



# BETEN

Gebet wirkt sich auf unser Leben aus

## Beten – warum nicht?!

VON TOBIAS SCHIER

Ein kurzer Gedanke, ein Moment, ein Stossgebet: Vermutlich hat jeder schon einmal auf diese Weise den Kontakt mit Gott gesucht. Was, wenn dieses kurze Gebet Ausdruck einer verschütteten Sehnsucht ist, gesehen, verstanden und geliebt zu sein?

Gebet ist der Schlüssel für eine Beziehung zu Gott. Das klingt erst einmal absolut. Wenn ich aber darüber nachdenke, was gerade den christlichen Glauben ausmacht, lande ich bei einer entscheidenden Tatsache: Ich habe als Christ eine enge Verbindung zu Gott, dem Schöpfer des Himmels und der Erde – ein persönliches Verhältnis, das die Bibel mit demjenigen zwischen einem Vater und seinen Kindern vergleicht. Möglich ist diese Beziehung, wie auch sonst, in der Begegnung: Wenn ich mit Gott rede. Das heisst auch: Wenn ich nicht bete, ist meine Beziehung zu Gott nicht intakt.

### Warum ich nicht bete

Es gibt genug Gründe, nicht zu beten. Da ist zum Beispiel mein eigener Stolz. Ich meine hier vor allem den Gedanken, keine Schwä-

che zeigen zu wollen. Verbunden mit der Überzeugung: «Das habe ich doch gar nicht nötig!» Dabei hat Jesus, der Sohn Gottes, selbst gebetet. Es geht beim Gebet also nicht darum, dass ich etwas nicht alleine kann. Es geht darum, dass ich nicht an Gott vorbei handle, sondern im Einklang mit ihm. Er möchte Teil meiner Entscheidungen sein.

Manchmal ist mir Gebet auch ein wenig peinlich. Was, wenn mich jemand dabei hört oder sieht? Das kann schon komisch sein. Ich erinnere mich zum Beispiel noch gut an den Moment, als ich meine Stimme das erste Mal aufgenommen habe. Ich dachte: So klinge ich? Ich war peinlich berührt. Beim Gebet hilft mir der Gedanke: Ich höre nicht nur auf meine Stimme, ich höre auch auf Gott. Er empfindet beim Klang meiner Stimme eine tiefe Freude.

Es gibt Situationen, in denen fühle ich mich minderwertig. Gott hat Besseres zu tun, als sich meine Wehwehchen anzuhören, denke ich. Es gibt so viele Konflikte, Kriege, Nöte in der grossen weiten Welt, die viel entscheidender sind als meine Probleme. Doch weiss ich: Meine kleine Welt ist auch Gottes Welt. Was für ein Vater wäre ich, wenn ich meine kleine Tochter mit dem aufgeschürften Knie nicht trösten würde, nur weil ich weiss, dass das Nachbarskind mit einem gebrochenen Bein im Krankenhaus liegt? So ist es auch bei Gott: Er lässt sich voll und ganz auf meine Welt ein. Sie ist auch seine.

Da ist noch die Angst, dass es nicht funktioniert. Hier spielen bisherige Erfahrungen eine wichtige Rolle. Situationen, die nicht so ausgegangen sind, wie ich es erbeten hatte. Eng damit verbunden sind die dazugehörigen Gefühle: Trauer, Schmerz, Verletzung, Einsamkeit, Verlust. So seltsam es klingt, manchmal ist es aber auch die Angst davor, dass Gebet funktionieren könnte. Ich habe mich schon so an meine Probleme gewöhnt, mich mit ihnen arrangiert, dass ich mir nicht



mehr vorstellen kann, ohne sie zu leben. Und tatsächlich kann sich ein Mensch an vieles gewöhnen, was nicht gut für ihn ist. Manchmal gehen damit auch Annehmlichkeiten einher, die man nicht missen möchte.

Der letzte Grund trägt für mich den Namen Zeitverschwendung. Gebet nimmt Zeit in Anspruch. Wieviel, ist bei diesem Grund zweitrangig. Allein die Tatsache reicht, ihn vorzuschieben. Bevor ich anfangen zu beten, habe ich es doch schon allein geschafft, oder? Im Kern geht es um den Zweifel an der Kraft des Gebets und das, was in unserer Gesellschaft anerkannt ist: Unabhängigkeit. Wenn ich bete, begeben sich in eine Abhängigkeit von Gott und verliere meine Selbstständigkeit. Jemand, der nicht selbstständig ist, gilt als lebensunfähig, schwach, willenlos – was ich natürlich nicht sein will.

