



# Glaubenssachen

---

Sonntag, 17. November 2024, 08.40 Uhr

„... als das Wünschen noch geholfen hat“  
Vom Sinn des Betens  
Von Gotthard Fuchs

Redaktion: Florian Breitmeier  
Norddeutscher Rundfunk  
Religion und Gesellschaft  
Rudolf-von-Bennigsen-Ufer 22  
30169 Hannover  
Tel.: 0511/988-2395  
[www.ndr.de/ndrkultur](http://www.ndr.de/ndrkultur)

**- Unkorrigiertes Manuskript -**

**Zur Verfügung gestellt vom NDR**

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt und darf nur für private Zwecke des Empfängers benutzt werden. Jede andere Verwendung (z.B. Mitteilung, Vortrag oder Aufführung in der Öffentlichkeit, Vervielfältigung, Bearbeitung, Übersetzung) ist nur mit Zustimmung des Autors zulässig. Die Verwendung für Rundfunkzwecke bedarf der Genehmigung des NDR.

Das Leben ist bekanntlich kein Wunschkonzert, allzu viel geht schief oder passt nicht in unser Konzept. Umso wichtiger ist gerade deshalb das Wünschen. Da schauen wir über den Tellerrand des Bestehenden und Faktischen hinaus, da geben wir unserem Begehren und unserer Sehnsucht eine Stimme. Da artikulieren wir, was uns fehlt und worunter wir leiden. Unser Wille und auch unsere Vernunft sind sozusagen unzähmbar, und oft schon weiter als wir selbst. Deshalb sind die Wunschlisten so wichtig, nicht nur zu Weihnachten und zum Geburtstag. Auch wenn wir wissen, dass die Erfüllung unserer Wünsche nicht automatisch erfolgt. Sage mir, was du wünschst, wovon du träumst, wohin deine Sehnsucht und Leidenschaft fließen – und sage mir, worunter du leidest, was dir fehlt und dich bedrückt: Mit der Beantwortung dieser Fragen betreten wir jene Dimension, die man spirituell nennen könnte. Schönheit und Unglück, erfüllte und verzweifelte Sehnsucht – sie sind das Eingangstor in die Lebenslandschaften, die wir religiös nennen können. Da spielt seit alters her das Beten eine zentrale Rolle, da wird das Wünschen adressierbar. Nicht zufällig sprechen wir ja von himmelschreiendem Unrecht, aber auch von himmlischer Freude. Nicht nur die Not lehrt beten. Der Philosoph Ernst Tugendhat, der sich als religiös unmusikalisch versteht, meint z.B., die größte Not des Atheisten sei, dass der nicht wisse, wohin mit seinem Dank. Beten läßt sich als adressiertes Wünschen verstehen.

Beten hat also religionsgeschichtlich viel zu tun mit der Erfahrung, überwältigt zu sein vom Größeren, vom Anderen, vom Göttlichen. Die Sonne und das Licht, Sexualität und Geburt, Sterben und Tod – das sind wohl die ursprünglichsten Knotenpunkte im Netzwerk dessen, was uns hinreißt und überwältigt. Der Philosoph Peter Sloterdijk meinte einst lapidar: „Wir haben heutzutage ein Problem mit Gott, weil er uns nicht mehr imponiert“. Mit dieser Feststellung aber stehen Fragen im Raum. Was imponiert uns dann überhaupt noch? Was ist überwältigend und macht fassungslos, ist entzückend oder erschreckend? Beten wäre auf dieser elementaren Ebene des Menschseins der Ausdruck dafür, dass wir Menschen nur begrenzt Herr im eigenen Hause sind und uns in der Weite des Kosmos wie in der Tiefe und Untiefe der Geschichte doch ohnmächtig erfahren. Deshalb gilt es, mit den Mächten, die unser Leben bestimmen, in Beziehung zu treten und sie gnädig und wohlwollend zu stimmen. Beten als Umgang mit dem Erhabenen, die Erhebung der Seele zu Gott, zum Göttlichen. Manch einer mag so denken. Albert Camus meinte zum Beispiel: „Ich glaube nicht an Gott – aber ich bin kein Atheist“. Er ist hingerissen von der Schönheit der Welt und besonders der mittelmeerischen Natur, aber ebenso vom Irrsinn der faktischen Geschichte und den himmelschreienden Nöten, die wir erleiden und produzieren.

