

## 7. Sonntag in der Osterzeit (Jahr B)

St. Pantaleon, 24.05.09

Meine lieben Schwestern und Brüder,

das Evangelium der heutigen Hl. Messe gewährt uns Einblick in die Art und Weise, wie Jesus betet. „*In jener Zeit erhob Jesus seine Augen zum Himmel und betete*“ (Joh 17, 6), haben wir soeben gehört. Dass die Hl. Schrift uns diese innige Stunde im Leben Jesu überliefert hat, zeigt unmissverständlich, dass es Gott offensichtlich ein wichtiges Anliegen war, dass wir beten lernen. „*Herr, lehre uns beten*“ (Lk 11, 1), haben die Jünger ihn einmal gebeten. Jesus entsprach dieser Bitte gerne und gab ihnen das „*Vater unser*“ mit auf den Weg ihrer persönlichen religiösen Entwicklung. Damit endete die Unterweisung Jesu über das Gebet jedoch keineswegs, denn er wollte uns offenbar nicht nur ein mündliches Gebet mit auf den Weg geben, sondern uns darüber hinaus das Beten als Verhaltensweise beibringen. Und das tat er, indem er selber öfters vor den Augen seiner Jünger gebetet hat. Das heutige Evangelium zeigt uns ein Moment des Gebetslebens Jesu. Wir schauen es uns lernbegierig an, denn – wer würde nicht gern von Jesus beten lernen?

Wie betet Jesus? Das erste, was uns im heutigen Evangelium auffällt, ist, dass Jesus diesmal keine mündlichen, vorgeformte Gebete verrichtet, sondern einfach so, vertrauensvoll und völlig unmittelbar, mit seinem Vater Gott über das, was er in diesem Augenblick auf dem Herzen hat, spricht. Vor allem aber fällt uns auf, dass er mit dem Vater so lebendig spricht, als würde er ihn sehen, als stünde er sichtbar vor ihm, und doch war sein Vater nicht sichtbar. So lernen wir, dass beten heißt, das Herz vor Gott zu öffnen in der Sicherheit, dass er da ist und uns hört. Dass wir ihn nicht sehen, das ist letztlich nur ein Umstand, sozusagen ein Erfordernis des Glaubens. Denn Glauben ist ja, wie es im Hebräerbrief wörtlich heißt: „*Überzeugt sein von Dingen, die man nicht sieht*“ (Hebr 11, 1). Hauptsache, Gott ist tatsächlich da. Ob wir ihn sehen oder nicht, das betrifft nur die äußere Wahrnehmung. Dass er tatsächlich da ist, wenn wir beten, das garantiert uns aber der Glaube.

Wie hat Jesus also gebetet? Das Evangelium sagt, er habe seine Augen zum Himmel erhoben. Was bedeutet das? Es bedeutet, dass Jesus sich zu Beginn des Gebetes ganz bewusst und gezielt auf Gott konzentriert. Und so lernen wir, dass dies eben der Anfang jeglichen Gebetes ist, bzw. sein soll: mit allen fünf Sinnen auf Gott zuzugehen, ihn äußerst aktiv suchen, mit dem ehrlichen Wunsch, ihm sozusagen hautnah zu begegnen. Das ist also die richtige Einstellung zum Gebetsbeginn. Beten wollen, ist also viel mehr als nur etwas Gutes und

Frommes zu tun, es ist das ernsthafte Bemühen, Gott gezielt zu suchen, damit wir bei ihm verweilen. Theresia vom Kinde Jesu sagt über das Gebet: „Für mich ist das Gebet ein Aufschwung des Herzens, ein schlichter Blick zum Himmel, ein Ausruf der Dankbarkeit und Liebe inmitten der Prüfung und inmitten der Freude“ (Vgl. KKK Nr. 2258).

