

# Zum Beten ist immer Zeit.

Kurz vor dem Aufstehen.

Beim Öffnen des Fensters, wenn die frische Morgenluft hereinströmt.

Bevor ich ins Auto steige.

An der Bushaltestelle.

Vor der Zigarettenpause.

Ich muss ja dazu noch nicht einmal die Hände falten.

Nur die Augen schließen und innehalten.

*Für einige Atemzüge. Gewahr werden, dass mein Leben ein Geschenk von Gott ist.*

*Dass mein kleines Leben eingebunden ist in das, was er mit der Welt vorhat.*

Ich kann aber auch die Hände falten.

Wenn die Hände ineinander ruhen, kommt auch die Seele zur Ruhe.

Wer betet, taucht ein in eine andere Zeit.

Da zählen die Uhren nicht. Da kehren sich die Maßstäbe um.

*Ich bin einfach da, so wie ich bin. Vor meinem Gott.*

Ich muss nichts erledigen.

Ich muss nichts vorweisen.

Ich muss nicht einmal glücklich sein.

Einfach nur da sein.

*Eintauchen in Gottes Gegenwart.*

*Genießen, dass Gottes liebevoller Blick auf mir ruht.*

Gewahr sein, dass er mich gewollt hat.

Und wenn ich dann wieder auftauche in der Welt, in der die Uhren ticken,

nehme ich das tiefe Wissen mit, dass ich mehr und anders bin als das,  
was ich in dieser Welt bin.

Mehr und anders als das Bild, das ich in der Welt abgebe.

„Betet mit aller Ausdauer, voll Dankbarkeit gegenüber Gott und ohne in eurer Wachsamkeit nachzulassen“, schreibt Paulus den Gemeindegliedern in Kolossä (Kapitel 4).

Der Apostel weiß, wovon er spricht.

Hat er doch selbst im Gebet immer wieder Halt und Orientierung gesucht und erfahren.

Aber er weiß auch um die Stimmen in uns Menschen, die uns vom Beten abhalten.

Trägheit, Unruhe, Getriebensein. Da ging es den Christen zur Zeit des Paulus nicht anders als uns heute.

Deshalb rät Paulus zu zweierlei: Ausdauer und Wachsamkeit.

Zum regelmäßigen Gebet, an einem Ort, an dem wir Ruhe finden.

Zu einer Zeit, die wir frei lassen für unser Gebet, für ein Eintauchen in Gottes Gegenwart.

Und dabei mit eigenen Worten Gott anzusprechen. Oder mit bekannten Worten sich auf Gott einzustimmen.

Wer sich regelmäßig Zeit zum Beten nimmt, erfährt,  
dass sich Mühe und Anstrengung lohnen.

*Wer einmal gewahr geworden ist,  
dass er / dass sie umhüllt ist von Gottes liebevoller Gegenwart,  
hat eine Sehnsucht im Herzen, die ihn wieder dorthin zieht.*

Der wird wachsam gegenüber den inneren Stimmen,  
die vom Beten ablenken wollen.

Der wird lernen, mit diesen Stimmen umzugehen.

Der übt sich darin, sich zu überlassen und zu warten, bis er Gott gewahr wird.

Mit Geduld und Ausdauer. Denn Beten ist ein Vorgeschmack der Ewigkeit.



© Gerhard Zinn

AMEN!