

Predigt im P11 am 4.3.2018  
**„Beziehungsweise – wie soll man beten?“**  
 von Burkhard Senf

### **Guten Morgen!**

Kennen Sie eigentlich das kürzeste Gebet?

**„Lieber Gott, dasselbe wie gestern. Amen.“** ☺☺☺

**Für viele Christen ist das beten gar nicht so leicht.**

**Ich selber ringe auch seit ich Christ geworden bin immer wieder damit** und habe schon viel ausprobiert...

und verworfen und mal weniger und mal mehr gebetet.

Offensichtlich waren die Jünger von Jesus sich auch nicht so sicher, wie man am besten betet.

Sie haben nämlich einmal zu Jesus gesagt:

**„Herr, lehre uns beten.“**

und Jesus gab Ihnen als Antwort ein Beispiel: **Das Vaterunser**

**Wir haben es eben gehört und auch die Verse davor.**

**Dort sagt Jesus:**

**„Leiere nicht gedankenlos Gebete herunter wie Leute, die Gott nicht kennen.“**

**Das ist die Gefahr des VU:**

**Leier im GD, deshalb in Freikirchen verpönt...**

Jesus sagte also nicht:

Diese Worte sollt ihr immer wiederholen, sondern:

**So dürft ihr beten, so vertrauensvoll, wie ein Kind zu seinem Vater kommt.**

Aber bevor ich **näher auf das Vaterunser** eingehe, möchte ich noch mal die Grundlagen des Gebets klären bzw. in Erinnerung rufen:

**Was ist eigentlich ein Gebet?**

Ich habe mal per Mail ein paar Leute aus der Gemeinde gefragt:

**Was verbindet Ihr mit dem Thema Gebet?**

**Da wurde unter anderem genannt:**

- **Gottes Nähe suchen** 2x
- Es geht um **Danken und Bitten**
- Es geht darum, **Trost und Geborgenheit** zu suchen und zu finden 2x
- Und jemand schrieb mir: Beten ist ein **Gespräch mit Gott, also Reden und Hören**
- Jemand anders schrieb: **Im Gebet kann ich Gott mein Herz ausschütten; Dinge abladen und einfach ehrlich sein**

Gebet bedeutet also letztlich:

**Mit Gott in Beziehung treten – in Kontakt kommen. Gebet ist Begegnung mit Gott**

und deshalb auch ein Grundbedürfnis des Menschen.

Unsere Seele ist dialogisch bzw. auf Kommunikation hin angelegt. Auch auf die Kommunikation mit unserem Schöpfer.

Gebet ist also keine Informationsveranstaltung für Gott, der letztlich alles weiß.

Gott kennt unsere Wünsche und Bedürfnisse bereits, sagt Jesus.

**„denn euer Vater weiß genau, was ihr braucht, schon bevor ihr ihn um etwas bittet.“**

In erster Linie möchte Gott also, dass wir im Gebet die **Beziehung** zu ihm pflegen und ihm unser **Vertrauen** entgegenbringen.

Gott, der uns Menschen **geschaffen** hat, freut sich einfach, wenn wir uns an ihn wenden.

So wie sich ein guter Vater freut, wenn sein Kind zu ihm kommt.

Ich empfinde das als ein unglaubliches Geschenk, dass es diesen liebenden Gott gibt, zu dem ich „**Vater**“ sagen darf, weil er mehr väterliche Güte ausstrahlt, als wir uns das von unseren irdischen Vätern erträumen könnten.

Er ist eben ein **himmlischer** Vater:

Beten ist deshalb das ganz natürliche Verhalten von Kindern, die einen guten und liebevollen Vater im Himmel haben, an den sie sich wenden können, wenn sie etwas brauchen.

**Aber wie geht das mit dem Beten ganz praktisch?**

Die gute Nachricht lautet:

**Wir dürfen mit Gott reden wie mit einem Freund.**

Ich kann also mit ganz normalen Worten zu ihm beten.

Natürlich bleibt er trotzdem der heilige Gott, aber gleichzeitig eben auch mein Freund.

Darum hat er auch ein Ohr für meine innersten Wünsche und für meine alltäglichen Sorgen.

