

Grundlegendes über das Gebet

Tanqueray

(Auszüge aus: *Grundriss der asketischen und mystischen Theologie*)

Das Gebet ist ein **Verlangen nach Vollkommenheit** (1. Akt). Man würde nicht ehrlich beten, wollte man nicht besser werden. Es setzt eine gewisse **Gottes- und Selbsterkenntnis** (2. Akt) voraus, da es Beziehungen zwischen bei den anknüpft. Es macht *unsern Willen dem göttlichen gleichförmig*, denn jedes gute Gebet enthält ausdrücklich oder einschließend einen **Akt der Unterwerfung unter den höchsten Herrn** (3. Akt).

Es *vervollkommnet* alle diese Akte, weil es uns zu Füßen der göttlichen Majestät legt, um sie anzubeten und um neue Gnaden zu erleben, die es uns ermöglichen, auf dem Weg der Vollkommenheit neue Fortschritte zu machen.

Das Wesen des Gebetes

Wir nehmen hier das Wort *Gebet* in seiner allgemeinen Bedeutung, nämlich als Erhebung unserer Seele zu Gott. Es soll Näheres gesagt werden, erstens: über seinen *Begriff*, zweitens: über seine *verschiedenen Formen* und drittens: über das *vollkommene Gebet* oder das *Vaterunser*.

1. Der Begriff des Gebetes - Was man unter *Gebet* versteht

Bei den Kirchenvätern finden wir drei Begriffsbestimmungen oder Definitionen in Bezug auf das Gebet. Sie vervollständigen sich gegenseitig:

1.

Im gebräuchlichsten Sinne ist, wie der hl. Johannes von Damaskus (*De Fide orthod.*, 1. III, c. 24) sagt, das Gebet eine **Erhebung des Gemütes zu Gott**. *Ascensio mentis in Deum*.

Vor ihm nannte der hl. Augustinus (*Serm.* IX, N. 3) das Gebet eine **innige Hinwendung des Gemütes zu Gott**, *Oratio namque est mentis ad Deum affectuosa intentio*.

2.

In engerem Sinne nennt man es die **Bitte zu Gott um geziemende Dinge**. *Petitio decentium a Deo* (*De Fide orthod.*, 1. III, c. 24).

3.

Um die *gegenseitigen Beziehungen* auszudrücken, welche das Gebet zwischen Gott und der Seele herstellt, schildert man dasselbe als **Gespräch mit Gott**. *Oratio, conversatio, sermocinatioque cum Deo est*. (Gregor v. Nyssa: *Oratio I, de orat. Domini*) Alle diese Auffassungen sind wahr. Fasst man sie zusammen so kann man das Gebet begrifflich erklären als:

eine Erhebung unserer Seele zu Gott, in der Absicht, ihm gegenüber unsere Pflichten zu erfüllen und seine Gnade zu erleben, um durch sie zu seiner Ehre besser zu werden.

Das Wort **Erhebung** ist nur ein bildlicher Ausdruck, welcher das Bemühen andeuten soll, dem wir uns unterziehen, **um uns von den Geschöpfen und von uns selbst freizumachen und an Gott zu denken**, der uns nicht nur von allen Seiten umgibt, sondern im Innersten unserer Seele wohnt. Da wir nur zu leicht dazu neigen, unsere Fähigkeiten mit einer Unmenge von Dingen zu beschäftigen, so **ist eine Anstrengung notwendig**, um sie jenen nichtigen und verführerischen Dingen zu entreißen, zu sammeln und auf Gott allein zu richten. Diese Erhebung nennt man ein **Gespräch**, weil das Gebet, ob es nun eine Anbetung oder eine Bitte sei, eine Erwiderung von Seiten Gottes erheischt und auf diese Weise **eine Art Zwiegespräch** ist, mag dasselbe auch noch so kurz sein.

