

## Predigt

*Der Friede Gottes sei mit uns allen. Amen.*

Liebe Gemeinde,

heute geht es um das Beten. Vermutlich beten wir Menschen, seit es uns gibt, seit „Menschengedenken“ – wie wir sagen. Wie hören Sie die Worte von Jesus an seine Jünger: »*Bittet und ihr werdet empfangen! Sucht und ihr werdet finden! Klopft an und es wird euch geöffnet! Denn wer bittet, der empfängt; wer sucht, der findet; und wer anklopft, dem wird geöffnet werden.*« (Lukas 11,9-10). Das klingt so einfach. Aber erstmal regt sich dagegen vielleicht doch eher Widerspruch; leider ist es so einfach dann doch oft nicht. Versuchen wir zu ergründen, wovon Jesus hier spricht.

Das Gebet hat eine große Kraft. Wenn wir beten, treten wir mit Gott in Verbindung, mit dem *Großen Geheimnis des Göttlichen*. Wenn wir beten, schweigen die Fragen: Wie ist das mit Gott? Verhallt unser Gebet oder wird es gehört? Beten geschieht aus einer Haltung des Vertrauens heraus. Beten kann eine *unmittelbare Gotteserfahrung* sein, im Unterschied zu einem *Nachdenken* über das Sein und Wirken Gottes in der Welt.

Die Kraft des Betens müssen wir uns heute neu erschließen, es scheint uns nicht mehr so leicht zu fallen, diese Verbindung zu pflegen und aus dem Gebet Kraft zu schöpfen. Vielleicht haben wir allzu oft erlebt, dass unsere Gebete nicht zu der Veränderung führen, um die wir gebeten haben. Dabei ist uns ja eigentlich klar: Gott ist keine Wunsch-Erfüllungs-Maschine. Es ist ja auch nicht der Sinn des Gebets, dass meine Wünsche erfüllt werden. Das würde Gott verzwecken, wir würden ihm eine Funktion zuweisen, die er zu füllen hat.

Oft beten wir so, dass wir eine Not benennen, zum Beispiel eine Erfahrung von persönlicher Bedrängnis. Und dann schlagen wir Gott im nächsten Satz direkt vor, was er dagegen, bitte schön, tun soll. Um passende Ideen sind wir selten verlegen. Wir könnten mal versuchen, den zweiten Teil bewusst offen zu lassen. Und stattdessen einfach bitten: „Hilf mir!“ oder „Stärke mich“ oder: „Gib mir einen gewissen und kraftvollen Geist“!

Wie genau ein Gebet wirkt, ist unerklärlich. Sicher können wir sagen: Jedes Gebet erzeugt eine Resonanz in mir und – wenn wir das so ausdrücken wollen – auch in „Gott“. Durch ihn wird der ganze Kosmos in Schwingungen versetzt.

Ich möchte heute einen ungewöhnlichen Zugang zum Thema Beten wählen. Ich lehne mich dabei an an Gedanken von *Gregg Braden*, einem Amerikaner, der in seinen Büchern Spiritualität und wissenschaftliche Erkenntnisse verbindet. Er hat sich mit alten Kulturen beschäftigt, mit den Navajo zum Beispiel, einem indianischen Stamm in den USA. Die Navajo kennen ein *Gebet der Schönheit*,

