# Von Jesus beten lernen

von

Wolfgang Schneider

Im Laufe der Jahre konnte ich einige wahrlich wunderbare Dinge zum Thema „Gebet“ lernen, insbesondere auch tiefere Einsicht in die Bedeutung des sogenannten „Vaterunser“ erlangen, das in zwei Evangelien aufgezeichnet ist. Diese Erkenntnis und eine Reihe von Gesprächen mit anderen Gläubigen, wie auch die Lektüre eines anregenden Buches mit dem Titel „*Becoming a man of PRAYER*“ von Bob Beltz (1996), haben mich motiviert, diese Studie über Gebet zu schreiben.

In dieser Studie will ich einige wichtige Punkte aufzeigen, die in großem Maße helfen können, das Gebetsleben zu erneuern und effektiver zu Gott, unserem himmlischen Vater, zu beten.

Die biblische Grundlage für diese Studie ist das sogenannte „Vaterunser“; dieses war Teil einer Unterweisung übers Beten, die Jesus seinen Jüngern gab. Diese Anleitung zum Beten ist einmal Teil der ersten großen überlieferten Predigt Jesu (der „Bergpredigt“), die er kurz nach Beginn seines öffentlichen Wirkens auf einem Berg in Galiläa hielt, von der wir in Matthäus 6,9ff lesen können, zum anderen wird uns eine weitere und ganz ähnliche Unterweisung zum Beten von einer späteren Begebenheit berichtet, als einer der Jünger Jesus ganz gezielt auf das Thema Beten hin ansprach, wie es in Lukas 11 berichtet wird. Bei diesen zwei Ereignissen lehrte Jesus seine Jünger übers Beten, erläuterte ihnen, wie sie beten sollten. Das sollte unsere Aufmerksamkeit erregen und uns ganz konzentriert achthaben lassen!

Leider muss ich gestehen, dass ich im Laufe meines Lebens als Christ längere Zeit diese Anleitung Jesu zum Beten nicht recht verstand und auch, beeinflusst durch erhaltene Lehre, teilweise nicht so unterrichtet habe, wie es eigentlich angebracht und erforderlich gewesen wäre. Zudem war mir nicht unbedingt klar, dass es sich bei diesen zwei Ereignissen um Anleitung zum Beten, Unterweisung zum Gebet, handelte und es nicht direkt um ein quasi vorgeschriebenes Gebet zum einfachen Nachbeten ging. Gerade das aber führt zu einem besseren Verständnis dessen, was Jesus seinen Jüngern vermittelt hat, um sie über Gebet zu unterweisen und zu einem erfolgreichen und effektiven Gebet anzuleiten.

### Vorbemerkungen zu Gebet

Der Bericht in Matthäus 6 konzentriert sich ab Vers 5 auf das Thema Beten und Gebet. Dabei geht Jesus zunächst einmal auf Motive und Einstellung beim Beten ein. Warum beten wir überhaupt? An wen richten wir unser Gebet? Welche innere Haltung haben wir beim Gebet? Worum bitten wir? Aus Jesu Worten wird deutlich, wie wir als seine Jünger beten können und sollen.

Matthäus 6,5:

Und 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.

„Und wenn ihr betet …“ — damit beginnt Jesus seine Anleitung zum Thema Gebet. Den Jüngern, wie auch anderen Menschen in Israel, war die Idee des Betens vertraut, Gebet wurde als selbstverständlich angesehen. Allerdings war das kein Grund, auf eine Anleitung zum Beten zu verzichten, denn auch die Jünger hatten etwas zu lernen und profitierten von Jesu Unterweisung.

Jesus spricht zuerst davon, wie man nicht beten soll. Er verweist auf die Beter, die um der Leute willen in den Synagogen bzw. an anderen Orten beten, wo viele sie beobachten können. Die Schriftgelehrten und Pharisäer taten genau das, sie beteten „gern“, aber aus einer falschen und verkehrten Einstellung heraus, weshalb Jesus sie als „Heuchler“ bezeichnet. Sie wollten „von den Leuten gesehen werden“, vermutlich deshalb, weil sie Leute beeindrucken wollten und später von den Leuten etwas in „Antwort auf ihr Gebet“ erwarteten, wie Jesu Hinweis auf „ihren Lohn“ anzeigt. Der Lohn war dann in der Tat, was sie sich mit solchem Gebet „verdienten“.

Ihre Gebete waren wohl „gut“, die Worte sorgfältig bedacht, die Form ausgewogen, und das Ganze wurde mit Überzeugung und geschulter Redekunst vorgetragen – und doch war all das vergeblich! Jesus bezeichnet sie als „Heuchler“, und ihre Gebete waren ein Beispiel dafür, wie man nicht beten soll!

Matthäus 6,6:

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.

Jesus betont, dass es beim Gebet um eine Kommunikation zwischen uns und Gott, dem himmlischen Vater, geht. „Geh in dein Kämmerlein und schließ die Tür zu“ ist offensichtlich eine Redefigur, die betont, dass Gebet eine persönliche Angelegenheit ist, die einzig den, der betet, und selbstverständlich Gott betrifft. Unser Gebet wendet sich an Gott als unseren Vater. Wir beten zu ihm, die Augen unseres Herzens schauen auf ihn, und er wird uns vergelten! Er hört unsere Gebete und gibt, wessen wir bedürfen.

Wie wir uns im Gebet an Gott wenden, erläutert Jesus in seinen weiteren Ausführungen. Erneut spricht er zunächst davon, wie es nicht sein soll.

Matthäus 6,7-8:

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.

Unser Gebet soll kein „Geplapper“ sein – nicht ein „viele Worte machen“. Hier bezeichnet „plappern“ wohl das wiederholte Aufsagen gleicher Worte und Sätze, und Jesus nimmt Bezug auf Praktiken einiger Heiden, deren Gebet von einem häufigen Wiederholen bestimmter Gebetsformeln geprägt war. Das ist kein echtes Gebet, denn ihm fehlt die Beteiligung des Herzens. Auch ist lautes Plappern nicht notwendig, da Gott ja weiß, was wir benötigen, gar bevor wir ihn darum bitten. Gott sieht und erforscht das Herz, er kennt die Gedanken unseres Herzens. Unsere Anliegen, unsere Sorgen, unsere Wünsche – wir brauchen sie nicht einmal laut zu sagen, und doch weiß Gott, was wir im Herzen sprechen. Das bedeutet selbstverständlich nicht, dass wir nicht laut beten können oder dürfen, denn wir sehen in der Bibel auch Beispiele des Gebets in der Gemeinde bzw. lautes Beten von einzelnen Menschen.

Dass Gott weiß, was wir bedürfen, ist auch kein Grund, gar nicht erst zu beten! Gott ist ein liebender Gott, und er überlässt es dem Menschen zu entscheiden, inwieweit er in seinem Leben Gottes Hilfe für sich beanspruchen möchte. Gott „zwingt“ uns keinen Segen auf, er schüttet seinen Segen auf uns herab, wenn wir zu ihm beten. Daher ist es notwendig, dass wir zu ihm beten und ihn bitten, wenn wir etwas benötigen.

Nach diesen einführenden Bemerkungen gibt Jesus nun den Jüngern ein Beispiel von Gebet. Dabei gilt es zu beachten, dass dies nicht DAS GEBET des Herrn ist, das von den Jüngern und uns in der christlichen Gemeinde nun auswendig zu lernen und einfach nur aufzusagen ist. Jesus selbst erwähnte einige Zeit später bei einer anderen Gelegenheit, als ein Jünger ihn darum bat, über Gebet und Beten zu lehren, ein ganz ähnliches Gebet, das gerade im Wortlaut von diesem Gebet hier abweicht, im Aufbau und als Muster aber wiederum die gleichen Elemente enthält wie dieses Gebet hier.

Matthäus 6,9:

Darum sollt ihr so beten: …

„Darum sollt ihr SO beten: …“ – wobei das Wort für „so [*outos*]“ bereits auf die nachfolgende Unterweisung hindeutet, wo dann aufgezeigt wird, WIE (auf welche Art und Weise, mit welcher Einstellung, nach welchem Muster) man beten soll. Es geht nicht um die genaue Form, den exakten Wortlaut, denn den änderte Jesus ja selbst bei anderer Gelegenheit leicht ab.

Matthäus 6,9–13:

Unser Vater im Himmel! Dein Name werde geheiligt.

Dein Reich komme. Dein Wille geschehe wie im Himmel so auf Erden.

Unser tägliches Brot gib uns heute.

Und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unsern Schuldigern.

Und führe uns nicht in Versuchung, sondern erlöse uns von dem Bösen. Denn dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit. Amen.

Was Jesus später über Gebet sagte, als er auf die Bitte eines Jüngers einging, wird in Lukas 11 berichtet.

Lukas 11,1–4:

Und es begab sich, dass er an einem Ort war und betete. Als er aufgehört hatte, sprach einer seiner Jünger zu ihm: Herr, lehre uns beten, wie auch Johannes seine Jünger lehrte.

Er aber sprach zu ihnen: Wenn ihr betet, so sprecht: Vater! Dein Name werde geheiligt. Dein Reich komme.

Unser tägliches Brot gib uns Tag für Tag

und vergib uns unsre Sünden; denn auch wir vergeben allen, die an uns schuldig werden. Und führe uns nicht in Versuchung.

Wir erkennen eine wichtige Sache hier – Beten kann gelehrt und folglich auch gelernt werden! Manche meinen vielleicht, das Beten sei eine besondere Gabe Gottes, die einigen Gläubigen vorbehalten ist; das trifft jedoch nicht zu.

Jesus war das großartigste Beispiel von einem Mann des Gebets. Er betete, und seine Gebete wurden allezeit erhört und brachten die gewünschten Resultate. Er wusste, wie man betet! Und er behielt dieses „Geheimnis“ nicht für sich, sondern lehrte auch diesen Jünger, wie man recht betet.

### Muster des Gebets

Wenn man diese beiden Anleitungen Jesu einmal miteinander verknüpft, kann man aus dieser „Gesamtschau“ das eigentliche Muster für Jesu Gebet erkennen. Es ergibt sich ein Muster mit insgesamt 7 Teilen. Das Gebet sieht dann wie folgt aus:

Unser Vater im Himmel. (Mat 6,9)

Dein Name werde geheiligt. (Mat 6,9; Luk 11,2)

Dein Reich komme. (Mat 6,10; Luk 11,2)

Dein Wille geschehe wie im Himmel so auf Erden. (Mat 6,10)

Unser tägliches Brot gib uns heute. (Mat 6,11; Luk 11,3)

Und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unsern Schuldigern. (Mat 6,12; Luk 11,4)

Und führe uns nicht in Versuchung, (Mat 6,13; Luk 11,4)

sondern erlöse uns von dem Bösen. (Mat 6,13)

Denn dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit. Amen. (Mat 6,13)

Es ist zu erkennen, dass es in Jesu Gebet nicht um den Wortlaut geht, den er unbedingt beten würde bzw. seinen Jüngern vorschreiben will. Er gibt vielmehr ein Muster, eine Struktur, wie ein Gebet aufgebaut sein sollte. Es ist eigentlich eine Gliederung, die Jesus gibt, wie wir unser Gebet gestalten können.

In dem anfangs erwähnten Buch *Becoming a man of PRAYER* erwähnt der Autor Bob Beltz diese Gliederung und umschreibt die einzelnen Komponenten wie folgt:

Unser Vater im Himmel — Einleitung

Dein Name werde geheiligt — Fokus

Dein Reich komme. Dein Wille geschehe wie im Himmel so auf Erden. — Gottes Eingreifen erbitten

Unser tägliches Brot gib uns heute. — Für Gottes Versorgung beten

Und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unsern Schuldigern. — Vergebung erleben

Und führe uns nicht in Versuchung, sondern erlöse uns von dem Bösen. — Einen geistlichen Schutz errichten

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

Gebet benötigt eine „Einleitung“, wo man sich bewusst werden kann, mit wem man es eigentlich zu tun hat und worum es geht. Danach ist es notwendig, sein Augenmerk und seine Aufmerksamkeit gezielt auf Gott zu richten, dem Ganzen den rechten Fokus zuzuordnen. Schließlich sind wir bereit, für bestimmte Dinge zu beten, wobei zuerst nochmals Gott im Vordergrund steht und es um seine Intervention, sein Eingreifen, das Ausführen seines Willens in den Angelegenheiten hier auf Erden geht. Danach folgt das Beten für unsere Versorgung, dass Gott uns das zukommen lassen möge, was wir täglich brauchen. Vergebung spielt eine wichtige Rolle, das Bewusstsein und die Notwendigkeit der eigenen Vergebung für Sünden und Schuld gegenüber Gott, und auf dieser Grundlage dann in gleicher Weise Vergebung unsererseits gegenüber unseren Mitmenschen. Ebenso ist das Beten um Gottes Schutz und Bewahrung vor dem Bösen in Versuchungen Bestandteil dieses Gebets. Abschließend folgt eine Anerkennung und Bestätigung der Größe Gottes.

### Erläuterungen

Jesu erste Worte in diesem Muster lehren, an wen unser Gebet gerichtet sein soll. Wir beten einzig zu unserem Vater im Himmel, zu Gott. Jesus richtete sein Gebet an Gott, und nirgendwo in der Bibel wird diese Anweisung in irgendeiner Weise modifiziert, etwa dass man nun zu Jesus oder jemand anderem beten soll. Alle Gebete richten sich an Gott, den Vater unseres Herrn Jesus Christus. Wir, als Gläubige der Gemeinde Gottes, beten ebenfalls nur zu Gott, unserem himmlischen Vater, und wir tun es im Namen Jesu Christi, den wir ja als unseren Herrn bekannt haben.

Weiterhin ist erkennbar, dass wir nicht zuerst um unsere Dinge bemüht sein sollten, sondern um die Angelegenheiten Gottes. Bevor das Gebet auf Dinge zu sprechen kommt, die „uns“ betreffen, ist der Blick in unserem Gebet zuerst den Dingen, die Gott betreffen, zugewandt – „dein Name … dein Reich … dein Wille“! Dies ist ein bedeutsamer Unterschied etwa zu den Gebeten der Heuchler, wo lediglich sie selbst und die anderen Leute im Vordergrund stehen. Der Beter muss sich bewusst werden, mit wem er es zu tun hat, er tritt in Gottes Gegenwart und wendet sich an ihn.

Selbst wenn und wo es um uns geht, steht dennoch Gott im Vordergrund. Gott, sein Name, sein Wille, seine Herrschaft bestimmen unser Leben. Gebet soll nicht ein Aufsagen unserer Wunschliste der Dinge sein, die wir unabhängig von Gottes Willen gerne hätten. Wir treten nicht vor Gott hin und verlangen von ihm mehr oder weniger lautstark, das zu tun, was wir uns bereits alles ohne ihn ausgedacht haben. Auf das und ähnliche Dinge hatte Jesus seine Jünger in den diesem Gebet vorangehenden Teilen seiner Predigt hingewiesen. Er hatte die große Bedeutung von Demut und Sanftmut gegenüber Gott herausgestellt. Er hatte darauf hingewiesen, dass ein reines Herz notwendig ist, um dann Gottes Willen recht zu tun und zu lehren. Ein Wandel in Gerechtigkeit muss weit über dem stehen, was die Pharisäer an den Tag legten. Nicht die äußeren Handlungen sind das Entscheidende, sondern die diesen Handlungen vorangehenden Gedanken des Herzens.

Unser Motiv zum Beten soll unserer Liebe zu Gott und unserem Wunsch und Verlangen nach ihm und nach Gemeinschaft mit ihm entspringen. Er steht immer im Vordergrund in unserem Gebet, und wir bitten in Einklang mit seinem Willen. Unsere Wünsche und das, worum wir bitten, muss in Einklang sein mit Gottes Willen – mit dem, was er in seinem Wort verheißen hat. Das wird auch hier in Jesu Anweisung deutlich, denn für jede Komponente dieses Musters, gibt es eine bereits in den Schriften des Alten Testaments verankerte Grundlage!

Gottes Wille ist maßgebend, wir beten, dass sein Wille geschehe auf Erden. Uns geht es darum, Gottes Willen in den Angelegenheiten unseres Lebens verwirklicht zu sehen. Unser Gebet kann nicht nur „einfach so“, „nachlässig“ oder „oberflächlich“ sein. Wir erscheinen nicht wie verwöhnte kleine Kinder vor Gott und verlangen frech nach etwas, was unsere momentane Habgier stillen soll. Wir dürfen uns nicht wie Toren aufspielen, uns in stolzer Überheblichkeit vor Gott präsentieren und ihm in forderndem Ton zu verstehen geben, was wir gerne hätten. Gott ist kein „Automat“, der auf unseren Befehl hin etwas tun muss! Wir dürfen Gott nicht in unserem Herzen herabwürdigen und meinen, er müsse jetzt tun, was wir wollen. Vielmehr müssen wir in Demut vor ihn treten, ihm Ehre erweisen und gebührenden Respekt entgegenbringen – „seinen Namen heiligen“. Wir kommen im Gebet zu Gott mit einer demütigen und sanftmütigen Einstellung. Wir erkennen an, wer Gott und wer Mensch ist. Wir vergessen nicht, wer der Vater und wer das Kind ist.

Nachdem wir in unserem Gebet zuerst einige Zeit aufgewendet haben, um sozusagen vor Gott hinzutreten, um zu seinem Thron der Gnade zu kommen, uns an ihn als unseren Vater zu wenden, ist dann auch Zeit, unsere Anliegen vor ihm kund werden zu lassen. „Unser tägliches Brot gib uns heute [Tag für Tag]“ zeigt an, dass es für uns wichtig ist, jeden Tag zu Gott zu gehen. Er sorgt für die Seinen, wobei nicht ein Tag vergeht, wo er nicht bereit wäre, uns das zu gewähren, was wir benötigen. Wir beten nicht einmal pro Woche, einmal pro Monat, oder einmal pro Jahr; nein – es ist notwendig, dass wir täglich beten! In dem Begriff „Brot“ ist das einbegriffen, was zu unserem physischen Leben notwendig ist. All das wird Gott uns Tag für Tag geben, wenn wir ihn darum bitten und ihm für seine Güte und Gnade danken.

Ein überaus wichtiger Aspekt des Betens folgt danach: Aus Gottes Vergebung heraus leben und anderen vergeben. Wir werden nicht erfolgreich und effektiv beten, wenn wir uns nicht immer wieder bewusst sind, dass wir sündigen und uns darin vor Gott schuldig machen und deshalb seiner Vergebung bedürfen. Da Gott uns vergibt, wenn wir zu ihm kommen und Vergebung suchen, können und müssen wir auch anderen gegenüber Vergebung praktizieren und in unserem Leben einander vergeben, wenn einer Klage hat wider einen anderen. Der Punkt des Vergebens wird übrigens direkt im Anschluss nochmals von Jesus aufgegriffen und weiter erläutert, was keinen Zweifel daran lässt, wie wichtig gerade dieser Teil des Gebets ist.

Weiterhin folgt dann das Ersuchen um Gottes Schutz, dass er uns vor dem Bösen bewahre, erlöse, errette. Gott selbst führt natürlich nicht jemanden in Versuchung, so dass er jemanden zum Bösen verleiten würde – nein! Die Aussage „führe uns nicht in Versuchung“ ist als Idiom passivisch zu verstehen und bedeutet vielmehr „gestatte nicht [lasse nicht zu], dass wir in Versuchung geführt werden“. Dabei geht es eben um Versuchungen zum Bösen; um das Böse in den Versuchungen. Gott mag gestatten, dass wir einer Prüfung unterzogen werden (vgl. Luk 4,1.2 – Jesus „wurde vom Geist in die Wüste geführt und vierzig Tage lang von dem Teufel versucht“), wobei Gott jedoch immer dafür Sorge trägt, dass es einen Weg aus der Versuchung heraus gibt (vgl. 1Ko 10,13). Mittels des Gebets können wir quasi einen geistlichen Schutzwall errichten, eine Mauer um uns ziehen, so dass wir unter Gottes Schutz vor Feinden geborgen sind.

Zum Abschluss unseres Gebets folgt dann noch eine Bestätigung der Größe Gottes und eine Bezeugung seiner Größe und Majestät, da er wahrlich über allem und allen steht und alles zu tun vermag und darüber hinaus, was wir beten oder verstehen.

### Gebetsnotizbuch

Als sehr hilfreich beim Beten kann sich ein Gebetsnotizbuch erweisen. Man kann dazu ein leeres Heft zur Hand nehmen (lose Blätter für ein Ringbuch tun es auch) und zunächst die Seiten in zwei Spalten aufteilen - die linke und etwas breitere Spalte ist die „Themen“ Spalte, die rechte ist gedacht für „Schriftstellen“.

Dann kann man sein Gebetsnotizbuch in die oben erwähnten sieben Bereiche aufteilen, jeweils eine Seite und über den Spalten als Titel die jeweilige Kategorie eintragen. Nach und nach kann man nun die einzelnen Kategorien mit einzelnen Punkten füllen, wobei man auch Schriftstellen anführt, die dann als geistliche Grundlage für Gebetsthemen gelten.

### Abschluss

Ich bete, dass diese kleine Studie eine Anregung sein mag, sich intensiver um das Gebetsleben zu bemühen und dann voll Freude verkünden zu können, was in Psalm 100 bereits so treffend ausgedrückt ist:

Psalm 100,1-5

EIN PSALM ZUM DANKOPFER. Jauchzet dem HERRN, alle Welt!

Dienet dem HERRN mit Freuden, kommt vor sein Angesicht mit Frohlocken!

Erkennet, dass der HERR Gott ist! Er hat uns gemacht und nicht wir selbst zu seinem Volk und zu Schafen seiner Weide.

Gehet zu seinen Toren ein mit Danken, zu seinen Vorhöfen mit Loben; danket ihm, lobet seinen Namen!

Denn der HERR ist freundlich, und seine Gnade währet ewig und seine Wahrheit für und für.

Ihm gebührt Lob und Ehre in der Gemeinde und in Christus Jesus von Ewigkeit zu Ewigkeit. Amen.

Stand: 25.01.2022  
Copyright © 1999 by Wolfgang Schneider