Was ist eigentlich Gebet?

wo geht es denn hier eigentlich bitte in den Himmel… ?

Wie viele Bücher, Thesen, Meinungen, Aussagen…? Und nun, noch ein überflüssiger Text? Vielleicht. Mag sein. Und dennoch will ich hier versuchen etwas zu diesem so unendlich wichtigen wie schwierigen Thema zu schreiben. Ich verzichte bewusst auf irgendwelche Geschichtliche Abrisse, oder sonstige Anleitungstexte und komme lieber sofort zur Sache, um in aller Knappheit durch die Hilfe und Gnade Gottes etwas Hilfreiches zu schreiben.

Wie viel Leid? Wie unendlich viel Leid und Schmerz in unserem Leben? In unserem eigenen, aber auch in dem das uns umgibt? Wahrlich, der gegeißelte Christus, unter der undenkbaren Last des geistigen Kreuzes ist das einzige adäquate Bild, welches unsere Wirklichkeit in angemessener Weise zum Ausdruck bringt. Gott ist immer vernünftig, angemessen und Sein Verhalten ist stets angebracht.

Was umgibt uns in unserem täglichen Leben? Multimedia in all ihrer Vielfallt. Doch welchen Preis müssen wir dafür bezahlen? Es ist der Preis der gegenseitigen Entfremdung. Der schleichende Verlust jeglicher Beziehung. Der Ehemann weiß nichts von seiner Frau, sie ebenso wenig von ihrem Ehemann. Die Eltern wissen nichts von ihren Kindern, die Eltern sind den Kindern fremd. Ein floskelhaftes „wie geht´s?“, oder ein belangloses Smalltalk. Natürlich, denn erstens muss mein Gegenüber nichts von dem wissen, was mich innerlich bewegt und beschäftigt und zum anderen würde es ihn sowieso nicht interessieren. Der Teufel tut hier wirklich ganze Arbeit, denn es ist Betrug zu glauben, mein Gegenüber hätte in Wahrheit völlig andere Sorgen, Nöte und Probleme als ich. Nein, auch er sehnt sich danach vollkommen angenommen und geliebt zu sein, und auch er leidet darunter eben das nirgends finden zu können. Mögen sich heute viele mit allerlei Mitteln betäuben, sodass es ihnen leichter fällt sich selbst zu betrügen und die Wahrheit hinter´m Berg zu lassen. Sie können die Wahrheit mit all ihren Mühen nicht ändern.

Was ist nun die Absicht Gottes? Was Gott will ist, dass wir die Wahrheit erkennen. Die Wahrheit über uns selbst, die Wahrheit über Gott und die Wahrheit über diese Welt. „Ihr werdet die Wahrheit erkennen, und die Wahrheit wird euch frei machen“ Joh 8,32
Wer sagt uns aber heute noch die Wahrheit? In der Flut der Stimmen, lässt sich das Wort der Wahrheit nicht mehr erkennen. So könnte jeder klagen, der die Wahrheit mit aufrichtigen Herzen sucht. Unzählige Bücher, Meinungen, Aussagen, Thesen und Theorien. Unzählige Strömungen und Moden, Konzepte und Lösungen. Christus sagt aber: „Ich bin der Weg, die Wahrheit und das Leben“ Joh 14,6 Wenn Christus die Wahrheit ist, und allein die Wahrheit uns wirklich frei macht, so muss jeder der frei sein will, nicht die Welt suchen und alles was sie ihm bietet, sondern Christus.