Deutlich wird schon in diesen ersten Überlegungen, wie sehr Dank und Bitte zusammengehören: Im Beten der Völker kommt zum Ausdruck, wie wenig selbstverständlich es ist, in der Welt zu sein. Dass überhaupt etwas ist, ist schon unglaublich und bedarf der Reaktion. In Dank und Bitte, in Lob und Klage nimmt der Gläubige also die ganze Welt, wie sie ist, ins Gebet. Es ist eine adressierte Auseinandersetzung mit dem eigenen Leben und Handeln, mit all dem, was größer ist und oft unfassbar. Andere werden da von Schicksal sprechen oder Zufall. Glaubende gehen von der Gegenwart Gottes aus.

Mir fällt in diesem Zusammenhang eine Geschichte ein: „'Wo ist der Anfang des Gebetes?' fragt der Meister seine Schüler. Der erste antwortet: 'In der Not, denn wenn ich Not empfinde, dann wende ich mich wie von selbst an Gott'. Der zweite sagt: 'Im Jubel, denn wenn ich jubele, dann hebt sich mir die Seele aus dem engen Gehäuse meiner Ängste und Sorgen und schwingt sich auf zu Gott'. Der dritte bekennt: 'In der Stille, denn wenn alles in mir schweigend geworden ist, dann kann Gott sprechen.' Der vierte erwidert: 'Im Stammeln des Kindes, denn erst wenn ich wieder werde wie ein Kind, wenn ich mich nicht schäme vor Gott zu stammeln, ist er ganz groß und ich ganz klein, dann ist alles gut'.“ Vier zentrale Antworten also auf unterschiedliche Dimensionen des Gebetes: Not lehrt beten, Glück sucht Sprache, in Stille sammelt sich alles, kindliche Empfänglichkeit und Offenheit ist die richtige Haltung. Der Meister erwidert: „Ihr habt alle gut geantwortet. Aber es gibt noch einen Anfang und der ist früher als all jene, die ihr genannt habt. Das Gebet fängt an bei Gott selbst: Er fängt an, nicht wir.“

Soweit diese grundlegende Geschichte. Wie selbstverständlich beginnt das Beten wie das Wünschen mit einem inneren Bedürfnis. Aber je mehr wir uns darauf einlassen, desto mehr kommt es zu einer Art Rollentausch, ja Herzenstausch. Ähnlich wie in der Liebe: Bevor wir sprechen, wissen wir uns schon angesprochen; bevor wir zustimmen und ja sagen, war schon ein Signal angekommen. In diesen Kontext gehören Sätze wie: „Die Botschaft hör ich wohl, allein mir fehlt der Glaube“ oder „Ich traue mich nicht, Deine Liebe zu erwidern“. Liebe kann man nicht herstellen, nur erleben und geschenkt bekommen. So ist es auch beim Glauben und Beten. Gott selbst fängt mit dem Beten an, sein Heiliger Geist ist es, der in uns seufzt, vor Entzücken im Schönen, vor Not im Schweren. Schon dass das Bedürfnis da ist, zeigt ja, dass eine Wirklichkeit in mir am Werk ist, die über mich hinausführt – träumend, begehrend, wünschend, vielleicht auch leidend. Dieses innere Sehnsuchtsgeschehen ernst zu nehmen, ihm Raum und Zeit zu geben, ist der Anfang des Gebets. In christlich-religiöser Sprache gesagt: Glauben ist nicht selbstverständlich, Beten ist nicht selbstverständlich. Es beginnt mit dem Wollen, aber dieses Wollen entpuppt sich gerade nicht als „hausgemacht“. Gewiss muss das Beten auch geübt werden, es braucht Rituale und so etwas wie Disziplin und Regelmäßigkeit – aber entscheidend ist doch dieses anscheinend selbstverständliche und doch so geheimnisvolle Anfangen, das wir aus dem Atmen kennen. Das geschieht meist unbewusst, ist einfach im Gang, längst bevor wir etwas wollen und sagen. Wir sind eingebettet in einen luftigen Atmosphären-Zusammenhang, von dem wir als Lebende immer schon Gebrauch machen dürfen: Ein- und ausatmen. So heißt es in einem Lied: „Du bist mein Atem, wenn ich zu dir bete“. Entsprechend gibt es unterschiedliche Bilder, um diesem Geheimnis Ausdruck zu geben: Beten ist Sprechen mit Gott, lautet eine Formulierung; eine andere: Wohnen in Gott und Schweigen in ihm, auch Schreien und Kämpfen mit ihm, Streiten und Klagen. Die ganze Bandbreite zwischenmenschlicher Beziehungen kommt ins Spiel. Beten heißt, in Gegenwart Gottes leben lernen.

