

## Grundvollzüge des Gebetes nach Aussage des Weltkatechismus

Kommentar zu §§ 2697 - 2758

(Radiosendung am 15. Januar 2018)

Papst Johannes Paul II. bezeichnete den Weltkatechismus als die »reifste und vollendetste Frucht der Lehre des Konzils«, während Hans Küng ihn als ein »Jahrhundertfiasko« ausgab. Selbst Cardinal Ratzinger, der als Präfekt der Glaubenskongregation letztlich die Verantwortung für dieses Werkes trug, war zu Beginn eher zurückhaltend, als er es kaum für möglich hielt, für die ganze Weltkirche derart umfassend den Glauben darzustellen, seien heutzutage doch die Voraussetzungen und Kulturen zu unterschiedlich, als daß sich ein gemeinsamer theologischer Nenner finden ließe; außerdem sei derart kurz nach dem Konzil noch nicht der rechte Zeitpunkt gekommen für eine solche umfassende zeitgemäße Darstellung des Glaubens.

Kurz ein Wort zur Entstehungsgeschichte des Weltkatechismus. Seine Erarbeitung wurde von Papst Johannes Paul II. angeordnet, und zwar unter Bezugnahme auf die außerordentliche Weltbischöfssynode von 1985, die aus Anlaß des Konzilabschlusses vor 20 Jahren stattfand. Die Katechismuskommission tagte unter Vorsitz von Cardinal Ratzinger, ihr Sekretär war Cardinal Schönborn aus Wien. Schon recht bald einigte man sich auf Französisch als Umgangssprache. Insgesamt erhielt der Weltkatechismus 9 bzw. 10 Fassungen. Der endgültige Text wurde am 11. Oktober 1992 promulgiert. Die Erstausgabe war auf Französisch, es folgte eine lateinische Fassung als verbindliche Ausgabe (1997). In 10 Jahren wurden 8 Millionen Exemplare verkauft in 50 Sprachen, in Frankreich stand der Weltkatechismus sogar ein halbes Jahr lang auf der Bestsellerliste. 2003 folgte ein Kurzkatechismus und 2005 ein Volkskatechismus. Zunächst und vor allem ist der Weltkatechismus an die Bischöfe auf dem ganzen Erdenrund gerichtet und nicht schon gleich an die Gläubigen oder Pfarrer; zudem will er regionale Katechismen nicht ersetzen, sondern zu diesen ermuntern, vor allem für die verschiedenen Altersstufen.

Das Anliegen, welches Papst Johannes Paul II. mit einem Weltkatechismus verfolgte, war eine Erneuerung im Glauben wie damals im 16. Jahrhundert, als der Catechismus Romanus herausgegeben wurde. Dem Weltkatechismus geht es also um eine Unterweisung im römisch-katholischen Glauben. Mit einer solchen »Darlegung des Glaubens der Kirche und der katholischen Lehre, wie sie von der Heilige Schrift, der apostolischen Überlieferung und vom Lehramt der Kirche bezeugt oder erleuchtet wird,« sollte in unserer Zeit neu die Schönheit des Glaubens in seiner inneren Leuchtkraft zum Vorschein kommen. Die einzelnen Lehren der Kirche erhalten im Katechismus kein anderes Gewicht, als das sie schon besitzen; es wird also wiedergegeben, was Lehre der Kirche ist. Sollte einer den Weltkatechismus als ganzen ablehnen, würde er sich vom Glauben und der Lehre der Kirche distanzieren. In seiner organischen und synthetischen Gesamtdarstellung des katholischen Glaubens und Lebens ist der Weltkatechismus ein Mittelding zwischen Lehrkatechismus und Erwachsenenkatechismus, er will nämlich im Glauben unterweisen und zugleich tiefer in ihn eindringen lassen. Der Weltkatechismus basiert auf vier thematischen Säulen, den Grundfragen des Glaubens: Was glauben wir? (Credo), Was feiern wir? (Sakramente), Wie leben wir? (Gebote), und: Wie beten wir?« (Vaterunser). Dem Credo sind 39% gewidmet, 23% den Sakramenten, 27 % den Geboten und 11 % dem Herrengebet.

Cardinal Newman schreibt über den Inhalt des Glaubensgutes und seine Überlieferung: »Es ist das, was dir anvertraut worden ist, nicht das, was du entdeckt hast; was du empfangen hast, nicht was du ausgedacht hast; nicht Sache der Schlaueit, sondern der Lehre; nicht des privaten Gebrauchs, sondern der öffentlichen Überlieferung.« So werden im Weltkatechismus die zentralen Themen des katholischen Glaubens nach dem Leitsatz der »*hierarchia veritatum*« (UR 11) prägnant und vollständig vorgestellt, aber immer hingeordnet auf die Mitte des Glaubens. Dazu führt der Weltkatechismus die Lehrtradition der Kirche an, wobei die Texte des II. Vatikanum das am häufigsten zitierte kirchenamtliche Dokument darstellen. Kontroverstheologische Themen bleiben im Weltkatechismus eher am Rande der Überlegungen.

