Jesus sagt: Wahrlich, wahrlich, ich sage euch: Wenn ihr den Vater um etwas bitten werdet in meinem Namen, wird er´s euch geben. Bisher habt ihr um nichts gebeten in meinem Namen. Bittet, so werdet ihr nehmen, dass eure Freude vollkommen sei.

Das habe ich euch in Bildern gesagt. Es kommt die Zeit, dass ich nicht mehr in Bildern mit euch reden werde, sondern euch frei heraus verkündigen von meinem Vater. An jenem Tage werdet ihr bitten in meinem Namen. Und ich sage euch nicht, dass ich den Vater für euch bitten will; denn er selbst, der Vater, hat euch lieb, weil ihr mich liebt und glaubt, dass ich von Gott ausgegangen bin. Ich bin vom Vater ausgegangen und in die Welt gekommen; ich verlasse die Welt wieder und gehe zum Vater.

Das habe ich mit euch geredet, damit ihr in mir Frieden habt. In der Welt habt ihr Angst; aber seid getrost, ich habe die Welt überwunden.

**Johannes 16, 23a-28.33**

Herr, schenk uns ein Herz für dein Wort und ein Wort für unser Herz. Amen.

Liebe Gemeinde,

1.

in der vergangenen Woche war ich mit einer Arbeitsgruppe zusammen, in der die meisten der Frauen und Männer aus Klöstern und Orden kommen. Sie sind es gewohnt, im Rhythmus von täglichen Gebetszeiten ihrer Gemeinschaft zu leben.

Unser Tagesablauf in dieser Arbeitswoche begann morgens um 7.30 Uhr mit Yogaübungen, eine 15minütige Andacht in der Kapelle schloss sich an, alles vor dem Frühstück. Jeden Abend feierten wir gemeinsam einen Abendmahlsgottesdienst. Immer wieder gaben Zeiten der Stille Gelegenheit für das persönliche Gebet.

Einmal las jemand dabei einen sehr schönen Text über das Beten vor. Die Mehrzahl der Katholiken hatte sich mit Worten und Inhalt so vertraut gefunden, dass sie ganz überrascht wurden von dem nachfolgenden Hinweis, dieser Text stamme von MARTIN LUTHER.

Es war ein Auszug aus seiner Schrift: „Eine schlichte Weise zu beten, für einen guten Freund“.

Im Jahr 1535 hatte Luther diese Schrift verfasst auf Bitten eines guten Freundes hin, der ihn um Rat gefragt hatte, wie er denn beten könne.

Sie ist veröffentlicht und in mehreren Auflagen gedruckt worden. Die jüngste Ausgabe ist erst vor kurzem als Büchlein erschienen.

2.

Der Bedarf für eine Anleitung zum Beten – jedenfalls für Menschen, die nicht in der Gemeinschaft eines Klosters leben – war in Luthers Zeiten hoch. Heute ist er sicher nicht weniger gegeben.

Mir selbst führt eine solche Arbeitswoche, wie eben beschrieben, die Grenzen meines eigenen Betens vor Augen – auch wenn es nicht mehr ganz so unbeholfen ist wie das Gebet des „Doppelten Lottchens“. Einige von Ihnen werden sich erinnern. Ich hatte es auch schon einmal erzählt. In der Verfilmung des Erich-Kästner-Romans ist es die Schlussszene. Die Zwillinge sind getrennt von ihren Eltern, die Eltern haben sich getrennt und leben an verschiedenen Orten. Es gibt eine Verwechslungsszene, und die Eltern sind wieder zusammengekommen, sind in einem Zimmer, sprechen miteinander und überlegen, ob sie zusammen bleiben können. Die beiden Mädchen sind vor dem Zimmer, und eine sagt zur anderen: Jetzt müsste man eigentlich beten können. Es fällt ihnen aber kein Gebet mehr ein, außer: Komm, Herr Jesu, sei unser Gast und segne, was du uns bescheret hast.

