



Prof. Dr. Holger Eschmann

Prof. Dr. Holger Eschmann

14.01.2013

Von Volker Kiemle

»Beten ist Reden mit Gott«

Beten gehört zum Christsein. Aber nicht wenige Christen haben trotzdem Schwierigkeiten damit. Dann können alte Gebete und Psalmen eine Hilfe sein, sagt Holger Eschmann.

Der Theologe betont, dass Beten auch eine Frage der regelmäßigen Übung ist.

Herr Eschmann, was genau ist Beten?

Holger Eschmann: Beten ist Reden mit Gott. Gott hat den Menschen seinen Namen offenbart, damit sie ihn anrufen können. Offensichtlich will er Gemeinschaft und Beziehung mit den Menschen. Gott liebt die Menschen – wo Liebe ist, da sind auch Worte. Gebet ist deshalb auch eine Antwort auf Gottes Anrede an den Menschen.

Aber gilt dann auch ein stilles Gebet?

Holger Eschmann: Ja, auch wenn ich still bete, gehen meine Gedanken zu Gott.

Das sind innere Worte. Auch eine Haltung der Dankbarkeit, der Freude, oder auch der Klage kann ein Gebet sein. Dies alles sind Antworten auf die vorangehende Zuwendung Gottes an uns Menschen.

Was sagt die Bibel über richtiges Beten?

Holger Eschmann: Die Bibel enthält viele Beispiele für Gebete, an denen wir uns orientieren können. Die Psalmen etwa sind ganz unterschiedliche Gebete. Sie drücken Freude aus, Klage, Leid, Hoffnung – eben das ganze menschliche Leben. Und natürlich haben wir das Vaterunser als wichtigstes Beispiel. Das gibt Jesus im Matthäus-Evangelium als Antwort auf die Frage der Jünger, wie sie beten sollen. Daran können wir uns ausrichten.

Gibt es auch falsches Beten?

Holger Eschmann: Auch dazu gibt es einige Bibelstellen – etwa Matthäus 6. Dort sagt Jesus: »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« (V. 5). Wer Beten als Show inszeniert, der hat seinen Lohn schon gehabt – das sagt das Matthäus-Evangelium deutlich. Weiter heißt es da: »Und wenn ihr betet, sollt ihr nicht viel plappern wie die Heiden; denn sie meinen, sie werden erhört, wenn sie viele Worte machen« (V. 7). Dieses Plappern meint auch, dass man sich selbst nicht zu wichtig nehmen soll. Direkt danach wird dann gezeigt, wie wir beten sollen – mit dem Vaterunser.

Welche Arten von Gebet passen in den Gottesdienst?

Holger Eschmann: Zunächst passt das, was sich über Jahrhunderte bewährt hat – wie etwa die Psalmen oder die Antwort der Gemeinde im »Ehr sei dem Vater und dem Sohn«. Auch viele andere liturgische Elemente gehören dazu. Grundsätzlich unterscheide ich im Gottesdienst drei Sprachformen: Das eine ist die liturgische, vorgeformte Sprache – etwa der Lobpreis »Ehr sei dem Vater« oder auch das Vaterunser. Dann gibt es die persönliche Sprache. Dazu gehören frei formulierte Gebete, die aber eher von anderen mitgebetet werden können – wie die Bitte um Leitung durch den Heiligen Geist, das richtige Hören oder Fürbitten, die auf ganz konkrete Notsituationen eingehen. Als Drittes gibt es die private Sprache. Die ganz privaten Anliegen gehören – von Ausnahmen abgesehen – nicht unbedingt in den Gottesdienst. Jesus selbst rät, diese Anliegen im stillen Kämmerlein zu formulieren.

Passt eine Gebetsgemeinschaft in den Gottesdienst?

Holger Eschmann: Früher hatten wir im Gottesdienst häufiger Gebetsgemeinschaften. Das ist ein bisschen aus der Mode gekommen – vielleicht, weil da oft sehr private Anliegen hineinkamen, die eher in den kleinen Kreis gehören. Dennoch gibt es viele gute Gelegenheiten, wo die Gebetsgemeinschaft ihren Platz hat. Das gemeinsame Gebet hat zwei Vorteile: Es schafft Verbundenheit mit Gott und zwischen Menschen untereinander. Zudem liegt eine besondere Verheißung auf dem gemeinsamen Gebet: »Wenn zwei unter euch eins werden auf Erden, worum sie bitten wollen, so soll es ihnen widerfahren von meinem Vater im Himmel«, heißt es in Matthäus 18, Vers 19. Also:

Gebetsgemeinschaften unbedingt – wo es angemessen ist.