Doch kommen wir zur Sache. Wie soll ICH Christus finden? ICH! Hier zeigt sich bereits ein unüberwindbares Problem. Denn mein ICH ist voller Reichtum! Alles was ich habe, was ich meine zu wissen, alles woran ich hänge, alles was in meinem Herzen ist, in meinen Gedanken ist mein Reichtum. Dies ist in erster Linie der Reichtum von dem Christus spricht. Der äußere Reichtum ist unwesentlich, denn es gab Könige und Königinnen die heilig waren und sind. König David ist der wohl berühmteste unter ihnen. Ebenso gibt es sehr viele Menschen, die auch materiell eher arm sind, aber in ihrem Herzen behüten sie wie ein Drache ihre Ansichten, Meinungen, Überzeugungen, Gewohnheiten, Marotten und Süchte. Von eben diesen spricht Christus: „Es ist leichter, dass ein Kamel durch ein Nadelöhr gehe, als dass ein Reicher ins Reich Gottes komme“ Mt 19,24.
Weiter lesen wir im Evangelium: „Als das seine Jünger hörten, entsetzten sie sich sehr und sprachen: Ja, wer kann dann selig werden? Jesus aber sah sie an und sprach zu ihnen: Bei den Menschen ist's unmöglich; aber bei Gott sind alle Dinge möglich“.
Darum habe ich eben geschrieben: „Hier zeigt sich bereits ein unüberwindbares Problem“, denn „Bei den Menschen ist's unmöglich; aber bei Gott sind alle Dinge möglich“.

Will also wirklich ICH Christus finden, so muss dies eine von Gott gewirkte Gnade sein, damit nicht mein Reichtum Christus begegnet, das letztlich nur eine Illusion und ein Konstrukt ist, sondern ICH. Ich der ich bin: ich bin da! Also mein wahres ICH.

Darum habe ich auch weiter oben davon geschrieben, dass wir die Wahrheit erkennen müssen über uns, und über Gott und über die Welt. Gott steht hier nicht an erster Stelle, denn wenn ich mich nicht erkannt habe, als der der ich bin, so kann ich Gott nicht begegnen, sondern es würde nur ein Konstrukt Gott begegnen. Das aber ist genauso unmöglich, als auch die Lüge nicht zugleich Wahrheit sein kann, Eis Feuer, oder Trockenheit Wasser.

Das aber ist leider noch nicht alles was nicht Gottes Liebe von uns, wohl aber uns von Gott trennt. Denn gleich wie die Sonne eine von Ruß geschwärzte Glasscheibe fortwährend beleuchtet und sie von ihrem Licht nicht getrennt ist, ist das Innere des Hauses doch Finsternis.
Was ist aber der Ruß auf unseren Herzen; oder besser was bewirkt er in uns? Was er zufolge hat, ist ein Konstrukt, eine Illusion, eine Maskerade, ein Schauspiel, ein Bunker, ein Panzer, ein gepanzertes Fahrzeug und ein unerreichbar hoher Turm, inmitten eines feurigen Meeres, der bewacht wird von einem Drachen mit sieben Köpfen. Nur der Ritter mit der goldenen Rüstung kann den Drachen töten, indem er alle sieben Köpfe abschneidet und die Braut aus ihrem Gefängnis befreit: Christus Jesus.

