

## Hörendes Gebet und andere Gebetsformen

### Einblicke in mein Gebetsleben und Reflexionen

---

Meine Eltern haben mir beigebracht, wie ich beten kann. Die Form war lebensnah und unkompliziert. Als kleiner Junge dachte ich, dass ich meine Hände korrekt falten muss, damit es auch ein richtiges Gebet ist. Die Inhalte meiner Gebete waren Dank, Bitte und Fürbitte. Die Gebete waren in der Regel sprachlich sehr schlicht und auch kurz. Es waren keine langen Ausführungen. Oft haben wir auch gemeinsam Gebete gesungen. In der kleinen Baptistengemeinde meiner Heimat gab es sodann auch die „Gebetsgemeinschaften“, die meist nach der Predigt angesiedelt waren. Da konnte dann jeder noch einmal mit Gott über die Predigt sprechen. Einige beteten immer mit den gleichen Worten und auch sehr häufig. Andere waren zaghafter. In meiner Teenager- und Jugendzeit erlebte ich die ersten charismatischen Aufbrüche in der Gemeinde. Dabei lernte ich, dass man mit Gott ganz offenbar auch anders kommunizieren kann. Nicht nur das Sprachengebet (Glossolalie), sondern auch das hörende Beten ist seitdem nicht mehr aus meinem Gebetsleben wegzudenken. Das hörende Beten kann zunächst einfach ein bewusstes Stillsein vor Gott bedeuten. Das kannte ich so aus meinen Kindheitstagen nicht. Es wäre auch geradezu wie ein Bruch mit unserer Gemeindefradition gewesen, wenn der Pastor eine Gebetsgemeinschaft mit den Worten eingeleitet hätte: „Wir wollen zunächst 10 Minuten still sein und hören, was Gott uns ins Herz gibt.“ Im Nachhinein denke ich allerdings, dass so mancher peinliche Predigtkommentar, wie sie hier und da in den Gebetsgemeinschaften geschah, dann vielleicht ausgeblieben wäre. In meiner Studienzeit und auch durch viele ökumenische Kontakte lernte ich zunehmend andere Gebetsformen kennen, die ich als neu und zuweilen geradezu fremd erlebte: Die Gebetsmeditation, Beten und Pilgern, das immerwährende Herzensgebet, Exerziten, Stunden- und Tagzeitengebete und andere liturgische Formen des Gebetes: Beten mit den Gebetstexten anderer Menschen, Psalmodieren, Schreibendes Beten, Beten durch nonverbale Ausdrucksformen (Malen, Gestalten, Bewegen) oder auch Gebetsformen, die mit bestimmten Gebärden verbunden waren (erhobene Hände, kniend, auf dem Angesicht liegend). Ich lernte neben meinem persönlichen Gebet und dem Gemeindegebet auch Gebetsformen kennen, die uns halfen in kleinen Gruppen schnell zu einer Gebetsgemeinschaft zu finden (z. B. Bienenkorb-Gebete, Gebetspaten).

Wenn ich heute diese Breite von Gebetserfahrungen reflektiere, so ist mir bewusst, dass fast alle diese Gebetsformen irgendwann für mich, der ich aus einer baptistischen Tradition kam, neu waren, aber sie waren keineswegs neu in der



