

## **10 Menschen, für die ich beten will**

Liebe Leserin, lieber Leser,

schön, dass Sie wieder dabei sind bei unserem Fitnessprogramm für die Seele.

Nicht nur unser Körper braucht Bewegung, auch unser Geist und unsere Seele brauchen so etwas wie ein Trainingsprogramm, um geistig fitt und seelisch ausgeglichen zu bleiben. Ähnlich verhält es sich mit unseren Beziehungen und Freundschaften. Kommunikation, das Gespräch miteinander ist von entscheidender Bedeutung.

Und auch wenn Gott der ganz Andere ist, so braucht auch diese ganz andere Beziehung das Gespräch miteinander. Doch das ist bei Gott ja gar nicht so einfach. Da hat ein Beter oder eine Beterin oft das Gefühl, Selbstgespräche zu führen oder in ein leeres Nichts hineinzusprechen, bis man - vielleicht nach etlichen ziemlich unbefriedigenden Erfahrungen - das Gefühl hat: Da bin ich jetzt bei dieser Meditation, bei dieser Gebetszeit auf eine Idee gekommen, bei der ich gar nicht weiß, woher mir dieser Einfall zugeflogen ist.

Ich will nichts falsch interpretieren, aber manchmal habe ich dann doch den Eindruck, dass Gottes Heiliger Geist es war, der in mein Denken und Fühlen hinein mir einen Fingerzeig gegeben hat, was Gott von mir möchte, wohin Gott mich führen will.

Und ähnlich ergeht es mir gelegentlich, wenn ich für jemand bete - gerade dann, wenn ich mit meinem Latein am Ende bin, wenn ich nicht mehr weiß, wie ich ihm oder ihr helfen kann, oder wenn ich - wie jetzt in dieser Pandemie - einfach nicht die Möglichkeit habe, all diesen Menschen nahe zu sein, die ich gern habe, mit denen ich mich verbunden fühle.

Für jemand beten: Da muss ich gar nicht viele Worte machen, weil ich davon überzeugt bin, dass Gott jeden Menschen kennt und liebt - wie seinen Augenstern. Und weil Gott sowieso viel besser weiß, was dieser Mensch jetzt braucht.

Freilich bin ich mir in meinem christlichen Glauben auch bewusst, dass Gott nicht an der Freiheit des Menschen vorbei eingreift. Auch Gott, gerade Gott beschränkt sich auf die Möglichkeiten der Liebe, uns Menschen dahin zu führen, wo es für uns gut ist. Deshalb ist mein Beten für Menschen, bei denen ich den Eindruck habe, dass sie sich gegen jeden guten Rat abschotten, manchmal nichts anderes als ein Suchen nach einem Verbündeten, der mir beisteht in meiner Ratlosigkeit.

Auf jeden Fall geht mir das Herz auf. Ich werde geduldiger und gelassener, wenn ich für andere Menschen bete. Und es tut gut, darum zu wissen, dass andere auch für mich beten.

In diesem Sinn möchte ich Sie einladen, sich wieder Zeit zu lassen, an Ihrem Gebetsort anzukommen, eine Kerze anzuzünden, still zu werden.

Vielleicht beginnen Sie Ihre 15-minütige Gebetszeit auch ganz bewusst mit dem Kreuzzeichen: Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Denn im Namen dieses beziehungsreichen Gottes lässt sich gut beten für andere Menschen. Mit diesem beziehungsreichen und beziehungsstiftenden Gott lässt sich gut reden über die 10 Menschen, die Sie ihm heute besonders ans Herz legen möchten.

Wenn Sie mögen, dann können Sie die Namen dieser 10 Menschen, für die Sie beten, auch aufschreiben: "Gott, heute will ich Dir besonders diese Menschen ans Herz legen und sie Deiner Liebe anvertrauen: ..." Vielleicht mögen Sie Ihr Gebet dann beenden mit dem Familiengebet Jesu, mit einem langsam gesprochenen Vater unser.

Hilfreich ist es auch, wenn Sie danach noch ganz kurz darüber nachdenken, ob und wie sich Ihre Stimmung, Ihre Gefühlslage jetzt geändert hat durch diese Gebetsübung.

Und morgen - und wenn Sie mögen - wieder eine halbe Woche lang können Sie ja diese Gebetsübung wiederholen, für 10 Menschen zu beten. Für Menschen, bei denen Sie den Eindruck haben, dass sie Gottes Nähe und Liebe besonders dringend brauchen, oder weil Sie Ihre Sympathie mit diesen Menschen ganz einfach mit Gott teilen möchten.

Sie können ja dann im Lauf dieser Zeit beobachten, ob Ihnen immer dieselben Namen einfallen oder ob Ihnen vielleicht auch noch ein anderer Mensch in den Sinn kommt, vielleicht auch ein/e Verstorbene/r, für die / für den Sie beten wollen.

Ich wünsche Ihnen auf jeden Fall gute Erfahrungen mit dieser Übung.

Und wenn Sie mögen, dann sind Sie eingeladen, den nächsten Impuls runterzuladen und am Ende dieser Woche an einer Videokonferenz teilzunehmen, um sich über die Erfahrungen mit dieser Gebetsübung auszutauschen. Wenn Sie daran interessiert sind, dann schicken Sie mir bitte eine E-mail an [franz.reitinger@kirche-bayern.de](mailto:franz.reitinger@kirche-bayern.de) und ich sende Ihnen die Zugangsdaten für das Zoom-Meeting am kommenden Freitag um 19 Uhr zu.

Wenn Ihnen das lieber ist, können Sie auch gerne bei mir anrufen unter der Nummer 0991 / 2965-13.

Ihr Stadtpfarrer Franz Reitingner, Deggendorf St. Martin