

# Wie sollen wir beten?

*»Wenn ihr betet, macht es nicht wie die Heuchler, die sich zum Gebet in die Synagogen und an die Straßenecken stellen, um von den Leuten gesehen zu werden. Ich sage euch: Sie haben ihren Lohn damit schon erhalten. Wenn du beten willst, geh in dein Zimmer, schließ die Tür, und dann bete zu deinem Vater, der auch im Verborgenen gegenwärtig ist; und dein Vater, der ins Verborgene sieht, wird dich belohnen. Beim Beten sollt ihr nicht leere Worte aneinanderreihen, wie die Heiden, die Gott nicht kennen. Sie meinen, sie werden erhört, wenn sie viele Worte machen. Macht es nicht wie sie, denn euer Vater weiß, was ihr braucht, und zwar schon bevor ihr ihn darum bittet.«*

*(Jesus Christus in Matth. 6:5-8)*

Jemand hat einmal sehr treffend gesagt: »Das Beten gehört zu den Dingen, die uns am meisten Probleme bereiten. Beten ist ungeheuer schwer und verblüffend einfach. Jedes Kind kann beten, dennoch enthält es Kräfte, die den Thron Gottes erreichen. Jeder kann beten, der alte Philosoph und das kleine Kind. Das Gebet ist der Höhepunkt eines Augenblicks und umfasst zugleich das gesamte Leben. Es enthält Verzweiflung und Jubel. Es kann sich auf eine einzige Sache beziehen oder die ganze Welt zum Thema haben. Es kann das Bekenntnis übelster Taten enthalten oder ergriffene Anbetung Gottes sein.«

Weil Beten ein zentraler Bestandteil im Leben der Christen ist, beschäftigt sich Jesus ausführlich und intensiv mit dem Beten. Er zeigt die negativen und positiven Aspekte, die beachtet werden müssen. Und dann gibt er uns auch das Vorbild, nach dem wir beten sollen.

In diesem Artikel wollen wir uns mit der Einführung ins Gebet beschäftigen, die Christus uns gibt. Dabei finden wir zwei Aussagen zum Thema Gebet: Es gibt eine falsche Art zu Beten und eine richtige. Und mit beiden beschäftigt sich die oben aufgeführte Bibelstelle.

Doch zunächst noch zwei Vorbemerkungen:

1. An wen richtet sich Jesus hier mit seinen Anweisungen? Die Antwort finden wir in diesem Abschnitt. Dreimal erwähnt Jesus Gott als den Vater der Angesprochenen: *»dein Vater«, »euer Vater«* (Verse 6+8). Das zeigt uns eindeutig, dass Jesus hier zu Menschen spricht, die durch Jesus Christus in Gott ihren himmlischen Vater gefunden haben. Anders gesagt: Er spricht hier zu Kindern Gottes.

2. Wir stehen in der Gefahr, diese Bibelverse zu lesen und sie bloß als Entlarvung der offenkundigen Heuchelei der Pharisäer aufzufassen. Doch wir dürfen bei diesem Abschnitt nicht vom »hohen Ross« auf die Pharisäer schauen. Wenn Jesus die Gläubigen vor der gleichen Gefahr warnt, dann zeigt er damit, wie tief unsere Sündenverstrickung reicht – bis hinein in unser Beten! Wir müssen also anerkennen, wie tief sich die Sünde in unserer Natur eingenistet hat. Sie verfolgt uns – hier in Form von Stolz, Sucht nach Anerkennung und Eigenlob – selbst bis in unser Gebetsleben hinein.

Und damit sind wir schon beim ersten Punkt:

## ***1. Die falsche Art des Betens***

Die falsche Art des Betens ist schon im Ansatz verkehrt. Der wesentliche Fehler ist, dass wir uns beim Beten auf uns und unsere Mitmenschen konzentrieren und nicht auf Gott. Unser Herr macht das sehr eindrücklich deutlich, wenn er sagt: *»Wenn ihr betet, macht es nicht wie die Heuchler, die sich zum Gebet gern in die Synagogen und an die Straßenecken stellen, um von den Leuten gesehen zu werden«* (Vers 5). Jesus verurteilt hier nicht das Gebet in der Öffentlichkeit. Er wendet sich aber dagegen, dass persönliches Beten öffentlich zur Schau gestellt wird.

