

Bibelstelle: 1.Thess.5,16-18

Es war wohl um das Jahr 50 n.Chr.,als der Apostel Paulus diese Worte an die Thessalonicher schrieb,eine Gemeinde in Mazedonien,die er auf seiner zweiten Missionsreise gegründet hatte.Dieser Gemeinde gibt er nun Verhaltensregeln mit auf den Weg: so sollen sich die Christinnen und Christen in Thessaloniki im Alltag verhalten.

Martin Luther hat zu diesem „Aufruf“ des Paulus ohne Unterlass zu beten,folgendes kommentiert ; „Wir sollen ohne Unterlass beten,denn wir müssen auch ohne Unterlass gegen die Sünde wachsam sein.Darum müssen wir auch darauf achten,dass wir uns das Beten nicht abgewöhnen und uns einbilden,anderer Werke seien nötiger und nützlicher in unserem Christenleben als das Gebet.Wir werden dadurch am Ende lau und gleichgültig,kalt und lustlos,wenn wir beten sollen.Denn der Teufel ist nicht faul und träge,und er ist stets auf der Lauer.Auch unser Fleisch ist noch allzu lebendig und mag gern sündigen und will vom Geist des Gebets nichts wissen.Wenn nun das Herz immer wieder durch geistliche Gespräche erwärmt und zu sich selbst gekommen ist,dann knie nieder oder stehe mit gefalteten Händen und mit Augen,die zum Himmel gerichtet sind,und sprich und denke dann,so kurz du nur kannst: »Ach,himmlicher Vater,Du lieber Gott,ich bin ein unwürdiger, armer Sünder – nicht wert,dass ich meine Augen oder Hände zu Dir aufheben oder zu Dir beten dürfte.Aber weil Du uns allen geboten hast zu beten und dazu auch Erhörung verheißen hast und uns darüber durch Deinen lieben Sohn,unseren Herrn Jesus Christus, gelehrt hast,wie wir beten sollen,so komme ich auf Dein Gebot hin vor Dein Angesicht,Dir gehorsam zu sein, und verlasse mich auf Deine gnädige Verheißung. Zitatende

Paulus Anweisung „betet ohne Unterlass“ kann verwirrend sein.Offensichtlich kann es wohl kaum bedeuten,dass wir den ganzen Tag in einer Kopf-geneigten,Augen-geschlossenen, Hände-gefalteten Position sitzen.Paulus bezieht sich nicht auf ein Non-Stopp-Gespräch, sondern auf die dauerhafte Einstellung Gott gegenüber aufmerksam und ergeben zu sein. Jeden Moment im Leben müssen wir uns bewusst machen,dass Gott bei uns ist und,dass Er aktiv und engagiert in unseren Gedanken und Handeln involviert ist.

Wenn unsere Gedanken um Sorgen,Angst,Entmutigung und Zorn kreisen,sollten wir bewusst und schnell unsere Gedanken in Gebet verwandeln und Gott in unsere jeweilige Situation mit einbeziehen.Im Brief an die Philipper weißt Paulus an,aufzuhören besorgt zu sein und sagt stattdessen: „Sorgt euch um nichts,sondern in allen Dingen lasst eure Bitten in Gebet und Flehen mit Danksagung vor Gott kundwerden!“

Jemand hat dazu einmal gesagt: „Gebet ist wichtig,aber es fühlt sich selten wichtig an.“

Wir wissen auch, dass es wichtig ist, aber die Klausur morgen, oder das Training heute abend, der Kinobesuch etc. sind irgendwie realer, ja mit der Hand zu greifen. Sie fühlen sich wichtiger an, und dann kommt das Gespräch mit Gott schnell zu kurz.

Wir diskutieren oft viel lieber über das Gebet oder hören uns Predigten und Vorträge an. Irgendwie kann es das aber nicht sein, und richtig stärken, ausfüllen, befriedigen und erbauen tut uns das auch nicht.

Auf der anderen Seite aber wissen wir: „Ich sollte, müsste und könnte öfter beten.“ Darum möchte ich auch kein schlechtes Gewissen machen, so nach dem Motto: Hast du heute schon genug gebetet? Wer kann da wirklich fröhlich ja sagen? Und wer legt das Maß fest? Wann ist genug? Außerdem durch ein schlechtes Gewissen verändert sich nicht viel. Es bleibt meistens bei guten Vorsätzen. Gibt es einen Mittelweg?