Geschichte der Christenheit. Nicht alle Gebetsformen entsprachen meiner Persönlichkeit und wurden mir dabei zur Hilfe. So habe ich lange Zeit versucht, mit einem Tagzeiten-Gebetsbuch einen Zugang zu liturgischen Formen des Gebetes zu finden, weil auch befreundete Pastorenkollegen mir mit leuchtenden Augen berichteten, wie wertvoll ihnen dieser Zugang im Gebet sei. Klaus Douglass berichtet in seinem 2011 erschienen Buch „Beten – ein Selbstversuch“ von ähnlichen unterschiedlichen Zugängen zu verschiedenen Gebetsformen. Oft hatte er davon gesprochen, dass es mehr als fünfzig Weisen gäbe, zu beten. In diesem Buch beschreibt er nicht nur fünfzig unterschiedliche Gebetsformen, sondern er hat sie quasi wie in einem Selbstversuch an sich erprobt und dann bewertet.<sup>1</sup> Ich habe nicht so kompakt diesen Selbstversuch durchgeführt, aber mich immer wieder neu mit mir neuen Formen des Gebetes beschäftigt. Dabei ist mir eine Grunderkenntnis zunehmend bewusst: Beten ist nicht nur ein kognitiver Vorgang, sondern eine bilaterale, ganzheitliche Kommunikation zwischen Mensch und Gott. Eine Gebetsform soll und kann mir helfen, dass diese Kommunikation zum Erkennen, zum Vertrauen, zum Leben in Christus beiträgt. Beten ist geradezu ein Lebensstil mit unterschiedlichsten Formen. Ich kann mich noch sehr gut daran erinnern, wie ich als junger Mann damit begann, bewusst mit Gott in eine Kommunikation zu treten und zwar während des Schwimmens, Laufens oder sportlichen Trainings. Ich nahm mir vor, den ganzen normalen Alltag mit „Gebetsstationen“ zu besetzen. So gewöhnte ich mir an, unmittelbar nach dem Aufstehen einen ganz bestimmten Gebetssatz laut auszusprechen. Die Mahlzeiten sind ebenso Gebetszeiten. Wenn ich längere Autofahrten habe, so nutze ich sie häufig als Lobpreiszeiten oder auch Zeiten der intensiven Fürbitte für Menschen. Bei dem morgendlichen Spaziergang mit unserem Hund gab es sogar bestimmte „Stationen“, die zu regelmäßigem Gebet für unsere Missionare und Theologiestudierenden führte. In meinem Fitnesszentrum hat jedes Gerät von mir einen Namen einer Person bekommen. Immer wenn ich an diesem Gerät trainiere, bete ich für diese Person. Selbstverständlich bete ich beim Training oder in den vielen anderen Alltagssituationen nicht laut, sondern leise oder still für mich.

Ich denke, dass nicht jeder Christ es ebenso halten soll wie ich. Mir sind diese neuen Formen allerdings zur Hilfe geworden, dem Geheimnis der immerwährenden betenden Verbindung mit Gott nachzuspüren (Eph 6, 18; 1Thess 5, 17). Es lohnt sich auf alle Fälle die eigene spirituelle Prägung durch Impulse aus der gegenwärtigen und historischen Kirchengeschichte zu reflektieren und bereichern zu lassen. Es lohnt sich nicht nur für das persönliche Gebetsleben, sondern auch angesichts einer spirituell suchenden postmodernen Gesellschaft. Was finden spirituell Suchende in unseren Kirchen und Gemeinden? Wie können sie Gott begegnen, ihn erkennen, mit ihm kommunizieren? In den meisten Fällen sind unsere freikirchlichen Gottesdienste durch Predigt, Gesang und Gemeinschaft

<sup>1</sup> DOUGLASS, KLAUS: Beten – ein Selbstversuch, Asslar 2011.



geprägt. Welche Rolle spielt das Gebet? Und welche Bedeutung haben dabei unsere Gebetsformen?