Es sind die Verletzungen und Verwundungen unserer Kindheit. Es ist das unwert sein, oder aber die Bedingte Wertigkeit, die genauso schlimm ist. „Du bist uns/mir nur wert wenn...“, oder „du bist mir nur wert weil…“. Was erwartet mein Umfeld von meiner frühesten Kindheit an? „Denke wie ich, rede wie ich, handle wie ich“. Kurz, mein Gegenüber erwartet von mir, dass ich mich in ihn/sie verwandle. Genau das aber ist der Anspruch Gottes! Denn Gott ist es, der von uns will, dass wir in Ihn umgestaltet werden. Denn Er ist Leben, Liebe, Schönheit, Anmut, Vernunft und Freiheit. Folglich ist der Anspruch unseres Umfeldes an uns höchst teuflisch. Denn unser Umfeld will nicht was göttlich, sondern was menschlich ist.
Bedauerlicherweise stellt unser Umfeld uns Gott entweder gar nicht vor, oder aber nicht so wie Er wirklich ist. Sodass wir unser Heil und Glück, nicht in Gott suchen, sondern in unserem Umfeld. Da wir aber die Erwartungen unseres Umfeldes niemals werden erfüllen können, denn das kann nur Gott, werden wir diesen Erwartungen niemals gerecht! Darum werden wir dort niemals die Liebe erhalten, nach der wir uns eigentlich sehnen und wir (auch unbewusst) eigentlich suchen. Was wir dort erfahren ist aber stattdessen Ablehnung und Verachtung. Wir leiden darunter und versuchen uns den Erwartungen, die an uns gestellt werden anzupassen. Wir wollen „in“ sein. Sympathisch, klug, schön, gefragt und begehrenswert. Und wie leiden wir selbst darunter wenn wir diesen Idealen hinterher hinken. Und wie sehr muss Gott darunter leiden, wenn wir Ihn um materiellen Reichtum, und all diese Dinge bitten, die doch nur Schein sind und mit der Liebe, die Er uns in diesem Leben schenken will nicht zu vergleichen sind. Mt 6,33
Dieses Leid das wir von unserem Umfeld empfangen, weil wir den Anforderungen und Erwartungen niemals werden gereichen können, hat zufolge, dass wir damit beginnen Schutzmechanismen in uns aufzubauen. Diese sollen uns vor Verletzungen und Verwundungen aller Art beschützen und bewahren. Des aber noch nicht genug. Denn wir wollen nicht allein vor Verletzungen beschützt sein. Nein, wir wollen auch was gelten, gefragt und geliebt sein. Wir wollen glänzen, wie dieser Ritter mit goldener Rüstung (die nichts anderes ist als die selbstlose Liebe Gottes). Da wir aber über eine solche Rüstung nicht verfügen, da die Liebe Gottes nicht in unseren Herzen ist, müssen wir einen scheinbaren, trügerischen Glanz erzeugen. Wir fangen an zu schauspielern. Theater zu spielen und uns als die zu geben, die wir in Wahrheit nicht sind. Wir beginnen anstatt Gott, immer mehr dem Teufel zu gleichen, der das falsche Licht bringt (Luzifer: Lichtbringer), und Vater der Lüge ist. Somit beginnen wir in seinen Macht und Wirkbereich zu geraten. Dies ist der hohe Turm (das sind unsere Erwartungen) inmitten eines feurigen Meeres (das sind die Erwartungen unseres Umfeldes). Der Teufel, Drache mit sieben Köpfen, bewacht die Braut im Turm. Das ist unsere Seele.

Es ist also ein schier unlösbares Problem, die Seele von ihrem ganzen Reichtum, und aus all diesen Panzern, Bunkern und Kerkern zu befreien. Darum brauchen wir Gott! Er will nichts von uns, da Er nichts braucht. Und alles was da ist gehört Ihm und ist nur, weil Er ist. Und wäre Gott nicht, so wäre nichts von dem was doch da ist. Was Gott will, ist sich selbst uns zu schenken; was Er ja bereits in Seinem Sohn getan hat. Allein nehmen wir Ihn nicht an, denn wir suchen überall, nur nicht dort wo wirklich etwas, und ja nicht etwas, sondern jemand zu finden ist. Dieser jemand ist Leben, Liebe und Freiheit die von nichts abhängig ist.

Um also Gott zu begegnen müssen wir uns zu aller erst von Ihm befreien lassen. Befreien von unseren inneren Reichtümern, befreien von unseren Masken und Maskeraden, befreien aus unseren Kerkern und hohen Türmen, befreien von Verletzungen, blutenden und eitrigen Verwundungen und von unserem Nichtverzeihen können.

Um all das zu bitten müssen wir uns im Gebet an Gott wenden. Doch was ist eigentlich das Gebet? Sind es die Worte die wir sprechen? Machen die Worte die wir aussprechen das Gebet also aus? Wodurch unterscheiden sich diese Worte von den anderen Worten, die wir sonst in unserem Leben aussprechen? Wer mit dem Gebet beginnt, für den mag es ausreichend sein. Doch früher oder später wird jeder, der im Gebet treu verharrt klar, dass das nicht ausreichend ist. Die Worte werden leer, ohne Geschmack und Inhalt. Und er wird sich fragen: was ist eigentlich Gebet? Und er wird sich fragen: worum geht es denn eigentlich beim Beten? Der Heilige Geist wird diese Frage beantworten, dass es nicht um „etwas“, sondern um „jemanden“ geht. Natürlich um den einen wahren, lebendigen und personalen, dreieinigen Gott: Vater, Sohn Jesus Christus, und um den Heiligen Geist. Der unendlich zärtlich und sanft ist. Dessen Schönheit die Seele in unendlicher Liebe mit sich selbst vereint, wenn sie Ihn darum bittet.

