

Predigt

In den Sonntagsgottesdiensten sprechen wir oft das Glaubensbekenntnis, um in Worten auszudrücken, was uns wichtige Glaubensinhalte sind. Seit einiger Zeit sage ich immer wieder vorher an, unter welcher Nummer der Text im Gesangbuch abgedruckt ist.

Zwei Beobachtungen haben mich dazu gebracht, nicht mehr selbstverständlich davon auszugehen, dass alle das Glaubensbekenntnis auswendig kennen:

Unsere Gottesdienste werden immer internationaler – Menschen aus vielen verschiedenen Herkunftsländern versammeln sich in der Kirche. Aber auch noch so viele Sprachkurse lassen das etwas alte Deutsch des Glaubensbekenntnisses nicht einfacher werden.

Außerdem erlebe ich viele Erstkommunionkinder, die in der Vorbereitungszeit zusammen mit ihren Familien zum ersten Mal seit langer Zeit einen Gottesdienst mitfeiern und nicht so in der Praxis drinstehen.

Zugleich scheint es mir sinnvoll, einzelne Gebete, sogenannte Grundgebete, im Lauf des Lebens auswendig sprechen zu können.

Wenn ich demenzerkrankte Menschen besuche, können sie sich oft an solchen Gebeten festhalten, weil sie im Langzeitgedächtnis fest verankert sind. Beten wir dann miteinander das Vaterunser, werden sie oft ruhig, weil sie damit Gutes verbinden.

Oder in Momenten, wo ein gemeinsames Gebet einfach guttut, hilft es, wenn man etwas gemeinsam sprechen kann. Das Vaterunser ist da oft die erste Wahl. Es geht dann nicht so sehr um den Inhalt, sondern darum, diese Situation mit Gott zu verbinden.

„Wir wissen nicht, was wir in rechter Weise beten sollen.“ (Römer 8,26-27) So schreibt Paulus in seinem Brief an die Gemeinde in Rom.

Manchmal scheint es schwer, ins Beten zu kommen. Freies Beten ist vielen Menschen fremd. Sie haben es nie gelernt und zudem gebe ich mit frei formulierten Gebeten mein Innerstes preis. Aus charismatischen oder freikirchlichen Kontexten kenne ich das freie Gebet auch in Gottesdiensten oder in Gebetskreisen – ich bin mir jedoch nicht sicher, ob da wirklich ehrlich zu Tage tritt, was den einzelnen Menschen umtreibt, oder ob es manchmal mehr darum geht, den Zuhörenden etwas zu beweisen oder ihren Erwartungen zu entsprechen.

Unsere Gebete haben viele Ausprägungen: Es gibt Bitt-, Lob- und Dankgebete, es gibt meditative Gebete wie den Rosenkranz, es gibt Lieder mit ganz unterschiedlichen Stilen und Inhalten. Man kann stumm eine Kerze anzünden oder Weihrauch glühen lassen. Das Staunen in der Natur auf einem Berg oder am Meer kann Gebet sein.

Von Muslimen kennen wir das fünfmalige Gebet über den ganzen Tag verteilt. Christliche Klöster praktizieren das so ähnlich und schon länger, und viele Menschen schließen sich dem im sogenannten Stundengebet an. Darin beten Menschen weltweit die gleichen Gebete, oft die Psalmen aus der Bibel, eine Art Liedersammlung. Dabei hat man oft Psalmen vor sich, die mit der eigenen Lebenssituation so überhaupt nichts zu tun haben – aber der Gedanke hat was,

weltweit verbunden zu sein und damit vielleicht für andere mitzubeten, für die das gerade ein Volltreffer ist.

Warum aber so viel beten?

Im Grunde geht es darum, mit Gott verbunden zu bleiben, und diese Verbindung als Wechselspiel zu gestalten. Wenn Gebet wirklich Reden mit Gott ist – und nicht nur eine lästige Pflichtübung, die halt gemacht werden muss – dann gehe ich verändert in meinem Alltag weiter. Inspiriert, vielleicht auch erleichtert oder getröstet.

Aber das Gebet hat im Lauf der Jahrhunderte auch seltsame Auswüchse erlebt. Wo Menschen glauben, viel Beten würde viel helfen, wird es schnell schräg. Um mit Paulus zu sprechen: „Der die Herzen erforscht, weiß, was die Absicht des Geistes ist.“ Oder Jesus selber sagt: „Wenn ihr betet, sollt ihr nicht plappern wie die Heiden, die meinen, sie werden nur erhört, wenn sie viele Worte machen. Macht es nicht wie sie; denn Gott weiß, was ihr braucht, noch ehe ihr ihn bittet.“ (Matthäus 6,7-8). Beten ist also kein Leistungs- und Ausdauersport, sondern ein ehrliches Gebet hält mich mit Gott in Verbindung und kann mich verändern. Ob es noch mehr in der Welt verändert, wissen wir nicht sicher.

Und was tun, wenn die Worte fehlen? Wenn ich keine vorformulierten Gebete kenne oder aus Kindheitstagen alles vergessen habe? Oder wenn sich alles falsch anfühlt? Das kenne ich von mir – dass da nichts richtig passen will. Dann lautet mein stilles Gebet schon mal: „Gott, ich weiß nicht...“.

Beten darf gerne ins Alltägliche rutschen, in meine ganz normale Sprache – als säße Gott am Küchentisch. Teresa von Avila wird solch ein Gebet¹ zugeschrieben:
Herr der Töpfe und Pfannen, ich habe keine Zeit, eine Heilige zu sein / und Dir zu Wohlgefallen in der Nacht zu wachen... / Mache mich zu einer Heiligen, / indem ich Mahlzeiten zubereite und Teller wasche.

Nimm an meine rauen Hände, weil sie für Dich rau geworden sind. / Kannst du meinen Spüllappen als einen Geigenbogen gelten lassen, der himmlische Harmonien hervorbringt auf einer Pfanne? / Sie ist so schwer zu reinigen und ach, so abscheulich. / Hörst Du, lieber Herr, die Musik, die ich meine?

Die Stunde des Gebetes ist vorbei, bis ich mein Geschirr vom Abendessen gespült habe, und dann bin ich sehr müde. / Wenn mein Herz noch am Morgen bei der Arbeit gesungen hat, ist es am Abend schon längst vor mir zu Bett gegangen.

Schenke mir Dein unermüdliches Herz, dass es in mir arbeite statt des meinen. / Herr der Töpfe und der Pfannen, bitte darf ich Dir anstatt gewonnener Seelen die Ermüdung anbieten, die mich ankommt beim Anblick von Kaffeesatz und angebrannten Gemüsetöpfen?

Herr, der Du das Frühstück am See zubereitet hast, / vergib der Welt, die da sagt: „Was kann denn aus Nazareth Gutes kommen?“

Die resolute und bodenständige Ordensfrau Teresa von Avila fand vor rund 500 Jahren klare und einfache Worte für ihr Gebet. Und man bezeichnet sie heute als Kirchenlehrerin, weil sie uns in dieser Kirche so manches beibringen kann. Nun geht es nicht darum, ihr Gebet zu imitieren oder auswendig zu lernen, sondern darum, mein eigenes Alltagsleben ähnlich mit Gott zu verbinden, wie sie es getan hat. Ob sich Worte dafür finden oder nicht – Gott ist da. Amen.

¹ Fundstelle u.a. <https://feministische-theologinnen.ch/2012/03/herr-der-topfe-und-pfannen/> (18.07.26)