Der Begriff Spiritualität ist wegen seiner inflationären Anwendung hier und da auch in Verruf gekommen. Christliche Spiritualität bezeichnet die Lebensgestaltung aus dem Geist Gottes. Evangelische Spiritualität nimmt mehr und mehr Konturen an.<sup>2</sup> Ebenso wird der Zusammenhang zwischen Spiritualität und Theologie neu reflektiert. Welche Bedeutung hat das Gebet im Theologiestudium?<sup>3</sup> Theologie und Spiritualität sind aufeinander angewiesene Partner. Die spirituelle Erfahrung ruft nach einer Vergewisserung, einer Verankerung in Gottes Wort. Analog zum Anselm'schen Motto *fides quarens intellectum* könnte man ergänzen *spiritualitas quaerit intellectum* (Die Spiritualität sucht das Verstehen). Dieser Intellekt, den theologisch reflektierte Spiritualität bedarf, ist nicht allein durch die menschliche Vernunft gesetzt, sondern erhält seine Kompetenz durch den Heiligen Geist, der wiederum den Verstand zu einem Erkennen und Beurteilen befähigt. Als Reflexion der Praxis, z.B. der Gebetspraxis, hat die spirituelle Theologie eine Hauptfunktion in der *Diakrisis*, der Unterscheidung und Entscheidung. Nicht alle schönen spirituellen Erfahrungen und neuen Gebetsformen sind geboten, es mag auch einige Beobachtungen geben, die uns zur Zurückhaltung mahnen. Wenn wir allerdings unsere traditionelle, freikirchliche spirituelle Tradition nicht ebenso aufmerksam kritisch beleuchten, könnte es sein, dass wir ganze Dimensionen des Gebetes lediglich als Modeerscheinung abtun und nicht den darin liegenden Reichtum erkennen. Eine bestimmte Prägung einer für freikirchliche Traditionen neueren Gebetsform möchte ich aus diesem Grund im Sinn einer spirituellen Theologie reflektieren und verstehen. Es ist eine Prägung, die in deutscher Sprache häufig unter der Bezeichnung „Hörendes Gebet“ Eingang gefunden hat.

<sup>2</sup> Wolfgang J. Bittner u.a. gründeten 2011 die „Arbeitsgemeinschaft für christliche Spiritualität“. Vgl. EVANGELISCHE KIRCHE IN DEUTSCHLAND (Hg.): Evangelische Spiritualität, Gütersloh 1979; BARTH, HANS-MARTIN: Spiritualität, Göttingen 1993; RUHBACH, GERHARD: Geistlich leben. Wege zu einer Spiritualität im Alltag, Gießen 1996; JOSUTTIS, MANFRED: Religion als Handwerk, Gütersloh 2002; GREMELS, GEORG: Meine Zeit steht in deinen Händen. Sieben Säulen evangelischer Spiritualität, Göttingen 2003; MÖLLER, CHRISTIAN: Der heilsame Riss. Impulse reformatorischer Spiritualität, Stuttgart 2003; ZIMMERLING, PETER: Evangelische Spiritualität, Göttingen 2003; JEPSEN, MARIA (Hg.): Evangelische Spiritualität heute, Stuttgart 2004; DAHLGRÜN, CORINNA: Christliche Spiritualität. Formen und Traditionen der Suche nach Gott, Berlin 2009; BAYREUTHER, SABINE: Meditation. Konturen einer spirituellen Praxis in semiotischer Perspektive, Göttingen 2010.

<sup>3</sup> „Es wird höchste Zeit die reiche Tradition spiritueller Traditionen evangelischer Spiritualität wiederzuentdecken, sie in das öffentliche Gespräch einzubringen und Wege zu ihrer erfahrungsmäßigen Aneignung zu veröffentlichen.“ ZIMMERLING, PETER: Plädoyer für eine neue Einheit von Theologie und Spiritualität (Pastoraltheologie 97), 2008, 138.



