

Beten lernen

Mit Gott reden, auf ihn hören und ihm vertrauen



10 Gespräche über eine der einfachsten und zugleich geheimnisvollsten Seiten des Glaubens.

Zusammengestellt von Lothar Krauss

Im Café . . .



Einleitung

Beten gehört zu den einfachsten Dingen des christlichen Glaubens – und gleichzeitig zu denen, bei denen viele von uns immer wieder Fragen haben. Wie fange ich an? Was soll ich sagen? Hört Gott wirklich? Kann ich lernen, auf ihn zu hören? Und was geschieht, wenn ich bete und scheinbar nichts geschieht?

Leonie und Niklas haben deshalb eine Idee: Warum nicht gemeinsam mit Alex eine kleine Schule des Gebets machen? Keine Schule mit Prüfungen, richtigen Formulierungen oder der einen Methode, die für alle funktioniert. Sondern Gespräche, in denen sie fragen, ausprobieren, widersprechen und miteinander entdecken, was es heißen kann, mit Gott zu reden und auf ihn zu hören.

Die Gespräche sind fiktiv. Aber vieles, was darin zur Sprache kommt, habe ich von Menschen gelernt, die sich über viele Jahre intensiv mit Gebet beschäftigt und es selbst gelebt haben. Autoren wie Dietrich Bonhoeffer, Richard Foster, Pete Greig, Tim Keller, C. S. Lewis, Henri Nouwen, Eugene Peterson, Philip Yancey und andere sind deshalb die Stimmen im Hintergrund dieses Buches. Im Anhang werden sie kurz vorgestellt.

Vielleicht ist das Beste an einer Schule des Gebets, dass man dafür keine besonderen Voraussetzungen mitbringen muss. Man kann einfach anfangen.

Also: Setzen wir uns zu Leonie, Niklas und Alex.

Lothar Krauss

Pastor der VivaKirche Mannheim

im August 2026



Im Café . . .



Inhalt

Beten lernen - Eine kleine Schule des Gebets

01_Was passiert eigentlich, wenn wir beten?	4
02_Warum sollen wir Gott überhaupt etwas bitten?	17
03_Wie fange ich eigentlich an zu beten?	34
04_Wie wird aus Gottes Wort mein Gebet?	48
05_Wie Jesus uns beten lehrt	58
06_Gebet hat mehr Sprachen, als wir denken	68
07_Redet Gott auch mit uns?	77
08_Wie bitte ich mutig – und lasse Gott trotzdem Gott sein?	89
09_Was, wenn Gott schweigt?	98
10_Wie wird aus Gebetszeiten ein betendes Leben?	107
Stimmen im Hintergrund	118

Im Café . . .



01_Was passiert eigentlich, wenn wir beten?

Leonie: Ich hätte nicht gedacht, dass ausgerechnet beim Thema Gebet so schnell so viele Fragen kommen. Ich dachte zuerst, die jungen Leute wollen vor allem ein paar praktische Hilfen. Wie man eine Gebetszeit gestaltet, was man macht, wenn die Gedanken abschweifen, vielleicht ein paar Modelle, die man ausprobieren kann.

Niklas: Das wollten sie auch. Aber dann kam ziemlich schnell die grundlegendere Frage: Warum beten wir eigentlich? Einer hat ziemlich trocken gesagt: „Wenn Gott sowieso alles weiß, erzähle ich ihm doch nichts Neues.“

Leonie: Und eine andere meinte: „Ich bete schon, aber manchmal habe ich keine Ahnung, was da eigentlich passiert. Rede ich einfach in den Raum und hoffe, dass Gott zuhört?“

Alex: Dann habt ihr für eure Schule des Gebets ja schon eine ziemlich gute erste Lektion bekommen.

Niklas: Du meinst, wir sollten nicht mit einer Gebetsmethode anfangen.

Alex: Das würde ich nicht tun. Vaterunser, Psalmen, P.R.A.Y. und andere Hilfen werden später sehr wertvoll sein. Aber bevor wir fragen, wie man betet, sollten wir verstehen, was christliches Gebet überhaupt ist.

Leonie: Dann versuchen wir es. Was passiert, wenn ein Mensch betet?

Alex: Was würdet ihr spontan antworten?

Niklas: Ein Mensch redet mit Gott.

Leonie: Beziehung mit Gott?

Im Café . . .



Alex: Beides stimmt. Aber mir fehlt noch etwas Entscheidendes.

Niklas: Ich wusste, dass das zu einfach war.

Alex: Stell dir vor, Gebet wäre tatsächlich einfach der Versuch eines Menschen, Kontakt zu Gott aufzunehmen. Dann läge die Initiative bei uns. Irgendwo gibt es Gott – und wir müssen irgendwie zu ihm durchkommen.

Leonie: Das klingt tatsächlich ein bisschen so, wie viele Menschen beten. „Gott, falls du mich hörst ...“

Alex: Und selbst dieses Gebet darf ein echtes Gebet sein. Gott kann einen Menschen hören, der kaum etwas von ihm versteht. Aber wenn wir vom christlichen Gebet sprechen, beginnen wir an einer anderen Stelle.

Niklas: Bei Gott.

Alex: Ja. Und zwar bei einem Gott, der längst gesprochen hat.

Leonie: Eugene Peterson.

Alex: Unter anderem. Peterson hat diesen Gedanken sehr stark gemacht: Gebet ist Antwort. Wir beginnen nicht ein Gespräch mit einem schweigenden Gott. Die ganze Bibel erzählt von einem Gott, der sich mitteilt. Schon die Schöpfung beginnt mit Gottes Reden: „Es werde Licht.“ Gott spricht Abraham an, Mose, die Propheten. Er gibt Israel sein Wort. Und im Johannesevangelium wird Jesus selbst das fleischgewordene Wort genannt. Christlicher Glaube beginnt mit einem Gott, der sich zu erkennen gibt.

Niklas: Dann wäre Gebet nicht zuerst: Ich suche Gott.

Alex: Sondern: Ich antworte auf den Gott, der mich bereits gesucht und angesprochen hat.

Im Café . . .



Leonie: Das verändert tatsächlich etwas. Dann muss ich Gottes Aufmerksamkeit nicht erst gewinnen.

Alex: Genau das ist der Punkt. Ihr müsst Gott nicht dazu bringen, sich für euch zu interessieren. Jesus sagt sogar: „Euer Vater weiß, was ihr benötigt, ehe ihr ihn bittet“ (Mt 6,8).

Niklas: Was uns allerdings direkt wieder zu unserer nächsten Frage bringt. Wenn er schon weiß, was ich brauche – warum soll ich es ihm dann sagen?

Alex: Die Frage parken wir noch ein paar Minuten. Sie verdient ein eigenes Gespräch. Sonst springen wir zu schnell von „Was ist Gebet?“ zu „Was bewirkt Gebet?“.

Leonie: Also erst einmal Beziehung.

Alex: Ja. Aber auch da sollten wir genauer werden. Das Wort wird in christlichen Gesprächen sehr schnell benutzt. „Gebet ist Beziehung.“ Klingt richtig – aber was bedeutet es?

Niklas: In einer Beziehung spricht man miteinander.

Alex: Man hört auch. Man ist miteinander. Man teilt Dinge. Man vertraut sich an. Man kann schweigen. Man kann jemanden um etwas bitten. Man kann sich freuen, klagen, danken, sich entschuldigen. Eine lebendige Beziehung hat viele Ausdrucksformen.

Leonie: Dann erklärt das schon, warum Gebet viel mehr sein muss als Bitten.

Alex: Richtig. Aber wir sollten das Bitten auch nicht kleinmachen. Darüber reden wir später ausführlich. Für den Anfang gefällt mir Philip Yanceys Gedanke: Gebet bedeutet, mit Gott Gemeinschaft zu haben. Nicht hauptsächlich eine religiöse Technik einsetzen, sondern Zeit mit Gott verbringen. Yancey beschreibt, wie sich sein eigenes Verständnis von Gebet

Im Café . . .



von einer Pflicht immer stärker zu einem Privileg der Beziehung verschoben hat.

Niklas: „Mit Gott Zeit verbringen“ klingt schön. Aber ist das nicht auch etwas nebulös? Wenn ich mit Leonie Zeit verbringe, sitzt sie vor mir. Ich höre ihre Stimme. Bei Gott ist das anders.

Leonie: Danke, dass du zumindest bemerkst, wenn ich vor dir sitze.

Niklas: Meistens.

Alex: Deine Frage ist trotzdem wichtig. Beziehung zu Gott ist nicht einfach dasselbe wie eine Beziehung zwischen zwei Menschen. Gott ist nicht sichtbar neben euch. Deshalb ist die Frage berechtigt: Was heißt es konkret, mit Gott zu leben?

Niklas: Eben.

Alex: Und wieder beginnt die Antwort nicht bei einem Gefühl. Ihr müsst beim Beten nicht zuerst irgendeine besondere Gottesnähe herstellen. Gott ist bereits gegenwärtig. Und noch wichtiger: Als Christen kommen wir nicht zu einem unbekannten Gott. Wir kennen ihn durch Jesus Christus.

Leonie: Dann gehört unser Gottesbild direkt zum Gebet.

Alex: Sehr stark sogar. Wenn ihr Gott innerlich für einen strengen Kontrolleur haltet, wird euer Gebet anders aussehen, als wenn ihr ihn als Vater kennt. Wenn ihr glaubt, Gott müsse erst von eurer Ernsthaftigkeit überzeugt werden, werdet ihr versuchen, besonders gut zu beten. Wenn ihr ihn für einen Wunschautomaten haltet, wird Gebet zu einem Mittel, Ergebnisse zu bekommen.

Niklas: Das haben wir bei TIEFER ziemlich ausführlich gelernt.

Im Café . . .



Alex: Und hier werden wir sehen, wie unmittelbar diese Frage praktisch wird. Jesus beginnt das Vaterunser nicht mit einer Methode, sondern mit zwei Worten: „Unser Vater.“

Leonie: Das ist tatsächlich bemerkenswert. Bevor irgendeine Bitte kommt, klärt Jesus, zu wem wir sprechen.

Alex: Genau. Beten heißt für Jesus: Ihr kommt zum Vater.

Niklas: Wobei wir das christologisch ergänzen müssen. Nicht einfach jeder Mensch hat automatisch dieselbe Beziehung zu Gott, weil Gott irgendwie Vater aller ist.

Alex: Ja. Das Neue Testament verbindet unseren Zugang zum Vater mit Christus. Paulus formuliert in Epheser 2,18: „Durch ihn haben wir beide in einem Geist den Zugang zum Vater.“ Christliches Gebet hat deshalb eine trinitarische Struktur: durch Christus, im Heiligen Geist, zum Vater.

Leonie: Das klingt jetzt schon nach einem theologischen Seminar.

Alex: Muss es aber nicht. Praktisch bedeutet es etwas ausgesprochen Befreiendes: Ihr müsst euch den Weg zu Gott nicht selbst bauen. Christus hat ihn geöffnet.

Niklas: Dann bedeutet „im Namen Jesu beten“ auch mehr als eine Schlussformel.

Alex: Sehr viel mehr. Es heißt nicht, dass ein Gebet besonders wirksam wird, wenn am Ende die richtigen Worte stehen. Wir kommen aufgrund dessen zu Gott, was Christus für uns getan hat.

Leonie: Also nicht: Ich bete gut genug, deshalb darf ich mit Gott rechnen.

Alex: Sondern: Christus hat mir Zugang zum Vater eröffnet, deshalb darf ich kommen.

Im Café . . .



Niklas: Das verändert die Ausgangslage enorm. Dann ist Beten nicht wie eine Bewerbung, bei der man erst einmal zeigen muss, dass man einen Termin verdient.

Alex: Ein gutes Bild. Der Hebräerbrief spricht sogar davon, dass wir mit Freimütigkeit zum Thron der Gnade kommen dürfen, „damit wir Barmherzigkeit empfangen und Gnade finden zur rechtzeitigen Hilfe“ (Hebr 4,16).

Leonie: „Thron“ und „Gnade“ in einem Satz.

Alex: Ja. Ehrfurcht und Nähe. Tim Keller hat genau diese Spannung stark betont: Gebet verbindet Ehrfurcht vor dem heiligen Gott mit erstaunlicher Intimität. Der unendlich große Gott ist zugleich der Gott, den wir Vater nennen dürfen.

Niklas: Dann wäre Gebet schon vom Ausgangspunkt her Gnade.

Alex: Das halte ich für zentral. Sonst wird eine „Schule des Gebets“ sehr schnell zu einem neuen Leistungsprogramm.

Leonie: Das wäre fatal. Junge Christen denken sowieso schnell: Ich müsste mehr beten. Länger beten. Konzentrierter beten. Intensiver beten.

Niklas: Und dann kommt unsere Schule, die wir hier mit zehn Gesprächen entwickeln und erklärt ihnen, was sie alles noch nicht können.

Alex: Genau das sollten wir vermeiden. Wir wollen Gebet lernen, aber nicht weil Gott uns erst ernst nimmt, wenn wir darin gut geworden sind.

Leonie: Ein Kind muss ja auch nicht perfekt sprechen können, damit seine Eltern ihm zuhören.

Alex: Ein schönes Bild. Ein Kind sagt vielleicht nur: „Hilf mir.“ Das ist ein vollständiges Gebet.

Im Café . . .



Niklas: Aber wenn das reicht, warum brauchen wir dann überhaupt eine Gebetsschule?

Alex: Weil „einfach“ und „nicht lernbar“ zwei verschiedene Dinge sind. Ein Kind kann sprechen, lange bevor es die ganze Sprache beherrscht. Es lernt später neue Wörter, hört andere Menschen, liest Bücher, lernt genauer auszudrücken, was es denkt und fühlt.

Leonie: Dann wäre Gebet ähnlich. Jeder kann anfangen – und trotzdem kann unser Gebet wachsen.

Alex: Genau das gefällt mir an dem Thema. Gebet ist einfach genug, dass ein Mensch heute anfangen kann, und tief genug, dass er nach fünfzig Jahren immer noch lernt.

Niklas: Was lernt man dann eigentlich?

Alex: Zum Beispiel, nicht nur zu reden, sondern zu hören. Nicht nur um eigene Dinge zu bitten, sondern andere vor Gott zu tragen. Gott nicht nur wegen seiner Gaben zu suchen, sondern um seiner selbst willen. Zu danken. Schuld zu bekennen. Zu klagen. Zu schweigen. Zu ringen. Wünsche auszusprechen und sie gleichzeitig in Gottes Hände zu legen.

Leonie: Das ist schon eine ziemlich große Sprache.

Alex: Die Bibel ist voller solcher Gebete. Und genau deshalb sind die Psalmen so wertvoll. Wenn ihr nur spontan betet, wird euer Gebetsleben leicht so groß – oder so klein – wie eure momentane Innenwelt.

Niklas: Das kenne ich. Ich bete dann über das, worüber ich sowieso den ganzen Tag nachdenke.

Leonie: Arbeit, Beziehung, Entscheidung, irgendeine Sorge.

Im Café . . .



Alex: Und daran ist überhaupt nichts falsch. Ihr dürft euer wirkliches Leben vor Gott bringen. Foster betont ausdrücklich: Gebet beginnt dort, wo ihr tatsächlich seid – nicht dort, wo ihr eurer Meinung nach geistlich sein solltet. Angst, Ärger, Zweifel, Wünsche dürfen vorkommen.

Niklas: Aber wenn ich nur dort bleibe, dreht sich mein Gebet irgendwann ausschließlich um mich.

Alex: Deshalb brauchen wir Gottes Wort. Die Psalmen lehren uns Gebete, auf die wir selbst vielleicht nie gekommen wären. Sie lassen uns über Gottes Größe staunen, Ungerechtigkeit beklagen, für Gottes Volk beten, Schuld bekennen, hoffen, zweifeln, danken und anbeten. Sie weiten unser Gebet über unsere aktuelle Gefühlslage hinaus.

Leonie: Dann ist das interessant: Einerseits soll ich ehrlich beten, was in mir ist. Andererseits darf das, was in mir ist, nicht der einzige Maßstab meines Gebets bleiben.

Alex: Das ist eine wichtige Spannung. Ehrlichkeit ist der Ausgangspunkt, aber nicht die Grenze des Gebets.

Niklas: Das erinnert mich an geistliches Wachstum insgesamt. Ich komme mit meinem wirklichen Leben zu Gott – und bleibe nicht einfach unverändert dort stehen.

Alex: Ja. Wobei wir jetzt wieder sprachlich sorgfältig sein sollten.

Leonie: Ich ahne, was kommt. „Gebet verändert mich“?

Alex: Genau diese Formulierung wird sehr oft benutzt, und wir hatten schon bei TIEFER festgestellt, dass sie leicht missverständlich wird.

Niklas: Nicht das Gebet verändert. Gott verändert.

Im Café . . .



Alex: Richtig. Gebet besitzt keine eigene Kraft, die an uns arbeitet. Gott verändert Menschen durch seinen Geist und seine Wahrheit. Im Gebet wenden wir uns ihm zu, hören auf sein Wort, werden ehrlich, öffnen uns seinem Wirken und kooperieren mit dem, was er in uns tun möchte.

Leonie: Also können wir sagen: Gebet schafft Räume für Gottes Wirken.

Alex: Das finde ich hilfreich – solange wir nicht wieder aus dem „Raum“ eine Technik machen. Wir öffnen uns Gott. Er bleibt der Handelnde.

Niklas: Tim Keller sagt doch etwas Ähnliches, wenn er davon spricht, dass Theologie im Gebet zur Erfahrung werden kann.

Alex: Ja. Ihr könnt wissen: Gott liebt mich. Meine Schuld ist vergeben. Ich bin sein Kind. Das sind objektive Wahrheiten des Evangeliums. Aber beim Beten können diese Wahrheiten tiefer in euch einsinken. Der Geist kann sie vom bloßen Wissen stärker in euer tatsächliches Vertrauen hineinwirken.

Leonie: Dann ist Gebet auch ein Ort, an dem mein Kopf und mein Herz zusammenfinden können.

Alex: Schön gesagt.

Niklas: Aber wir müssen aufpassen, dass wir jetzt nicht sagen: Der wichtigste Sinn des Gebets ist, dass Gott mich verändert. Sonst landet die ganze Sache wieder bei mir.

Alex: Sehr wichtiger Einwand. Genau deshalb dürfen wir das Bittgebet nicht wegspiritualisieren.

Leonie: Dann kommen wir doch wieder zu der Frage von vorhin.

Alex: Noch nicht ganz. Aber wir können sie vorbereiten. Ein Teil moderner Gebetsliteratur betont verständlicherweise stark, was im Betenden geschieht. Das ist wichtig. Aber Jesus sagt eben tatsächlich: „Bittet.“ Er lehrt seine

Im Café . . .



Jünger, um tägliches Brot zu bitten, um Vergebung, Bewahrung, um das Kommen des Reiches Gottes.

Niklas: Das heißt, Gebet ist nicht nur Beziehung im Sinn von „mit Gott zusammen sein“.

Alex: Nein. Beziehung bedeutet auch wirkliche Interaktion. Wir bitten Gott, etwas zu tun.

Leonie: Dann erwartet christliches Gebet, dass auf der anderen Seite jemand handelt.

Alex: Ja. Nicht immer so, wie wir hoffen. Darüber werden wir noch sprechen. Aber eine Gebetsschule, die das Beten am Ende nur als Form menschlicher Selbstveränderung versteht, wird der Bibel nicht gerecht. Jesus fordert zum Bitten auf, und Christen dürfen davon ausgehen, dass ihre Bitten für Gottes Handeln wirkliche Bedeutung haben.

Niklas: Das ist wahrscheinlich einer der Punkte, bei denen wir besonders sauber bleiben müssen. Gebet ist keine Kraft – und trotzdem kann aufgrund von Gebet etwas geschehen.

Alex: Ja. Das ist kein Widerspruch. Die Kraft liegt bei Gott. Er handelt. Aber er kann beschlossen haben, unsere Gebete wirklich in sein Handeln einzubeziehen.

Leonie: Wie unser Handeln auch. Wenn ich einem Menschen helfe, sage ich ja auch nicht: Meine Hilfsbereitschaft war eine kosmische Kraft.

Niklas: Hoffentlich nicht.

Alex: C. S. Lewis argumentiert ganz ähnlich. Gott könnte vieles unmittelbar tun und entscheidet sich trotzdem, Menschen einzubeziehen. Er könnte einen Hungernden unmittelbar versorgen – häufig tut er es durch Menschen. Er

Im Café . . .



könnte einem Kind Wissen unmittelbar geben – und benutzt Lehrer. Wenn menschliches Handeln in Gottes Welt wirkliche Bedeutung hat, warum sollte es grundsätzlich undenkbar sein, dass Gott auch menschliches Beten in sein Handeln einbezieht?

Niklas: Das wird unser zweites Gespräch.

Alex: Auf jeden Fall. Denn dort kommen sofort die großen Fragen: Wenn Gott souverän ist, kann mein Gebet wirklich etwas verändern? Kann etwas geschehen, weil ich bete? Und wenn ja – heißt das im Umkehrschluss, dass etwas nicht geschieht, weil ich nicht bete?

Leonie: Und dann sind wir sehr schnell bei den schwierigen Themen.

Alex: Deshalb gehen wir Schritt für Schritt.

Niklas: Dann würde ich gerne noch einmal zum Anfang zurück. Wenn einer von den jungen Leuten nach diesem ersten Gespräch fragt: „Okay, sag mir in zwei oder drei Sätzen, was Gebet ist“ – was sagen wir?

Alex: Versuch du es.

Niklas: Danke.

Leonie: Ich versuche es. Gebet ist unsere Antwort auf den Gott, der sich uns bereits zugewandt und zu uns gesprochen hat. Durch Jesus dürfen wir zum Vater kommen und mit ihm über unser wirkliches Leben sprechen.

Niklas: Ich würde noch hinzufügen: Wir reden nicht nur. Wir hören, danken, bitten, klagen, schweigen – Beziehung eben.

Alex: Beides zusammen gefällt mir.

Leonie: Und der Heilige Geist?

Im Café . . .



Alex: Den würde ich nicht vergessen. Paulus sagt in Römer 8, dass der Geist uns sogar in unserer Schwachheit beim Beten hilft. Wenn wir nicht wissen, was wir beten sollen, sind wir nicht auf uns selbst zurückgeworfen.

Niklas: Dann beginnt diese Schule des Gebets eigentlich an einem ziemlich anderen Punkt, als ich gedacht hätte.

Leonie: Nicht: Hier sind zehn Dinge, die du beim Beten richtig machen musst.

Alex: Sondern: Da ist ein Gott, der euch kennt, der zu euch gesprochen hat und der euch eingeladen hat, mit ihm zu leben.

Niklas: Und ihr dürft antworten.

Alex: Ja.

Leonie: Jetzt möchte ich aber wirklich zu der Frage kommen, die du seit einer halben Stunde parkst.

Niklas: Ich auch. Gott kennt mich. Er weiß, was ich brauche. Er ist souverän. Warum soll ich ihm dann erzählen, dass mein Freund krank ist oder dass ich dringend Hilfe brauche?

Alex: Dann haben wir unser nächstes Gespräch.

Leonie: Die Frage lautet?

Alex: Warum sollen wir Gott überhaupt etwas bitten, wenn er längst alles weiß?

Im Café . . .



Auf den Punkt

Christliches Gebet beginnt nicht mit unserem Versuch, die Aufmerksamkeit eines fernen Gottes zu gewinnen. Gott hat längst gesprochen und sich uns zugewandt. Gebet ist unsere Antwort.

Durch Jesus haben wir Zugang zum Vater; der Heilige Geist hilft uns sogar in unserer Schwachheit zu beten. Deshalb ist Gebet keine religiöse Leistung und keine Technik. Wir kommen zu Gott, weil er uns eingeladen hat.

Dabei dürfen wir mit unserem wirklichen Leben kommen. Gebet umfasst Reden und Hören, Lob und Dank, Bitte und Fürbitte, Klage, Bekenntnis, Schweigen und Hingabe. Und während wir uns Gott öffnen, kann er durch sein Wort und seinen Geist an uns wirken.

Doch Gebet ist nicht nur ein Ort, an dem Gott uns begegnet und verändert. Jesus fordert uns ausdrücklich auf, wirklich zu bitten.

Damit stellt sich die nächste Frage: Wenn Gott ohnehin weiß, was wir brauchen und souverän handelt – warum sollte unser Gebet überhaupt einen Unterschied machen?

Im Café . . .



02_Warum sollen wir Gott überhaupt etwas bitten?

Niklas: Jetzt will ich die Frage wirklich nicht noch einmal parken. Jesus sagt, unser Vater weiß, was wir brauchen, bevor wir ihn bitten. Wenn das stimmt, warum soll ich Gott überhaupt erzählen, was ich brauche?

Leonie: Und es wird noch schwieriger. Gott weiß nicht nur, was ich brauche. Er weiß doch auch, was gut ist. Vermutlich besser als ich.

Niklas: Und wenn er souverän ist, hat er nicht morgens einen Plan und ändert ihn dann, weil ich um halb acht etwas bete, woran er vorher nicht gedacht hatte.

Alex: Ihr habt damit gleich drei ziemlich große Fragen auf den Tisch gelegt: Gottes Wissen, Gottes Güte und Gottes Souveränität.

Leonie: Klingt doch nach einem entspannten zweiten Gespräch.

Alex: Aber die Fragen sind wichtig. Denn wenn wir sie nicht ernst nehmen, passiert leicht eines von zwei Dingen. Entweder Gebet wird praktisch bedeutungslos: Gott macht sowieso, was er will, also kann ich mir das Bitten eigentlich sparen. Oder wir landen auf der anderen Seite und tun so, als könnten unsere Gebete Gott dazu bringen, Dinge zu tun, die er ohne unsere Überzeugungskraft nicht tun würde.

Niklas: Und beides klingt falsch.

Alex: Ich halte beides für zu kurz. Vielleicht sollten wir mit der einfachsten Frage anfangen: Braucht Gott unsere Gebete, damit er weiß, was los ist?

Leonie: Nein.

Niklas: Sonst wäre seine Allwissenheit ziemlich schnell erledigt.

