

Max Lucado

Vater Unser

Entdecken Sie die verändernde
Kraft eines einfachen Gebets

Aus dem Englischen von Martina Merckel-Braun


GerthMedien

*Für meinen guten Freund und
wertvollen Mitarbeiter Mark Tidwell,
der für mich ein echter Glaubensheld ist.*

*Er erfüllt die Bitten der Menschen, die ihm gehorchen;
er hört ihr Schreien und rettet sie.*

Psalm 145,19 (Gute Nachricht)

Inhalt

Kapitel 1: Das Hosentaschengebet	11
Kapitel 2: Vater ... Papa	21
Kapitel 3: Du bist gut	31
Kapitel 4: Ich brauche Hilfe	41
Kapitel 5: Heile mich	55
Kapitel 6: Vergib mir	67
Kapitel 7: Sie brauchen Hilfe	77
Kapitel 8: Danke	91
Kapitel 9: Im Namen Jesu. Amen	105
Gesprächsanregungen	115
Persönliche Gebetsstärken	161
Wem ich dankbar bin	177
Anmerkungen	179

Kapitel 1

Das Hasentaschengebet

Guten Tag, darf ich mich kurz vorstellen?

Ich heiße Max und ich bin ein Gebets-Loser auf dem Weg der Besserung. Ich nicke ein, wenn ich bete. Meine Gedanken springen hin und her. Ablenkungen überfallen mich wie ein Schwarm Mücken in einer Sommernacht. Falls das Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom auch das Gebetsleben beeinflusst, bin ich definitiv betroffen. Wenn ich bete, fallen mir tausend Dinge ein, die ich noch erledigen muss.

Und ich vergesse das eine, das ich gerade machen will: beten.

Manche Leute sind richtige Gebetshelden. Sie atmen den Himmel ein und Gott aus. Sie sind das Sondereinsatzkommando der Fürbitte. Sie würden lieber beten, als zu schlafen. Wie kann es da sein, dass ich einschlafe, während ich bete? Sie gehören zum VGG – zum Verein der Gebetsgiganten. Ich

hingegen bin ausgewiesenes Mitglied der AGL – der Anonymen Gebets-Loser.

Kommt Ihnen das bekannt vor? Es ist ja nicht so, dass wir überhaupt nicht beten würden. Wir beten schon.

Wir beten, wenn wir unser Kopfkissen nass geweint haben.

Wir beten liturgische Gebete im Gottesdienst.

Wir beten, wenn ein Schwarm Gänse über uns dahinzieht.

Wir beten, indem wir traditionelle Andachtsbücher zitieren.

Diese Woche werden mehr Menschen beten, als Sport treiben, arbeiten oder Sex haben – zumindest, wenn man unseren amerikanischen Statistiken glauben darf. Meinungsumfragen deuten darauf hin, dass jeder fünfte Ungläubige täglich betet. Sozusagen „für alle Fälle“.

Wir beten, dass wir nicht zur Flasche greifen, dass wir uns konzentrieren können, dass wir finanziell über die Runden kommen. Wir beten, wenn der Arzt uns sagt, dass der Knoten bösartig ist. Wenn das Geld schneller zu Ende ist als der Monat. Wenn das ungeborene Baby sich eine Zeit lang nicht bewegt hat. Wir beten schon ... dann und wann.

Aber würden wir nicht alle gern ...

... öfter ...

... besser ...

... mit mehr Tiefgang ...

... kraftvoller ...

... mit mehr Feuer, Glauben und Begeisterung beten?

Aber wir müssen für unsere Kinder kochen, unsere Rechnungen bezahlen, unsere Abgabetermine einhalten. Unser Terminkalender verschlingt unsere guten Absichten wie die Schlange das Kaninchen. Wir wollen schon beten, aber *wann?*

Wir wollen schon beten, aber *warum?* Wir können es ruhig zugeben: Beten ist irgendwie seltsam. Eigenartig. Wir sprechen ins Leere hinein. Schicken Worte in den Himmel. Wir kriegen noch nicht mal unseren Internetprovider in die Leitung und da soll Gott uns hören? Unser Hausarzt hat schon zu viel zu tun und Gott soll Zeit für uns haben? Wir haben da so unsere Zweifel.