## Was ist „Hörendes Gebet“?

Eigentlich trifft es diese Bezeichnung schon recht genau: Es geht um das Hören. Also um eine zunächst passiv anmutende Form des Gebetes. Hören setzt in der Regel auch eine Bereitschaft zur Stille voraus. Wenn hier vom „Hören“ gesprochen wird, so ist jedoch ein umfassenderer Prozess gemeint, als lediglich ein akustisches Hören oder Stillwerden. Es geht um das Ausrichten aller Sinne auf Gott. „Wer ein Ohr hat, der höre, was der Geist den Gemeinden sagt!“ (Offb 2, 7 par.) Dieses Wort kennzeichnet, dass es bei diesem Hören nicht allein um einen normalen Hörvorgang geht, sondern um ein vom Geist Gottes gewirktes Hören. Jesus verheißt in der Bildsprache des guten Hirten seinen Nachfolgern „Meine Schafe hören meine Stimme“ (Joh 10, 27). Eine solche Kompetenz des geistlichen Hörens ist nicht nur einigen Christen verheißen, sondern als eine Art prophetischer Basiserfahrung anzusehen. Es geht dabei allerdings nicht nur um Wörter, es geht um ein umfassenderes Erkennen. „Er erleuchte die Augen eures Herzens“ (Eph 1, 18; vgl. Eph 3, 16-19). Die Erleuchtung der Augen geschieht durch den Heiligen Geist, der ein Geist der Offenbarung ist, ein Geist, der verkündigt (Joh 16, 13-15; 1Kor 2, 6-16; Eph 1, 17; Offb 19, 10). Die Art und Weise wie wir diese Verkündigung und prophetische Basiserfahrung machen, kann sehr unterschiedlich sein. Häufig sprechen wir davon, dass Gott uns etwas aufs Herz gelegt hat; wir kennen auch die Tatsache, dass sich ein uns sehr bekannter Bibeltext in einer besonderen Weise neu erschließt, und uns die Augen geöffnet werden. Auch visuelle Erfahrungen oder Träume können Offenbarungsebenen sein. Im biblischen Zeugnis wird an keiner Stelle gesagt, dass diese Art des Hörens eines Jüngers und einer Jüngerin Jesu in dieser Zeit der Nachfolge überflüssig sei.<sup>4</sup> Beim hörenden Gebet gehe ich also davon aus, dass jeder Christ die Fähigkeit hat, geistlich zu hören und wahrzunehmen, was Gott sagt.

Zudem beschreibt das neutestamentliche Zeugnis die Ausprägung bestimmter charismatischer Profile. Aus dem Grundcharisma des ewigen Lebens (Röm 6, 23) weckt der Geist Gottes unterschiedliche Gnadengaben und teilt sie so aus, wie er will (1Kor 12, 11). Zu diesen Charismen gehören auch Offenbarungsgaben wie das „Wort der Weissagung“, das „Wort der Erkenntnis“, die „Unterscheidung der Geister“ oder auch die „Auslegung von Sprachen“. Alle diese Gaben sind nur denkbar, wenn wir dabei von einer Information im Sinn einer vom Geist Gottes gewirkten Offenbarung ausgehen. Diese Gaben sind nicht erlernbar, sie sind auch nicht frei verfügbar. Sie sind nicht als Auszeichnung für eine gute Heiligung zu

<sup>4</sup> Vertreter des Cessationismus (engl. Beendigung) gehen von einer eigenwilligen Interpretation des „*teleion*“ in 1Kor 13, 10 aus, indem sie das „Vollkommene“ mit dem Abschluss der biblischen Kanonsbildung deuten. Dementsprechend gibt es zumindest nach ihrer Auffassung nicht mehr die Gabe der Weissagung und der Erkenntnis. Typische Repräsentanten sind David B. Wallace, John Mc Arthur. Ansätze finden sich auch bei Vertretern des modernen Dispensationalismus (John Nelson Darby, Carl und Rudolf Brockhaus, Dwight L. Moody oder Cyrus I. Scofield).