Der Weltkatechismus wählt bewußt einen *heilsgeschichtlichen Ansatz*, bei dem die Aussagen über die Trinität und Christus wie zwei Brennpunkte einer Ellipse angeordnet sind. Die Theologie der Mysterien des Lebens Jesu, die recht ausführlich entfaltet wird, wird als *das* Mysterium des Glaubens überhaupt ausgegeben: »Im Leben Jesu ist alles Zeichen seines innersten Geheimnisses« (§ 515), von den Windeln bis zum Grabtuch. Denn alles im Leben Jesu offenbart das innergöttliche Geheimnis, über das es in der Einleitung heißt: »Gott ist in sich unendlich vollkommen und glücklich. In einem aus reiner Güte gefaßten Ratschluß hat er den Menschen aus freiem Willen erschaffen, damit dieser an seinem glückseligen Leben teilhabe.« Im Kommen des eingeborenen Gottessohnes und in seinem Erlösungswerk erfüllt sich der ewige Heilsplan Gottes. Aus dem Glauben an den dreieinen Gott entfaltet der Weltkatechismus alle weiteren Grundinhalte des Schöpfungsglaubens, der Liturgie wie auch des Gebetes. Das Ziel aller Katechese wird darin gesehen, den Gläubigen in die Lebenseinheit mit Christus zu bringen und ihnen neue Wege zu eröffnen, auf daß sie Anteil erhalten am dreifaltigen Leben. Hierzu wird markant der Primat der Gnade betont: Ohne die Sakramente sind Gottes Gebote nicht erfüllbar.

Die Weise der Darlegung im Weltkatechismus ist bezeichnend: Es werden weniger aktuelle Theologen zitiert, wohl aber die Heiligen der Universalkirche, und zwar meistens am Schluß des jeweiligen Kapitels. Da der katholische Glaube auf die Grundfragen unserer Zeit die ihm eigene Antwort zu geben hat, werden zahlreiche aktuelle Probleme unserer Welt angesprochen wie Gentechnik, Reproduktionsmedizin, Organtransplantation, Sterbehilfe, Medienethik und die humane Bindung der Forschung. Selbst die Frage der Theodizee bleibt nicht ausgespart, ausgehend von der These: »Es gibt kein Element der christlichen Botschaft, das nicht auch Antwort auf das Problem des Bösen gibt« (§ 309). Zudem möchte der Weltkatechismus als Nachschlagewerk für Menschen anderer Religionen dienen, die sich über den Glauben der katholischen Kirche verbindlich und sachgerecht informieren wollen.

## KOMMENTAR ZU DEN AUSFÜHRUNGEN ÜBER DAS GEBET (§§ 2697 - 2758)

Das letzte Kapitel des Weltkatechismus wendet sich dem Gebet zu. Jean Corbon, ein maronitischer Priester und syrisch-katholischer Theologe der Ostkirche, der an den Universitäten Beirut und Kaslik lehrte, verfaßte die wesentlichen Ausführungen dieses Kapitels über das Gebet teils in einem Keller des belagerten Beirut, als der Krieg damals im Libanon tobte. Das Kapitel über das Gebet ist das persönlichste, und vielleicht sollte der Leser mit der Lektüre dieser Ausführungen beginnen, denn hier findet er das innere Herz des Weltkatechismus und erhält zahlreiche Hilfen für sein eigenes

Leben im Glauben, besonders in geistlicher Hinsicht. Ausgangspunkt der Überlegungen ist, daß das Gebet eine Gabe Gottes ist: »Gott dürstet danach, daß wir nach ihm dürsten« (§ 2560); doch ebenso ist Beten menschlich, es entspricht dem tiefsten Verlangen des Menschen. Sein Gebet ist keine Kunst, die er sich selbst aneignet, vielmehr ist sein Gebet »nur« Antwort auf den, der längst schon in ihm betet und wirkt.

Da in diesem Schlußkapitel des Weltkatechismus mehr oder weniger alle Grundthemen des Gebetslebens in geistlicher wie praktischer Hinsicht angesprochen werden, wollen wir uns nur auf diesen kleinen Ausschnitt beschränken, nämlich auf die Seiten 677 bis 690 der deutschen Ausgabe mit den Paragraphen 2697 - 2758, wo unmittelbar die praktischen Vollzüge des »Gebetslebens« behandelt werden.

Die Gnade der christlichen Berufung, so betont der Weltkatechismus, hängt vom Gebet ab: »Das Gebet ist das Leben des neuen Herzens« (§ 2697). Ohne Gebet gibt es kein Leben mit Gott, ebensowenig einen Dienst am Menschen (§ 2744), denn »getrennt von Mir könnt ihr nichts vollbringen« (Joh 15,5). Auch wenn es das Schwerste ist, das im Leben mit Gott eingeübt wird, bleibt das Gebet so notwendig wie die Luft zum Atmen. Deshalb fordert der Apostel seine Gemeinde auf: »Betet ohne Unterlaß! [...] Denn das will Gott von euch in Christus Jesus« (1 Thess 5,17).

Die Schwierigkeiten mit dem Gebet sind nicht zu überwinden, sie bleiben ein Leben lang. Darum darf das Beten keinem Zufall überlassen bleiben oder bloß zeitweise vollzogen werden (§ 2743). Das Gebet verlangt eine Ordnung (§ 2742), vor allem der Stille und Abgeschlossenheit, denn das Gebet ist nicht unter allen Bedingungen möglich oder gleich möglich. Für den, der mitten in der Welt leben muß, stellt sich aber die Frage, wie er im Alltag des Glaubenslebens den Weg des Gebets und seiner vielfältigen Möglichkeiten finden und einüben kann (§ 2697 - 2699).