Wir brauchen also nicht zu denken, dass wir nur mit großen Themen zu Gott kommen dürfen.

**Und ich muss auch nicht viele Worte machen, sagt Jesus.**

Denn das Gebet wird durch die Länge nicht wirksamer!

**„Und wenn ihr betet, sollt ihr nicht viel plappern wie die Heiden und viele Worte machen.“ (V.7)**

Wir müssen Gott also nicht ständig in den Ohren liegen.

Gott ist nicht schwerhörig und Gott braucht auch keine Gebetsmühlen oder Gebetsketten, die nicht abreißen.

Wir müssen nicht wortreich erklären, worum es geht und versuchen Gott zu überzeugen bzw. zu überreden.

Ein Gebet kann ruhig sehr kurz sein, aber es soll von Herzen kommen!

Der berühmte englische Prediger **Spurgeon** hat einmal gesagt:

**„Kurze Gebete sind lang genug, und wortlose Gebete sind oft die besten.“**

Denn Gott weiß ja bereits im Voraus, was wir brauchen.

Aber er freut sich einfach, wenn wir uns an ihn wenden.

☞ So geht es mir mit unseren Kindern auch!

Manchmal weiß ich zwar was sie wollen, aber ich freue mich, wenn sie es aussprechen und wir in Kontakt kommen.

Und manchmal höre ich auch einfach gerne ihre Stimme!

Und wenn wir nicht wissen, welche Worte wir sprechen sollen, dann kann uns das **Vaterunser** helfen.

Das Vaterunser ist schließlich das bekannteste Gebet im christlichen Glauben.

**Das VU ist auch das Herzstück der Bergpredigt und damit die Mitte der wichtigsten Predigt von Jesus.**

Es ist interessant sich mit den Worten genau zu befassen.

Wir tun das heute in dieser Predigt nur im Ansatz.

Der große Theologe **Martin Luther** sagte einmal:

**Ich habe es noch nie geschafft, ein einziges VU mit Sinn und Verstand zu sprechen.**

☞ **Mir geht das auch so,**

**aber ich finde es schön, es zusammen zu sprechen und oft denke ich dann nur besonders an eine Zeile oder eine Aussage.**

**(schwarze Folie)**

Das Vaterunser ist ja ein Gebet, das viele von uns auswendig können – das hat Vorteile:

Wir können es **gemeinsam** beten: Es heißt ja auch **Vater UNSER**. Und es ist

gleichzeitig so eine Art Grundlagengebet,

das uns zeigen kann wie wir beten können.

**Vaterunser als eine Gebetshilfe – langsam beten.**

**Es zeigt Z.B. Welche Inhalte ein Gebet haben kann:**

Eine angemessene Anrede (Unser Vater, lieber Vater oder himmlischer Vater!),

ein Lob Gottes (geheiligt werde dein Name),

die Bitte um Vergebung (vergib uns unsere Schuld)

**Vergebung im VU zentral (damit beginnt die Gottesbeziehung)**

oder andere Bitten

**Interessant: Es findet sich kein einziger Dank im VU,**

**also muss man nicht 10 x Danke sagen und darf dann 1x Bitte sagen...**

und zum Schluss des Gebets steht ein Ausspruch des Vertrauens (Dein ist die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit)

So ein auswendig gelerntes Gebet kann ein großer Schatz sein.

**VU kann eine Stütze in schweren Zeiten sein.**

☞ **Auf dem Sterbebett mit Siegfried Mielke**

☞ **und im plötzlichen Todesfall bei Dieter Baltruschat waren es auch die**

**Worte des VU, die uns in der sprachlosen Situation getragen haben.**

**Die überlieferten Worte haben eine besondere Kraft.**

Und gleichzeitig ist es ganz wichtig, dass wir auch eigene Worte finden, die aus unserem Herzen kommen.

Das freie Beten ist eigentlich ganz leicht, wenn wir einen guten Vater und einen Freund vor Augen haben.

Als Jesus den Jüngern das **Vaterunser** lehrte, da gab er ihnen noch einen weiteren Rat:

**„Wenn Du betest, dann geh in Dein Kämmerlein und schließ die Tür zu.“**

Ich interpretiere das einmal so für uns:

Wenn Du beten möchtest, dann such Dir einen Ort, an dem Du gut zur Ruhe kommen kannst.

