber nach dem aktuellen Tageskurs zu bemessen. Sie zittern vor ihrem Schicksal, und das zu Recht.“²

Echt sein

Wenn wir das äußere Leben an die erste Stelle setzen, wird unser inneres Leben von Dunkelheit und Angst geprägt sein. Dann sind wir hilflos, wenn wir einsam sind, haben Angst davor, uns selber in die Augen zu schauen, und können uns immer weniger dazu aufrufen, nachzudenken. Doch schlimmer noch: Unser Leben wird schizophren. Nach außen hin müssen wir ständig die geistlichen und seelischen Kraftprotze spielen, während wir innen drin voller Selbstzweifel, Ängste, Selbstmitleid und

Nachtragen sind. Eigentlich müssten wir in die innersten Kammern unseres Herzens hineingehen, nachschauen, wie es dort aussieht, und all den Müll hinauswerfen, aber wir wissen nicht, wie man das macht. Kurz: Wenn wir unser inneres Leben nicht zur Chefsache machen, werden wir zu Heuchlern. Der Theologe John Owen, der im 17. Jahrhundert wirkte, schrieb den beliebten und erfolgreichen Pastoren seiner Zeit Folgendes ins Stammbuch:

*Ein Pastor kann die Bänke und Mitgliederlisten seiner Kirche füllen und die hungrigen Mäuler der Armen, aber was dieser Pastor ist, wenn er vor dem allmächtigen Gott im stillen Kämmerlein auf den Knien liegt, das ist das, was er eigentlich ist.*³

Sie wollen wissen, wer Sie „eigentlich“ sind? Schauen Sie sich an, an was Sie denken, wenn niemand Ihnen über die Schulter sieht, wenn keiner Sie zwingt, an irgendetwas Bestimmtes zu denken. Gehen in solchen Augenblicken Ihre Gedanken zu Gott? Sie wollen gerne als demütiger und bescheidener Mensch gelten – aber treten Sie vor Gott, um ihm Ihre Sünden zu bekennen? Sie möchten, dass die anderen Sie als positiven, fröhlichen Christen sehen – aber haben Sie die Gewohnheit, Gott für alles, was Sie haben und was er ist, zu danken? Sie reden gerne darüber, was für ein „Segen“ Ihr Glaube ist und wie sehr Sie „den Herrn lieben“ – aber kann das wirklich wahr sein, wenn Ihr Leben gebetslos ist? Wenn Sie nicht im Inneren Ihres Herzens, vor Gott, demütig, fröhlich und treu sind, dann stimmen Ihre Fassade und Ihr Kern – das, was Sie nach außen hin sein wollen, und das, was Sie eigentlich sind – nicht überein.

Kurz vor dem Vaterunser finden wir folgende Anweisungen Jesu zum Beten:

Und wenn ihr betet, macht es nicht wie die Heuchler, die sich zum Gebet gern in die Synagogen und an die Straßenecken stellen, um von den Leuten gesehen zu werden ... Wenn du beten willst, geh in dein Zimmer, schließ die Tür, und dann bete zu deinem Vater, der auch im Verborgenen gegenwärtig ist ... (Matthäus 6,5-6 NGÜ)

Wie „echt“ ich geistlich bin, sagt Jesus hier, zeigt sich an meinem persönlichen Gebetsleben. Viele Menschen beten, wenn ihre Kultur es von

ihnen erwartet oder auch wenn sie in Not sind. Jemand, der eine echte, lebendige Beziehung zu Gott als seinem himmlischen Vater hat, verspürt mehr oder weniger ständig einen inneren Drang zu beten und betet auch dann, wenn er nicht „muss“. Selbst in inneren Dürrezeiten, wenn es rein nichts zu „bringen“ scheint, pflegt er das Gebet.

Meinem inneren Leben höchste Priorität geben, bedeutet nicht, dass ich mich auf mich selber zurückziehe. Den Gott der Bibel kann ich nicht im Alleingang besser kennenlernen; ich brauche dazu die Gemeinde. Ich brauche nicht nur die persönliche Andacht, sondern auch den gemeinsamen Gottesdienst, nicht nur die Meditation im stillen Kämmerlein, sondern auch den Bibelkreis. Und im Zentrum des Kennenlernens Gottes steht immer das Gebet – das persönliche und das gemeinsame.

