

## Gedanken zum Wochenende 12.08.2017

### Stille und Disziplin zum Beten

Letzte Woche habe ich an dieser Stelle dargelegt, was Martin Luther seinem Freund, dem Barbier Peter Beskendorf zum Thema „Beten“ empfiehlt. In einer ihm gewidmeten Schrift von 1535 **„Wie man beten soll – eine einfältige Weise zu beten“** stellt Luther zunächst dar, dass man beim Beten ganz bei der Sache sein soll. Und damit dies gelingt, ist eine gute Vorbereitung bzw. ein „Vorwärmen“ wichtig: Luther schreibt: *„Zuerst, wenn ich fühle, dass ich durch fremde Geschäfte oder Gedanken kalt geworden bin oder zum Beten keine Lust habe – wie denn das Fleisch und der Teufel fortwährend das Gebet verwehren und hindern wollen - , nehme ich mein Psalmbüchlein, laufe in die Kammer oder – wenn es an der Zeit – in die Kirche zu den anderen Christen und beginne, die Zehn Gebote, das Glaubensbekenntnis und, je nach der Zeit, einige Sprüche von Christus, von Paulus oder aus den Psalmen mündlich herzusagen, etwa so, wie es die Kinder tun.* Ein tiefgründiges Gebet muss gut vorbereitet sein. - Das empfehlen ja heute auch Meditations-Anleiter oder geistliche Begleiter: Es ist zum Beispiel hilfreich, sich bequem hinzusetzen, dann aber alle Sinne und Muskeln anzuspannen, um gespannt, konzentriert die Gedanken und Worte des Gebetes zu entwickeln. Zum Beten gehört **Disziplin**, sagt Luther: *„Darum ist's gut, dass man am frühen Morgen das Gebet das erste und am Abend das letzte Werk sein lässt; man hüte sich mit Fleiß vor den falschen, trügerischen Gedanken, die sagen: Warte noch etwas zu, in einer Stunde will ich beten, ich muss dies oder das zuerst fertig bekommen. Mit solchen Gedanken kommt man vom Gebet in die Geschäfte; die halten und umfassen einen dann so, dass aus dem Gebet an einem solchen Tag nichts mehr wird.*

Die Klostersgemeinschaften in der Christenheit durch alle Jahrhunderte hindurch zeigen das durch die Tageszeitengebete: 2,3 oder sogar 5 bis 6 mal versammeln sich die Ordensleute zum gemeinsamen Gebet. Klar, in der Gemeinschaft fällt es leichter als wenn man alleine ist oder sich den stets wechselnden Anforderungen in einer Familie anpassen muss. Aber auch für Laien im Alltag ist die Regelmäßigkeit eine große Hilfe. Auch ist es wichtig, dass man sich zum Beten Freiräume schafft, Orte, an denen man nicht gestört wird. So wie Jesus Christus es im Matthäusevangelium, Kapitel 6 Vers 6 auch empfiehlt: *„Wenn du beten willst, geh in dein Kämmerlein und schließ die Türe zu“.* **Stille Orte**, sei es in der Wohnung oder draußen in der Natur sind Oasenplätze für die betende Seele.

Ich wünsche Ihnen für dieses Wochenende solche Oasen der Stille.

Pfarrer Bernd Töpfer, Evangelisch-Lutherische Kirchengemeinde Marktheidenfeld.

Zum Reformationsjubiläum läuft bei uns in der Friedenskirche gerade eine 7teilige Predigtreihe über die Lutherschriften. (Am 30. Juli referierte ich über die o.g. Schrift). Am morgigen Sonntag 10:00 h spricht Pfarrerin Gudrun Mirlein aus Remlingen über die Schrift: *„Sermon von den guten Werken“.*

Die „Gedanken zum Wochenende“ können auf unserer Homepage: [www.marktheidenfeld-evangelisch.de](http://www.marktheidenfeld-evangelisch.de) nachgelesen und heruntergeladen werden.

Für den Fall, dass Sie selbst mal eine Andacht halten wollen, finden Sie die Texte der letzten Jahre zu verschiedenen Themen unter „Gedanken zum Wochenende/Archiv“.