Das also was uns unser Umfeld nicht bieten kann, das bietet uns Gott: sich selbst in vollkommener Liebe. Das was unser Umfeld uns verweigert, das bietet uns Gott: uns zu lieben, in einer solch wahnsinniger Art und Weise, dass Er sich selbst wollte vor lauter Liebe zu uns, in bestialischster Weise zerfleischen und zerfetzen lassen. Und war nicht eher zufrieden, bis sich alles vollendet hat, was die Propheten über Ihn gesagt haben.

Diesem wahnsinnigen Gott können wir im Gebet begegnen. Das ist das Ziel des Gebetes. In der Gegenwart Gottes zu verweilen, zu leben. Sich von der Gegenwart Gottes ganz und gar durchdringen zu lassen. Mit Gott ganz und gar eins und selbst in Christus umgewandelt zu werden.

Dies ist also das hohe und wahrhaft hehre Ziel des Gebetes. Doch „Wie eng ist die Pforte und wie schmal der Weg, der zum Leben führt, und wenige sind's, die ihn finden!“ Mt 7,14
Der hl. Johannes von Kreuz erklärt es und betont, dass das kleine „wie eng“ keinesfalls zu überlesen ist. Denn wenn gesagt wird, „eng ist die Pforte“, so obliegt es der Vorstellung eine Enge vorzustellen. „Wie eng“ aber übersteigt jegliche Vorstellung? Mit anderen Worten will Christus sagen, die Pforte ist unvorstellbar eng. Oder noch anders: die Enge ist unserem Verstand nicht zugänglich. Vergessen wir nicht, dass Jesus ebenfalls gesagt hat, Er ist die Tür. Ebenso wie Er sich selbst auch als den Weg bezeichnet hat. Ist aber Christus Jesus Gott in drei Personen (Joh 8,24), so ist Er über dem Himmel der Himmel (2 Mo 20,21;5 Mo 4,11;1 Kön 8,12...) wohin aber nichts Unreines gelangen kann. Offb 21,27

So können wir vielleicht die Übersteigerung des „wie eng“ und des „wie schmal“ welcher Christus sich bedient, wenigstens sehr entfernt erahnen. Deutlicher wird aber, wohin uns das Gebet aber führen soll. Mt 16,24; Lk 14,26
Dies ist die völlige Loslösung von uns selbst. Es ist aber das gnadenhafte Wirken Gottes, und unser Mittun mit Seiner Gnade, das uns zu diesem Ziele führt. Nun aber überlege wer kann, was es für die Seele bedeute, gar nicht zu beten. Welche finstere Vorstellung, die den Geist erstarren lässt.

Und doch wissen wir, wie schwer es uns oft fällt zu beten. Insbesondere dann, wenn wir gar nicht verstehen was das Gebet sei. Wenn wir nichts empfinden. Wenn sich uns eine Abneigung gegen das Gebet auftürmt, die es uns schwer macht, Gott, Gott zu nennen. Von einer liebevollen und zärtlichen Anrede ganz zu schweigen.