Wer so betet, wer sich zu Beginn des Gebetes um das Bewusstsein der tatsächlichen Gegenwart Gottes gezielt bemüht, dem schenkt Gott, und sei auch nur für eine kurze Zeitspanne, wie etwa eine Sekunde, die Glaubenserfahrung, dass Gott tatsächlich da ist. Und das ist so schön und wohltuend, ja so tiefinnig, so beglückend und motivierend, dass man bedenkenlos sagen kann: diese eine Sekunde wiegt die ganzen Zerstreuungen der gesamten Gebetszeit bei weitem auf. Sie alle kennen wahrscheinlich jene mittelalterliche Geschichte des Mönchs von Heisterbach. Er ging eines Tages aus dem Kloster, um im Wald zu beten. Er vertiefte sich dabei so intensiv, dass die Zeit an ihm unmerklich vorüber ging. Als er schließlich zu sich kam, wollte er schnell ins Kloster zurück. Er klopfte an die Tür des Konvents, doch keiner der Patres kannte ihn. Was war geschehen? Der gute Mönch meinte, er sei bei seinem intensiven Gebet lediglich eine Sekunde bei Gott gewesen, in Wirklichkeit aber war ein ganzes Jahrhundert verstrichen. Fazit: Eine Sekunde bei Gott kann die Wirkung eines Jahrhunderts aufwiegen. Etwas vereinfacht, würde ich sagen: es macht nichts, dass wir während des Gebetes Zerstreuungen gehabt haben, wenn wir nur diese eine Sekunde der innigen Verbindung mit Gott erleben durften.

„Jesus erhob seine Augen zum Himmel“ (Vgl. Joh 17, 6). Wer beten will, muss also lernen, „abzuschalten“. „Abschalten“, heißt, dass man sich gezielt und ganz dezidiert Gott zu vergegenwärtigen versucht und alles andere hinter sich lässt. Wer gut beten will, muss sich ganz auf Gott konzentrieren.

Das hört sich alles sehr schön und plausibel an, und doch bleibt die leidige Erfahrung der allzu häufigen Zerstreuungen im Gebet im Raume. Warum zerstreuen wir uns so sehr im Gebet? Warum fällt es uns mitunter so schwer, uns im Gebet auf Gott zu konzentrieren? Warum schießen uns durch den Kopf alle mögliche Gedanken, wenn wir beten wollen? Und das – trotz unseres ausgesprochen guten Willens! Warum können wir so schwer abschalten? Benedikt XVI. sprach einmal von der „Schwerhörigkeit Gott gegenüber, an der wir gerade in dieser Zeit leiden“. Er sagte: „Wir können ihn (Gott) einfach nicht mehr hören – zu viele andere Frequenzen haben wir im Ohr“ (Verlautbarungen Nr. 174, S. 38), Ja, meine lieben Schwestern und Brüder, der Papst hat wieder einmal „den Nagel auf den Kopf getroffen“. Warum fällt uns schwer, von unseren Dingen abzuschalten und uns allein auf Gott zu

konzentrieren? Weil wir während des Tages zu wenig an Gott denken. „Wovon das Herz voll ist, davon spricht der Mund“, sagt richtig die Volksweisheit. Wie können wir uns dann auf Gott im Gebet konzentrieren, wenn wir ihn bei der Verrichtung unserer Alltäglichen vergessen? „Hier liegt der Hund begraben“, meine lieben Schwestern und Brüder. Wie kann es im Gebet klappen, wenn wir tagsüber fern von Gott sind, wenn wir gar nicht an ihn denken? Wir sollten uns vielmehr daran gewöhnen, *von Gott her zu denken und zu handeln*, sagte einmal unser Hl. Vater Benedikt XVI. Und er hat wieder einmal recht! Es gibt in unseren Breiten aber eine verheerende Lebensdisharmonie in vielen Christen: in der Kirche ist man gläubig, draußen aber, auf der Straße, in der Welt, in der Familie, im Beruf und in der Gesellschaft, da ist man nur Bürger, und Gott und die Religion spielen in diesen Bereichen dementsprechend keine Rolle. Es ist dann gar nicht verwunderlich, dass, wer so denkt und handelt, zwangsläufig große Schwierigkeiten haben muss, sich auf Gott zu konzentrieren, falls er einmal beten möchte.