Im Café . . .



Alex: Jesus sagt es ausdrücklich: „Euer Vater weiß, was ihr benötigt, ehe ihr ihn bittet“ (Mt 6,8). Gebet informiert Gott nicht.

Leonie: Dann könnte man sagen: Ich bete nicht, damit Gott Bescheid weiß, sondern weil Beziehung bedeutet, Dinge miteinander zu teilen.

Alex: Das gehört dazu. Wenn ein Kind seinem Vater erzählt, dass es Angst vor einer Prüfung hat, sagt der Vater ja auch nicht: „Weiß ich schon, deshalb war das Gespräch überflüssig.“

Niklas: Aber damit erklärst du nur, warum Reden sinnvoll ist. Noch nicht, warum Bitten sinnvoll ist.

Alex: Richtig. Und da hilft C. S. Lewis mit einer interessanten Gegenfrage. Er fragt im Grunde: Warum beteiligt Gott Menschen überhaupt an irgendetwas?

Leonie: Was meinst du?

Alex: Nehmen wir ein hungriges Kind. Könnte Gott es unmittelbar versorgen?

Niklas: Wenn er Gott ist: natürlich.

Alex: Trotzdem geschieht Versorgung normalerweise durch Menschen. Jemand baut Getreide an. Jemand backt Brot. Jemand verdient Geld, kauft Lebensmittel und gibt sie weiter. Oder nimmt Lernen. Gott könnte einem Kind Wissen unmittelbar ins Gehirn geben. Trotzdem gibt es Lehrer.

Leonie: Oder Trost. Gott könnte einen traurigen Menschen unmittelbar trösten und schickt manchmal einen Freund vorbei.

Alex: Darauf läuft Lewis' Gedanke hinaus. Gott hat offensichtlich eine Welt geschaffen, in der menschliches Handeln reale Bedeutung besitzt. Unsere Handlungen sind nicht bedeutungslos, nur weil Gott allmächtig ist.

Im Café . . .



Niklas: Dann dreht Lewis die Frage um. Nicht nur: Wie kann mein Gebet etwas bewirken, wenn Gott allmächtig ist? Sondern: Wie kann überhaupt irgendetwas, was ich tue, etwas bewirken?

Alex: Genau diese Frage stellt er. Und wenn Gott Menschen in seinem Handeln echte Verantwortung gibt, ist es zumindest nicht mehr grundsätzlich merkwürdig, dass er auch ihr Beten einbezieht.

Leonie: Aber jetzt musst du präzise werden. Was heißt „einbezieht“? Tun wir so, als würde Gott eigentlich alles machen und wir spielen nur ein bisschen mit?

Alex: Ich würde es stärker sagen. Die Bibel behandelt menschliches Handeln als wirklich bedeutsam. Wenn ihr einem Menschen helft, geschieht tatsächlich etwas durch euer Handeln. Wenn ihr nicht helft, kann etwas ausbleiben, das hätte geschehen können.

Niklas: Und das gilt auch fürs Gebet?

Alex: Jesus redet jedenfalls so. „Bittet, und es wird euch gegeben werden; sucht, und ihr werdet finden; klopft an, und es wird euch geöffnet werden“ (Mt 7,7). Jakobus formuliert sogar ausgesprochen direkt: „Ihr habt nichts, weil ihr nicht bittet“ (Jak 4,2).

Leonie: Der Satz ist ziemlich stark. Er klingt tatsächlich so, als könne etwas ausbleiben, weil niemand darum gebetet hat.

Alex: Ja. Wir sollten aus einem Vers kein komplettes philosophisches System bauen. Aber wir dürfen ihn auch nicht so lange erklären, bis er nichts mehr bedeutet.

Niklas: Dallas Willard geht da ziemlich weit, oder?

Im Café . . .



Alex: Sehr weit. Für ihn ist Gebet Teil unserer Zusammenarbeit mit Gott. Er sagt sinngemäß: Es können gute Dinge nicht geschehen, die hätten geschehen können, wenn wir gebetet hätten – und Dinge können geschehen, die durch Gebet möglicherweise verhindert worden wären. Nicht weil Menschen Gott kontrollieren, sondern weil Gott entschieden hat, Menschen an seinem Handeln zu beteiligen.

Leonie: Das ist schon eine Aussage. Dann ist Gebet wirklich wichtig.

Alex: Ja. Und das sollten wir nicht aus Angst vor einer falschen Gebetstheologie weichzeichnen.

Niklas: Ich merke sofort meinen Widerstand. Wenn jemand schwer krank ist und ich habe nicht genug gebetet – bin ich dann verantwortlich, wenn er nicht gesund wird?

Alex: Und genau deshalb müssen wir jetzt sehr sorgfältig unterscheiden. Aus dem Satz „Gebet ist wirklich bedeutsam“ folgt nicht: „Ich kann bei jedem Ereignis feststellen, welches Gebet gefehlt hat und wer deshalb schuld ist.“

Leonie: Sonst wird Gebet sofort zur Last.

Alex: Und zu einer grausamen Last. Wir wissen nicht, warum Gott in einem konkreten Fall handelt und in einem anderen nicht. Wir wissen auch nicht, welche Möglichkeiten Gott in seinem Handeln miteinander verbindet. Später werden wir ausführlich über unerhörtes Gebet sprechen. Hier sollten wir zunächst nur festhalten: Die Bibel gibt uns keinen Grund, Gebet für bedeutungslos zu halten.

Niklas: Also nicht: Wenn ich nicht bete, bin ich schuld an allem, was schiefgeht.

Alex: Nein.

Im Café . . .



Leonie: Aber auch nicht: Es ist völlig egal, ob ich bete, weil Gott sowieso alles macht.

Alex: Dort liegt die Spannung.

Leonie: Das war jetzt fast therapeutisch.

Alex: Wir entwickeln uns alle.

Niklas: Dann kommt aber meine nächste Frage: Wenn Gott souverän ist, heißt das nicht, dass sein Wille sowieso geschieht?

Alex: Zunächst müssten wir klären, was wir mit Souveränität meinen. Wenn damit gemeint ist, dass Gott letztlich Herr seiner Schöpfung ist, dass ihm nichts entgleitet und seine guten Ziele nicht scheitern werden, dann ja.

Leonie: Aber daraus folgt nicht automatisch, dass jede einzelne Sache, die geschieht, genau so geschehen musste.

Alex: Das ist eine wichtige Unterscheidung. Menschen treffen echte Entscheidungen. Die Bibel behandelt Gehorsam und Ungehorsam, Liebe und Gewalt, Weisheit und Torheit als wirkliche menschliche Handlungen. Gottes Souveränität löscht diese Verantwortung nicht aus.

Niklas: Dann könnte Gottes souveräne Entscheidung sogar darin bestehen, eine Welt zu schaffen, in der unsere Entscheidungen etwas bewirken.

Alex: Das ist sehr nah an Willards Gedanken. Gottes Souveränität und menschliche Mitwirkung müssen keine Konkurrenten sein. Gottes Souveränität kann gerade der Grund dafür sein, dass menschliche Mitwirkung überhaupt möglich ist.

Leonie: Dann wäre Gebet eine Form dieser Mitwirkung.

Im Café . . .



Alex: Ja. Oder vielleicht weniger technisch: Gott gibt uns die Würde, an seinem Handeln beteiligt zu sein.

Niklas: „Zusammenarbeit mit Gott“ klingt trotzdem gefährlich. Als wären wir Partner auf Augenhöhe.

Alex: So meint Willard es nicht. Die Initiative, die Macht und letztlich auch das Ergebnis bleiben bei Gott. Aber ein Vater kann seinem Kind wirkliche Verantwortung geben, ohne dass beide deshalb auf derselben Ebene stehen.

Leonie: Wie wenn ein Vater mit seinem Kind im Garten arbeitet. Der Vater könnte es allein schneller, aber das Kind arbeitet wirklich mit.

Alex: Das Bild hilft ein Stück weit. Nur dürfen wir uns Gott nicht als jemanden vorstellen, der unsere Hilfe braucht. Er beteiligt uns, weil er uns Beziehung und Verantwortung schenkt.

Niklas: Dann wäre Fürbitte nicht: Ich informiere Gott darüber, dass jemand Hilfe braucht. Sondern ich trete mit dieser Not vor Gott und bitte ihn, zu handeln.

Alex: Und vielleicht nimmt er euch anschließend sogar in seine Antwort hinein.

Leonie: Das haben wir bei Yancey. Wenn ich für einen hungernden Menschen bete, könnte Gottes Antwort teilweise darin bestehen, dass ich etwas von meinem Geld abgebe.

Alex: Ja. Gebet und Handeln gehören zusammen. Yancey beschreibt diese Bewegung schön: Aus „Gott, warum tust du nichts?“ kann irgendwann auch die Frage werden: „Gott, was tust du – und wie kann ich Teil davon werden?“

Niklas: Wobei wir aufpassen müssen, dass wir nicht wieder jede Gebetserhörung auf menschliches Handeln reduzieren.

Im Café . . .



Alex: Unbedingt. Christen bitten Gott auch um Dinge, die sie selbst nicht herstellen können. Heilung. Bewahrung. Türen, die sich öffnen. Veränderung in einem Menschen. Übernatürliches Eingreifen. Die Bibel erzählt von einem Gott, der handelt.

Leonie: Und Jesus ermutigt sogar ziemlich kühn zum Bitten.

Alex: Das bringt Luther an unseren Tisch. Er hatte wenig Geduld mit einem Gebetsverständnis, das so ehrfürchtig über Gottes Souveränität redet, dass am Ende niemand mehr etwas von Gott erwartet.

Niklas: Wie begründet Luther diese Kühnheit?

Alex: Nicht mit der Stärke des Betenden. Das ist mir besonders wichtig. Die Grundlage lautet nicht: Wenn dein Glaube stark genug ist, darfst du Großes erwarten.

Leonie: Sondern?

Alex: Gott hat dich eingeladen zu beten. Er hat versprochen zu hören. Deshalb darfst du kommen. Die Zuversicht liegt nicht in der Qualität deines Gebets, sondern im Charakter und in der Verheißung Gottes. Luthers Linie fasst das sehr treffend zusammen: Gebet verlässt sich auf Gottes Verheißung, nicht auf die Stärke des eigenen Glaubens; deshalb darf es kühn und konkret bitten.

Niklas: Das finde ich befreiend. Sonst bete ich irgendwann nicht mehr nur für den Kranken, sondern beobachte gleichzeitig mich selbst: Glaube ich gerade genug?

Leonie: Und wenn Zweifel auftauchen, bekomme ich Angst, ich könnte die Gebetserhörung kaputtmachen.

Im Café . . .



Alex: Dann verschiebt sich das Vertrauen von Gott auf euren eigenen Glauben. Das ist eine merkwürdige Form des Glaubens: Ich glaube eigentlich an die Kraft meines Glaubens.

Niklas: Das ist ziemlich nah an dieser Vorstellung von „Gebetskraft“, über die wir gesprochen haben.

Alex: Ja. Natürlich benutzt die Bibel starke Sprache für Gebet. Jakobus schreibt vom „wirksamen Gebet eines Gerechten“ (Jak 5,16). Aber die Frage ist, wo die Wirksamkeit ihren Ursprung hat.

Leonie: Nicht im Gebet als Energie.

Alex: Sondern im lebendigen Gott, der hört und handelt.

Niklas: Dann wäre es auch missverständlich, wenn Menschen sagen: „Gebet bewegt den Arm Gottes.“

Alex: Solche Formulierungen können bildhaft etwas Richtiges meinen: Gott handelt auf Gebet hin. Problematisch werden sie, wenn der Eindruck entsteht, wir hätten eine geistliche Hebelwirkung entdeckt.

Leonie: Genug Menschen beten lange genug, und dann muss Gott irgendwann handeln.

Alex: Oder besonders starke Christen erzeugen besonders starke Gebete. Dann sind wir schnell bei einem Mechanismus.

Niklas: C. S. Lewis warnt genau davor.

Alex: Sehr deutlich. Auf der anderen Seite des Gebets steht keine Maschine. Es gibt keine Formel genügend Glaube + richtige Worte + richtige Haltung = gewünschtes Ergebnis. Dort steht eine Person. Und eine Person kann man nicht wie ein Naturgesetz manipulieren.

Im Café . . .



Leonie: Das klingt überzeugend. Aber jetzt könnte jemand sagen: Wenn Gott frei ist und am Ende tun kann, was er will, bin ich wieder am Anfang. Was bringt meine Bitte dann?

Alex: Weil Freiheit und Beziehung sich nicht ausschließen. Wenn ihr einen Freund um Hilfe bittet, ist eure Bitte wirklich bedeutsam, obwohl ihr keine Macht über ihn habt.

Niklas: Meine Bitte kann seine Handlung beeinflussen, ohne ihn zu kontrollieren.

Alex: So können wir es vorsichtig formulieren. Gott lädt uns ausdrücklich dazu ein, ihm Wünsche und Bitten zu bringen. Die Bibel erzählt sogar von Menschen, die mit Gott ringen.

Leonie: Abraham wegen Sodom. Mose nach dem goldenen Kalb.

Alex: Gute Beispiele. In 2. Mose 32 tritt Mose für Israel ein. Er bittet Gott eindringlich, das Volk nicht zu vernichten, und der Text beschreibt Gottes Reaktion auf Moses Fürbitte sehr stark.

Niklas: Da steht sogar, dass es den Herrn „reute“, was er seinem Volk angedroht hatte (2Mo 32,14). Das macht unsere ganze Frage nicht gerade einfacher.

Alex: Nein. Und wir sollten diese Texte nicht glattbügeln. Die Bibel erzählt ganz selbstverständlich von wirklicher Interaktion zwischen Gott und Menschen. Gleichzeitig bekennt sie Gott als den, der sein Ziel kennt und dessen Ratschluss Bestand hat.

Leonie: Wie geht das zusammen?

Alex: Ich glaube nicht, dass uns die Bibel ein vollständiges philosophisches Modell dafür liefert. Verschiedene theologische Traditionen erklären das

Im Café . . .



unterschiedlich. Wir müssen nicht so tun, als hätten wir an dieser Stelle mehr Klarheit, als wir tatsächlich haben.

Niklas: Aber wir können sagen: Die Bibel selbst empfindet offenbar keinen Widerspruch darin, Gottes Souveränität ernst zu nehmen und gleichzeitig Menschen eindringlich zum Gebet aufzufordern.

Alex: Das halte ich für einen sehr guten Ausgangspunkt.

Leonie: Dann muss ich nicht erst das Problem von Vorsehung und menschlicher Freiheit lösen, bevor ich beten darf.

Alex: Zum Glück nicht.

Niklas: Lewis hat doch noch einen Gedanken zum Vorherwissen Gottes. Wenn Gott heute schon weiß, was ich morgen bete, scheint mein Gebet ja wieder nur Teil eines längst feststehenden Ablaufs zu sein.

Alex: Lewis erinnert daran, dass wir vorsichtig sein müssen, unsere Erfahrung von Zeit einfach auf Gott zu übertragen. Wir erleben gestern, heute und morgen nacheinander. Gott ist nicht auf dieselbe Weise in diesen Ablauf eingeschlossen.

Leonie: Dann wäre mein morgiges Gebet für Gott nicht morgen plötzlich eine neue Information.

Alex: Richtig. Es gehört zu der Wirklichkeit, die Gott kennt. Lewis' Gedanke ist: Gottes Vorherwissen macht das Gebet nicht bedeutungslos. Gott kennt euer Gebet ebenso wie die Weise, in der er es in seinem Handeln berücksichtigt.

Niklas: Also nicht: Gott hatte alles beschlossen, und dann kommt mein Gebet leider zu spät.

Alex: Nein. Euer Gebet gehört selbst zu der Geschichte, in der Gott handelt.

Im Café . . .



Leonie: Das löst mein Gehirnproblem nicht vollständig.

Alex: Meines auch nicht.

Niklas: Schön zu hören.

Alex: Manche Fragen über das Verhältnis von Gottes Wissen, Zeit, Freiheit und menschlicher Beteiligung bleiben tief. Eine Gebetsschule sollte solche Fragen nicht verdrängen. Aber wir müssen auch nicht jedes Geheimnis auflösen, bevor wir dem folgen, was Jesus uns sehr klar sagt.

Leonie: „Bittet.“

Alex: Ja.

Niklas: Trotzdem frage ich mich, ob wir Gott durch Gebet verändern.

Alex: Da würde ich fragen, was du mit „verändern“ meinst.

Niklas: Wenn Gott wegen meines Gebets etwas tut, was er sonst nicht getan hätte – dann hat mein Gebet doch einen Unterschied gemacht.

Alex: Das würde ich bejahen. Aber daraus folgt nicht, dass Gottes Charakter verändert wird oder dass wir ihn von einem schlechten zu einem besseren Plan überreden.

Leonie: Also nicht: Gott wollte einem Menschen eigentlich nicht helfen, aber nach drei Stunden Fürbitte war er endlich weich genug.

Alex: Das wäre ein problematisches Gottesbild. Jesus begründet unser Bitten gerade mit Gottes Güte: Wenn menschliche Väter ihren Kindern Gutes geben, „wie viel mehr wird euer Vater im Himmel denen Gutes geben, die ihn bitten“ (Mt 7,11).

Niklas: Dann bitten wir nicht gegen Gottes Güte an.

Alex: Nein. Wir bitten aufgrund seiner Güte.

Im Café . . .



Leonie: Und trotzdem kann Gott aufgrund einer Bitte handeln.

Alex: So redet die Bibel. Deshalb gefällt mir der Ausdruck Interaktion besser als die pauschale Behauptung „Gebet verändert Gott“. Letztere kann zu viel Unterschiedliches bedeuten.

Niklas: Interaktion heißt: Mein Reden zu Gott ist nicht Theater mit feststehendem Drehbuch.

Alex: Ja. Gott nimmt euch ernst. Eure Bitten sind real. Seine Antworten sind real. Und gleichzeitig bleibt Gott Gott.

Leonie: Damit sind wir wieder bei Beziehung statt Technik.

Alex: Das zieht sich durch alles. Denn sobald Gebet Beziehung ist, können wir zwei Dinge gleichzeitig festhalten: Meine Bitte hat Bedeutung – und ich habe keinen Anspruch darauf, den anderen zu beherrschen.

Niklas: Aber Jesus macht teilweise Verheißungen, die ziemlich grenzenlos klingen. „Alles, was ihr im Gebet bittet, glaubt, dass ihr es empfangen habt, und es wird euch zuteilwerden“ (Mk 11,24). Oder Johannes 14: „Was ihr bitten werdet in meinem Namen, das werde ich tun.“

Leonie: Und damit kann man schon ziemlich weit gehen.

Alex: Deshalb müssen wir solche Verse im Zusammenhang des gesamten biblischen Zeugnisses lesen. „Im Namen Jesu“ bedeutet nicht, dass wir eine Formel an unsere Wünsche anhängen. Es bedeutet, in Beziehung zu Jesus, in Übereinstimmung mit seinem Wesen und seiner Sendung zu bitten.

Niklas: Und 1. Johannes 5,14 sagt ausdrücklich: „Wenn wir etwas nach seinem Willen bitten, hört er uns.“

Alex: Richtig. Gleichzeitig sollten wir diese Einschränkung nicht benutzen, um Jesu starke Einladung zum Gebet wirkungslos zu machen. Christen haben

Im Café . . .



manchmal eine erstaunliche Fähigkeit, jedes Gebetsversprechen sofort mit zwölf theologischen Einschränkungen zu versehen.

Leonie: Bis am Ende nur noch übrigbleibt: „Bittet ruhig, aber erwartet besser nichts.“

Alex: Und das ist ebenfalls nicht der Ton Jesu.

Niklas: Dann brauchen wir beides: Kühnheit und Demut.

Alex: Sehr schön. Kühnheit, weil Gott uns eingeladen hat und weil Gebet wirkliche Bedeutung hat. Demut, weil Gott kein Mechanismus ist und wir seine Weisheit nicht überblicken.

Leonie: Das klingt schon ein bisschen nach Gethsemane: „Lass diesen Kelch an mir vorübergehen“ – und gleichzeitig „doch nicht wie ich will, sondern wie du willst“.

Alex: Dort werden wir später ausführlicher hinkommen. Aber ja, Jesus selbst verbindet einen sehr klar ausgesprochenen Wunsch mit tiefem Vertrauen in den Vater.

Niklas: Noch einmal praktisch. Wenn ich heute Abend für einen kranken Freund bete, wie soll ich denken?

Alex: Was würdest du nach diesem Gespräch sagen?

Niklas: Vielleicht: Ich muss Gott die Diagnose nicht erklären, damit er informiert ist. Aber ich darf ihn konkret bitten, meinen Freund zu heilen, weil Jesus mich zum Bitten einlädt.

Leonie: Und du darfst erwarten, dass dein Gebet nicht bedeutungslos ist.

Niklas: Gleichzeitig kontrolliere ich das Ergebnis nicht.

Alex: Das wäre eine sehr gesunde Ausgangsposition.

Im Café . . .



Leonie: Ich würde noch etwas hinzufügen. Manchmal klingt „Gott kennt doch schon alles“ fast so, als wäre es lästig, ihm dasselbe Anliegen wieder zu bringen.

Alex: Dabei erzählt Jesus Gleichnisse, die gerade zum beharrlichen Bitten ermutigen. Lukas 11 und Lukas 18 sind dafür besonders deutlich.

Wiederholtes Bitten ist nicht deshalb nötig, weil Gott schwerhörig wäre. Aber Jesus scheint es trotzdem für einen wichtigen Teil des Betens zu halten.

Niklas: Warum?

Alex: Darüber werden wir später beim Ringen und beharrlichen Gebet noch ausführlicher sprechen. Aber schon jetzt gilt: Gott behandelt unsere Bitten offenbar nicht wie überflüssige Informationen.

Leonie: Dann darf ein Mensch auch zum hundertsten Mal für sein Kind beten.

Alex: Ja.

Niklas: Und er muss nicht jedes Mal origineller formulieren.

Alex: Überhaupt nicht. Gott bewertet keine sprachliche Qualität.

Leonie: Das erinnert mich an Luther. Die Sicherheit meines Gebets liegt nicht darin, wie gut ich bete, sondern darin, wer Gott ist.

Alex: Diese Linie sollten wir durch die ganze Gebetsschule behalten. Sonst erzeugen wir genau das, was wir verhindern wollen: Menschen lesen am Ende ein Buch über Gebet und denken, jetzt müssten sie zehn neue Dinge beherrschen, damit ihre Gebete funktionieren.

Niklas: Dabei funktioniert nicht das Gebet.

Alex: Ein wichtiger Satz.

Im Café . . .



Leonie: Gott handelt.

Alex: Ja. Und er lädt Menschen ein, ihn darum zu bitten.

Niklas: Ich glaube, ich beginne zu verstehen, warum Lewis die eigentliche Frage größer macht. Das Rätsel lautet nicht nur: Warum lässt Gott Gebet eine Rolle spielen? Sondern: Warum lässt Gott uns überhaupt an seiner Welt mitwirken?

Alex: Und die biblische Antwort scheint zu sein: Weil Gott Menschen nicht zu Statisten gemacht hat. Er schenkt ihnen eine erstaunliche Würde und Verantwortung.

Leonie: Dann wird Fürbitte sogar zu einer Form von Liebe. Ich nehme die Not eines Menschen so ernst, dass ich sie vor Gott bringe.

Alex: Ja. Und vielleicht stellt Gott euch anschließend die Frage, ob ihr bereit seid, euch selbst in seine Antwort hineinnehmen zu lassen.

Niklas: Dann ist „Ich bete dafür“ auch keine fromme Alternative zu „Ich tue etwas“.

Alex: Nein. Gebet und Handeln dürfen nie gegeneinander ausgespielt werden.

Leonie: Aber manchmal kann ich tatsächlich nichts tun.

Alex: Natürlich. Dann ist Gebet nicht „das Einzige, was mir noch bleibt“ im Sinn einer zweitbesten Notlösung. Ihr wendet euch an Gott. Das ist nicht wenig.

Niklas: Eigentlich erstaunlich: Wir reden mit dem Schöpfer der Welt über einen konkreten Menschen und nehmen ernst, dass er unser Gebet hört.

Alex: Vielleicht verlieren wir gerade deshalb manchmal den Mut zum Beten, weil wir uns an diesen Gedanken gewöhnt haben.

Im Café . . .



Leonie: Und dann gibt es die andere Erfahrung: Man möchte beten, sitzt da – und kommt innerlich überhaupt nicht an.

Niklas: Gedanken überall. Handy. Termine. Man fängt einen Satz an und ist zwei Minuten später bei irgendeinem Gespräch von gestern.

Alex: Das wäre dann ein guter Moment, von der Theologie zur Praxis zu wechseln.

Leonie: Endlich.

Niklas: Was ist der erste praktische Schritt?

Alex: Vielleicht überraschenderweise nicht: anfangen zu reden.

Leonie: Sondern?

Alex: Ankommen.

Niklas: Das klingt sehr nach Guardini.

Alex: Und damit haben wir unser nächstes Gespräch: Wie fange ich eigentlich an zu beten, wenn mein Körper zwar stillsitzt, aber mein Kopf noch durch den ganzen Tag rennt?

Im Café . . .



Auf den Punkt

Gott braucht unser Gebet nicht, um zu erfahren, was los ist. Er kennt unsere Bedürfnisse bereits. Trotzdem fordert Jesus uns ausdrücklich zum Bitten auf.

Die Bibel nimmt unsere Gebete als wirklich bedeutsam ernst. Gott hat Menschen nicht zu Zuschauern seiner Welt gemacht. So wie unsere Entscheidungen und unser Handeln Folgen haben, kann Gott auch unsere Bitten in sein Handeln einbeziehen. Seine Souveränität macht unser Gebet deshalb nicht überflüssig.

Dabei ist Gebet keine geistliche Technik. Nicht unser Glaube, unsere Worte oder die Intensität unseres Betens erzeugen eine Kraft, die Gott zum Handeln bringt. Gott selbst hört und handelt. Unsere Zuversicht liegt deshalb nicht in der Qualität unseres Gebets, sondern in seinem Charakter und seiner Einladung.