Ein Kollege und Freund von mir, Jack Miller, sagte einmal, dass er aus der Art, wie jemand betete, einiges über seine Beziehung zu Gott ablesen konnte. „Man merkt es, ob jemand mit Gott per Du ist“, sagte er. Ich nahm mir instinktiv vor, nie mehr laut zu beten, wenn Jack in der Nähe war. Mittlerweile habe ich etliche Jahre lang seine Theorie testen können. Es ist durchaus möglich, vor anderen wortreich, elegant, theologisch korrekt und ernst zu beten, ohne ein echtes, reiches persönliches Gebetsleben zu haben, aber jene unverkennbare Innigkeit, die nur der hat, der nicht *zu* Gott redet, sondern *mit* ihm, kann man nicht „machen“. Keine Tiefe im öffentlichen Gebet ohne ein tiefes persönliches Gebetsleben.

In der Wüste

Ich kenne nichts Großes, das nicht auch schwer wäre. Was bedeutet, dass Beten eines der schwersten Dinge in der Welt sein muss. Diese Tatsache muss einen nicht zur Verzweiflung treiben. Sie kann sogar Mut machen, denn: Wenn das Betenlernen für Sie ein Kampf ist, sind Sie nicht allein.

The Still Hour (deutsche Übersetzung: *Beten ohne Echo?*), ein klassisches Buch über das Beten von dem amerikanischen Theologen Austin Phelps (1820–1890), beginnt mit dem Kapitel „Beten – ohne Gottes Gegenwart“ und dem Bibelvers Hiob 23,3: „Ach, dass ich wüsste, wie ich ihn finden könnte!“ Phelps' Ausgangspunkt ist:

Der Glaubende erlebt immer wieder Zeiten, in denen er den Eindruck hat: Gott ist nicht gegenwärtig. Die äußeren Formen der Andacht werden zwar gewissenhaft eingehalten, aber man hat keineswegs das Empfinden: Gott ist da; er ist als unsichtbarer Freund ständig gegenwärtig; bei ihm zu sein ist Freude.⁴

Phelps erklärt im Folgenden die zahlreichen Gründe, warum unser Gebetsleben so steril sein kann und wie man solche Durstrecken durchstehen kann. Die erste Lektion in der Schule des Gebets ist die Erkenntnis unserer geistlichen Leere und diese Lektion ist ein Muss. Wir sind es so gewohnt, leer zu sein, dass wir diese Leere gar nicht merken – bis wir versuchen zu beten. Wir spüren sie erst, wenn wir anfangen zu lesen, was die Bibel und andere über die Größe und die Verheißung des Gebets sagen. Dann spüren wir sie endlich, unsere innere Einsamkeit und unseren Hunger. Es ist ein wichtiger, aber irritierender erster Schritt auf dem Weg zur Gemeinschaft mit Gott.

Wenn unser Gebetsleben dann endlich aufzublühen beginnt, können erstaunliche Dinge geschehen. Da ist jemand ein selbstmitleidiger Mensch, der (wie er meint) zu Recht wegen irgendetwas verbittert ist. Er fängt an zu beten – und dort, vor dem Angesicht Gottes, wird ihm in einem Augenblick seine ganze Kleinlichkeit bewusst und sein ganzes schönes Selbstrechtfertigungshaus stürzt ein. Oder wir sind voller Angst und Sorgen und während wir beten, fragen wir uns auf einmal, vor was wir da Angst haben. Ist das nicht eigentlich lächerlich? Und wir lachen über uns selber und danken Gott für das, was er ist und was er getan hat.

So dramatisch kann das sein. Es ist der frische Wind eines neuen Blickwinkels. Mit der Zeit können solche Erlebnisse zur Norm werden, aber der Anfang des Gebetslebens ist nie so. Am Anfang dominiert meist das Gefühl der inneren Armut und der Abwesenheit Gottes, und die besten Lehrmeister des Betens fordern uns auf, in dieser Situation nicht aufzugeben, sondern durchzuhalten und unverdrossen weiterzubeten, bis (in den Worten von Packer und Nystrom) wir von der Pflicht zur Freude durchbrechen.

