

## **Predigt zu Eph 3,14-21**

**(Universitätskirche St. Pauli, Sonntag Exaudi,  
2. Juni 2019)**

Gnade sei mit Euch und Friede von Gott, unserm Vater und unserm Herrn Jesus Christus. Amen.

Liebe Universitätsgemeinde, liebe Gäste,  
der moderne Mensch hat das Beten verlernt. So kann man es immer wieder lesen. Aber stimmt das? Eine Umfrage des Emnid-Instituts hat vor einigen Jahren ergeben, dass 52 Prozent der Deutschen regelmäßig oder wenigstens in bestimmten Situationen beten. Wenn man die Menschen allerdings fragt, ob ihr Gebet auch etwas ausrichte, dann ist die Skepsis größer: nur 17 Prozent sind der Meinung, ihr Gebet habe eine objektive Wirkung. Dass das Gebet aber

beim Betenden selbst etwas verändert, kann man nicht ernsthaft bestreiten. Gebet bringt innere Entspannung und erhöht das subjektive Wohlempfinden. Einige Mediziner meinen sogar, es aktiviere das Immunsystem. Beten tut uns gut, ob wir das Gebet nun für uns selbst oder für andere sprechen.

Aber: Auch das Beten will gelernt sein. Und hier liegt das eigentliche Problem. Viele Menschen haben das Beten nie kennengelernt. Ihre Eltern haben als Kinder nie mit ihnen gebetet. Als Erwachsene fehlen ihnen die richtigen Worte, wenn sie sie am dringendsten brauchen.

Sicher kennen Sie den Roman „Das doppelte Lottchen“ von Erich Kästner aus dem Jahr 1949, verfilmt 1950. Die bei der Scheidung ihrer Eltern als Babys getrennten Zwillinge Luise und Lotte treffen sich im Alter von neun Jahren zufällig in den Ferien und schlüpfen in die Rolle der jeweils

anderen. Als ihre Eltern nach vielen Irrungen dahinter gekommen sind und darüber beraten, ob die Mädchen zusammenbleiben dürfen oder ob sie wieder getrennt werden sollen, stehen die Kinder vor der Tür des Zimmers, in dem sich ihr Schicksal entscheidet. Da sagt die eine zur anderen: „Jetzt müssten wir ein Gebet sprechen, weißt du eines?“ Da sagt die andere: „Komm Herr Jesus, sei du unser Gast und segne, was du uns bescheret hast.“

Beim ersten Hinhören könnte man diese Szene für amüsant halten, scheint sich das Gebetsreservoir des einen Mädchens doch auf ein einfaches Tischgebet zu reduzieren, das dann eben auch in einer völlig unpassenden Situation herangezogen werden muss, mangels Alternativen. Aber vielleicht war dieses Gebet doch nicht so unpassend, sondern traf den Nagel auf den Kopf. Was sollte man denn an einem

solchen entscheidenden Wendepunkt des eigenen Lebens anderes sagen als: Komm Herr Jesus und gib deinen Segen zu allem, was du für uns bereithältst. Besser kann man es eigentlich nicht ausdrücken. Und ein Zweites wird aus der Szene deutlich: Es hilft, wenn man feste Gebete hat, auf die man zurückgreifen kann. Denn das freie Formulieren ist nicht jedermanns Sache, und in einer angespannten Situation ohnehin nicht.

Auch unser heutiger Predigttext ist ein Gebet, genauer ein Fürbittengebet, ein Gebet für andere. Im 3. Kapitel des Epheserbriefes lesen wir:

14 Deshalb beuge ich meine Knie vor dem Vater,  
15 von dem jedes Geschlecht im Himmel und auf Erden seinen Namen hat,

16 dass er euch Kraft gebe nach dem Reichtum seiner Herrlichkeit, gestärkt zu werden durch seinen Geist an dem inwendigen Menschen,

17 dass Christus durch den Glauben in euren Herzen wohne. Und ihr seid in der Liebe eingewurzelt und gegründet,

18 damit ihr mit allen Heiligen begreifen könnt, welches die Breite und die Länge und die Höhe und die Tiefe ist,

19 auch die Liebe Christi erkennen könnt, die alle Erkenntnis übertrifft, damit ihr erfüllt werdet, bis ihr die ganze Fülle Gottes erlangt habt.

20 Dem aber, der überschwänglich tun kann über alles hinaus, was wir bitten oder verstehen, nach der Kraft, die in uns wirkt,

21 dem sei Ehre in der Gemeinde und in Christus Jesus durch alle Geschlechter von Ewigkeit zu Ewigkeit! Amen.

