

zurück an E. Gruber

BEGEGNUNG UND GESPRÄCH

ÖKUMENISCHE
BEITRÄGE
ZU ERZIEHUNG
UND
UNTERRICHT

Nr. 85



Ernst Barlach:
Der Betende
(Katechetisches Amt,
Heilsbronn)

Elmar Gruber

Beten können – leben können

– Versuch eines Meditativen Zugangs –

1. Beten als Lebensvollzug

Sprechen ist der Urvorgang menschlicher Selbstverwirklichung und Selbsterfahrung. Ohne Sprechen und ohne Sprache kann ein Mensch weder sich selber finden noch den anderen, noch Gott. Ohne Sprechen bleibt er sich selbst und allem anderen fremd, er lernt sich selbst, alles andere und auch Gott nicht kennen. Der Sprachbehinderte muß Ersatzweisen für das Sprechen entwickeln, um leben zu können; der gesamte Körper ist letztlich „Sprachorgan“, durch das sich der Mensch zum Ausdruck bringt.

Wenn ich mich „zur Sprache bringe“ und „zu Wort gelange“, werde ich für mich

selbst und für die anderen vernehmlich; ich erlebe mich selbst und werde erlebbar. Wenn ich mich zur Sprache bringe und ausspreche, darf ich oft erleben, daß ich ansprechend bin und von anderen vernommen werde. Ich darf erleben, daß beim anderen, bei meinem Gegenüber, dasselbe geschieht, und so treten wir in den Dialog. Wir begegnen uns im Wort. Wir hören einander und fühlen uns erhört: wir gehören einander. Das Wunder der Sprache und des Sprechens!

Der glaubende Mensch, der unsere Lebensvorgänge nicht nur äußerlich und oberflächlich begreift, erfährt in diesem Sprachwunder, d. h. in diesem Wunder der Begegnung, Gott als die Ursache des Geschehens. Gott ist das Wort (vgl. Joh 1,1). „Noch liegt mir das Wort nicht auf der Zunge, du, Herr, kennst es bereits“ (Ps 139,4). Gott ist der eigentliche, der spricht, wenn ich mich zur Sprache bringen kann, und der eigentliche, der hört und erhört, wenn ich einen Menschen vernehmen und verstehen kann, und wenn ich mich beim Sprechen und beim Hören selber kennenlernen. Wenn Gott fehlt, wird mein Sprechen zum leeren Gerede und meine Worte zu nichtssagenden Wörtern. Ohne Gott bin ich ein Schwätzer, der nichts zu sagen hat. Und umgekehrt gilt: Sobald ich Worte finde, die ansprechen, und die Ausdruck von Wirklichkeit und Wahrheit sind, kommt Gott zur Sprache, auch wenn er dem Sprechenden und Hörenden Menschen noch nicht bewußt ist.

Wenn mir nun dieser Gott des Wortes bewußt wird, und wenn ich ihn im Glauben erfahre und erkenne, wird er selbst zum Gegenüber meines Sprechens. Ihm kann ich alles sagen. Er hört und erhört mich immer, auch wenn er nicht reagiert und antwortet *wie* ein Mensch. Gott antwortet *im* Menschen, in allen Geschöpfen und auch in der Tiefe des Schweigens.

Er kommt mir „zur Sprache“, er kommt mir „zu Ohr“, wenn ich es wage, ihm mein Leben in der gegenwärtigen Situation zu öffnen: in Freude und Leid, im ganz konkreten Geschehen, in dem ich Lust oder Schmerz, Hoffnung, Angst oder Schuld erlebe. Im Gebet erlebe ich *mein* Ich-bin-da und zugleich *sein* Ich-bin-da. ER ist da, weil ich da bin, und ich bin da, weil ER da ist. (Dabei ist mein Ich-bin-da-Erlebnis in der Beziehung zum Wir-sind-da-Erlebnis der Gruppe [„Volk Gottes“] zu sehen.)

Beten ist Lebensvollzug. Wenn ich erkannt habe, daß Gott nicht nur der Geber alles Guten ist, sondern vor allem *das* Gute in allem Guten ist, dann kann ich das auch bekennen und mir und anderen vortragen (vgl. das Wort „preisen“ von *praedicare* = vor-sagen!). Wenn ich Gott preise, gelange ich zum Ursprung meiner

Freude, zur „ewigen“ Freude, die ich in den vergänglichen Augenblicken irdischen Glücks erfahren darf. Ich entgehe der Gefahr, daß ich das Irdisch-Vergängliche zum Inhalt meines Lebens mache und scheitere. Mein Leben wird in Gott verankert. Das befähigt mich, daß ich auch das Leid als zu mir und zu meinem irdischen Leben gehörig annehmen kann, auch wenn ich die Nähe Gottes im Leid nicht spüre und nicht begreifen kann. Die Kraft der Freude (der Liebe) ist auch die Kraft im Leiden.

Nun kann es sein, daß mir in meiner Unbeholfenheit oft die rechten Worte fehlen, um das auszudrücken, was schon da ist, aber was mir noch nicht „auf die Zunge“ gelangt ist. Hier helfen die vorgeformten Gebete. Fertige Gebete sind dann „gut“, wenn ich mich in ihnen finden kann. Das ist dann der Fall, wenn die Gebete aus einer Situation stammen, die auch die meinige ist, und wenn ich ihre Sprache verstehe. Ein gutes Gebetbuch will den Leser, der den Zugang zum Gebet sucht, ansprechen und zum inneren Sprechen bewegen. Der Angesprochene soll erleben, daß er selbst es ist, der sich in den dargebotenen Worten ausspricht – ausspricht vor Gott.

