
EDITORIAL

Gebet vereint und heilt

Im Gebet verbinden wir uns mit dem Himmel. Jede liebevolle Empfindung, jeder lichtvolle Gedanke, jedes gütige Wort und jede Tat aus Liebe ist Gebet. Das Beten ist eine Ur-Sehnsucht des Menschen und der Engel.

Die Engel verstärken die Gebetskraft der Menschen ins Himmlische und strahlen sie auf uns zurück. Gott sendet uns Seine Engel zu Hilfe, damit wir Ihn finden und nach bestandener Prüfung ewig wieder im Reiche Gottes wertvolle Mitarbeiter sein dürfen.

Die Ordensregel des heiligen Benedikt von Nursia lautet: Ora et labora – Bete und arbeite. Erst im Segen des Gebetes wird auch die Arbeit segensreich. Deshalb steht das Gebet am Morgen an erster Stelle und bildet im Dank an den Schöpfer auch den Abschluss des Tages.

Das Beten ist die absolute Grundlage jeder geistigen Entfaltung. Tägliches Gebet ist der Anfangs- und Zielpunkt unseres Aufstieges. Das Gebet schenkt grosse Bereicherung: Wir bringen unsere kleinen Gaben dar und Gott beschenkt uns mit Seinen himmlischen Gaben. Aus dem Gebet erwächst Geduld, Vertrauen, Mut, Ausdauer. Das Gebet formt unsere Empfindungen und unseren Geist. Es schenkt uns Herzenswärme und macht uns gütig und milde, zartfühlend und liebevoll. Das Gebet schafft Verbindung mit Gott. Es schenkt uns innere Stärke, wahre Freiheit, echte Freude und Inspiration.

Zum Gebet gehört eine innere Gestimmtheit. Es ist von Vorteil, wenn man vor dem Beten zur Ruhe kommt und dann im Bewusstsein zu beten beginnt, dass die Engel mit uns beten und die Göttliche Mutter uns ganz nahe ist.

Es gibt eine fast unbegrenzte Vielfalt des Betens. Unser Heiland fasste in den sieben Bitten des Vaterunsers das Wesentliche zusammen. Es lohnt sich, dieses Gebet Jesu zu meditieren und jede Bitte immer tiefer zu erfassen. Das Rosenkranzgebet ist ein Meditieren des Erlösungsweges. Der heilige Erzengel Gabriel wurde aus Gott zu einer Jungfrau gesandt. Ihr Name war Maria. Und er sprach die Worte: «Gegrüsst seist du, Gnadenvolle, der Herr ist mit dir. Fürchte dich nicht, Maria, denn du hast bei Gott Gnade gefunden. Siehe, du wirst empfangen und einen Sohn gebären. Dem sollst du den Namen Jesus geben. Er wird gross sein und der Sohn des Allerhöchsten genannt werden.» Immer und ewig hallen diese bedeutungsvollsten und schönsten Worte durch das ganze All. Mit dem Ja Marias: «Siehe, ich bin die Magd des Herrn. Mir geschehe nach deinem Worte», empfing sie den Erlöser der Menschheit. So werden im freudreichen Rosenkranz die ersten Lebensstationen Jesu ehrfurchtsvoll vor Augen geführt, im schmerzhaften wird Seiner Erlösungstat im Opfertod am Kreuz gedacht und im glorreichen Rosenkranz Sein Erlösungswirken an Maria und in der Aussendung des Heiligen Geistes an der ganzen Menschheit geehrt. Im Rosenkranz bitten wir Maria, die Mutter des Herrn und die Mutter aller Menschen, dass sie beim Vater für uns eintreten möge. «Der Rosenkranz ist die stärkste Waffe gegen das Böse», tat uns der Himmel immer wieder kund. Er wird bald von allen Christen zur Ehre Gottes zum Himmel steigen und grössten Segen bewirken.