Aber halten wir kurz die Luft an. Denn für sehr viele Menschen ist ja schon immer ein zentrales Problem im Spiel, nämlich die Vorstellung von einem personalen Gott, zu dem man sich erheben, ja mit dem man sprechen könnte, und der zu einem spricht.

Wünschen - ja, sich besinnen - ja, sich sammeln - ja, meditativ sitzen- ja; aber ausdrücklich zu einem göttlichen Gegenüber beten, das fällt vielen schwer oder scheint ihnen nicht mehr zeitgemäß. Auch taucht der Verdacht auf, derlei sei nur Wunschvorstellung und suggestives Selbstgespräch. In der Tat: Das Geheimnis, das wir Gott nennen, sprengt alle unsere Vorstellungen und Bilder. Auch die Rede vom persönlichen Gott führt in eine Weite, die alle unsere Vorstellungen von Individualität und Personalität sprengt. Zugleich aber ist mit dem Psalm Israels zu fragen: „Sollte der, der uns das Ohr geschaffen hat, selbst nicht hören? Sollte der, der uns das Auge geschaffen hat, nicht sehen?“ (Ps 84) Zudem: Ist die Rede vom sozusagen gesichtslosen Göttlichen nicht mindestens so ungenügend wie die vom personalen Gegenüber? Kann ich mich betend zu einer Wirklichkeit verhalten, die keine Augen und Ohren hat und nicht sprechen kann? Gott ist Person und zugleich viel mehr. Er ist überall, nicht zu fassen. Und doch kommt er uns Menschen entgegen und gibt sich zu fassen. Wer von ihm ergriffen ist, wird ihn auch begreifen dürfen – so wie Liebende dadurch immer mehr zueinander kommen, dass sie einander auch lassen und sich kein Traumbild mehr voneinander machen. In buddhistischer Religiosität wird die Namenlosigkeit und Unbegreiflichkeit Gottes unendlich ernstgenommen und führt geradewegs in den Raum des göttlichen Nichts. In den biblischen Religionen ist die Bildlosigkeit Gottes ebenfalls sehr bewusst, aber noch stärker ist die Gewissheit, dass der unfassbare Gott sich zeigt und ansprechbar macht. Aber das bleibt ein ständiges Abenteuer. Zum biblischen Gebetsglauben gehört das Suchen und Fragen, ja das Anklagen und Fluchen wie etwa bei Hiob oder in den Psalmen: wo bist du, Gott?