Beten ist Lebensvollzug; aber zur Lebenshilfe wird es erst, wenn ich es zum festen Bestandteil meiner Lebensordnung mache. Wenn ich nur nach Lust und Laune bete, kann das Gebet nicht zur tragenden Stütze meines Lebens werden. Ich „muß“ beten, nicht weil Gott darauf angewiesen und sonst „beleidigt“ wäre, sondern damit „ich etwas habe“ von meinem Glauben. Früher hat man das Gebet einfach vorgegeschrieben, von außen her. Heute muß jeder selbst das Beten aus innerer Einsicht heraus zu seiner Lebensregel machen. Auch wenn ich manchmal lustlos und ohne besondere Ergriffenheit bete, hat das einen Sinn: Mein Leben erhält eine Gewohnheit, durch die feste Orte entstehen, an denen ich Gott begegnen kann gerade dann, wenn ich ihn brauche und nicht durch Lust und Laune dazu motiviert bin. Das Gebet in der Gruppe ist eine große Hilfe, damit das Gebet eine tragende Gewohnheit werden kann. Man kann in unserer Zeit freilich – wie schon betont – das Beten nicht einfach verordnen; das würde Protest hervorrufen. Heute muß man das Beten als Lebensvollzug und Lebenshilfe von innen, d. h. von den Lebensvorgängen selbst her, immer wieder neu motivieren.

2. Der Beter und sein Gottesbild

Man wird sich selbst wie auch andere nicht zum Beten motivieren können, wenn

der Ursprung des Betens nicht klar erkannt und voll bewußt geworden ist. Nicht die Angst, sondern das Vertrauen ist das Motiv des Betens. Ich kann *in* der Angst, aber nicht *aus* Angst beten. Angst und Vertrauen sind gewiß aufeinander bezogene Wirklichkeiten, wie die zwei Seiten einer Münze, aber ich darf nicht Angst erzeugen, um zum Gebet zu motivieren. Die Angst ist vorhanden, das Vertrauen muß immer wieder neu gewonnen werden. Mit Gott darf nie gedroht werden; mit Gott muß die Grundlage für ein universales Vertrauen ermöglicht werden. Darum sind ein von allen Ängsten befreites Gottesbild und ein angstfreier Glaube die Voraussetzung für eine sinnvolle Gebetsziehung. Gewiß gibt es auch in der Bibel die prophetische Drohrede. Der Prophet muß den Sünder warnen, damit er nicht an seiner Gottlosigkeit zugrunde geht (Ez 3,17-21). Der Mensch soll Angst haben, aber nicht vor Gott, sondern vor der Gottlosigkeit; er soll seine Ängste recht verstehen lernen als Signale der Ungeborgenheit in Gott. So kann die Angst *Anlaß* zum Gebet werden; der Grund zum Beten ist immer das Vertrauen. Die Tatsache, daß viele Menschen erst in der Angst schreien – bewußt oder unbewußt nach Gott schreien – berechtigt auch nicht, Angst vor der Angst zu erzeugen, um ein erwünschtes Verhalten zu bewirken. Wer Gott kennt, braucht keine Angst und keine Angst vor der Angst mehr zu haben.

Das Wesentliche am christlichen Gottesbild ist, daß es keine Ängste erzeugt, sondern von allen Ängsten befreit. Gott ist die Liebe – und die Liebe ist Gott! Wenn nun die christliche Religion doch praktisch gesehen wieder in vielfacher Hinsicht eine Angstreligion für viele Menschen geworden ist, dann liegt es vor allem daran, daß die Menschen ihre („sündigen“) Erfahrungen von Gut und Böse, von Gerechtigkeit, Strafe und Vergeltung in das Gottesbild hineinbringen und es dadurch verdunkeln, wenn nicht zerstören. Gott ist eben nicht wie ein Mensch. Und wenn ich auch alles Gute, das ich aus meiner Erfahrung kenne, zusammentrage und unendlich multipliziere, dann habe ich immer noch nicht die rechte Vorstellung von Gott. An einem Gott menschlicher Superlative werde ich immer zweifeln müssen. Gott ist nicht das, was ich mir unter einem „idealen“ Gott vorstelle; er ist mehr, er ist anders. Darin besteht wohl die große Zumutung des christlichen Glaubens, daß ich diesen Gott auch mit all meinen Superlativen und ethischen Höchstforderungen nicht erfassen kann. Und doch ist dieser Gott der ganz nahe, der mir näher ist als ich mir selbst (Augustinus). Wie erreiche ich diesen ebenso nahen wie unbegreiflichen, diesen unbegreiflich nahen Gott, damit ich beten

und zu ihm beten kann? Die Orte, an denen dieser „unbegreiflich nahe“ Gott in Erscheinung tritt, liegen zunächst im Bereich der Selbsterfahrung (das sind die bereits schon erwähnten Ich-bin-da-Erfahrungen) und weiterhin in den als Selbstfindung und Gottfindung erfahrenen Jesusbegegnungen.

