



# Der Heilige Stuhl

---

PAPST FRANZISKUS **GENERALAUDIENZ** *Bibliothek im Apostolischen Palast*

*Mittwoch, 21. April 2021* **[Multimedia]**

---

*Liebe Brüder und Schwestern, guten Tag!*

Das Gebet ist Dialog mit Gott; und jedes Geschöpf »spricht« in gewissem Sinne mit Gott. Beim Menschen wird das Gebet zum Wort, zur Bitte, zum Gesang, zur Poesie... Das göttliche Wort ist Fleisch geworden, und im Fleisch eines jeden Menschen kehrt das Wort im Gebet zu Gott zurück.

Die Worte sind unsere Geschöpfe, aber sie sind auch unsere Mütter, und in gewissem Sinne prägen sie uns. Die Worte eines Gebetes lassen uns ohne Gefahr durch ein finsternes Tal gehen, sie führen uns zu grünen Auen und zu Ruheplätzen am Wasser, lassen uns Mahl halten vor den Augen eines Feindes, wie der *Psalm* uns zu beten lehrt (vgl. *Ps 23*). Die Worte entstehen aus den Empfindungen, aber es gibt auch den umgekehrten Weg: wenn die Worte die Empfindungen formen. Die Bibel erzieht den Menschen, dafür zu sorgen, dass alles im Licht des Wortes geschieht, dass nichts Menschliches ausgeschlossen, zensiert wird. Vor allem der Schmerz ist gefährlich, wenn er verdeckt bleibt, ins uns verschlossen... Ein in uns verschlossener Schmerz, der nicht zum Ausdruck kommen oder sich Luft machen kann, kann die Seele vergiften; er ist tödlich. Aus diesem Grund lehrt uns die Heilige Schrift, mitunter auch mit kühnen Worten zu beten.

Die biblischen Autoren wollen uns nicht täuschen über den Menschen: Sie wissen, dass in seinem Herzen auch wenig erbauliche Empfindungen hausen, ja sogar Hass. Keiner von uns wird als Heiliger geboren, und wenn diese schlechten Empfindungen an die Tür unseres Herzens klopfen, dann muss man in der Lage sein, sie durch das Gebet und durch das Wort Gottes zu entschärfen. In den *Psalmen* finden wir auch sehr harte Ausdrücke gegen die Feinde – die geistlichen Meister lehren uns, diese Ausdrücke dem Teufel und unseren Sünden zuzuschreiben. Dennoch sind es Worte, die zur menschlichen Wirklichkeit gehören und die in den Schoß der Heiligen Schriften gelangt sind. Sie sind dort, um uns zu bezeugen: Wenn es angesichts der Gewalt keine Worte gäbe, um die schlechten Empfindungen unschädlich zu machen, um sie so einzudämmen, dass sie keinen Schaden zufügen, dann würde die ganze Welt darin untergehen.

Das erste menschliche Gebet ist immer ein mündliches Gebet. Zuerst bewegen sich immer die Lippen. Auch wenn wir alle wissen, dass beten nicht bedeutet, Worte zu wiederholen, so ist das mündliche Gebet dennoch das sicherste, das immer gepflegt werden kann. Die Empfindungen dagegen, so edel sie auch sein mögen, sind stets unsicher: Sie kommen und gehen, sie verlassen uns und kehren zurück. Und nicht nur das: Auch die Gnaden des Gebets sind unvorhersehbar: In einem Augenblick sind die Tröstungen überreich, aber in den dunkelsten Tagen scheinen sie völlig zu verpuffen. Das Herzensgebet ist geheimnisvoll, und in bestimmten Augenblicken verflüchtigt es sich. Das Lippengebet, das man im Chor flüstert oder spricht, ist dagegen stets verfügbar und notwendig wie die Handarbeit. Im *Katechismus* heißt es: »Das mündliche Gebet gehört unverzichtbar zum christlichen Leben. Christus lehrt die Jünger, die sich vom stillen Gebet ihres Meisters angezogen fühlen, ein Gebet zu sprechen: das Vaterunser« (Nr. 2701). »Lehre uns beten«, bitten die Jünger Jesus, und Jesus lehrt ein mündliches Gebet: das Vaterunser. Und in jenem Gebet liegt alles. Wir sollten alle die Demut gewisser alter Menschen haben, die in der Kirche – vielleicht weil ihr Gehör nicht mehr gut ist – die Gebete, die sie als Kinder erlernt haben, mit leiser Stimme sprechen und so das Kirchenschiff mit Gemurmel erfüllen.