Christen sind bekanntlich Menschen, die eine Vorliebe für Jesus haben, und ihn deshalb den Christus nennen, ihren Schatz, den Besten. Nach allem, was uns überliefert ist, steht fest: Jesus, der Jude, lebte ganz selbstverständlich in den Gebetshaltungen und Hoffnungstraditionen Israels. Er war ein betender Mensch. Besonders der Evangelist Lukas zeichnet sein österliches Jesusbild als das eines heilkräftigen, gotterfüllten Menschen, der liebend die Intimität der Gottesbegegnung sucht und betet, besonders in Krisenzeiten seines Lebens. Es gehört zum Erstaunlichsten der Jesus-Überlieferungen, dass die Gebetskämpfe Jesu gerade angesichts des drohenden gewaltsamen Todes ungeschönt und wirklichkeitshart zur Sprache gebracht werden: „Nicht mein Wille geschehe, sondern deiner“, betet Jesus in der Nacht vor seinem Tode in Gethsemane. Jesus nimmt die ganze Wirklichkeit ins Gebet und sieht sie durchströmt von der Ankunft Gottes, mitten in einer dramatischen Veränderung und Umwandlung in das Reich, in den Bereich Gottes hinein. Nichts kennzeichnet Jesu Gottesbeziehung und Gebetshaltung mehr als das, was er seine Jünger lehrt: „Das Vater-unser“. Da kommt in den ersten Bitten eine unglaubliche Gottesleidenschaft zur Sprache: „Dein Reich komme, dein Wille geschehe, dein Name werde geheiligt.“ Die ganze Wirklichkeit wird neu zentriert auf die Mitte desjenigen hin, dessen Kommen endlich Gerechtigkeit schaffen wird, der die Feindesliebe möglich macht und den Frieden bringen soll. Beten ist da nicht frommes Geplapper und bloß ritualisiertes Reden, es ist eine Lebenshaltung, die sich in Worten wie in Taten zeigt. Wie stark Jesu Gebetsglaube ist, zeigt sich besonders in einem der merkwürdigsten Worte der Bibel: „Bittet und glaubt, dass ihr empfangen habt, und ihr werdet empfangen“, heißt es im Markusevangelium. Im Glauben, dass die Bitte schon erfüllt

ist, wird sie sich erfüllen. So als würde jemand in der Sahara nach langer Trockenzeit um Regen beten und dabei gleich den Regenschirm aufspannen, allem Anschein zum Trotz. Beten kann eine unglaublich konfrontative, ja kontrafaktische Haltung sein: Allem Bestehenden zum Trotz setzt der Betende jetzt schon alles auf die Karte dessen, was sein soll und sein wird. Beten ist also nicht nur Sprechen, es ist eine bestimmte Praxis, eine Grundhaltung bis hin zu konkreter Solidarität und Stellvertretung.

In christlicher Lesart wird das nirgends so deutlich wie in der Geschichte und Gestalt Jesu, in der Auferweckung des Gekreuzigten. Christen beten deshalb „im Namen Jesu“, sozusagen mit seiner Lebens- und Sterbens-Autorität im Rücken. Sie wissen sich im Geschick Jesu schon so von Gottes Treue überzeugt, dass sie entsprechend danken und bitten können. „Bringt alle eure Bitten mit Dank vor Gott“, empfiehlt der Apostel Paulus z.B. seinen Getreuen in Philippi. „Wir, die wir den Geist Gottes empfangen haben, seufzen und stöhnen noch mehr“ (Röm 8), sagt Paulus. Christen geben sich nicht zufrieden mit der Welt, wie sie ist. Was mit Jesus damals geglückt ist, soll überall wahr werden!

Zwar stehen Katholiken, Protestanten und Orthodoxe in unterschiedlichen Traditionen, aber eines ist allen seit Gründungszeiten gemeinsam, und das wird entschieden praktiziert: das Beten, und das keineswegs nur sonntags. Aber für nicht wenige ist gerade diese Welt kaum mehr zugänglich. Die Kirchen scheinen ihrer eigenen Botschaft oft im Wege zu stehen. Ihre Gebete und Predigten kommen in einer weltfremden, aufgesetzten Sprache daher. Wer spirituelle Anregungen sucht oder gar das Beten lernen und üben will, findet dort oft die eigene Sprache nicht. Aber nicht nur der „Durst nach Frieden“ ist groß, sondern auch der „Durst nach Gott“. Denn das Leben ist kein Wunschkonzert. Aber die Getränke, die da in den Kirchen angeboten werden, haben oft eine Verpackung mit längst überholtem Verfallsdatum. Dabei liegen dort solche Schätze an Gebetserfahrung bereit. Viel wird z.B. getan, um Meditation zu fördern oder das kontemplative Beten zu lernen, und ökumenische Orte wie Taizé oder San Egidio in Rom haben eine hohe Anziehungskraft. Wenn Katastrophen gesellschaftlich zu verarbeiten sind, sind Kirchen immer noch bevorzugte Orte. Ob ihre Zukunft darin liegt, dass sie wieder mehr spirituelle und damit auch soziale Brennpunkte des Gottesdurstes und der Gebetssolidarität werden? Kontemplation und Aktion, Gottes- und Nächstenliebe, Mystik und Politik – sie gehören untrennbar zusammen.