Und dann haben wir auch so unsere speziellen Erfahrungen gemacht: unerfüllte Erwartungen, unbeantwortete Bitten. Ja, es fällt uns schwer, auf die Knie zu fallen, denn wenn wir ehrlich sind, sind sie schon ziemlich vernarbt. Für manche von uns ist Gott der ultimative Herzensbrecher. Warum sollten wir die Münzen unserer Sehnsüchte weiterhin in einen schweigenden Brunnen werfen? *Er hat mich schon mal hängen lassen, noch mal passiert mir das nicht!*

Ja, Gebet ist schon so eine Sache für sich.

Und wir sind nicht die Ersten, die damit Probleme haben.

Die Teilnehmerliste für den Gebetsgrundkurs enthält ein paar bekannte Namen: die Apostel Johannes, Jakobus, Andreas und Petrus. Als einer der Jünger Jesu bat: „Rabbi, lehre uns doch auch, wie wir beten sollen“ (Lukas 11,1; WD), hatte keiner der anderen etwas dagegen einzuwenden. Niemand winkte ab

und sagte: „Hey, ich weiß schon alles, was es über das Gebet zu wissen gibt.“ Die ersten Nachfolger Jesu brauchten eine Anleitung fürs Gebet. Ein Workshop zum Thema „Beten“ war tatsächlich das einzige Seminar, um das sie jemals baten. Sie hätten um Instruktionen zu zahlreichen Themen bitten können: Vermehrung von Brot, Halten von Vorträgen, Stillen von Stürmen. Jesus hat Tote auferweckt. Doch ein „Wie leere ich den Friedhof“-Seminar? Das verlangten seine Jünger nie. Aber darum baten sie ihn: „Herr, lehre uns beten.“

Könnte ihr Interesse etwas mit den unglaublichen, faszinierenden Verheißungen zu tun haben, die Jesus an das Ge-

Die ersten Nachfolger Jesu brauchten eine Anleitung fürs Gebet. Ein Workshop zum Thema „Beten“ war tatsächlich das einzige Seminar, um das sie jemals baten.

bet knüpfte? „Wenn ihr Gott um etwas bittet, sagt ihm mit einfachen Worten, was ihr nötig braucht. Er weiß, wie er euren Bitten und Fragen am besten begegnet“ (Matthäus 7,7; WD). „Ihr werdet alles bekommen, wenn ihr im festen Glauben darum bittet“ (Matthäus 21,22; Hfa). Für nichts anderes, was wir tun könnten, hat Jesus uns einen ähnlichen Erfolg versprochen. „*Plant* und ihr werdet

bekommen!“ oder: „Ihr werdet alles bekommen, wofür ihr *arbeitet*“ – diese Worte stehen nicht in der Bibel. Aber diese schon: „Wenn ihr dagegen eng mit mir verbunden bleibt und meine Worte in eurem Herzen lebendig sind, dann könnt ihr von mir erbitten, was ihr wollt, und ich werde eure Bitte erfüllen“ (Johannes 15,7; WD).

Jesus hat uns atemberaubende Verheißungen geschenkt, wenn wir beten.

Und er war ein überzeugendes Beispiel: Jesus betete vor dem Essen. Er betete für Kinder. Er betete für die Kranken. Er betete, um zu danken. Er betete unter Tränen. Er, der die Planeten gemacht und die Sterne geformt hatte, betete. Er, der Herrscher über die Engel, der Befehlshaber der himmlischen Heerscharen, betete. Er, das vollkommene Abbild von Gottes Herrlichkeit und der unverfälschte Ausdruck seines Wesens, betete. Er betete in der Wüste, auf dem Friedhof, im Garten. „Tief in der Nacht, lange bevor es dämmerte, stand Jesus auf und ging an einen einsamen Ort, um dort zu beten“ (Markus 1,35; WD).