Es gibt ungezählte, wohlgeformte Gebete. Doch ihr Wert hängt davon ab, mit welcher Innigkeit, also mit welcher Herzensliebe und Geistesstärke wir beten. Einfachste Gedanken, in Liebe aus dem Herzen gesprochen, bewirken oft mehr als lange Gebete, die wir herunterlesen oder auswendig daherleiern. Beten ist nicht einfach ein Sprechen mit den Lippen oder in unseren Gedanken. Beten sollte zu einer Lebenshaltung werden. Christus spricht vom Gebet ohne Unterlass. Damit ist gemeint, das ganze Leben in die Hände Gottes zu legen und in Gedanken, Worten und Werken immer das Gute zu wollen und zu vollbringen. Dieses Gebet bedarf dann keiner Worte mehr. Es ist zur Tat geworden und die Verbindung mit Gott besteht allezeit.

Zum Gebet gehört auch die Aufopferung. Wir erfüllen alle unsere Pflichten aus Liebe zu Gott. Selbst Schmerzen, Krankheit und schweres Schicksal nehmen wir an und tragen es in der Liebe zu Jesus, der uns in allem Vorbild ist. Eine nochmalige Steigerung ist das Sühnen. Sehr starke Seelen kann Gott dazu erwählen, dass sie Not, Schmerz und Leid am eigenen Körper tragen zur Errettung anderer Seelen.

Wenn du ein religiöses Bild betrachtest, wenn du jemandem ein liebes Wort schenkst, eine Aufmunterung, einen freundlichen Gruss, dann ist dies auch Gebet, denn du erkennst im Mitmenschen deinen Bruder, deine Schwester, das Kind Gottes. Auch die Freude an der Schöpfung Gottes, an Tieren, Pflanzen, Bergen, Flüssen und Tälern kann eine Gott dankende und damit betende Stimmung hervorrufen.

In den ersten Jahrhunderten nach Christus haben die Wüstenväter ein besonderes Beten entwickelt: Das Ruhegebet. Es werden ein Satz oder gar nur wenige Worte in entspannter Körperhaltung innerlich in grosser Ruhe etwa 15 Minuten wiederholt. Über Jahre wird täglich mit dem gleichen Wort meditiert. Dabei stellt sich eine immer tiefere Gottverbundenheit ein.

Das alles übersteigende Gebet aber ist die ehrfurchtsvolle Teilnahme an der heiligen Eucharistie. In jeder heiligen Messe wird geistigerweise die Erlösungstat Jesu am Kreuz Gegenwart, Wirklichkeit. Dabei wird auch Sein Opfer von neuem an uns und der ganzen Menschheit zur erlösenden Kraftquelle. Wir stehen mit Maria und Johannes unter dem Kreuz. Wir erleben die Erfüllung Seiner Bitte: «Vater, vergib ihnen, denn sie wissen nicht, was sie tun.» Wir sind dabei bei Seiner Auferstehung und dürfen den Auferstandenen Gottessohn am Tische des Herrn, sichtbar im verwandelten Brot, in unser Herz aufnehmen. Dies ist das Geheimnis des Glaubens, das wir so oft wie möglich betend miterleben sollten und dem Vater aufopfern für das Heil vieler Menschen, welche den Wert des heiligen Messopfers noch nicht kennen, und zur Errettung der Armen Seelen.

St. Michael sprach am 17. Oktober 1982: «Seid beharrlich im Beten, wie die Heiligen beharrlich waren. Seid fromm im Beten. Es sollen nicht nur die Lippen beten. Das Herz muss dabei sein. Und wenn das Herz dabei ist, so könnt ihr

auch ausführen, wofür ihr betet. Oft ist der Mensch viel zu zerstreut. Er kann nicht mehr andächtig beten, nicht mehr ein inneres Gebet führen. Zu viele Gedanken kommen von der Aussenwelt. Doch dann verzweifelt nicht und saget immer wieder: Herr, lehre Du mich beten. Ja, Herr, lehre Du mich beten. Ist es nicht wunderschön? Dann müsst ihr euch ganz in die Hände Gottes geben und hören, was er euch gibt. Nicht Worte werdet ihr hören. In der Seele werdet ihr Seine Liebe wahrnehmen.

Vieles könnt ihr beten für eure Kinder. Doch das gute Beten die Kinder lehren, ist etwas Kostbares. Ihr könntet den Kindern einmal Gut und Geld mitgeben. Doch was würde es ihnen nützen? Gebt ihnen geistiges Gut und es wird nie verloren gehen.»