Wir könnten auch sagen: Beten ist Beziehungspflege zwischen Gott und Mensch, damit endlich Frieden werde und Gerechtigkeit. So wie sich Liebende füreinander Zeit nehmen, um ihr Leben zu gestalten und ihre Aufgaben zu bewältigen, so braucht es für spirituell orientierte Menschen Freiräume der Besinnung und des Gebetes - in der Gestaltung des Tages etwa, der Woche, des Lebens. Berühmt ist z.B. der Erfahrungssatz von Teresa von Avila, das Gebet sei das Gespräch mit einem Freund, der immer da ist und dem man alles anvertrauen könne. Diese tiefe Verbundenheit braucht ihre Räume der Intimität, Oasen der Stille und des Hineinhorchens in das Geheimnis des Lebens, das Gott ist. Und noch etwas ist wichtig: wir brauchen, wenn irgend möglich, Gleichgesinnte auch im Beten. Das ist ein Sinn von Gemeinde und Kirche, das ist das Schöne an Gottesdiensten und an gemeinschaftlichem Tun. Denn zum Gebet gehören Zweifel. Spreche ich nur mit mir selbst? Ist alles Einbildung oder Wunschdenken? Dass

andere mit uns oder sogar für uns beten, ist da ungemein hilfreich und tröstlich. Und umgekehrt hat noch das intimste Gebet die Not und Hoffnung der Mitmenschen im Blick, noch das privateste Gebet hat öffentliche Wirkung. Alles wird ins Gebet genommen, um verwandelt zu werden, zuerst der Betende selbst.

Aber alle diese Betrachtungen zum Beten wären ungenügend, jedenfalls christlich gesehen, würden wir nicht noch einen Gedanken dazu formulieren: Beten ist keine Einbahnstraße, genauso wenig wie der biblische Gottesglaube. Da geht es ja um einen Bund auf Wechselseitigkeit, um Beziehung und Freiheit: Gott will den Menschen als Mit-liebenden und Mit-schaffenden. Von Seiten des Menschen ist Beten also Ausdruck der Verantwortung für die Welt im Namen Gottes und Gottes im Namen der Welt. Aber auch umgekehrt müssen wir mit den großen Mystikern den Gedanken wagen, dass Gott uns bittet: „In Christi Namen bitte ich euch, lasst euch versöhnen mit Gott“, so schreibt schon Paulus (2 Kor 5,29). Erwachsene Christenmenschen wie Teresa von Avila wissen sich mit Christus innigst verbunden und entdecken gerade so den bedürftigen Gott, der Mitliebende sucht. Sie wissen um die Not Gottes, der so oft allein gelassen wird. Beten ist Anteilnehmen an dieser Not. Genau das gehört zur biblischen Kernüberlieferung. Nicht nur der Mensch ist es, der Gott bittet. Auch Gott will des Menschen bedürfen, so ernst nimmt er ihn. Er braucht ihn nicht, aber er will ihn brauchen – als Partner und Freund. Besonders kühn hat Etty Hillesum, die von den Nazis ermordete Jüdin, diese Perspektive formuliert: „Eines wird mir immer deutlicher: Dass Du, Gott, uns nicht helfen kannst, dass vielmehr wir dir helfen müssen. Und dadurch helfen wir dann uns selbst“. Die junge Frau hat ihren Kinderglauben hinter sich und verabschiedet sich vom Alleskönner-Gott des bloßen Wünschens. Sie übernimmt ihrerseits Verantwortung für Gott und nimmt auch ihn selbst ins Gebet wie der biblische Hiob.

Ja, so dürfen wir zusammenfassen: Beten ist adressiertes Wünschen, und das hilft tatsächlich. Die Grundformel des biblischen Beziehungsdenkens könnte lauten: „Alles mit Gott oder alles gegen Gott, nichts ohne Gott.“

\* \* \*

Zum Autor:

Dr. Gotthard Fuchs; Theologe und Publizist, Arbeitsschwerpunkt: „Geschichte und Gegenwart christlicher Spiritualität und Mystik im interreligiösen Gespräch“