Das folgende Gespräch war bei seinen Freunden bestimmt an der Tagesordnung:

„Hat irgendjemand Jesus gesehen?“

„Ach, weißt du, er macht wieder das Übliche.“

„Er betet *schon wieder*?“

„Genau. Er ist seit Sonnenaufgang weg.“

Jesus zog sich sogar manchmal eine ganze Nacht lang zurück, um zu beten. Ich denke da an eine bestimmte Gelegenheit: Er hatte gerade einen der anstrengendsten Tage seines Dienstes hinter sich. Der Tag begann mit der Nachricht vom Tod Johannes' des Täufers. Jesus wollte sich mit seinen Jüngern zurückziehen, aber sie wurden von einer Menschenmenge regelrecht verfolgt. Obwohl sein Herz schwer war vor

Kummer, verbrachte er den Tag damit, zu lehren und Kranke zu heilen. Als er feststellte, dass all die Leute, die sich um ihn drängten, keine Nahrung bei sich hatten, vermehrte er ein paar Laibe Brot und gab ihnen allen zu essen. In einem Zeitraum von wenigen Stunden kämpfte er gegen Kummer und Stress an, erfüllte Forderungen und stillte Bedürfnisse. Er hatte sich eine gute Nachtruhe verdient. Aber als es endlich Abend wurde, schickte er die Menge nach Hause, befahl seinen Jüngern, in ihr Boot zu steigen, und „stieg [...] auf einen Berg, um zu beten“ (Markus 6,46; WD).

Offenbar war das die richtige Entscheidung: Über dem See Genesareth „kam [Wind] auf, der den Jüngern schwer zu schaffen machte. Auch die Wellen schlugen immer heftiger gegen das Boot. Es war gegen vier Uhr morgens, als sie Jesus direkt auf sich zukommen sahen – auf dem Wasser!“ (Matthäus 14,24–25; WD). Als Jesus den Berg hinaufstieg, war er erschöpft und ausgelaugt. Als er herunterkam, war er erholt und energiegeladen. Unten am Ufer blieb er keine Sekunde stehen. Man hätte meinen können, das Wasser wäre eine grüne Wiese und der Sturm ein sanfter Frühlingwind.

Glauben Sie, dass die Jünger den Zusammenhang zwischen Gebet und Vollmacht erkannten? „Herr, lehre uns, so zu beten. Lehre uns, so zu beten, dass wir dadurch neue Kraft bekommen. Dass wir dadurch unsere Angst besiegen. Dass wir dadurch Stürme stillen. Dass wir die Kraft eines Königsohnes besitzen, wenn wir vom Gebetsberg herabkommen.“

Wie ist es mit Ihnen? Die Jünger waren mit tosenden Wellen und einem kühlen Grab konfrontiert. *Sie* haben vielleicht mit verärgerten Kunden, turbulenten Kindern und den tosenden Wellen von Stress und Kummer zu kämpfen.

Wir bitten immer noch: „Herr, lehre uns doch, wie wir beten sollen.“

Als die Jünger Jesus darum baten, sie beten zu lehren, gab er ihnen ein Gebet. Er hielt ihnen keinen Vortrag über das Thema. Gab ihnen keine Gebetsvorschriften an die Hand. Er gab ihnen ein kurzes Gebet, das sie zitieren, wiederholen und übertragen konnten (Lukas 11,1–4).

Könnten Sie es nicht auch benutzen? Mir scheint, die Gebete der Bibel lassen sich auf ein einziges herunterbrechen. Das Ergebnis ist ein einfaches, leicht zu merkendes „Hosentaschengebet“:

Vater,

du bist gut.

Ich brauche Hilfe. Heile mich und vergib mir.

Sie brauchen Hilfe.

Danke.

Im Namen Jesu. Amen.

Als die Jünger Jesus darum baten, sie beten zu lehren, gab er ihnen ein Gebet. Er hielt ihnen keinen Vortrag über das Thema. Gab ihnen keine Gebetsvorschriften an die Hand. Er gab ihnen ein kurzes Gebet, das sie zitieren, wiederholen und übertragen konnten.