Wenden wir uns noch einmal diesen Ich-bin-da-Erfahrungen zu. Es sind die hochzeitlichen Augenblicke des Lebens, in denen *ich mich* freue, in denen *ich mir* ganz nahe bin, in denen ich zu mir so viel Abstand gefunden habe, daß *ich zu mir* ein gutes Verhältnis gefunden habe. Es sind die Augenblicke, in denen das Ego zum Selbst geworden ist, in denen *ich mit mir* eins geworden bin. Es sind die Augenblicke des Glücks und der Freude, die auch im Leid möglich sind und zwar dann, wenn ich *Kraft* im Leid und Kraft zum Leiden erfahre. Es geht mir gut in meinem Leid, wenn ich mein Leid als zu mir gehörig annehmen kann, und wenn ich mich finden kann, auch in meinem Leid. Das Sich-Sträuben gegen das Leid ist eine starke Lebenskraft, die mich zunächst befähigt, alles aufzubringen, um die äußeren Verhältnisse zu ändern, die aber dann an der Grenze des Unabänderlichen (z. B. unheilbare Krankheit) umschlagen kann und soll in die kreative Kraft der Ergebung, die eine neue, tiefere Lebensqualität ermöglicht. Freude und Leid sind Gegensätze oder Gegenteile wie Plus und Minus. Wenn sie sich in rechter Weise vereinen, geschieht das Wunder: Freude *im* Leid. Dazu muß ich aber bereit sein, grundsätzlich beides zu bejahen. Wenn ich mit der Freude das Leid verdrängen will, wie es in unserem Konsumverhalten in der Regel geschieht, entsteht „Kurzschluß“. In diesem Kurzschluß geht das zugrunde, wonach ich mich sehne: die Freude. In diesem Selbstverlust gehe ich mir selbst verloren und bin „verloren“. Wer wird mich in meiner Verlorenheit finden, damit ich mich selber wieder suchen und finden kann? An den Punkten meiner Verlorenheit ist die Frage nach dem „Retter“, „Erlöser“ und „Befreier“ akut. Wenn sich ein Mensch selbst befreien und erlösen könnte, würde jede Religion, jeder Gott und jedes Beten überflüssig.

Über die Vorgänge der Selbstfindung in Freude und Leid kann ich heute in der Regel mit jedem Menschen sprechen, der sich für das Leben interessiert, auch wenn er nicht, oder noch nicht, oder nur ganz „versteckt“ („anonym“) gläubig ist. In diesen Gesprächen kann ich schon kleine Kinder an die Stellen führen, an denen Gott „vor-kommt“; ich kann zeigen, was Glaube in seiner Wurzel ist, und wie sich das Beten selbstverständlich ergibt als Vollzug von Glauben und Leben.

3. Betend leben lernen

1. Stufe

Ich betrachte die Augenblicke, in denen *ich mich* freue. *Woran kann ich mich* freuen? Ich freue mich an mir, an dir, an der Sonne, an der Blume, am Baum, am Hund, an den Spielsachen, an der Lust usw.

Wenn man das Leid betrachtet, stößt man auch bei Kindern auf letzte unbeantwortbare Fragen. Aber man kann das Phänomen zeigen, daß es nicht nur die Verzweiflung im Leid gibt, sondern auch die Freude *im* Leid, die Freude an der Kraft im Leid. Es gibt Behinderte, die fröhlich sind, Kranke, die Hoffnung haben und schenken, Menschen, die arm sind und doch viel zu geben haben.

2. Stufe

Ich freue mich; ich *muß* mich *selber* freuen, sonst freue ich mich ja nicht! Aber *kann* ich mich selber freuen?! Wenn jeder machen könnte, daß er sich selber freut, gäbe es keine Probleme mehr im Leben. Das ist ja gerade die Frage: Wer macht die Freude, von wem oder von was kommt die Freude, wenn ich mich freue? Kommt sie von mir, von dir oder von den Dingen und Geschöpfen, *an* denen ich mich freue?

An dieser Frage kann ich zeigen, was der Glaube offenbart: Die Freude kommt nicht von mir und nicht von dir, sondern von einem Dritten, von Gott. Gott ist es, „der mich erfreut von Jugend an“ (Ps 42). Diese Einsicht kommt aus dem Glauben; sie ist naheliegend, aber ich kann sie nicht beweisen mit rationalen Argumenten. Ich kann zeigen und durch meine Überzeugung belegen, was der „wahre“ Glaube ist, aber ich kann meinen Glauben dem andern nicht einspeisen. Jeder muß selber glauben, jeder muß das Wagnis des Glaubens selbst eingehen. Die erste und wichtigste Aussage, die ich von meinem Gott machen kann, ist: Gott ist die Ursache, der Ursprung meiner Freude und jeder Freude. Ich kann die Frage nach Gott auch zurückgeben und sagen: Das, was *dich* freut, ist *dein* Gott. Darüber kann ich mich auch noch mit Andersdenkenden verständigen, daß Gott immer das ist, was mich freut, und was mir Kraft im Leid gibt. Aber die Frage, *was* dieses Etwas ist, ist immer Sache des Glaubens.

Es ist Gott, der mich erfreut, wenn ich mich freue an mir, an dir, an der Blume, am Stein, am Tier. ER selbst gibt sich mir in der Freude. Vor ca. 600 Jahren hat das Nikolaus von Kues in eindrucksvollen Worten ganz dicht zur Sprache gebracht: „Und wie wirst du dich mir geben, wenn du mir nicht zugleich Himmel und Erde gibst und alles, was in ihnen ist?“

Ja noch mehr: Wie wirst du dich mir geben,

wenn du mich nicht mir selbst gibst?

Und wenn ich so im Schweigen der Betrachtung verstumme, antwortest du mir, Herr, tief in meinem Herzen und sagst:

Sei du dein, und ich werde dein sein.“

Das Kriterium des „wahren“ Glaubens liegt dort, wo ich den Ursprung der Freude, den Ursprung aller Beziehungen (zu mir selbst, zu dir und zu allen Geschöpfen) erkenne und bekenne. Dieses Erkennen ist die Frucht des Glaubens; denn nicht „Fleisch und Blut“, d. h. die Stimmigkeiten meiner Vernunft offenbaren mir dies, sondern mein Verzicht auf mich selbst und meine vertrauende Hingabe an diesen Gott, den ich erst *im* Glauben erkenne und nicht *vor* dem Glauben. Für den Glaubenden ist die Vernunft freilich auch ein echter und (gerade in den verworrenen geistigen Strömungen unserer Zeit) notwendiger Weg zu Gott, aber es ist eben der zweite Schritt. Die vom Glauben erleuchtete Vernunft kann Gott erkennen. In der unerleuchteten Vernunft bleibt mir nicht nur das Geheimnis Gottes verschlossen, sondern auch das Geheimnis meines eigenen Wesens, sowie das Geheimnis der ganzen Schöpfung. Wenn man die Menschen einteilen will in gläubende und nichtgläubende, kann man sie danach bemessen, ob für sie der letzte Grund der Freude (und Selbst-Verwirklichung) Leistung oder Gnade, Verdienst oder Geschenk, Anspruch oder Erbarmen ist. Natürlich ist im konkreten Lebensvollzug Leistung und Gnade immer verschmolzen, aber hier geht es um die letzte Deutung der Seinswirklichkeit, die notwendig ist, damit ich mein Leben gestalten kann. Die Frage, ob es wirklich Menschen gibt, die in ihrem Innersten total ungläubig sind, wird man schließlich offen halten müssen; wer außer Gott weiß denn schon um das Innerste eines Menschen?

3. Stufe

Die dritte Stufe ist die Stufe der Realisierung des Lebens. Es geht hier nicht mehr um irgendein Leben, sondern um das bereits von den Augenblicken des Glücks (bzw. von der Kraft im Leid) her gläubig gedeuteten Lebens. Insofern ist Glaubens- und Lebensverwirklichung dasselbe. Hier stehen wir an der Wiege des Gebetes. Hier kommt die Selbstbeteiligung an meinem Lebensglück zum Tragen. Durch das *Bekennen* wird das *Erkannte* praktisch verwirklicht, so daß es in meinem Bewußtsein und in meinem Leben zum Tragen kommt. Die Augenblicke des Glücks vergehen. Ich muß durch das Beten selbst mitwirken, daß die Kräfte der

Freude, die der Augenblick schenkt, erschlossen werden als tragende Kraft für mein ganzes Leben. Gerade im Leid, wenn ich Gott nicht spüre, brauche ich das sichere Bewußtsein, daß Gott auch da ist und mich trägt. Die Lebenskunst besteht im Harren- und Hoffen-Können. Harren und Hoffen ist gewiß auch Gnade, aber hier kann ich, wenn ich das Beten zu meiner Lebensregel mache, wesentlich selbst beitragen. Auch in der Nacht kann ich an die Kraft der Sonne glauben!

Die Ur-Form des Gebetes ist, wie schon erwähnt, das „Preisen“, das Vor-Sagen der erfahrenen Wirklichkeit. Martin Buber hat ein chassidisches Urgebet ins Deutsche übertragen, das sog. „Dudele“. Es besteht im wesentlichen nur aus den zwei Buchstaben DU:

Wo ich gehe, DU.
Wo ich stehe, DU.
DU, DU, wieder DU,
immer DU,
DU, DU, DU.
Ergeht's mir gut, DU.
Wenn's weh mir tut, DU.
DU, DU, DU,
wieder DU,
immer DU,
DU, DU, DU.
Himmel: DU,
Erde: DU.
Oben: DU,
unten: DU.
Wohin ich mich wende,
an jedem Ende:
nur DU,
wieder DU,
immer DU.
DU, DU, DU.

Dies ist ein Liebeslied, wie alle Urgebete. Es ist der Geliebte oder das Geliebte angesprochen und ausgesprochen. Der eigentlich gemeinte ist aber letztlich nicht der vordergründig Geliebte, sondern der Ewig-Liebende, der im irdisch Geliebten und Liebenden und in allen Geschöpfen, an denen ich mich freue, wirkt.

4. Jesusglaube und Jesusgebet

Im Alten Testament richtet sich das Gebet an den El-Gott bzw. Jahwe-Gott. Er ist der personal erfahrene Ursprung alles Seienden. Dieser Gott will uns (als Volk), er will mich, als Angehörigen dieses Volkes. Gott ist die Beziehungskraft, die in mir, in meinem Volk, zwischen allen Völkern und in der gesamten Schöpfung wirkt. Dieser Gott kann letztlich nur einer sein; er kann nur ein Gott aller Menschen sein, dem alle anderen „Götter“ nur dienen können und

müssen. Dieser eine Gott macht alle anderen Götter (Götzen) überflüssig. Und auch der große Erdengott Baal (= „Meister“ = personifiziert gedachte Weltkraft und Naturkraft) muß bei aller Selbstherrlichkeit dem El-Gott dienen. Die „All-Mächte“ sind zusammengefaßt im „All-Mächtigen“. Der „All-Mächtige“ ist aber letztlich nicht eine Gott gegenüber selbstmächtige Kraft, sondern Gott selbst ist der All-Mächtige. Auch wenn sich Baal selbstherrlich gebärdet, muß er letztlich Gott dienen, so wie der Teufel („Beelzebub“) Christus nicht verführen kann, sondern ihm gehorchen muß.

Der alttestamentliche Gott wird verständlich, wenn ich ausgehe von der Selbsterfahrung, d. h. von der Kraft, die mich (und alles andere) mir selber gibt.

Wenn wir uns nun der Jesusgestalt zuwenden, können wir vom Alten Testament ausgehen. Der alttestamentlich Glaubende erwartet den endgültigen Retter, Erlöser und Befreier im Messias. Die Messiaserwartungen gipfeln schließlich in der Vorstellung vom Messias, die der Prophet im sog. vierten Gottesknechtslied (Jes 53) zum Ausdruck bringt. Zusammengefaßt ist diese Vorstellung im Symbol des Lammes (bzw. Schafes), das seinen Mund nicht auf tut, das nicht davonläuft und sich von seinen „geliebten Peinigern“ einfach abschlagen läßt. Dem erleuchteten Seher des Alten Testaments ist aufgegangen: Erlöst ist ein Mensch und ein Volk und die gesamte Menschheit erst, wenn in der Geschichte unzweifelhaft aufgeht und bewußt wird, daß in allem, was auf dieser Welt geschieht, im Guten wie im Bösen, das wir erleben, eine liebende Kraft am Werk ist. Wenn Gott die Liebe ist, d. h. wenn klar wird, daß ich, die Menschheit und die gesamte Schöpfung – trotz allem, was dagegen zu sprechen scheint – *unbedingt, unverlierbar* und *unendlich* geliebt sind, dann bin ich erlöst von meinem Erzfeind Tod, von allen vernichtenden Kräften, ja von mir selbst. Wer im Geliebt-Sein stirbt, gleichgültig, welchen Tod und wieviele Tode er erleidet, über den hat der Tod keine Macht mehr. Bei der Erlösung geht es um das absolute Geliebt-Sein und um die Erfahrung desselben. Diese absolute Liebe Gottes müßte in einer Gestalt offenbar werden, in der sich diese Liebe verkörpert für jeden Menschen, der „hinschauen“ will. Diese geschichtliche Gestalt ist vorgezeichnet im „Gottesknecht“ und verwirklicht in Jesus Christus. Jesus liebt bedingungslos alle, und er liebt auch noch weiter, als ihn die geliebten Menschen hassen und töten. Er wird das „Opfer“ seiner von ihm unwiderruflich geliebten Menschen. Der Tod Jesu wird somit zum Beweis, daß seine Liebe stärker ist als aller tödende Haß, daß seine Liebe

keine Grenzen kennt, auch nicht die des Feindes, und daß seine Liebe als *die* Liebe stärker ist als der Tod. Denn er hätte sich („mit mehr als zwölf Legionen Engel“) retten können; er ist freiwillig in „seiner Stunde“ hineingegangen, um die Liebe, das absolute Geliebt-Sein, zu offenbaren. Man kann sich auch der Jesusgestalt zuwenden und Jesus als die Verkörperung der Liebe (Verkörperung Gottes) erkennen, ohne vom Alten Testament auszugehen. (Viele werden freilich gegen diese Behauptung erhebliche Bedenken anmelden!) Wenn ich nämlich Jesus betrachte, wie er in den Erzählungen der Evangelien dargestellt wird – wenn ich die Worte und Taten Jesu in ihrer ganzen Symboltiefe erfasse, erfahre ich dasselbe: Jesus ist die Inkarnation absoluter Liebe. Alle Jesusgeschichten zeigen bedingungslose Nähe – Nähe zu jedermann, zu Freund und Feind. In solcher Nähe finden die Menschen die Nähe zu sich selbst und zueinander. Jesus versteht sich selbst als Mitte, die alle und alles eint. Er ist die einende Kraft zwischen Freund und Freund, aber auch zwischen Freund und Feind, nur daß die „Feinde“ diese einende, versöhnende Kraft noch nicht annehmen können.

Der Jesusglaube befähigt den Menschen auch zur Feindesliebe. Jesus verlangt von mir nicht, daß ich aus eigener Kraft meine Feinde liebe; er erwartet lediglich, daß ich ihm „erlaube“, daß er auch meine Feinde lieben „darf“, ohne daß ich ihm meine Liebe aufkündige und an seiner Liebe zu mir zweifle. Wenn ich Gott (Jesus) „erlaube“, daß er auch meine Feinde liebt, dann beginne ich bereits, in seiner Kraft meine Feinde zu lieben.

Von der Erfahrung des Sich-Freuens, von den Augenblicken der Liebe her kann eigentlich jeder Mensch erahnen, daß Jesus bzw. die Liebe, die sich in Jesus verkörpert, die tiefste Sehnsucht aller Menschen ist. So leuchtet in Jesus die Einheit aller Menschen auf. Durch die grenzenlose Liebe, die sich in Jesus verkörpert, wird somit auch die Einheit aller Religionen denkbar. Diese Einheit scheitert leider immer wieder am Ausschließlichkeitsanspruch der Gruppen, am Egoismus und Machtanspruch einzelner wie ganzer Gruppen. Wer wahrhaft christlich denkt, schließt nicht aus, sondern ein. Er sieht im anderen und in den anderen Gruppen nicht den Feind oder die Feinde, sondern den Partner, der wie er teilhat an der Liebe des Schöpfers. Gewiß muß auch der Christ einer Gruppe zugehören, die sich abgrenzt von anderen Gruppen. Aber der Christ müßte wissen, daß seine Gruppe nur existieren kann im Dialog und in Partnerschaft mit den anderen. Andersdenkende, Andersfühlende und Andersleben-

de gelten zu lassen, ohne sie zu bewerten und zu verurteilen, ist die schwerste Zumutung des liebenden Gottes an seine geliebten Menschen. Vor dieser Zumutung der Liebe, der Toleranz, schrecken die Menschen immer wieder zurück, und darum kann sie die Offenbarung der Liebe Gottes, wie sie in Jesus geschehen ist, nicht oder nur zum Teil erreichen. Umgekehrt gilt auch: Wer Toleranz und Liebe zu allen übt, der kennt Gott, auch wenn ihm das begrifflich nicht bewußt wäre.

Das Gebet zu Jesus, das Gebet „durch ihn und mit ihm und in ihm“, ist für den Jesusgläubigen Menschen die Verwirklichung des Jesusglaubens. Das Jesusgebet ist keine neue Qualität des Gebetes. Das Gebet zu Jesus ist immer ein Beten in Jesus zu Gott und als solches eine letzte Verdichtung und Konkretisierung des Betens überhaupt.

5. Beten – Formen, Arten, Weisen des Gebetes

Man kann das Beten unter vielen Gesichtspunkten betrachten und danach einteilen: das vorgeformte Gebet (z. B. Psalmen, Vaterunser) und das freie Gebet; das betrachtende Gebet; das Gebet aus der Situation; abwechselnd beten; das Litaneiegebet; stilles, lautes Gebet; das körperhafte Beten; das liturgische Gebet; Sprechen und Singen; privates und gemeinsames Gebet; usw. Die Hauptgattungen des Gebetes sind Loben, Bitten und Danken.

1. Das Lobgebet

Über das Loben (= Preisen „*prae-dicare*“) haben wir bereits nachgedacht. Das Gott-Loben ist das wichtigste Gebet nicht deshalb, weil Gott auf unser Lob angewiesen wäre, sondern weil wir auf das Gott-Loben angewiesen sind. („Unser Lobpreis kann deine Herrlichkeit nicht mehren, doch uns bringt er Segen und Heil“ – aus dem 4. Werktagshochgebet.) Durch das Loben wird unser Leben „zentriert“, d. h. ins rechte Verhältnis gesetzt. Indem ich mir und den Mitbetern immer wieder vorsehe: „Du allein . . . bist der Heilige, der Höchste, der Herr“ befreie ich meine innerste Mitte von falschen Abhängigkeiten. Ich befreie mich von mir selber; das Loben bewirkt, daß ich mich und meine Probleme nicht mehr absolut sehe; Loben entlastet mich, ich bin nicht mehr der, der alles richtig machen und alles selber leisten muß. Loben befreit auch meine Mitmenschen von meiner Last; wenn ich Gott preise und damit als den Ursprung meines Glücks bekenne, dann entlaste ich meinen Partner und meine Mitmenschen aus der „Haftpflicht“ für mein Glück. Ich und die andern (die vielleicht mitbeten) können befreit durchatmen, weil Ängste voreinan-

der abgebaut werden. Das Gott-Loben kann zur Therapie werden, die mich wieder ins rechte Verhältnis setzt zu mir selbst, zu den anderen und zu allem. Wenn ich Gott als die Mitte bewußt anerkenne, dann erhält alles andere und alle anderen den rechten Platz in den Peripherien meines Lebens. Symbolisch wird dieses Gebet unterstützt, wenn ich mich und wir uns „versammeln“ um das Kreuz, um den Altar, um die Bibel, um den Tisch, um den Christbaum, usw. Die gemeinsame Mitte setzt mich in das rechte nachbarliche Verhältnis, in dem ich meine Rechte und Pflichten wahrnehme und verwirkliche und mich und die anderen weder unterfordern noch überfordern muß.

2. Das Bittgebet

„Bittet, dann wird euch gegeben“ (Mt 7,7). Man kann und soll Gott um alles bitten, aber in der rechten Einstellung. Wenn ich Gott um alles bitte, auch um das, was ich äußerlich bereits schon habe, oder was ich mir selbst verschaffe, dann verwirkliche ich den Vorgang des Empfangens von Gott. Ich kann alles, was ich habe und empfangen, als Geschenk Gottes erfahren und in allem *Seine* Liebe spüren. Es kommt ja in meiner Lebensbewältigung auf die Erfahrung eines absoluten Geliebt-Seins an, und dazu ist das Bittgebet *die* Hilfe. Aber Gott ist kein Supermarkt. Ich kann von ihm nicht alles haben, wonach mich gelüftet, und was ich in meiner Habsucht und in meinem Eigensinn fordere. Gott „kann“ nicht alles machen, was *ich* will; ich muß *ihm* vertrauen, daß er es immer gut meint mit mir, auch wenn ich es oft nicht weiß. Dies ist leicht gesagt, aber es ist die Voraussetzung zum rechten Bittgebet, um die ich mich immer wieder neu bemühen muß. Im Munde Jesu selbst finden wir eine ganze Katechese zu diesem schwierigen Thema im 11. Kapitel bei Lk. Sehr bemerkenswert ist das Wort bei Mk 11,24 (14,23-25): „Alles, worum ihr betet und bittet – glaubt nur, daß ihr es schon erhalten *habt*, dann wird es euch zuteil.“

Hier sagt Jesus, daß die „Erhörung“ nicht darin bestehen muß, daß ich das erhalte, was ich erbitte und vielleicht Gott „abrufen“ will, sondern daß ich das, was ich bereits schon habe (z. B. eine in irgendeiner Weise unannehmbare oder noch nicht angenommene Situation), als das Meinige erkennen und annehmen kann. In diesem Zusammenhang muß auch die Heilung durch Gebet recht verstanden werden. Es geht hier nicht um zauberhafte Magie, sondern um die heilende Kraft der Nähe.

Die Beziehungskraft Gottes bringt, wie gesagt, alles ins rechte Verhältnis. Dies gilt bis in die äußeren Bereiche meines Körpers. Immer wieder liest man in der Bibel: „Dein Glaube hat dir geholfen“. Ferner

finden wir Hinweise, daß der Kranke selber *wollen* muß; er muß die mit der Heilung verbundene Änderung des Lebens wollen und selbst mitvollziehen. Diese Beziehungskraft ist verbunden mit Zeichen und Symbolen der Nähe (Handauflegung, Salbung, Berührung, Umarmung) oder auch nur mit einem symbolhaften Heilungswort („Ich will, sei rein!“ – Mk 1,41). Darüber hinaus gab und gibt es Menschen mit dem besonderen Charisma zum Heilen: Menschen, die Vertrauen haben und Vertrauen wecken und besonders gut heilende Kraft, „Nähe“, vermitteln können. „Geheilt“ ist ein Mensch immer dann, wenn er wieder „gut beisammen“ ist, sei es, daß seine Krankheit verschwunden ist, oder auch, daß er seine Behinderung annehmen und mit ihr leben kann.

3. Das Dankgebet

Das Dankgebet ist von seinen inneren Vorgängen her betrachtet dasselbe wie das Bittgebet: Ich erkenne Gott an als den, von dem alles kommt. Er ist der Gebende, ich bin der Empfangende. So wird auch besonders in katholischen Bereich die Abendmahlsfeier unter dem Aspekt des Empfangens als „Eucharistiefeier“ (Danksagung) gesehen: Ich bringe meine Gaben (meine „Erzeugnisse“) zum Altar und empfangen sie wieder „verwandelt“, als Gabe Gottes, als Symbol für die reale Wirklichkeit Gottes, die sich in Jesus verkörpert.

Man (kann) muß Gott für alles danken (vgl. 1 Thess 5,18). Kann man Gott wirklich für *alles* danken, auch für das Böse und für alle Nicht-Erhörungen? Es gibt manchmal Lebenssituationen, in denen sich herausstellt, daß die Nichterhörung das Bessere war. Aber wie ist es mit all dem Bösen in der Welt? Wenn ich zu der Einsicht gelange, daß alles im Leben polar aufgebaut ist (Freude und Leid, Lust und Schmerz, leben und sterben, „Weizen und Unkraut“ usw.), dann werde ich auch Gut und Böse als Spannungsfeld des Lebens verstehen lernen, das seine Problematik durch die Sünde des Menschen bekommen hat. Der Mensch hat durch sein Wie-Gott-sein-Wollen die Harmonie des Seins und des Seienden gestört und zerstört. Durch die Gottesbeziehung kann der Mensch, wenn auch nur anfanghaft, d. h. „prinzipiell“, zur Harmonie im Spannungsfeld zwischen Gut und Böse gelangen. Ich werde Gott nicht direkt danken können für das Böse, aber ich brauche ihm vielleicht wegen des Bösen, das ich letztlich nie verstehe, nicht mehr „böse“ zu sein. Ich kann mich freuen an der Welt, die so ist, wie sie ist, und kann Gott danken für eine Welt, in der es Schuld und Sünde gibt. Der Glaubende weiß: sein Leben in der Welt – mit allem Gut *und* Böse ist geborgen in der Hand Gottes.

Meditatives Gebet – Beispiele

Er ging in die Wüste Vorbemerkung

Einheit von Gegenteilen

Unser Leben ist dort, wo es glückt, die Einheit von Gegenteilen. Wenn Gegenteile geeint werden, entsteht das Ganze, das „Eigentliche“. Unsere „Sünde“ besteht in der Spaltung; genauer: wir nehmen die (Gegen-)Teile bereits als das Ganze. Und dann kommen wir in den Konflikt: Wir bringen die Gegenteile zusammen und müssen erleben, daß sich die Gegenteile nicht summieren lassen, weil sie sich gegenseitig auslöschen. Bei dieser Summierung von Gegenteilen kommt nicht das Eine, große, harmonische Ganze heraus, sondern Auslöschung, „Vernichtung“. Nur im Glauben, durch die „dritte Kraft“, durch die einende Kraft Gottes, finden wir zur Einheit. Und umgekehrt ist zu sagen: Wo Einheit entsteht, ist immer diese dritte einende Kraft am Werk. Ich bin glücklich, „eins“, „ganz“, wenn ich beides annehmen kann: Leben und Tod, Freude und Leid, Lust und Schmerz, Wasser und Wüste, Gott und Mensch.

Die Wüstenmeditation ist eine Meditation solcher Einheit: Wasser in der Wüste; Baum in der Wüste; Fels, Berg in der Wüste; Stadt in der Wüste; Mensch in der Wüste (des Lebens!).

Der Baum (Berg, Fels) macht die Wüste zum **Ort**. Die Wüste macht den Baum (Berg, Fels) **maßgebend**, zum „Ursprung des Ortes“. Am Berg in der Wüste (ebenso am Berg in der Flut) bin ich „gebergt“, geborgen. Ich finde meinen Ort in der Wüste.

Das Wasser macht die Wüste zum Garten (Oase); die Wüste macht das Wasser zur Lebensquelle.

Wenn ich in der Wüste lebe, wird die Wüste (= der Tod) Ort des Lebens, und die Wüste macht mein Dasein zum Leben. Mein Gehen in der Wüste, mein Fußstapfen sind Wege des Lebens. Wo ich gegangen bin, ist Leben in die Wüste gekommen.

„Die Wüste lebt“, wenn man sie mit anderen Augen betrachtet: nicht mit den Augen des Konsumisten, des habgierigen Materialisten, sondern mit den Augen des „Sehers“, des Menschen, der alles im ewigen Licht zu sehen beginnt.



*unklarer Horizont
unvorstellbare Weite
unendliche Vielgestalt
wohin soll mein Blick
sich richten
wohin soll ich mich wenden
wo liegt mein Ziel*

*Wenn ich rufe, erhöre mich.
Gott, du mein Retter!
Psalm 4,2*

Sinnbild Wüste – Meditation

– Wüste, ortloser Ort

Ich bin in dieser Welt
aber ich erlebe hier nicht die Heimat,
nach der ich mich sehne.
Keine Bleibe.
Immer wieder Aufbruch,
Loslassen, Gehen, Weitergehen.
Ich lebe in dieser Welt.
Meine Ziele in dieser Welt
verwehen in dem Augenblick,
in dem ich sie erreiche.
Ich bin da
und doch nie da.

– Wüste, wegloser Weg

Ich habe keinen Weg,
und doch muß ich gehen.
Ich gehe wohin
und ich weiß nicht wohin.
Es ist gleich-gültig,
wohin ich gehe,
wie schnell ich gehe.
Wenn ich nur gehe,
ist alles gleich gültig
und nichts mehr gleichgültig:
Es ist **mein** Weg,
der im Gehen wird.

– Wüste, lebloses Leben

Ich kann nicht
von der Wüste leben;
ich muß in ihr leben.
Wenn ich in der Wüste lebe,
wird sie durch mich
und für mich
Leben – mein Leben.
Die Wüste lebt,
wenn ich in ihr lebe.

In der Wüste bahnt einen Weg für den Herrn

– Gott kommt als Ort in der Wüste

Du
bist mein Ort in der Wüste,
meine Orientierung in der Welt.
Du bist da, wo ich bin.
Wenn ich dich habe,
weiß ich, wo ich bin
und wo ich hingehöre.
Überall bist du mir nah:
Ich habe immer
meinen Platz, meinen Ort.
Du
bist mein Ort in mir.



*ich habe auf Sand gebaut
schwer wird mir das Gehen
auf wankendem Grund
nur Trockenheit und Hitze
alles verschwimmt
aus, ich kann nicht mehr
ich sinke auf die Knie*

*Vernimm mein lautes Schreien,
mein König und mein Gott,
denn ich flehe zu dir!*

Psalm 5,3

– Gott kommt als Weg in der Wüste

Du
gehst mit mir.
Du kennst das Ziel.
Wenn du mit mir gehst,
sind meine Schritte richtig,
auch wenn ich
den Weg nicht kenne.
Wenn du mit mir gehst,
bin ich mit jedem Schritt
schon am Ziel.
Du
bist mein Weg,
wenn ich gehe.

– Gott kommt wie Wasser in die Wüste

Du
bist das Leben in der Wüste,
das Leben in meinen Toden.
Du bringst meine Wüste zum Blühen.
Nichts in mir und an mir
brauche ich verwünschen und
verdrängen;
Du verwandelst alles:
Du machst aus Trauer Freude,
aus Schwachheit Stärke;
aus meinem Nichts
machst du mein Alles.

**Mein Gott,
mein Alles in der Wüste.**



*Ich sehne mich
nach einer Oase
einem Ort
wo ich ruhen kann
einer Stille
in der die Hoffnung erwacht
einem Herz
das neuen Mut schenkt
einer Quelle
die mich blühend macht*

*Hervorbrechen ließeest du Quellen und Bäche,
austrocknen Ströme, die sonst nie versiegen.
Du machst die Wüste zum Wasserteich,
verdorrtes Land zu Oasen.
Psalm 74,15; 107,35*

Entnommen aus:
Elmar Gruber/Martin Kohler/Thomas
Schneider
„Ich mache die Wüste zum Teich“
Bilder und Texte
für ein Leben in Fülle.
© Don Bosco Verlag,
München 1989.