Wie hat sich die Rolle des Gebets im Gottesdienst verändert?

Holger Eschmann: Es gibt Gebete, die über die Jahrhunderte gleich geblieben sind – etwa die Psalmen und das Vaterunser. Verändert haben sich natürlich die Gebete, die auf konkrete Situationen eingehen. Die Gesellschaft verändert sich. So gibt es Zeiten, wo man stärker das Gebet für die Umwelt oder für den Frieden einbezieht. Aber dass Gebete wie etwa das Vaterunser über Jahrhunderte und Konfessionsgrenzen hinweg ihren Platz im Gottesdienst behalten haben, spricht dafür, dass wir die Bibel an dieser Stelle ernst nehmen.

Manche Liturgen beten frei, andere lesen ein vorformuliertes Gebet. Was ist empfehlenswerter?

Holger Eschmann: Das hängt sehr von der Persönlichkeit des Liturgen ab – beide Formen haben ihr Recht. Das freie Gebet erlaubt es, spontan zu reagieren und auch eigene Anliegen – in persönlicher Sprache – zu formulieren. Vorformulierte Gebete haben dagegen den Vorteil, dass ich nicht unter dem Druck stehe, eigene Worte finden zu müssen. Zudem kann es Situationen geben, in denen mir die Worte fehlen – etwa bei Trauer oder Unglücksfällen. Dann bin ich dankbar, wenn ich auf Gebete oder Lieder zurückgreifen kann.

Kann man beten lernen?

Holger Eschmann: Ja! So, wie man sprechen lernen kann und wie man auch lernen muss, in einer Beziehung miteinander zu reden. Viele Ehepaare zum Beispiel können nur schlecht miteinander reden. Aber sie können es lernen, vielleicht mit Hilfe von anderen. So können wir auch im Gottesdienst das Beten üben und lernen.

Wie wichtig ist die Körperhaltung beim Gebet?

Holger Eschmann: In evangelischen Kirchen ist es – von einigen liturgischen Gruppen wie der Berneuchener Bewegung abgesehen – eine relativ neue Entdeckung, dass die Körperhaltung beim Gebet überhaupt eine Rolle spielt. Zunächst gilt: Gott kann das Gebet in jeder Körperhaltung erhören. Aber es ist sicher gut, wenn man eine entspannte, achtsame Haltung einnimmt, die Besinnung und Sammlung erleichtert.

Wenn ich etwa die Hände falte, macht das auch deutlich, dass ich mit den Händen jetzt nichts anderes tun kann. Wenn ich aufstehe, zeige ich damit Ehrerbietung und drücke gleichzeitig meine Freiheit aus: Ich muss vor Gott nicht gebückt stehen. Liturgisch gesprochen wird im Stehen ein Stück Auferstehung schon sichtbar. John Wesley hat beim Beten das Knien empfohlen – das drückt Demut aus. Allerdings praktizieren wir in der EmK das heute nur bei besonderen Segnungen wie Ordination, Einsegnung oder Trauung.

Sie beschäftigen sich schon lange mit Gebet. Wie hat sich Ihr Beten verändert?

Holger Eschmann: Mein Beten verändert sich immer wieder – so, wie ich mich verändere. Ganz sicher bete ich heute mehr Psalmen als früher. Mein Tag beginnt mit einem Psalm, dem Bibelstudium und der persönlichen Fürbitte. Außerdem bete ich regelmäßig für Menschen, die gefoltert werden oder von der Todesstrafe bedroht sind.

Was soll ich machen, wenn ich nicht mehr beten kann?

Holger Eschmann: Als Christen gehen wir davon aus, dass Gott größer ist als unser Herz (1.Johannes 3,20). Er kündigt seine Liebe nicht auf, auch wenn wir mal sprachlos oder gefühllos sind. Das wäre sonst ein sehr kleiner Gott! Eine Hilfe können in diesen Situationen die Psalmen sein – sie enthalten viele Klagen über die scheinbare Abwesenheit und Unbegreiflichkeit Gottes. In solchen Situationen der Sprachlosigkeit können wir auch andere bitten, stellvertretend für uns zu beten.

Volker Kiemle

Dr. Holger Eschmann ist Professor für Praktische Theologie an der Theologischen Hochschule in Reutlingen. Zudem ist er Beauftragter für Gottesdienst und Agende der EmK.

Foto: EmK Medienwerk

© 2020 - Evangelisch-methodistische Kirche