Wir dürfen kühn bitten und gleichzeitig demütig bleiben. Unsere Bitten sind real – aber Gott bleibt frei, weise und souverän.

Vielleicht lässt sich die Spannung so zusammenfassen: Wir können Gott nicht kontrollieren. Aber wir dürfen darauf vertrauen, dass er unsere Gebete ernst nimmt.

Und damit wird es praktisch: Wie kommen wir überhaupt vor Gott zur Ruhe und ins Gebet hinein?

Im Café . . .



03_Wie fange ich eigentlich an zu beten?

Leonie: Nach unserem letzten Gespräch hatte ich das Gefühl, theoretisch schon ziemlich viel verstanden zu haben. Gebet ist Beziehung, Gott hört, unsere Bitten sind nicht bedeutungslos, wir können ihn nicht kontrollieren. Und dann wollte ich heute Morgen beten.

Niklas: Das klingt nach einem Erfolg.

Leonie: Überhaupt nicht. Ich saß da, wollte anfangen und habe nach ungefähr zwanzig Sekunden darüber nachgedacht, was ich heute einkaufen muss. Danach fiel mir eine Nachricht ein, die ich noch beantworten wollte. Dann habe ich mich über ein Gespräch von gestern geärgert. Irgendwann hatte ich sogar das Handy in der Hand.

Niklas: Sehr authentische Schule des Gebets.

Alex: Und vermutlich eine ziemlich normale.

Leonie: Aber genau da wird es doch praktisch. Ich kann wissen, dass Gott gegenwärtig ist – und trotzdem überhaupt nicht bei ihm ankommen.

Alex: Romano Guardini würde wahrscheinlich sagen: Dann beginnt eure Gebetsschule noch einen Schritt vor dem eigentlichen Reden.

Niklas: Mit Schweigen?

Alex: Mit Sammlung.

Leonie: Das Wort klingt ein bisschen alt.

Alex: Ist es auch. Aber der Gedanke könnte kaum aktueller sein. Guardini beobachtet, dass ein Mensch körperlich an einem Ort und innerlich gleichzeitig an fünf anderen sein kann. Gedanken, Erinnerungen, Aufgaben, Sorgen und äußere Reize ziehen uns in verschiedene Richtungen. Unser

Im Café . . .



Problem ist dann nicht zuerst, dass Gott weit weg wäre. Wir selbst sind kaum da.

Niklas: Das beschreibt mein Gehirn ziemlich genau.

Leonie: Aber was mache ich damit? Ich kann meinen Kopf ja nicht ausschalten.

Alex: Das ist auch nicht das Ziel. Sammlung bedeutet bei Guardini nicht, einen besonderen geistlichen Bewusstseinszustand herzustellen. Ihr müsst euch nicht erst leer machen, bis endlich nichts mehr in euch passiert. Ihr werdet einfach bewusst gegenwärtig: Ich bin hier. Und ich werde mir bewusst, vor wem ich hier bin.

Niklas: Das klingt fast zu einfach.

Alex: Vielleicht weil wir Gebet gern komplizierter machen. Ihr setzt euch hin, legt das Handy außer Reichweite, werdet einen Moment ruhig und erinnert euch an die Wirklichkeit: Gott ist da.

Leonie: Aber das ist doch auch dann wahr, wenn ich es nicht spüre.

Alex: Unbedingt. Wir erzeugen Gottes Gegenwart nicht durch Konzentration. Das ist mir wichtig. Ihr könnt nicht besonders erfolgreich still werden und dadurch Gott näher herbeiholen.

Niklas: Sonst wäre Stille wieder eine Technik.

Alex: Genau diese Gefahr besteht. Christliche Stille ist keine Methode, mit der ich eine geistliche Atmosphäre produziere. Gott muss nicht durch Stille herbeigerufen werden. Ich werde still, damit ich ankomme.

Leonie: Dann könnte eine Gebetszeit tatsächlich damit beginnen, einfach eine Minute nichts zu sagen.

Im Café . . .



Alex: Natürlich.

Niklas: Und wenn in dieser Minute siebzehn Gedanken auftauchen?

Alex: Dann tauchen sie auf.

Niklas: Das ist dein ganzer Rat?

Alex: Fast. Warum ärgert dich das eigentlich so?

Niklas: Weil ich dann denke, ich kann mich offensichtlich nicht einmal eine Minute auf Gott konzentrieren.

Alex: Und plötzlich ist selbst eure Ablenkung wieder eine geistliche Leistungsbewertung.

Leonie: Stimmt. Ich sitze da und denke: Andere Menschen können bestimmt richtig still beten. Ich dagegen denke nach acht Sekunden an Kaffee.

Alex: Henri Nouwen würde euch an dieser Stelle wahrscheinlich auffordern, die Unruhe zunächst wahrzunehmen, statt sie gewaltsam zu bekämpfen. Gerade in der Stille merken wir oft erst, wie viel innerer Lärm vorhanden ist: Aufgaben, Ängste, alte Gespräche, Erwartungen, das Bedürfnis, etwas leisten zu müssen.

Niklas: Dann entlarvt die Stille erst einmal, was sowieso da ist.

Alex: Ja. Und vielleicht ist das gar kein Scheitern. Ihr entdeckt etwas über euren tatsächlichen inneren Zustand.

Leonie: Trotzdem möchte ich nicht meine ganze Gebetszeit damit verbringen, meinen Gedanken beim Herumrennen zuzusehen.

Alex: Müsst ihr auch nicht. Ihr könnt sie sanft wieder zurückführen. Vielleicht mit einem einfachen Satz: „Herr, ich bin hier.“ Oder: „Vater, du bist da.“ Vielleicht mit einem kurzen Bibelwort.

Im Café . . .



Niklas: Also Aufmerksamkeit zurückholen, ohne jedes Abschweifen zum Drama zu machen.

Alex: Das wäre hilfreich.

Leonie: Pete Greig nennt diesen ersten Schritt „Pause“, oder?

Alex: Ja. Sein P.R.A.Y.-Modell beginnt bewusst mit P – Pause. Anhalten, still werden, ankommen, sich Gottes Gegenwart bewusst machen. Erst danach kommen Lob, Bitte und Hingabe. Greig fasst damit etwas sehr Praktisches zusammen, was Guardini ausführlicher beschreibt.

Niklas: P.R.A.Y. ist Pause, Rejoice, Ask, Yield?

Alex: Richtig. Aber wir sollten daraus jetzt noch keine neue Gebetsordnung machen, die ihr jeden Morgen korrekt abarbeiten müsst. Greig versteht das selbst nur als Hilfe.

Leonie: Heute interessiert uns also nur das P.

Alex: Und vielleicht der Gedanke dahinter: Beziehung braucht Aufmerksamkeit.

Niklas: Das gilt ja auch unter Menschen. Ich kann mit jemandem am Tisch sitzen und gleichzeitig ständig auf mein Handy schauen. Formal bin ich da, aber eigentlich nicht.

Leonie: Das ist wahrscheinlich sogar eine gute Beschreibung für manche Gebetszeiten. Man sagt Worte zu Gott, ist innerlich aber ständig woanders.

Alex: Und jetzt wäre wichtig, daraus nicht den neuen Anspruch zu machen: Beim Gebet muss ich hundertprozentig konzentriert sein. Das schafft kaum jemand. Aufmerksamkeit kann eingeübt werden, aber sie bleibt menschlich.

Im Café . . .



Niklas: Jesus sagt doch selbst, dass die Jünger in Gethsemane nicht einmal eine Stunde wach bleiben.

Alex: Ein ziemlich tröstlicher Text für Menschen, die an ihre Gebetsfähigkeit zweifeln. Es ist nicht leicht. Du bist verstanden!

Leonie: Obwohl Jesus dort nicht sagt: Macht nichts, Schlaf ist auch Gebet.

Alex: Nein. Es bleibt ein Ruf zur Wachsamkeit. Wir dürfen also beides festhalten: Ablenkung macht euch nicht zu schlechten Christen. Und zugleich kann es sinnvoll sein, Bedingungen zu schaffen, die Aufmerksamkeit fördern.

Niklas: Jetzt wird es praktisch.

Alex: Was lenkt euch am stärksten ab?

Leonie: Das Handy.

Niklas: Das Handy.

Alex: Dann wäre eine der tiefsten spirituellen Erkenntnisse unseres Gesprächs vielleicht: Legt es weg.

Leonie: Das hätte Guardini vermutlich anders formuliert.

Alex: Er hatte auch kein Smartphone.

Niklas: Aber im Ernst: Gehört so etwas wirklich zu einer Schule des Gebets? Wo sitze ich? Handy weg? Bestimmte Zeit?

Alex: Natürlich. Wir bestehen schließlich aus Körpern. Wir haben Aufmerksamkeit, Gewohnheiten und eine Umgebung. Wenn jedes Geräusch eine Benachrichtigung sein kann, müsst ihr euch nicht wundern, dass ihr ständig reagieren wollt.

Leonie: Dann kann äußere Ordnung innere Sammlung unterstützen.

Im Café . . .



Alex: Genau. Ein bestimmter Ort kann helfen. Eine einigermaßen regelmäßige Zeit. Vielleicht eine Haltung, bei der ihr nicht sofort einschlafst. Manche gehen beim Beten spazieren. Andere brauchen einen stillen Stuhl. Später werden wir noch darüber sprechen, dass Menschen sehr unterschiedliche Zugänge zu Gott haben.

Niklas: Also keine Heiligsprechung des Schreibtisches um sechs Uhr morgens.

Alex: Bitte nicht. Wenn du jeden Morgen um sechs geistlich noch nicht wach bist, aber beim Spaziergang am Nachmittag sehr aufmerksam mit Gott reden kannst, sollte man zumindest überlegen, warum du überzeugt bist, das erste sei die einzig richtige Gebetsform.

Leonie: Trotzdem hat Regelmäßigkeit etwas für sich.

Alex: Unbedingt. Aber Rhythmus behandeln wir später ausführlicher. Heute reicht die Frage: Was hilft mir, tatsächlich da zu sein?

Niklas: Und wenn ich dann da bin, soll ich einfach sagen, was in mir los ist?

Alex: Das wäre ein sehr guter Anfang.

Leonie: Auch wenn das, was in mir los ist, nicht besonders fromm ist?

Alex: Gerade dann.

Niklas: Da kommt Foster.

Alex: Richard Foster nennt eine seiner grundlegenden Formen das Simple Prayer, das einfache Gebet. Der Gedanke ist fast provozierend schlicht: Beginne dort, wo du tatsächlich bist – nicht dort, wo du glaubst, geistlich sein zu müssen.

Leonie: Also wenn ich wütend bin: „Gott, ich bin wütend.“

Im Café . . .



Alex: Ja.

Niklas: Wenn ich auf jemanden neidisch bin?

Alex: Dann darf dieser Neid vorkommen.

Leonie: Wenn ich eigentlich gar keine Lust auf Gebet habe?

Alex: Warum solltest du Gott darüber täuschen?

Niklas: Weil „Guten Morgen, Gott. Eigentlich habe ich keine Lust auf dich“ ein bisschen unverschämt klingt.

Alex: Vielleicht. Aber es könnte ehrlicher sein als zwanzig fromme Sätze, die nichts mit deinem tatsächlichen Zustand zu tun haben.

Leonie: Die Psalmen sind da teilweise ziemlich direkt.

Alex: Sehr. Menschen sagen Gott, dass sie Angst haben, dass sie enttäuscht sind, dass sie ihn nicht verstehen, dass sie seine Hilfe brauchen. Manche Psalmen enthalten sogar Gefühle und Wünsche, die uns erschrecken. Die Bibel präsentiert kein Gebetsleben, in dem Menschen erst emotional korrekt werden und dann zu Gott kommen.

Niklas: Das heißt aber doch nicht, dass alles, was ich fühle oder wünsche, richtig ist.

Alex: Natürlich nicht. Ehrlichkeit bedeutet nicht, dass Gott jeden Impuls bestätigt. Ihr dürft Gott sagen: „Ich möchte, dass dieser Mensch scheitert.“ Und dann kann die eigentliche Arbeit erst beginnen.

Leonie: „Die eigentliche Arbeit“ klingt jetzt wieder so, als würde Gebet mich bearbeiten.

Im Café . . .



Alex: Dann sagen wir es präziser: Wenn ihr euren wirklichen Wunsch vor Gott bringt, kann Gott euch darin begegnen, euch korrigieren und durch seinen Geist etwas in eurem Herzen verändern.

Niklas: Das gefällt mir besser.

Leonie: Also nicht: Erst meine Wut loswerden, dann beten. Sondern mit meiner Wut zu Gott kommen.

Alex: Ja. Sonst versucht ihr, euch selbst in einen Zustand zu bringen, den ihr eigentlich erst in der Beziehung mit Gott lernen sollt.

Niklas: Das ist ein guter Punkt. Wir warten oft, bis wir uns „gebetsfähig“ fühlen.

Alex: Und das kann bedeuten, dass wir gerade in den Situationen nicht beten, in denen wir es am dringendsten brauchen.

Leonie: Nouwen bringt noch die Frage der Identität hinein, oder? Dass im inneren Lärm nicht nur Gedanken herumspringen, sondern auch Stimmen, die mir sagen, wer ich sein muss.

Alex: Das ist einer seiner stärksten Beiträge. In uns wirken viele Botschaften: Du musst leisten. Du musst gefallen. Du darfst nicht versagen. Du bist nur wertvoll, wenn andere dich anerkennen. Nouwen verbindet Gebet deshalb stark mit jener Zusage, die Jesus bei seiner Taufe hört: „Du bist mein geliebter Sohn“ (vgl. Mk 1,11). Bevor Jesus öffentlich wirkt, steht die Liebe des Vaters über ihm.

Niklas: Wobei wir wieder vorsichtig sein sollten: Jesu Sohnschaft ist einzigartig.

Alex: Natürlich. Wir übernehmen nicht einfach alles eins zu eins. Aber das Neue Testament sagt sehr wohl, dass Menschen durch Christus Kinder Gottes

Im Café . . .



werden und der Geist in uns „Abba, Vater“ ruft (Röm 8,15–16). Nouwens Punkt bleibt: Unsere Beziehung zu Gott beginnt nicht damit, dass wir ihm durch gutes Beten beweisen, wie ernst wir es meinen.

Leonie: Sondern ich komme als jemand, der bereits angenommen ist.

Alex: Ja. Das verändert die ganze Atmosphäre einer Gebetszeit.

Niklas: „Atmosphäre“ klingt etwas gefährlich.

Alex: Dann sagen wir: Es verändert die innere Ausgangslage. Ich sitze nicht vor Gott wie vor einem Prüfer.

Leonie: Das finde ich wichtig. Gerade wenn wir eine „Schule des Gebets“ machen. Schule klingt sofort nach Lernen, Üben, besser werden, irgendwann eine gute Note bekommen.

Alex: Dann müssen wir von Anfang an klarstellen: Ihr lernt beten, aber ihr werdet nicht dadurch liebenswerter für Gott.

Niklas: Und man kann auch nicht „gut beten“ im Sinn von: Gott ist von meinen Gebeten beeindruckt.

Alex: Jesus warnt sogar ausdrücklich vor einer Frömmigkeit, die Gebet zur Selbstdarstellung macht. In Matthäus 6 kritisiert er Menschen, die beten, um von anderen gesehen zu werden, und die meinen, durch viele Worte erhört zu werden (Mt 6,5–8).

Leonie: Das ist interessant für unser Thema. Jesus nimmt bei Gebet offensichtlich viel Leistungsdruck heraus.

Alex: Ja. „Euer Vater weiß, was ihr benötigt.“ Ihr müsst ihn nicht durch Wortmenge beeindrucken.

Niklas: Aber trotzdem sagt Jesus unmittelbar danach: „So sollt ihr beten.“

Im Café . . .



Alex: Richtig. Gnade und Lernen gehören zusammen. Wir müssen nicht perfekt beten – und können trotzdem lernen.

Leonie: Dann könnte die praktische Übung aus diesem Gespräch vielleicht extrem einfach sein.

Alex: Wie würde sie aussehen?

Leonie: Fünf oder zehn Minuten. Handy weg. Einen Ort wählen. Erst einmal nicht losreden. Einen Moment bewusst ankommen: „Ich bin hier. Gott ist hier.“ Dann ehrlich sagen, was gerade wirklich in mir los ist.

Niklas: Ohne gleich zu versuchen, alles zu lösen.

Alex: Das ist ein guter Anfang.

Leonie: Vielleicht noch ein kurzer Bibelvers, um den Blick auf Gott zu richten?

Alex: Kann sehr hilfreich sein. Zum Beispiel Psalm 139: „HERR, du hast mich erforscht und erkannt“ (Ps 139,1). Oder: „Seid still und erkennt, dass ich Gott bin“ (Ps 46,11). Aber auch daraus sollte kein notwendiges Ritual werden.

Niklas: Was mache ich, wenn ich nach einer Minute merke, dass ich schon wieder abschweife?

Alex: Zurückkommen.

Niklas: Und beim fünften Mal?

Alex: Wieder zurückkommen.

Leonie: Und beim zwanzigsten?

Alex: Du ahnst die Antwort.

Niklas: Das ist weniger spektakulär, als ich gehofft hatte.

Im Café . . .



Alex: Geistliches Leben besteht überraschend oft aus freundlichem Zurückkehren.

Leonie: Das gefällt mir. Nicht jedes Abschweifen als Niederlage ansehen, sondern immer wieder die Aufmerksamkeit zurückbringen.

Alex: Und vielleicht sogar die Ablenkung ins Gebet aufnehmen. Wenn dir derselbe Konflikt zehnmal durch den Kopf geht, könnte es sein, dass du ihn nicht einfach wegdrücken solltest.

Niklas: Sondern sagen: „Gott, offensichtlich beschäftigt mich das ziemlich.“

Alex: Ja. Dann wird die Ablenkung möglicherweise zum Gebetsstoff.

Leonie: Das funktioniert aber nicht bei jeder Ablenkung. „Herr, offensichtlich beschäftigt mich gerade sehr, ob ich Waschmittel kaufen muss.“

Alex: Dann schreib es notfalls kurz auf und bete weiter.

Niklas: Das ist erstaunlich bodenständig.

Alex: Gebet findet in einem wirklichen menschlichen Gehirn statt, nicht in einem geistlichen Paralleluniversum.

Leonie: Was ist mit Atmen? In manchen christlichen Gebetsformen wird sehr bewusst auf die Atmung geachtet. Manche junge Christen werden da sofort misstrauisch und sagen: Das klingt nach östlicher Meditation.

Alex: Atmen ist zunächst einmal eine ziemlich christentumsneutrale Körperfunktion.

Niklas: Beruhigend.

Alex: Natürlich gibt es religiöse Traditionen, die Atemtechniken mit bestimmten Weltanschauungen verbinden. Aber ruhig zu atmen und dadurch körperlich anzukommen ist noch keine fremde Spiritualität. Entscheidend ist,

Im Café . . .



worauf die Aufmerksamkeit gerichtet ist. Christliches Gebet richtet sich nicht auf eine unpersönliche Leere oder das Aufgehen des Selbst im Universum, sondern auf den persönlichen Gott.

Leonie: Also kann ich einen Moment ruhig atmen und dabei denken: Ich bin vor Gott.

Alex: Ja. Wenn es dir hilft. Wenn nicht, lass es.

Niklas: Das gefällt mir an dieser Gebetsschule: Wir sammeln Hilfen, aber bauen keine neuen Gesetze.

Leonie: Sehr gut.

Alex: Eine Methode ist dann hilfreich, wenn sie der Beziehung dient. Sobald ihr denkt, ohne diese Methode könne Gott euch nicht begegnen oder euer Gebet sei minderwertig, habt ihr ihr zu viel Gewicht gegeben.

Niklas: Dann gilt das auch für Stille.

Alex: Ja. Manche Menschen können gut in Stille beten. Andere werden beim Gehen aufmerksamer. Manche brauchen einen Psalm, weil ihre Gedanken sonst sofort zerfallen. Andere schreiben Gebete. Wir werden diese Unterschiede später noch anschauen.

Leonie: Heute ist also nicht die Botschaft: Jeder muss lernen, zwanzig Minuten schweigend zu sitzen.

Alex: Überhaupt nicht. Sondern: Bevor du Worte produzierst, werde dir bewusst, dass du vor Gott bist.

Niklas: Und bring dann dein echtes Ich mit.

Alex: Das sind für mich die beiden Bewegungen dieses Gesprächs: ankommen und ehrlich werden.

Im Café . . .



Leonie: Ich merke aber eine Gefahr. Wenn ich immer nur bei meinem echten Ich anfangen kann, kann Gebet sehr selbstbezogen werden. Jeden Tag: Wie geht es mir? Was fühle ich? Was beschäftigt mich?

Alex: Das ist ein hervorragender Einwand. Foster nennt das einfache Gebet einen Ausgangspunkt, keinen Endpunkt. Wenn Gebet nur daraus besteht, dass ihr Gott euren inneren Zustand erzählt, wird eure Gebetswelt sehr klein.

Niklas: Dann brauchen wir etwas von außen, das unseren Horizont erweitert.

Alex: Oder besser: jemanden, der bereits gesprochen hat.

Leonie: Da sind wir wieder bei Gespräch eins.

Alex: Und jetzt wird der Gedanke praktisch. Wenn Gebet Antwort auf Gottes Reden ist, dann müssen wir lernen, aus Gottes Wort heraus zu beten.

Niklas: Psalmen.

Alex: Besonders die Psalmen. Sie geben uns Worte, die wir aus uns selbst vielleicht nie gefunden hätten. Sie führen uns über unsere Lieblingsthemen hinaus und bringen Lob, Klage, Schuld, Hoffnung, Gerechtigkeit, Gottes Volk und die Welt in unser Gebet hinein.

Leonie: Dann wäre die Bewegung bisher: Ich komme an. Ich bringe mein wirkliches Leben vor Gott. Und dann lasse ich mir von Gott helfen, nicht nur bei mir selbst stehenzubleiben.

Alex: Das beschreibt es sehr schön.

Niklas: Und damit sind wir beim nächsten Gespräch.

Leonie: Die Frage lautet dann nicht einfach: Wie lese ich die Bibel?

Alex: Nein. Sondern: Wie wird aus Gottes Wort mein Gebet?

Niklas: Also wie ich lerne, zuerst zu hören – und dann zu antworten.

Alex: Genau dort gehen wir weiter.

Im Café . . .



Auf den Punkt

Beten beginnt manchmal nicht mit Worten, sondern mit Ankommen. Unser Problem ist oft nicht, dass Gott abwesend wäre, sondern dass wir selbst innerlich überall gleichzeitig sind. Sammlung und Stille sollen Gott nicht herbeirufen. Sie helfen uns, aufmerksam für die Wirklichkeit zu werden: Ich bin hier – und Gott ist da.

Dabei müssen wir vor Gott keine geistliche Version unserer selbst aufführen. Angst, Wut, Langeweile, Zweifel oder widersprüchliche Wünsche dürfen vorkommen. Ehrlichkeit bedeutet nicht, dass alles in uns richtig ist. Aber Gott begegnet unserem wirklichen Leben – nicht der Rolle, die wir ihm vorspielen.

Praktische Hilfen können dabei unterstützen: das Handy weglegen, einen passenden Ort finden, einen Moment still werden, einen kurzen Bibelvers aufnehmen oder Greigs „Pause“ nutzen. Doch keine Methode besitzt geistliche Kraft. Sie dient nur dazu, dass wir aufmerksamer vor Gott werden.

Ehrlichkeit ist ein guter Ausgangspunkt, aber sie darf nicht die Grenze unseres Gebets bleiben. Wenn wir ausschließlich aus unserer eigenen Innenwelt beten, kreisen wir leicht immer um dieselben Dinge.

Deshalb führt der nächste Schritt zu Gottes Wort: Wie lernen wir, erst zu hören – und aus dem Gehörten heraus zu beten?

Im Café . . .



04_Wie wird aus Gottes Wort mein Gebet?

Niklas: Beim letzten Gespräch haben wir gesagt: Ich komme erst einmal an, werde still und bringe Gott ehrlich das, was tatsächlich in mir los ist. Das finde ich hilfreich. Aber ich verstehe den nächsten Schritt noch nicht ganz. Wenn Gebet Beziehung ist – warum brauche ich dann die Bibel dazu? Ich kann doch einfach mit Gott reden.

Alex: Kannst du. Und du sollst es auch. Aber wenn Gebet ausschließlich daraus besteht, dass du aussprichst, was ohnehin schon in dir ist, kann etwas Merkwürdiges passieren: Dein Gebet wird sehr ehrlich – und trotzdem ziemlich klein.

Leonie: Weil sich meine Gedanken meistens um dieselben Dinge drehen. Menschen, die mir wichtig sind, Entscheidungen, Sorgen, Arbeit, Gesundheit. Und wenn ich ehrlich bin, auch ziemlich viel um mich selbst.

Alex: Das ist völlig verständlich. Aber genau deshalb erinnern Bonhoeffer und Eugene Peterson an einen Gedanken, den wir ganz am Anfang unserer Gebetsschule hatten: Wir eröffnen das Gespräch mit Gott nicht. Gott hat bereits gesprochen. Christliches Gebet hat deshalb die Bewegung: Gott spricht – ich höre – ich antworte. Wenn das stimmt, gehören Bibel und Gebet viel enger zusammen, als wir manchmal denken.

Niklas: Dann wäre Bibellesen nicht einfach der Programmpunkt vor dem Gebet. Erst zehn Minuten Bibel, Buch zu, und dann beginnt die eigentliche Gebetszeit.

Alex: Genau diese Trennung ist künstlich. Wenn du einen Text liest und plötzlich merkst: Das zeigt mir etwas über Gott, worüber ich staunen möchte – dann beginnt deine Antwort. Wenn dich ein Satz korrigiert und du Schuld erkennst, kann daraus unmittelbar Bekenntnis werden. Wenn du eine

Im Café . . .



Verheißung liest, kann daraus Dank oder Bitte entstehen. Das Hören gehört bereits zum Gespräch.