Dass die Geschichte gut ausgeht, ist ein Wunder – und hat also vielleicht doch mit diesem unbeholfenen Gebet zu tun?

3.

Einer meiner Lehrer im Studium war sehr deutlich vor Augen, wie sehr unser modernes Leben es schwer macht, zu einem regelmäßigen Zur-Ruhe-Kommen, Still-Werden, Sich-Besinnen, Beten zu finden. „Hören Sie nie auf, anzufangen!“, hat er uns ermutigt. „Scheuen Sie sich nicht und schämen Sie sich nicht, immer wieder anzufangen! Die kleinen Anfänge sind wertvoll. Und wenn es nicht mehr ist, dann ist das schon sehr viel.“

Angefangen – oder nie aufgehört – haben wir alle. Unsere Sprache verrät uns. Da beten wir immer wieder, meistens wohl unbewusst:

„Ach Gott, Herrje, Ach du meine Güte ...“ Das sind alles Gebete. Im Film „Fargo – blutiger Schnee“ sagt die schwangere Polizistin, die eine wirklich sehr blutige Geschichte aufzuklären sucht, immer wieder: „Jesses, Jesses“ – also „Jesus“. Im amerikanischen Original ist das – vermute ich der kleine Ausruf, der als Kürzel heute in den social media gebräuchlich ist: „omg“ für „O my God“. Wieder ein Gebet. Oder sagen wir: der Anfang eines Gebetes.

4.

Der frühere Hannoveraner Bischof Horst Hirschler behauptete: Alle Menschen beten. Er war jemand, der gern mit Atheisten gesprochen hat oder besser: mit Menschen, die sich für Atheisten hielten. Manchmal sagte ihm jemand: Ich bete nicht. Ich glaube nicht an Gott. So? fragte er dann zurück. Fluchen Sie denn gar nicht? Fluchen, antwortete dann sein Gegenüber, was hat das denn mit Beten zu tun?

Viel, sagte der Bischof dann. Wenn jemand vor sich hin wütet und sagt: „Verflucht noch mal, warum das hier wieder so schwachsinnig laufen; ich könnte alles in Stücke schlagen, verdammter Mist!“ Dann ist das auch ein Gebet. Da spricht jemand zu seinem Geschick. Er schimpft in sein Geschick hinein, dass es so blödsinnig läuft. Jeder Mensch, meinte Hirschler, redet in solcher oder anderer Weise in sein Geschick hinein.

Wir müssen so reden. Weil ein Nicht-Hineinsprechen in unsere Welt uns versteinern lassen würde. Unser Leben würde, ohne dass wir diese Wirklichkeit, die uns bestimmt, ansprechen, sinnlos. Wir müssen ins nicht Fassbare hineinreden, weil wir selbst ein unfassbares Geheimnis sind und einer Wirklichkeit ausgesetzt, die uns herausfordert, anspricht, ja uns geschaffen hat und uns wieder aus dieser Welt heraus katapultiert. Das fassen wir nur, wenn wir das Wesen dieses Geschicks als ein uns ansprechendes, bergendes und herausforderndes DU begreifen und wiederum anreden. Wir sind angewiesen auf dieses Anreden. Weil die uns begegnende Welt sonst zum stummen Stein wird und wir selbst hilflos versteinern. Wir brauchen dieses Gespräch.

Die Zwillinge im „Doppelten Lottchen“ haben das vor der verschlossenen Tür stehend wohl nicht so reflektiert, aber intuitiv doch verstanden. Und mangels eigener Worte mussten es die wenigen Worte, die sie kannten, eben reichen: „Komm, Herr Jesus, sei du unser Gast, und segne, was du uns bescheret hast.“ Eigentlich gar nicht so schlecht, auch an dieser Stelle der elterlichen Auseinandersetzung.

5.

Und auch dies stimmt an der Szene zu unserem Thema: es geht um die Liebe.