Was also, was ist also das Gebet? Wenn es doch so ohnmächtig ist. Oder besser, wenn wir darin so ohnmächtig sind. Es führt uns durch Ohnmacht, nicht durch Macht. Es führt uns durch den Glauben, nicht durch den Verstand und die sinnlichen Erfahrungen und schon am allerwenigsten durch irgendwelche Gefühle, zu einer Begegnung. Zur Begegnung mit der Gegenwart Gottes. Zur Begegnung mit Gott. Das Gebet taucht uns nach und nach, ganz sanft und unmerklich in eine immer tiefer werdende, lebendige und lebhafte Beziehung mit unserem Herrn Jesus Christus. Durch viele Drangsale müssen wir in das Reich Gottes gelangen. Apg 14,22
Darum ist es vollkommen unangebracht und unpassend vom Gebet dieses ohne jenes mystische Erlebnis zu erwarten oder zu erhoffen. Wer es jetzt hier nicht glauben mag, der möge doch den Doktor hl. Johannes von Kreuz „Empor den Karmelberg“ lesen. Denn in das Reich Gottes gelangen wir nicht durch Reichtum, sondern durch Armut! Auf Erlebnisse, mystische Erfahrungen, sinnliche Empfindungen, Visionen usw. zu hoffen und zu warten , entspricht dem Ansammeln von inneren Reichtümern. Doch von eben diesen spricht Christus: eher geht ein Kamel durch ein Nadelöhr als dass ein Reicher in das Reich Gottes kommt. Ich weiß, dass es sich hier für so manchen ganz unglaublich anhören muss. Doch es ist die Wahrheit. Wer sich darauf einlässt und wahrhaft sucht, der wird es finden und glauben. Dieser wird diese Wahrheit selbst erkennen und diese Wahrheit wird ihn frei machen. Joh 4,42

Betrachten wir aber ein Wenig näher unser Leben und auch unser Gebet. Denn was tun wir in unserem Leben, wie auch in unserem Gebet anderes als das was wir selbst wollen? Ich möchte diese Frage wiederholen, denn sie scheint mir sehr essenziel zu sein. Was tun wir in unserem Leben, wie auch in unserem Gebet anderes als das was wir selbst wollen? Stehen wir nicht letztlich hinter jeder unserer Entscheidungen? Es ist gut und Recht, denn Gott will, dass wir uns immer für Ihn und Seine Liebe entscheiden, auf dass wir umgewandelt werden durch Seine Gnade und wahrhaft frei. Doch wie oft misch sich unser Eigenwille in unsere Entscheidungen? Selbst im Gebet!
So rennen wir also los, denn wir sind doch die Macher, nicht wahr? Wir rennen los, denn wir sind doch die Manager, oder etwa nicht? Rosenkranz? Gut, gut, dann bitte so und so, dies und das, dies und jenes. Litanei, gut, bitte hier und dort, dann und wann. Aber immer wann ich will, und vor allem wie ich will. Wann aber darf dieser armselige Bettler, der unter der Last meiner Sünden mir zu Füssen fällt um mir zu dienen, endlich das tun was Er will? Es ist die Fußwäsche.

Nimmermehr sollst du mir die Füße waschen. Dies ist unsere Ansage, oder besser unsere Absage. Christus weint um uns und sagt: mein Kind, wenn du mich nicht lässt, so hast du keinen Anteil an mir. Doch wir lassen Ihn nicht. Denn wir sind doch die Macher, nicht wahr? Wir wissen am besten was, wann, und wie es zu tun ist. Und es fiele uns im Traum nicht ein, Gott über irgendetwas in unserem Leben entscheiden zu lassen. Ach wie sind wir zu bedauern und sehen es nicht. Ach wie blind sind wir und glauben wir sehen! Ach wie tot sind wir und glauben wir leben. Offb 3,17

Ach wie sehr, wie sehr bedürfen wir des Gebetes. Was aber ist das Gebet? Sind es die Worte die wir machen? Nein, es sind nicht die Worte! Es ist die Entscheidung! Es ist die Treue! Es ist unsere Absicht etwas zu ändern, uns zu ändern. Und das ist gut. Allein können wir es nicht. Nicht einmal abnehmen können wir, und wenn wir´s uns auch noch so fest vornehmen. Und schaffen wir´s doch, so haben wir das alte Gewicht sehr bald wieder erreicht. Schaffen wir aber solches nicht, wie könnten wir meinen, wir könnten unsere Seele in Gott umgestalten? Die meisten Leser werden davon sicher zum ersten Mal in ihrem Leben erfahren haben, dass genau das mit uns geschehen soll und ja sogar muss.