Vielleicht sollten wir zuerst einmal fragen, was Paulus eigentlich mit seiner Aussage meint, was bedeutet es, „ohne Unterlass“ bzw. „unablässlich“ zu beten? Stell dir mal vor, du lebst in einer christlichen Studenten-WG. Und weil ihr christlich seid, trägt auch jeder die Last des anderen. Das sollte eigentlich in jeder Wohngemeinschaft so sein. Da gibt es eine genaue Arbeitseinteilung, wer für was zuständig ist. Und das sollte auch funktionieren, da muß jeder verantwortungsbewußt mit anpacken, damit der Laden läuft.

Heute ist z.B. Kai mit Kochen dran. Das kann der auch echt gut, ich denke nur an die Pasta letztes Mal. Nach diesem anstrengenden Tag freust du dich schon so richtig aufs Essen. Das Wasser läuft dir im Mund zusammen. Erwartungsvoll öffnest du die Tür und schnupperst: Nichts. Du guckst in die Küche - nichts ausser Chaos, aber kein Essen. Kai?

Der sitzt in seinem Zimmer und... betet. Hey Kai wo ist das Abendessen? Und warum ist nicht aufgeräumt? Kai antwortet gelassen: „Sorry, aber in der Bibellese stand heute: **„Betet ohne Unterlass !** Das habe ich gleich umgesetzt, schließlich möchte ich Gott treu dienen und seinem Wort Folge leisten !“ Was denken wir darüber? Das kann doch nicht sein, oder? Den ganzen Tag in der Ecke sitzen und beten? Und dabei die Verantwortung für das Team ruhen lassen, nichts kochen, nichts aufräumen... und beten...!!!

Das dachten sich auch Leute im Mittelalter. Deswegen sind sie auch auf eine Idee gekommen: Es muss unterschiedliche Arten von Christen geben, nämlich die erste und zweite Klasse sozusagen. Die erste Klasse, das sind die Mönche, Nonnen, die Priester etc., die werden abgestellt u.a. zum Beten, das ist ihr Job.

Nur für sie gilt diese Aufforderung von Paulus. Die anderen, also die Laien, müssen nur dreimal täglich beten: Morgens, mittags und abends.

Sie können natürlich öfter, wenn sie die Zeit finden, aber dreimal reicht. Ansonsten sollen sie arbeiten und den anderen dienen. Kann es das sein, dass Paulus das meinte ?

In den entsprechenden Texten entdecken wir so etwas nicht. Auch hat Paulus selbst neben seinem hauptamtlichen Job noch als Zeltmacher gearbeitet. Er lebte nicht als Einsiedler in der Einsamkeit und betete auch nicht den ganzen Tag. Abschieben auf bestimmte Leute geht also nicht. Auch wenn sich einige anbieten: Prediger oder noch besser Diakonissen oder Rentner, die müssten doch genügend Zeit haben.

Ich denke, was uns Paulus sagen möchte: „Bleib im Kontakt mit Gott. Lass den Gesprächsfaden nicht abreißen. Bleib den Tag über mit Deinem Vater im Gespräch !“ Und damit meint Paulus auch dich und mich, schlicht jeden Christen der das liest.

### **Dazu vier kurze Grundsätze:**

#### **1. DU brauchst das Gebet, nicht Gott**

Klar, Gott freut sich, wenn du dich bei ihm meldest, wenn du auftauchst und Hallo sagst. Da strahlt er über das ganze Gesicht. Und er findet es schade, wenn du dein Leben alleine auf die Reihe kriegen willst. Aber brauchen tut er deine Gebete nicht. Übrigens auch dein Bibellesen nicht. Du musst ihm nicht aus der Bibel vorlesen. Er weiß schon, was drin steht, er hat sie ja selbst für uns schreiben lassen. Aber **Wir** brauchen die Kommunikation mit Gott. Unsere Seele holt dabei Atem bei IHM.

Ein alter Prediger sagte einmal: *„Ein mit Friede erfülltes, sieghaftes und frohes Christenleben wird nur dem zuteil, der das Geheimnis der täglichen Erneuerung gelernt hat, sich unaufhörlich an Gott zu wenden, um neue, frische Kraft aus seiner ewigen Welt zu empfangen.“*

Und: „Die vielen und verschiedenen Aufforderungen der Bibel zum Beten werfen in ihrer Gesamtheit ein besonderes Licht auf das Gebet. Sie zeigen uns, dass das Beten der Pulsschlag im Leben des erlösten Menschen ist.“

#### **2. Entscheidung statt Zufall**

Augenblicke des Gebetes als Lebensstil fallen uns nicht zu. Jemand hat einmal gesagt: „Ich krieg das mit dem Gebet zeitlich einfach nicht geregelt.“ Darauf bekam er die Antwort: „Stimmt, dass musst du schon selber in die Reihe kriegen, dass nimmt dir niemand ab.“ Oder anders formuliert: Wenn du darauf wartest, dass du genug Zeit und Lust zum Beten hast, wirst du lange warten.