#### Artikel 7: Formen des Gebetes (§§ 2700 - 2724)

Weil Leben und Gebet eine Einheit bilden, lernt nicht beten, wer sich Gebetsmethoden und fromme Bücher aneignet, sondern wer bereit ist, sein ganzes Leben auf Gott hin einzustellen, also »umzukehren«. Das Gebet ist nicht etwas Zusätzliches im Tagesablauf oder gar eine Technik geistlichen Lebens, sondern Ausdruck der Lebenshingabe an Gott. So befruchten und vertiefen sich Gebet und Leben gegenseitig: Die Sehnsucht nach Gott drängt zum Gebet, und das Gebet vertieft die Sehnsucht nach Gott (§ 2700), wie Augustinus ausführt: »Deine Sehnsucht selbst ist dein Gebet; und wenn es eine unaufhörliche Sehnsucht ist, so ist es auch ein unablässiges Gebet« (En. in ps. 37,14). In § 2697 heißt es weiterhin: »Das Gebet ist das Leben des neuen Herzens. Es muß uns immerzu beseelen. Wir vergessen aber den, der unser Leben und unser Alles ist. Darum bestehen die geistlichen Väter im Anschluß an das Buch Deuteronomium und die Propheten auf dem Gebet als einer 'Erinnerung an Gott', einem häufigen Wachrufen des 'Gedächtnisses des Herzens'. 'Man soll sich häufiger an Gott erinnern als man atmet' (Gregor v. Nazianz, or. theol. 1,4). Aber man kann nicht 'jederzeit' beten, wenn man nicht zu gewissen Zeiten bewußt betet. Diese Augenblicke sind dann in ihrer Tiefe und Dauer Höhepunkte christlichen Betens.«

Das Gebet vertieft sich, sobald der Mensch sich immer mehr auf Gott hin ausrichtet, und zwar in all seinen Lebensbereichen und -vollzügen. Damit dies gelingt und man im Gebet zunehmend die Nähe Gottes erfahren kann, muß der Beter sein ganzes Leben Tag für Tag in eine äußere und innere

Ordnung bringen (weshalb die Mönche ihr Leben einer »Regel« unterwerfen). Es ist für das Gebet nicht gleichgültig, wie man mit seinen Mitmenschen zusammenlebt, ob man sich dem Neid, dem Zorn, der Habsucht überläßt, ob man alles sagt, was einem auf die Zunge kommt; es ist nicht gleichgültig für das Gebet, wie man schläft, wie man ißt, wie man sich erholt. Vor allem die Sünde ist ein bzw. das Haupthindernis auf dem Weg zum Gebet; sie trennt von Gott, sie macht den Menschen blind. Hierzu führt § 2745 aus: »Beten und christliches Leben lassen sich nicht trennen. Denn es handelt sich hier um dieselbe Liebe und denselben Verzicht, der aus der Liebe hervorgeht; um dieselbe kindliche und liebende Gleichförmigkeit mit dem liebenden Ratschluß des Vaters; um dieselbe verwandelnde Vereinigung im Heiligen Geist, die uns Christus Jesus immer mehr gleichgestaltet, und um dieselbe Liebe zu allen Menschen, mit der Jesus uns geliebt hat. 'Dann wird euch der Vater alles geben, um was ihr ihn in meinem Namen bittet. Dies trage ich euch auf: Liebt einander!' (Joh 15,16-17). 'Unablässig betet, wer sein Gebet mit Taten, und Taten mit Gebet verbindet. Nur so können wir der Ansicht sein, daß sich der Grundsatz, jederzeit zu beten, verwirklichen läßt.' (Origenes, or. 12).«

Die Suche nach einer Ordnung des Betens, nämlich wie und was überhaupt zu beten ist, erhält aus dem Alltagsleben die entscheidenden Kriterien. Weil nach einem Wort von Origenes das »kleine Gebet«, nämlich die einzelnen Gebetszeiten, Ausdruck des »großen Gebetes«, nämlich unseres Lebens sein soll, gilt es, bei der Wahl der Gebete die rechten und mit dem eigenen Leben übereinstimmenden Gebete zu wählen. Es sollen nicht irgendwelche Gebete »absolviert«, sondern jene Gebete zu Wort gebracht werden, die Ausdruck des Lebens und der augenblicklichen Situation sind. Dazu gehören die Gebete, in die der Beter sich »hineinleben« möchte; es handelt sich hier um »Zielgebete«: Spricht der Beter zu Gott: »Mach mit mir, was du willst!«, hat er vielleicht noch nicht die volle Bereitschaft zur Hingabe erreicht, aber er kann auf dieses Ziel hin beten, um sich so immer mehr in sie hineinzuleben. Das Wachstum im Gebet besteht darin, Gott auf immer einfachere, natürlichere und darum tiefere Weise zu begegnen. Hier bleibt das Gebet »Mittel«, es ist nicht Ziel. Der letzte und alles entscheidende Prüfstein wörtlichen Betens ist, ob es die Kraft hat, das Leben des Beters auf Gott hin zu öffnen und ihm näher zu bringen.