Was zeigen uns diese Überlegungen, meine lieben Schwestern und Brüder? Sie zeigen uns, dass, wer gut beten will, Sorge dafür tragen muss, dass sein Alltag nicht von Gott abgeschaltet ist. „Man muss sich klar machen, dass Gott dauernd bei uns ist. Wir leben, als ob der Herr fern wäre, dort, wo die Sterne leuchten, und wir bedenken nicht, dass Er auch an unserer Seite ist“, hat der Hl. Josefmaria in seinem Buch „Der Weg“ geschrieben (Nr. 267). Ja, meine lieben Schwestern und Brüder, diese Art Bewusstseinspaltung – Gott sei in der Kirche, in der Welt aber nicht - hindert uns beten. Wer dieser Bewusstseinspaltung verfällt, verbannt Gott aus seinem Alltag. Gott ist nicht nur da oben. Er ist nicht nur in der Kirche. Er ist nicht nur beim sozialen Einsatz. Er ist überall. Er ist auch am Herd, sagte Teresa von Avila: „Auch bei den Töpfern ist der Herr“. Wir können Gott überall treffen, weil Jesus Christus, wahrer Gott und wahrer Mensch, alle Wege der Erde selber zurückgelegt hat und dort seine Spuren hinterlassen hat. Alles Menschliche – die Sünde ausgeschlossen – trägt in sich deshalb einen Draht zu Gott; sich an diesem Draht festzuhalten, das ist es, was das christliche Leben im Grunde ausmacht. Fest steht es auf jeden Fall, wenn wir Gott im Alltag gegenwärtig haben, dann werden wir uns am Anfang des Gebetes bestimmt leichter auf ihn konzentrieren können. Denn wir lebten ja dann auf Gott ausgerichtet. Diese Ausrichtung des Menschen auf Gott mitten im Alltag ist somit unabdingbare Voraussetzung für das gute Gebet eines Christen mitten in der Welt. Diese Ausrichtung auf Gott bedeutet jedoch keineswegs, dass wir weltfremd leben, bzw. dass wir das Weltliche vernachlässigen müssten. Denn Jesus Christus hat es nicht so getan. In der Werkstatt von Nazareth war Jesus mit seinem Vater Gott innigst verbunden. Diese Verbindung äußerte sich nicht durch

auffällige Auftritte, sondern eher durch eine wirklich gut getane, vollendete Arbeit, wie auch durch sein angenehmes, rechtschaffenes und freundliches Auftreten sowohl in der Familie wie auch mit den Kunden. Doch er wusste sich auch in diesen rein weltlichen Angelegenheiten bei Gott dem Vater. Er war mitten in der Welt und zugleich auf den Himmel ausgerichtet. Wie das vor sich geht, hat Jahre später der hl. Paulus in dem Areopag von Athen mit den Worten ausgedrückt: „*In ihm (Gott) leben wir, bewegen wir uns und sind wir*“ (Apg 17, 28).

Wer sich also bemüht, im Alltag, d. h. in Familie, Beruf und Gesellschaft, Gott bei sich zu wissen, der wird sich garantiert leichter auf Gott konzentrieren können, wenn er beten will. Aus dieser Beobachtung geht eine goldwerte, ganz praktische Überlegung hervor, nämlich dass die Erfahrung von nachhaltigen Schwierigkeiten beim Beten oft ein Wink mit dem Zaunpfahl sein kann, dass man mehr dafür tun sollte, Gott im Alltag gegenwärtig zu halten.

Nachdem Jesus seine Augen zum Himmel erhoben hatte, d. h. nachdem er sich auf seinen Vater Gott ganz und ausschließlich konzentriert hatte, sprach er mit ihm – so das Evangelium der heutigen Hl. Messe - über die Themen, die ihn zu jener Stunde beschäftigten. Auch das lernen wir heute von Jesus. Wir lernen, im Gebet die Themen, die uns beschäftigen, mit Gott vertrauensvoll zu besprechen. Wenn wir das tun, dann werden wir diese Angelegenheiten, die uns halt beschäftigen, in einem neuen Licht sehen, im Lichte Gottes. D. h. wir sehen sie dann, wie Gott sie sieht. Dann werden sie glänzen, denn das Licht Gottes ist dann auf sie gefallen.

Dass wir zu dieser Form des Gebetes finden, darum bitten wir heute Gott auf die Fürsprache unserer Mutter Maria.