Aber Vorsicht: Es kann aus den verschiedensten Gründen zu erneuten Dürreperioden kommen. Es ist nicht so, dass wir nach einer gewissen Zeit in der „Wüste“ für immer zur Freude durchbrechen, sondern die spürbare

Neuausrichtung des Herzens und das Gefühl der Nähe Gottes kommen immer öfter und manchmal auf überraschende Weise, und dazwischen gibt es neue Phasen des Kampfes, ja sogar der Abwesenheit Gottes. Doch wenn wir Gott im Gebet suchen, wird das früher oder später Früchte tragen – weil Gott will, dass wir ihn anbeten (Johannes 4,23) und weil das Gebet etwas so unendlich Reiches und Wunderbares ist.

Wo Gott ist, ist Gebet

In der Bibel geht es von der ersten bis zur letzten Seite um Gott und deshalb ist sie so voll von Gebeten. Die Größe des Gebets ist schlicht Folge und Ausfluss der Größe und Herrlichkeit Gottes in unserem Leben. Die Bibel ist ein einziges langes Zeugnis dieser Wahrheit.

Alle drei Erzväter – Abraham, Isaak und Jakob – waren Männer des Gebets, die mit der größten Selbstverständlichkeit vor Gott traten. Abrahams Gebet um Gnade für Sodom und Gomorra ist durch seine schon fast aufdringliche Hartnäckigkeit berühmt geworden (1. Mose 18,23 ff.). Mose erlangte u. a. durch seine Gebete die Befreiung Israels aus der Sklaverei in Ägypten. Es war die Gabe des Gebets, die Israel so groß machte: „Denn wo ist so ein herrliches Volk, dem ein Gott so nahe ist wie uns der Herr, unser Gott, sooft wir ihn anrufen?“ (5. Mose 4,7).⁵

Nicht beten – das ist nicht nur die Nichteinhaltung einer religiösen Regel, es ist die Weigerung, Gott als Gott zu behandeln. Es ist gewissermaßen Majestätsbeleidigung. „Es sei aber auch ferne von mir“, sagt der Prophet Samuel zu seinem Volk, „mich an dem *Herrn* dadurch zu versündigen, dass ich davon abließe, für *euch* zu beten ...“ (1. Samuel 12,23).⁶ König David verfasste einen Großteil des Psalters, des von Gott inspirierten Gebetsbuchs der Bibel, das voll ist von Rufen „zu dir, der Gebete erhört“ (Psalm 65,3 NGÜ). Sein Sohn Salomo, der den Tempel erbauen ließ, weihte diesen mit einem gewaltigen Gebet ein.⁷ In diesem Gebet bittet er Gott hauptsächlich darum, die Gebete seines Volkes zu erhören, ja die größte Bitte ist die um die Gabe des Gebetes selber.⁸ Aber er hofft auch, dass Menschen aus anderen Nationen „hören von deinem großen Namen“ und „zu diesem Haus hin ... beten“ (1 Könige 8,42). Wieder sehen wir, dass Beten letztlich ein Erkennen und Preisen der Größe Gottes ist.

Das Buch Hiob ist die Chronik der Leiden Hiobs – und wie er sich im Gebet mit ihnen auseinandersetzt. Am Ende des Buches ist Gott zornig auf Hiobs unbarmherzige Freunde und sagt ihnen, dass er ihnen ihre Strafe nur dann erlassen wird, wenn Hiob für sie betet (Hiob 42,8). Alle Propheten des Alten Testaments waren Beter,² und möglicherweise empfangen sie Gottes Botschaften meistens im Gebet.¹⁰ Die Bewahrung der Juden im Babylonischen Exil und ihre Rückkehr waren im Wesentlichen eine Frucht des Gebets und zu Beginn des Exils rief Jeremia sie auf, für die heidnische Stadt und ihre neuen Nachbarn zu beten (Jeremia 29,7). Daniel, den die babylonische Obrigkeit hinrichten wollte, weil er drei Mal täglich betete, betete um die Rückkehr der Juden in ihr Land und wurde erhört.¹¹ Als später Nehemia die Mauern um Jerusalem wieder erbaute, geschah auch dies durch Gebet¹² (und durch Nehemias Führungsqualitäten).