Leonie: Das klingt eigentlich viel natürlicher als mein üblicher Ablauf. Ich lese ein Kapitel, versuche mir zu merken, was darin wichtig war, und anschließend überlege ich völlig neu, worüber ich beten könnte.

Niklas: Und spätestens dann kommen die üblichen fünf Anliegen.

Alex: Genau davor wollten Bonhoeffer und Peterson das Gebet schützen. Nicht weil persönliche Anliegen unwichtig wären, sondern weil Gott unser Gebet weiten möchte. Die Schrift bringt Themen vor uns, auf die wir von allein vielleicht gar nicht gekommen wären.

Leonie: Und deshalb sind die Psalmen so wichtig?

Alex: Sie sind vermutlich die größte Gebetsschule, die uns die Bibel selbst gibt. Bonhoeffer stellte eine sehr einfache Frage: Wie lernen Menschen eigentlich, zu Gott zu sprechen? Seine Antwort war: Gott gibt uns selbst Worte. Die Psalmen sind ein Gebetbuch mitten in der Bibel.

Niklas: Das finde ich zunächst ein bisschen widersprüchlich. Wir haben gerade gelernt, ehrlich und persönlich zu beten. Jetzt sollen wir plötzlich fremde Worte verwenden.

Alex: Warum sollte das ein Gegensatz sein? Wenn ein Kind sprechen lernt, erfindet es seine Sprache auch nicht selbst. Es hört Worte, übernimmt sie, probiert sie aus – und irgendwann kann es damit sehr persönlich ausdrücken, was in ihm ist.

Leonie: Dann könnte ein Psalm mir Worte geben für etwas, das ich selbst noch gar nicht ausdrücken kann.

Im Café . . .



Alex: Ja. Und manchmal sogar Worte für etwas, das du noch gar nicht wahrgenommen hast. Peterson beschreibt die Psalmen deshalb als eine Art Sprachschule des Gebets. Dort findest du Freude und Wut, Lob und Klage, Dank und Angst, Schuld und Vergebung, Vertrauen und Verzweiflung, Hoffnung und Ungeduld.

Niklas: Das überrascht mich immer wieder. Wenn man manche christlichen Gebete hört, könnte man denken, Zweifel, Wut und Verzweiflung seien ungeeignete Gebetsgefühle.

Alex: Die Psalmen sehen das offensichtlich anders. Sie sind erstaunlich wenig religiös poliert. Aber sie tun noch etwas anderes: Sie bestätigen nicht einfach jedes Gefühl, das wir mitbringen. Sie nehmen es und richten es auf Gott.

Leonie: Wie meinst du das?

Alex: Stell dir vor, du bist wütend. Ein Psalm kann deiner Wut Worte geben. Aber die Wut bleibt nicht einfach in dir kreisen. Sie wird zu Gott getragen. Oder du hast Angst. Der Psalm lässt dich diese Angst aussprechen und stellt sie zugleich in eine größere Wirklichkeit hinein: Wer ist Gott? Was hat er getan? Worauf darf ich hoffen? Peterson sagt deshalb nicht nur, dass die Psalmen unsere Gefühle ausdrücken. Sie helfen, unsere Gefühle vor Gott formen zu lassen.

Niklas: Dann müssen wir mit unserer Formulierung wieder sorgfältig sein. Nicht der Psalm verändert mich.

Alex: Richtig. Gott wirkt durch sein Wort und seinen Geist an uns. Aber indem wir uns diesem Wort aussetzen und darauf antworten, geben wir Gott Raum, unsere Sichtweisen, Wünsche und Gefühle zu korrigieren und zu vertiefen.

Im Café . . .



Leonie: Dann könnte Gebet aus der Bibel heraus sogar verhindern, dass ich mir meinen eigenen Gott zusammenbete.

Alex: Das ist ein wichtiger Punkt. Luther betont ihn sehr stark. Wenn Gebet nur aus meiner religiösen Fantasie entsteht, bringe ich nicht nur meine Wünsche mit, sondern auch meine Vorstellungen darüber, wie Gott sein müsste. Gottes Wort gibt dem Gebet deshalb Richtung und Inhalt.

Niklas: Das heißt aber nicht, dass jeder Bibelvers direkt zum Gebet gemacht werden kann.

Alex: Nicht in einem simplen Sinn. Die Bibel enthält Erzählungen, Gesetze, Prophetie, Weisheit, Briefe und vieles mehr. Wir müssen Texte verstehen, bevor wir sie einfach auf uns anwenden. Aber fast jeder Text kann irgendwann in eine Antwort führen: in Staunen, Dank, Bekenntnis, Bitte, Fürbitte oder auch in eine Frage an Gott.

Leonie: Dann zeig uns einmal, wie das praktisch aussehen könnte. Nehmen wir einen einfachen Text.

Alex: Nehmen wir Psalm 23. „Der HERR ist mein Hirte, mir wird nichts mangeln“ (Ps 23,1). Wenn du diesen Satz nur analysierst, kannst du einiges lernen: Gott wird als Hirte beschrieben. Das Bild spricht von Versorgung, Führung und Schutz.

Niklas: Und jetzt wird daraus Gebet?

Alex: Vielleicht liest du den Satz noch einmal und fragst: Was zeigt mir das über Gott? Du könntest antworten: „Vater, du bist nicht gleichgültig gegenüber meinem Leben. Du führst und versorgst.“

Im Café . . .



Dann fragst du: Wofür kann ich danken? Vielleicht fällt dir auf: „Danke für Menschen, durch die du mich gerade versorgst. Danke, dass ich heute genug habe.“

Danach könnte eine unbequeme Frage kommen: Was muss ich bekennen? Vielleicht merkst du: „Ich lebe seit Tagen so, als hinge alles von mir ab. Ich mache mir Sorgen und versuche, alles zu kontrollieren.“

Und schließlich: Worum möchte ich bitten? „Hilf mir bei dieser Entscheidung. Führe mich. Gib mir Vertrauen.“

Leonie: Das sind Luthers vier Bewegungen.

Alex: Ja. Lehre – Dank – Bekenntnis – Bitte. Luther beschreibt in seiner kleinen Schrift über das Beten genau diese Vorgehensweise. Ein biblischer Satz wird aus verschiedenen Richtungen betrachtet, und aus dem Gehörten wächst eine Antwort.

Niklas: Das gefällt mir, weil man nicht jedes Mal kreativ eine Gebetszeit erfinden muss. Man nimmt einfach einen Text und bleibt bei ihm.

Alex: Und die Methode soll sich irgendwann selbst überflüssig machen. Luther sagt sinngemäß: Wenn beim Nachdenken plötzlich ein lebendiges Gebet entsteht, dann hör auf, die vier Punkte abzuarbeiten, und bete. Die Struktur dient der Beziehung, nicht umgekehrt.

Leonie: Das ist wichtig. Sonst habe ich gleich die nächste Checkliste: Habe ich schon gelernt, gedankt, bekannt und gebeten?

Alex: Genau das wollen wir vermeiden. Methoden sind Geländer. Sie helfen, in Bewegung zu kommen. Sie sind nicht die Straße selbst.

Niklas: Was wäre dann der Unterschied zwischen Luthers Methode und einfach einem Psalm, den ich Wort für Wort bete?

Im Café . . .



Alex: Beides kann sehr gut sein. Bei Luthers Vorgehen gehst du stärker von einem biblischen Satz aus und lässt daraus dein eigenes Gebet wachsen. Beim Beten eines Psalms kannst du die Worte des Psalms unmittelbar übernehmen und an einzelnen Stellen verweilen.

Leonie: Also zum Beispiel Psalm 13: „Wie lange, HERR? Willst du mich für immer vergessen?“ Ich lese den Satz und sage vielleicht: „So schlimm empfinde ich es gerade nicht. Aber ich denke an meine Freundin, die seit Monaten auf eine Antwort wartet.“

Alex: Genau dort wird es interessant. Du musst einen Psalm nicht immer nur autobiografisch beten. Vielleicht gibt er dir Worte für einen anderen Menschen, für die Gemeinde oder für Christen, die leiden. Bonhoeffer betont stark, dass das Psalmengebet uns über unsere momentane persönliche Erfahrung hinausführt.

Niklas: Das löst eine Frage, die ich bei den Psalmen immer wieder habe. Manche Sätze passen einfach überhaupt nicht zu mir.

Alex: Und das ist nicht automatisch ein Problem. Vielleicht bist du gerade glücklich und der Psalm klagt. Dann lernst du, mit Leidenden zu beten. Vielleicht bist du selbst verzweifelt und der Psalm lobt Gott. Dann leihst du dir für einen Moment Worte, die größer sind als dein gegenwärtiges Gefühl.

Leonie: Das finde ich stark. Mein Gefühl entscheidet dann nicht mehr allein, welche Wirklichkeit im Gebet vorkommt.

Alex: Genau darin sah Bonhoeffer eine große Stärke der Psalmen. Christliches Gebet ist größer als die momentane Stimmung des Betenden.

Niklas: Aber jetzt kommen die schwierigen Psalmen. Was mache ich mit Gerichtswünschen? Mit Sätzen, in denen Menschen Gott bitten, ihre Feinde zu vernichten?

Im Café . . .



Alex: Die sollten wir nicht überspringen. Zunächst zeigen sie, dass die Bibel auch hässliche, verletzte und zornige Gefühle nicht aus dem Gebet verbannt. Menschen bringen ihren Wunsch nach Vergeltung zu Gott, statt einfach selbst Gewalt auszuüben. Gleichzeitig lesen Christen die Psalmen im Licht Jesu, der uns zur Feindesliebe auffordert und selbst für seine Feinde betet.

Leonie: Also darf ich nicht einfach aus einem Rachepsalm die Erlaubnis ableiten, Gott um die Vernichtung meines nervigen Kollegen zu bitten.

Alex: Das wäre eine ziemlich problematische Anwendung. Aber vielleicht kann der Psalm dich lehren, deine Wut nicht zu beschönigen, sie Gott zu überlassen und zugleich nach seiner Gerechtigkeit zu verlangen. Bonhoeffer geht noch weiter und versteht die Psalmen von Christus her: Wir beten sie nicht nur als isolierte Einzelpersonen, sondern in Christus und mit seinem Volk.

Niklas: Das ist schon eine tiefere Art, Bibel und Gebet zu verbinden. Nicht einfach jeden Vers nehmen und „Ich“ einsetzen.

Alex: Beten mit der Bibel ersetzt gutes Bibellesen nicht. Es braucht Verständnis. Aber wenn wir verstanden haben, was ein Text sagt, sollten wir nicht automatisch beim Verstehen stehenbleiben.

Leonie: Das ist vermutlich der Punkt von Tim Keller: Wahrheit soll nicht nur im Kopf bleiben.

Alex: Ja. Keller fragt stark danach, wie eine erkannte Wahrheit tiefer in das Herz gelangen kann. Nehmen wir einen bekannten Satz wie Römer 8,1: „So gibt es jetzt keine Verdammnis für die, die in Christus Jesus sind.“ Du kannst den Satz theologisch korrekt erklären und trotzdem im Alltag ständig mit dem Gefühl leben, Gott sei gegen dich.

Niklas: Dann wäre Meditation der Übergang zwischen Lesen und Beten?

Im Café . . .



Alex: So beschreibt Keller es häufig. Du hältst bei der Wahrheit inne. Du fragst: Wenn das wirklich stimmt – was bedeutet es für meine Angst, meine Schuld, meine Beziehung zu Gott? Wofür kann ich danken? Wo lebe ich so, als wäre das Gegenteil wahr? Und daraus entsteht Gebet. Die objektive Wahrheit des Evangeliums bleibt objektiv wahr, aber der Heilige Geist kann sie tiefer in dein tatsächliches Vertrauen hineinwirken.

Leonie: Dann wäre Meditation im christlichen Sinn nicht: Ich versuche, meinen Kopf leer zu machen.

Alex: Nein. Im Gegenteil. Du füllst deine Aufmerksamkeit mit einer Wahrheit Gottes und bewegst sie vor ihm. Das hebräische und christliche Verständnis von Meditation hat viel mit Nachdenken, Wiederholen, Bedenken und innerlichem Aneignen zu tun.

Niklas: Das gefällt mir, weil es Bibellesen aus diesem Informationsmodus herausholt. Ich muss nicht jeden Morgen möglichst viel Text schaffen.

Alex: Manchmal kann ein Vers mehr Stoff für Gebet geben als drei Kapitel. Natürlich ist es auch wichtig, größere Zusammenhänge der Bibel zu lesen. Wir sollten jetzt kein neues Gesetz aufstellen: „Geistliche Menschen lesen nur drei Verse sehr langsam.“ Aber für eine Gebetszeit darf man durchaus bei etwas hängenbleiben.

Leonie: Und wahrscheinlich ist das auch die Verbindung zu unserem ersten Gespräch: Gott spricht, ich höre, ich antworte.

Alex: Genau diese Bewegung. Peterson würde sogar sagen: Ohne dieses Hören kann Gebet leicht zu einem religiösen Selbstgespräch werden.

Niklas: Ich glaube, ich verstehe jetzt auch besser, warum spontanes Gebet zwar gut, aber nicht automatisch reifer ist.

Im Café . . .



Alex: Spontanität ist wunderbar. Aber sie ist nicht dasselbe wie Authentizität. Vorgegebene Worte können sehr persönlich werden. Luther betete Psalmen, Vaterunser, Glaubensbekenntnis und andere biblisch geprägte Texte. Entscheidend war für ihn, dass diese Worte innerlich angeeignet werden.

Leonie: Das kenne ich sogar beim Vaterunser. Manchmal bete ich es gedankenlos. Aber manchmal bleibe ich schon bei „Unser Vater“ hängen und komme gar nicht weiter.

Alex: Und dann hast du vermutlich nicht schlechter gebetet, weil du den Rest nicht geschafft hast.

Niklas: Das klingt fast nach einem Hinweis auf unser nächstes Gespräch.

Alex: Allerdings. Denn wenn wir fragen, wie Gottes Wort unser Gebet formt, gibt es neben den Psalmen ein Gebet, das noch einmal einen besonderen Rang hat.

Leonie: Weil Jesus es selbst seinen Jüngern gegeben hat.

Alex: Ja. Sie sagen zu ihm: „Herr, lehre uns beten“ (Lk 11,1). Und Jesus antwortet nicht mit einer Theorie über Gebet, sondern gibt ihnen ein Gebet.

Niklas: Dann ist das Vaterunser eigentlich die naheliegendste Schule des Gebets überhaupt.

Alex: Genau dort sollten wir weitergehen. Nicht nur: Wie kann man das Vaterunser aufsagen? Sondern: Was lehrt Jesus uns damit darüber, wie wir beten und was uns im Gebet wichtig werden darf?

Im Café . . .



Auf den Punkt

Christliches Gebet wächst aus dem Hören. Gottes Wort gibt unserem Gebet Inhalt, korrigiert unsere Vorstellungen von Gott und weitet es über unsere immer gleichen Gedanken und Anliegen hinaus.

Besonders die Psalmen werden dadurch zu einer Sprachschule des Gebets. Sie geben Freude und Angst, Lob und Klage, Schuld und Hoffnung Worte und tragen unser wirkliches Leben vor Gott.

Luthers vier Bewegungen – Lehre, Dank, Bekenntnis und Bitte – zeigen zusätzlich einen einfachen Weg, wie aus einem Bibeltext persönliche Antwort werden kann.

Die Methode ist dabei nie das Ziel. Entscheidend ist die Bewegung: Gott spricht – wir hören – wir antworten. Und Jesus selbst hat seinen Jüngern dafür ein Gebet gegeben. Genau darum geht es als Nächstes: das Vaterunser als Schule des Gebets.

Im Café . . .



05_Wie Jesus uns beten lehrt

Leonie: Ich finde es spannend, dass die Jünger Jesus tatsächlich fragen: „Herr, lehre uns beten“ (Lk 11,1). Sie hatten ihn ja schon oft beten sehen. Offenbar war ihnen klar: Da gibt es etwas zu lernen.

Niklas: Und Jesus antwortet nicht: „Betet einfach ganz spontan aus dem Herzen.“ Er gibt ihnen Worte.

Alex: Das ist ein wichtiger Punkt. Spontanes Gebet ist wertvoll, aber Jesus hält vorgegebene Worte offensichtlich nicht für weniger geistlich. In Matthäus 6 und Lukas 11 gibt er seinen Jüngern ein Gebet, das Christen seit zweitausend Jahren beten. Und gleichzeitig ist das Vaterunser viel mehr als ein Text zum Auswendiglernen. Es zeigt uns, wie Jesus Gebet ordnet.

Leonie: Dann sollten wir es vielleicht weniger als fertiges Gebet und mehr als eine Art Landkarte betrachten.

Alex: Beides gehört zusammen. Ihr dürft das Vaterunser genauso beten, wie Jesus es gegeben hat. Aber ihr könnt euch auch an seinen einzelnen Bitten entlangbewegen und daraus eigene Gebete entwickeln. Luther, Bonhoeffer und Keller haben das Vaterunser genau in diesem Sinn als eine grundlegende Schule des Gebets verstanden.

Niklas: Dann beginnen wir vorne: „Unser Vater im Himmel.“

Alex: Und bevor wir sofort weiterlesen, lohnt es sich, dort stehenzubleiben. Mit wem rede ich? Nicht mit einer anonymen höheren Macht. Nicht mit einem Gott, dessen Aufmerksamkeit ich gewinnen muss. Jesus lädt seine Jünger ein, Gott Vater zu nennen.

Leonie: Das verbindet sich direkt mit unserem ersten Gespräch. Gebet beginnt bei Beziehung.

Im Café . . .



Alex: Ja. Und „im Himmel“ bewahrt gleichzeitig davor, diese Nähe zu verniedlichen. Der Vater ist nicht einfach mein Kumpel. Wir kommen zu dem Gott, der Himmel und Erde geschaffen hat – und dürfen ihn Vater nennen. Nähe und Ehrfurcht gehören zusammen.

Niklas: Und dann fällt auf, dass Jesus nicht sagt: „Mein Vater“.

Alex: Sondern „unser“ Vater. Auch das formt Gebet. Selbst wenn ihr allein in eurem Zimmer betet, gehört ihr zu einer Gemeinschaft. Christliches Gebet ist nie nur „Gott und ich“. Ihr betet als Teil des Volkes Gottes.

Leonie: Dann kommt: „Geheiligt werde dein Name.“ Ich gebe zu, dass das für mich lange einer der unklarsten Sätze im Vaterunser war. Gottes Name ist doch schon heilig. Was bitten wir da eigentlich?

Alex: Wir bitten darum, dass Gott als der erkannt, geehrt und verehrt wird, der er ist. Dass sein Name in unserem Leben und in dieser Welt Gewicht bekommt. Es ist eine Bitte, die den Blick weg von uns und auf Gott richtet.

Niklas: Und genau das ist auffällig: Jesus beginnt nicht mit unseren Problemen.

Alex: Das halte ich für eine der wichtigsten Lektionen des Vaterunsers. Unsere Bedürfnisse kommen vor – ausdrücklich. Aber sie stehen nicht am Anfang. Zuerst geht es um Gottes Namen, Gottes Reich und Gottes Willen. Erst danach um unser Brot, unsere Schuld und unsere Gefährdung. Jesus verdrängt unsere Anliegen nicht, aber er ordnet sie in Gottes größere Wirklichkeit ein.

Leonie: Das könnte schon etwas mit mir machen, wenn ich morgens sofort mit meiner To-do-Liste und meinen Sorgen aufwache.

Im Café . . .



Alex: Ja – wobei wir wieder sorgfältig sagen: Das Vaterunser ist keine psychologische Technik, die automatisch eure Perspektive verändert. Aber indem ihr euch an Jesu Gebet ausrichtet, kann Gottes Geist eure Aufmerksamkeit und eure Wünsche neu ordnen.

Niklas: Dann wäre „Geheiligt werde dein Name“ eine Art Anbetung?

Alex: Ja, aber als Bitte formuliert. Wir sagen nicht nur: „Gott, du bist heilig“, sondern: „Lass deinen Namen geehrt werden. In mir. In deiner Gemeinde. In unserer Welt.“ Und plötzlich kann daraus ein ziemlich konkretes Gebet werden.

Leonie: Zum Beispiel: „Lass mein Verhalten heute zu dem passen, was ich über dich bekenne.“

Alex: Oder: „Lass Menschen in meiner Umgebung etwas von deiner Güte erkennen.“ Die kurze Bitte öffnet einen großen Raum.

Niklas: Danach: „Dein Reich komme.“ Das klingt noch größer.

Alex: Ist es auch. Wir bitten darum, dass Gottes gute Herrschaft Raum gewinnt. Jesus verkündigt das Reich Gottes als zentrale Botschaft seines Dienstes. Wenn wir „Dein Reich komme“ beten, sagen wir: Gott, setze dich durch mit deiner Gerechtigkeit, deinem Frieden, deiner Heilung und deiner Rettung.

Leonie: Dann betrifft das nicht nur die Zukunft.

Alex: Nein. Natürlich enthält es die große Hoffnung auf Gottes vollendetes Reich. Aber wir bitten zugleich darum, dass seine Herrschaft schon jetzt sichtbar wird. In unserem Leben, in Beziehungen, in Gemeinden, in Situationen von Unrecht und Not.

Im Café . . .



Niklas: Das macht die Bitte ziemlich gefährlich. Wenn ich bete „Dein Reich komme“, könnte Gott mich anschließend fragen, ob ich bereit bin, mich für Versöhnung oder Gerechtigkeit einzusetzen.

Alex: Genau deshalb gehören Gebet und Handeln zusammen. Ihr bittet Gott nicht, sein Reich zu bringen, während ihr gleichzeitig jede Beteiligung daran ablehnt.

Leonie: Und dann kommt „Dein Wille geschehe“. Für manche klingt das fast wie Resignation: Am Ende macht Gott sowieso, was er will.

Alex: So verstehe ich Jesus nicht. Das Vaterunser ist bis dahin voller Sehnsucht. „Dein Wille geschehe“ bedeutet nicht: Mir ist alles egal. Es ist vielmehr die Bitte: Gott, lass das, was du willst und was gut ist, in dieser Welt und auch in mir geschehen. „*Wie im Himmel, so auf Erden!*“

Niklas: Also Hingabe, aber nicht Passivität.

Alex: Richtig. Und später werden wir bei Gethsemane sehen, dass Jesus selbst einen sehr klaren eigenen Wunsch äußert und sich zugleich dem Willen des Vaters anvertraut. Hingabe bedeutet nicht, keinen eigenen Willen mehr zu haben.

Leonie: Interessant ist, dass wir bis hierhin noch kein einziges persönliches Bedürfnis genannt haben.

Alex: Und dann kommt sehr bodenständig: „Unser tägliches Brot gib uns heute.“

Niklas: Das gefällt mir. Nach Gottes Reich kommt Frühstück.

Alex: Und genau das sagt etwas über Gott. Jesus hält unsere alltäglichen Bedürfnisse nicht für zu banal. Brot steht zunächst tatsächlich für Versorgung.

Im Café . . .



Wir dürfen Gott um Essen, Arbeit, Wohnung, Kraft und das bitten, was wir für unser Leben brauchen.

Leonie: „Täglich“ finde ich dabei interessant. Nicht: Gib mir heute Sicherheit für die nächsten dreißig Jahre.

Alex: Die Formulierung führt in ein tägliches Vertrauen. Das erinnert an das Manna in der Wüste: genug für den jeweiligen Tag. Natürlich ist Vorsorge nicht falsch. Aber das Vaterunser hält uns in einer Haltung des Empfangens.

Niklas: Und wieder „unser“ Brot. Nicht nur meines.

Alex: Sehr wichtig. Wenn ich um unser tägliches Brot bete, kann ich schwer völlig gleichgültig gegenüber Menschen bleiben, die keines haben. Das Vaterunser bewahrt Gebet ständig davor, rein privat zu werden.

Leonie: Dann kommt der Teil, der unangenehmer ist: „Vergib uns unsere Schuld.“

Alex: Ja. Jesus geht davon aus, dass Menschen, die beten, regelmäßig Vergebung brauchen. Das ist bemerkenswert nüchtern. Eine Schule des Gebets ist keine Schule für Menschen, die immer geistlicher werden und irgendwann kaum noch etwas zu bekennen haben.

Niklas: Und die Bitte verbindet meine Vergebung sofort mit meinem Umgang mit anderen: „wie auch wir vergeben unseren Schuldigern“.

Alex: Das macht Jesus sehr ernst. Wir leben selbst von Gnade und sollen deshalb nicht gleichzeitig an der Schuld anderer festhalten, als wären wir Menschen, die keine Vergebung nötig hätten.

Leonie: Aber da sollten wir aufpassen. Vergeben heißt nicht, dass Missbrauch oder schweres Unrecht plötzlich belanglos sind oder dass Vertrauen sofort wiederhergestellt werden muss.

Im Café . . .



Alex: Unbedingt. Vergebung ist nicht dasselbe wie Verharmlosung, Versöhnung oder automatisch erneuerte Nähe. Aber das Vaterunser stellt trotzdem eine unbequeme Frage: Kann ich dauerhaft um Gnade für mich bitten und sie dem anderen grundsätzlich verweigern?

Niklas: Dann bringt Jesus im Gebet nicht nur unsere Bedürfnisse vor Gott. Er bringt auch unsere Beziehungen hinein.

Alex: Und unsere Schuld. Wir müssen vor Gott nicht das Bild eines erfolgreichen Christen aufrechterhalten. Das Evangelium macht Ehrlichkeit möglich: Weil unsere Annahme bei Gott nicht auf moralischer Leistung beruht, können wir Schuld bekennen, ohne uns selbst retten zu müssen. Dieser Zusammenhang ist besonders bei Keller stark.

Leonie: Danach wird es wieder sehr realistisch: „Führe uns nicht in Versuchung.“

Niklas: Da stolpere ich sprachlich immer. Führt Gott Menschen denn in Versuchung?

Alex: Jakobus sagt ausdrücklich: Gott versucht niemanden zum Bösen (Jak 1,13). Die Bitte kann deshalb im Sinn von Bewahrung verstanden werden: Lass uns in Prüfung und Versuchung nicht untergehen. Bewahre uns davor, der Macht des Bösen zu erliegen.