Der heutige Evangelientext spricht vom Beten zu Gott „im Namen Jesu“. Mir ist nichts Besseres eingefallen, aber vielleicht ist es auch richtig so, als das, wozu manchmal Verliebtheit auf dem Schulhof führt. Eine gute Freundin wird vorgeschickt. Sie soll mal beim andern und seinem Umfeld checken, ob Gefühle vielleicht erwidert werden. Ich hätte gern ein Zeichen, ein Signal, bevor ich Gefahr laufe, mich bloß zu stellen und lächerlich zu machen.

„Im Namen Jesu“ beten heißt: Er, der Sohn des Vaters, hat schon geklärt, dass ich kommen darf, wie ich bin. Ich darf sicher sein, nicht abgewiesen zu werden. Ich bin willkommen. Ich bin geliebt. Da ist eine Tür für mich geöffnet. Das ist beten zu Gott „im Namen Jesu“.

Es ist die Einladung, betend in eine Beziehung einzutreten. Und darin die Liebe zu entdecken.

Ich gebe zu: wenn ich das „Vater Unser“ für die Konfirmandenprüfung lernen und aufsagen muss, erschließt sich das wohl nicht gleich: dass es Worte sind, die aus der Erfahrung kommen und darauf antworten, geliebt zu werden; bedingungslos als der Mensch, der ich bin, geliebt zu werden. Und dass ich mich darum an diesem einen Ort ganz anvertrauen, mein Herz ausschütten, mich bergen kann.

6.

Interessant ist, dass sich als ganz modern verstehende Zeitgenossen, die von sich sagen würden, dass sie mit Kirche und Glauben nicht viel am Hut haben, manchmal ungewollt und nicht gesucht Erfahrungen machen mit einer besonderen Form des Gebetes. In Klöstern kann man das Üben, dort nennt man es Kontemplation oder „kontemplatives Gebet“. Es gibt eine Erfahrung der Nähe Gottes, in der Worte zurück treten. In der Gegenwart Gottes kommt etwas in mir zur Ruhe. Es ist eine Nähe, die keine Worte mehr braucht – in der ich die Präsenz Gottes so stark erfahre, dass ich schweigen möchte.

Nicht selten erleben Menschen das ganz unvermittelt auf scheinbar unfromme Weise – in einem besonderen Moment in der Natur, ein Satz in einem Buch, eine Szene, in einem Film, die innerlich berührt, in der Geste, der Zuwendung eines Menschen, einer kleinen alltäglichen Begebenheit, an der vielen anderen nichts auffallen würde, die bei mir aber in diesem Moment innerlich etwas anrührt, was sich kaum in Worte fassen lässt.

Ich habe die Stelle leider noch nicht wiedergefunden, bin mir aber sicher, sie zu erinnern: ich lese gerade ein Buch über eine Familie, die von München nach Venedig wandernd die Alpen überquert.

Der Familienvater und Journalist beschreibt einen Moment in den Bergen, der ihn angesichts eines ihn überwältigenden Naturschauspiels fast sprachlos macht. Er sucht dafür Worte, vermeidet tapfer, von Gott zu sprechen, wo es für das Erlebte eigentlich kein anderes Wort mehr gibt.

Ich meine, in seinen Worten noch den Nachhall zu spüren: Da begegnet mir etwas, das so viel, so unfassbar größer ist als ich selbst – und gleichzeitig ist da etwas, das mich tiefinnerst und ganz persönlich meint.

7.

Aus dem Gottesdienst nehmen wir kleine Anregungen für unsere „Anfänge“ persönlichen Betens mit: Neben dem Vater Unser sind die Psalmen ein großer Schatz und eine Hilfe zum Beten.

