



## GOTT ALS SPRECHER UND HÖRER

Der Emmaus-Gang der beiden Jünger Christi ist auch ein Modellfall für das Gebet, der sogar eine groteske Komponente aufzuweisen hat. Kleopas, der eine Emmausjünger, spricht über Christus mit Christus. Er weiß aber noch nicht, wer sein Gesprächspartner ist, er weiß nur, dass ihm dieser Gesprächspartner aufmerksam zuhört. Eben diese Situation wiederholt sich bei jedem Gebet, das wir verrichten, manchmal aber unter verkehrten Vorzeichen: Wir wissen, mit wem wir reden, wenn wir beten, aber leiden unter der Unsicherheit, ob uns unser Gesprächspartner zuhört.

Wie erkenne ich im alltäglichen Umgang mit Menschen, dass mir mein Gesprächspartner zuhört? Ich erkenne es, indem ich höre. Aus den Antworten, die er gibt und die ich höre, kann ich entnehmen, ob er mich verstanden hat, ob ihn mein Gespräch interessiert oder ob er in Gedanken anderswo war. Freilich muss nicht immer eine akustische Antwort folgen. Der Gesprächspartner kann mit einer typischen Handbewegung reagieren, er kann mir einen vielsagenden Blick zuwerfen. Er kann lachen oder ein trauriges Gesicht machen. Er kann aufspringen und mir um den Hals fallen. Er kann wütend mit der Faust auf den Tisch schlagen. Er kann nachdenklich die Stirn runzeln, er kann skeptisch die Augenbrauen nach oben ziehen. Er kann ablehnend den Kopf schütteln oder abwinken. Es gibt unzählige Äußerungen der so genannten Körpersprache.

Wenn wir mit Gott reden, wenn wir beten, können wir auch mit einer Vielfalt von Antworten und Reaktionen rechnen, aber wir dürfen sie nicht sofort erwarten, sozusagen im Gegenzug. Auch dürfen wir nicht voraussetzen, dass die Antwort Gottes auf Anhieb mühelos durchschaubar, eindeutig verständlich und unmissverständlich einleuchtend sein wird. Gottes Antworten sind gewöhnlich verschlüsselt und wir müssen sie dechiffrieren.

Nicht nur die Antworten sind vielgestaltig, sondern auch das Gebet selbst. Auch wenn es nur ein Gebet gibt, nämlich den Dialog mit Gott, so gibt es doch viele Gebetsformen, unter denen wir manchmal auswählen können, aber die wir auch sehr oft kombinieren müssen.

Da ist das "vorbereitete Gebet". Der Beter bereitet sich vor durch Schweigen, er sammelt sich und seine Gedanken. Für ihn ist das Beten eine wichtige "Arbeit", ja eigentlich die wichtigste Verrichtung des Tages. Man kann nichts Wichtigeres und nichts Schöneres tun, als mit Gott sprechen.

Es gibt auch das "Gebet aus dem Augenblick". Es ist ein spontanes, ein impulsives Gebet. Unerwartet werde ich in Freude, in Trauer, in Ärger oder in Angst versetzt. Ich nehme meine Zuflucht zu Gott, ich verkleide meine Gefühle ins Gebet. So ein Gebet muss nicht vorbereitet werden. Das vorausgehende und auslösende Erlebnis war die ausreichende Gebetsvorbereitung. Ich habe das Gebetbuch meines Herzens aufgeschlagen und daraus vorgebetet.

Es gibt Gebete, in denen Worte nicht die Hauptrolle spielen. Auch wir können und dürfen Gott gegenüber so etwas wie eine Körpersprache verwenden. Hier wäre an erster Stelle die Betrachtung zu nennen. Der Beter arbeitet mit Bildern, die er mit dem inneren Auge betrachtet. Er arbeitet mit Vorstellungen, er nimmt die Hilfe der Phantasie in Anspruch. Er erlebt und durchlebt eine innere Szene, einen Vorgang, eine Begegnung. Er kann sich in die Situation der Emmausjünger versetzen und das Gespräch mit dem Auferstandenen miterleben. Er kann alle Geschehnisse, die in den Evangelien beschrieben werden, vor seinem inneren Auge abrollen lassen, so als wäre er selber Teilnehmer, Augen- und Ohrenzeuge der Ereignisse. Die Betrachtung ist auch Vorstufe zur Meditation.

Die religiöse Meditation ist ein verweilendes Gebet, ohne viele Worte. Gedanken, Eindrücke und Gefühle verdrängen die Worte in den Hintergrund. Ein Bergsteiger ist fasziniert von der Schönheit der Bergwelt. Er staunt und schweigt.

Jesus hat immer dann meditiert, wenn er Gleichnisse erzählte. Alles war für ihn ein Durchblick auf Gott: Blumen, Vögel, Schafherden, Steine, Wasserquellen, Bergeshöhen, Kornfelder, menschliche Arbeit, besonders Ereignisse in der Geschichte seines Volkes Israel. In der Meditation erwartet man eigentlich die Antwort nicht mehr, man sieht sie schon!

Es gibt auch "Gebete nach Vorlage", die man mit einem nicht ganz glücklich gewählten und nicht sympathisch klingenden Ausdruck als „Formelgebete“ bezeichnet. An erster Stelle ist das "Vaterunser" zu nennen, ein Gebet, das Jesus selber formuliert hat, damit wir es nachbeten können. Im Gebetsschatz der Kirche nehmen die Psalmen einen wichtigen Platz ein. Beim Formelgebet geht es darum, dass wir uns die Vorlage, den Inhalt aneignen, dass wir uns innerlich mit dem identifizieren, was wir mit dem Munde nachsprechen. Soll diese Identifikation gelingen, muss ich auch Elemente der Betrachtung und Meditation mitschwingen lassen. Vorgegebene Gebete müssen "verinnerlicht" werden. Sonst wird aus einem Formelgebet ein „Formalgebet“.

Der Rosenkranz kann als Beispiel dienen. Man bezeichnet ihn oft abfällig als "Gebet der vielen Worte". In Wirklichkeit ist er ein Gebet der wenigen Worte. Er besteht ja nur aus dem „Vaterunser“ und dem „Gegrüßet seist du Maria“. Diese zwei Gebete werden ständig wiederholt, um eine Betrachtung der Rosenkranzgeheimnisse zu erleichtern. Die Wiederholung ist die Sprache der Liebenden und der Ringenden. Absolute Stille kann bisweilen mehr zerstreuen als ein gleichmäßiges Geräusch. Denken wir an das Plätschern eines Baches.

Auch im Gebetsleben soll Ordnung und Regelmäßigkeit herrschen. Wir können auf bestimmte Gebetszeiten nicht verzichten. Dazu eine Parallele: Wann sprechen Familienangehörige, die in einem gemeinsamen Haushalt leben, regelmäßig miteinander? Bestimmt am Morgen, nach dem Aufstehen; am Abend vor dem Schlafengehen; bei Tisch, wenn sie das gemeinsame Mahl einnehmen; bei freudigen und traurigen Ereignissen, die die Familie betreffen; wenn irgendeine Gefahr droht oder Probleme auftauchen. Daraus ergeben sich auch für uns Christen bevorzugte Zeiten und Gebete: Morgengebet, Abendgebet, Tischgebet, Gebet in der Versuchung, vor wichtigen Entscheidungen und in Notlagen. Gebet ist das "Atmen der Seele".