Das zweite Beispiel ist in die Worte gefasst: *»Beim Beten sollt ihr nicht leere Worte aneinanderreihen wie die Heiden, die Gott nicht kennen. Sie meinen, sie werden erhört, wenn sie viele Worte machen«* (Vers 7). Nehmen wir diese beiden Bilder zusammen, entdecken wir zwei Hauptirrtümer beim Beten. Der erste Irrtum besteht darin, dass ich mich beim Beten um mich drehe und um den Eindruck, den ich bei anderen

hinterlasse. Der zweite Irrtum ist, dass ich ein falsches Bild von Gott habe. Ich denke, Er ließe sich von mir mit vielen und wohl formulierten Worten beeinflussen und umstimmen.

Vielleicht denkst du, dass dich diese Warnung Jesu nicht betreffe, weil du weder ein Heuchler noch ein Heide seist. Vorsicht! Fallen nicht etliche unserer Gebete doch unter das Urteil von Jesus?

Wir wollen diese beiden Irrtümer einmal beleuchten.

### ***1.1. Das Interesse an mir und an dem Eindruck, den ich beim Beten hinterlasse***

Das kann sich auf sehr unterschiedliche Weise zeigen. Die erste und grundsätzliche Gefahr besteht darin, dass wir als Beter erscheinen wollen. Wenn sich bei uns auch nur das geringste Eigeninteresse dafür zeigt, als Beter dazustehen, liegen wir schon falsch. Diesen Anschein erweckten ja auch die Pharisäer. Wenn sie zu den festgesetzten Gebetszeiten an den Straßenecken beteten, sah das doch so aus, als könnten sie mit ihrem Beten gar nicht warten, bis sie den Tempel erreichten. Sie waren so tolle Beter, dass sie einfach da stehen blieben, wo sie waren, um zu beten – öffentlich und demonstrativ.

Dann gibt es Christen, die dazu neigen, sich zu präsentieren, sich in den Vordergrund zu schieben, die Aufmerksamkeit auf sich zu ziehen. Und diese Neigung setzt sich manchmal bis ins Gebet fort. Wie kann das aussehen? Nun, da denken wir vielleicht nach der Predigt oder der Bibelstunde: »Das hätte doch auch noch gesagt werden müssen.« Und was tun wir? Wir verpacken das Vermisste in ein Gebet. Statt Gott im Gebet auf das Gehörte zu antworten, predigen wir in unserem Gebet die Zuhörer an. Das darf nicht sein, das ist ein Missbrauch des Gebets.

Lasst uns noch ein Stück weitergehen. Eine weitere Form sind die sogenannten »schönen Gebete«. Ich will damit nicht in Abrede stellen, dass unser Beten auch durchdacht sein sollte. Aber bei so manchen schön formulierten Gebeten spürt man doch, dass hier jemand Eindruck machen will. Beten ist doch das Gespräch mit meinem Vater im Himmel. Wenn ich mit jemandem rede, den ich liebe, dann achte ich doch nicht auf wohl gesetzte Worte und ausgefeilte Sätze. Wichtig ist mir die Person, die ich liebe und mit der ich reden darf – da ist doch eher Spontaneität am Platz. Also: Vorsicht vor »schönen Gebeten«.

Ein Letztes zu diesem Punkt. Nun sagst du vielleicht: »Das alles betrifft mich nicht. Ich will ja gar keinen Eindruck machen. Ich kann mich nicht so gut ausdrücken, also bete ich erst gar nicht öffentlich.« Das ist genauso verkehrt. Wenn ich schweige, aus Angst mich zu blamieren, dann steht doch wieder der Mensch im Zentrum und nicht Gott. Fragen wir uns einmal aufrichtig: Wie oft leiden unsere Gebetsgemeinschaften daran, dass wir Eindruck bei den anderen hinterlassen wollen?

In diesem Zusammenhang ergibt sich noch ein zweites Problem, auf das Jesus uns aufmerksam macht:

### ***1.2. Die Not der vielen Worte***

»Beim Beten«, sagt unser Herr, »sollt ihr nicht leere Worte aneinanderreihen wie die Heiden, die Gott nicht kennen. Sie meinen, sie werden erhört, wenn sie viele Worte machen« (Vers 7). Ich denke, wir können uns vorstellen, was damit gemeint ist. In vielen Ländern Ostasiens wird dies noch praktiziert. Denken wir nur an die tibetanischen Gebetsmühlen oder die Glasperlen im Buddhismus. Doch nicht nur im Heidentum, auch in der Christenheit finden wir diese Praktik.