Der Psalm 103 beginnt mit dem Satz: „Lobe den Herrn, meine Seele, und was in mir ist, seinen heiligen Namen!“

„Was in mir ist“ – mein Glauben und mein Unglauben – beides gehört ins Gebet -, meine Hoffnung und meine Angst und mein Misstrauen, mein Stolz und meine Freude und meine Abgründe und meine dunklen Seiten ... Was immer in mir ist. Für alles ist Platz bei Gott. Betend zu ihm getragen verändert es sich. Im Gebet geht es wirklich nicht um frommen Schein und Sonntagsgesicht. Es geht um mich selbst mit Haut und Haaren – um mich selbst im liebenden Anblick dessen, der mich geschaffen hat.

7.

Am Ende des Evangelientextes steht ein Jesuswort, das ich immer mit der Geschichte eines Bischofs verbinde. Ich konnte ihn näher kennen lernen. Ulrich Wilckens war Professor für Neues Testament und später Bischof von Lübeck gewesen. Er stammt aus einem ganz und gar nichtkirchlichen Elternhaus. Ich weiß gar nicht, ob er konfirmiert war. Als 17 jähriger ist er noch in Hitlers Krieg gezogen worden. Er erzählte, wie er voller Angst im Schützengraben liegend das Dröhnen der heranrollenden amerikanischen Panzer erlebte. Und da hinein hörte er, der sich bis hierher nicht als gläubigen Menschen verstanden hatte, das Jesuswort, mit dem das heutige Evangelium schließt: „In der Welt habt ihr Angst, aber seid getrost, ich habe die Welt überwunden.“

Ulrich Wilckens hat dann – wie viele andere, die nicht gleich in Gefangenschaft gerieten – in langen Fußmärschen den Weg nach Hause gesucht. Dabei hat er immer wieder in evangelischen und katholischen Pfarrhäusern Obdach gefunden. Und wie selbstverständlich hier und dort Platz am Tisch gehabt – auch bei Abendmahl und Eucharistie.

8.

Ich möchte zum Schluss gern lesen, was eine 16jährige Schülerin, Friederike Seifert über ihren Zugang zum Beten schreibt. Es war mal in einer Zeitung abgedruckt (chrismon 11/2005, S. 13):

„Beten“, schreibt sie, „ nenne ich das nicht, ich nenne das erzählen. Kurz vorm Einschlafen lasse ich noch mal meine Gedanken schweifen. Ich lasse jemanden teilhaben an meinem Leben. Es ist ähnlich wie Tagebuchschreiben. Aber da ist jemand, dem ich es erzähle, also Gott. Ich erzähl es ihm wie einer anderen Person.

Dieses Erzählen kenne ich seit meinem 14. Lebensjahr, seit ich mehr über mich nachdenke. Vorher habe ich nicht gebetet. Eine Freundin hat mir davon erzählt. Erst kam es mir exotisch vor, dann hat es mich angeregt, das selber einfach mal auszuprobieren.

Oft werde ich als Zuhörerin angefragt und soll einen Rat geben. Da muss ich dann aber auch Kritik einstecken. Es kommt vor, dass mir die Schuld gegeben wird, wenn etwas schief läuft. Dann hilft mir das Gebet.

Durch das Erzählen lässt das Aufbrausende in mir nach. Ich beruhige mich, frage mich, ob der andere vielleicht doch Recht hat. Ich kann den Konflikt besser einordnen. Es führt dazu, dass ich mit mir klarkomme. Ich hab einfach jemanden, der zuhört.

Ich erzähle auch schöne Sachen. Zum Beispiel wenn ich in einem Fach besser bin als meine Freundin, in dem eigentlich sie der Freak ist. Das brauche ich besonders, wenn ich total niedergeschlagen bin. Dann kommen mir Bilder von tollen Momenten, die mich wieder aufbauen. Woher sie kommen, das weiß ich nicht. Es könnten Bilder von Gott sein, die mir Lebensmut geben sollen.

Das Beten ist eine Lebenseinstellung von mir. Viele orientieren sich nur daran, was gerade in oder out ist. Ich schwimme gern gegen den Strom. Das hat mich wohl zum Beten gebracht. Es ist etwas, womit man sich nicht lange theoretisch auseinander setzt, sondern was man einfach macht. Es ist einfach da.