Vielleicht gibt es einen gemütlichen **Stuhl oder Sessel**,

**(☞ STUHL steht vorne)**

der Sie dabei unterstützen kann, Gott zu begegnen,  
damit Sie einen festen Ort und ein festes Ritual haben.

(vgl. Predigt vor 3 Jahren – Bill Hybels)

Gibt es so einen Stuhl in Ihrer Wohnung,  
der Ihnen jetzt in den Sinn kommt?

Vielleicht nehmen Sie sich ab morgen einmal vor,  
jeden Tag 15 Minuten in einem gemütlichen Stuhl zu verbringen zum Gebet und zur  
Bibellese.

Denn in der Bibel kann man lernen, was sich hinter dem Satz „**Dein Wille geschehe**“  
verbirgt.

Und außerdem ist es oft so, dass Gott durch die Bibel zu uns spricht und das Gebet so  
zu einem echten Gespräch mit Reden und Hören wird.

So machen das viele Christen auf der ganzen Welt und profitieren davon ungemein.  
**15 Minuten auf meinem Stuhl im Zimmer – allein mit Gott.**

**Dabei ist es hilfreich, wenn man dafür eine regelmäßige Zeit findet, wann  
man das macht.**

**Morgens, mittags oder abends.**

**Wenn Sie kleine Kinder haben**, bestimmen diese den Tagesablauf sehr und man  
muss sehr kreativ werden, um eine Zeit und einen Ort zu finden.

Am besten Sie probieren es einfach und experimentieren ein wenig damit.

**Wichtig: Beten darf auch Spaß machen... - keine Pflichtübung.**

Manchen fällt das ganz leicht ☺ Gabe des Betens,  
aber Gebet ist auch natürlicher Ausdruck des Glaubens.

Ausprobieren, was zu mir passt:

**Verschiedene Arten zu beten 50-100 versch. Weisen zu beten – Buch von Dr.  
Klaus Douglass aus Frankfurt**

Ein paar Beispiele:

- **S-Bahn-Gebet** zwischen Veddel und Hammerbrook 5 Minuten
- **Lobpreismusik** hören im Auto oder singen hier im Punktgottesdienst
- **Gebetsstory: Haus der Stille – Betberg: Gott Du bist da – und ich bin auch da. Ich halte mich Dir hin.**
- Man kann **beim Fitnesstraining**, beim Joggen / Spazieren gehen oder Autofahren beten
- **10 Sekundengebete** über den Tag verteilt...
- Mir persönlich ist es ein Hilfe, morgens die **Losungen** zu lesen oder ein **Andachtsbuch**.
- Schriftlich beten: **Gebetstagebuch**

Wie auch immer: Gebet ist auf jeden Fall ein TU-Wort also tue es!

Wir lernen das Beten, indem wir es üben, üben, üben, üben, üben...

Wir sollten also auf jeden Fall **regelmäßig** beten, denn Klaus Douglass sagt mit Recht:  
**„Wer immer nur zufällig betet, betet bald zufällig nicht mehr...“ (Klaus  
Douglass)**

**Und noch ein praktischer Tipp: Lesen Sie!**

Wenn Sie geistlich wachsen wollen, und beten lernen wollen, dann lesen Sie.  
Es gibt nämlich viele gute Bücher zum Thema Gebet.

Wir haben das Buch von **Klaus Douglass „Beten“** am Infopunkt zur Ansicht.  
Und auch einen Klassiker zum Thema Gebet **„Aufbruch zur Stille“ von Bill Hybels.**  
Beide Bücher kann ich sehr empfehlen.

### **Zu beschäftigt zum Beten?**

Dann hilft vielleicht ein Zitat von Martin Luther:

**„Heute habe ich viel zu tun – ich werde besonders lange beten.“**

Wir müssen immer wieder **Termine mit Gott** einplanen,  
sonst kann die wichtigste Beziehung unseres Lebens nicht wachsen und gedeihen.  
Freundschaften und Beziehungen brauchen einfach Zeit.