sehen, sondern als ein pures Gnadengeschenk. Bevor sie zum Einsatz kommen, bedarf es immer der Inspiration. Bei anderen Charismen ist der Einsatz menschlich steuerbarer, etwa beim Charisma der Diakonie oder der Lehre. Dennoch lesen wir im 1Kor 14 Anleitungen, wie ein geordneter Umgang mit dem Charisma der Weissagung aussehen sollte. Wir hören die Mahnung des Apostels „Weissagungen nicht zu verachten“, alles zu prüfen und das Gute zu behalten (1Thess 5, 19-20) und sich intensiv nach den Charismen auszustecken, besonders nach der Gabe der Weissagung (1Kor 14, 1.39). Es ist müßig, danach zu fragen, wie stark das prophetische Charisma damals oder heute in den Gemeinden verbreitet und „ausgeteilt“ war, bzw. ist. Ganz offensichtlich wünscht sich der Apostel einen geordneten und zunehmenden Einsatz dieser Gabe. Ich gehe davon aus, dass Prophetie auch heutzutage viel verbreiteter ist, als es vielen bewusst ist. Das mag zum einen daran liegen, dass es doch ein hohes Defizit an guter theologischer Lehre zu diesem Charisma gibt.<sup>5</sup> Die damit häufig verbundene Assoziation und Gleichstellung mit alttestamentlicher Prophetie wird dem Wesen christlicher Prophetie in keiner Weise gerecht. Christliche Prophetie ist immer eingebunden in den Kontext der Gemeinschaft der Glaubenden, in den Leib Christi. Zudem ereignet sich das Wort Gottes immer auch in menschlicher Gestalt. Es tritt nicht in der Klarheit und Treffsicherheit auf, wie wir es bei alttestamentlicher Prophetie annehmen dürfen. Aus diesem Grund gehört das Element der Interpretation und Prüfung unlöslich zu einem gesunden Umgang mit prophetischen Impulsen.

Beim hörenden Gebet geht es darum, dass Menschen vom Geist Gottes geleitet auf Offenbarungen vom Geist achten, diese deuten und dann ggf. auch weitergeben als ein Wort der Weissagung. Es geht um einen kontemplativen Ansatz des Gebetes, wie er sich auch in den unterschiedlichen Ansätzen christlicher Mystik niederschlägt. Es geht um ein Stillwerden, ein Empfangen. Das Gebet wird als interaktive Kommunikation zwischen Gott und Mensch wahrgenommen. Es geht nicht nur um ein einseitiges verbales Ausschütten unserer Anliegen, Sorgen, Bitten, Fürbitten und auch nicht nur um unseren Ausdruck der Wertschätzung, des Dankes und der Anbetung vor Gott. Gebet ist auch im Bereich des Empfangens, des Hörens häufig immer noch „verzweckt“. Es wird genutzt, um Orientierung für das Leben zu bekommen, um den Willen Gottes zu erkennen oder eine Hilfe für eine Lebensentscheidung zu erhalten. Gebet zielt jedoch auf die Einheit nicht nur mit dem Willen Gottes, sondern mit seinem Wesen, seinen Anliegen, seiner Freude. Das hörende Gebet ist demnach nicht gleichzusetzen mit den klassischen Ansätzen der christlichen Mystik, welche die Einheit mit Gott als Ziel erstrebt; nicht nur ein Beten und Handeln „im Namen Jesu“, sondern ein Sein „im Namen Jesu“.

<sup>5</sup> Ich empfehle hierzu DAUTZENBERG, GERHARD: Urchristliche Prophetie (BWANT 104), Stuttgart 1975. WENDEL, ULRICH: Die erstrebenswerte Gabe. Prophetie in der christlichen Gemeinde heute – neutestamentliche Erkundungen, Neukirchen-Vluyn 2000. GRUEDEM, WAYNE: The Gift of Prophecy in the New Testament and Today, Wheaton/Illinois 2000.



