



Balta Lelija
Schriftauslegungen

25. August 2026

Themen des geistlichen Lebens

»Gebetsleiden« (I)

Aufgrund der außerordentlichen Bedeutung eines geregelten Gebetslebens folgen nun zunächst zwei Teile aus einer Serie über das Gebet aus dem Jahr 2024.

Wer sich ernsthaft auf den Weg des Gebets begibt, wer also nicht nur gelegentlich und bei besonderen Anlässen – beispielsweise in großer Not – betet, der wird merken, daß das Gebet ihn nicht immer einfach nur trägt, sondern daß es Leiden gibt, die das Gebet sogar anstrengend machen. Dies hat mit der Trägheit unserer menschlichen Natur zu tun, mit Reinigungsprozessen, aber natürlich auch mit verschiedenen Anfechtungen und Versuchungen, die uns leicht mutlos machen könnten. Es kann sogar so weit gehen, daß man geneigt ist, am Sinn des Gebets zu zweifeln, weil Gott einen scheinbar nicht erhört und das Gebet so gut wie keine Freude macht. Die Seele ist in Gefahr, den »mühseligen Umgang« mit Gott wieder aufzugeben.

Zunächst sei gesagt, daß sich der Mensch an das Gebet gewöhnen muß. Zwar gibt es Phasen, in denen es uns leichtfällt, weil wir Freude daran haben, »nach Hause« zu kommen, und weil wir mit religiösen Gefühlen beschenkt werden, welche uns beglücken. Doch langfristig gesehen braucht es Disziplin und Durchhaltevermögen, um ein regelmäßiges Gebetsleben zu führen. Wie immer gibt es Ausnahmen. Manchen Menschen fällt das Gebet leicht. Doch die Regel dürfte eher das zuvor Erwähnte sein.

Ein Abt eines Trappistenklosters sagte einmal zu mir: "Es ist leichter, die Mönche zur Arbeit als zum Gebet zu rufen!"

Warum ist das so? Weil die Arbeit – wenn wir nicht gerade träge sind – unserer menschlich-sinnlichen Natur näherliegt. Man kann die Früchte leichter sehen und weiß, was man getan hat. Das Gebet – und besonders das stille Gebet – kann oft nichts Sichtbares vorweisen. Wir tun es im Glauben, in der Hoffnung auf Fruchtbarkeit und aus Liebe zum Herrn.

Hinzu kommt, daß das Gebet mehr auf unsere geistige Natur hingerichtet ist und diese eine besondere Formung braucht, weil sie leicht abgleitet und sich – wie wir schon betrachtet haben – gerne von äußeren Gegebenheiten ablenken läßt. Alles, was unsere Sinne berührt, zieht uns schnell in seinen Bann und wir gleiten vom Wesentlichen ab, nämlich einfach beim Herrn zu verweilen.

Das Thema der »Gebetsleiden« ist sehr weitläufig, denn sie können unterschiedlichsten Charakters sein. Man muß sie genau betrachten, um die richtigen Hilfen anwenden zu können.

Einige Hilfestellungen: Eine Grundvoraussetzung ist jedoch, daß man das Gebet nicht freiwillig vernachlässigt und sich ungeordnet weltlichen Vergnügungen hingibt, denn in einem solchen Fall wären die Gebetsleiden die Folge von Nachlässigkeiten.

Unfreiwillige Zerstreuungen:

Das sind Leiden, die uns als Konsequenz der Zerstreuung unserer Natur begleiten. Sie sind nicht schuldhaft und können die Fruchtbarkeit des Gebets auch nicht mindern. Wir müssen natürlich darauf achten, daß wir all den Angebote, die unserer Phantasie und unserem Erinnerungsvermögen gemacht werden, nicht einfach nachgeben und uns immer wieder beharrlich dem eigentlichen Gegenstand des Gebets zuwenden. Wenn wir die Zerstreuungen in Geduld ertragen, so wächst als Frucht, daß die Seele gesammelter und in sich gekehrter wird. Legen wir die Zerstreuungen in die Hände Gottes! Wie gerne würden wir gesammelt beten! Wir leiden darunter, dem Herrn nicht die ganze Aufmerksamkeit geben zu können, die ihm doch zusteht. Doch lächeln wir einfach über unsere Armseligkeit und nehmen sie aus der Hand des Herrn an! Überlassen wir es einfach Gott und sagen Ja zu unserer Begrenztheit und zu unserem Elend! Gott weiß, wie er trotz unseres beklagenswerten Zustands zu uns kommen und uns segnen kann. Sagen wir ihm einfach, daß wir ihn lieben und unser Herz ihm gehört!

Gefühllosigkeit:

Es kann geschehen, daß uns die innere Freude und die Süßigkeit des Gebets entzogen werden und stattdessen eine plagende Gefühllosigkeit eintritt. Gott mag uns durch die vorhergehende Süße angelockt haben. Doch jetzt läßt sie nach und die Seele fragt sich, was mit ihr los ist. Besonders zu Beginn des Weges denken manche vielleicht, daß sie etwas falsch gemacht haben, daß Gott sie nicht mehr liebt usw. Der Zustand der ersten Verliebtheit hört auf und ist noch nicht in eine dauerhafte Liebe übergegangen. So schön und vielleicht auch berauschend der Zustand der Verliebtheit sein mag, so ist er doch oft noch auf die eigenen Gefühle bezogen. Deshalb führt Gott die Seele nun anders und will eine starke Liebe heranreifen lassen. Jetzt gilt es, Edelmut zu beweisen, den Willen Gottes um seinetwillen zu suchen und nicht etwa der Versuchung zu unterliegen, etwas »Vernünftiges und Praktisches« an diese Stelle zu setzen und das Gebet aufzugeben.

Jetzt ist unsere Treue gefragt! Indem wir dem Gebet treu bleiben, es nicht reduzieren, sondern eher mehr beten, wachsen im Dunkeln die göttlichen Tugenden: Glaube,

Hoffnung und Liebe. Somit entfaltet sich die wahre Liebe und wir beginnen, auf unserem Weg zu reifen.