Aus der inneren Einheit von Gebet und Leben, von »kleinem« und »großem« Gebet, ergeben sich wichtige Hilfen für die Gestaltung des Gebetes im Alltag. Was zunächst die Weise des Betens betrifft: Sie ist recht gewählt, sobald sie hilft, intensiver in der Gegenwart Gottes zu leben. Dem dienen alle geistlichen Übungen, die Ignatius von Loyola in seinem Exerzitienbuch näher bestimmt mit den Worten: »So wie Spaziergehen, Marschieren und Laufen körperliche Übungen sind, gleicherweise nennt man geistliche Übungen jede Art, die Seele vorzubereiten und dazu bereit zu machen, alle ungeordneten Neigungen von sich zu entfernen, und nachdem sie abgelegt sind, den göttlichen Willen zu suchen und zu finden in der Ordnung des eigenen Lebens zum Heil der Seele« (Exerzitienbuch Nr. 1).

Geistliche Übungen wollen mehr als das bloße Absolvieren eines - geistlichen - Programms sein. Eine Gebetsübung erklärt sich aus keiner Pflicht, sondern einzig und allein aus der Verheißung, die mit der Übung verbunden ist, so daß eine geistliche Übung nur so lange sinnvoll ist, als mit ihr gute Erfahrungen verbunden sind: Freude, Freiheit, Trost und neues Leben. Die geistliche Übung ist ein Akt der Hoffnung, daß nämlich ähnliche, neue und positive Erfahrungen möglich werden, sich wiederholen und vertiefen. Umgekehrt gilt, daß keine Übung eingehalten bzw. eingeübt werden soll, wenn sie bloß unter dem Druck von Autorität und Pflicht steht (vgl. § 2707).

Der »Nutzen« eigenen Betens wird dem Einzelnen zuteil, sobald er betend zu dienen bereit und nicht auf das Seine bedacht ist (1 Kor 13,5), sondern von Gott sich alles geben läßt - für die anderen. Denn in ihnen will er Gott finden, weiß er doch, daß hinter ihnen Christus steht, der sich für sie in den Tod gegeben hat. Sobald der Beter im Mitmenschen das Antlitz Gottes entdeckt, erkennt er dies als Frucht seines Gebetes, was sein weiteres Beten befruchten wird.

Der Erfahrungsweg einer geistlichen Übung baut auf bereits gemachten (eigenen oder durch die Tradition vermittelten) Erfahrungen auf und appelliert an die Sehnsucht nach wachsender Erfahrung. Für diesen Weg gilt das Grundgesetz: sich nicht übernehmen, aber alle Mittel und Chancen nützen, die zu einem weiteren Schritt auf dem Weg der Freude im Glauben drängen. Im Katechismus werden drei Formen des Gebetes unterschieden (§§ 2700 - 2724), über die es in § 2699 heißt: »Der Herr führt alle Menschen auf den Wegen und auf die Weise, die ihm gefallen. Jeder Gläubige antwortet ihm nach dem Entschluß seines Herzens und mit den persönlichen Ausdrucksformen seines Betens. Die christliche Überlieferung pflegt jedoch drei Hauptausdrucksformen des Gebetslebens: das mündliche, das betrachtende und das innere Gebet. Die Sammlung des Herzens ist ihr gemeinsamer Grundzug. Die Wachsamkeit, die das Wort Gottes bewahrt und in seiner Gegenwart bleiben läßt, macht aus jenen drei Ausdrucksformen Höhepunkte des Lebens aus dem Gebet.« Gehen wir diesen drei Gebetsformen im einzelnen nach:

#### I - Mündliches Gebet (§§ 2700 - 2704)

Gebetsworte sind wie »Rettungsanker«, die im oft reißenden Lebensstrom Stand geben (vgl. § 2700). Solches gilt vor allem für das Herzensgebet, das im Atemrhythmus innerlich gesprochen wird: »Herr Jesus Christus, Sohn des lebendigen Gottes, erbarme dich meiner!« Weil christliches Gebet aus der Sehnsucht des Herzens kommt, wird jene Gebetsweise zuträglich sein, die am meisten dem Verlangen nach Gott entspricht und die unsere eigenen Empfindungen zum Ausdruck bringt. Hierbei bedarf es keiner großen Gefühlsergüsse und auch nicht langer, ermüdender Gebetszeiten; es genügt ein kurzes Gebet (Stoßgebet), das tagsüber wiederholt wird. Solche Gebetsformeln helfen, in Versuchungen standzuhalten, und holen den Geist aus allen Zerstreuungen zurück, lassen ihn zur Ruhe kommen und in der Gegenwart Gottes verweilen.

Daß ein solches Stoßgebet eine enorme Kraft besitzt, zeigt ein Beispiel aus dem Leben: Wer in einer Familie lebt und schwere Arbeit zu erledigen hat, kommt zuweilen völlig erschöpft nach Hause. Würde er nun gefragt: »Liebst du mich?«, bekäme er die Antwort: »Ja, ganz gewiß!« Fragt der andere weiter: »Liebst du mich wirklich jetzt in diesem Augenblick?«, müßte er ehrlicherweise gestehen: »Nein, ich fühle nichts als Rückenschmerzen und meinen erschöpften Körper.« Dennoch hat er recht, wenn er sagt: »Ich habe dich gern«, denn er weiß, trotz seiner Erschöpfung ist seine Liebe in ihm lebendig. In diesem Sinn sind die mündlichen Gebete unersetzbar, selbst wenn einer im Gebet schon fortgeschritten ist (§ 2704).