## Formen des hörenden Gebetes

Zunächst möchte ich beschreiben, welche Bedeutung das hörende Gebet im persönlichen Gebetsleben haben kann.<sup>6</sup> Ich kann heute mit voller Überzeugung sagen, dass die Zeiten der Stille und des Hörens auf Gott nicht nur zeitlich umfassender, sondern auch inhaltlich prägender sind als alle Gebetszeiten, in denen ich mehr auf der aktiv gestaltenden Seite der Kommunikation bin. Um es schlicht zu sagen: Wenn ich Gott etwas sagen darf, – sei es ein Dank, eine Anbetung, eine Bitte – so ist das wirklich etwas Großartiges! Wenn Gott jedoch etwas zu mir sagt, dann bewegt es mich weit mehr als Tausende meiner Gebetsworte zuvor. Zudem trägt mich die Gewissheit, dass Gott „über das Maß meines Bittens und Verstehens hinaus zu tun vermag“ (Eph 3,20). Wenn es irgend möglich ist, so nehme ich mir meine persönliche Gebetszeit am frühen Morgen. Ich gehe dazu in mein Arbeitszimmer, wo ich allein sein kann. Vor mir liegen drei Bücher: Die Bibel, mein Terminplaner und mein Gebetstagebuch. Ich beginne diese bewusste Zeit mit Gott in der Regel mit einem schlichten Gebet: „Herr, sieh mich an!“ – Meist schließe ich die Augen und ich stelle mir einfach vor, dass Jesus mich anschaut. Diese ersten Minuten sind vergleichbar mit einer „Morgenumarmung“, die ein Vater seinen Kindern geben mag. – In einer zweiten Phase meines Gebetes schütte ich mein Herz vor ihm aus, so wie es mir eben gerade ums Herz ist. Manchmal hilft mir dabei mein Tagebuch. Ich schreibe meine Gebete auf. Die Gedanken sind gezielt und präzise und rutschen nicht hin und her. Das wäre zwar sicher für Gott nicht das Problem, aber für mich. – In einer dritten Phase greife ich dann zur Bibel und lese meist fortlaufend ein Kapitel aus einem biblischen Buch. Dabei hilft mir die *Lectio Divina*, ein mehrfaches bewusstes lautes Lesen und Hören des Textes und eine anschließende Meditation. Zuweilen bete ich auch mit den Aussagen eines Bibeltextes, wenn dieser sich dazu gut eignet. Ab und zu schreibe ich den Bibeltext sorgfältig mit Füllfederhalter und Tinte in mein Tagebuch. Es ist für mich eine Möglichkeit, der Vertiefung des Textes und auch ein Ausdruck der Wertschätzung gegenüber dem biblischen Wort Gottes. – Schließlich komme ich zu einer vierten Phase meiner Gebetszeit: Ich bin einfach still und höre auf Gott, auf diese innere leise Stimme des guten Hirten. Ich achte auf Gedanken und Impulse, auf innere Bilder oder Visionen, die mir Gott zuweilen in einer solchen Zeit schenkt. Oft erinnert er mich an Menschen, die ich zuvor „gar nicht auf dem Schirm“ hatte; manchmal entstehen ganze Predigtentwürfe in einer konzentrierten Kürze vor mir. Wie praktisch! Und häufig ist es einfach nur still. Wenn ich höre, redet Gott nicht immer. Manchmal sind es einfach Zeiten der Stille. Sie haben den Charakter eines Rendezvous von zwei Liebenden, die zusammen sind, und die sich verstehen, ohne zu reden. Gottes Schweigen sagt oft mehr als sein Reden. Es bewegt mich, auf ihn ausgerichtet zu

<sup>6</sup> Ich verweise auf die Ausführungen von PEUSTER, MARIANNE: Gott spricht in meinen Tag hinein. Hilfen im Umgang mit Prophetie im Alltag (GGETHema), Hamburg 2008.



sein. Wenn ich konkrete Impulse in dieser Zeit empfangen habe, so schreibe ich sie mir auf. Wenn es konkrete Worte der Offenbarung oder Weissagung sind, so bete ich um die richtige Deutung und überlege, wie eine angemessene Weitergabe und Prüfung von anderen realisierbar ist.