Leonie: Und dann wird das noch deutlicher: „Erlöse uns von dem Bösen.“

Alex: Ja. Die Formulierung kann sowohl das Böse allgemein als auch den Bösen, also eine personale Macht des Bösen, meinen. In jedem Fall nimmt Jesus ernst, dass wir Schutz und Bewahrung brauchen. Eine Gebetsschule, in der es nur um innere Ruhe und schöne Erfahrungen mit Gott geht, würde deshalb einen wichtigen Teil des Vaterunsers ausblenden.

Im Café . . .



Niklas: Jesus lehrt uns also auch, um Schutz zu beten.

Alex: Vor Versuchung, vor Bösem, vor Kräften, die uns von Gott wegziehen. Später, wenn wir über die verschiedenen Formen des Gebets sprechen, wird geistlicher Kampf noch einmal auftauchen.

Leonie: Wenn man das alles zusammennimmt, steckt tatsächlich erstaunlich viel im Vaterunser.

Alex: Das ist der Grund, warum es in der christlichen Tradition immer wieder als Gebetsschule verstanden wurde. Das Material, mit dem wir arbeiten, nennt seine Bewegungen sehr treffend: Beziehung, Anbetung, Sehnsucht nach Gottes Herrschaft, Hingabe, Versorgung, Vergebung und Bewahrung.

Niklas: Aber wie würde ich es praktisch als Gebetsweg nutzen? Sagen wir, ich habe zwanzig Minuten.

Alex: Ihr könntet das Vaterunser langsam beten und bei jeder Bitte einen Moment bleiben. Nicht unbedingt zwanzig Minuten lang – aber wir probieren es gedanklich einmal.

Du beginnst mit „Unser Vater im Himmel“ und bleibst bei der Beziehung: „Danke, dass ich durch Jesus zu dir kommen darf. Hilf mir, dir heute als Vater zu vertrauen.“

Bei „Geheiligt werde dein Name“ richtest du den Blick auf Gott: „Zeige mir neu, wer du bist. Lass dein Wesen in meinem Leben sichtbar werden.“

„Dein Reich komme“ kann zur Fürbitte werden: für deine Stadt, die Gemeinde, Menschen, die Jesus noch nicht kennen, für Frieden und Gerechtigkeit.

Bei „Dein Wille geschehe“ kannst du eine Entscheidung vor Gott legen und sagen: „Ich habe einen Wunsch, aber ich möchte deinen Weg gehen.“

Im Café . . .



„Unser tägliches Brot“ öffnet den Raum für konkrete Bedürfnisse – deine und die anderer.

„Vergib uns unsere Schuld“ führt in Bekenntnis und Vergebung.

Und die letzte Bitte wird zum Gebet um Bewahrung für dich und andere.

Leonie: Dann bleibt mein Gebet persönlich, wird aber viel weiter als meine spontane Liste.

Alex: Genau das ist die Stärke. Jesus nimmt eure Anliegen nicht weg. Er gibt ihnen einen größeren Horizont.

Niklas: Ich sehe noch etwas: Das Vaterunser könnte verhindern, dass mein Gebetsleben von meiner momentanen Stimmung bestimmt wird. Wenn es mir gut geht, bete ich trotzdem um Vergebung und Bewahrung. Wenn ich voller Sorgen bin, beginne ich trotzdem mit Gottes Namen und Reich.

Alex: Das ist eine wichtige Beobachtung. Vorgegebene Gebete können uns Dinge beten lassen, die wir gerade nicht spontan fühlen würden. Und genau darin liegt ein Teil ihres Wertes.

Leonie: Wobei man das Vaterunser natürlich auch komplett gedankenlos heruntersprechen kann.

Alex: Selbstverständlich. Jesus warnt unmittelbar vor dem Vaterunser vor einem gedankenlosen Vielreden, als würde die Menge der Worte Gott beeindrucken (Mt 6,7–8). Ein vorgegebenes Gebet ist nicht automatisch lebendig. Aber ein spontanes ist es auch nicht.

Niklas: Dann ist die eigentliche Frage nicht: vorgegeben oder spontan?

Alex: Sondern: Bin ich wirklich mit Gott im Gespräch? Vorgegebene Worte können dabei helfen, und eigene Worte können daraus wachsen.

Im Café . . .



Leonie: Was hältst du davon, das Vaterunser jeden Tag zu beten?

Alex: Das kann eine wunderbare Praxis sein. Christen tun das seit Jahrhunderten. Aber ich würde auch daraus kein Gesetz machen. Manche Menschen werden es täglich beten, andere regelmäßig. Entscheidend ist, dass wir Jesu Gebet nicht nur kennen, sondern uns von ihm lehren lassen.

Niklas: Luther hat es doch teilweise extrem langsam gebetet, oder?

Alex: Ja. Er beschreibt, dass manchmal schon eine einzelne Bitte so viele eigene Gedanken und Gebete auslöste, dass er nicht einmal durch das ganze Vaterunser kam. Für ihn war das kein Problem. Wenn das eigene Gebet lebendig wurde, sollte man ihm Raum geben. Die Struktur dient der Beziehung.

Leonie: Dann ist das Vaterunser vielleicht eher ein Wegweiser als eine Stoppuhr.

Alex: Das gefällt mir.

Niklas: Mir fällt auf, dass wir inzwischen schon mehrere Arten des Betens benutzt haben, ohne sie systematisch zu benennen. Anbetung, Dank, Bitte, Fürbitte, Bekenntnis, Hingabe, Schutzgebet.

Leonie: Und die Psalmen hatten noch Klage und Ringen.

Alex: Damit kommt ihr genau zur nächsten Etappe unserer Schule. Viele Menschen denken bei Gebet hauptsächlich an Bitten. Die Bibel kennt aber eine viel größere Sprache.

Niklas: Dann wird das nächste Gespräch ein Überblick über Gebetsformen?

Alex: Ja – aber hoffentlich kein Katalog zum Abhaken. Wir sollten entdecken, warum eine lebendige Beziehung zu Gott viele verschiedene Sprachen braucht.

Im Café . . .



Auf den Punkt

I Das Vaterunser ist weit mehr als ein auswendig gelerntes Gebet. Jesus gibt seinen Jüngern damit eine Grundordnung des Betens: Beziehung zum Vater, Gottes Name, sein Reich und sein Wille – und darin unsere Versorgung, Schuld und Gefährdung.

C Unsere persönlichen Anliegen verschwinden nicht. Aber Jesus stellt sie in Gottes größere Wirklichkeit hinein. So kann das Vaterunser zugleich fertiges Gebet und Weg für eigene Gebete sein.

Und dabei zeigt sich bereits: Gebet hat viele Sprachen. Genau diese Weite schauen wir uns als Nächstes an.

Im Café . . .



06_Gebet hat mehr Sprachen, als wir denken

Niklas: Nach dem Vaterunser habe ich den Eindruck, dass ich Gebet bisher ziemlich eng gedacht habe. Für mich war Beten lange vor allem: Gott sagen, was ich brauche. Vielleicht noch danken. Aber wenn man Jesus und die Psalmen anschaut, ist das viel größer.

Leonie: Mir geht es ähnlich. Im Vaterunser tauchen ja schon Anbetung, Hingabe, Bitte, Vergebung und Bewahrung auf. Und in den Psalmen kommt noch Klage dazu. Ich glaube, ich habe Gebet oft behandelt wie eine einzige Sprache mit sehr wenigen Wörtern.

Alex: Das ist ein gutes Bild. Eine lebendige Beziehung braucht mehr als eine Ausdrucksform. Wenn zwei Menschen miteinander nur darüber sprechen würden, was einer vom anderen braucht, wäre das auf Dauer eine ziemlich einseitige Beziehung. Bei Gott ist es ähnlich. Bitten gehört unbedingt dazu, aber es ist eben nicht alles.

Niklas: Dann wäre die Frage heute nicht: Welche Gebetsformen muss ich beherrschen? Sondern: Welche Sprachen kennt die Beziehung zu Gott?

Alex: So würde ich es lieber sagen. Denn sobald wir daraus eine Liste machen, entsteht leicht das nächste geistliche Trainingsprogramm: Lob erledigt, Dank erledigt, Fürbitte erledigt. Die Vielfalt des Gebets soll uns weiten, nicht belasten. Richard Foster ordnet Gebet deshalb sehr breit: nach innen, nach oben und nach außen. Gemeint ist nicht ein starres System, sondern die Beobachtung, dass Gebet unser eigenes Leben vor Gott bringt, sich auf Gott selbst richtet und sich zugleich anderen Menschen und der Welt zuwendet.

Leonie: Dann fangen wir mit dem Naheliegendsten an: Lob.

Im Café . . .



Alex: Im Lob richtet sich unsere Aufmerksamkeit darauf, wer Gott ist. Seine Güte, Treue, Heiligkeit, Macht, Barmherzigkeit. Das kann sehr schlicht sein. „Gott, du bist treu.“ Oder: „Du bist geduldig mit mir.“ Lob ist nicht zuerst die Beschreibung meiner Stimmung, sondern die Antwort auf Gottes Wesen.

Niklas: Und Anbetung ist dasselbe?

Alex: Verwandt, aber ich würde einen kleinen Unterschied machen. Lob kann benennen, was wir an Gott sehen und bewundern. Anbetung geht noch tiefer: Ich suche Gott nicht nur wegen seiner Gaben, sondern um seiner selbst willen. Keller betont das stark. Wir kommen mit Bedürfnissen zu Gott, aber das höchste Gut des Gebets ist letztlich Gott selbst.

Leonie: Also nicht nur: Danke, dass du mir geholfen hast. Sondern irgendwann auch: Ich freue mich an dir, unabhängig davon, was du mir gerade gibst.

Alex: Ja. Und das ist kein frommer Luxus für besonders reife Christen. Es ist eine wichtige Korrektur. Wenn ich Gott nur aufsuche, wenn ich etwas brauche, wird er leicht zum Mittel für mein eigentliches Ziel.

Niklas: Dann wäre Dank noch einmal etwas anderes. Da schaue ich auf das Empfangene.

Alex: Dankbarkeit erkennt, dass mein Leben nicht nur aus dem besteht, was ich selbst erarbeitet oder kontrolliert habe. Leben, Menschen, Versorgung, Vergebung, Schönheit, Möglichkeiten – vieles empfangen. Dank macht aus dem Selbstverständlichen wieder ein Geschenk.

Leonie: Das finde ich praktisch. Manchmal verändert sich meine Gebetszeit schon dadurch, dass ich konkret werde. Nicht einfach: „Danke für alles“, sondern: „Danke für dieses Gespräch. Danke für den Menschen, der mir geholfen hat. Danke, dass ich heute genug hatte.“

Im Café . . .



Alex: Das kann sehr gut sein. Und wir sollten auch hier wieder sagen: Dankbarkeit ist keine Technik, mit der wir uns in eine bessere Stimmung bringen. Aber indem wir Gottes Gaben wahrnehmen und benennen, kann sein Geist unsere Wahrnehmung schärfen.

Niklas: Dann kommen wir zum Bitten. Das hatten wir schon ausführlich.

Alex: Ja, deshalb müssen wir es nicht wiederholen. Nur dies: Eine reife Gebetsschule redet das Bittgebet nicht klein. Jesus lädt uns ein, um Brot, Hilfe, Heilung, Weisheit, offene Türen und Bewahrung zu bitten. Luther, Lewis, Willard und Greig erinnern alle daran, dass christliches Gebet wirklich etwas von Gott erwarten darf.

Leonie: Und Fürbitte ist dann Bitten für andere?

Alex: Mehr als nur eine Variante davon. In der Fürbitte nehme ich die Not eines anderen Menschen in mein Gespräch mit Gott hinein. Ich trage jemanden vor Gott. Das kann Krankheit sein, eine Krise, eine Entscheidung, eine Beziehung, die Gemeinde, eine Stadt oder ein Land.

Niklas: Bonhoeffer hat dazu doch einen starken Gedanken: Wenn ich für jemanden bete, verändert das auch meinen Blick auf ihn.

Alex: Ja. Besonders bei schwierigen Menschen ist das interessant. Es ist nicht leicht, jemanden dauerhaft nur als Gegner zu sehen und ihn gleichzeitig ehrlich vor Gott zu tragen. Fürbitte kann unseren Blick weiten, auch wenn sie den Konflikt nicht einfach auflöst.

Leonie: Und vielleicht nimmt Gott mich danach in die Antwort hinein. Wenn ich für Versöhnung bete, könnte er mir zeigen, dass ich den ersten Schritt tun soll.

Im Café . . .



Alex: Das passt zu dem, was wir über die Beteiligung des Menschen gesagt haben. Gebet und Handeln sind keine Gegensätze.

Niklas: Jetzt würde ich gerne über Bekenntnis sprechen. Das wirkt in Gebetsbüchern oft etwas gedrückt, fast wie ein Pflichtteil.

Alex: Dabei ist es eigentlich eine sehr hoffnungsvolle Gebetsform. Bekenntnis bedeutet, dass ich vor Gott die Wahrheit über mein eigenes Leben sage: Ich habe gesündigt. Ich war lieblos. Ich habe mich selbst zum Mittelpunkt gemacht. Ich habe verletzt.

Leonie: Und ich muss mich dabei nicht selbst zerlegen.

Alex: Eben. Das Evangelium macht Ehrlichkeit möglich. Wenn meine Annahme bei Gott nicht von meiner moralischen Leistung abhängt, muss ich meine Schuld nicht verteidigen oder beschönigen. Keller verbindet genau diese Freiheit mit der Gnade.

Niklas: Dann ist Bekenntnis nicht: Ich mache mich vor Gott möglichst klein. Sondern: Ich höre auf, mich vor ihm größer oder besser darzustellen, als ich bin.

Alex: Das ist sehr treffend.

Leonie: Und dann Klage. Ich glaube, die fehlt vielen Christen fast vollständig.

Alex: Ja. Dabei ist sie biblisch sehr stark vertreten. „Warum?“ „Wie lange noch?“ „Wo bist du?“ „Warum hast du nicht eingegriffen?“ Das sind keine unchristlichen Sätze. Die Psalmen zensieren solche Fragen nicht.

Niklas: Aber ist Klage nicht ein Mangel an Vertrauen?

Alex: Nicht zwangsläufig. Klage kann gerade eine Form des Vertrauens sein, weil ich mit meinem Schmerz zu Gott gehe. Der Unglaube kann sich von Gott

Im Café . . .



abwenden. Die Klage bleibt im Gespräch. Sie schreit vielleicht, aber sie schreit zu Gott.

Leonie: Das finde ich stark, weil man im Leid sonst oft zusätzlich das Gefühl bekommt, man müsse vor Gott noch „richtig“ reagieren.

Alex: Das wäre eine unnötige Last. Eine Schule des Gebets muss Raum dafür lassen, dass Menschen vor Gott nicht nur glauben, danken und hoffen, sondern auch ringen.

Niklas: Was ist mit Hingabe? Das war im Vaterunser schon bei „Dein Wille geschehe“.

Alex: Hingabe bedeutet, Gott nicht nur meine Wünsche zu sagen, sondern mich ihm anzuvertrauen. Das ist etwas anderes als Wunschlosigkeit. Ich darf sehr klar sagen, was ich will. Und ich kann gleichzeitig lernen zu beten: „Ich vertraue dir mehr als meiner eigenen Sicht.“

Leonie: Das ist wahrscheinlich einer der schwierigsten Teile des Gebets.

Alex: Sehr oft. Foster nennt diese Bewegung unter anderem „Yielding“ – sich Gott überlassen. Pete Greig hat denselben Gedanken in seinem P.R.A.Y.-Modell am Ende: Yield. Hören, loslassen, sich Gottes Willen anvertrauen.

Niklas: Dann sind wir schon ziemlich weit. Lob, Anbetung, Dank, Bitte, Fürbitte, Bekenntnis, Klage, Hingabe. Fehlt noch Schweigen?

Alex: Ja, und das ist für manche Menschen die ungewohnteste Form. Gebet muss nicht ständig aus Sätzen bestehen. Es kann auch bedeuten, bewusst vor Gott zu sein: „Hier bin ich. Du bist da.“

Leonie: Aber wir hatten ja schon gesagt, dass christliches Schweigen keine Reise ins Nichts ist.

Im Café . . .



Alex: Das ist wichtig. Es ist aufmerksame Gegenwart vor einem Gegenüber. Guardini, Foster und Nouwen betonen diese Form stark. Nicht analysieren, nicht produzieren, nicht etwas erreichen – sondern bei Gott sein.

Niklas: Und dann kommt Hören. Das klingt noch einmal anders als Schweigen.

Alex: Ja. Schweigen kann einfach bedeuten, still vor Gott zu sein. Hören heißt zusätzlich: Ich bin offen dafür, dass Gott mich anspricht.

Leonie: Grundlegend durch die Schrift.

Alex: Das muss die Basis bleiben. Bonhoeffer und Peterson würden sehr darauf bestehen. Gottes Wort gibt unserem Gebet Richtung und schützt uns davor, unsere eigenen Gedanken vorschnell für Gottes Stimme zu halten. Aber die Frage, ob und wie Gott darüber hinaus konkret führt, verdient ein eigenes Gespräch. Das sollten wir heute nicht nebenbei erledigen.

Niklas: Das heißt, wir parken diesmal tatsächlich etwas.

Alex: Ja, aber mit Absicht.

Leonie: Fehlt noch Ringen. Ich denke an Jakob, an Mose oder an Jesus in Gethsemane.

Alex: Ringen gehört unbedingt zur Sprache des Gebets. Es gibt Situationen, in denen Menschen nicht einmal bitten und dann ruhig weitergehen. Sie bleiben dran. Sie wiederholen eine Bitte. Sie kämpfen innerlich um Vertrauen. Sie tragen eine Situation lange vor Gott.

Niklas: Das ist interessant, weil Wiederholung manchmal als geistlich minderwertig angesehen wird. Als hätte man beim ersten Mal nicht genug geglaubt.

Im Café . . .



Alex: Jesus selbst ermutigt zum beharrlichen Gebet. In Lukas 18 erzählt er die Geschichte von der Witwe und dem ungerechten Richter ausdrücklich mit dem Ziel, dass die Jünger „allezeit beten und nicht nachlassen sollten“ (Lk 18,1). Beharrlichkeit ist nicht automatisch Unglaube.

Leonie: Und gleichzeitig kann sie in Manipulation kippen, wenn ich denke: Wenn ich nur lange genug bete, muss Gott irgendwann nachgeben.

Alex: Deshalb bleibt die Beziehung entscheidend. Beharrliches Gebet ist nicht das Bearbeiten eines widerstrebenden Gottes, bis er endlich einlenkt. Es ist das beharrliche Bleiben vor einem Vater, dem ich vertraue, auch wenn ich noch keine Antwort sehe.

Niklas: Was ist mit Segen? Gehört das auch zur Gebetssprache?

Alex: Ja. Wir können Menschen Gottes Güte, Frieden und Bewahrung zusprechen und für sie erbitten. Die Bibel kennt das sehr deutlich, etwa im aaronitischen Segen aus 4. Mose 6,24–26. Auch das ist Gebet, das über mich selbst hinausführt.

Leonie: Und geistlicher Kampf?

Alex: Ebenfalls. Jesus lehrt uns, um Erlösung vom Bösen zu bitten. Paulus spricht davon, im Geist zu beten und dabei wachsam zu sein (Eph 6,18). Aber auch dieses Thema braucht Nüchternheit. Geistlicher Kampf bedeutet nicht, möglichst dramatische Gebete zu formulieren oder überall dämonische Ursachen zu vermuten.

Niklas: Sondern?

Alex: Wir rechnen damit, dass das Böse real ist, widerstehen ihm in Christus und bitten um Gottes Schutz, Wahrheit, Freiheit und Eingreifen. Die Autorität liegt bei Christus, nicht bei der Lautstärke unserer Gebete.

Im Café . . .



Leonie: Wenn man das alles zusammenfasst, ist Gebet wirklich eine große Sprache.

Alex: Und niemand muss jeden Morgen alle Dialekte sprechen.

Niklas: Das ist wichtig. Sonst sehe ich schon die nächste Tabelle vor mir: Montag Lob, Dienstag Klage, Mittwoch geistlicher Kampf.

Alex: Solche Strukturen können jemandem helfen, aber sie dürfen nicht zum Gesetz werden. Das Leben bringt unterschiedliche Gebete hervor. Wenn ein Freund schwer krank ist, wird Fürbitte einen größeren Raum einnehmen. Nach einer großen Bewahrung vielleicht Dank. Nach eigenem Versagen Bekenntnis. In einer Zeit der Trauer Klage.

Leonie: Und manchmal brauche ich vielleicht eine Sprache, die gerade nicht meiner Stimmung entspricht. Das hatten wir bei den Psalmen.

Alex: Das ist der zweite wichtige Punkt. Gebetsformen bilden nicht nur ab, was ohnehin da ist. Sie können unseren Horizont weiten. Wenn ich ausschließlich bitte, lerne ich vielleicht Anbetung. Wenn ich nur ruhig kontemplativ bete, erinnert mich Luther: Bitte auch konkret. Wenn ich nur mit meinen eigenen Sorgen beschäftigt bin, führt mich Fürbitte zu anderen Menschen.

Niklas: Foster beschreibt deshalb eine Entwicklung des Gebetslebens: vom Reden zum Hören, vom Bitten zur Anbetung, vom Festhalten zur Hingabe, von einzelnen Gebetszeiten zu einem Leben in Gottes Gegenwart.

Alex: Ja. Aber ich würde daraus keine Stufenleiter machen. Ein alter Christ darf immer noch um sein tägliches Brot bitten. Ein reifer Mensch klagt nicht weniger, wenn etwas Schreckliches geschieht. Reife heißt nicht, einfache Gebetsformen hinter sich zu lassen. Eher wird die Sprache weiter.

Im Café . . .



Leonie: Dann könnte jemand seit dreißig Jahren beten und trotzdem entdecken: Ich habe fast nie geklagt. Oder ich habe Gott kaum einmal angebetet, ohne etwas von ihm zu wollen.

Alex: Und genau darin liegt die Einladung dieses Gesprächs: nicht alles sofort praktizieren, sondern neugierig werden. Welche Gebetssprache ist mir vertraut? Welche vermeide ich? Wo könnte Gott meinen Horizont erweitern?

Niklas: Ich glaube, bei mir wäre es tatsächlich das Hören. Reden kann ich gut. Auch bitten. Aber wenn jemand sagt: „Hör mal, was Gott dir sagen möchte“, werde ich sofort skeptisch.

Leonie: Bei mir ist es fast umgekehrt. Ich finde die Vorstellung schön, dass Gott spricht, aber ich frage mich ständig, woher ich wissen soll, ob ein Gedanke von Gott kommt oder einfach von mir.

Alex: Dann habt ihr beide schon die Fragen für das nächste Gespräch geliefert. Denn wenn Gebet Beziehung ist, liegt die Frage nahe: Redet Gott auch mit uns – und wie können wir lernen, aufmerksam zu hören, ohne unsere eigenen Gedanken vorschnell mit seiner Stimme zu verwechseln?

Auf den Punkt

Gebet hat viele Sprachen, weil unsere Beziehung zu Gott und unser Leben viele Seiten haben. Wir loben und beten an, danken, bitten und treten für andere ein. Wir bekennen Schuld, klagen, geben uns Gott hin, schweigen, ringen und bitten um Bewahrung.

Keine dieser Formen ist für sich „das richtige Gebet“. Sie helfen uns, unser ganzes Leben vor Gott zu bringen und zugleich über unsere vertrauten Muster hinauszuwachsen.

Die nächste Frage liegt deshalb nahe: Wenn Gebet nicht nur Reden ist – wie hören wir auf Gott?

Im Café . . .



07_Redet Gott auch mit uns?

Niklas: Jetzt kommen wir an einen Punkt, bei dem ich vermutlich anstrengend werde.

Leonie: Das unterscheidet dieses Gespräch nicht wesentlich von den bisherigen.

Niklas: Sehr freundlich. Aber beim Thema „Gott hören“ werde ich tatsächlich skeptisch. Wenn jemand sagt: „Gott hat mir gesagt ...“, frage ich mich ziemlich schnell: Hat Gott das wirklich gesagt? Oder hatte derjenige einfach einen Gedanken und hat Gottes Namen davorgesetzt?

Leonie: Ich bin wahrscheinlich etwas offener als du. Ich glaube schon, dass Gott Menschen persönlich führen kann. Aber gerade deshalb beschäftigt mich die andere Seite: Woher weiß ich, ob ein Eindruck von Gott kommt, aus meinen eigenen Wünschen oder einfach aus meiner Fantasie?

Alex: Dann bringt ihr beide etwas Wichtiges mit. Niklas erinnert uns daran, nicht leichtfertig Gottes Autorität für unsere Gedanken zu beanspruchen. Und Leonie erinnert uns daran, dass Vorsicht nicht dazu führen sollte, dass wir gar nicht mehr mit Gottes persönlichem Reden rechnen.

Niklas: Also Offenheit und Nüchternheit.

Alex: Beides brauchen wir. Und vielleicht sollten wir mit der Frage beginnen: Warum reden Christen überhaupt davon, dass Gott spricht?

Leonie: Weil die ganze Bibel davon erzählt. Gott spricht Abraham an, Mose, die Propheten. Jesus redet mit seinen Jüngern. In der Apostelgeschichte führt der Heilige Geist Menschen ziemlich konkret.

Alex: Richtig. Ein schweigender Gott wäre der Bibel fremd. Schon unsere ersten Gespräche haben darauf aufgebaut: Christliches Gebet beginnt damit,

Im Café . . .



dass Gott gesprochen hat. Er hat sich in der Geschichte Israels offenbart und in Jesus Christus auf einzigartige Weise zu erkennen gegeben. Und diese Offenbarung ist uns in der Schrift bezeugt.

Niklas: Dann sollten wir vielleicht gleich eine Unterscheidung einführen. Wenn ich die Bibel lese, ist das etwas anderes, als wenn ich beim Beten plötzlich den Gedanken habe, ich solle einen bestimmten Menschen anrufen.

