

MAN KANN BETEN –
UND ÜBER DEM BETEN
MÜDE WERDEN.
MAN LIEST SEINE
BIBEL – UND WIRD
MÜDE DARÜBER.



Das Wort „quellfrisch“ weckt eine Sehnsucht, die mir seit Jahrzehnten landauf, landab begegnet. Man weiß, solche Erfahrungen gibt es: dass einem ein Bibel-

wort, eine Begegnung, eine Erfahrung mit Gott so nahe kommt, dass alles wie frisch ist. Man zehrt von einer solchen Erfahrung, aber man ahnt auch: Das lässt sich nicht halten. Oft habe ich gebetet, dass Gott mir wenigstens die Erinnerung daran bewahrt. Denn es gibt keine Technik, keinen Ort, keinen Menschen, wo man sich solch eine Erfahrung abholen kann.

Über sieben Jahre war ich Beauftragter für Spiritualität in Berlin-Brandenburg und bin viel unterwegs in Deutschland und in der Schweiz. Überall begegnet mir dasselbe: die Erfahrung, dass man über geistlichen Erfahrungen müde werden kann. Man kann beten – und über dem Beten müde werden. Man liest seine Bibel – und wird müde darüber. Man schämt sich, denkt, man macht irgendetwas falsch. Und vor Scham schweigt man darüber oder überspielt es – den anderen scheint es ja anders zu gehen. Nach außen klingt es dann so, als ob es immer noch gut wäre. Die Frage aber ist uralte: „Quellfrisch Gott erfahren – ja, bitte! – aber wie macht man denn das?“

WENN GOTT MICH ANSIEHT ...

Es gab im frühen Mittelalter eine Bewegung, die heute neu aufblüht: Die „Lectio divina“ – die göttliche Lesung. „Betend lesen“ wäre richtiger. Aber wie lese ich mit einem betenden Herzen die Bibel? Die „Lectio divina“ hat viele Gestalten und Variationen. Die klassische Form wird von einem Kartäuser-Mönch im 12. Jahrhundert zusammengefasst. Dahinter steckt die Frage eines jungen Mönches, Bruder Gervasius: „Bitte, zeig mir doch: Wie betet ihr eigentlich im Kloster?“

Ein Mönch antwortet ihm: „Ich ging im Garten spazieren und sah plötzlich eine Leiter mit vier Sprossen – ein Bild für die ‚Lectio divina‘. So muss man beten, wenn man zur Kontemplation kommen will.“ Kontemplation: Besinnung, innere Einkehr, Versenkung. Letztlich ist dies Fremdwort dann verständlich, wenn Ihnen so etwas Schönes begegnet, dass Sie kein Wort mehr herausbringen. Dass Sie fassungslos staunend nur noch sitzen und hinschauen und sich nur noch freuen können. Kontemplation meint: „Das gibt es, dass mir Gott unmittelbar begegnet und ich merke, jedes Wort wäre jetzt zu viel!“ Ich stehe nur noch da und schaue *ihn* an und ich erfahre, dass er *mich* ansieht. Das ist die Sehnsucht. Da ist etwas quellfrisch ...

Man könnte meinen, wenn doch das Ziel diese glückhafte Sprachlosigkeit ist, dann sollte man doch alles weglegen, was sie hindert. Und genau das, so sagt die

„Lectio divina“, ist ein Irrtum. Denn vier Sprossen hat die Leiter.

Die erste: die „lectio“, das Lesen. Die zweite: die „meditatio“, am besten übersetzt mit „Betrachtung“, weil es dabei um die Sinne geht – das Schauen, Hören, Schmecken, Riechen, Fühlen. All das soll eingeschaltet werden, damit ich erfahre, was dieser Bibeltext, diese Geschichte, eigentlich meint. Die dritte: die „oratio“, das Gebet. Die vierte Sprosse: die „contemplatio“, vor Gott ins Schweigen kommen.

