

Gebet

Piero Ferrucci

Das Gebet ist keine Bitte an Gott, dass er uns begünstige. Sicherlich ist es verwendet worden, um persönliche Wünsche zu befriedigen, Vorurteile zu erhärten, Gewalttätigkeiten zu rechtfertigen und die Kluft zwischen den Menschen oder ganzen Völkern zu vergrößern.

Wahres Gebet ist alles andere als das. Es beruht allein auf der Annahme, dass alles Seiende einen Ursprung und Weisheit hat. Das Gebet lehrt uns vor allem, uns für diese Lebensquelle oder Gottheit zu öffnen. Der Abt Bremond sagte, man solle Gott erkennen „als die höchste Quelle, die alle Kraft, Güte und das Leben überhaupt spendet, und sich selbst als Wesen, das sein Leben aus dieser Kraft erhalten hat.“ Dann kann man mit dieser Quelle kommunizieren, man kann sie verehren und ihr die eigene Mitte anvertrauen.

Das Gebet ist eine passive Beziehung, denn trotz der Sammlung und Präsenz, die das Gebet erfordert, stellt es letztlich den vollständigen Verzicht auf Initiative dar und schafft eine Leere, in der sich Kräfte und Erkenntnisse einstellen können, die weit über das Individuelle hinausgehen.

Auch sind die Gewichte in dieser Beziehung ungleich verteilt, dann da ist das Göttliche, angesichts dessen alle Wesen, auch der Mensch, zu nichts werden.

Das Gebet ist etwas innig Vertrautes, denn wir sind mit dem Göttlichen in einem Strom von Leben, Liebe und Wärme verbunden. Es ist etwas Natürliches, denn im Gebet wendet der Mensch sich der eigenen Quelle zu ...

Das Gebet ist also eine Beziehung. Und wie jede Beziehung wird es vom Gegenüber geprägt. Wenn es aggressiv ist, dann sind wir auf der Hut; wenn es interessant ist, sind wir vielleicht neugierig; wenn es freundlich ist, sind wir es vermutlich ebenfalls. Im Gebet ist das Göttliche unser Gegenüber, die unendliche unvorstellbare Kraft. Was dieses Gegenüber auszulösen vermag, ist bestimmt von Mensch zu Mensch verschieden, nur eine Bedingung gilt für alle: In dieser Beziehung kann man nicht halbwegs oder zerstreut dabei sein. Wenn sie gelingen soll, dann erfordert sie unsere ganzheitliche Beteiligung. Schon dadurch ist eine Sammlung wie in der Meditation gegeben. In dieser Beziehung haben wir keine andere Wahl, als so ungeschminkt wie selbst zu sein, wie wir uns möglicherweise noch keinem Menschen je gezeigt haben. Wir sind dann durch nichts bedingt, wie jemand, der nichts zu verlieren, nichts zu verbergen und auch nichts zu beweisen hat. Wir sind einfach. Wie der Heilige Franz von Sales sagte, kann man mit Gott nur sein wie eine reglose Statue im Park; da gibt es nichts zu tun, zu sagen oder zu beweisen. Wir sind wehrlos und verletzlich und spüren, dass uns ein höheres Bewusstsein Schicht um Schicht durchdringt und versteht. Schon der Verzicht auf die eigene Abwehr und das Eingeständnis, dass wir so sind, wie wir sind, ist eine große Entlastung.

Das Gebet bedeutet für viele einen der wahrsten Momente im Alltag, der sie mit der eigenen Quelle verbindet. Für sie ist es die notwendigste und selbstverständlichste Handlung; ein Leben ohne Gebet wäre für sie wie ein Baum ohne Wurzeln oder ein Kind ohne Familie. Es wäre ihnen eine Qual, nicht zu beten.

Da haben wir also eine zutiefst natürliche Beziehung, die doch unmöglich ist, oder was könnte man sonst über ein Verhältnis sagen, in dem das Endliche dem Unendlichen von Angesicht zu Angesicht gegenübersteht? Offenbar scheint ein solches Verhältnis den Zweck zu haben, alles Sichere zu entthronen, Denkmuster zu durchbrechen und jegliche Anmaßung aus dem Weg zu räumen. Wir gehen von jenem Wesen aus, das wir „Ich“ nennen; dieses tritt mit seiner individuellen Geschichte, seinen Ungereimtheiten, mit seiner raum-zeitlichen Begrenzung und gänzlich ohne Mittler vor das unfassbare, unendliche

Mysterium. Ein absurdes Unterfangen, könnte man meinen, wenn da nicht ein grundlegender Faktor mit im Spiel wäre: Der Mensch, der betet, weiß um seine Grenzen und hat sie angenommen.

Der Mensch verzichtet also auf dem Weg der Anbetung mehr als anderswo auf seine Autonomie. Unsere unvermeidlichen Schwächen begleiten uns auf Schritt und Tritt. Alter und Tod kommen immer näher; Änderungsversuche misslingen; das Leben mit seinen rauen Ecken verletzt uns immer wieder; das Unbekannte mit seinem unergründlichen Mysterium umgibt uns überall. Wir fühlen uns schwerfällig und unzulänglich. Und gerade dieses qualvolle Wissen wird zur Kernaussage des Gebetes, denn wir verzichten von vornherein darauf, dass wir es selbst schaffen: „Komm zu Gott“, sagt Madame Guyon, „wie ein schwaches Kind, dreckig und verbeult – ein Kind, das sich wehgetan hat, weil es immer wieder hingefallen ist. Komm zu Gott, wie einer, der keine eigene Kraft hat; komm zu ihm wie einer, der aus eigener Kraft nicht wieder rein werden kann.“

Es ist eine weise Wahl. Wenn wir uns einem höheren Wesen anvertrauen, können wir die eigenen Grenzen überschreiten. Sicherlich ist es keine einfache Beziehung. Wie könnte es auch anders sein, da es eine Beziehung mit dem Unsichtbaren ist, die keinerlei Gewähr gibt und uns dennoch das Höchste abverlangt? Aber es ist auch eine ideale Beziehung; denn wir wissen, dass wir uns einem Wesen anvertrauen, das uns tausendmal besser kennt, als wir selbst uns kennen, und so lieben kann, wie wir es uns immer gewünscht haben.