In diesem Gespräch muss natürlich **unser erster Akt** sein, **Gott gegenüber unsere Pflichten der ihm gebührenden Verehrung zu erfüllen**, ganz wie man erst die Person begrüßt, mit der man sprechen will. Ist erst dieser natürlichen Pflicht Genüge geleistet, so kann man sein Anliegen vorbringen. *Viele vergessen das.* Gerade das ist einer von den Gründen derentwegen so manche Gebete wenig Erhörung finden. Selbst, wenn wir Gnaden für unsere Heiligung oder für unser Seelenheil uns erbitten, dürfen wir nicht vergessen, der **Hauptzweck soll die Ehre Gottes sein**. Deshalb fügten wir der Definition des Gebetes die Worte bei: um durch sie, zu seiner Ehre, besser zu werden.

2. Die verschiedenen Gebetsarten

A) Im Hinblick auf den doppelten Zweck des Gebetes unterscheidet man: die Anbetung und die Bitte

Die Anbetung

Die Anbetung als solche **gilt dem höchsten Herrn**. Da aber Gott auch **unser Wohltäter** ist, sind wir ihm **zum Danke verpflichtet**. Ferner, weil wir ihn beleidigt haben, müssen wir dieses **Unrecht wiedergutmachen**.

Die Anerkennung der Oberhoheit Gottes

Der *erste Gedanke*, der sich aufdrängt, sobald man sich an Gott wendet, ist die Anbetung, d. h. die **Anerkennung der Oberhoheit Gottes und unserer allergrößten Abhängigkeit von ihm**.

Die gesamte Natur betet in ihrer Weise Gott an. Die aber, die weder mit einem Empfindungsvermögen, noch mit Vernunft begabt ist, hat kein Herz, um Gott zu lieben und keinen Verstand, um ihn zu begreifen. Sie begnügt sich deshalb damit, ihre Ordnung, ihre verschiedenartigen Tätigkeiten und ihren Schmuck vor unseren Augen auszubreiten. Sie selbst kann nicht sehen, aber sie zeigt sich. Sie selbst kann nicht beten, aber sie treibt uns dazu an und gestattet nicht, dass uns Gott, den sie selbst nicht wahrnimmt, unbekannt bleibe.

Der Mensch jedoch, das göttliche Lebewesen, mit Vernunft begabt, ist fähig, Gott zu erkennen, und zwar durch sich selbst und durch alle Geschöpfe. Von selbst und von allen anderen Geschöpfen wird er gleichsam "gezwungen", Gott Anbetung zu zollen. Aus diesem Grunde ist er mitten in die Welt hineingesetzt, um das ganze Weltall zu betrachten und es in sich selbst aufzunehmen und so sich selbst und alle Dinge auf Gott allein zurückzuführen, so dass er nur der Beobachter der sichtbaren Wesen sei, um das unsichtbare Wesen anzubeten, welches durch seine Allmacht alles aus dem Nichts hervorgebracht hat.

Mit anderen Worten, *der Mensch ist der Hohepriester der Schöpfung*. Er hat die **Aufgabe, sowohl in seinem Namen, wie auch im Namen aller Geschöpfe, Gott zu verherrlichen**. Diese Aufgabe erfüllt er, indem er erkennt, dass Gott ein vollkommenes und daher unerfassliches, erhabenes und Wohltaten spendendes Wesen ist. Es liegt in unserer Natur, was vollkommen ist zu verehren und dem Erhabenen uns zu unterordnen, allem Guten anzuhängen.

Die Danksagung

Der Anbetung folgt die Danksagung. Denn Gott ist nicht nur unser höchster Herr und Gebieter, sondern auch **unser größter Wohltäter**. Ihm verdanken wir alles, was wir sind und was wir haben, sowohl in der Ordnung der Natur wie in der Ordnung der Gnade. Aus diesem Grunde kann er auf beständige Dankbarkeit von unserer Seite Anspruch erheben, denn aus seiner Hand empfangen wir unaufhörlich neue Wohltaten. Deshalb fordert uns die Kirche täglich vor dem feierlichen Augenblick des Kanon auf, Gott für alle seine Wohltaten zu danken, besonders aber für diejenige, die alle anderen in sich schließt, für die Wohltat der heiligen Eucharistie. *Gratias agamus Domino Deo nostro. Vere dignum et iustum est, aequum et salutare gratias agere...* (Präfation: *Lasset uns danken dem Herrn, unserem Gott. - In Wahrheit ist es würdig und recht dir, Herr, heiliger Vater, allmächtiger, ewiger Gott, immer und überall zu danken*) Zu diesem Zwecke legt sie uns die erhabenen Dankesworte auf die Lippen: *Gratias agimus tibi propter magnam gloriam tuam* (Gloria: *... und danken Dir, denn groß ist Deine Herrlichkeit*)