dass tiefe, alte Weisheit vermittelt. Es lautet: „Die Schönheit, mit der du lebst; die Schönheit, durch die du lebst; die Schönheit, auf die du dein Leben gründest.“ Anhand dieser einfachen Worte nähert sich Gregg Braden der großen Frage: „Wie können wir mit den Schmerzen und Verletzungen, die uns das Leben zufügt, leben und weitergehen?“ Im Gebet der Schönheit finden die Navajo seit langer Zeit Stärke und Trost, mit dem Leid auf der Welt umzugehen. Ein christlicher Denker (Rev. Samuel Shoemaker) hat gesagt: „*Das Gebet mag vielleicht die Dinge für dich nicht ändern, aber es verändert sehr wohl DICH in Bezug auf die Dinge!*“ Wer das Gebet der Navajo spricht, macht sich bewusst, dass immer und zu jeder Zeit Schönheit um ihn ist. Schönheit berührt unser Herz, unseren Verstand und unsere Seele gleichermaßen. Wenn wir die Fähigkeit entwickeln, Schönheit selbst in hässlichen Momenten des Lebens wahrzunehmen, können wir eine Ebene erreichen, die es uns ermöglicht, unserem Schmerz eine neue Bedeutung beizumessen. Es kann sich eine neue Perspektive eröffnen. Heilung kann in Gang gesetzt werden. Schönheit wird *dann* lebendig, wenn wir sie in unser Leben einladen. Das gilt auch für den Segen: Wenn wir Segen für unser Leben erbitten, kann sich das auswirken. Segen ist ein altes Geheimnis, das uns so weit von Schmerz befreit, dass wir ihn durch ein anderes Gefühl ersetzen können. Wenn wir vermögen, die Menschen oder Dinge, die uns verletzt haben, zu segnen, erreichen wir eine vorübergehende Unterbrechung des Schmerzes.

Gregg Braden erzählt von einer Begegnung mit David, einem indianischen Freund, der ihn in ein verborgenes Geheimnis des Betens einführt. David lehrt ihn, nicht *um* etwas zu bitten, sondern sich vorzustellen, wie es sich anfühlt, wenn das Erbetene schon da ist. Das heißt: Statt *um* Heilung von Krankheit für jemanden zu bitten, empfand David nach, wie der geheilte Mensch sich fühlen würde, wenn er wieder gesund ist und wieder alles tun kann, was er tun möchte. Statt *um* Frieden zu bitten, fühlte er in sich hinein in sich, wie sich ein umfassender Frieden anfühlt. Wie Frieden Körper, Geist und Seele erfüllt und ihm ein frohes Herz gibt. Er empfand nach, wie konkrete Menschen wieder zueinander finden, die über etwas in Streit geraten waren. Er fühlte *in sich selbst*, was alles möglich ist, wenn Menschen versöhnt miteinander leben und sich nicht mehr hassen und bekriegen müssen.

Wir merken, es gibt zu unserer normalen Gebetsweise einen kleinen, aber wichtigen Unterschied: Nach *dieser* Art des Betens würden wir *nicht den Mangel benennen und fühlen*. Sondern wir würden empfinden, wie es ist, wenn Schönheit, Weisheit und die Kraft des Segens mich erfüllen. Und dann beschreibt David, wie er sein Gebet (seine Meditation) beendet mit einem Gefühl von tiefer Dankbarkeit, so wie das „Amen“, das wir am Ende unseres Gebetes sprechen: „Ja, so sei es!“ David hebt hervor, dass er große Dankbarkeit empfindet für die

Möglichkeit, schöpferisch etwas zum Frieden und zur Heilung beitragen zu können. Und dies einfach, weil er in Resonanz gegangen ist zu dem Großen Ganzen, zu der Schönheit, die alle Schöpfung eigentlich erfüllt. Gregg Braden fragt: Was für eine Wirkung hätten wohl die Millionen von täglichen Gebeten für den Frieden auf der Welt, wenn die Menschen es begleiten würden mit dem tiefen Gefühl, *schon in diesem Frieden zu leben*? Diese kleine Veränderung der Perspektive könnte unter Umständen die Wirkung unserer Gebete verstärken. Wissenschaftliche Forschung hat jedenfalls gezeigt: Genau diese Haltung von tiefer Dankbarkeit und lebensbejahenden Gedanken bewirken in unserem Körper und in unserer Seele Stärkung und Widerstandskraft.

Vor diesem Hintergrund können wir vielleicht auch die Worte von Jesus besser verstehen. (Ich erlaube mir eine kleine Änderung im Wortlaut): „*Wer bittet, der empfängt; wer sucht, der findet; und wer anklopft, dem wird sich eine neue Welt eröffnen.*“

Amen.