Der Herr segne an uns dieses Wort.

Ephesus, eine antike Metropole mit einer christlichen Gemeinde, die von Paulus gegründet wurde. Heute wissen wir, dass der Epheserbrief nicht von Paulus geschrieben wurde, sondern von einem seiner Schüler, der dieser Gemeinde in Ephesus, vielleicht auch anderen Gemeinden in Kleinasien, im Sinne seines Lehrers einige wichtige Dinge mitzuteilen hatte. Seine zentrale Botschaft lautet, dass die Heiden Miterben Jesu Christi sind und zu seinem Leib gehören, dass sich das Evangelium auch an sie richtet. Dann betet er für die Gemeinde.

Lassen Sie uns heute bei diesem unbekanntem Verfasser des Epheserbriefes in die Schule des

Betens gehen. Betrachten wir unseren Predigttext genauer und werfen wir immer wieder einige Seitenblicke auf einen anderen großen Lehrer des Betens, Martin Luther. 1535 unterrichtete Luther seinen Freund, den Barbiermeister Peter, in einer kleinen Schrift über das richtige Beten. Vielleicht gelingt es, im Zwiegespräch unseres Predigttextes mit dem erfahrenen Beter Martin Luther zu entschlüsseln, worauf es beim Beten ankommt.

Zum Beten gehört erstens die richtige Haltung. Der Verfasser unseres Predigttextes beugt seine Knie, ein Gestus, der im Protestantismus heute nur noch selten gebraucht wird. Mit Ausnahme von streng lutherischen Gemeinden, die das Knien während des Abendmahls oder beim Segen noch immer praktizieren, kennen die meisten evangelischen Gemeinden nur noch das Sitzen oder das Stehen im Gottesdienst. Gekniet

wird nur noch bei besonderen Segenshandlungen wie der Konfirmation, der Hochzeit oder der Ordination. Im katholischen Katechismus ist das Knien während des Hochamtes aber noch immer vorgeschrieben, im Reformiertentum wird es strikt abgelehnt.

Wie auch immer man sich zu diesen Äußerlichkeiten stellen mag: wer betet, sollte sich sammeln und konzentrieren und dies auch in seiner äußeren Haltung zum Ausdruck bringen. Luther empfiehlt das Niederknien oder Stehen zum Gebet. In seiner unnachahmlichen Weise bringt er das Entscheidende auf den Punkt: Bevor man betet, muss das Herz warm werden und zu sich selber kommen. Zum richtigen Beten muss man sich also vorbereiten, aufwärmen wenn Sie so wollen. Dann kniet man sich hin oder steht mit gefalteten Händen und zum Himmel gerichtetem Blick. Man kann laut



sprechen oder das Gebet nur in Gedanken verrichten. Wichtig ist aber, dass man es so kurz wie möglich hält. Es ist wie mit einem Barbier, sagt Luther: Wenn der mit seinen Gedanken nicht bei den Haaren oder beim Bart ist, dann schneidet er seinem Kunden in Mund, Nase oder Kehle. Ein rechtes Gebet richtet seine Aufmerksamkeit jedoch gar fein auf alle Worte und Gedanken vom Anfang bis zum Ende.

Zum Beten gehört zweitens das Wissen darum, an wen das Gebet zu richten ist. „Deshalb beuge ich meine Knie vor dem Vater, von dem jedes Geschlecht im Himmel und auf Erden seinen Namen hat“, heißt es im Epheserbrief. Das Gebet richtet sich an Gott direkt, an den Vater, an den Schöpfer. Als Gottes Kinder haben wir das Recht, Gott um etwas zu bitten. Das mag uns selbstverständlich vorkommen, ist es aber keineswegs. Dass wir mit unserem Gebet direkt

vor Gott stehen, dass wir keine Mittler, keine Fürbitter brauchen, die ein gutes Wort bei Gott für uns einlegen, das ist erst wieder eine Grundeinsicht der Reformation: Der Christ steht unmittelbar zu Gott. Für Luther ist es klar, dass der Barbier Peter sein Gebet an den himmlischen Vater zu richten hat, nicht an irgendeinen Heiligen oder an Maria.