Aber wir wollen hier keine Steine werfen und dabei denken: Ich danke dir, Gott, dass ich nicht so bin wie die anderen Leute! Es besteht auch bei uns die Gefahr der vielen Worte. Je länger das Gebet, desto frömmer der Beter in den Augen der Zuhörer. Und liegt da nicht auch eine ganz heidnische Gottesvorstellung in solch einem Beten? Viele sehen im Gebet eine Leistung an Gott, die diesen zu einer Gegenleistung verpflichtet. Sie wollen Gott etwas geben, statt von Ihm zu empfangen. Doch im Gebet kommen wir zu Gott als Bettler, und seit wann ist Betteln eine Leistung? Hüten wir uns vor dieser Einstellung. Denn wer so denkt und handelt, der belastet nicht nur die Gebetsgemeinschaften mit seinen ellenlangen Gebeten, er hat auch Jesus gegen sich: »Beim Beten sollt ihr nicht leere Worte

*aneinanderreihen wie die Heiden, die Gott nicht kennen. Sie meinen, sie werden erhört, wenn sie viele Worte machen« (Vers 7).*

Hierhin gehört auch die Frage der Gebetsdauer. Große Gestalten der Kirchengeschichte haben alle viel Zeit im Gebet verbracht. Und so folgern wir: wer heilig sein will, muss viel Zeit im Gebet verbringen. Auch das ist ein Trugschluss. Die großen Beter schauten beim Beten nicht auf die Uhr. Es war ihnen ein Herzensanliegen, Gemeinschaft mit Gott zu haben. Deshalb war das Gebet ihr Leben. Es war ihnen nicht wichtig, wie viel und wie lange sie beteten – sie suchten bloß die Gegenwart Gottes. Sobald wir aber mit der Stoppuhr anfangen, wird alles mechanisch und wir haben alles zerstört.

Unser Herr sagt zu all dem: *»Ich sage euch: Sie haben ihren Lohn schon erhalten« (Vers 5).* Was haben sie gesucht? Sie suchten die Ehre bei Menschen und sie haben sie auch bekommen. Und so ist es auch heute noch! Sie werden gelobt, weil sie große Beter sind oder weil sie so *»wunderbare Gebete«* sprechen können. Ja, dieses Lob erhalten sie. Aber das ist auch alles, was sie erhalten werden. In ihren Nachrufen wird vielleicht noch einmal hervorgehoben, welche großen Beter sie waren – und das war 's. Aber jener arme, zerbrochene Mensch, der vielleicht keinen ganzen Satz herausbekommt, der in seiner Not nur noch zu Gott schreien kann, der erreicht Gottes Ohr und wird einen Lohn empfangen, den die anderen niemals erreichen werden.

## **2. Die richtige Art des Betens**

Lasst uns nun die richtige Art des Betens betrachten. Ja, es gibt einen richtigen Weg zu beten, und das ganze Geheimnis liegt darin, wie wir die Sache angehen. Dazu sagt unser Herr: *»Wenn du beten willst, geh in dein Zimmer, schließ die Tür, und dann bete zu deinem Vater, der auch im Verborgenen gegenwärtig ist; und dein Vater, der ins Verborgene sieht, wird dich belohnen. Beim Beten sollt ihr nicht leere Worte aneinanderreihen, wie die Heiden, die Gott nicht kennen. Sie meinen, sie werden erhört, wenn sie viele Worte machen. Macht es nicht wie sie, denn euer Vater weiß, was ihr braucht, und zwar schon bevor ihr ihn darum bittet« (Verse 6-8).* Was heißt das? Wichtig ist, egal, wo wir beten, dass uns bewusst ist: Gebet ist eine Begegnung zwischen mir und Gott. Das muss ich mir immer wieder vor Augen stellen. Wenn wir uns nur immer daran erinnern würden, dass ich mich beim Gebet – auch bei Gebetsgemeinschaften – von den Menschen zurückziehe und in die Gegenwart Gottes komme. Das ist das Entscheidende. Aber wir wollen doch näher darauf eingehen.

