

## **Stunde des Höchsten**

**Gottesdienst vom Sonntag, 29. Januar 2017**  
**Thema: Gebet – Atemholen der Seele**

### **Predigt von Roland Martin**

---

Ein frommer alter Hirte beschloss jeden Tag mit einem Gebet. Manchmal betete er lang und ausführlich. Er liebte es zu beten. Er erzählte Gott von seinem Tag. Er dankte für alles Gute, was er an diesem Tag erleben durfte, und er bat um Gottes Schutz für die Nacht. Manchmal aber sprach er ein ganz besonderes Gebet. Und zwar dann, wenn der Tag hart war und er vor Müdigkeit kaum mehr stehen oder sitzen konnte. Dann begann sein Gebet so: »A – B – C – D – E – F – G – ... – X – Y – Z. Lieber Gott hier sind alle Buchstaben, mach dir daraus mein Gebet, ich bin zu müde, aber du weißt meinen Dank und meine Bitte. Amen.«

Diese kleine Geschichte begleitet mich schon lange, ich weiß gar nicht mehr, woher ich sie habe. Sie gefällt mir, weil sie menschlich ist. Ich erlebe sie als ein Signal gegen Überforderung. Genauer: Gegen religiöse Überforderung, die leider weit verbreitet ist. Religiöse Überforderung geschieht dort, wo Menschen vergessen haben, dass Glauben und Müssen nicht zusammenpassen. Religiöse Überforderung geschieht dort, wo fromme Menschen sich selbst unter Leistungsdruck setzen und religiöse Überforderung geschieht dort, wo versucht wird, Menschen durch Glaubensvorschriften zu beherrschen. Das ist in manchen Religionen sehr stark ausgeprägt. Aber leider ist auch die christliche Welt nicht frei davon.

Im Zusammenhang »Beten und Gebet« finden wir von Jesus klare, befreiende Worte. Sie sind nachzulesen in der Bergpredigt in Matthäus 6:

»Wenn ihr betet, sollt ihr nicht sein wie die Heuchler, die gern in den Synagogen und an den Straßenecken stehen und beten, damit sie von den Leuten gesehen werden. Wahrlich, ich sage euch: Sie haben ihren Lohn schon gehabt. Wenn du aber betest, so geh in dein Kämmerlein und schließ die Tür zu und bete zu deinem Vater, der im Verborgenen ist; und dein Vater, der in das Verborgene sieht, wird dir's vergelten. Und wenn ihr betet, sollt ihr nicht viel plappern wie

die Heiden; denn sie meinen, sie werden erhört, wenn sie viele Worte machen. Darum sollt ihr ihnen nicht gleichen. Denn euer Vater weiß, was ihr bedürft, bevor ihr ihn bittet.«

Klare, befreiende Worte, habe ich gesagt.

Gott, der allmächtig ist und allwissend, der weiß den Inhalt meines Gebets noch ehe ich damit angefangen habe, noch ehe ich dazu die Worte gesucht habe. Was mich belastet, was mich freut, was ich brauche – Er weiß es, auch ohne dass ich bete. Ist mein Gebet also überflüssig?

Ja, es ist überflüssig, so lange ich es als Mittel verstehe, Gott zu beeinflussen. Überhaupt nicht überflüssig, sondern lebensnotwendig ist mein Gebet aber für mich selbst, denn es richtet mein Denken und Empfinden zu Gott hin aus. Und es zwingt mich, meine Gedanken und Gefühle zu ordnen. Gott braucht mein Gebet nicht, aber ich brauche es. Und Sie brauchen es und du brauchst es. Jeder Mensch braucht es. Und es ist kein Zufall, dass auch Menschen, die sich selbst als ungläubig bezeichnen oder als unreligiös, dass auch sie in manchen Situationen zu beten beginnen. »Das Gebet ist ein Reden des Herzens mit Gott,« sagt Martin Luther. Und wenn es niemanden mehr gibt, mit dem ein Mensch über seine Situation reden kann, dann beginnt oft sein Herz zu beten, noch ehe der Verstand dafür oder dagegen entscheidet.

Vor Kurzem hatte ich einen gehörlosen Mann zu beerdigen. Beim Vorbereitungsgespräch mit seiner Frau (ebenfalls gehörlos) und seinen beiden erwachsenen Kindern (beide hörend) erlebte ich eine Überraschung. Die beiden »Kinder« erzählten mir, dass ihr Vater jeden Abend an ihrem Bett ein Gebet gesprochen habe, als sie klein waren. In über dreißig Jahren habe ich davon noch nie gehört, dass gehörlose Eltern mit ihren hörenden Kindern beten – in Lautsprache. Es war ein sehr kurzes Gebet. Nämlich: »Lieber Gott, bin ins Bett. Amen.«

Die beiden erzählten das ganz liebevoll, aber auch ein bisschen verlegen. Was würde ein studierter Theologe dazu sagen? »Lieber Gott, bin ins Bett. Amen.«

Im ersten Moment war es für mich tatsächlich nicht mehr als eine nette Anekdote. Doch dann dachte ich: Dieser Mann, der gar nicht besonders kirchlich war, er hat verstanden, worum es



geht beim Beten. Keine weitschweifigen Worte – oder, wie Jesus sagt: »nicht plappern wie die Heiden«. Sondern ausschließlich das eine: Ich bringe meine Situation mit Gott in Verbindung. Ich tue dies im Vertrauen darauf, dass Er weiß, was jetzt gut und richtig für mich ist. Wenn mir danach ist, kann ich ihm erzählen, kann danken und bitten. Aber entscheidend ist das eine: Ich wende mich zu Gott und gebe ihm Raum in meinem Alltag.

»Lieber Gott, bin ins Bett. Amen.« oder: »Lieber Gott, ich fahre jetzt los. Amen.« oder: »Lieber Gott, meine Nachbarin ist krank. Hilf ihr, hilf mir. Amen.«

Wenn es von Herzen kommt, dann ist das genug. Mehr als genug. »Denn euer Vater weiß, was ihr bedürft, bevor ihr ihn bittet.«

Amen.

**Danke, wenn Sie »Stunde des Höchsten« mit Ihrer Spende unterstützen!**

Stunde des Höchsten  
Evangelische Kreditgenossenschaft Kassel (abgekürzt: EKK Kassel)  
Konto: 135 135 | BLZ: 520 604 10  
IBAN: DE48 5206 0410 0000 1351 35 | BIC: GENODEF1EK1

**Für Spenden aus der Schweiz:**

Die Zieglerschen e.V.  
Spende »Stunde des Höchsten« | Postkonto: 91-405885-2 EUR  
IBAN: CH02 0900 0000 9140 5885 2 | BIC: POFICHBEXXX