Alex: Unbedingt. Die Schrift ist für Christen die grundlegende und verbindliche Orientierung. Ein persönlicher Eindruck besitzt nicht dieselbe Autorität. Das schützt uns vor einem ziemlich gefährlichen Satz: „Gott hat gesagt – deshalb brauchst du das nicht mehr zu prüfen.“

Leonie: Dann wäre die Bibel nicht einfach eine von mehreren Möglichkeiten, Gottes Stimme zu hören.

Alex: Nein. Sie gibt uns den Maßstab, an dem wir anderes prüfen. Wenn jemand den Eindruck hat, Gott fordere ihn zu etwas auf, das Gottes offenbarem Willen widerspricht, brauchen wir nicht lange über die Herkunft dieses Eindrucks zu rätseln.

Niklas: Einfaches Beispiel: Jemand sagt: „Gott hat mir gezeigt, dass ich meine Frau verlassen und diese andere Frau heiraten soll.“

Alex: Da würde ich nicht sagen: „Spannend, lass uns gemeinsam herausfinden, ob das wirklich Gott war.“ Ein Eindruck, der mich zum Ehebruch führt, widerspricht dem, was Gott bereits deutlich gesagt hat.

Leonie: Die schwierigeren Fragen entstehen dort, wo die Bibel keine konkrete Antwort gibt. Soll ich diese Arbeitsstelle annehmen? Soll ich umziehen? Soll ich diese Person ansprechen? Soll ich dieses Projekt beginnen?

Im Café . . .



Alex: Dort wird es interessanter. Die Bibel verspricht uns nicht für jede Lebensentscheidung eine persönliche Durchsage aus dem Himmel. Vieles entscheiden wir mit Weisheit, Gebet, vernünftigem Nachdenken und dem Rat anderer Menschen. Aber das bedeutet nicht, dass der Heilige Geist uns nicht auch konkret führen kann.

Niklas: Welche biblische Grundlage siehst du dafür?

Alex: In der Apostelgeschichte finden wir einiges. Philippus bekommt die konkrete Weisung, sich dem Wagen des ÄthiopiERS anzuschließen (Apg 8,29). Petrus wird auf die Begegnung mit Kornelius vorbereitet (Apg 10). In Antiochia spricht der Heilige Geist in eine betende Gemeinde hinein: „Sondert mir Barnabas und Saulus zu dem Werk aus, zu dem ich sie berufen habe“ (Apg 13,2). Paulus erlebt auf seinen Reisen Führung und auch Begrenzung durch den Geist (Apg 16,6–10).

Leonie: Das sind allerdings teilweise ziemlich besondere Situationen in der Apostelgeschichte.

Alex: Das stimmt. Deshalb wäre ich vorsichtig, daraus ein Schema zu bauen, nach dem jeder Christ täglich vergleichbare Erfahrungen machen müsste. Aber diese Texte zeigen zumindest: Der Heilige Geist ist keine unpersönliche Kraft. Er führt Menschen und Gemeinden.

Niklas: Jesus sagt in Johannes 10 auch: „Meine Schafe hören meine Stimme“ (Joh 10,27). Der Vers wird beim hörenden Gebet oft zitiert.

Alex: Ja, allerdings sollten wir den Zusammenhang beachten. Jesus beschreibt dort vor allem die Beziehung seiner Schafe zu ihm: Sie erkennen ihn, folgen ihm und gehören zu ihm. Der Vers ist keine detaillierte Anleitung dafür, wie man innere Eindrücke empfängt. Er passt zum größeren Bild, aber wir sollten ihm nicht mehr aufladen, als er im Zusammenhang sagt.

Im Café . . .



Leonie: Das finde ich hilfreich. Gerade beim Thema „Gott hören“ werden manchmal einzelne Verse sehr schnell zu Methoden.

Alex: Und dann entsteht leicht Druck. Jemand sitzt fünf Minuten still, hört nichts und denkt: Mit meiner Beziehung zu Gott stimmt etwas nicht.

Niklas: Oder der andere produziert in diesen fünf Minuten zehn Eindrücke und hält sich deshalb für besonders geistlich.

Alex: Beides ist problematisch. Gott ist frei in der Weise, wie er führt. Und wir sind unterschiedlich. Manche Christen berichten häufiger von konkreten Eindrücken, andere erleben Gottes Führung viel unspektakulärer – durch die Schrift, wachsende Überzeugungen, Weisheit, Gespräche und Umstände.

Leonie: Aber lass uns noch einmal ganz praktisch werden. Ich bete für eine Freundin, und plötzlich kommt mir sehr deutlich der Gedanke: Schreib ihr jetzt. Was mache ich damit?

Alex: Zunächst einmal könntest du ihr schreiben.

Niklas: Tiefste Theologie.

Alex: Du musst nicht vorher klären, ob der Gedanke zu 83 Prozent vom Heiligen Geist stammt. Wenn etwas gut, liebevoll und mit der Schrift vereinbar ist, darfst du darauf reagieren. Vielleicht schreibst du: „Ich musste gerade an dich denken. Wie geht es dir?“ Dafür brauchst du nicht einmal zu behaupten, Gott habe gesprochen.

Leonie: Das nimmt Druck heraus. Ich kann einem Eindruck folgen, ohne ihn sofort mit göttlicher Autorität auszustatten.

Alex: Das halte ich für eine wichtige geistliche Haltung. Besonders wenn andere Menschen betroffen sind. „Gott hat mir gesagt, dass du ...“ kann ungeheuren Druck erzeugen.

Im Café . . .



Niklas: Weil man dem anderen praktisch die Möglichkeit zum Widerspruch nimmt. Wenn er widerspricht, widerspricht er angeblich nicht mir, sondern Gott.

Alex: Deshalb gefällt mir eine bescheidenere Sprache besser: „Ich hatte beim Beten einen Gedanken, den ich dir gerne weitergeben möchte. Bitte prüfe selbst, ob etwas daran ist.“ Damit nehme ich meinen Eindruck ernst und gleichzeitig meine eigene Fehlbarkeit.

Leonie: Paulus fordert ja tatsächlich zum Prüfen auf. „Prophetische Rede verachtet nicht. Prüft aber alles, das Gute haltet fest“ (1Thess 5,20–21).

Alex: Dieser Text verbindet die beiden Seiten bemerkenswert gut. Nicht verachten – also offen bleiben. Alles prüfen – also nicht naiv werden. Das ist eine sehr gesunde Grundhaltung.

Niklas: Woran prüfe ich?

Alex: Zuerst an der Schrift. Dann an Gottes Charakter, wie er sich uns besonders in Jesus zeigt. Dazu kommen Weisheit, die möglichen Folgen und bei wichtigen Entscheidungen andere reife Christen. Je größer die Konsequenzen einer vermeintlichen Führung sind, desto weniger würde ich mich ausschließlich auf einen inneren Eindruck verlassen.

Leonie: Also bei „Schreib deiner Freundin“ kann ich relativ unkompliziert handeln. Bei „Kündige deinen Job und zieh in ein anderes Land“ sollte ich etwas gründlicher prüfen.

Alex: Das wäre ratsam. Besonders bei Entscheidungen, die kaum rückgängig zu machen sind, ist Demut wichtig. Ein starker innerer Eindruck kann bedeutsam sein, aber Intensität ist noch kein Wahrheitsbeweis.

Im Café . . .



Niklas: Das finde ich wichtig. Menschen können etwas unglaublich stark empfinden und trotzdem falschliegen.

Alex: Natürlich. Wir sind keine neutralen Empfänger. Unsere Wünsche, Ängste, Erfahrungen und Erwartungen wirken mit. Deshalb gehört Unterscheidungsvermögen zum geistlichen Leben. Wahrgenommene Eindrücke sollten an der Schrift, am Charakter Gottes, an Weisheit und gegebenenfalls gemeinsam mit anderen Christen geprüft werden.

Leonie: Was ist mit Umständen? Manche sagen: „Ich habe um ein Zeichen gebetet, und dann ist genau das passiert.“

Alex: Gott kann Umstände gebrauchen. In der Bibel finden wir auch Zeichen. Aber ich würde daraus keine normale Entscheidungsmaschine machen. Sonst kann fast alles zum geheimen Code werden: Das Auto vor mir hat ein Heidelberger Kennzeichen – vielleicht soll ich nach Heidelberg ziehen.

Niklas: Ich wusste, dass mein Kennzeichen geistliche Bedeutung hat.

Alex: Menschen sind ausgesprochen gut darin, Muster zu erkennen. Deshalb sollten Umstände eher ein Teil eines größeren Bildes sein als die einzige Grundlage einer wichtigen Entscheidung.

Leonie: Und was hältst du davon, Gott ganz konkret um ein Zeichen zu bitten?

Alex: Ich würde es nicht grundsätzlich verbieten. Gideon tut es beispielsweise mit dem Vlies (Ri 6,36–40). Aber auffällig ist, dass die Bibel daraus keine allgemeine Methode zur Entscheidungsfindung macht. Viel häufiger ruft sie zu Weisheit, Vertrauen und Gehorsam auf.

Im Café . . .



Niklas: Vielleicht steckt hinter dem Wunsch nach einem Zeichen manchmal auch der Wunsch, keine Verantwortung für eine Entscheidung übernehmen zu müssen.

Alex: Das kann passieren. „Gott hat mir gezeigt“ klingt sicherer als: „Ich habe gebetet, nachgedacht, Rat gesucht und halte diese Entscheidung für richtig.“ Aber geistliche Reife kann gerade bedeuten, unter Gottes Führung verantwortlich zu entscheiden, obwohl ich keine hundertprozentige Gewissheit habe.

Leonie: Das gefällt mir. Sonst kann das ganze Leben zu einer Jagd nach versteckten Botschaften werden.

Alex: Und dabei übersehen wir womöglich das, was Gott längst klar gesagt hat. Manche Christen suchen verzweifelt nach einer persönlichen Führung für ihre Berufswahl, während die Schrift sehr deutlich darüber redet, wie sie unabhängig vom Beruf leben sollen: ehrlich, liebevoll, gerecht, treu und auf Christus ausgerichtet.

Niklas: Dann wäre eine wichtige Regel: Erst einmal das tun, was Gott klar gesagt hat, bevor ich mich über das beklage, was er mir noch nicht persönlich offenbart hat.

Alex: Das ist eine vernünftige Reihenfolge.

Leonie: Wir haben bisher viel über Führung gesprochen. Aber hörendes Gebet ist doch mehr als Entscheidungsfindung.

Alex: Ja, unbedingt. Wenn wir Hören nur auf die Frage reduzieren „Was soll ich tun?“, wird Gott wieder zum Navigationsgerät. Hören kann auch bedeuten, dass ein Bibelwort plötzlich besonders deutlich zu mir spricht, dass der Geist mich an etwas erinnert, mich von Schuld überführt, mir einen Menschen aufs Herz legt oder mir eine Wahrheit über Gottes Charakter neu wichtig macht.

Im Café . . .



Niklas: Jesus sagt in Johannes 14,26, dass der Heilige Geist die Jünger an das erinnern wird, was Jesus ihnen gesagt hat.

Alex: Und in Johannes 16 beschreibt Jesus den Geist als den, der in die Wahrheit führt und Christus verherrlicht (Joh 16,13–14). Das gibt uns einen wichtigen Hinweis: Das Wirken des Geistes zieht Aufmerksamkeit nicht ständig auf spektakuläre Erfahrungen, sondern auf Christus und seine Wahrheit.

Leonie: Dann könnte Gottes Reden manchmal ziemlich unspektakulär sein. Ich lese einen Text, den ich hundertmal gelesen habe, und plötzlich merke ich: Das betrifft gerade mich.

Alex: Ja. Oder du erinnerst dich mitten in einem Konflikt an Jesu Aufforderung zur Vergebung und merkst, dass du jetzt eine Entscheidung treffen musst. Wir sollten Gottes Führung nicht auf außergewöhnliche Eindrücke reduzieren.

Niklas: Jetzt interessiert mich die Stille. Im letzten Gespräch haben wir sie als eigene Gebetssprache erwähnt. Was mache ich konkret, wenn ich auf Gott hören möchte?

Alex: Ich würde sehr schlicht beginnen. Ihr könnt einen Bibeltext lesen, einen Moment still werden und fragen: „Herr, was möchtest du mir durch dieses Wort zeigen?“ Oder ihr bringt eine Situation vor Gott und sagt: „Zeige mir, was hier wichtig ist. Gibt es etwas, das ich übersehe?“

Leonie: Und dann warte ich.

Alex: Ja. Ohne etwas produzieren zu müssen. Vielleicht kommt ein Gedanke. Vielleicht erinnert ihr euch an einen Bibelvers. Vielleicht wird euch ein Mensch wichtig. Vielleicht passiert auch gar nichts Auffälliges.

Im Café . . .



Niklas: Und wenn nichts kommt, habe ich nicht schlecht gehört.

Alex: Das sollte unbedingt klar sein. Schweigen ist kein geistliches Versagen. Wir leben bereits aus dem, was Gott uns gegeben hat. Ihr müsst nicht jeden Morgen eine neue persönliche Botschaft empfangen, damit eure Beziehung zu Gott lebendig ist.

Leonie: Das nimmt wirklich Druck heraus. Ich kenne Gebetszeiten, bei denen die Aufforderung „Jetzt hören wir mal, was Gott sagt“ fast automatisch dazu führt, dass alle anschließend irgendetwas berichten.

Alex: Und soziale Erwartung kann erstaunlich produktiv sein. Deshalb sollten wir die Möglichkeit zulassen, dass jemand sagt: „Ich hatte keinen besonderen Eindruck.“ Das kann eine sehr ehrliche und geistlich gesunde Antwort sein.

Niklas: Was ist mit Gedanken, die beim Hören kommen und unangenehm sind? Zum Beispiel: Du solltest dich bei diesem Menschen entschuldigen.

Alex: Die können durchaus wichtig sein. Aber auch dort gilt: prüfen. Wenn du jemanden verletzt hast und dir beim Gebet klar wird, dass du um Vergebung bitten solltest, passt das sehr gut zu dem, was Jesus ohnehin lehrt. Du brauchst dann vermutlich keine weitere übernatürliche Bestätigung.

Leonie: Schwieriger wird es bei einem Eindruck über einen anderen Menschen. „Ich glaube, Gott zeigt mir, dass du ein Problem mit ... hast.“

Alex: Dort würde ich deutlich vorsichtiger werden. Je stärker ein Eindruck in das Leben eines anderen eingreift, desto mehr Demut ist nötig. Wir können Menschen mit vermeintlichen Botschaften von Gott auch verletzen oder manipulieren.

Niklas: Dann gehört zur Schule des Hörens auch eine Schule des Redens darüber.

Im Café . . .



Alex: Unbedingt. Statt „Gott sagt dir“ lieber: „Beim Beten kam mir dieser Gedanke. Ich kann mich irren – prüf bitte selbst.“ Das ist nicht mangelnder Glaube. Es ist die Anerkennung, dass Gottes Reden zuverlässig ist, unsere Wahrnehmung aber fehlbar bleibt.

Leonie: Das ist ein wichtiger Unterschied. Ich muss nicht an Gottes Fähigkeit zweifeln zu sprechen, um an meiner Fähigkeit zu zweifeln, ihn immer richtig zu verstehen.

Alex: Sehr schön formuliert. Und genau diese Demut schützt eine charismatische Offenheit davor, leichtfertig zu werden.

Niklas: Und sie schützt vermutlich auch Beziehungen. Niemand sollte mit „Gott hat mir gesagt“ Entscheidungen über das Leben eines anderen treffen.

Alex: Ja. Geistliche Leitung und prophetische Eindrücke dürfen niemals zu einem Instrument werden, mit dem Menschen Kontrolle über andere gewinnen.

Leonie: Was machen wir mit prophetischem Reden grundsätzlich? Gehört das in dieses Gespräch?

Alex: Wir sollten es erwähnen, aber nicht daraus ein eigenes Seminar machen. Paulus rechnet in 1. Korinther 14 damit, dass Gott durch Menschen ermutigend, aufbauend und tröstend sprechen kann. Gleichzeitig wird das Gesagte geprüft (1Kor 14,3.29). Auch dort stehen Offenheit und Prüfung nebeneinander.

Niklas: Das gefällt mir als Grundmuster immer besser. Nicht: Entweder glaube ich, dass Gott spricht, dann muss ich jeden Eindruck akzeptieren. Oder ich prüfe alles, dann glaube ich eigentlich nicht mehr daran.

Alex: Das Neue Testament zwingt uns nicht in diese Alternative.

Im Café . . .



Leonie: Dann wäre hörendes Gebet vielleicht weniger spektakulär, als manche denken – und gleichzeitig spannender, als andere erwarten.

Alex: Das trifft es gut. Ihr werdet vermutlich erleben, dass Gott euch manchmal sehr konkret führt. Ihr werdet aber auch lange Zeiten kennen, in denen ihr nichts Außergewöhnliches wahrnehmt. Beides kann zu einem normalen Leben mit Gott gehören.

Niklas: Und wir sollten wahrscheinlich nicht anfangen, Christen danach zu sortieren, wie viele Eindrücke sie haben.

Alex: Bitte nicht. Das Neue Testament nennt andere Merkmale geistlicher Reife: Liebe, Freude, Frieden, Geduld, Freundlichkeit, Güte, Treue, Sanftmut und Selbstbeherrschung (Gal 5,22–23). Wer täglich fünf Botschaften empfängt und gleichzeitig lieblos mit Menschen umgeht, hat möglicherweise ein anderes Problem als mangelnde Hörfähigkeit.

Leonie: Das ist eine gute Erdung. Das Ziel ist nicht, möglichst viele übernatürliche Informationen zu bekommen, sondern mit Jesus zu leben.

Alex: Und sein Geist führt uns dabei.

Niklas: Jetzt sehe ich aber schon das nächste Problem. Angenommen, ich habe gebetet, geprüft und bin überzeugt, Gott könne eingreifen. Dann bitte ich konkret – vielleicht sogar lange und beharrlich. Und trotzdem passiert nichts.

Leonie: Das wäre eigentlich erst unser übernächstes Gespräch. Vorher wollten wir doch noch darüber reden, wie man wirklich kühn bittet, ohne daraus einen Mechanismus zu machen.

Alex: Das sollten wir auch. Denn bevor wir uns mit dem Schweigen Gottes beschäftigen, müssen wir die andere Seite ernst nehmen: Jesus ermutigt seine

Im Café . . .



Jünger nicht zu vorsichtigen, unverbindlichen Gebeten, sondern zu wirklichem Bitten.

Niklas: Heilung, Fürbitte, beharrliches Gebet, vielleicht auch Fasten?

Alex: Ja. Und vor allem die Frage, wie zwei Dinge zusammenpassen: mit Erwartung bitten und das Ergebnis trotzdem Gott überlassen.

Leonie: Dann sind wir beim nächsten Gespräch ziemlich nah an Gethsemane.

Alex: Dort finden wir vermutlich eines der tiefsten Gebete überhaupt: einen klaren Wunsch und zugleich ein tiefes Vertrauen in den Vater.

Auf den Punkt

Christen dürfen damit rechnen, dass der lebendige Gott führt und durch seinen Geist wirkt.

Die Schrift bleibt dabei die grundlegende und verbindliche Orientierung; persönliche Eindrücke haben nicht dieselbe Autorität und müssen geprüft werden.

Hörendes Gebet verbindet deshalb Offenheit mit Nüchternheit. Wir dürfen aufmerksam werden für Gedanken, Erinnerungen und Impulse – ohne sie vorschnell zu Gottes Stimme zu erklären. Gerade wenn andere Menschen betroffen sind, gehören Demut, Prüfung und eine vorsichtige Sprache dazu.

Und manchmal bleibt es still. Auch dann ist unser Gebet nicht gescheitert. Als Nächstes geht es um die andere Seite: Wie können wir mutig und erwartungsvoll bitten, ohne Gebet zu einer Technik zu machen?

Im Café . . .



08_Wie bitte ich mutig – und lasse Gott trotzdem Gott sein?

Leonie: Ich glaube, jetzt wird es praktisch unangenehm. Bisher konnte ich beim Gebet vieles noch gut nachvollziehen: ankommen, ehrlich sein, aus der Bibel beten, das Vaterunser, verschiedene Gebetsformen, hören und prüfen. Aber wenn wir jetzt über mutiges Bitten reden, kommen wir an die Stelle, an der man sich wirklich festlegt.

Niklas: Vor allem, wenn es um Dinge geht, die sich überprüfen lassen. Heilung. Eine konkrete Entscheidung. Eine Veränderung in einer Beziehung. Ein Mensch, für den man seit Jahren betet. Da kann ich nicht einfach allgemein fromm bleiben.

Alex: Das ist der Punkt. Jesus lehrt seine Jünger nicht nur, Gott zu betrachten oder sich ihm innerlich zu öffnen. Er sagt ausdrücklich: Bittet. Und er tut das nicht halbherzig.

Leonie: Gerade deshalb finde ich manche Aussagen Jesu schwierig. „Bittet, und es wird euch gegeben werden“ klingt sehr direkt.

Alex: Das ist es auch. Wir sollten die Einladung Jesu nicht so lange mit Einschränkungen umstellen, bis von ihr nichts mehr übrigbleibt. Gleichzeitig dürfen wir daraus kein geistliches Naturgesetz machen. Beides wäre eine Verzerrung.

Niklas: Dann müssen wir heute vermutlich zwei Dinge gleichzeitig festhalten: Ich darf wirklich etwas von Gott erwarten. Und ich kann das Ergebnis nicht erzwingen.

Alex: Das ist eine gute Leitlinie. Gerade in charismatischen Zusammenhängen entsteht schnell die Angst, zu vorsichtig zu beten. In

Im Café . . .



anderen Traditionen ist es eher umgekehrt: Man betet so zurückhaltend, dass praktisch niemand mehr damit rechnet, dass Gott tatsächlich eingreift.

Leonie: Und beides kann geistlich aussehen.

Alex: Ja. Die eine Seite klingt kühn, kann aber in Manipulation kippen. Die andere klingt demütig, kann aber schlicht Ausdruck niedriger Erwartung sein.

Niklas: Wo würdest du biblisch anfangen?

Alex: Bei Jesus selbst. Er lädt seine Jünger ein, konkret zu bitten. Im Vaterunser geht es um tägliches Brot, Vergebung, Bewahrung. In den Evangelien kommen Menschen mit sehr konkreten Anliegen zu ihm: Krankheit, Blindheit, Not, Befreiung. Jesus behandelt diese Bitten nicht als geistlich zweitrangig.

Leonie: Das ist mir wichtig. Manchmal klingt reifes Gebet so, als müsse man irgendwann über konkrete Wünsche hinausgewachsen sein.

Alex: Das wäre eine merkwürdige Vorstellung von Reife. Ein Kind darf bitten, und ein alter Christ auch. Reife zeigt sich nicht darin, dass man nichts mehr will, sondern darin, wie man mit den eigenen Wünschen vor Gott lebt.

Niklas: Dann sind wir schon bei Gethsemane.

Alex: Dort wird es besonders deutlich. Jesus sagt: „Abba, Vater, alles ist dir möglich; nimm diesen Kelch von mir weg“ (Mk 14,36). Er formuliert einen echten Wunsch. Kein spirituell abgeschwächtes Gebet, kein „eigentlich ist mir alles egal“. Er bittet sehr klar.

Leonie: Und dann: „Doch nicht, was ich will, sondern was du willst.“

Alex: Genau diese Verbindung ist entscheidend. Ein klarer eigener Wunsch und tiefes Vertrauen in den Vater schließen sich nicht aus. Geistliche Reife

Im Café . . .



bedeutet nicht, keinen Willen mehr zu haben. Sie bedeutet, den eigenen Willen in Beziehung zu Gottes Willen zu bringen.

Niklas: Das schützt auch vor diesem frommen Trick, bei dem man gar nicht erst richtig bittet, um später nicht enttäuscht zu sein.

Alex: Ja. Man kann „Dein Wille geschehe“ auch als innere Versicherung benutzen: Ich formuliere meinen Wunsch lieber möglichst schwach, dann tut es weniger weh, wenn nichts passiert.

Leonie: Dann ist Hingabe nicht dasselbe wie geringe Erwartung.

Alex: Ganz und gar nicht. Jesus verbindet beides: Vertrauen in Gottes Macht und Hingabe an seinen Willen.

Niklas: Wie sieht das beim Heilungsgebet aus? Das ist wahrscheinlich die schwierigste Praxisfrage.

Alex: Ich würde sagen: Wir dürfen konkret und erwartungsvoll um Heilung bitten. Nicht weil wir Heilung kontrollieren könnten, sondern weil Gott heilen kann und weil Jesus Menschen zum Bitten ermutigt. Aber wir sollten nie so sprechen, als läge die Verantwortung für das Ergebnis beim Kranken oder beim Beter.

Leonie: Also kein: Wenn du genug glaubst, wirst du gesund.

Alex: Das halte ich für gefährlich. Es verschiebt das Vertrauen von Gott auf die Qualität des eigenen Glaubens. Und wenn die Heilung ausbleibt, bleibt am Ende oft der Kranke mit der zusätzlichen Last zurück, er habe nicht genug geglaubt.

Niklas: Dabei haben wir schon bei Paulus gesehen, dass ein nicht erfüllter Wunsch nicht automatisch mangelnden Glauben bedeutet.

Im Café . . .



Alex: Richtig. Paulus bittet um die Entfernung des „Pfahl im Fleisch“ und bekommt eine andere Antwort (2Kor 12,7–9). Und Jesus selbst bittet in Gethsemane. Das allein sollte uns vorsichtig machen, aus jeder unerhörten Bitte eine Diagnose über den Glauben des Betenden abzuleiten.

Leonie: Wie konkret darf man dann beten?

Alex: Sehr konkret. „Herr, bitte heile diesen Tumor.“ „Stell die Beweglichkeit wieder her.“ „Nimm die Schmerzen.“ „Greif in diese Situation ein.“ Ich sehe keinen Grund, das in vage Formulierungen aufzulösen.

Niklas: Und wenn nichts passiert?