Jesus selbst lehrt uns das mündliche Gebet. Er, der geliebte Sohn des Vaters, betet als Gott und als Mensch, wenn er das »Vaterunser« lehrt. Hier ist das mündliche Gebet keine Angelegenheit mehr bloß zwischen Mensch und Gott, vielmehr betet hier Gott selbst zu Gott, wie im innertrinitarischen »Gebet« jede der göttlichen Personen die andere um die Verwirklichung dessen bittet, was ihr gemeinsamer Wille ist. An der gegenseitigen Anbetung der drei göttlichen Personen haben die Jünger Christi Anteil erhalten, »damit sie eins sind wie wir« (Joh 17,11), »ich in ihnen, du in mir«

(V. 23).

Wie Jesus betet, hat noch nie ein Mensch gebetet; in ihm gewinnt erstmals das Gebet seine vollkommene Gestalt und seinen vollendeten Sinn. Im Gebet erhält der Beter Anteil an dem, was Gott selbst ist, und zwar durch den Heiligen Geist, den der Auferstandene jedem, der an ihn glaubt, verheißen hat und der in die innigste Vereinigung mit dem Auferstandenen führt. Das Spezifikum christlichen Betens ist also, daß es sich trinitarisch vollzieht. Die Überlegungen zum mündlichen Gebet enden mit dem wichtigen Hinweis in § 2704: »Weil das mündliche Gebet nach außen gerichtet und so vollkommen menschlich ist, ist es in erster Linie ein Gebet des Volkes. Aber auch das innerliche Beten darf das mündliche Gebet nicht vernachlässigen. Das Gebet wird in dem Maß innerlich, in dem wir uns bewußt werden, 'zu wem wir sprechen' (Theresia v. Jesus, cam. 26). Damit wird das mündliche Gebet zu einer ersten Weise inneren Betens.«

## II - Betrachtendes Gebet (§§ 2705-2708)

Der Katechismus führt als Formen des betrachtenden Gebetes an: »die Heilige Schrift, besonders die Evangelien, Ikonen, die für den Tag vorgesehenen liturgischen Texte, die Schriften der geistlichen Väter, das geistliche Schrifttum, das große Buch der Schöpfung und jenes der Geschichte, besonders die Seite, die heute aufgeschlagen ist« (§ 2705). Da alle Dinge dieser Welt in Gott gedacht und geschaffen sind, können sie zu einem Gegenstand des Gebetes werden. Christliches Beten vollzieht sich also nicht abstrakt, losgelöst von den irdischen Wirklichkeiten menschlichen Lebens, denn diese erhalten erst in und mit Christus ihre letzte Vollendung. Ergänzend heißt es in § 2706 als Folgerung für das betrachtende Beten: »Über Gelesenes nachsinnen heißt, diesem begegnen und es sich aneignen. So wird das Buch des Lebens aufgeschlagen: Dies ist der Übergang von den Gedanken zur Wirklichkeit. Der Demut und dem Glauben entsprechend werden darin die Bewegungen des Herzens wahrgenommen und beurteilt. Man muß die Wahrheit tun, um zum Licht zu kommen. 'Herr, was willst du? Was soll ich tun?'« Gegenüber dieser Frage relativiert sich die Bedeutung verschiedener Methoden: »Die Methoden betrachtenden Gebetes sind so unterschiedlich wie die geistlichen Lehrer. Ein Christ soll regelmäßig meditieren. Andernfalls gleicht er dem Weg, dem felsigen oder dem dornenüberwachsenen Boden aus dem Gleichnis vom Sämann. Eine Methode aber ist nur ein Führer« (§2707). Letztentscheidend ist, mit dem Heiligen Geist auf Christus Jesus als dem einzigen Weg des Gebetes, voranzuschreiten.

Die Tradition der Kirche mißt einer Übung des Gebets eine besondere Bedeutung auf dem geistlichen Weg zu, nämlich der geistlichen Lesung (»lectio divina«). Das lateinische Wort »lectio« ist kein eindeutiger Begriff. Es kann den Akt des Lesens wie auch den gelesenen Text bezeichnen. In diesem letzten Sinn muß der Terminus Lectio divina/Geistliche Lesung verstanden werden: gemeint ist der von Gott inspirierte Text, die Heilige Schrift.

Das Studium der Bibel (vacare lectioni) ist bei den Vätern eins mit der Begegnung mit Gott (vacare Deo): Wer leer und offen ist für das Wort der Schrift, ist innerlich frei und leer für Gott, denn wer die Bibel öffnet, begegnet im Wort der Heiligen Schrift Gott. Der Beter sucht ja die Einsamkeit nicht um ihrer selbst willen. Abgeschlossenheit und Stille sind keine Zeiten der Leere und des Nirwana, sondern bereiten den Beter für die Begegnung mit Gott. Statt auf sich selbst zurückzufallen, sucht der Glaubende in der Einsamkeit die Offenheit für den Ruf Gottes, der im Lesen der Heiligen Schrift an ihn ergeht. Hier fordert Gregor der Große den Beter auf: »Entdecke das Herz Gottes im Wort

Gottes« (ep. 4,31).

Weil die Geistliche Lesung die tägliche Nahrung für den Alltag ist, haben viele geistliche Schriftsteller diese Übung bedacht. Ursprünglich bezeichnete der Ausdruck »lectio divina«, wie schon hervorgehoben, keine Tätigkeit, sondern eine Sache, nämlich den Text selbst; der Begriff ist hier synonym mit »Heiliger Schrift« (sacra pagina). Das Eigenschaftswort »divina« bezieht sich auf das, »was von Gott kommt«. Bis ins Mittelalter bleibt die »lectio divina« ein Studium der Heiligen Schrift, das in das Alltagsleben des Einzelnen integriert und unmittelbar auf die »Gottese Erfahrung« hingeordnet ist. In der Betrachtung des geistlichen Textes wird der Leser derart von Gott angerührt, daß seine eigenen Gedanken und Worte verklingen und von Gott in ein tiefes Schweigen geführt werden; keiner kann sich ja Gottes bemächtigen.