Jenes Gebet stört die Stille nicht, sondern bezeugt die Treue zur Pflicht des Gebets, das das ganze Leben hindurch praktiziert wurde, ohne jemals weniger zu werden. Diese Beter des demütigen Gebets sind oft die großen Fürsprecher der Pfarrgemeinden: Sie sind die Eichen, die von Jahr zu Jahr die Baumkrone erweitern, um einer größeren Zahl von Menschen Schatten zu bieten. Nur Gott weiß, wann und wie sehr ihr Herz mit jenen gesprochenen Gebeten vereint ist: Gewiss waren auch diese Menschen Nächten und Augenblicken der Leere ausgesetzt. Aber dem mündlichen Gebet kann man immer treu bleiben. Es ist gleichsam ein Anker: sich an das Tau anklammern, um dort zu bleiben, treu, was auch immer geschieht.

Wir können alle etwas lernen von der Beständigkeit jenes russischen Pilgers, von dem ein berühmtes Werk der Spiritualität berichtet. Er hat die Kunst des Gebets erlernt, indem er unzählige Male immer wieder dieselbe Anrufung wiederholt hat: »Jesus Christus, Sohn Gottes, Herr, hab Erbarmen mit uns Sündern!« (vgl. *KKK*, 2616; 2667). Er wiederholte nur das. Wenn in seinem Leben Gnaden kommen, wenn er das Gebet eines Tages mit einer solchen Inbrunst spricht, dass er die Gegenwart des Reiches Gottes hier mitten unter uns wahrnimmt, wenn sein Blick sich verwandelt und schließlich zu dem eines Kindes wird, dann darum, weil er ein einfaches christliches Stoßgebet immer wieder gesprochen hat. Am Ende wird es zum Teil seines Atems. Sie ist schön, die Erzählung vom russischen Pilger: Dieses Buch ist für alle verständlich. Ich rate euch, es zu lesen: Es wird euch helfen zu verstehen, was das mündliche Gebet ist.

Wir dürfen also das mündliche Gebet nicht verachten. Jemand könnte sagen: »Das ist doch etwas für Kinder, für ungebildete Menschen; ich strebe nach dem geistigen Gebet, der Meditation, der inneren Leere, damit Gott kommt.« Bitte, man darf nicht in den Hochmut verfallen, das mündliche Gebet zu verachten. Es ist das Gebet der einfachen Menschen, das Jesus uns gelehrt hat: Unser Vater im Himmel... Die Worte, die wir aussprechen, nehmen uns an die Hand; in irgendeinem

Augenblick geben sie den Genuss zurück, wecken auch das trügste Herz; erwecken Empfindungen neu, an die wir bereits die Erinnerung verloren hatten, und sie führen uns an der Hand zur Erfahrung Gottes. Und vor allem richten nur sie ganz sicher die Fragen an Gott, die er hören will. Jesus hat uns nicht im Ungewissen gelassen. Er hat zu uns gesagt: »Wenn ihr betet, so sprecht.« Und er hat das Gebet des Vatersunsers gelehrt (vgl. *Mt 6,9*).

\* \* \*

Herzlich grüße ich die Brüder und Schwestern deutscher Sprache. Das mündliche Gebet hilft uns, im Beten treu und beharrlich zu sein, vor allem dann, wenn wir Momente der Leere erfahren. Der Heilige Geist leite uns im Gebet und im Leben nach dem Wort Gottes.