Und das Gebet ist lebensnotwendig für einen gesunden Glauben. Das Gebet ist übrigens  
am Anfang des Glaubens wichtig  
und es bleibt immer wichtig!

### **Im Theaterstück wurde das Gebet ja eher wie ein heuchlerischer und langweiliger Krampf beschrieben.**

Deshalb ist es mir GAANZ WICHTIG zu betonen:

**Gott liebt uns auch, wenn wir es aus irgendeinem Grund einmal nicht schaffen sollten zu beten oder einmal eine Zeit ohne Kontakt zu ihm haben.**

Denn Gott braucht unsere Gebete nicht, aber wir brauchen sie.

Denn Beten ist ein Weg, diesen Gott zu finden.

Beten ist **gut** für uns und unsere Beziehung zu Gott!

Jesus sagt es uns ganz deutlich zu: Gebet lohnt sich!

Es wird belohnt!

**„Und dein Vater, der auch das Verborgene sieht, wird dich dafür belohnen.“ (V.6)**

Ich möchte Sie mit dieser Predigt deshalb ermutigen,  
neue Schritte beim Beten zu wagen.

**Denn beten macht meinen Glauben lebendig.**

### **Paulus in Kolosser 4,2:**

**Lasst Euch durch nichts vom Gebet abbringen.**

**Wer betet, wird Gottes wunderbare Gebetserhörungen erleben. Aber nur wer betet wird das erleben.**

**Wer nicht betet, kann das nicht erleben.**

**Ich habt nicht, weil ihr nicht bittet (Jakobus 4,2)**

Darum meine Frage:

**Was nehmen Sie sich in Bezug auf das Beten für die kommende Zeit vor?**

**Vielleicht haben Sie noch nie so richtig regelmäßig gebetet,** dann fangen Sie doch einfach mal an und suchen sich einen gemütlichen Stuhl!

Oder experimentieren Sie mit anderen Gebetsformen. Lesen Sie ein Buch zum Thema Gebet und finden Sie ihren persönlichen Gebetsstil...

Es ist übrigens ganz egal wie weit Sie beim Thema Gebet fortgeschritten sind:

Es gibt da **unendlich** viel zu entdecken, denn das Gespräch mit Gott ist nie erschöpft und kann immer wieder neu zu einer Quelle des Glaubens werden und es braucht auch Abwechslung.

## Durch das Gebet wird der Glaube immer wieder richtig lebendig.

Noch eine Gebetsermutigung gefällig?

Jesus hat uns großartige Versprechungen zum Thema Gebet gegeben.

Z.B. diese:

**„Alles, was ihr bittet in eurem Gebet, glaubt nur, dass ihr's empfangt, so wird's euch zuteil werden“ (Mk 11,24).**

Oder noch kürzer in der Bergpredigt (Mt 7,7):

**„Bittet, so wird euch gegeben.“**

Beten kann man übrigens besonders gut in kleinen **Gebetsgruppen oder Kleingruppen lernen**,

indem man hört wie und was andere beten.

Und indem wir ganz natürlich füreinander beten,

wenn jemand ein Problem oder eine Krankheit hat.

### So habe ich selber das Beten gelernt.

Ich habe mit anderen zusammen gebetet – zu zweit und in Gruppen und dann übernommen was zu mir und meiner Beziehung zu Gott passt.

☞ **Ich freue mich: ab April Gebetstreffen vor MGD.**

Beten kann man also lernen – und auch von anderen lernen.

Und lernen tut man am besten, wenn man motiviert ist, oder?

### [2. Bete weiter! Bleib dran – auch bei Nichterhörungen]

Was meinen Sie ist wohl die größte denkbare Motivation und Ermutigung zum Beten? **Erhörte Gebete!** Wenn genau das eintrifft wofür wir gebetet haben! Dann betet man einfach weiter, oder?

(„Gott hört Dein Gebet!“)

Und was ist wohl die größte denkbare Demotivation und Entmutigung beim Beten?

Unerhörte, unerfüllte Gebete.

Ich bete und bete und nichts passiert!

Ich denke, viele von Ihnen kennen beide Erfahrungen:

- Einerseits wundervolle Gebetserfahrungen und unglaubliche **Gebetserhörungen**.
- Und dann auch wieder die dringliche Bitte, die nicht erfüllt wurde.  
Die Erfahrung, dass eben nicht eingetreten ist, wofür ich inständig, intensiv und dringlich gebetet habe.