Bei allen Formen des betrachtenden Gebets, die der Katechismus anführt, gilt, daß der Beter nicht in abwartende Passivität gerät und unbeteiligter Zuschauer bleibt; vielmehr gehen im Ineinander von Wort Gottes und Antwort des Menschen beide, Gott und Beter, in gleicher Weise aufeinander zu. Im betrachtenden Hören und Schauen auf den Herrn wird der Beter schweigend Gottes Wort in seinem Herzen bewahren und erwägen (vgl. Lk 2,19), um mit dem eigenen Leben am Mysterium des Herrn teilhaben zu können (§ 2724).

### III - Inneres Gebet (§§ 2709 - 2719)

Über das innere Gebet heißt es in § 2709: »Was ist inneres Gebet? Die hl. Theresia von Jesus antwortet: 'Meiner Ansicht nach ist das innere Gebet nichts anderes als ein freundschaftlicher Umgang, bei dem wir oftmals ganz allein mit dem reden, von dem wir wissen, daß er uns liebt' (vida 8,5). Das innere Gebet sucht den, 'den meine Seele liebt' (Hld 1,7).«

Das innere Gebet führt in die Freude und Zuversicht, die aus der Erfahrung geschenkt wird, daß »der Herr nahe ist« (vgl. Phil 4,5), so daß das eigene Gebet mit dem Psalmendichter zu einem Lobpreis auf Gott wird: »Mein Herz und mein Leib freuen sich dem lebendigen Gott entgegen« (Ps 84,3). Indem sich der Beter innerlich mit dem Beten Jesu vereinigt, läßt sein inneres Gebet ihn am Leben mit Gott teilhaben; ein solches Gebet steht in unmittelbarer Nähe zur Eucharistie: »Das Mysterium Christi wird von der Kirche in der Eucharistie gefeiert; im inneren Gebet läßt es der Heilige Geist aufleben, damit es durch die tätige Liebe offenbar werde« (§ 2718). Die Teilnahme am Gebet Jesu ist die Voraussetzung für die Erkenntnis und das Verstehen der Person Jesu, bedarf es doch bei jeder Erkenntnis einer Angemessenheit des Erkennenden zum Erkannten. Wer also am Gebet Jesu teilnimmt, hat Gemeinschaft mit ihm; so gehen Kirche und Eucharistie aus dem Gebet Jesu hervor.

Der Christ wirkt nicht neben oder außerhalb Christi, sondern immer als Glied seines Leibes, vom Haupt des Leibes bewegt. So wandelt sich das Wort des Apostels: »Nicht mehr ich lebe, Christus lebt in mir« (Gal 2,20) zu der Erfahrung im Gebet: »Nicht ich wirke, Christus wirkt in mir.« Hier erkennt der Christ, zu welcher Größe und Würde vor Gott er durch das Geschenk der Taufgnade berufen ist. Dabei steht das innere Gebet, wie schon angedeutet, in engem Zusammenhang mit der Eucharistie, wozu § 2711 bemerkt: »Der Eintritt in das innere Gebet ist der Eröffnung der Eucharistiefeier vergleichbar: Unter dem Antrieb des Heiligen Geistes 'sammeln' wir unser Herz und unser ganzes Wesen, leben wir bewußt in der Wohnung des Herrn, die wir selbst sind, und beleben wir den Glauben, um in die Gegenwart dessen einzutreten, der uns erwartet. Wir lassen unsere Masken

fallen und wenden unser Herz wieder dem uns liebenden Herrn zu, um uns ihm als eine Opfergabe, die gereinigt und verwandelt werden soll, zu übergeben.«

Unser Herz erfreut sich nicht immer der Nähe Gottes. In Augenblicken, da Gottes Ferne und Abwesenheit erfahren werden, scheinen alle Versuche zu scheitern, die Freude neu zu beleben. Denn der lebendige und vertraute Gott wird nicht mehr gesehen; er scheint tot zu sein. Sobald der Beter die Heilige Schrift liest, scheint diese nur noch zu schweigen, sie sagt ihm nichts mehr. Darüber wird die stille Zeit zu einer lästigen Pflichtübung und bleibt ohne »Erfolg«; auch die Feier der Eucharistie läßt unbeteiligt, Gottes Worte schmecken fad oder bitter, nichts zeugt mehr von seiner Güte und Liebe (§§ 2710; 2717f.). In § 2719 wird hierzu ausgeführt: »Das innere Gebet ist eine Gemeinschaft der Liebe. Es trägt Leben für viele in sich, wenn es einwilligt, in der Nacht des Glaubens zu verharren. Die österliche Auferstehungsnacht wird durch die Nacht der Todesangst und jene des Grabes vorbereitet. Diese drei Nächte prägen die Stunde Jesu. Der Geist Jesu, und nicht das 'Fleisch, das schwach ist', läßt diese Stunde im inneren Gebet verbringen. Es gilt, 'eine Stunde' mit ihm zu wachen. Eine solche Zeit der Dunkelheit kann lange dauern (Therese von Lisieux wurde von ihr bis in den Tod hinein begleitet), auch wird sie je nach dem geistlichen Zustand eines Menschen von verschiedener Intensität sein. Das Leben der Heiligen zeigt, daß je näher einer bei Gott ist, er umso mehr von Gottes überhellem Licht geblendet sein kann. Dabei erfährt der Christ, daß er nicht aus eigenem Antrieb und Wollen betet, sondern vom Gebet eines Anderen getragen ist, den er selber nicht fassen kann, um den er jedoch ahnend weiß, weil er längst schon in ihm lebt - und betet.«