Diese tägliche Gebetszeit ist das Schwungrad in meinem Leben und auch in meinem Dienst. Wenn es möglich ist, nehme ich mir dafür etwa 30-60 Minuten. Die meiste Zeit verbringe ich im hörenden Gebet. – Sicher, das ist meine ganz persönliche Art, wie ich dieses Hören auf Gott am besten erlebe. Jemand anderes braucht dabei die Bewegung und betet beim Joggen. Wieder ein anderer ist am frühen Morgen so eingespannt, dass besondere Gebetszeiten, und auch Zeiten des Hörens auf Gott immer mehr über den ganzen Tag verteilt sind; wieder andere konzentrieren das hörende Gebet auf spezielle Stilletage oder Klausuren.

Neben der persönlichen Gebetserfahrung ist es mir auch ein Anliegen, dass wir in den Gemeindeversammlungen Zeiten des Hörens auf Gott haben. Das geschieht in Gottesdiensten, Haus- und Gebetskreisen und in Mitarbeiter- und Leitungsgremien. Häufig nehmen wir uns in der Gemeindeleitung Zeit zum „Hören auf Gott“. Wir achten auf die Impulse und prüfen miteinander, wie wir darin Gottes Stimme vernehmen. Wir protokollieren solche Impulse. Das Gebet, und mit dabei auch das hörende Gebet, steht am Anfang unserer Sitzungszeit und nimmt etwa ein Drittel unserer Zeit in Anspruch. – Seit etwa zehn Jahren haben wir in der Braunschweiger Friedenskirche auch die Einrichtung einer Dienstgruppe „Hörendes Gebet“. In dieser Dienstgruppe sind Frauen und Männer, die prophetische Gaben haben und die gern auch mit diesen Gaben dienen möchten. Nun kann selbstverständlich niemand eine Prophetie auf Bestellung geben. Aus diesem Grund sprechen wir auch vom Hörenden Gebet und nicht von einem prophetischen Dienst. Wenn wir wöchentlich dazu einladen, diesen Dienst in Anspruch zu nehmen, dann formulieren wir es etwa so: „Gern möchten wir Sie unterstützen im Hören auf Gott.“ Man muss sich zu einer solchen Gebetszeit über unser Gemeindebüro anmelden, weil die Mitarbeiterteams, die sich meist aus drei Personen zusammensetzen, sich bewusst für jeden Einzelnen Zeit nehmen wollen. Die Person, die einen solchen Gebetsdienst in Anspruch nehmen möchte, ist eingeladen, schon etwa 15-30 Minuten zuvor in einen Gebetsraum der Gemeinde zu kommen. Dort wird sie von einer Mitarbeiterin empfangen. In dem Raum ist es schön hergerichtet. Bibeln liegen aus. Leise instrumentale Anbetungsmusik läuft im Hintergrund. Die Mitarbeiterin händigt der Person Zettel aus, auf denen beschrieben wird, was sie in einem solchen „Hörenden Gebet“ erwartet und was nicht. Es sind ebenso Bibelstellen zusammengetragen, die uns dazu ermutigen, auf Gott zu hören. Weiterhin zeigen wir deutlich an, dass niemand wie eine Art „Orakel“ etwas von sich gibt. Wir verstehen uns als eine Gebetsgemeinschaft vor Gott. Es kann durchaus vorkommen, dass in einer solchen Zeit des Hörenden Gebetes keine Impulse oder Offenbarungen gehört werden. – Nach dieser Zeit im stillen Gebetsraum wird die Person zur angesagten Zeit von der Leiterin bzw. dem Leiter des Gebetsteams abgeholt und