Und dann fragt man sich zweifelnd:

### **Hilft Beten eigentlich wirklich?**

Bewirken meine Gebete eigentlich **irgendetwas**?

Das war ja auch die Frage im **Theaterstück**...

**Ich persönlich bin überzeugt, dass Beten in vielerlei Hinsicht wirkt.**

Zum einen hilft es, sich seine Sorgen von der Seele zu reden und im Gebet an Gott abzugeben. Denn allein das Aussprechen befreit ja schon.

☞ **Lege Deine Sorgen nieder...**

**Das Sorgenabgeben im Gebet ist genial!**

Außerdem hilft das Gebet auch, die eigenen **Gedanken zu sortieren**, indem wir sie im Gebet aussprechen.

Und es entfaltet sich eine ungeheure Kraft, wenn man weiß, da betet jemand für mich. Das tut einfach gut.

☛ Ich weiß, dass einige aus der Gemeinde regelmäßig für mich beten. Das stärkt mich unglaublich und ermutigt mich!

Das kann man alles intellektuell nachvollziehen, oder?

Aber jetzt kommt die **übernatürliche** Dimension dazu:

**Ich bin tatsächlich überzeugt, dass wir durch unsere Gebete Gottes Wirken beeinflussen können.**

Daran glaube ich auch, weil davon immer wieder in der Bibel die Rede ist. Bittet, so wird Euch gegeben.

Und Gott ließ sich z.B. im AT durch das Gebet von **Abraham** für die Stadt **Sodom** von seinem ursprünglichen Plan abbringen, weil Abraham ihn so inständig darum gebeten hat.

Und auch an vielen anderen Stellen in der Bibel lässt Gott sich durch wirkliches Flehen, durch Bitten, die aus dem tiefsten Herzen kommen, zum Handeln bewegen.

**Als Christen glauben wir also nicht an einen unveränderlichen Gott**, der ein für alle Mal die Weltgeschichte fest zementiert hat und an diesem Lauf der Geschichte auch nichts mehr ändert.

**Sondern wir glauben an einen persönlichen Gott, an einen Vater im Himmel, an Jesus Christus und den Heiligen Geist, zu denen wir reden können und von denen wir Antworten erwarten können.**

Deshalb sprechen wir im „Vater Unser“ **Gott als Vater** an – das ist für **andere Religionen** übrigens ein **Skandal**.

Die Anrede lautet nicht einfach „mächtiger Gott“ oder „großer Herrscher“, sondern **„Vater“**.

Und Jesus selbst sagt zu Gott sogar **„Abba“**, was übersetzt so viel wie **„Papa“** heißt. Gott ist zu uns wie ein fürsorglicher, liebevoller Vater, eben wie ein guter Papa ist.

Das ist der entscheidende Punkt und deswegen „nützt“ Gebet auch, deswegen hilft beten wirklich.

**Denn wie Eltern ihren Kindern gerne einen Wunsch erfüllen, erfüllt uns Gott auch so manchen Wunsch.**

Dieser persönliche Gott, der sich nach uns Menschen sehnt, mit uns lebt und manchmal auch mit uns leidet,

kennt doch unsere Bedürfnisse und wir dürfen immer wieder darauf vertrauen, dass Gott unsere Bedürfnisse erfüllen will.

**Ich bin mir sicher:** Gott hört unsere Bitten und erfüllt Wünsche, auch ganz konkrete. Ich bin mir deshalb so sicher, weil ich das selber erlebt habe und viele Menschen kenne,

denen das auch so geht.

[Beispiele für **Gebetserhörungen**]

- **Gebet um einen Parkplatz** – klappt das auch bei Apostel? ☺ (Übrigens: Vielleicht sagt uns Gott auch: Nimm das Fahrrad oder geh zu Fuß ☺)
- **Gebet vor Prüfungen**
- Schwer **kranken Freund Uli** Blutvergiftung
- 11-Jährigen Samuel Sohn eines alten Freundes gebetet
- Und je mehr ich bete, desto häufiger erlebe ich Gottes Eingreifen.
- Ein englischer Erzbischof sagte einmal: „**Es ist erstaunlich, wie viele Zufälle sich ereignen, wenn einer anfängt zu beten.**“

Irgendwann beginnt man Gott in die **Deutungen der Zufälle** einzubeziehen und vieles ergibt einen Sinn.