### **2.1. Zuerst müssen wir einiges draußen lassen**

*»Wenn du beten willst, geh in dein Zimmer, schließ die Tür, und dann bete zu deinem Vater, der auch im Verborgenen gegenwärtig ist« (Vers 6).* Was heißt das konkret?

Diese Aussage von Jesus ist natürlich keine Absage an Gebetsgemeinschaften. Es ist auch kein Verbot öffentlichen Betens. Jesus sagt uns hier, dass einige Dinge ausgeschlossen bleiben müssen – ob wir nun öffentlich oder im Verborgenen beten.

Draußen bleiben müssen andere Menschen. Und dann schließen wir auch uns selbst aus. Das ist hier mit dem *»geh in dein Zimmer«* gemeint. Ich gehe in dieses abgeschlossene Zimmer, wenn ich Gemeinschaft mit Gott habe.

Oft ist es unmöglich, die Abgeschlossenheit für das persönliche Gebet zu finden. Aber wir wissen von Jesus, dass überall Stille sein kann. Gott erkennt, wann wir die Tür hinter Lärm, Unruhe und Arbeit zugemacht haben und zu Ihm kommen, mitten im Alltag. Das Gespräch zwischen Gott und mir allein kann überall stattfinden.

Das kann auch in einem öffentlichen Gebet geschehen. Wenn ich öffentlich bete, versuche ich in gewisser Weise, die Anwesenden zu vergessen. Ich bete nicht zu den Versammelten und spreche sie auch nicht an. Ich rede mit Gott. Und dabei führe ich dann auch die Zuhörer mit meinem Gebet vor Gott selbst.

Wir müssen also die anderen Menschen in unserem Denken ausschließen. Und auch ich selbst muss zurücktreten. Was hilft es, wenn ich mich in ein verschlossenes Zimmer zurückziehe, aber voll bin von mir

selber? Da dreht sich dann alles um mich und ich bilde mir vielleicht sogar auf meinen Gebetseifer noch etwas ein. Das wäre ja einem Beten an der »Straßenecke« zu vergleichen. Nein, beim rechten Beten muss ich mich selbst und alle Menschen um mich her draußen lassen. Mein Herz ist ausschließlich und nur für Gott offen. Martin Luther hat das treffend ausgedrückt: »Das Gebet ist ein Reden des Herzens mit Gott.« Und damit sind wir beim zweiten Schritt:

## **2.2. Der Abwendung folgt die Hinwendung**

Wie sieht das aus? Nun, ich muss mir bewusst machen, dass ich in Gottes Gegenwart trete. Ich muss mir darüber klar werden, wer Gott ist und was Gott ist. Ich muss mir sagen: »Jetzt trete ich in das Audienzzimmer des allmächtigen, vollkommenen und ewigen Gottes. Ich begegne nun dem König aller Könige, in all seiner Kraft und Majestät, dem Gott, der vollkommen heilig ist.«

Und über all dem darf uns bewusst werden, dass dieser Gott unser Vater ist: »*Bete zu deinem Vater, der auch im Verborgenen gegenwärtig ist; und dein Vater, der ins Verborgene sieht, wird dich belohnen.*« (Vers 6). Es ist also eine Beziehung wie zwischen Vater und Kind. Wenn wir das doch richtig begreifen würden. Dieser allmächtige Gott ist durch Jesus Christus unser Vater. Ja, in der Bibel ist es uns zugesagt: »*All denen, die Jesus Christus aufnehmen und an seinen Namen glauben, gibt er das Recht, Gottes Kinder zu werden*« (Joh 1:12). Wann immer wir beten, gehen wir als Kinder zu unserem Vater. Johannes Calvin sagt hierzu: »Wir sollen also etwa in der Weise mit ihm reden: Vater, der du so voll Liebe gegen deine Kinder bist, der du so gern bereit bist, ihnen zu verzeihen, – wir, deine Kinder, rufen zu dir und fragen nach dir und sind dabei der festen Zuversicht, dass du gegen uns keine andere als väterliche Gesinnung hegst, wie unwürdig wir auch solch eines Vaters sind!«

Ferner machen wir uns bewusst: Wir beten nicht, um Gott über unser Leben zu informieren, »*denn euer Vater weiß, was ihr braucht, und zwar schon bevor ihr ihn darum bittet*« (Vers 8). Unser himmlischer Vater weiß alles über uns; Er kennt alle unsere Bedürfnisse, ehe wir ihn bitten. Warum beten wir dann überhaupt, wenn Gott sowieso unsere Anliegen und Nöte kennt? Er könnte seine Leute doch auch versorgen, ohne ihnen die Last des Betens aufzuerlegen.