All diese Gründe haben eine Sache gemeinsam: Sie belasten unsere Gemeinschaft mit Gott. Sie verleugnen die Kraft Gottes in unserer Welt und den Wert, den jeder Mensch durch Jesus Christus haben kann. Und sie alle haben eins zur Folge: Beziehungsunfähigkeit. «Generation Beziehungsunfähig», so beschreibt der Autor Michael

Nast die heutige Generation. Ich möchte nicht dazugehören.

#### Warum ich bete

Ich habe beschlossen zu beten – und auf diese Weise die Beziehung zu Gott zu suchen. Weil ich glaube, dass Gott mich in meinem alltäglichen Leben erreicht und segnet. Weil ich glaube, dass Gott mich auf Situationen vorbereitet. Weil ich glaube, dass Gott kann, wo ich nicht kann. Weil ich glaube, dass Gottes Macht in den Gebeten mächtig ist. Und noch mehr: Ich erlebe, dass der Schlüssel zu einem erfüllten Leben diese enge Beziehung zu Gott ist.

Es geht beim Gebet also nicht darum, dass ich etwas nicht alleine kann. Es geht darum, dass ich nicht an Gott vorbei handle, sondern im Einklang mit ihm.

#### Gebet ist Gespräch, ist auch Hören

Nun gibt es auch Menschen, die behaupten, sie könnten Gott nicht hören. Aufgrund meiner Erfahrung mit Gebet scheint mir das unmöglich. Das 1. Buch Mose zeigt es ganz deutlich: «Am Abend, als ein frischer Wind aufkam, hörten sie, wie Gott, der Herr, im Garten umherging.» (1. Mose 3,8) Im weiteren Verlauf unterhält Gott sich mit Adam und Eva. Die Möglichkeit, Gottes Stimme zu hören, ist also in jedem Menschen angelegt – auch wenn es heute nicht mehr so unmittelbar ist wie vor dem sogenannten Sündenfall.

Viele Menschen fragen sich trotzdem, warum sie Gottes Stimme nicht hören. Oder woher sie wissen, dass Gott zu ihnen spricht. Ich stelle die mutige Gegenfrage: Haben Sie schon die Stimme von jemand erkannt, obwohl sie ihm noch nie zugehört haben, ihm noch nie wirklich die Chance gegeben haben, auf eine Frage zu antworten?

Da gibt es diese wunderbare Stelle im 10. Kapitel des Johannesevangeliums. Dort steht: «Meine Schafe erkennen meine Stimme.» (Johannes 10,3) Mein Opa hatte Schafe. Und ich habe vor einigen Jahren zwei Tage mit einem Hirten auf der Weide verbracht. Er erklärte mir, dass seine Schafe nur auf seine Stimme hören. Hätte ich die 500-köpfige Herde gerufen, hätten sie ruhig weitergegrast, als wäre nichts gewesen. Rief aber der Hirte, drehten sie alle den Kopf und folgten ihm. Kam der Hirte in seinem Jeep angefahren, erkannten sie den Klang des Motors. Kam er ohne ein Wort über die Weide gelaufen, erkannten sie seine Schritte. Möglich war das nur, weil der Hirte tagtäglich bei ihnen war, sich um sie kümmerte, auf sie achtete. Der Hirte hat eine Beziehung zu seinen Schafen und seine Schafe haben eine Beziehung zu ihm, weil sie täglich Zeit miteinander verbrachten. Vielleicht ist es Zeit, Gott eine neue Chance zu geben, zu mir zu sprechen.

**Mein Weg, Gott zu hören**

Wie kann diese Chance aussehen? Eine Möglichkeit ist, einen Gedanken, eine Bitte oder auch eine Frage vor Gott zu bringen, sie vor ihm auszusprechen. Geben Sie sich selbst und Gott Zeit. Mir gelingt das am besten, wenn ich jogge oder spaziere. Dann fokussiere ich mich ganz auf diese eine Sache, bin ganz bei mir und ganz bei Gott. Oft hilft es mir, mich an einen Moment in meinem Leben zu erinnern, an dem ich Gott sehr nah war. Ich bitte Gott, mir jetzt genauso nahe zu sein wie damals. Dann rechne ich mit seinem Reden – und bin vorbereitet, mir einzuprägen, was er sagt. Zu Hause halte ich Stift und Zettel bereit, damit ich notieren kann, was ich gehört habe. Zu schnell gebe ich auch nicht auf. Genauso wie meine Kinder rechnen, lesen und schreiben lernen können, kann man auch lernen, Gottes Stimme zu erkennen.

