

# Wie geht das mit dem Beten?

## Hinführung

Im Gebet reden wir zu Gott als unserem Gegenüber. Wir bitten ihn, uns ganz konkret zu helfen, wir bedanken uns bei ihm oder wie loben ihn für das was er ist. Im Unterschied zu diversen Meditationen versenken wir uns beim Beten nicht in uns selbst, sondern wir strecken uns nach Gott aus. Immer wenn wir beten, drücken wir damit eine innere Einstellung aus:

Ich mache mich von Gott abhängig und lasse mich von ihm leiten. Ich weiß: Mein Leben liegt in seiner Hand, und er allein kann mich sicher ans Ziel bringen.

**Welche Erfahrungen haben Sie bisher mit dem Gebet gemacht?**

## Vertiefung

Auf die äußere Haltung kommt es beim Beten nicht an. Sie drückt aber oft unsere innere Einstellung aus.

---

### Gebetshaltungen

---

In der Bibel wird uns berichtet, dass Menschen während des Gebets sitzen, stehen, sich verbeugen, knien oder vor Gott liegen. Sie gehen oder tanzen sogar. Dabei sind sie mit ihren Händen und Armen beteiligt.

Hände falten wird in der Bibel nicht erwähnt. Es kann jedoch helfen, sich zu sammeln und zur Ruhe zu kommen.

Letztlich ist beim Gebet die innere Einstellung entscheidend.

---

### „Privates“ Gebet

---

Jesus fordert seine Jünger auf, im Verborgenen zu beten und sich beim Gebet nicht öffentlich

zur Schau zu stellen (Matthäus 5, 5+6 und Parallelstellen). Jesus selbst hat sich immer wieder zum einsamen Gebet zurückgezogen.

Außerdem sollen wir unsere Gebete nicht herunterleiern, weil wir meinen, Gott würde antworten, wenn wir nur viele Worte machen.

---

### Das Vaterunser

---

Als Jesus seinen Jüngern mitteilte, wie sie beten sollten, gab er ihnen das Vaterunser mit auf den Weg (Matthäus 6, 9-13 und Lukas 11,2-4).

---

### Gebetsgemeinschaft

---

Das gemeinsame Gebet mit Anderen ist eine mögliche Form. Die ersten Jünger in Jerusalem beteten regelmäßig miteinander (Apostelgeschichte 2, 42).

**Wie geht es Ihnen bei Gebetsgemeinschaften?**

**Lesen Sie bitte Matthäus 21, Vers 22:**

***"Ihr werdet alles bekommen, wenn ihr im festen Glauben darum bittet."***

Auch in anderen Bibelstellen steht wörtlich oder sinngemäß, dass wir alles bekommen, wenn wir darum bitten.

Zum Beispiel:

- Markus 11, 24
- Lukas 17, 6 (hier fordert Jesus sogar nur einen Glauben, der so klein ist wie ein Senfkorn)
- Johannes 15, 7

Das heißt, Jesus hat nicht übertrieben oder ein Gleichnis verwandt, als er diese Aussage machte. Er hat das so gemeint, wie er es gesagt hat.

Die Jünger erlebten jedoch, dass ihre Gebete nicht immer erhört wurden (Matthäus 17,19-21). Auch Paulus hat Gott dreimal inständig um Heilung gebeten. Gott hat ihm zwar geantwortet, aber er hat Paulus nicht geheilt und somit dessen Gebet nicht erhört (2. Korinther 12, 7-9).

**Tragen Sie zusammen, welche Bitten ihnen Gott bisher noch nicht erfüllt hat.**

---

### Gebetserhörungen

---

Andererseits machen wir immer wieder die Erfahrung, dass Gott unsere Gebete hört und erhört.

**Tragen Sie bitte zusammen, welche Ihrer Bitten Gott erhört hat?**

Jesus fordert uns heraus, ihm voller Vertrauen unsere Anliegen zu nennen. Er macht deutlich, dass es für Gebetserhörungen kein Limit gibt. Nichts ist für ihn unmöglich.

Trotzdem bleibt eine gewisse Spannung bestehen zwischen der grundsätzlichen Aussage in Matthäus 21, 22 und unseren Bitten, die wir im Glauben an Jesus richten.

**Bedenken Sie:**

Gottes Hilfe erfahren wir meist nicht durch ein auffälliges Wunder, sondern auf eine sehr alltägliche Weise. Der kaputte Reifen ist zum Beispiel nicht durch ein Wunder plötzlich wieder prall mit Luft gefüllt; dafür gibt es aber einen Menschen, der dem ratlosen Fahrer weiterhilft.