in einen anderen vorbereiteten Raum begleitet, in dem schon die anderen Mitarbeiter des Hörenden Gebets warten. Auf dem Tisch liegen Bibeln, Konkordanzen, Schreibzeug und es befindet sich auch ein Aufnahmegerät dort. Nach einer kurzen Vorstellung (Namensnennung) erläutert der Teamleiter, wie die nächste halbe Stunde gestaltet werden soll. Es wird etwa 15-20 Minuten Stille im Hören auf Gott sein. Im Anschluss an diese Zeit eröffnet der Teamleiter die Austauschrunde. „Wenn jemand einen Gedanken, einen Impuls empfangen hat, von dem er den Eindruck hat, dass dieser von Gott sein könnte, so wollen wir das jetzt miteinander hören.“ Dabei wird der Tonträger angestellt, damit alles, was gesagt wird, auch festgehalten wird, damit eine sorgfältige Prüfung möglich ist. – Im Anschluss an diese Zeit wird nochmals ein Gebet gesprochen. Die Person, die den Gebetsdienst aufgesucht hat, gibt oft schon ein kurzes Feedback. Häufig haben die Personen auch selber in dieser Zeit Impulse, die sie als Reden Gottes wahrnehmen. Der Tonträger wird der Person dann ausgehändigt mit dem Hinweis, dass alles, was gesagt wurde, auch einer Überprüfung bedarf. Hierzu werden auch Kontaktadressen von Seelsorgemitarbeitern zur Verfügung gestellt. Auch die Mitarbeiter des Teams können später noch einmal konsultiert werden, wenn es Rückfragen gibt. Weiterhin händigen wir Feedbackbögen aus, damit das Gebetsteam auch eine Rückmeldung erhält.<sup>7</sup> In den vergangenen Jahren sind Hunderte von Menschen durch diese Dienste gesegnet worden. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter werden von einem Diakon für Gebet und von mir supervidiert und auch gefördert. Es gibt überwältigende Zeugnisse, wie diese Form des hörenden Gebetes Menschen aufbaut, ermutigt und ermahnt oder auch getröstet hat. In meinem Büro steht ein Ordner mit ungezählten bewegenden schriftlichen Rückmeldungen von Menschen, die diesen Gebetsdienst empfangen haben.

Kritische Begleiter mögen anmerken, dass wir in den neutestamentlichen Schriften für diese Gebetsform keine Vorlage finden. Das ist zweifelsohne korrekt. Wir finden aber auch für andere unter uns bewährte Ausdrucksformen der Spiritualität und der Gemeindepraxis im NT keine Vorlage. Sie erweisen sich aber vielfach als hilfreich und sie treiben „Jesus und das Evangelium“ (Luther). Eine aufmerksame Begleitung und pastorale Supervision würde ich allerdings in jedem Fall empfehlen. In Sonderheit ist darauf zu achten, dass das Gehörte immer auch geprüft werden muss. Die Gefahr manipulativen Handelns oder der Verstärkung von unmündigem verantwortungsscheuen Christsein ist nicht von der Hand zu weisen. Dennoch kann ich aus den langen Jahren der Praxis dieser Gebetsform nur dankbar bezeugen, dass wir sehr viel Segen als Gemeinde dadurch empfangen haben.

<sup>7</sup> Ich beschreibe hier lediglich die Form, wie wir es in der Braunschweiger Friedenskirche handhaben. Eine gute Anleitung ist zu finden bei SCHMIDT, URSULA und MANFRED: Hörendes Gebet. Grundlagen. Praxis. Wachstum (GGThema), Hamburg 2009.



## Abstract

After recounting his own experiences with prayer from early childhood through to adulthood, and how he learnt a large variety of forms of prayer, the author focusses particularly on the form of listening prayer. He provides a number of biblical texts that result in his describing listening prayer as a contemplative form in which in which the Holy Spirit leads the supplicant in spiritual revelation that can be interpreted and possibly given on as prophecy.

In conclusion he comments on the advantages of listening prayer in personal prayer life and also in the corporate prayer life of the church.

*Pastor Dr. Heinrich Christian Rust, Braunschweiger Friedenskirche,  
Kälberwiese 1, 38118 Braunschweig; E-Mail: hcrust@bs-friedenskirche.de*