Reformierte Kirchgemeinde
Ziefen - Lupsingen - Arboldswil

September 2015

Beten? Bringt das was?

Liebe Leserin und lieber Leser,

Mönche aller grossen Religionen tun es oft stundenlang, bis sie alles um sich herum und in sich drinnen vergessen haben. Die Schwesterngemeinschaft des Diakonissenhauses in Riehen kennt sicher drei Gebetszeiten täglich, die persönliche Zeit der Stille nicht eingerechnet.

Und wir, die wir weder Mönche noch Nonnen sind, wie halten wir es mit dem Gebet? Und was bringt es denn überhaupt, zu beten?

Wie bei allen Facetten des Glaubens, so gilt auch beim Gebet die ganz persönliche Haltung diesem gegenüber. Niemand kann darüber urteilen, ob ein anderer Mensch richtig betet oder falsch. Derlei einfältige Kategorien sind in Glaubensdingen unzulässig (wahrscheinlich auch in anderen – zumindest würde weniger verletzt oder bedrängt).

Mir bedeutet beten zunächst, für ein paar Augenblicke der Ruhe besorgt zu sein. Ruhe heisst für mich ein wenig Zeit für mich, um durchatmen zu können. Durchatmen kann ohne viele Gedanken und sehr wohl wortlos geschehen. Es atmet mir ja ohnehin. Halte ich kurz inne, breitet sich etwas aus: Gefühle, Gedanken oder auch Worte. Was breiter wird, lässt sich besser überblicken, wirkt weniger bedrohlich. Auf diese Weise gewinne ich eine kleine Distanz zu dem, was mich umtreibt. Aus dieser geringen aber wichtigen Distanz heraus lässt sich anders betrachten, was mich beschäftigt. Vielleicht bin ich erst dann in der Lage, für das, was mein Innerstes berührt, das eine oder andere Wort zu finden. Vielleicht erkenne ich erst aus dieser kurzen Distanz heraus, dass nicht dieses, sondern jenes der Grund für meine innere Unruhe war. Beten kann auch sortieren bedeuten.

Beten braucht keine bestimmte Form und keine besondere innere oder äussere Haltung. Beten können wir alle! Wer für eine Viertelstunde ganz alleine rausgeht und spaziert und dabei behutsam darauf achtet, was sie/ihn im Herzen umtreibt, betet. Wer im Bett liegt und in die relative Dunkelheit einer zu warmen, schlafarmen Nacht schaut und dabei seinen Gedanken freien Lauf lässt, betet. Beten ist eng mit Hinwendung verbunden. Wer sein Ohr seinem eigenen Herzen oder jenem eines Mitmenschen zuwendet, neigt sich zum Gebet. Derlei Zuneigung und Hingabe sind Wohltat und Kostbarkeit zugleich. Ob das was bringt?

In herzlicher Zuneigung – Roland Durst