Jesus Christus lehrte seine Jünger zu beten, heilte Menschen durch Gebet, verurteilte die Missstände im Tempel (der für ihn ein „Gebetshaus“ zu sein hatte) und lehrte, dass es Dämonen gibt, die man nur durch Gebet austreiben kann. Er betete oft und regelmäßig, zum Teil „mit lautem Schreien und unter Tränen“ (Hebräer 5,7 NGÜ) und manchmal die ganze Nacht hindurch. Der Heilige Geist kam sichtbar auf ihn, als er nach seiner Taufe betete (Lukas 3,21-22), und auch seine Verklärung geschah, während er betete (Lukas 9,29). Er ging betend in seine Passion. Am Abend vor seinem Tod betete er für seine Jünger und die Gemeinde (Johannes 17), im Garten Gethsemane flehte er seinen Vater an und er starb mit einem Gebet auf den Lippen.¹³

Nach der Auferstehung und Himmelfahrt Jesu bereiten seine Jünger sich auf die Zukunft vor, indem sie „anhaltend und einmütig“ beten (Apostelgeschichte 1,14). Bei den Zusammenkünften der Gemeinde ist das Gebet zentral (Apostelgeschichte 2,42; 12,5.12). Die Macht des Geistes Gottes kommt als Frucht vollmächtigen Betens auf die Gemeinde herab und die Bestellung zu einem Amt erfolgt immer unter Gebet. Ein regelmäßiges, treues, lebendiges Gebetsleben wird von allen Christen erwartet. In der Apostelgeschichte ist das Gebet eines der Hauptanzeichen dafür, dass der Geist Gottes durch den Glauben an Christus in ein Menschenherz gekommen ist. Der Geist gibt uns den Mut und das Verlangen, zu Gott zu beten, ja er springt selber ein, wenn wir nicht wissen, wie wir beten sollen. Das Gebet sollte das Markenzeichen aller

Christen sein; es soll ihren ganzen Tagesablauf, ja ihr ganzes Leben durchziehen: „Betet ohne Unterlass!“ (1. Thessalonicher 5,17).¹⁴

Das Gebet ist so groß und so wichtig, dass es uns in der Bibel auf Schritt und Tritt begegnet. Warum? Weil dort, wo Gott ist, gebetet wird, und da Gott allgegenwärtig und unendlich groß ist, sollte das Gebet unser ganzes Leben durchziehen.

Der Reichtum des Gebets

Eine der größten Beschreibungen des Gebets in der außerbiblischen Literatur wurde von dem englischen Dichter und Pfarrer George Herbert (1593–1633) verfasst, in seinem Gedicht „Prayer (I)“.¹⁵ Es ist ein Text, der das große Thema des Gebets im englischen Original in gerade einmal hundert Worten behandelt und ohne eine einzige vollständige Satzkonstruktion; stattdessen malt Herbert etwa zwei Dutzend Wortbilder.

In den folgenden Kapiteln werden wir eine Definition des Gebets versuchen, doch so ein Versuch ist nicht ohne Tücken. Eine Definition ist ja der Versuch, einen Gegenstand auf seinen Wesenskern zu reduzieren. George Herbert nimmt uns in die umgekehrte Richtung mit. Er möchte den Reichtum des Gebets in seiner ganzen Fülle und Vielfalt erkunden. Es ist ein Versuch, der unserem analytischen Vermögen wie unserer Vorstellungskraft das Äußerste abverlangt:

Gebet: der Kirche Festmahl und der Engel Zeit,
im Menschen Gottes Atem, der zum Ursprung kehrt,
der Seele Schrift und Deutung, Herz im Pilgerkleid,
des Christen Senkblei auszuloten Himmel – Erd;

des Sünders Turm und Rammbock, wider Gott gestellt,
des Donners Umkehr und Durch-Christi-Seite-Speer,
gesetzt in eine Stund: Sechs-Tage-Schöpfung Welt;
von der Art Weise: Jedes fürchtet sie, hört her;

Freude und Ruh und Sanftheit, Liebe und Frohlocken:
erhoben Manna, das die Besten tief beglückt,
der Himmel Tag-Gericht, dafür der Mensch geschmückt,
via lactea, Paradieses Vogel, Glocken: