

FASTENHIRTENBRIEF 2012

## Das Gebet als Ernstfall des Glaubens

Liebe Schwestern und Brüder im Herrn,

Ende vergangenen Jahres ging eine Nachricht durch die Presse, die mich nachdenklich Bundesverwaltungsgericht hatte in einer Einzelfall-Entscheidung einem Schüler muslimischen Glaubens untersagt, in der Schule öffentlich in Richtung Mekka zu beten. Das Gericht hat damit einer Schule Recht gegeben, die das Verbot ausgesprochen hatte mit der Begründung, dass durch das öffentliche Gebet der Schulfrieden gestört werde. Immer wieder hatten der Schüler und seine Familie geklagt und verschiedene Instanzen durchlaufen bis es dann Ende November 2011 zu dem endgültigen Verbot des öffentlichen Gebetes kam. Die verwendete Begründung dafür mutet seltsam an. Ich frage mich: Wäre der Schulfriede auch gestört, wenn ein christliches Kind in der Pause plötzlich die Hände faltet und, bevor es sein Schulbrot verzehrt, ein Tischgebet murmelt?

Dieser Vorfall aus unserem Land zeigt beispielhaft, welche Bedeutung das Gebet für Menschen haben kann. Für den jungen Mann war es undenkbar, seine Gebetszeiten im Laufe des Tages zu unterlassen. Er wollte seinem Glauben treu bleiben. Er tat es in einer Umgebung, die wenig für Religion übrig hatte. Ob er wohl durch sein Verhalten auch einige christliche Mitschüler zum Nachdenken angeregt hat über *ihre* Gebetspraxis? Ich hoffe es!

Und damit bin ich beim Thema meines Hirtenbriefes. Zum Beginn der österlichen Bußzeit will ich eine wichtige Grundfrage unseres christlichen Lebens mit Ihnen bedenken.

Was bedeutet uns Christen das Gebet? Welche Art und Weise zu beten müssen wir in unserer säkularen Welt vielleicht neu erlernen? Die vor uns liegende Fastenzeit ist eine Chance, die eigene Gebetspraxis anzuschauen und zu vertiefen. Dazu möchte ich Sie einladen und ermuntern.



## 1. Was geschieht mit einem Christen, der nicht mehr betet?

Ich ziehe einen Vergleich heran. Wenn zwischen Eheleuten das Gespräch verstummt, dann heißt es oft: Wir haben uns nichts mehr zu sagen! Gemeint ist damit wohl: Man hält es nicht mehr für sinnvoll, mit dem Partner oder der Partnerin zu sprechen oder dem anderen Anteil am eigenen Leben zu geben. Zwischen den beiden ist „Funkstille“ und es zieht eine schweigsame Kälte ein. Wir sagen dann auch: Da ist jede Art von Kommunikation gestorben. Eine Ehe kann dann zwar noch Bestand haben, aber da lebt nur noch wenig von der einstigen Liebe und Bereitschaft zum Gespräch. Es braucht schon einen großen neuen Anlauf, um das erstorbene Gespräch neu zu entfachen und wieder in Gang zu setzen.

So ähnlich kann es mit unserem Beten sein. Wenn wir Christen nicht mehr beten, dann ist „Funkstille“ zwischen Gott und uns. *Wir* haben nichts mehr zu sagen, aber wir lassen auch nicht zu, dass *Gott* uns etwas sagen kann. Das wäre der Tod einer Beziehung, die in der Taufe begonnen hat. Darum gehört das unterlassene Gebet, die Trägheit und Lieblosigkeit beim Beten in unser Sündenbekenntnis bei der Hl. Beichte. Denn wir haben dadurch die Kommunikation mit Gott abgebrochen. Und das ist wahrhaftig keine Kleinigkeit!

Was ist da zu tun? Wie kann man das Gespräch mit Gott neu zum Leben erwecken, wenn es trocken oder langweilig geworden ist oder wenn es nicht mehr so recht gelingen will?

## 2. Den Alltag beten

Der heilige Ignatius, ein großer Lehrer des Gebetes, hat davon gesprochen, dass man Gott in allen Dingen suchen und finden kann.

Nichts ist Gott fremd. Darum kommt es darauf an, den Alltag zum „Material“ für unser Gebet werden zu lassen. Unsere normale Arbeit, unsere Sorgen und Freuden, ja selbst eine Krankheit oder eine Spannung und Auseinandersetzung zwischen Menschen können Ausgangspunkt und Anregung für ein Gebet werden. Auch

jenseits frommer Orte und großer Gottesdienste kann Gott plötzlich anwesend sein. Wir müssen ihn nur einlassen und zulassen, dass er in unser Leben hineinredet.

Denn hier – in unserem alltäglichen Leben - muss das Gebet wieder neu verankert werden. Wenn wir im geschützten Raum des Kirchengebäudes mit Gott sprechen können, dann ist das zwar gut und hilfreich, aber unser Alltag bliebe dann glaubensleer und Gott würde außerhalb des Kirchenraumes kaum eine Rolle spielen. Das wäre eine fatale Aufspaltung in Sonntag und Werktag – in Zeiten *mit* Gott und Zeiten *ohne* ihn.

Natürlich: Es muss Zeiten geben, die ich ausschließlich für ihn reserviere. Dazu gehört ohne Zweifel der Sonntagsgottesdienst. Aber es muss dazu möglich sein, unter den verschiedensten Umständen und auch zu ungewöhnlichen Zeiten zu beten. Gott darf überall angesprochen werden und er hat auch für jede Situation ein Wort bereit. Es gibt nichts in unserem Leben, das ihm nicht vertraut wäre. Ich meine, es kann unseren Alltag verändern, wenn wir das Licht Gottes darauf scheinen lassen.

Ich möchte an dieser Stelle einmal ganz praktische Vorschläge machen, dafür, wie Sie selbst in der kommenden Fastenzeit das Beten neu entdecken können.

### **3.1. Das „Ziehharmonika-Gebet“**

Das ist eine seltsam anmutende Bezeichnung für etwas ganz Einfaches. Jeder von uns kennt einige Gebete auswendig – das Vater unser, das Ave Maria, das Glaubensbekenntnis oder das Gebet „Atme in mir, du Heiliger Geist...“ Auswendig gelernte Gebete sind ein wichtiger Schatz, aus dem wir leben. Versuchen Sie einmal die einzelnen Zeilen des Vaterunsers mit Pausen zu sprechen – sie sozusagen wie eine Ziehharmonika auseinander zu ziehen. So entstehen kleine Pausen, die sich leicht mit dem eigenen Leben füllen lassen: „Dein Wille geschehe“ – was heißt das heute für mich? „...wie auch wir vergeben unseren Schuldigern“ – wo muss das noch übers Herz gebracht werden? Welchen ersten Schritt dorthin will ich gehen? Zu jeder Zeile eines solchen bekannten Gebetes wird etwas Persönliches hinzugefügt und damit wird es gefüllt mit meinem eigenen Leben, das ich auf diese Weise vor Gott trage. So können auch Bibelworte, die ich auswendig kenne oder langsam lese,

gedehnt werden durch Pausen, in denen der Heilige Geist in uns beten kann<sup>1</sup> und in unser Leben hineinsprechen kann.

### **3.2. Am Morgen und am Abend**

Ein altes Sprichwort sagt: „Mit Gott fang an, mit Gott hör auf, das ist der beste Lebenslauf.“ Man könnte dieses Sprichwort, das zunächst das ganze Leben meint, auch auf den Tageslauf übertragen. Das Morgen- und Abendgebet ist wie ein Rahmen um jeden Tag. Vorausschauen und Zurückschauen mit Gott, das ist eine kostbare geistliche Übung, die wir unsere Kinder unbedingt lehren sollten und von der wir selbst nie lassen sollten.

Wer hat das erste und das letzte Wort über meinen Tag? Wohin geht mein Blick am Morgen und am Abend? Davon hängt viel ab.

Die Fastenzeit ist ein Anlass, es neu zu lernen, den Tag mit Gott zu beginnen und zu beenden. So wird wiederum unser Alltag umfassen von seiner Gegenwart.

Wir haben alle unsere Erfahrungen gesammelt damit, wie schwer es sein kann in dieser Regelmäßigkeit des Betens treu zu bleiben. Darum füge ich einen Rat an: Helfen Sie einander, zu beten, indem sie es gemeinsam tun – wo es irgend möglich ist. Die Priester und die Mitarbeiter in der Seelsorge sollten dabei mit gutem Beispiel vorangehen.

Ein gemeinsames Gebet am Morgen oder am Abend in der Familie, auf einer Fahrt, in einer Gruppe der Gemeinde mit Gleichgesinnten ist eine Stütze für alle. Das sollten wir nicht unterschätzen. Ich lege diesem Hirtenbrief ein einfaches Morgengebet und ein Abendgebet bei, das ich schon vielen Menschen weiter gegeben habe. Es ist so einfach, dass Sie es bald auswendig können und gemeinsam sprechen können. Sie können es nach dem Gottesdienst auf einem kleinen Andachtsbild mitnehmen.

### **3.3. Das Stoßgebet**

Wir können uns im Laufe eines Tages über manches ärgern, wir können unter Belastungen stöhnen und uns auch an Schönem freuen. Aber wenn wir es fertigbringen, bei alledem zu Gott aufzublicken und es ihm hinzuhalten, dann kann er mit seiner Kraft unser Leben durchdringen.

---

<sup>1</sup> Vgl. Röm 8, 26

Stoßgebete sind solche kurzen Aufblicke, die keine Zeit kosten. „Komm, Heiliger Geist!“ – „Herr, erbarme dich!“ – „In Gottes Namen!“ – „Gott, dir sei Dank!“ - das sind kurze Gebetsrufe, mit denen wir die verschiedensten Situationen gläubig bestehen können. Gott umarmt uns mit der Wirklichkeit unseres Lebens – darum ist er immer schon gegenwärtig in allem, was uns wiederfährt. Das sollten wir dankbar sehen und vertrauensvoll zu ihm aufblicken und uns von ihm führen lassen.

Liebe Schwestern und Brüder,

Beten kann man nicht von Natur aus. Man muss es in jeder Lebensphase neu entdecken und üben. Auch ältere Menschen können im Gebet wachsen und manchmal können wir da von Kindern und Jugendlichen auch etwas lernen.

Das Gebet ist der Ernstfall unseres Glaubens. Hier geht es um keine Nebensache. Denn erst wenn ein Mensch betet, wenn er mit Gott wie mit einem Freund redet, wie die heilige Theresa von Avila sagt, dann nimmt er Gott wirklich ernst und lässt sich von ihm herausfordern. Ob unser Glaube seine Kraft und seine Tiefe behält, wird sehr davon abhängen, wie ernst wir es mit dem Gebet nehmen.

Weil viele Menschen das Beten verlernt haben, braucht jede Gemeinde auch Orte und Gelegenheiten, wo man es wieder neu lernen kann. Ich wünschte mir, dass in unseren Pfarrgemeinderäten einmal dieser Frage nachgegangen wird: Wo sind in unserer Gemeinde solche Orte des Gebetes und wie sind sie gestaltet? Wird bei den Versammlungen unserer Gruppen und Vereine gebetet? Wenn ja, ist es so einladend, dass jemand Freude am Beten finden und darin wachsen kann?

Ich könnte mir vorstellen, dass in den größeren Gemeinden unseres Bistums eine „Gebetsschule“ zum normalen Repertoire der Gemeindeveranstaltungen gehört. Hier könnten sich Menschen versammeln, die das Beten neu erlernen wollen oder die ihre Praxis vertiefen wollen.

Liebe Schwestern und Brüder,

Gott schenkt uns die kommenden Wochen der Bußzeit zur Vorbereitung auf das Osterfest. Wenn wir unsere Gebetspraxis in dieser Zeit vertiefen und erneuern, dann öffnen wir uns wie eine Blume, die sich der Sonne zudreht, für das österliche Licht, das unser Leben verwandeln kann.

Ich habe mir vorgenommen, in diesen Tagen der Fastenzeit besonders für alle zu beten, die neu anfangen wollen mit Gott und sich einüben wollen in das Gespräch mit ihm. Wenn aus der „Funkstille“ zwischen Gott und Mensch wieder ein echter Dialog wird – dann erfahren wir neu den Reichtum unseres Glaubens, dann entdecken wir tiefer, was Gott mit uns vorhat und wie reich er uns beschenkt. Und vergessen wir eines nicht: Jesus selbst hat gebetet – das ist Grund genug, sich ihm anzuschließen und es auch zu tun!<sup>2</sup>

In all Eurem Bemühen um das Gebet

segne Euch der allmächtige Gott, + der Vater und der Sohn und der Heilige Geist.  
Amen.

Euer Bischof

+ Wolfgang Ipolt

---

<sup>2</sup> Anspielung auf ein Wort von Tertullian (160-220): Quid ergo amplius de officio orationis! Etiam ipse dominus oravit. –Weshalb also noch länger über die Verpflichtung zum Gebet reden! Der Herr selbst hat gebetet. (De oratione 29)