

## **Vom Beten**

Das Gebet begleitet mich durch mein Leben. Durch das Gebet bin ich zu Gott hin verbunden. Als ich als Katechetin arbeitete, sagte ich meinen Schülerinnen und Schüler: Gott ist immer online. Ihr könnt immer und jederzeit mit euren Anliegen zu ihm kommen. Er oder sie ist da!

Diese Zusage gilt für uns alle. Gott ist immer da. Und wir brauchen kein wohlformuliertes Gebet – auch wenn ein schön formuliertes Gebet etwas Schönes ist. Ein Seufzen genügt.

Im Römer 8.26 steht: Ebenso kommt aber auch der Geist unseren Schwachheiten zu Hilfe. Denn wir wissen nicht, was wir beten sollen, wie sich's gebührt; aber der Geist selbst tritt für uns ein mit unaussprechlichen Seufzern.

Der Heilige Geist hilft uns beim Beten. Was für eine wunderbare Zusage. Das Einzige, was ich tun soll ist, mich Gott, dieser grossen allumfassenden Kraft, zuzuwenden, innezuhalten und zu vertrauen. Ob dann ein gesprochenes Gebet, ein Seufzen oder Stille folgt spielt keine Rolle. Der Heilige Geist hilft oder übersetzt meine Gebete.

Jesus hat uns auch das allumfassende Gebet „unser Vater“ mitgegeben. Wenn uns die Worte fehlen, so können wir dieses wertvolle Gebet sprechen.

Auch Dietrich Bonhoeffer hat in seiner Zelle im KZ wunderschöne Gebete formuliert. Ich möchte eines mit Ihnen teilen.

## **Gebet**

Heiliger Geist,  
Gib mir den Glauben,  
der mich vor Verzweiflung und Laster rettet.  
Gib mir die Liebe zu Gott und den Menschen,  
die allen Hass und alle Bitterkeit vertilgt,  
gib mir die Hoffnung,  
die mich befreit von Furcht und Verzagtheit.  
Lehre mich Jesus Christus erkennen und seinen Willen tun.  
Amen.

Ich wünsche Ihnen einen gesegneten Tag

Herzlichst

Maria Trost, Sozialdiakonin