Wenn wir in der Bergpredigt weiterlesen, finden wir noch ein entscheidendes Wort von Jesus über das Beten: »*Bittet, und es wird euch gegeben; sucht, und ihr werdet finden; klopf an, und es wird euch geöffnet*« (Matth. 7:7). Wir halten fest: Unser Vater im Himmel ist allwissend und fordert uns doch auf zum Beten. Wieso? Er möchte, dass wir bewusst und in ganzer Abhängigkeit mit Ihm leben. Darum hängt viel von Seinem Segen für uns davon ab, ob wir mit Ihm im Gespräch bleiben und die Dinge des Lebens von Ihm erwarten. Gott möchte uns spürbar segnen, aber nur dann, wenn wir es von Ihm erbitten.

## **2.3. Zu guter Letzt müssen wir Vertrauen haben**

Wir müssen mit dem schlichten Vertrauen eines Kindes zu Gott kommen. Wir brauchen einen kindlichen Glauben. Wir brauchen diese Gewissheit, dass Gott wirklich unser Vater ist. Deshalb dürfen wir auch nicht denken, dass wir unsere Bitten gebetsmühlenartig wiederholen müssten, um den Segen Gottes zu erlangen. Nein, das Gebet soll Ausdruck unserer Sehnsucht nach Gott sein und unserer Bedürftigkeit. Unser Beten ist das Verlangen nach Gemeinschaft mit unserem himmlischen Vater. Es muss so sein, wie der Psalmbeter es beschreibt: »*Wie der Hirsch nach frischem Wasser dürstet, so sehne ich mich nach dir, mein Gott. Mich dürstet nach Gott, nach dem lebendigen Gott!*« (Psalm 42:2-3). Umgekehrt ist es natürlich genauso, ja noch viel mehr. Wie ein liebender Vater seine Freude daran hat, wenn sein Kind immer wieder zu ihm kommt, weil er die innige Beziehung so sehr liebt, so möchte auch Gott, dass wir immer wieder in seine Gegenwart kommen. Deshalb fordert Paulus uns auch auf: »*Betet ohne Unterlass*« (1. Thess. 5:17). Damit redet er nicht einer mechanischen Wiederholung das Wort. Wir sollen auch nicht denken, die Erhörung sei umso gewisser, wenn wir viele Worte machen.

Das alles ist damit nicht gemeint. Gemeint ist: Wenn ich bete, dann bete ich zu Gott, der mein Vater ist. Und mein himmlischer Vater hat Freude daran, wenn ich zu Ihm komme. Und Er ist gerne bereit, mir weit

mehr zu geben, als ich erbitten und mir vorstellen kann. Gott geht es wirklich um mein Wohlergehen. Ich darf niemals den Gedanken zulassen, dass Gott mir vorenthält, was das Beste für mich ist. Vergessen wir nie, dass Gott, unser Vater, sein Bestes für uns gab: *»Er hat ja nicht einmal seinen eigenen Sohn verschont, sondern hat ihn für uns alle dahingegeben, wie sollte er uns mit ihm nicht auch alles schenken?«* (Röm. 8:32).

Nehmen wir hier noch die Zusage von Jesus dazu: *»Dein Vater, der ins Verborgene sieht, wird dich belohnen.«* (Vers 6). Dann müssen wir uns schämen, dass wir oft in solch einer geistlichen Armut leben, die wir einen so reichen Vater haben. Schämen müssen wir uns auch, dass wir oft von falschen und irrigen Gedanken beim Gebet geleitet werden.

Ich hoffe, Gott hat uns einiges über das Gebet und über sich selbst gelehrt. Ich schließe mit zwei Versen aus der Bibel:

*»Dem, der so unendlich viel mehr tun kann, als wir erbitten oder erdenken, und der mit seiner Kraft in uns wirkt, ihm gebührt die Ehre in der Gemeinde und in Jesus Christus von Generation zu Generation in alle Ewigkeit. Amen«* (Eph. 3:20-21).

*Udo H. Schmidt*