Das also ist der Kern des Gebets. Er bleibt überall derselbe, auch wenn sich die äußere Form häufig und stark ändert. Man betet mit Worten und mit der Stimme, mit dem Körper und den Gefühlen, mit der Aufmerksamkeit, dem Geist und der Phantasie, mit dem inneren Dialog und einfach mit Dasein – mit der Stille. Wir verwenden die Fähigkeiten und Ausdrucksformen, die uns am besten entsprechen ...

Wir beten mit dem, was wir haben. Wenn die Gefühle unser lebendigstes Gut sind, beten wir mit den Gefühlen, mit offenem Herzen, so wie wir an jemanden denken, den wir gern haben, und plötzlich von Gefühlen der Liebe und Dankbarkeit für diese Person überflutet werden. „Für mich“, sagt Terese von Lisieux, „ist Beten die Erhebung der Seele, ein einfacher Blick zum Himmel und ein Schrei der Dankbarkeit und Liebe in schweren wie in freudvollen Zeiten. Es ist etwas Großes, Übernatürliches, das die Seele öffnet und mit Gott verbindet.“

Beten kann man auch im Geist und in der Vorstellung. In der christlichen Tradition wird die Meditation oft als Teil des Gebets betrachtet. Bei stark geistig veranlagten Menschen ist das Gebet tatsächlich der Meditation sehr nahe. Ignaz von Loyola ließ seine Schüler beispielsweise über die Bedeutung der Worte eines Gebets nachdenken, oder er wies sie an, sich mit den fünf Körpersinnen so intensiv und wirklichkeitsgetreu wie möglich verschiedene Szenen aus dem Leben Christi vorzustellen ...

Beten bedeutet auch wache Aufmerksamkeit. Für Jeanne de Chantal verhalten wir uns wie Blinde, die nicht wissen, dass sie vor dem König stehen, und sich unangemessen verhalten. Sobald wir es wissen, ändert sich alles. Sie meint, es sei bereits Gebet, wenn wir die Gottesgegenwart spüren, unabhängig von den eigenen Gemütsstimmungen und Umständen. Das Bewusstsein weiß von nun an um Gott in jedem Augenblick, es hält uns wach und hütet sorgsam die Schwelle zur Seele, um alle Zerstreuung fernzuhalten ...

Gott ist in uns. Der Weg zu Gott ist eine Rückkehr zum eigenen Kern, ein Akt der Einkehr zum Innersten. Auch das ist ein Gebet der Stille oder in der Stille. Im „Gebet der Einfachheit“, das Madam Guyon beschreibt, braucht man sich nur in sein Inneres zurückzuziehen und zu glauben, dass Gott im eigenen Herzen wohnt. Alles andere kommt von selbst. Gott ist anziehend wie ein Magnet. Das schöne an diesem Gebet ist, dass man es zu jeder Zeit beten kann. In der Stille des Inneren findet die Begegnung mit Gott, die Liebeserfahrung statt. So erzählt M. Guyon: „Man kann diese Erfahrung, diese Begeg-

nung, auf keine Weise beschreiben. Ich sage nur das Eine, dass solche Liebe, die Gott in dein Inneres flößt, der Anfang einer unbeschreiblichen Glückseligkeit ist.“

Für den Heiligen Franz von Sales und seine Anhänger ist das Gebet die „zarte Spitze der Seele“, die über das Dickicht von Emotionen und Wünschen hinausragt, eine „unbezwingbare Zitadelle“. Diese zarte Spitze der Seele ist das Selbst ... In der christlichen Tradition wurde es verglichen mit einer Bergspitze, mit der inneren Burg oder einem heiligen Schrein. Es ist der stillste Ort der Seele, losgelöst und unberührt von allem äußeren Treiben. Das Gebet ist wie die Meditation ein innerer Akt von großer geometrischer Präzision. Man zieht sich in die verborgensten Gemächer der inneren Burg zurück oder auf „die zarte Spitze der Seele, wo das Zwiegespräch mit Gott möglich wird, und man läßt den eigenen Willen mit dem göttlichen verschmelzen. Die „zarte Spitze der Seele“ ist gleichzeitig der leerste und der vollste, reichste Punkt. Nach Pierre Camus haben Glaube, Hoffnung und Barmherzigkeit als die höchsten Tugenden „ihren wahren Sitz und ihre wirkliche Heimat auf dieser höchsten Spitze der Seele und aus dieser fließen, wie aus einer Quelle glücklich sprudelnden Lebenswassers, Bächlein nach allen Seiten zu den niederen Teilen und Gaben des Menschen.“

(Piero Ferrucci,
Auszug aus „Unermesslicher Reichtum des Herzens“,
Ullstein-Verlag, S. 236-242)