**Aber wir müssen auch ganz nüchtern und realistisch sagen: Gott erfüllt dennoch nicht jeden unserer Wünsche**

**Das wissen wir leider alle.**

Ich weiß zwar dass Gott den Überblick hat und es auch gut ist, dass er manche Gebete nicht erhört, weil sie eben manchmal **egoistisch** sind und **nicht seinem Willen entsprechen**.

Aber manches werden wir auch nie verstehen, warum Gott Gebete nicht erhört hat.

Ich finde es tröstlich, dass **Paulus und Jesus** das auch erfahren mussten.

**Paulus** wurde von einer **Krankheit** nicht geheilt

und Jesus betet im **Garten Gethsemane**:

**Lass diesen Kelch an mir vorüber gehen.**

Im Zentrum des Evangeliums steht also ein unerhörtes Gebet, wodurch Jesus schließlich am Kreuz an unserer Stelle starb

und zu unseren Gunsten auferstanden ist. Das kann ein Trost sein, wenn wir mit Gebeten kämpfen, die nicht erhört werden.

Und noch ein Trostgedanke:

**Ich habe den Konfis gerade letzte Woche gesagt:**

Gott bewahrt uns nicht vor **Schicksalsschlägen** nur weil wir getauft sind oder an ihn glauben.

Aber wir dürfen als Christen sicher sein:

**Gott liebt mich. Er ist für mich da. Gerade auch in den schweren Zeiten.**

Ich darf sein Freund sein und mit ihm reden wie mit einem Freund.

Er will mir seine Kraft geben, wenn ich schwierigen Zeiten durchlebe.

Ich kann dann in seiner Nähe im Gebet auftanken

und neue Kraft zum Leben und zum Glauben gewinnen.

In jedem Fall gilt, dass Gott unsere Gebete hört – auch wenn er nicht alle er-hört.

**Wir haben es vorhin gesungen:**

**Er versteht, was sein Kind bewegt. Gott hört dein Gebet.**

Gott hört zu, wenn wir reden, und er kümmert sich um das, was wir ihm sagen.

Das gilt auch dann, wenn wir nicht verstehen

**oder wenn wir nicht bemerken (!),** wie er handelt.

Gott spricht uns deshalb in Philipper 4 zu:

**„Macht euch keine Sorgen!  
Ihr dürft Gott um alles bitten.  
Sagt ihm, was euch fehlt, und dankt ihm!**

**Und Gottes Friede, der all unser Verstehen übersteigt, wird eure Herzen und Gedanken im Glauben an Jesus Christus bewahren.“ (Philipper 4, 6+7)  
AMEN.**

6 Wenn du beten willst, **zieh dich zurück in dein Zimmer**, schließ die Tür hinter dir zu und bete zu deinem Vater. Denn er ist auch da, wo niemand zuschaut. Und dein Vater, der auch das Verborgene sieht, wird dich dafür **belohnen**.

7 **Leiere nicht** gedankenlos Gebete herunter wie Leute, die Gott nicht kennen. Sie meinen, sie würden bei Gott etwas erreichen, wenn sie nur **viele Worte** machen.

8 Folgt nicht ihrem schlechten Beispiel, denn **euer Vater weiß genau, was ihr braucht, schon bevor ihr ihn um etwas bittet**.

9 Ihr sollt deshalb so beten: **Unser Vater im Himmel!** Dein heiliger Name soll geehrt werden.

10 Lass dein Reich kommen. **Dein Wille geschehe** hier auf der Erde, so wie er im Himmel geschieht.

11 Gib uns auch heute, was wir zum Leben brauchen,

12 und **vergib uns unsere Schuld**, wie auch wir denen vergeben, die an uns schuldig geworden sind.

13 Lass uns nicht in Versuchung geraten, dir untreu zu werden, sondern befreie uns von dem Bösen.

Denn dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit. Amen.