1. LESEN UND HÖREN LERNEN

Der erste Schritt, unaufgebbar für dieses Ziel: Nimm deine Bibel und beginne zu lesen – lectio. Das klingt einfach, beinahe banal. Aber das ist es nicht. Wenn man nämlich genauer hinhört, dann meint die „Lectio divina“ mit ihren Begriffen jeweils etwas sehr Besonderes. Diese alte Tradition des Lesens hat drei Grundelemente, die man nicht vergessen darf! Das erste: Man liest laut. Auch bei uns in Europa hat man beinahe bis ins 19. Jahrhundert hinein immer laut gelesen! Das leise Lesen ist eine sehr junge Erfindung. Das Wort, der Wortlaut, der Buchstabe war den Menschen so wichtig und so geheimnisvoll, dass man laut gelesen hat. Wenn Sie auf das Judentum achten, dann merken Sie: Die lesen *immer* laut. Es gibt ein Gebot, dass man einen biblischen Text sogar zu Hause allein in der eigenen Stube niemals leise lesen darf. Warum? ▶



ES IST FÜR MICH VÖLLIG
UNVERSTÄNDLICH,
DASS MAN IN UNSEREN
GOTTESDIENSTEN
DAS „VATER UNSER“
SO SCHNELL BETET.

Es geht um Sprache – und Sprache will gehört sein. Mein Rat: Bitte, versuchen Sie das! Lesen Sie sich doch selber einmal eine biblische Geschichte laut vor, und hören Sie hin, wenn diese Worte über Ihre Ohren in Ihr Innerstes hinein sinken. Das ist etwas ganz anderes als wenn Sie die Worte nur über die Augen in sich aufnehmen. Martin Buber, der große Religionsphilosoph, hat immer wieder Wert darauf gelegt: „Gott hat doch zu Israel nie gesagt: ‚Lese, Israel!‘ Er hat immer gesagt: ‚Höre, Israel!‘“ Darum muss das Wort zur Stimme werden! Buber sagt in einem anderen Zusammenhang: Wir hören nicht auf das Wort, wir hören auf die Stimme, die in diesem Wort zu uns kommt, die lebendige Stimme Gottes in diesem Wort. Also, das erste bei der „Lectio divina“ ist: laut lesen. Das zweite: langsam lesen. Und dann: wiederholt lesen.

Worte sind nach der hebräischen Wort-Theologie wie Dynamit, sind ein Ereignis. Die hebräische Wort-Theologie sagt: Ein Wort – wenn es ausgesprochen wird – ist nicht eine Information über eine Wirklichkeit, sondern dieses Wort bringt diese Wirklichkeit immer gleich mit sich. Wenn ich jemandem sage, dass ich ihn liebe, dann informiere ich ihn nicht über die Wirklichkeit, sondern die Worte bringen eben diese Liebe mit sich.

Weil das so ist, hat ein Wort oder eine Geschichte immer einen immensen Überschuss an Sinn. Wenn ich eine Geschichte einmal lese, dann ist sie noch lange nicht ausgelesen. Diese Geschichte klopft bei mir an und sagt: „Du, ich habe dir noch viel mehr zu geben. Lies mich doch morgen noch einmal! Und dann am dritten Tage noch einmal.“ Je mehr ich das übe, desto mehr staune ich, wieviel unglaubliche Schätze mir aus dieser einen Geschichte entgehen kommen.

Sicher, irgendwann ist es dann gut. Aber später, in Wochen, Monaten, Jahren kommt dieselbe Geschichte wieder. Und sie hat noch viel mehr an Überschuss, an Sinn, den sie mir mitteilen kann. Zur klassischen Lehre gehört also: Lies einen Vers, lies eine Geschichte nie nur einmal. Lies sie immer wieder. Ein paar Tage hintereinander, eine Woche. Und höre gut hin – bis die Geschichte dir selber sagt, dass du jetzt weitergehen kannst.

Und dann das andere, vielleicht Überraschendste: Lies langsam. Sprache hat ganz verschiedene Dimensionen. Wenn ich in normalem Sprechtempo rede oder jemanden etwas erzählen höre, dann schaltet mein Inneres auf die Überzeugung: Jetzt kommen Informationen. Informationen kann ich speichern. Und darüber denke ich, wenn es wirklich wichtig ist, später einmal nach. Aber dieses Nachdenken und Besinnen vollzieht sich nicht jetzt im Moment. Das ändert sich schlagartig, wenn wir das Tempo des Sprechens reduzieren. Dann tritt das ein, was der Hebräer sagt: Die Worte, die vorher nur Information waren, bringen plötzlich ihren Inhalt mit sich. Ich kann diesem Inhalt nicht mehr ausweichen. Er ist einfach da.