Alex: Darüber werden wir darüber im nächsten Gespräch ausführlich reden. Heute ist mir wichtig: Die Möglichkeit des Ausbleibens einer Erhörung darf uns nicht dazu bringen, gar nicht mehr richtig zu bitten.

Leonie: Das ist wahrscheinlich eine der schwierigsten Spannungen überhaupt. Nicht naiv werden, aber auch nicht zynisch.

Alex: Ja. Pete Greig hält diese Spannung bewusst offen. Er kommt aus einer Gebetsbewegung, die sehr konkret und erwartungsvoll betet, und hat gleichzeitig ausführlich über Gottes Schweigen geschrieben. Diese Kombination ist gesund: Erwartung und Ehrlichkeit.

Niklas: Was ist mit Beharrlichkeit? Wenn ich dieselbe Bitte über Jahre immer wieder bringe – ist das Vertrauen oder Misstrauen?

Alex: Das kann beides sein. Jesus ermutigt ausdrücklich zum beharrlichen Gebet, etwa in Lukas 18. Die Witwe bleibt dran. Jesus erzählt das Gleichnis, „dass sie allezeit beten und nicht nachlassen sollten“ (Lk 18,1).

Leonie: Dann ist Wiederholung nicht automatisch ein Zeichen dafür, dass ich Gott nicht vertraue.

Im Café . . .



Alex: Nein. Beziehung kennt Wiederholung. Wenn ein Mensch über Monate in Not ist, wäre es seltsam zu sagen: „Ich habe einmal dafür gebetet, jetzt muss ich es nie wieder erwähnen.“

Niklas: Aber Beharrlichkeit kann in den Gedanken kippen: Wenn ich nur lang genug bete, wird Gott irgendwann müde.

Alex: Deshalb ist das Gottesbild so wichtig. Beharrliches Gebet ist kein Druckmittel gegen einen widerwilligen Gott. Es ist das Bleiben vor einem Vater, dem ich vertraue, auch wenn ich die Antwort noch nicht sehe.

Leonie: Und Fasten? Das wollten wir in diesem Gespräch mit aufnehmen.

Alex: Ja, aber nicht als Hauptthema. Fasten kann Gebet begleiten, wenn eine Situation besondere Konzentration, Dringlichkeit oder Hingabe verlangt. Die Bibel kennt solche Verbindungen. Aber Fasten ist keine Verstärkung im Sinn von: Ohne Essen wird mein Gebet wirksamer.

Niklas: Also kein geistlicher Turbo.

Alex: Genau. Wenn Fasten zu einer Methode wird, mit der ich Gottes Arm stärker bewegen will, sind wir wieder bei der Technik. Fasten richtet eher mich aus. Es kann helfen, eine Sache mit besonderer Ernsthaftigkeit vor Gott zu tragen, Raum zu schaffen und sich bewusst zu konzentrieren.

Leonie: Dann wäre Fasten eher eine Form der Beteiligung als ein Mittel zur Kontrolle.

Alex: So würde ich es sagen. Es zeigt: Dieses Anliegen ist mir so wichtig, dass ich dafür bewusst Raum schaffe. Aber Gott bleibt frei.

Niklas: Was ist mit gemeinsamem Gebet? Hat das eine besondere Wirksamkeit?

Im Café . . .



Alex: Die Bibel misst gemeinsamem Gebet große Bedeutung bei. Die erste Gemeinde betet gemeinsam, etwa in Apostelgeschichte 4 oder für Petrus in Apostelgeschichte 12. Aber auch hier würde ich nicht rechnen: Zehn Beter sind zehnmal stärker als einer.

Leonie: Sonst werden Menschen mit kleinem Gebetskreis nervös.

Alex: Und große Veranstaltungen bekommen automatisch mehr geistliche Hebelwirkung. Ich glaube nicht, dass das die Logik des Neuen Testaments ist. Gemeinsames Gebet hat andere Stärken: Wir tragen miteinander, hören verschiedene Perspektiven, stärken uns im Glauben und richten uns gemeinsam auf Gott aus.

Niklas: Dann gibt es noch die Frage nach „im Namen Jesu beten“. Manche verwenden das fast wie eine Abschlussformel, die die Gebetserhörung absichert.

Alex: Das wäre zu wenig. „Im Namen Jesu“ bedeutet nicht, die richtigen Worte ans Ende zu hängen. Es bedeutet, in Beziehung zu Jesus, in seinem Auftrag und in Übereinstimmung mit seinem Wesen zu bitten. Das macht unsere Wünsche nicht automatisch identisch mit seinem Willen, aber es richtet das Gebet an ihm aus.

Leonie: Dann könnte ein sehr selbstsüchtiger Wunsch trotz „im Namen Jesu“ am Ende nicht wirklich in seinem Namen gebetet sein.

Alex: Das wäre zumindest die naheliegende Konsequenz.

Niklas: Und Jakobus sagt ja auch, dass Bitten aus falschen Motiven scheitern können (Jak 4,3).

Im Café . . .



Alex: Ja. Deshalb gehört zum mutigen Bitten auch die Bereitschaft, die eigenen Motive prüfen zu lassen. Kühnheit ohne Selbstprüfung wird schnell anspruchsvoll.

Leonie: Was ist mit dem Satz „Glaubt, dass ihr es empfangen habt“ aus Markus 11,24? Der wird oft sehr stark betont.

Alex: Zu Recht – aber nicht isoliert. Jesus ruft zu Vertrauen auf. Der Fokus liegt auf Gott, nicht auf einer mentalen Technik. „Glaube“ bedeutet nicht, dass ich innerlich einen bestimmten Zustand produzieren muss, der dann die Erhöhung verursacht.

Niklas: Sonst glaube ich am Ende wieder an meinen Glauben.

Alex: Das ist die Gefahr. Vertrauen richtet sich auf Gott. Es sagt: Du kannst handeln. Du bist gut. Ich komme zu dir. Es sagt nicht: Wenn ich innerlich stark genug überzeugt bin, muss das Ergebnis eintreten.

Leonie: Das ist wahrscheinlich besonders beim Heilungsgebet wichtig. Ich kann voller Hoffnung beten, ohne behaupten zu müssen, ich wisse im Voraus, was Gott tun wird.

Alex: Ja. Manchmal kann ein Mensch eine besondere Gewissheit im Gebet erleben. Auch die sollte er demütig behandeln. Aber grundsätzlich gilt: Erwartung ist nicht dasselbe wie Vorhersage.

Niklas: Das finde ich hilfreich. Ich darf sagen: „Ich glaube, dass Gott heilen kann und bitte darum“ – ohne zu behaupten: „Gott wird dich jetzt definitiv heilen.“

Alex: Genau dort würde ich sprachlich unterscheiden. Gerade wenn wir für andere beten, sollten unsere Worte keine Last erzeugen. „Ich bete mit dir und vertraue Gott“ ist etwas anderes als „Wenn du jetzt genug glaubst, passiert es.“

Im Café . . .



Leonie: Was ist mit geistlichem Kampf? Gehört das hier hinein oder hatten wir das schon ausreichend?

Alex: Ein Stück weit. Bei mutigem Bitten gehört dazu, dass wir mit der Realität des Bösen rechnen. Wir bitten um Schutz, Freiheit, Wahrheit, um Gottes Eingreifen. Aber die Autorität liegt bei Christus. Wir brauchen keine aggressive Sprache, um Gott oder die geistliche Welt zu beeindrucken.

Niklas: Dann auch keine Lautstärke als Maßstab für geistliche Vollmacht.

Alex: Nein. Man kann sehr ruhig und sehr glaubensvoll beten.

Leonie: Wenn du all das zusammenfassen müsstest: Wie sieht ein gesundes Bittgebet aus?

Alex: Ich würde vier Dinge nennen. Erstens: konkret. Sag Gott, was du wirklich möchtest. Zweitens: vertrauensvoll. Deine Zuversicht liegt in ihm, nicht in deiner Gebetsleistung. Drittens: beharrlich. Du darfst wiederkommen. Viertens: offen. Du vertraust Gott das Ergebnis an.

Niklas: Das klingt fast wie ein kleines Raster.

Alex: Es soll keine Methode sein, eher eine Orientierung. Wenn eine dieser Seiten fehlt, wird es schnell schief. Ohne Konkretheit bleibt das Gebet unverbindlich. Ohne Vertrauen wird es ängstlich. Ohne Beharrlichkeit gibt es zu schnell auf. Ohne Offenheit wird es kontrollierend.

Leonie: Das gefällt mir. Und es erklärt Gethsemane ziemlich gut.

Alex: Ja. Jesus bittet klar, vertraut dem Vater und gibt sich dessen Willen hin.

Niklas: Aber ausgerechnet dort geschieht das Erbetene nicht.

Leonie: Und damit sind wir eigentlich schon beim nächsten Gespräch.

Im Café . . .



Alex: Damit kommen wir an die schwerste Seite jeder Gebetsschule. Wir können ehrlich, konkret, glaubensvoll und beharrlich beten – und trotzdem erleben, dass die erhoffte Antwort ausbleibt.

Leonie: Und dann helfen keine einfachen Formeln.

Alex: Nein. Dann brauchen wir eine Theologie des Gebets, die auch den Karsamstag aushält.

Auf den Punkt

Jesus lädt uns ein, konkret und erwartungsvoll zu bitten. Geistliche Reife bedeutet nicht, keine eigenen Wünsche mehr zu haben, sondern sie vertrauensvoll vor Gott zu bringen.

Gesundes Bittgebet hält vier Dinge zusammen: konkret bitten, Gott vertrauen, beharrlich bleiben und das Ergebnis offen in seine Hände legen. Fasten, gemeinsames Gebet oder geistlicher Kampf können dazugehören, dürfen aber nie zu Techniken werden, mit denen wir Gott kontrollieren wollen.

Und dann bleibt die schmerzhafteste Frage: Was tun wir, wenn wir genau so beten – und trotzdem nichts geschieht?

Im Café . . .



09_Was, wenn Gott schweigt?

Leonie: Ich glaube, das ist das Gespräch, vor dem ich mich am meisten gedrückt hätte.

Niklas: Ich auch. Solange wir über Gebet sprechen und sagen können: Gott hört, wir dürfen bitten, Gebet ist wirklich bedeutsam – dann trägt das. Aber was machen wir mit Situationen, in denen Menschen genauso beten, wie wir es beschrieben haben: ehrlich, konkret, beharrlich, mit Vertrauen – und trotzdem geschieht nichts?

Alex: Dann sollten wir zuerst etwas vermeiden: schnelle Erklärungen.

Leonie: Also nicht sofort: „Dann war es eben nicht Gottes Wille.“

Alex: Oder: „Ihr habt nicht genug geglaubt.“ Oder: „Gott hat bestimmt etwas Besseres vor.“ Solche Sätze können in bestimmten Situationen einen wahren Kern berühren. Aber als schnelle Antwort auf Leid können sie Menschen zusätzlich verletzen. Unser Material ist an dieser Stelle sehr klar: Yancey, Greig und Lewis weigern sich, unerhörtes Gebet mit einer einfachen Formel aufzulösen.

Niklas: Dann wäre der erste Schritt vielleicht, das Problem wirklich Problem sein zu lassen.

Alex: Ja. Wenn jemand um Heilung bittet und der geliebte Mensch stirbt, dann ist das nicht einfach ein theoretisches Rätsel. Wenn Eltern jahrelang für ihr Kind beten und nichts von dem geschieht, was sie erhofft haben, reicht kein theologischer Satz.

Leonie: Und trotzdem möchte ich ja nicht nur sagen: Wir wissen es halt nicht.

Alex: Das wäre auch zu wenig. Die Bibel sagt uns einiges – nur eben nicht immer das, was wir in einer konkreten Situation am liebsten wüssten.

Im Café . . .



Niklas: Zum Beispiel?

Alex: Zum Beispiel, dass unerhörtes Gebet nicht außerhalb der Erfahrung des Glaubens liegt. Jesus selbst kennt Gethsemane. Er bittet, dass der Kelch an ihm vorübergeht. Und am Kreuz betet er mit Psalm 22: „Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen?“ Das bedeutet: Wenn ein Mensch Gottes Schweigen erlebt, befindet er sich nicht automatisch außerhalb der Nachfolge. Diese Erfahrung gehört sogar in die Geschichte Jesu selbst.

Leonie: Das ist seelsorgerlich stark. Man ist in dieser Erfahrung nicht „der Christ, bei dem etwas nicht funktioniert“.

Alex: Richtig. Und Paulus kommt dazu. Er bittet dreimal darum, dass der „Pfahl im Fleisch“ von ihm genommen wird. Statt der gewünschten Veränderung erhält er die Zusage: „Meine Gnade genügt dir“ (2Kor 12,8–9).

Niklas: Also kann ein aufrichtiges Gebet tatsächlich anders beantwortet werden, als ich es erhoffe.

Alex: Ja. Aber ich würde auch daraus keine Schablone machen: „Wenn Gott nicht heilt, will er dir eben Gnade geben.“ Das kann im Einzelfall wahr sein. Aber wir dürfen nicht so tun, als könnten wir für jede unerhörte Bitte den Sinn nachliefern.

Leonie: Das erinnert mich an Hiob. Seine Freunde haben immer eine Erklärung.

Alex: Und genau darin liegen sie so oft falsch. Sie haben ein geschlossenes theologisches System, aber keinen Zugang zu Hiobs konkreter Geschichte. Am Ende korrigiert Gott sie.

Niklas: Dann gehört Demut zur Gebetstheologie.

Im Café . . .



Alex: Sehr. Wir dürfen viel über Gott sagen. Aber wir wissen nicht, warum er in jeder einzelnen Situation so handelt oder nicht handelt, wie wir es erleben.

Leonie: Trotzdem bleibt die emotionale Frage: Was mache ich mit Enttäuschung?

Alex: Ich würde sie nicht wegdrücken. Philip Yancey betont gerade diese Ehrlichkeit. Wenn das Ziel des Gebets nur wäre: Ich bitte, Gott erfüllt, dann müsste jede nicht erfüllte Bitte bedeuten, dass Gebet gescheitert ist. Yancey verschiebt die Perspektive: Gebet bleibt Beziehung – auch dann, wenn der andere nicht tut, was ich wünsche. Deshalb gehören Warten, Enttäuschung, Schweigen und Klage in die Gebetsbeziehung hinein.

Niklas: Dann ist Klage nicht die schlechtere Version von Gebet.

Alex: Nein. Die Psalmen zeigen das sehr deutlich. „Wie lange noch?“ „Warum?“ „Wo bist du?“ Das sind keine Gebete ohne Glauben. Die Klage wendet sich mit ihrem Schmerz an Gott. Sie ist vielleicht erschüttert, aber sie bleibt im Gespräch.

Leonie: Ich finde das wichtig, weil manche Menschen im Leid noch den zusätzlichen Druck empfinden, „richtig“ glauben zu müssen.

Alex: Und dann kann eine fromme Umgebung den Schmerz noch vergrößern. Wenn jemand enttäuscht ist und sofort korrigiert wird – „Du darfst nicht zweifeln“ –, nimmt man ihm womöglich gerade die Sprache, die die Bibel selbst bereitstellt.

Niklas: Dann wäre ein ehrliches „Gott, ich verstehe dich gerade nicht“ unter Umständen geistlich gesünder als ein aufgesetztes „Ich preise dich trotzdem“.

Alex: Es kann jedenfalls ehrlicher sein. Und Ehrlichkeit ist in einer Beziehung besser als religiöses Schauspiel.

Im Café . . .



Leonie: Was hat Pete Greig dazu besonders beigetragen?

Alex: Bei ihm ist das Thema biografisch tief verankert. Seine Frau Sammy wurde mit einem schweren Hirntumor diagnostiziert. Viele Menschen beteten. Es gab Erfahrungen von Gottes Eingreifen – und gleichzeitig blieben Krankheit, Leid und Gebete, die nicht so beantwortet wurden, wie sie gehofft hatten. Daraus entstand unter anderem sein Buch *God on Mute*.

Niklas: Und er kommt gleichzeitig aus einer Bewegung, die sehr erwartungsvoll betet.

Alex: Das macht seine Stimme so interessant. Er sagt nicht: „Gebet funktioniert eben nicht.“ Aber auch nicht: „Wenn ihr richtig geglaubt hättet, wäre das Wunder passiert.“ Er hält Wunder und Geheimnis zusammen.

Leonie: Und dann kommt sein Karsamstagsbild.

Alex: Ja. Ich finde das für dieses Gespräch besonders hilfreich. Zwischen Karfreitag und Ostersonntag liegt der Karsamstag. Für die Jünger sieht an diesem Tag alles verloren aus. Jesus ist tot. Die Verheißungen scheinen gescheitert. Und sie sehen noch nicht, was kommt. Greig beschreibt darin eine Haltung, die für unerhörtes Gebet sehr treffend sein kann: Wir verstehen Gott nicht, wir sehen seine Antwort nicht – und trotzdem ist die Geschichte noch nicht zu Ende.

Niklas: Das ist stark, aber ich möchte eine Grenze einziehen. Nicht jede Geschichte endet noch in diesem Leben mit einem Ostersonntag, den ich sehen kann.

Alex: Unbedingt. Das Karsamstagsbild darf nicht heißen: Warte nur ein bisschen, bald wird alles hier sichtbar gut. Manche Menschen sterben mit offenen Fragen. Manche Gebete bleiben in diesem Leben ohne die Antwort, die wir erkennen können.

Im Café . . .



Leonie: Dann liegt die christliche Hoffnung letztlich weiter vorne.

Alex: Ja. Die Auferstehung Jesu sagt nicht: Jede einzelne Geschichte wird vor unserem Tod verständlich. Sie sagt: Der Tod und das Böse behalten nicht das letzte Wort. Unsere Hoffnung ruht letztlich in Gottes neuer Schöpfung.

Niklas: Das macht die offene Frage nicht kleiner, aber sie bekommt einen anderen Horizont.

Alex: So würde ich es sagen.

Leonie: Was ist mit dem Satz: „Gottes Schweigen bedeutet nicht Gottes Abwesenheit“?

Alex: Den halte ich für wichtig – aber auch hier vorsichtig. Ein Mensch kann Gottes Nähe tief erleben, obwohl seine Bitte nicht erfüllt wird. Ein anderer spürt gar nichts. Wir sollten niemandem vorschreiben, dass er jetzt Gottes Nähe fühlen müsste. Greigs Punkt ist eher: Aus unserer fehlenden Wahrnehmung folgt nicht automatisch, dass Gott nicht gegenwärtig ist. Gerade die Passionsgeschichte zeigt, wie wenig die sichtbare Lage darüber aussagt, ob Gott handelt.

Niklas: Dann wäre Vertrauen manchmal: Ich halte mich an Gottes Charakter, obwohl ich sein Handeln gerade nicht verstehe.

Alex: Ja. Nicht blind im Sinn von irrational. Der christliche Glaube blickt auf Jesus, auf Kreuz und Auferstehung, auf Gottes bisherige Selbstoffenbarung. Aber dieses Vertrauen löst die konkrete Warum-Frage nicht automatisch.

Leonie: Was mache ich praktisch? Weiter dieselbe Bitte beten?

Alex: Manchmal ja. Beharrliches Gebet kann weitergehen. Manchmal verändert sich die Form des Gebets. Aus „Bitte heile“ wird vielleicht

Im Café . . .



irgendwann auch „Trag uns“. Oder aus vielen Worten wird Klage. Oder Schweigen.

Niklas: Aber ist das nicht Aufgeben?

Alex: Nicht zwingend. Es kann auch eine Entwicklung des Gebets sein. Paulus bittet zunächst um Entfernung des Pfahls. Später lebt er mit der Antwort, die er bekommen hat. Das heißt nicht, dass jeder Mensch irgendwann aufhören müsse, um Heilung zu bitten. Aber Gebet kann im Verlauf einer langen Geschichte neue Worte bekommen.

Leonie: Also kein festes Schema: dreimal bitten, dann aufgeben.

Alex: Bitte nicht. Paulus erzählt von seiner konkreten Geschichte, nicht von einer allgemeinen Dreimal-Regel.

Niklas: Und wann darf ich aufhören zu bitten?

Alex: Darauf kenne ich keine allgemeine Antwort. Vielleicht, wenn ihr den Eindruck habt, dass Gott euch innerlich in eine andere Richtung führt. Vielleicht, wenn die Situation sich endgültig verändert hat. Vielleicht hört ihr nie ganz auf. Beziehung lässt sich nicht in eine Formel pressen.

Leonie: Was ist mit Schuldgefühlen nach einem unerhörten Gebet? „Hätte ich mehr gebetet, wäre es anders gekommen.“

Alex: Das ist ein sehr schweres Thema. Wir haben gesagt, dass Gebet wirklich bedeutsam ist. Aber daraus folgt nicht, dass ihr im Rückblick jede Tragödie auf ein Gebetsdefizit zurückführen dürft. Wir kennen Gottes gesamtes Handeln nicht. Wer trauert, braucht nicht noch die zusätzliche Last, im Nachhinein sämtliche verpassten Gebetsstunden zu berechnen.

Niklas: Das finde ich wichtig, weil unser zweites Gespräch sonst hier gefährlich werden könnte.

Im Café . . .



Alex: Ja. Die Wahrheit, dass Gebet Bedeutung hat, darf nicht zu einer Theorie werden, mit der wir Leidenden Schuld zuweisen.

Leonie: Und auch nicht zu der anderen Theorie: „Es wäre sowieso alles genau so gekommen.“

Alex: Richtig. Sonst hätten wir das Gebet wieder entleert. Wir bleiben in einer Spannung, die sich nicht vollständig auflösen lässt.

Niklas: C. S. Lewis hält diese Spannung auch offen, oder?

Alex: Sehr bewusst. Er nimmt die biblische Einladung zum wirklichen Bitten ernst und weigert sich gleichzeitig, aus Gebet eine Kausalmaschine zu machen. Gerade deshalb bleibt unerhörtes Gebet für ihn ein echtes Problem und kein Scheinproblem.

Leonie: Das gefällt mir eigentlich. Eine gute Theologie muss nicht so tun, als wäre alles gelöst.

Alex: Zumal die Bibel selbst offene Gebete kennt. Psalm 88 endet nicht mit einer schönen Wendung. Der letzte Gedanke lautet sinngemäß, dass Finsternis der engste Gefährte geworden ist. Es gibt keinen abschließenden Triumphsatz.

Niklas: Das ist bemerkenswert. Der Psalm bleibt trotzdem in der Bibel.

Alex: Und er beginnt mit einer Anrede an Gott. Selbst in tiefster Dunkelheit bleibt der Beter im Gespräch. Das ist vielleicht eines der stärksten Bilder für Gebet im Leid.

Leonie: Dann kann ein Gebet sogar darin bestehen, nur noch da zu sein.

Alex: Ja. Vielleicht reicht manchmal: „Gott, ich bin noch hier.“ Oder: „Ich weiß nicht, was ich sagen soll.“ Römer 8,26 erinnert daran, dass der Geist uns gerade in unserer Schwachheit hilft, wenn wir nicht wissen, wie wir beten sollen.

Im Café . . .



Niklas: Das nimmt den Leistungsdruck wieder heraus. Ich muss in der Krise nicht auch noch besonders gute Gebete produzieren.

Alex: Nein. Und manchmal trägt die Gemeinschaft mit. Wenn ein Mensch selbst kaum noch Worte hat, können andere für ihn beten. Das ist einer der Gründe, warum Gebet nicht nur private Spiritualität ist.

Leonie: Ich glaube, das ist auch eine wichtige Antwort auf Gottes Schweigen: nicht allein bleiben.

Alex: Sehr. Andere können zuhören, mitklagen, schweigen und mittragen. Sie müssen nicht jede offene Frage beantworten.

Niklas: Vielleicht ist das die schwierigste Form von Begleitung: nicht sofort erklären.

Alex: Oft ja.

Leonie: Aber wo bleibt dann Hoffnung? Ich möchte das Gespräch nicht mit „Wir wissen nichts, klagt einfach“ beenden.

Alex: Das müssen wir auch nicht. Christliche Hoffnung hat einen klaren Grund: Jesus ist auferstanden. Gott hat sich in Christus als treu erwiesen. Und deshalb dürfen wir weiter hoffen, auch wenn wir eine konkrete Situation nicht verstehen.

Niklas: Also Hoffnung nicht aus der Logik: Es wird bestimmt noch so kommen, wie ich gebetet habe.

Alex: Sondern aus der Person Gottes und seiner Geschichte mit uns.

Leonie: Dann kann ich vielleicht sagen: Ich weiß nicht, warum diese Bitte nicht erfüllt wurde. Ich weiß aber, an wen ich mich mit dieser Frage wende.

Alex: Yes.

Im Café . . .



Niklas: Da war es.

Alex: Dann formuliere ich neu: Das ist vielleicht die entscheidende Bewegung. Wir kennen nicht die Erklärung für jede unerhörte Bitte. Aber wir dürfen mit der offenen Frage bei Gott bleiben.

Leonie: Yanceys Satz wäre dann: Beziehung bleibt.

Alex: Ja. Wir dürfen fragen, klagen, schweigen, enttäuscht sein und trotzdem weiterbeten.

Niklas: Und dann fehlt uns nur noch ein Gespräch.

Leonie: Das letzte sollte nicht noch einmal ein Problem behandeln. Es müsste eigentlich die ganze Schule in den Alltag zurückführen.

Alex: Das war auch mein Gedanke. Wir haben über einzelne Gebetszeiten gesprochen, über Methoden, Psalmen, Vaterunser, Bitten, Hören, Klage. Aber das Ziel kann kaum sein, dass ihr am Ende einfach zehn bessere Gebetstechniken beherrscht.

Niklas: Sondern?

Alex: Dass Gebet immer mehr Teil eines Lebens mit Gott wird.

Leonie: Also die Frage: Wie wird aus Gebetszeiten ein betendes Leben?

Alex: Genau dort schließen wir die Schule ab.

Im Café . . .



Auf den Punkt

I Unerhörtes Gebet ist kein Randthema des Glaubens. Jesus kennt Gethsemane und den Schrei am Kreuz; Paulus kennt eine Bitte, deren gewünschte Antwort ausbleibt. Deshalb dürfen auch Klage, Enttäuschung und Schweigen in unsere Beziehung zu Gott gehören.

