

The background of the book cover is a dense pattern of colorful speech bubbles in various shades including orange, teal, light green, pink, and red. The bubbles are scattered across the entire page, creating a vibrant and conversational atmosphere.

Paul E. Miller

# BETEND LEBEN

Wie Sie in jeder  
Lebenslage mit Gott  
im Gespräch bleiben

francke

Ashley, diese stille Skepsis und die geistliche Ermüdung zu äußern, die in uns entstehen, wenn ein von Herzen kommendes Gebet nicht erhört wird. Wir verstecken unsere Zweifel sogar vor uns selbst, weil wir nicht wie schlechte Christen klingen wollen. Warum sollten wir uns mit unseren Zweifeln auch noch blamieren? Also verschließen wir unser Herz.

Die leichtfertige Art, wie manche Leute über das Beten sprechen, verstärkt unsere Skepsis häufig noch. Wir beenden ein Gespräch mit den Worten: „Ich nehme dich in mein Gebet hinein.“ Wir besitzen ein ganzes Fachvokabular des Gebets, wie zum Beispiel „Ich *bringe* dich im Gebet *vor Gott*“ oder „Ich *denke*

*an dich* im Gebet“. Viele, die solche Phrasen verwenden, beten am Ende doch nicht, und zu diesen Leuten gehören wir auch. Warum? Weil wir nicht davon überzeugt sind, dass Beten tatsächlich hilft.

Zweifel und Leichtfertigkeit sind aber nur ein Teil des Problems. Die frustrierendste Erfahrung ist das Beten selbst. Wir halten ungefähr fünfzehn Sekunden durch und dann taucht aus dem Nichts die To-do-Liste des Tages vor unserem geistigen Auge auf, und wir geraten auf Nebengleise. Wir ertappen uns dabei und zwingen uns, wieder zum Gebet zurückzukehren. Doch bevor wir uns dessen bewusst sind, passiert es wieder. Statt zu beten, schweifen wir mit

unseren Gedanken ab und machen uns Sorgen. Dann tauchen die Schuldgefühle auf. *Irgendwas stimmt bei mir nicht. Andere Christen haben nicht solche Schwierigkeiten beim Beten.* Nach fünf Minuten geben wir auf und sagen: „Ich kann das einfach nicht. Ich kann genauso gut auch an die Arbeit gehen.“

Tatsächlich stimmt bei uns etwas nicht. Unser natürliches Bedürfnis zu beten kommt von der Schöpfung her. Wir sind nach dem Bild Gottes geschaffen. Unsere Unfähigkeit zu beten kommt vom Sündenfall. Das Böse hat dieses Bild verzerrt. Wir wollen mit Gott sprechen, aber wir können es nicht. Unser Wunsch zu beten wird durch unsere schwer beschädigte Gebetsantenne behindert,

und das führt zu einem ständigen Frust. Es ist, als hätten wir einen Schlaganfall erlitten.

Erschwerend kommt noch hinzu, dass wir gar nicht so genau wissen, was eigentlich ein gutes Gebet ausmacht. Wir haben das vage Gefühl, dass wir uns am Anfang auf Gott konzentrieren sollten und nicht auf uns selbst. Also versuchen wir, unser Gebet mit der Anbetung Gottes zu beginnen. Das geht ungefähr eine Minute lang gut, aber es fühlt sich erzwungen an. Dann setzen die Schuldgefühle wieder ein. Wir fragen uns: *Habe ich Gott genug angebetet? Habe ich es wirklich ehrlich gemeint?*

In einem Anflug von spiritueller Begeisterung stellen wir eine Liste mit

Gebetsanliegen auf, aber die Liste herunterzubeten wird eintönig, und es scheint sich nichts zu tun. Die Liste wird lang und beschwerlich; wir verlieren viele Anliegen aus dem Blick. Das Gebet scheint nichts als vergebliche Liebesmühe zu sein. Wenn jemand geheilt wird oder Hilfe erfährt, fragen wir uns, ob das nicht vielleicht sowieso passiert wäre. Und dann verlieren wir die Liste komplett aus dem Auge.

Das Gebet bringt ans Licht, wie selbstzentriert wir sind, und es legt unsere Zweifel offen. Für unseren Glauben war es leichter, *nicht* zu beten. Schon nach wenigen Minuten ist unser Gebet ein Chaos. Kaum sind wir über die Startlinie hinaus, brechen wir auch