#### **3. Prozess statt Moment**

Gebet als Lebensstil ist etwas zum Einüben. Es ist ein Training, d.h. es dauert auch und braucht Zeit. Überfordere dich nicht.

Wenn ich in einem Anfall von Größenwahn beim Marathon mitmache, werde ich schnell frustriert aufgeben. Aber ein paar Kilometer laufen könnte ich schon. Konkret: Überfordere dich nicht. Du musst nicht zu Beginn ganze Nächte durchbeten. Fang klein an und baue es auf. Muskeln wachsen, auch Gebetsmuskeln. Jeder kleine Erfolg motiviert dich dann.

#### **4. Eigener Stil statt Rezept**

Es gibt keine absolut gültige Anweisung wie folgendes z.B.: *„Nur so sieht Gebet als Lebensstil aus. Fünf Schritte, die du gehen musst.“*

Vielleicht können wir ja folgendes für unseren Alltag übernehmen ;

#### **Regelmäßige Gebetszeiten einführen**

Das sind feste Termine mit Gott. Je älter ich werde, umso mehr glaube ich, dass sie richtig wichtig sind. Charles Spurgeon hat einmal folgendes so formuliert: *„Wir können zu allen Zeiten beten, ich weiß. Aber ich fürchte, dass diejenigen, die nicht zu bestimmten Zeiten beten, überhaupt selten beten.“* Das ist dieses Aus-den-Augen-aus-dem-Sinn-Prinzip: Wenn du mit Freunden keine festen Termine ausmachst, gehen diese Termine schnell unter. *„Eigentlich müssten wir uns wieder einmal treffen...“*

Haben wir feste Termine mit Gott ? Ja vielleicht in der Regel beim Mittagessen: *„Komm, Herr Jesu, sei du unser Gast...“* Das ist besser als nichts, aber ich meine Zeiten, in denen ich mit Gott rede, ihm sage, was mir auf dem Herzen liegt. Und diese Zeit am Morgen ist mir sehr wichtig. Ich spreche mit meinem Vater alles ab, was der Tag mitbringt und vertraue ihm Begegnungen, Gespräche ec.an. Ich gehe nicht aus dem Haus, ehe ich nicht die Begegnung mit Gott hatte. Andere sind davon überzeugt ; für mich wäre eine bestimmte Uhrzeit nichts, also 11.30 Uhr oder so. Ich orientiere mich lieber an Fixpunkten, also z.B. bevor ich mich an den Schreibtisch setze oder nach dem Frühstück. Vor einer Tasse Kaffee bin ich ohnehin zu nichts zu gebrauchen. Vielleicht ist es bei dir die Mittagspause. Oder einer meiner Freunde muss jeden Tag knappe zehn Minuten auf einen Anschlussbus warten. In dieser Zeit schließt er an der Bushaltestelle seine Augen. Er betet Gott an und bittet für diesen Tag. Diese Zeit ist für ihn zu einer wichtigen Kraftquelle geworden.

Seien wir kreativ. Geh durch deinen Tag. Wo sind Leerlaufzeiten, was ist wirklich wichtig, und was könnte ich ev.streichen und die Zeit mit Gott verbringen ? Nutze sie als festen Termin mit Gott. Mach eine Regel daraus. Plane dir feste Termine mit Gott ein. Jeden Tag.?

Ja und wie **wichtig ist mit die Beziehung zu Gott ?**

Wir können uns solche Zeiten in unseren Kalender eintragen oder das Handy piepsen lassen. Vielleicht mit einem Glockenton.

Man kann sich übrigens auch mit anderen Leuten zusammen tun. Bei einer Evangelisation habe ich eine Familie kennen gelernt, bei denen es regelmäßig einen Tagesabschluss gab. Abends hat man sich kurz getroffen, einen Austausch gehabt und dann gebetet. Ich habe das als gute Tradition empfunden.