In der neunten Regel zur »Unterscheidung der Geister« gibt Ignatius von Loyola drei Hauptgründe an, warum ein Christ in Zeiten der Dunkelheit und Verlassenheit geführt wird. Diese drei Gründe enthalten wesentliche Erklärungsmöglichkeiten, warum Menschen von Gott in Zustände der Trostlosigkeit und Verlassenheit geführt werden können, nämlich weil der Mensch »lau, träge oder nachlässig« in den geistlichen Übungen geworden ist oder weil Gott ihn in seiner Treue und Ausdauer prüfen und ihm zeigen möchte, daß alles Beten »Gabe und Gnade Gottes, unseres Herrn« ist (Exerzitienbuch Nr. 329; §§ 2710 - 2715; 2726 - 2733). In solchen Zeiten der Prüfung gewinnt der Beter, wenn er dennoch ausharrt und weiterhin in allem auf Jesus schaut, ein »reines Herz«. Sein Gebet richtet sich nun weniger darauf, daß Gott verstehen möge, was der Beter von ihm erbittet, vielmehr möchte er selbst verstehen, was Gott von ihm will. Ein solches Gebet verlangt aber die Bereitschaft zu einer radikalen Umkehr, wie auch Christus nicht »sich selbst zu Gefallen gelebt« hat (Röm 15,3); doch indem er auf alles verzichtete, besaß er alles (vgl. 2 Kor 6,6-10).

Die Ausführungen enden mit einem kleinen Lobpreis auf das »innere Gebet«, das gleichsam die Krönung allen Betens ist: »Das innere Gebet ist das Gebet des Kindes Gottes, des Sünders, der Vergebung gefunden hat und gewillt ist, die Liebe, mit der er geliebt wird, zu empfangen, und sie durch noch größere Liebe zu erwidern'. Aber er weiß, daß seine Gegenliebe vom Heiligen Geist stammt, der sie seinem Herzen eingießt. Denn alles ist Gnade von Gott her. Das innere Gebet ist demütige und arme Hingabe an den liebenden Willen des Vaters in immer tieferer Vereinigung mit seinem geliebten Sohn« (§ 2712). »So ist das innere Gebet der einfachste Ausdruck des Mysteriums des Betens. Es ist ein Geschenk und eine Gnade, die nur in Demut und Armut empfangen werden kann. Das innere Gebet ist eine Beziehung des Bundes, die Gott in den Grund unseres Wesens gesenkt hat. Es ist eine Gemeinschaft, in der die heiligste Dreifaltigkeit den Menschen, das Abbild Gottes, sich 'ähnlich' gestaltet« (2713). Schließlich lesen wir in § 2714: »Das innere Gebet

ist der Höhepunkt des Betens überhaupt. In ihm rüstet uns der Vater durch seinen Geist mit Kraft aus, damit in uns der 'innere Mensch' gestärkt werde, Christus durch den Glauben in unseren Herzen wohne und wir 'in der Liebe verwurzelt und auf sie gegründet' seien (Eph 3,16-17).«

#### Artikel 8: Kampf des Betens (§§ 2725 - 2758)

Manchem wird das Gebet schon allein dadurch möglich, daß er den rechten Ort zum Beten findet. Nach Möglichkeit soll dieser Ort nicht häufig gewechselt werden, denn er hat seine Auswirkung auf das Gebet: Es ist etwas anderes, ob ich im Verborgenen des eigenen Zimmers bete oder in einer Kirche, und wieder etwas anderes, ob ich in der ersten Bank der Kirche bete oder in der »letzten« (vgl. Lk 18,13).

Der Raum der inneren Stille, die Grundvoraussetzung für das Beten ist, kann eine sehr unterschiedliche Gestalt annehmen, nämlich die des Schweigens, des Rosenkranzgebetes, des Jesusgebetes oder des Stundengebets; entscheidend ist, daß wir uns regelmäßig in dieses Übungsgeschehen hineinbegeben, ganz gleich, ob es unserer momentanen Stimmungslage entspricht oder nicht (§ 2742). Wiederholende Gebete fördern das ständige Gebet: »Einige davon sind tägliche Gebete, z.B. das Morgen- und das Abendgebet, das Gebet vor und nach den Mahlzeiten und das Stundengebet. Der Sonntag mit seiner Ausrichtung auf die Eucharistie wird besonders durch das Gebet geheiligt. Das Kirchenjahr mit seinen großen Festen ist das zeitliche Grundmaß im Gebetsleben der Christen« (§ 2698).

Wer einen unruhigen und ungeordneten Alltag hat, wird zur Stunde des Gebetes der gleichen Unruhe in sich begegnen. Wer also im Gebet zerstreut und unkonzentriert ist, muß sich fragen, ob er nicht in seinem täglichen Tun gesammelter zu leben hat: dann wird die Ordnung des Alltags zum gesammelten Gebet finden lassen (§ 2709). Hindern Gedanken und Leidenschaften am Beten, bleibt nichts anderes übrig, als zunächst das Gebet zu lassen und mit den auftauchenden Zerstreungen umzugehen.