Und darin befolgt sie nur das Beispiel Jesu, der oft seinem Vater dankte, ebenso die Lehren des hl. Paulus, der uns auffordert, Gott für alle Wohltaten zu danken: *In omnibus gratias agite, haec est voluntas Dei* (1 Thess 5,18a: *Dankt für alles; denn das will Gott von euch*) *Gratias Deo super inenarrabili dono eius* (2 Kor 9,15: *Dank sei Gott für sein unfassbares Geschenk*).

Übrigens braucht man Menschen, die ein fühlendes Herz in der Brust haben, nicht an diese Pflicht zu erinnern. Durch den Gedanken an die göttlichen Wohltaten fühlen sie sich von selbst angetrieben, unaufhörlich ihrem Danke Ausdruck zu verleihen. Und es kommt ihnen aus dem Herzen.

Die Wiedergutmachung

Im Zustande der gefallenen Natur haben wir noch eine *dritte Pflicht*, nämlich **die Sühne und die Wiedergutmachung**. Nur allzu oft haben wir die unendliche Majestät Gottes durch unsere Sünden beleidigt, ja, wir haben sogar zu diesem Zwecke die Gaben Gottes missbraucht. Das ist ein Unrecht, welches eine möglichst vollkommene Wiedergutmachung von uns fordert. Sie besteht hauptsächlich in drei Akten:

- In dem demütigen Geständnisse unserer Sünden.
- In aufrichtiger Reue.
- In der mutigen Annahme von Prüfungen, die uns Gott schicken wird.

Wollen wir hochherzig sein, so werden wir damit die Aufopferung unserer selbst in Vereinigung mit dem Opferlamm des Kalvarienberges verbinden. Dann werden wir demütig Verzeihung erleben und erhoffen können. Wir werden auch neue Gnaden erbitten können.

Die Bitte

Sie ist an und für sich **eine Huldigung, die man Gott wegen seiner Macht, seiner Güte und wegen der Wirksamkeit der Gnade entgegenbringt**. Sie ist ein **Akt des Vertrauens, der denjenigen ehrt, an den er gerichtet ist**.

Der eigentliche Grund des Gebetes ist einerseits die Liebe Gottes zu seinen Geschöpfen und Kindern, andererseits unser dringendes Bedürfnis seiner Hilfe. Als unerschöpfliche Quelle aller

Güter verlangt er sehnlichst danach, diese letzteren in unsere Seelen zu ergießen. Als unser Vater wünscht er nichts so sehr, als uns an seinem Leben teilnehmen zu lassen und es in uns zu vermehren. Um dieses leichter zu erreichen, sendet er seinen Sohn auf die Welt, seinen einzigen Sohn, der voll Gnade und Wahrheit erscheint, um uns mit seinen Schätzen zu bereichern. Ja, noch mehr. Er lädt uns alle ein, um seine Gnaden zu bitten und verspricht, sie uns zu gewähren. *Petite et dabitur vobis, quaerite et invenietis, pulsate et aperietur vobis* (Mt 7,7: *Bittet, dann wird euch gegeben; sucht, dann werdet ihr finden; klopft an, dann wird euch geöffnet*). Wir sind also sicher, Gott wohlgefällig zu sein, wenn wir unsere Bitten an ihn richten.