Andere treffen sich zu zweit, dritt oder zu viert einmal pro Woche. Das Gebet sollte uns als Christen wirklich immer wichtiger und wertvoller werden. Wir sollten uns neben all den Alltagsaufgaben und Terminen Zeiten nehmen, in denen wir gemeinsam vor Gott treten. Das schweißt auch zusammen, da kann man Freud und Leid ablegen, die Partnerschaft, Ehe etc. neu segnen und von Gott festigen lassen.

Auch für diese festen Zeiten gilt: Fangt klein an und baut sie aus. Und wenn es einmal wirklich nicht mit dem Termin klappt, weil etwas unvorgesehenes und Dringliches eingetreten ist? Kein Problem: Morgen ist auch noch ein Tag. Sowas kommt einfach vor. Ein kleiner Tipp noch: Achte auf Fernsehen und Internet! Das sind die Mega-Zeitfresser, auch bei Christen. Erstaunlich, was Leute, die angeblich keine Zeit haben, alles gucken, statt diese Zeit oder wenigstens einen Teil davon zum Beten und Bibellese nutzen.

**Sich bewußt werden, dass Gebet eine tragende Säule meines Christenlebens ist.**

Säulen spielen in entsprechenden Häusern eine sehr wichtige und vor allem tragende, stützende und damit erhaltende Rolle. Wenn die „Säule Gebet“ an Tragkraft verliert, verliere ich in meinem Christenleben an Kraft und Motivation, werde glaubenslau und müde.

**Apg. 2.42** Sie aber blieben beständig in der Lehre der Apostel und in der Gemeinschaft und im Brotbrechen und **im Gebet.**“

Der Begriff, „beständig“ oder „fest verharrend“, kommt im NT an insgesamt zehn Stellen vor, sechs davon beziehen sich auf unser Thema. Es geht hier also um Kontinuität und wir sollten uns als Gemeinde, wie auch als Einzelne immer wieder kritisch hinterfragen bzw. fragen lassen: Sind wir noch beharrlich in der Beschäftigung mit seinem Wort, und sind wir beharrlich, beständig, ausdauernd im Gebet? Wissen wir noch wirklich um die tragende und stützende Kraft des Gebets?

Die Christen trafen sich beständig, fest verharrend, kontinuierlich zum Beten, wann wissen wir nicht, ABER sie trafen sich regelmäßig und machten u.a. das Gebet zu ihrem Lebensstil. Sie sahen darin eine tragende Säule, ein wichtiges Element in der Festigkeit und Stabilität ihrer Gemeinde, aber auch für jedes einzelne Gemeindeglied.

Die ersten Christen waren sehr konsequent und treu, was den Besuch gemeindlicher Veranstaltungen betraf. Sie blieben beständig beieinander, geschlossen - nicht verschlossen - mit Geduld und Ausdauer. Gemeinsam waren sie stark, und sie wollten stärker werden.

Ich habe beim Ausarbeiten meiner Predigt folgenden Nachruf gefunden ;

„Nach langem Siechtum starb unsere unvergessliche Frau Gebetsstunde aus der Gemeinde Gleichgültigkeit an der Weltlichkeitsstrasse“.

Sie wurde vor vielen Jahren inmitten einer großen Erweckung geboren.Genährt durch lebendige Zeugnisse und Lobgesänge,wuchs sie zu einer kräftigen Tochter heran.Lange Zeit war sie eine der wichtigsten und tätigsten Mitglieder der Gemeinde.

Seit etlichen Jahren jedoch litt Schwester Gebetsstunde an Knieversteifung,an deren Folgen sie zunehmend schwächer wurde.Zwei Spezialärzte,Dr.Gutewerke und Dr.Weltfreund,bemühten sich,die Ursache ihrer Krankheit herauszufinden und Abhilfe zu schaffen.

Sie versuchten die Todkranke durch Organisationsspritzen,Kaffeekränzchen,Spielabende und andere neue Methoden zu beleben.Das immer heftiger werdende Fernsehieber,dazu noch ein chronischer Internetvirus raffte die Teure schließlich ganz dahin.

Die Obduktion der Leiche ergab,dass die Unglückliche zu wenig „Brot des Lebens“ zu sich genommen hatte.Das verursachte einen starken Schwund an Kraft,Buße und Gehorsam.Ihr zunehmender Mangel an Glauben führte unaufhaltsam zum Tode.Die Lieblosigkeit der Mitgeschwister hat ihr Ableben noch beschleunigt.Eine andere Schwester Gebetsstunde ist noch nicht gefunden....

AMEN