Zum Gebet gehört drittens ein entsprechendes Gebetsanliegen. In unserem Predigttext sind es vier Dinge, um die gebeten wird:

a) Zunächst: Gott soll Kraft geben, er soll seinen Geist schicken und den inneren Menschen stärken. Für den Verfasser des Epheserbriefes ist es klar, dass es Gott ist, der auf den Menschen zugehen muss, indem er ihn durch den Heiligen Geist im Inneren anspricht. Für Luther ist das tatsächlich etwas, was sich im Gebet ereignen kann: Der Heilige Geist kann dem Menschen ins

Herz predigen. Wenn das passiert, dann soll man stille sein, zuhören und alles aufschreiben.

b) Dann: Gott soll Glauben schenken, damit Christus in unseren Herzen wohnen und dort die Liebe einwurzeln kann. Das Gebet um Glauben und Liebe, diese ewigen Defizite des Menschen, ist der Kern, um den es in jedem Gebet gehen sollte. Weil das so ist, weil wir immer wieder schwach werden, weil der Glaube und die Liebe jeden Tag neu erobert werden müssen, sollen wir täglich beten, immer wieder um dasselbe bitten. Der Teufel unternimmt alles, so sagt Luther, um uns im Beten faul und lässig zu machen, und wir schwachen Menschen sind nur allzu gern bereit, unserer Trägheit nachzugeben. Deshalb müssen wir jeden Tag gegen unsere Kälte und unsere Unlust neu angehen. Das Gebet soll „oft und hitzig sein“, so erklärt es Luther dem Barbier Peter.

c) Weiter: Gott soll Erkenntnis schicken, damit wir die Breite, Länge, Höhe und Tiefe begreifen können. Offensichtlich geht es bei diesem Gebetsanliegen unseres Predigttextes um die Erkenntnis Gottes, um die wir ihn bitten sollen. Auch Luther liegt der Gedanke nicht fern, dass uns im Gebet der Geist Gottes begegnet und dass er uns im Herzen belehrt. Das Gebet ist gleichsam ein Erkenntnisakt, es führt uns zu neuen Einsichten. Für Luther ist es jedoch klar: Nicht jede Eingebung ist eine göttliche Erkenntnis, sondern jede Erkenntnis muss mit Gottes Wort in der Bibel im Einklang stehen.

d) Schließlich: Gott soll uns die höchste Erkenntnis geben, die ein Mensch in diesem Leben haben kann, nämlich die Erkenntnis der Liebe Christi. Das Opfer Christi am Kreuz aus Liebe für die Menschen ist uns unbegreiflich. Das Gebet hilft uns, dieses Wunder ein Stück

weit zu erfassen. Ich verstehe den Verfasser des Epheserbriefes so, dass der Mensch die ganze Fülle Gottes, die volle Erkenntnis, erst nach seinem Tod erlangen kann. Bis dahin sind wir aber ebenfalls zur Erkenntnis fähig, wenngleich nur zu einer unvollständigen.

Kraft, Glauben, Liebe, Erkenntnis Gottes und Erkenntnis der Liebe Christi – diese Gebetsanliegen des Verfassers des Epheserbriefes legen die Latte hoch für das, was wir von Gott erbitten sollen. Luther steht da näher an der Lebenswirklichkeit einfacher Menschen. Er empfiehlt, das Vaterunser oder die Zehn Gebote zur Grundlage des Betens zu machen, eine Bitte oder ein Gebot herauszugreifen und daran das Gebet festzumachen. Auch ein Psalm oder ein Bibelspruch können denselben Zweck erfüllen. Als erstes am Morgen und als Letztes am Abend

soll man sein Gebet verrichten, nicht lang, aber so, dass man im Herzen ein Feuer entzündet. Und wenn man einmal gar keine Zeit zum Beten hat, dann gilt: „Wer treulich arbeitet, der betet damit zwiefältig.“ Wenn ein gläubiger Mensch, so sagt Luther, bei seiner Arbeit Gott fürchtet und ehrt und an sein Gebot denkt, dann machen solche Gedanken und ein solcher Glaube aus der Arbeit ein Gebet und Lobopfer.

Das Beten muss gelernt sein. Wenn man es richtig macht, dann bewirkt es etwas, so tröstet Luther den Barbier Peter. Was man als Grundlage nimmt, das Vaterunser oder ein anderes Stück, ist am Ende gleichgültig, wenn man nur mit warmem Herzen betet. Im Notfall tut es auch ein Tischgebet wie beim doppelten Lottchen.

Und der Friede Gottes, der höher ist als alle Vernunft, bewahre unsere Herzen und Sinne in Christus Jesus, Amen.