Übrigens haben wir es dringend nötig. Sowohl in der Ordnung der Natur, wie in derjenigen der Gnade sind wir arm. Wir sind in größter Dürftigkeit. Selbst in der natürlichen Ordnung wesentlich von Gott abhängig, vermögen wir nicht einmal die Existenz die er uns gab, zu erhalten. Wir hängen dabei von physischen Ursachen ab, die ihrerseits Gott gehorchen. Vergeblich werden wir sagen, wir hätte doch Gehirn und Arme und könnten durch unsere Willenskraft aus dem Schoße der Erde holen was wir zu unserem Unterhalte brauchen. Gehirn und Arme werden von Gott erhalten und treten nur mit seinem Beistande in Tätigkeit. Die Erde bringt uns Früchte hervor, wenn Gott sie mit seinem Regen befeuchtet und mit den Strahlen seiner Sonne befruchtet. Ach und wie viele unvorhergesehene, unglückliche Ereignisse können reife Ernten vernichten!

Um wie vielmehr jedoch hängen wir in der übernatürlichen Ordnung von Gott ab! Wir brauchen Licht um den richtigen Weg zu sehen. Wer aber soll es uns geben, wenn nicht der Vater des Lichtes? Uns ist Mut und Kraft notwendig, um dem Lichte folgen zu können. Wer soll uns dieselben verleihen wenn nicht der Allmächtige? Was bleibt uns also anderes übrig, als den Beistand dessen zu erleben der uns gern helfen will?

Man sage nicht, Gott kenne durch sein Wissen alles, was uns notwendig und nützlich sei. Der hl. Thomas antwortet darauf: Zweifellos bewilligt er uns lediglich durch seine Freigebigkeit viele Dinge, ohne dass wir ihn darum gebeten haben aber andere gibt es, die er nur auf unser Gebet hingewährt, und das zu unserm Besten, **damit wir nämlich unser ganzes Vertrauen auf ihn setzen und ihn als Urheber aller unserer Güter anerkennen.** (Vgl. II-II q. 83 a. 2 ad 3) **Beten wir, so haben wir einerseits mehr Vertrauen, erhört zu werden, andererseits sind wir weniger der Gefahr ausgesetzt, Gott zu vergessen.** Wir vergessen ihn schon sowieso viel zu oft. Was aber würde sich ereignen, wenn wir nicht das Bedürfnis fühlen würden, in unserer Bedrängnis zu ihm zu flüchten?

Gott verlangt demnach mit gutem Recht das Gebet in Form einer Bitte.

B) In Bezug auf die verschiedenen Arten des Gebetes unterscheidet man: das betrachtende, das mündliche, das öffentliche und das persönliche Gebet

Nach der *Ausdrucksweise* ist das Gebet **betrachtend** oder **mündlich**, je nachdem es sich **im Inneren der Seele** vollzieht oder **äußerlich sich kundgibt**.

Das betrachtende Gebet

Das betrachtende Gebet ist somit eine Art innerliches Gespräch mit Gott, das sich nach außen hin nicht bemerkbar macht. *Orabo spiritu, orabo et mente* (1 Kor 14,15a: *Ich will nicht nur im Geist beten, sondern auch mit dem Verstand*) Jeder innere Akt, welcher bezweckt uns durch Erkenntnis und Liebe mit Gott zu vereinigen, geistige Sammlung, Erwägung, Vernunftschluss, Erforschung, Vertrauen, Beschauung, Erhebung des Herzens zu Gott, kann man

betrachtendes Gebet nennen. Alle diese Akte nämlich erheben uns zu Gott, auch der Blick in unser eigenes Ich, der ja unsere Seele nur weniger unwürdig dessen machen soll der in ihr wohnt. Alle dienen dazu, um uns die Tugend üben zu lehren. Sie sind gleichsam eine Vorbereitung auf das Leben im Himmel, das in nichts anderem, als in der beseligenden, ewigen Anschauung Gottes besteht. *Dieses Gebet ist auch die Nahrung und die Seele des mündlichen Gebetes.*

Das mündliche Gebet

Dieses **äußert sich durch Worte und Gebärden**. Es wird oft in den heiligen Büchern erwähnt, die uns auffordern, Stimme, Mund und Lippen zur Lobpreisung Gottes zu gebrauchen.