C Wir müssen nicht jede offene Bitte erklären. Christliche Hoffnung bedeutet nicht, dass jede Geschichte noch in diesem Leben sichtbar gut ausgeht. Sie gründet darin, dass Gottes Geschichte mit der Welt noch nicht zu Ende ist.

Darum dürfen wir auch im Unverstandenen bei Gott bleiben – und weiterbeten.

10_Wie wird aus Gebetszeiten ein betendes Leben?

Niklas: Wenn ich auf die letzten Gespräche zurückblicke, haben wir ziemlich viele Möglichkeiten kennengelernt: Psalmen, Vaterunser, Stille, hörendes Gebet, Fürbitte, Klage, beharrliches Bitten. Ich könnte jetzt leicht den Eindruck bekommen, ich müsste all das regelmäßig unterbringen, damit mein Gebetsleben einigermaßen vollständig ist.

Leonie: Und plötzlich wird aus der Schule des Gebets ein ziemlich ambitionierter Stundenplan. Morgens Bibelmeditation, mittags Fürbitte, abends Stille, dazwischen noch hörendes Gebet und einmal die Woche Fasten.

Alex: Das wäre ein ausgesprochen unglückliches Ergebnis unserer Gespräche. Wenn ihr am Ende hauptsächlich denkt: „Ich weiß jetzt, was ich alles noch machen müsste“, haben wir etwas Wesentliches verpasst.

Niklas: Was wäre denn das Ziel?

Im Café . . .



Alex: Nicht zuerst, möglichst viele Gebetsformen zu beherrschen. Eher, immer selbstverständlicher mit Gott zu leben. Die einzelnen Gebetszeiten sind dafür wichtig, aber sie sind nicht das Endziel.

Leonie: Das klingt nach „Betet ohne Unterlass“ aus 1. Thessalonicher 5,17. Ich habe den Vers früher immer etwas bedrückend gefunden. Wie soll ein Mensch ständig beten?

Alex: Vermutlich nicht, indem er sechzehn Stunden am Tag Gebetssätze formuliert. Die christliche Tradition hat diesen Satz häufig als Einladung verstanden, eine zunehmend beständige Ausrichtung auf Gott zu entwickeln. Richard Foster beschreibt das sehr lebensnah: arbeiten mit Gott, entscheiden mit Gott, unterwegs sein mit Gott, Freude und Schwierigkeiten mit Gott durchleben. Einzelne Gebetszeiten weiten sich allmählich zu einem Leben in Gottes Gegenwart.

Niklas: Dann wäre das morgendliche Gebet nicht der religiöse Teil meines Tages, nach dem ich wieder ins eigentliche Leben gehe.

Alex: Das ist eine wichtige Verschiebung. Eugene Peterson würde sogar sagen: Wenn Gebet Antwort auf Gottes Reden ist, kann irgendwann das ganze Leben Antwort werden. Ich empfangen etwas Gutes und antworte mit Dank. Ich sündige und antworte mit Bekenntnis. Ich begegne einem Menschen und frage, wie ich ihm vor Gott begegnen soll. Ich leide und bringe genau dieses Leben zu Gott.

Leonie: Das gefällt mir. Aber ich sehe schon die nächste Gefahr. Wenn mein ganzes Leben Gebet sein kann, brauche ich vielleicht keine festen Gebetszeiten mehr.

Im Café . . .



Alex: Diese Schlussfolgerung wäre mir zu bequem. Eine Freundschaft kann das ganze Leben prägen, und trotzdem braucht sie Zeiten ungeteilter Aufmerksamkeit. Das gilt auch für die Beziehung zu Gott.

Niklas: Dann sind feste Gebetszeiten so etwas wie konzentrierte Beziehungspflege.

Alex: Ja. Nicht weil Gott sonst beleidigt wäre oder weil ihr euch seine Nähe verdienen müsst. Dallas Willard unterscheidet an dieser Stelle hilfreich zwischen Verdienst und Anstrengung. Gnade bedeutet nicht, dass wir nichts einüben, trainieren, also uns anstrengen müssen. Sie bedeutet, dass wir uns Gottes Liebe und sein Wirken nicht verdienen können. Beziehung braucht trotzdem Zeit, Aufmerksamkeit und Treue.

Leonie: Das ist eine wichtige Unterscheidung. Sonst klingt jede Regelmäßigkeit sofort nach Leistungsfrömmigkeit.

Alex: Und die andere Seite wäre ebenso problematisch: Ich bete nur, wenn mir spontan danach ist. Luther kannte ziemlich gut, dass einem manchmal überhaupt nicht nach Gebet zumute ist. Er wartete dann nicht unbedingt auf eine bessere Stimmung, sondern nahm einen Psalm, das Vaterunser oder einen anderen biblischen Text und begann. Gefühl ist nicht die Voraussetzung von Gebet.

Niklas: Dann braucht Gebet tatsächlich Rhythmus.

Alex: Für die meisten Menschen ja. Die konkrete Form kann aber sehr unterschiedlich aussehen. Vielleicht zehn oder zwanzig Minuten morgens. Vielleicht eine längere Zeit am Abend. Vielleicht ein Spaziergang. Vielleicht kurze Unterbrechungen über den Tag verteilt. Manche Menschen verbinden Gebet mit dem Arbeitsweg, andere brauchen einen stillen Ort.

Im Café . . .



Leonie: Und wahrscheinlich sollten wir jetzt über Gary Thomas sprechen. Wir hatten ja versprochen, dass nicht jeder Mensch auf dieselbe Weise besonders aufmerksam für Gott wird.

Alex: Das ist für dieses Abschlussgespräch sehr hilfreich. Gary Thomas beschreibt neun unterschiedliche Zugangswege, auf denen Menschen besonders leicht für Gott aufmerksam werden können. Wir sollten daraus keine Persönlichkeitsschubladen machen. Es geht eher um Türen, die bei verschiedenen Menschen unterschiedlich weit offenstehen.

Niklas: Welche neun waren das noch einmal?

Alex: Für unsere Gebetsschule würde ich sie bewusst knapp benennen: Natur, Sinne, Tradition, Stille, Engagement, Dienen, Begeisterung, Kontemplation und Denken.

Leonie: Lass uns das praktisch machen. Natur ist wahrscheinlich offensichtlich.

Alex: Manche Menschen werden draußen besonders aufmerksam für Gott. Ein Weg durch den Wald, das Meer, ein weiter Himmel – und plötzlich fällt ihnen das Beten leichter. Nicht weil Gott in der Natur mehr anwesend wäre als im Wohnzimmer. Aber ihre Aufmerksamkeit wird dort stärker geweckt.

Niklas: Sinne wären dann Schönheit, Musik, Gerüche, Architektur?

Alex: Ja. Manche Menschen reagieren stark auf Schönheit und sinnliche Wahrnehmung. Ein Kirchenraum, Musik, Kunst oder auch gutes Essen kann Dank und Anbetung auslösen.

Leonie: Tradition klingt nach Liturgie.

Alex: Feste Gebete, Kirchenjahr, Symbole, wiederkehrende Formen. Manche erleben darin Tiefe und Verlässlichkeit. Andere fühlen sich zunächst

Im Café . . .



eingeeengt. Und wieder andere merken irgendwann, dass vorgegebene Formen sie gerade dann tragen, wenn ihnen selbst Worte fehlen.

Niklas: Stille haben wir inzwischen oft genug besprochen. Das ist wahrscheinlich die Person, die gern reduziert, allein und konzentriert vor Gott ist.

Alex: Ja. Aber Thomas kennt auch ganz andere Zugänge. Manche Menschen werden im Engagement für Gottes Sache besonders lebendig. Sie beten intensiv, wenn es um Gerechtigkeit, Mission oder eine konkrete Not geht. Andere begegnen Gott besonders im Dienen – indem sie ganz praktisch einem Menschen helfen.

Leonie: Dann gibt es noch Begeisterung. Das wäre Lobpreis, große Freude, erwartungsvolles Gebet?

Alex: Das trifft es. Manche Menschen erleben die Beziehung zu Gott besonders stark in Ausdruck, Musik, gemeinsamer Anbetung und spürbarer Freude. Daneben gibt es Menschen, die stärker kontemplativ geprägt sind und lange bei einem Gedanken oder einfach still vor Gott verweilen können.

Niklas: Und Denken ist schließlich der Zugang für Menschen, die sich Gott durch Theologie, Fragen und Verstehen nähern.

Alex: Ja. Ein theologisches Buch kann für einen Menschen fast zum Gebetsraum werden, wenn Erkenntnis in Staunen und Anbetung führt.

Leonie: Das ist befreiend. Dann muss der ideale Beter nicht zwangsläufig früh morgens mit geschlossenen Augen in einem stillen Zimmer sitzen.

Alex: Diese Vorstellung hält sich erstaunlich hartnäckig. Natürlich kann genau das für viele sehr gut sein. Aber Gary Thomas hilft uns zu sehen, dass Menschen verschieden geschaffen und geprägt sind.

Im Café . . .



Niklas: Jetzt kommt aber mein Einwand: Kann ich dann einfach sagen: „Stille ist nicht mein Zugang, deshalb muss ich nie still werden“?

Alex: Das wäre die falsche Anwendung. Die Zugangswege sind keine Ausreden, um alles zu vermeiden, was uns schwerfällt. Sie zeigen zunächst, wo uns Aufmerksamkeit für Gott leichter fällt. Geistliches Wachstum kann aber gerade bedeuten, auch andere Ausdrucksformen kennenzulernen.

Leonie: Also meine Lieblingssprache kennen, aber nicht nur noch diese sprechen.

Alex: Das ist ein gutes Bild. Wer nur begeistert betet, kann von Stille lernen. Wer ausschließlich nachdenkt, braucht vielleicht stärker Dank, Anbetung und körperliche Gegenwärtigkeit. Wer sehr kontemplativ lebt, kann durch konkrete Fürbitte und Engagement daran erinnert werden, dass Gebet sich der Welt zuwendet.

Niklas: Damit kommen wir wieder zu Foster. Gebet wird weiter.

Alex: Ja. Reife bedeutet nicht, die einfachen Formen hinter sich zu lassen. Es bedeutet eher, dass unsere Beziehung zu Gott mehr Raum bekommt. Bitten bleibt. Dank bleibt. Aber vielleicht kommen Klage, Hören, Hingabe und Fürbitte dazu. Das Gebetsleben wird nicht unbedingt komplizierter, aber weiter.

Leonie: Wie finde ich denn einen guten persönlichen Rhythmus, ohne daraus ein Projekt zu machen?

Alex: Ich würde mit eurem wirklichen Leben anfangen. Wann seid ihr einigermaßen wach? Wo könnt ihr tatsächlich ungestört sein? Welche Form hilft euch, aufmerksam zu werden? Und dann lieber mit einem Rhythmus beginnen, der tragfähig ist, als mit einem idealistischen Plan, der nach vier Tagen zusammenbricht.

Im Café . . .



Niklas: Also nicht gleich eine Stunde am Tag vornehmen, wenn ich bisher kaum fünf Minuten bete.

Alex: Das könnte unnötig frustrierend werden. Zehn verlässliche Minuten können ein sehr guter Anfang sein. Und wenn daraus mehr wächst, wunderbar.

Leonie: Was würdest du in diese zehn Minuten hineinnehmen?

Alex: Das hängt vom Menschen ab. Aber nach unserer Gebetsschule habt ihr jetzt mehrere einfache Möglichkeiten. Ihr könnt das Vaterunser als Weg nehmen. Einen Psalm langsam beten. Einen kurzen Bibeltext mit Luthers vier Bewegungen aufnehmen. Oder Greigs P.R.A.Y. nutzen: ankommen, Gott loben und danken, konkret bitten und sich ihm anvertrauen. Keine dieser Formen ist die richtige Methode. Sie sind Werkzeuge.

Niklas: Und wenn eine Methode nach einiger Zeit nicht mehr hilft?

Alex: Dann dürft ihr sie wechseln. Die Struktur dient der Beziehung. Das hatten wir schon bei Luther. Ein Werkzeug, das nicht mehr hilft, muss nicht aus Treue zum Werkzeug weiterverwendet werden.

Leonie: Trotzdem finde ich es hilfreich, nicht jeden Morgen völlig neu zu überlegen, wie ich heute beten könnte.

Alex: Das ist die Stärke von Gewohnheiten. Sie nehmen euch manche Entscheidung ab. Ihr müsst nicht jeden Morgen neu verhandeln, ob Gebet heute wichtig ist. Aber eine Gewohnheit ist nicht automatisch lebendige Beziehung. Man kann das Vaterunser täglich beten und innerlich völlig abwesend sein.

Niklas: Dann brauchen wir Struktur und Aufmerksamkeit.

Im Café . . .



Alex: Ja. Und manchmal hilft gerade eine feste Struktur, die Aufmerksamkeit wiederzufinden. An anderen Tagen wird sie mechanisch und braucht Unterbrechung. Das ist kein Versagen. Beziehungen haben Rhythmen und Veränderungen.

Leonie: Was ist mit schlechten Phasen? Urlaub, kleine Kinder, Prüfungen, Krankheit, Stress. Der perfekte Rhythmus bricht dann schnell auseinander.

Alex: Deshalb würde ich nicht vom perfekten Rhythmus sprechen. Gebet muss im wirklichen Leben stattfinden. Peterson betont gerade das: Arbeit, Familie, Müdigkeit, Konflikte, Krankheit und Freude sind nicht Störungen des geistlichen Lebens. Sie sind der Ort, an dem wir mit Gott leben.

Niklas: Dann kann sich auch die Form verändern. Wenn ich krank bin, besteht meine Gebetszeit vielleicht nur aus einem Psalm im Bett.

Alex: Oder aus einem Satz. „Herr, hilf mir.“ Das ist kein minderwertiges Gebet.

Leonie: Das ist mir in dieser ganzen Schule wichtig geworden: Gebet darf gelernt werden, ohne dass daraus eine neue Leistungsskala entsteht.

Alex: Das Evangelium muss unter allem stehen. Ihr betet nicht, damit Gott euch annimmt. Ihr betet als Menschen, die durch Christus Zugang zum Vater haben.

Niklas: Dann wäre die Frage am Ende auch nicht: Wie stark ist mein Gebetsleben?

Alex: Die Formulierung kann leicht auf die falsche Spur führen. Als gäbe es Christen mit einem Gebetslevel von acht und andere mit drei.

Leonie: Was wäre die bessere Frage?

Im Café . . .



Alex: Vielleicht: Lerne ich, mein Leben immer mehr mit Gott zu leben? Wende ich mich ihm zu, wenn ich mich freue? Wenn ich Angst habe? Wenn ich versage? Wenn ich entscheiden muss? Wenn jemand meine Hilfe braucht? Wenn ich nichts verstehe?

Niklas: Dann wäre Gebet tatsächlich weniger eine religiöse Aktivität und mehr eine Weise, in Beziehung zu leben.

Alex: Das ist vermutlich die Richtung, in die Peterson und Willard beide weisen. Willard spricht vom *life with God*, einem Leben mit Gott. Peterson beschreibt dasselbe Leben als Antwort: Gott spricht, wir hören und antworten – und irgendwann wird das nicht mehr auf eine halbe Stunde am Morgen begrenzt.

Leonie: Das bedeutet wahrscheinlich auch, dass kurze Gebete im Alltag wichtig werden. Vor einem Gespräch: „Gib mir Weisheit.“ Nach einer guten Nachricht: „Danke.“ Wenn ich merke, dass ich gerade lieblos werde: „Herr, hilf mir.“

Alex: Ja. Solche kleinen Gebete können wie offene Fenster im Alltag werden. Nicht als Zwang, ständig religiöse Gedanken produzieren zu müssen, sondern als Erinnerung: Ich bin nicht allein unterwegs.

Niklas: Und gleichzeitig brauche ich die längeren Zeiten, weil ein Leben nur aus kurzen Stoßgebeten vermutlich schnell oberflächlich wird.

Alex: So sehe ich es. Die kurzen Gebete leben von tieferen Wurzeln. Wer nie innehält, nie auf die Schrift hört, nie länger vor Gott bleibt, wird vermutlich auch im Alltag weniger haben, worauf er zurückgreifen kann.

Leonie: Dann gehören beide Ebenen zusammen: Zeiten mit Gott und Leben mit Gott.

Im Café . . .



Alex: Sehr schön formuliert.

Niklas: Damit sind wir eigentlich am Ende unserer Schule.

Leonie: Wobei ich das Wort „Schule“ inzwischen anders verstehe als am Anfang. Ich dachte an Techniken: Wie bete ich richtig? Jetzt denke ich eher an Lernen einer Beziehung.

Alex: Und Beziehung bleibt lernbar, ohne jemals beherrschbar zu werden.

Niklas: Das gefällt mir. Wir können im Gebet wachsen, aber wir werden nie Experten, die Gott im Griff haben.

Alex: Hoffentlich nicht. Vielleicht ist ein reifender Beter sogar immer weniger beeindruckt von seiner eigenen Gebetsfähigkeit und immer mehr von dem Gott, zu dem er betet.

Leonie: Dann könnten wir am Ende noch einmal zurück zum Anfang gehen. Was wollten die jungen Leute eigentlich von uns?

Niklas: Eine Schule des Gebets.

Alex: Und was würdet ihr ihnen jetzt sagen?

Leonie: Fangt nicht damit an, euch zu fragen, ob ihr gut beten könnt. Gott hat sich euch längst zugewandt. Kommt zu ihm, wie ihr seid, und lernt, auf ihn zu hören und ihm zu antworten.

Niklas: Und bittet wirklich. Rechnet damit, dass Gott handelt. Aber macht aus Gebet keine Technik und aus eurem Glauben keine Kraftquelle.

Leonie: Lernt die vielen Sprachen des Gebets. Lob, Dank, Bitte, Klage, Bekenntnis, Stille, Fürbitte. Aber macht daraus keine Checkliste.

Niklas: Und wenn Gott schweigt, bleibt trotzdem im Gespräch.

Alex: Ich glaube, damit könnt ihr eure Schule ziemlich gut schließen.

Im Café . . .



Leonie: Oder öffnen.

Niklas: Wie meinst du das?

Leonie: Wir haben zehn Gespräche gebraucht, um festzustellen, dass das eigentliche Beten jetzt erst beginnt.

Alex: Das ist vermutlich bei einer Schule des Gebets ein ganz passendes Ende.

Auf den Punkt

Das Ziel einer Schule des Gebets ist nicht, möglichst viele Methoden zu beherrschen. Gebetszeiten sollen uns helfen, immer selbstverständlicher mit Gott zu leben.

Dafür brauchen wir Rhythmus und Übung – aber keinen Leistungsdruck. Menschen finden auf unterschiedliche Weise in die Aufmerksamkeit für Gott, und nicht jede Gebetsform passt zu jedem Menschen gleich gut.

Am Ende gehören zwei Dinge zusammen: Zeiten mit Gott und ein Leben mit Gott. Wir hören, antworten, bitten, danken, klagen und vertrauen – mitten in unserem wirklichen Alltag.

Denn Beten lernen heißt letztlich: lernen, das ganze Leben mit Gott zu leben.

Im Café . . .



Stimmen im Hintergrund

Die Gespräche dieser „Schule des Gebets“ sind fiktiv. Im Hintergrund stehen jedoch geistliche Lehrer, Theologen und Autoren, die sich intensiv mit der Frage beschäftigt haben, was Gebet ist, wie Menschen beten lernen und wie Gebet auch dann trägt, wenn Gott scheinbar schweigt. Einige ihrer Gedanken wurden im Dialog unmittelbar aufgegriffen, andere bilden eher den theologischen Resonanzraum der Gespräche.

Dietrich Bonhoeffer (1906–1945)

Deutscher evangelischer Theologe und Pfarrer, der zu den prägenden Stimmen der Bekennenden Kirche im Widerstand gegen den Nationalsozialismus gehörte. Für seine Spiritualität waren die Psalmen, das gemeinsame Leben und das Beten aus Gottes Wort besonders wichtig. Bonhoeffer verstand die Psalmen als eine von Gott gegebene Gebetsschule: Wir lernen beten, indem wir uns Worte schenken lassen, die größer sind als unsere momentanen Gefühle.

Richard J. Foster (geb. 1942)

US-amerikanischer Pastor, Theologe und geistlicher Lehrer aus der Tradition der Quäker. Mit Celebration of Disciplinemachte er klassische geistliche Übungen für viele evangelische Christen neu zugänglich. Beim Gebet betont Foster besonders die große Vielfalt: Anbetung, Bitte, Fürbitte, Klage, Stille, Hingabe, Heilungsgebet und viele weitere Formen gehören zu einer wachsenden Beziehung mit Gott.

Pete Greig

Britischer Pastor, Autor und Gründer der internationalen 24-7-Prayer-Bewegung. Greig verbindet einfache und konkrete Gebetspraxis mit einer starken Erwartung an Gottes Eingreifen, bleibt dabei aber auffallend ehrlich

Im Café . . .



im Blick auf unerhörtes Gebet. Sein P.R.A.Y.-Modell – Pause, Rejoice, Ask, Yield – ist eine praktische Hilfe, während Bücher wie *God on Mute* und *How to Hear God* besonders Gottes Schweigen und das Hören auf Gott thematisieren.

Romano Guardini (1885–1968)

Italienisch-deutscher katholischer Priester, Religionsphilosoph und einer der bedeutenden geistlichen Denker des 20. Jahrhunderts. In seiner Vorschule des Betens verbindet er theologische Tiefe mit sehr konkreten Gedanken zu Sammlung, Stille, Ehrfurcht und innerer Gegenwärtigkeit. Sein Beitrag zur Gebetsschule lautet vor allem: Bevor wir viele Worte machen, müssen wir lernen, wirklich da zu sein.

Tim Keller (1950–2023)

US-amerikanischer presbyterianischer Pastor, Theologe und Autor. Keller verstand Gebet stark vom Evangelium her: Christen beten nicht, um Gottes Annahme zu verdienen, sondern weil Christus ihnen Zugang zum Vater eröffnet hat. Besonders wichtig ist bei ihm die Verbindung von Schrift, Meditation und Gebet – Gottes Wahrheit soll nicht nur verstanden, sondern vom Heiligen Geist tiefer ins Herz eingeprägt werden.

C. S. Lewis (1898–1963)

Britischer Literaturwissenschaftler, Schriftsteller und christlicher Denker. Lewis nahm besonders die philosophischen Fragen des Gebets ernst: Wenn Gott allwissend und souverän ist, warum soll menschliches Bitten überhaupt etwas bewirken? Er hielt daran fest, dass Gott Menschen wirkliche Mitwirkung schenkt und Gebet echte Bedeutung haben kann – ohne daraus eine Technik zu machen, mit der Gott kontrolliert wird.

Martin Luther (1483–1546)

Deutscher Reformator und einer der einflussreichsten Theologen der

Im Café . . .



Kirchengeschichte. Für Luther gehörten Gottes Wort, Gottes Verheißung und Gebet eng zusammen. Er ermutigte zu einem kühnen Bitten, dessen Sicherheit nicht in der Stärke des eigenen Glaubens liegt, sondern in Gottes Zusage. Besonders praktisch ist seine vierfache Bewegung aus einem Bibeltext: Lehre – Dank – Bekenntnis – Bitte.

Henri J. M. Nouwen (1932–1996)

Niederländischer katholischer Priester, Theologe und geistlicher Schriftsteller. Nouwen schrieb mit großer psychologischer Sensibilität über Stille, Einsamkeit, Verletzlichkeit und die Identität des Menschen als von Gott Geliebter. Gebet ist bei ihm weniger geistliche Leistung als das langsame Lernen, mit offenen Händen vor Gott zu leben und sich seiner Liebe anzuvertrauen.

Eugene H. Peterson (1932–2018)

US-amerikanischer presbyterianischer Pastor, Theologe und Autor. Peterson prägte den Gedanken besonders stark: Gebet ist Antwort. Gott hat zuerst gesprochen, deshalb beginnt christliches Beten mit Hören. Die Psalmen waren für ihn eine Sprachschule des Gebets, und das langfristige Ziel bestand darin, dass nicht nur einzelne Gebetszeiten, sondern schließlich das ganze Leben zur Antwort auf Gott wird.

Gary L. Thomas (geb. 1961)

US-amerikanischer evangelikaler Pastor und Autor. In *Sacred Pathways* beschreibt Thomas unterschiedliche Zugangswege, auf denen Menschen besonders leicht aufmerksam für Gott werden können – etwa Natur, Stille, Tradition, Schönheit, Dienen oder Denken. Für unsere Gebetsschule hilft dieser Ansatz, die Vorstellung aufzubrechen, es gebe nur eine ideale Form, Gott zu begehnen.

Im Café . . .



Dallas Willard (1935–2013)

US-amerikanischer Philosoph und einer der einflussreichen Lehrer über Jüngerschaft und geistliche Formung der vergangenen Jahrzehnte. Willard verstand Gebet als Teil eines umfassenden Lebens mit Gott. Dabei hielt er zwei Dinge zusammen: Gott allein handelt und verändert – und zugleich gibt er Menschen die Würde, durch Gebet wirklich an seinem Handeln beteiligt zu sein.

Philip Yancey (geb. 1949)

US-amerikanischer Journalist und christlicher Autor, der besonders durch seine ehrliche Beschäftigung mit Gnade, Leid, Zweifel und Gottes scheinbarer Abwesenheit bekannt wurde. In seinem umfangreichen Buch über Gebet untersucht er sowohl erstaunliche Gebetserhörungen als auch das schmerzhaft Ausbleiben von Antworten. Sein Grundgedanke ist dabei sehr schlicht: Gebet ist zuerst Beziehung mit Gott – und deshalb dürfen auch Enttäuschung, Klage und offene Fragen in dieser Beziehung vorkommen.

Im Buch wird ein paar mal die eBooks TIEFER erwähnt. Das sind 6 Bände zur Frage nach der geistlichen Reife und des geistlichen Wachstums. Sie, und weitere Bände der Reihe findet ihr hier:

Mehr eBooks kostenfrei:

www.der-leiterblog.de