**Viele Menschen fragen sich trotzdem, warum sie Gottes Stimme nicht hören. Oder woher sie wissen, dass Gott zu ihnen spricht.**

**5 Tipps fürs Gebet**

Es gibt noch einige Dinge, die mir im Gebet helfen, besonders ein Text in der Bibel. Als die Jünger Jesus fragten, wie sie beten sollten, gab er ihnen Folgendes zur Antwort: «Und wenn ihr betet, dann tut das nicht wie die Heuchler! Sie beten gern öffentlich in den Synagogen und an den Strassenecken, um von den Menschen gesehen zu werden. Ich versichere euch: Diese Leute haben ihren Lohn schon erhalten! Wenn du beten willst, zieh dich zurück in dein Zimmer, schliess die Tür hinter dir zu und bete zu deinem Vater.

Denn er ist auch da, wo niemand zuschaut. Und dein Vater, der auch das Verborgene sieht, wird dich dafür belohnen. Leiere nicht gedankenlos Gebete herunter wie Leute, die Gott nicht kennen. Sie meinen, sie würden bei Gott etwas erreichen, wenn sie nur viele Worte machen. Folgt nicht ihrem schlechten

Beispiel, denn euer Vater weiss genau, was ihr braucht, schon bevor ihr ihn um etwas bittet.» (Matthäus 6,5–8) Ich habe folgende fünf Gebetstipps in dieser Passage entdeckt:

Suchen Sie sich einen Ort des Gebets. Das kann überall sein.

1. Ich bete, wie gesagt, gerne beim Sport, beim Radfahren oder Joggen. Vielleicht ist es für Sie ein Sessel, ein ganzer Wald, im Bett oder unter der Dusche. Mir hilft dieser eine Ort, an das Gebet zu denken. Inzwischen werde ich sogar daran erinnert zu beten, wenn ich anfangen zu joggen.
2. Beten Sie ernsthaft. Ernsthaft heisst für mich, dass ich wirklich meine, was ich sage. Ich muss nicht reden, um irgendwem zu gefallen. Gott möchte den direkten Impuls aus meinem Herzen. Das, was mich bewegt.



**3.** Beten Sie konkret. Eine weitere Anforderung an mich, die mich herausfordert. Wie gerne verliere ich mich in Nichtigkeiten, Floskeln und rede um den heißen Brei herum. Das bringt Gott nichts. Mir auch nicht. Es hilft, die Dinge beim Namen zu nennen, auch wenn es manchmal schwer ist und auch weh tut.

**4.** Beten Sie ehrlich. Das fängt damit an, ehrlich vor sich selber zu sein. Deshalb können meine Gebete so sein wie das Leben selbst: einfach, kompliziert, lang, kurz, laut oder leise, vorwurfsvoll, liebevoll, schmerzhaft, müde, genervt – alles egal, so lange ich die Wahrheit sage und nichts verberge. Denn Gottes Geist ist ein Geist der Wahrheit und die Wahrheit macht frei. Auch im Gebet.

**5.** Beten Sie im Glauben. Ich will immer damit rechnen, dass Gott die Macht besitzt, meine Umstände zu ändern. Deswegen bete ich ohne Wenn und Aber und mit der Gewissheit, dass Gott nichts unmöglich ist. Mein Gebet bewirkt etwas, soviel ist sicher.

Wie man sieht, kann man viel über Gebet schreiben. Schlussendlich aber ist Gebet ein Geheimnis, das jeder für sich selbst nur lüften kann, indem er es tut. Daher – und noch bevor Sie diese Zeitschrift weglegen – fangen Sie doch jetzt damit an!

#### ZUR PERSON

##### DER REDAKTOR

Tobias Schier ist verheiratet, hat drei Kinder und lebt mit seiner Familie in Wetzlar. Seit 2006 gehört er zum Team von ERF Medien Deutschland. Er leitet das Radio ERF Pop.