Aber warum auf diese Weise unsere Gefühle ausdrücken, da Gott sie doch in der Tiefe unseres Herzens liest? Es geschieht, **um Gott nicht nur die Huldigung unserer Seele, sondern auch unseres Leibes und besonders der Sprache darzubringen**, denn er verlieh sie uns, um damit unsere Gedanken auszudrücken. Im Grunde genommen, ist dies die Lehre des hl. Paulus. Nachdem er nämlich dargelegt hat, Jesus sei für uns außerhalb Jerusalems gestorben, lädt er uns ein, aus uns selbst herauszutreten und uns mit dem Vermittler des Glaubens zu vereinigen, um Gott ein Lobopfer darzubringen. *Durch ihn also lasst uns Gott allezeit das Opfer des Lobes darbringen, nämlich die Frucht der Lippen, die seinen Namen preisen (Hebr 13,15).*

Es geschieht auch, **um unsern Eifer anzuregen und zwar durch den Ton unserer Stimme**. Die Psychologie beweist nämlich, **dass die Gebärde das innerliche Gefühl steigert**.

Auch **zur Erbauung des Nächsten** dient es, denn andere andächtig beten sehen oder hören, vermehrt unsere Andacht.

Das persönliche und das öffentliche Gebet

Das mündliche Gebet selbst ist *persönlich* oder *öffentlich*, je nachdem es **von einer einzelnen Person** oder **im Namen einer Gemeinschaft verrichtet** wird. Wir haben übrigens bewiesen, die Gemeinschaft, als solche, schulde Gott öffentliche Huldigungen, da auch sie ihn als den höchsten Herrn und Wohltäter anerkennen muss. Darum ermahnte auch der hl. Paulus die ersten Christen, sie sollten nicht nur ein Herz sein, sondern auch einstimmig Gott mit Jesus Christus verherrlichen (Röm 15,6: *damit ihr Gott, den Vater unseres Herrn Jesus Christus, einträchtig und mit einem Munde preist*).

Schon der Heiland hatte seine Jünger aufgefordert, sich zum Gebete zu vereinigen und versprach ihnen, in ihre Mitte zu kommen, um ihre Bitten zu unterstützen (Mt 18,20: *Denn wo zwei oder drei in meinem Namen versammelt sind, da bin ich mitten unter ihnen*). Gilt dieses von einer Versammlung von drei oder vier Personen, um wie vielmehr wenn eine große Menge sich versammelt, um Gott pflichtgemäß zu preisen. Der hl. Thomas erklärt, die Wirksamkeit des Gebetes sei dann "unfehlbar". *Impossibile est preces multorum non exaudiri si ex multis orationibus fiat quasi una. - Unmöglich ist es, dass die Bitten vieler nicht erhört werden, wenn aus vielen Gebeten quasi eines wird.* (Commentar. in Matth., c. XVIII) Wie ein Vater, der den Bitten eines seiner Söhne widersteht, sich erweichen lässt, sobald er sieht, dass alle seine Kinder dasselbe erbitten, ebenso kann unser Vater im Himmel der eigenartigen Gewalt nicht widerstehen, die das gemeinschaftliche Gebet einer großen Zahl seiner Kinder auf ihn ausübt.

[Vgl.: *Das Privatgebet gleicht Strohhalmen, die da und dort auf ein Feld hingestreut sind. Wenn man sie jedoch anzündet, ist das Feuer wenig ausgiebig. Sammelt man jedoch dieses verstreute Stroh, ist die Flamme mächtig und erhebt sich hoch zum Himmel hinauf: so ist es mit dem Gemeinschaftsgebet (Hl. Pfarrer von Ars)]*

Es ist also wichtig, dass die Christen sich oft vereinigen um gemeinschaftlich Gott anzubeten und andere Gebete zu verrichten. Zu diesem Zweck ruft die Kirche an Sonn- und Feiertagen zur heiligen Messe, die das vorzüglichste öffentliche Gebet ist, und zu anderen gottesdienstlichen Veranstaltungen.