KLEINE ÜBUNG: PSALM 139

Ich lade Sie ein zu einer kleinen Übung. Fragen Sie sich einmal innerlich: Was geschieht mit mir, wenn ich einen Bibelvers höre – in normalem Sprechtempo? Und wie ist es, wenn derselbe Vers dann noch zwei Mal ganz langsam an mich heran kommt? Denken Sie nicht groß darüber nach. Beobachten Sie Ihr Inneres: Was löst dieses Wort aus einem Psalm in Ihrem Inneren aus? Was erfahren Sie da? Wie wandelt sich derselbe Wortlaut in eine andere Erfahrung?

▪ Sagen Sie laut (normal und dann zweimal sehr langsam) den Satz aus Psalm 139: „Von allen Seiten umgibst du mich und hältst deine Hand über mir.“

Diese einfache Übung ist ein vollständiger Meditationsweg. Keine Methode, die zum biblischen Wort hinzukommt. Nur die Ausdehnung der Zeit, dass diese Worte Raum bekommen, Klang und Stimme, und ihre Kraft, die in ihnen wohnt, einmal zeigen dürfen. Etwa zwei Minuten dauert ein solches Gebet. Es unterbricht das Tempo in der Hektik meines Berufes, meines Alltags. Es ist, wie wenn ich in eine andere Welt eintrete. Ein wunderbares Gebet für die Toilettenpause. Sie werden anders an Ihren Arbeitsplatz zurückgehen und etwas von diesem Geheimnis der Gegenwart Gottes – auch der körperhaft erfahrenen Gegenwart, die dieses Wort mitbringt – mitnehmen in den kommenden Zeitabschnitt: das nächste Gespräch, die Sitzung, die ...

GOTT EINE GESCHICHTE VORLESEN

Soweit zur *lectio*. Das geht aber nicht nur zu einzelnen Bibelversen. Es ist sogar ganz entscheidend, dass wir auch größere Texte langsam lesen. Sie werden merken: Das normale Lesetempo in unseren Gottesdiensten reicht überhaupt nicht mehr aus. Alles ist zu schnell.

Das Tempo für das Lesen hat eine einfache Regel: Ich lese einen Satz oder einen Satzteil, bis ich das, was dieser Satz beschreibt, innerlich vor mir schauen kann, bis mein Inneres, meine Seele, ruhig wird und staunt. Wenn das Gegenwart ist – dann erst lese ich weiter. Das braucht Langsamkeit. Es ist für mich völlig unverständlich, wie man in unseren Gottesdiensten das „Vater unser“ betet. Für mein Inneres immer zu schnell. Dabei

liebe ich dieses Gebet und ich möchte jede einzelne Bitte Gott mit meinem vollen Bewusstsein entgegen bringen. Aber in dem Tempo, in dem es in Gottesdiensten gebetet wird, steigt meine Seele irgendwann mal aus.

Dasselbe gilt für längere Texte. Sie werden erstaunt sein, welche Dinge in diesen Geschichten stehen. Ich habe immer die Bibel leise gelesen. Auch auswendig gelernt. Seit ich sie laut und langsam lese, entdecke ich Dinge, von denen ich überzeugt war, dass sie ganz sicher nicht im Bibeltext stehen. Mein Inneres hatte das weggefiltert. Jetzt entdecke ich es langsam neu und frage mich: Warum hat mein Inneres das immer wieder übersehen?

Wenn Sie auf diese Weise beten wollen, Ihnen vielleicht eigene Worte des Betens fehlen, dann gibt es einen ganz einfachen Weg. Nehmen Sie Ihre Bibel, dann beten Sie: „Vater im Himmel“ oder „Jesus Christus,“ oder wie immer Sie Gott ansprechen – „*weißt du was? Ich möchte dir gerne eine wunderbare Geschichte vorlesen. Und wir beide, du und ich, wir hören jetzt miteinander darauf.*“ Und dann lesen Sie dem lebendigen Gott eine Geschichte aus der Bibel vor. Bewusst ihm. Schön langsam. Und vor allem laut. Und dann hören Sie sich mit ihm zusammen diese Geschichte an. Wenn Sie möchten, sagen Sie am Schluss „Amen.“ Sie werden erstaunt sein, wie anders die Geschichten der Bibel plötzlich klingen, gerade auch die bekannten.

2. MIT ALLEN SINNEN WAHRNEHMEN

Nun kommt die zweite Leitersprosse: *meditatio* – das Betrachten. Betrachten heißt, dass ich meine Sinne einschalte. Bei jedem kleinen Satzteil frage ich mich: Wie

sieht das eigentlich aus? Sehe ich das vor mir? Hier werden Bilder, ja regelrechte Filme geschildert. Wie schaut denn das aus? Und wenn gesprochen oder geklagt oder gerufen oder geschrien wird – wie hört sich das eigentlich an?

Wenn Sie die Geschichte von Bartimäus lesen, dem blinden Bettler, der da schreit, und die Menschen wollen ihn zum Schweigen bringen, und er schreit noch viel mehr – haben Sie je einmal versucht, sich vorzustellen, wie das klingt? Wie klingt denn das, wenn einer schreit und die anderen versuchen, ihn zum Schweigen zu bringen? Wie klingt das, wenn er dann noch viel mehr schreit? Ich bin überzeugt, wir haben die Geschichte von Bartimäus noch nie wirklich verstanden, wenn wir nicht wenigstens in unserem Inneren diesen Schrei gehört haben. Da ist ja Gewalt im Spiel in dieser Geschichte!

Betrachtung heißt: Nimm dir Zeit und lass es zu. Wie klingt das? Und wie riecht das?

Als Beispiel gehe ich mit Ihnen die Geschichte von der Stillung des Sturmes (Matthäus 8, ab 23) durch. Ich habe diese Geschichte immer gut gekannt. Auswendig. Nie laut gelesen. Als ich sie das erste Mal nach der „*Lectio divina*“ laut gelesen und betrachtet habe, habe ich gemerkt, dass ich einen Satz noch nie gelesen hatte: nämlich den ersten. Er heißt: „Und er stieg ins Schiff und seine Jünger folgten ihm.“

Wenn Sie dieser uralten christlichen „*meditatio*“ folgen, dann bleiben Sie ein-

mal still und schauen sich das an. Sie sehen den See Genesareth vor sich, das Boot (bitte nicht nachdenken! Schauen! Nachdenken dürfen Sie später, jetzt geht es ums Schauen, ums Hören und um die Sinne!). Da steigt Jesus ins Schiff. Ich schaue, wie das vor sich geht, ich schaue die Jünger an. Es ist von keinem Wort die Rede, das hier gesprochen wird. Ganz einfach: Jesus stieg ins Schiff und seine Jünger folgten ihm. Ich schaue mir an, wie das zugeht.

In diesem Schauen geschieht plötzlich etwas mit mir, dass ich denke: Das kenne ich doch! Das kenne ich aus meiner Sehnsucht. Wie froh wäre ich da oder dort in meinem Leben gewesen, wenn Jesus voran gestiegen wäre und ich wäre so gerne ihm nachgestiegen. Aber es stieg mir keiner voran. Und wie denke ich an andere Menschen, auch an meine Kinder, denen sind Menschen voran gestiegen. Und sie sind nach gestiegen. Alles war fromm. Alles unendlich gut gemeint. Aber der Glaube ist zerbrochen daran. Weil nicht geredet wurde. Nicht frei gelassen wurde. Ein unglaubliches Thema, dieses Vorangehen und Nachsteigen.

Wir sind vielleicht die Generation, in deren Knochen am meisten dieser Missbrauch des Vorangehens und Hintennachgehens drin liegt. So dass man sagt: „Alles, aber das nie mehr!“

Wie gehen wir mit dem Ruf Gottes, mit ihm zu gehen, um? Ich komme ins Nachdenken – aber aus diesem Bild heraus. Wie wünschte ich, dass unter uns ein

ZUGESPITZT ► DREI FRAGEN ZUM ARTIKEL

► **Ihr wichtigster Satz?** Gott ist da, auch wenn er mit mir im Boot liegt, schläft und ich ihn scheinbar nicht aufwecken kann. Reicht mir seine Gegenwart? Will ich wirklich ihn – oder will ich „etwas“ von ihm? Zugespitzt: Will ich ihn – oder will ich etwas für mich?

► **Die wichtigste Tat nach dem Lesen?** Ich mache mir seine Gegenwart deutlich. Sie gilt nicht erst dann, wenn ich sie erfahre. Sie gilt, weil er sie mir immer schon versprochen hat.

► **Mein Wunsch für die Lesenden:** Gott lieben! Von ganzem Herzen, von ganzer Seele und mit all dem was man vermag. Ihn meinen – und nicht das suchen, was er an mir und für mich tut. In der Betrachtung suche ich seine Nähe. Darum trete ich zu ihm und nehme teil an seinen Sorgen, Leiden und Fragen ...

Zutrauen zu Christus wächst, dass uns hier einer vorausgeht, der uns nicht missbraucht! Aber wie gehe ich um mit meiner Angst, dass es Missbrauch sein könnte? Wie kann ich zugeben, dass es da und dort, auch unter uns, durchaus auch diesen Missbrauch gegeben hat und gibt? Der sich vielleicht als geistlicher Erfolg präsentiert. Sie ahnen: In der Betrachtung dieser Geschichte hatte ich plötzlich mit dem einen Vers, den ich bisher überlesen hatte, für eine ganze Betrachtung vollauf genug.

MERKWÜRDIGE UMWANDLUNG

Aber die Geschichte geht weiter. Wie bei einem Film mit einem harten Schnitt. Der Sturm kommt, die Wellen. Sie bedecken das Boot, das unterzugehen droht. Wieder schaue ich hin. Wie klingt denn das? Ein solcher Sturm? Wie fühlt sich das an, die Nässe? Im Gesicht, auf der Haut, in der Kleidung? Wie fühlt sich das an? Jeder am See Genezareth weiß: Das ist gefährlich. Wer in einen solchen Sturm kommt, weiß nicht, ob er wieder nach Hause kommt. Wie ist das?

Wieder nehme ich mir Zeit, um hinzuschauen, zu spüren, zu hören. Mein Inneres beginnt zu fragen: Warum sind denn die Jünger in diese Situation gekommen? Und etwas in mir erschrickt: Da hat doch tatsächlich kein einziger einen Fehler gemacht! Die haben alles richtig gemacht. Sie haben das Schönste getan, was man als Christin und Christ nur tun kann: Man sieht den Herrn vorausgehen und man geht mit ihm. Und wohin kommt man? In den Sturm! In die Wellen. Die Wellen bedecken das Boot. Und warum? Herr, ich bin dir nachgegangen. Es gibt keinen anderen Grund.

Bei mir beginnt bei dieser Geschichte und bei vielen anderen, die diesen Weg der Betrachtung gehen, irgendwann – möglicherweise hier – etwas ganz Merkwürdiges. Ich bin es, der sich dieser Geschichte zuwendet. Ich höre, ich schaue, ich fühle – und plötzlich kippt es. Plötzlich wendet sich diese Geschichte mir zu. Und die Geschichte fragt: „*Sag mal, woher kennst du das? Nur Jesus nachgehen. Und wo landest du? Dort im Sturm, unter den Wellen!*“

Noch schrecklicher, da heißt es: „Er aber schlief.“ Das sind so Sätze, da möchte ich am liebsten sehr schnell weiter lesen. Ich bin dankbar, dass sie dastehen, denn die Geschichte fragt jetzt unerbittlich weiter. Wenn Sie die Bibel auf diese Weise

**IN DIESEM SCHAUEN
GESCHIEHT PLÖTZLICH
ETWAS MIT MIR,
DASS ICH DENKE:
DAS KENNE ICH DOCH!
DAS KENNE ICH AUS
MEINER SEHNSUCHT.**

lesen, dann werden die Texte unerbittlich. Sie stellen Fragen, die wir in unserer Umgebung, auch in unserer Frömmigkeitskultur, kaum zu stellen wagen.

Die Geschichte fragt: Woher kennst denn du das? Dass Jesus da ist – und er schläft. Haben Sie schon einmal eine Predigt gehört über den schlafenden Jesus? Aber jeder von uns weiß, was damit gemeint ist. Wenn eine solche Predigt ein Mensch „von der Straße“ hört, der von der Bibel und unserer Frömmigkeit keine Ahnung hat, der weiß sofort, wovon hier die Rede ist. Ein Jesus, der schläft, der nicht reagiert. Hältst du das aus? An der Seite Jesu zu sein, auch wenn er schläft? Sie merken, das braucht Zeit. Denken Sie nicht zu früh nach, aber fühlen, erfahren, staunen Sie. Und: Erschrecken Sie!

ICH UND MEINE ANGST

Nun geht die Geschichte rätselhaft weiter. Die Jünger tun das Einzige, was man jetzt tun kann. Sie aber treten hinzu, wecken ihn auf und sagen ganz schlicht: „Herr, hilf, wir gehen unter!“ Und wieder: In der Betrachtung schaue ich hin. Wie sieht das denn aus? Die Geschichte erzählt nichts davon. Sie sagt nicht: Sie haben geschrien, gebettelt, geweint. Ganz schlicht wird das Faktum erzählt: Sie wecken ihn auf und sagen: „Herr, hilf, wir gehen unter!“

Jetzt kommt eine der Antworten Jesu, die ich nicht wirklich verstehe. Denn Jesus sagt: „Warum seid ihr furchtsam?“

Wenn es eine Situation gibt, in der man furchtsam sein darf – dann ja wohl jetzt! Wenn Sie sich den Text genau ansehen, dann machen die meisten Übersetzungen etwas Merkwürdiges. Sie fügen nämlich ein Wort ein, das im Urtext überhaupt nicht dasteht. Auch die besten Übersetzungen übersetzen: „Warum seid

ihr *so* furchtsam?“ Das klingt danach, als ob Jesus sagen wollte: „Ach wisst ihr, furchtsam, das darf man schon sein, aber doch bitte nicht gleich *so!*“ Das ist, was wir verstehen könnten. Aber das Wörtlein *so* steht *nicht* im Text. Die Frage ist also ungleich radikaler: „Warum seid ihr furchtsam?“ In der Betrachtung merke ich: Jesus ist noch nicht einmal aufgestanden. Der liegt immer noch! Aufstehen wird er erst später.

„Warum seid ihr furchtsam?“ Ich versuche, diese Frage in ihrer Radikalität zu hören. Ich glaube nicht, dass ich sie schon wirklich verstanden habe. Aber ich helfe mir mit folgender Überlegung. Wie, wenn Jesus in dieser Situation seine Jünger fragt: „*Sagt einmal, welchen Stellenwert räumst du in der Gestaltung deines Lebens und deiner Zukunft der Furchtsamkeit ein? Weißt du eigentlich, welchen Raum, vielleicht sogar welche Befehlsgewalt die Angst in deinem Leben hat?*“

Hüten Sie sich vor einer schnellen Antwort. In der Regel weiß man das nämlich zunächst einmal nicht. Ich meine, dass ich mich nicht beeinflussen lasse von Furchtsamkeit. Aber ich merke es bloß nicht, weil ich alles daran setze, nur nicht in eine solche Situation zu kommen! Das ist vielleicht nicht alles, vielleicht auch nicht das Letzte, was Jesus mit dieser Frage meint. Aber ich nehme mir Zeit zu hören, zu schauen – und diese Frage auszuhalten. Dass sie ernst ist, zeigt auch, dass Jesus noch hinzufügt: „Warum seid ihr furchtsam, ihr Kleingläubigen?“

Sie ahnen, was hier vor sich geht. Ich habe begonnen, die Geschichte von mir aus zu lesen. Ich wende mich der Geschichte zu – und nun hat sich die Geschichte mir zugewandt. Nicht mehr ich frage die Geschichte – die Geschichte fragt mich. Nicht mehr ich lege diesen Text aus, sondern dieser Text legt längst mich und mein Leben aus.

EINE LETZTE FRAGE

So müsste und könnte man weitermachen. Die Geschichte endet damit, dass der Sturm gestillt wird. In der wunderschönen Übersetzung heißt es: „Und siehe, es war ganz still.“ Und ich schaue das auch an. Und irgendwie werde ich nicht ruhig darüber. Denn wie oft saß Jesus mit Menschen im Boot, die ihm nachgestiegen sind, und die Stürme und die Wellen kamen und Jesus war dabei. Und Jesus schlief und sie haben versucht, ihn aufzuwecken. Aber der Sturm ist nicht still geworden. Es ist doch nicht so, dass die Stürme immer

NICHT MEHR ICH LEGE DIESEN TEXT AUS, SONDERN DIESER TEXT LEGT LÄNGST MICH UND MEIN LEBEN AUS.

ruhig werden! Aber eines gilt immer: Auch als Schlafender ist er mit dabei.

Harmlos ist diese Geschichte nicht, wahrhaftig nicht. Denn nun stellt mir die Geschichte noch eine Frage – unerbittlich und immer lauter und immer deutlicher: „Sag einmal, hättest du daran genug, wenn er mit dabei ist?“ Dann wird die Frage noch zugespitzter: „Sag einmal, was willst du eigentlich? Möchtest du ihn und seine Gegenwart – oder möchtest du den stillen See? Was möchtest du? Worum betest du?“

Ich wünsche jedem, dass Jesus aufsteht, Sturm und Wellen bedroht – und es wird still. Aber was tun wir, wenn es nicht geschieht? Wenn es bei mir einmal so sein wird – ich muss mit Scham gestehen: Ich weiß nicht, ob mir das genug wäre. Ich möchte es gerne. Aber wenn es soweit ist – woher will ich heute wissen, wie es mir dann sein wird? Ich bete darum, dass ich im Glauben treu sein darf bis ans Ende. Aber ob ich es sein kann, das weiß ich nicht. Wenn Gott mir da nicht an der Seite steht und mir das gibt, was ich brauche, wie will ich es dann tun? Wie gerne möchte ich sagen: Herr, wenn nur du da bist – auch als der Schlafende – dann lass die Stürme und lass die Wellen – nur du! Aber werde ich es sagen können? Bis in diese Enge treibt mich die Betrachtung einer solchen Geschichte!

3. SICH NEU AUSDRÜCKEN KÖNNEN

Damit sind wir bei der dritten Sprosse: „*oratio*“, das Gebet. In unserer Gebetstradition machen wir es ja oft so, dass wir die Bibel, wenn wir sie gelesen, auf sie gehört, sie geschaut haben, zuschlagen und sagen: „Jetzt beten wir noch!“ Aber die „*Lectio divina*“ sagt: „Nein! Jetzt lass bitte die Bibel offen, lass diese Geschichte zum Leitfaden werden für dein Beten. Und dann

betest du über deine Erfahrungen und die Erfahrungen der anderen – des Vorausgehens und Hintennachsteigens: „*Herr, ich hab doch immer gemeint, wenn Stürme und Wellen kommen, dann muss bei mir etwas falsch sein, oder jemand hat was falsch gemacht, und jetzt stecken wir im Schlamassel und fragen: Wo steckt der Fehler, worüber müssen wir Buße tun? Ich erlebe an der Geschichte, dass es nicht so sein muss! Vielleicht sind wir hineingekommen, nur weil wir dir hintennachgestiegen sind.*“

Und so bete ich weiter anhand der Geschichte, und ich bete mit Worten dieser Geschichte. Und plötzlich wird mein Beten reich, reich von Themen, über die ich noch nie gebetet habe und schon längst hätte beten sollen. Reich an Worten, die mir bis jetzt nicht zur Verfügung standen. Jetzt aber sind sie da, die Worte der Bibel, die Worte dieser Geschichte. Und ich merke, diese Geschichte – das ist ja mein Leben! Mit dieser Geschichte kann ich ausdrücken, was ich bin. Und so lege ich mein Leben Gott hin.

4. GOTT SCHAUEN

Nun die letzte der vier Sprossen, die „*contemplatio*“: vor Gott ins Schweigen kommen. Die ersten drei Schritte kann man handwerklich lernen und üben. Für den vierten Schritt, dass Gott mir so begegnet, dass ich sprachlos vor ihm stehe, dafür gibt es keine Methode. Es ist reines Geschenk. Eine Hoffnung und eine Bitte und gleichzeitig ein Erstaunen, dass Gott es immer wieder zulässt, immer wieder schenkt. Über „*contemplatio*“ – über diese Erfahrung, dass Gott so nahe ist, dass ich nicht nur mit meinen Gedanken weiß: „Von allen Seiten umgibst du mich“, sondern dass es auch mein Bewusstsein erfährt: „Jetzt ist es so“ – darüber lässt sich schwer reden.

Die großen Erfahrenen der christlichen Geschichte, der Frömmigkeit dieses Betens, greifen alle zu Bildern, zu Vergleichen, zu Anekdoten wie dieser:

Ein Weinbauer kommt in eine Kirche. Er tritt vor eine Christus-Statue und schaut sie an, eine halbe Stunde. Er leuchtet über das ganze Gesicht, der ganze Körper leuchtet. Dann verbeugt er sich und geht nach Hause. Am nächsten Tag kommt er wieder, tritt vor diese Statue, sieht den Christus an – und wieder erfüllt ihn ein Strahlen und geht gleichsam von ihm aus. Und er verbeugt sich und geht nach Hause. Am dritten Tag kommt er wieder.

Da kommt der Priester und fragt ihn: „Weinbauer, was machst du hier?“ Der Weinbauer zuckt die Achseln und sagt: „Hochwürden, ich weiß es nicht.“ Der Priester fragt: „Betest du?“ Der Weinbauer sagt: „Hochwürden, ich weiß nicht, ob das Beten ist.“ „Ja, dann beschreib mir mal, was du da tust!“ Und der Weinbauer sagt: „Weißt du, Hochwürden, eigentlich ist es ganz einfach. Ich schaue ihn an, und er schaut mich an. Und wir sind beide ganz glücklich dabei.“

Das ist Kontemplation. Die Erfahrung, dass Gott so da ist, dass man ihn gleichsam schauen kann – obwohl jeder weiß, dass man ihn nicht schauen kann. Dass man in solchem Schauen selbst angeschaut wird. Gott schaut mich. Die Erfahrung, die sprachlos macht: Wir sind beide – er und ich – ganz glücklich dabei. Das ist Kontemplation.

Der Verfasser dieses Büchleins sagt: Lang hält man das nicht aus. Eine halbe Stunde höchstens. Bewahren kann man es auch nicht. Aber wenn es vorbei ist, ist das überhaupt kein Problem. Dann beginnst du einfach wieder von vorne: dem Lesen, dem Betrachten, dem Beten. Vielleicht schenkt Gott es dir, dass er dich wieder so schauen lässt. Und wenn er es dir nicht schenkt, dann ist er dennoch da, genau so, wie wenn du es erfährst. Wer die Kontemplation erfährt, dieses Schauen, bekommt nichts, das nicht jeder von uns ohnehin hätte: Gottes Gegenwart. Sein Anschauen, sein unglaubliches Nahesein.

Darum lesen wir unsere Bibel, darum betrachten wir sie – auch wenn sie unerbittlich Fragen an uns stellt. Darum beten wir mit ihr. Und wenn es sein darf, dann, lieber Herr, dann schenk uns die Erfahrung, dass wir dich schauen! Und wenn wir es nicht erfahren, dann schenk uns die Gnade, bei dir zu bleiben. Dann schenk, wenn es sein darf, dass die Stürme vorüber gehen und der See ruhig wird. Und wenn es nicht sein soll, dann schenk uns die Gnade, dass wir genug haben daran, dass du da bist, auch wenn uns scheinen will, dass du schläfst. ◀

Lesezeit: 25–35 Minuten



DR. WOLFGANG J. BITTNER ist Theologe und Publizist, Kultur-Beobachter, Meditationsleiter und Referent. Er lebt mit seiner Frau Ulrike in Berlin und in Liesetal/Schweiz. Gekürzter und bearbeiteter Vortrag vom Gnadauer Mitarbeiterkongress „Neues wagen“ in Erfurt.