Eine große Herausforderung auf dem geistlichen Weg sind die Zeiten der Glaubenskrisen, besonders in Zeiten des »Überdrusses«. Die Erfahrung der »Akedie«, wie die Tradition sie bezeichnet, wird jeder Beter einmal durchmachen. Sie führt nicht nur zu einem Nachlassen in den geistlichen Übungen, sondern stellt eine umfassende Krise dar, die das Glauben, Beten und Ertragen der eigenen Lebensweise nahezu unmöglich macht; darüber kommt es zu Trostlosigkeit und Verzweiflung, die lange anhalten können und vielleicht zu einer Lebensentscheidung drängen, die alles in Frage stellt (§§ 2732f.).

Wer in einer solchen Situation den Herrn aber »ohne Unterlaß« betrachtet, kommt von sich selber los und erfährt im Leben eine Wandlung, die von Gott gewirkt ist: »Wir alle spiegeln mit unverhülltem Angesicht die Herrlichkeit des Herrn wider und werden so in sein eigenes Bild verwandelt, von Herrlichkeit zu Herrlichkeit, durch den Geist des Herrn« (2 Kor 3,18). Ganz auf den Herrn ausgerichtet, wird sich im Beter eine tiefe Verwandlung vollziehen, die er mit keinerlei (asketischen) Anstrengungen hätte erreichen können (§ 2739).

In § 2752 heißt es über den geistlichen Kampf, den der Beter zu bestehen hat: »Das Gebet setzt ein Mühen und einen Kampf gegen uns selbst und gegen die List des Versuchers voraus. Der Kampf des Gebetes ist nicht vom 'geistlichen Kampf' zu trennen, der notwendig ist, um mit innerer Beständigkeit aus dem Geiste Christi zu handeln: Wir beten, wie wir leben, weil wir leben, wie wir

beten.« In § 2753 wird dies mit folgenden Worten konkretisiert: »Im Kampf des Gebetes müssen wir uns falschen Vorstellungen, verschiedenen gängigen Geisteshaltungen und der Erfahrung unseres Scheiterns stellen. Es ist angebracht, diesen Versuchungen, die den Nutzen oder die Möglichkeit des Betens in Zweifel ziehen, mit Demut, Vertrauen und Ausdauer zu widerstehen.«

Die Ausführungen über die Vollzüge des Gebetes enden im Katechismus (§§ 2746 - 2751) mit einem Hinweis auf das »Hohepriesterliche Gebet«, wie es im 16. Jh. der lutherische Theologe David Chytraeus bezeichnet hat: »Unser Hoherpriester, der für uns betet, ist auch der, der in uns betet; er ist der Gott, der uns erhört« (§ 2749). Jesus ist der wahre Hohepriester, der am Versöhnungstag seiner Kreuzigung der ganzen Welt die wahre Versöhnung bringt, für alle Zeiten, denn sein Leib (Hebr 10,5) ist der einzig wahre Tempel. In der Stunde (Joh 17) vor seinem heilbringenden Sterben heiligt Jesus sich für seine Apostel und schenkt die ihm eigene Heiligkeit den Seinen und der ganzen Welt: »In diesem Gebet offenbart und schenkt uns Jesus eine untrennbare 'Erkenntnis' des Vaters und des Sohnes (vgl. Joh 17,3.6-10.25). Diese Erkenntnis ist das Geheimnis des Gebetslebens« (§ 2751).

Der Christ wird sich besonders in die Schule der Liturgie geben, da er in ihr auf unüberbietbare Weise die Gegenwart des wahren Mittlers zu Gott, des ewigen Hohenpriesters, erkennt, der vor dem Gnadenstuhl seines Vaters unentwegt für die Seinen eintritt. In der Feier der Liturgie findet der Beter die Kraft, die scheinbaren Entfremdungen und Verfremdungen Gottes betend und voller Sehnsucht auszuhalten, in einem tiefen Schweigen und vielleicht in einer großen Einsamkeit. In solchem Gebet wird offenkundig, was ein Mensch erhofft. So enden die liturgischen Gebete mit den Worten »durch Christus unseren Herrn«, weil er der Ursprung aller begründeten Hoffnung im Glauben ist. Gerade mit dem Vaterunser, das er uns gelehrt hat, führt Jesus uns in die konkrete Einübung christlicher Hoffnung. Wer hingegen verzweifelt, wird nicht mehr beten können, weil er keine Hoffnung mehr hat. In das Gebet tritt nur ein, wer überzeugt ist, daß es »mehr als alles« gibt: Wer betet, lernt hoffen - und leben. Zeit seines Lebens wird der Christ bestrebt sein, sich immer mehr dem Gebet hinzugeben, um eines Tages, nämlich zur Stunde des Todes, sein Leben auf ewig an den zu »verlieren«, der immer schon das Innerste seiner selbst war; dann wird er auf ewig in jenes Gebet umgewandelt, in das er sich in seinem Leben anfanghaft eingeübt hat, dessen Lobpreis nun aber kein Ende nehmen wird. So sollen wir nicht ein Gebet haben oder sprechen, wir müssen inkarniertes Gebet werden und sein; dann wird unser ganzes Leben eine unablässige Liturgie sein: »Ich singe meinem Gott, solange ich lebe« (Ps 104,33).