Weil sie jedoch nicht täglich die Gläubigen sammeln kann, Gott aber Tag für Tag verherrlicht zu werden verdient, so erteilt sie ihren Priestern und ihren Ordensleuten den Auftrag, mehrmals am Tage dieser heiligen Pflicht des öffentlichen Gebetes nachzukommen. Das geschieht durch das **Breviergebet**, welches sie **nicht in ihrem persönlichen Namen, sondern im Auftrage der ganzen Kirche und für alle Menschen verrichten.** Darum ist es auch wichtig, dass sie sich dann ganz besonders mit dem großen Diener Gottes, dem Fleischgewordenen Worte, vereinigen, um mit ihm und durch ihn Gott zu verherrlichen und gleichzeitig um alle Gnaden zu bitten, deren das christliche Volk bedarf.

3. Das Vaterunser

Unter den Gebeten, die wir einzeln oder öffentlich verrichten, ist keines schöner als das, was uns der Heiland selbst gelehrt hat, das Vaterunser.

Wir finden darin eine sehr geschickt verfasste Einleitung, durch die wir **in die Gegenwart Gottes versetzt** werden: *Vater unser im Himmel*. **Will man beten, so muss man sich zu allererst Gott nähern**. Nun aber versetzt uns das Wort *Vater* unmittelbar in die Gegenwart desjenigen, welcher der beste Vater, der Vater des Wortes durch Zeugung, unser Vater durch Adoption ist. Der Gott der Dreifaltigkeit erscheint somit vor unserem Geist, derselbe Gott, der uns mit der gleichen Liebe umgibt, wie er seinen Sohn umfasst. Und, da dieser Vater im Himmel ist, d. h. allmächtig ist und die Quelle aller Gnaden, fühlen wir uns geneigt, ihn mit kindlichem, unbedingtem Vertrauen anzurufen, zumal wir zur Gottesfamilie gehören, alle Geschwister sind, da wir alle Gottes Kinder sind: *Vater unser*.

Dann kommt der eigentliche Gegenstand des Gebetes. Wir bitten um alles, was wir wünschen können, und zwar **in der Reihenfolge, wie es sich gehört**.

a) Vor allem um den **Hauptzweck**: die **Ehre Gottes**. *Geheiligt werde Dein Name* d. h. er werde für heilig gehalten und als solcher öffentlich erklärt.

b) Dann bitten wir um den **Nebenzweck**, die **Ausbreitung des Gottesreiches in uns**. Sie bereitet unseren Eintritt in das Himmelreich vor. *Zu uns komme Dein Reich*.

c) Bitten wir um das **wesentliche Mittel**, welches uns ermöglicht, diesen zweifachen Zweck zu erreichen, nämlich um die **Gleichförmigkeit mit dem göttlichen Willen**. *Dein Wille geschehe, wie Himmel so auch auf Erden*.

Daran reiht sich die Bitte um die **Mittel zweiten Grades** an, die den zweiten Teil des Vaterunsers bilden.

d) Das **positive Mittel**, *das tägliche Brot, das Brot für den Leib und das Brot für die Seele*. Beide sind zu unserem Unterhalte und Wachstum notwendig.

e) Die **negativen Mittel**, welche folgendes umfassen:

1. Die **Verzeihung der Sünde**, des einzigen, wirklichen Übels. Sie wird uns in demselben Maße zuteil, in welchem wir selbst anderen verzeihen
2. Die **Abwendung von Prüfungen und Versuchungen**, in denen wir unterliegen könnten.
3. Das **Fernhalten von physischen Übeln**, von Lebensnöten, insofern als diese ein Hindernis für unsere Heiligung sind.

Wie erhaben ist doch dieses Gebet, weil darin sich alles auf die Verherrlichung Gottes bezieht und weil es so einfach und für alle erfasslich ist! Obwohl wir nämlich Gott darin verherrlichen, bitten wir doch zugleich um alles für uns Nützliche. Das war der Grund, weshalb es die heiligen Kirchenväter und die Heiligen mit Vorliebe auslegten. Der Katechismus des Konzils von Trient enthält deshalb auch eine lange und ausführliche Erläuterung dazu.