Darum kommt es beim Gebet schon auf unsere Entscheidungen an, ja! Auf unsere Treue, Geduld, auf unser geduldiges Ausharren und Ertragen aller Widerwertigkeiten, die sich uns reichlich in den Weg stellen. Was Gott in Seiner unendlichen Güte zulässt. Doch nur bis zu einem gewissen Grad. Es muss ein Punkt kommen, an dem unser Wirken beendet ist. An dem wir an unsere Grenzen stoßen werden. An dem wir in völliger Ohnmacht fallen und zusammenbrechen! Oh welch wahrhaft selige Stunde in welcher uns das ganze Elend unseres Seins zerbricht und zu Boden fällt, ja an einem Felsen zerschmettert. Dann endlich; dann endlich lassen wir Ihn gewähren. Dann endlich werden wir Ihm gestatten zu wirken und werden sprechen: Vater wenn es möglich ist, so lass diesen Kelch der Bitterkeit an mir vorübergehen, aber nicht wie ich will, sondern wie Du willst.

Lasset die Kinder zu mir kommen spricht Christus. Aber wo sind wir? Schaut nach innen, blickt in euch hinein. Sucht nicht in den Medien und im Multimedia. Und nutzt ihr´s, so seid davon doch nicht abhängig und bindet euch nicht daran. Sucht die Stille, werdet stille und schaut in euch, sucht das kleine verletzte und verwundete Kind in euch. Das nackt und tränenüberströmt in den dunklen Winkeln eurer Herzen verzweifelt nach einem sicheren Versteck sucht. Schmutzig und verlassen ist das Kind das wir in unseren Herzen tragen. Lasst es uns nicht weiter verachten! Sagen wir also nicht mehr: „du Idiot was hast du wieder angestellt“, oder „du blöder Idiot was hast du da wieder gesagt“. Wer dieses Kind um Christi Willen annimmt, der nimmt Ihn an. Und wer Ihn annimmt, der nimmt nicht nur Ihn an, sondern den, der Ihn gesandt hat.

Beten wir also den Rosenkranz, beten wir also die Litaneien. Doch suchen wir auch nach Stille. Dort wo nicht mehr wir denken und wollen. Sondern wo wir stumm und stille werden. Auf dass wir erkennen: uns, Gott und die Welt. Auf dass wir die Wahrheit erkennen und wirklich frei werden.

Zum Schluss gebe ich euch noch ein paar Tipps.

Lesetipps:

- „Empor den Karmelberg“ von hl. Johannes von Kreuz.
- „Die drei Bekehrungen und die drei Wege“ von Réginald Garrigou-Lagrange
- „Ich will Gott schauen“ von Maria-Eugen Grialou
- Lest die hl. Therese von Avila

Weblinks:

- http://www.contemplativeoutreach.org (englisch)
  Insbesondere: http://www.contemplativeoutreach.org/category/category/centering-prayer

- http://www.przyjacielemm.pl (polnisch, sehr viel mp3-Material)
  Insbesondere: http://przyjacielemm.pl/zasoby/23.06.2011_Sesja_PMM/sesja2011.zip

Namen (polnisch):

- Piotr Pawlukiewicz (youtube)
- Dr. Jacek Pulikowski (youtube)
- Marcin Gajda (youtube)

Weiter auf nächster Seite:

Gebetspraxis:

- **Gebet der Tiefe**
  http://www.contemplativeoutreach.org/private/52321/field-file/cp-german.pdf

- **Centering Prayer**
  http://www.contemplativeoutreach.org/private/32977/field-file/cp-english.pdf

- **Modlitwa głębi**
  http://www.contemplativeoutreach.org/private/54329/field-file/cp-polish.pdf

  Weitere Sprachen und Dokumente:
  http://www.contemplativeoutreach.org/documents

- Lectio Divina
  Einstieg: http://abtei-kornelimuenster.de/spirituelles/2012-09-06-14-19-21/regel-benedikts/120-lectio-divina-%E2%80%93-gott-begegnen-in-seinem-wort.html

  http://www.contemplativeoutreach.org/faq/lectio-divina (englisch)