



Gebet und Meditation



1

...der Kern religiösen Glaubens ist ein mystisches Empfinden, das den Menschen mit Gott vereint. Diese Haltung der geistigen Verbindung läßt sich erreichen und bewahren durch Meditation und Gebet, und das ist der Grund, warum Bahá'u'lláh die Andacht in ihrer Bedeutung so sehr betont. Für einen Gläubigen ist es nicht genug, nur die Lehren anzunehmen und zu befolgen. Er muß darüber hinaus den Sinn für Geistigkeit entwickeln, den er hauptsächlich durch das Gebet erwerben kann. Wie alle anderen göttlichen Religionen ist also der Bahá'í-Glaube im Grunde mystisch angelegt. Sein Hauptziel ist die Entwicklung des einzelnen und der Gesellschaft durch den Erwerb geistiger Tugenden und Kräfte. Es ist die Seele des Menschen, die zuerst genährt werden muß, und das Gebet versorgt am besten mit dieser geistigen Nahrung. Die Gesetze und Institutionen, die Bahá'u'lláh vorsieht, können ihre Wirkung nur dann voll entfalten, wenn unser inneres geistiges Leben vervollkommenet und umgestaltet ist. Sonst wird Religion zur bloßen Organisation entarten, zu einer toten Hülse.“

Shoghi Effendi, Macht des Gebets, S.23



Es gibt nichts Lieblicheres in der Welt des Seins als das Gebet! Die Menschen müssen in einem Gebetszustand leben. Der gesegnetste Zustand ist der des Betens und Flehens. Gebet ist Zwiesprache mit Gott. Die größte Fähigkeit oder der lieblichste Zustand ist kein anderer als die Zwiesprache mit Gott. Sie schafft Geistigkeit, Bewusstheit und himmlische Gefühle, sie erzeugt neue Anziehungen vom Königreich und erweckt die Empfänglichkeit der geistigen Natur.

'Abdu'l-Bahá, zitiert in Ruhi-Buch 1, Gebet – Abschnitt 3

Mahatma Gandhi

1869 -1648, indischer Rechtsanwalt, politischer sowie geistiger Führer der indischen Unabhängigkeitsbewegung.

Beten ist nicht bitten.

Es ist ein Sehnen der Seele.

Es ist das tägliche Eingeständnis der eigenen Schwachheit. Es ist besser, in das Gebet ein Herz ohne Worte zu legen, als Worte ohne Herz. Das Gebet ist der Schlüssel für den Morgen und der Türriegel für den Abend.



Die Weisheit des Gebets besteht darin, dass es eine Verbindung zwischen Dem Diener und dem Einen Wahren schafft, denn im Gebet wendet der Mensch sein Antlitz mit ganzem Herzen und mit ganzer Seele der Erhabenheit des Allmächtigen zu, sucht Seine Gemeinschaft und sehnt sich nach Seiner Liebe und Barmherzigkeit.

'Abdu'l-Bahá, Göttliche Lebenskunst, S. 29

Sören Kierkegaard

1813 -1855, dänischer Philosoph, Theologe und religiöser Schriftsteller

Als mein Gebet immer andächtiger und innerlicher wurde, da hatte ich immer weniger und weniger zu sagen. Zuletzt wurde ich ganz still. Ich wurde, was womöglich noch ein größerer Gegensatz zum Reden ist, ich wurde ein Hörer. Ich meinte erst, Beten sei Reden. Ich lernte aber, dass Beten nicht bloss Schweigen ist, sondern Hören. So ist es: Beten heisst nicht, sich selber reden hören. Beten heißt: Still werden und still sein und warten bis der Beter hört.



Durch die Fähigkeit der Meditation erwirbt der Mensch ewiges Leben, durch sie erreicht ihn der Odem des Heiligen Geistes - die Segnung des Heiligen Geistes wird ihm durch Überlegung und Meditation gegeben. Der Menscheng Geist erhält Kenntnisse und neue Kraft durch die Meditation. Durch sie werden Dinge, von denen der Mensch nichts wußte, vor seinen Augen ausgebreitet. Durch sie empfängt er göttliche Eingebung, durch sie erhält er himmlische Nahrung. Meditation ist der Schlüssel zu den Toren der Geheimnisse. In diesem Zustand löst sich der Mensch von sich selbst; er zieht sich in diesem Zustand zurück von allen Dingen der Außenwelt. In dieser subjektiven Verfassung taucht er ein in das Meer geistigen Lebens und kann die Geheimnisse der Dinge an sich enthüllen.

Abdu'l Baha

7 Anselm Grün

1945, Benediktinerpater, Autor spiritueller Bücher, Referent zu spirituellen Themen, geistlicher Berater

Wenn wir uns in den Gebetsgebärden Gott gegenüber öffnen, dann tun sich auch in unserem Leib und in unserer Seele Räume auf, die sonst verschlossen bleiben. Und so können wir uns neu erfahren, als Menschen, die nicht von der Erde sind und an ihr haften, die vielmehr ihren Ursprung in Gott haben und als Söhne und Töchter Gottes eine innere Weite und Freiheit atmen, wie wir sie in unseren alltäglichen Rollen kaum einmal verspüren können.“



11



8

Die Fähigkeit des Meditierens befreit den Menschen von seiner tierischen Natur, läßt ihn die Wirklichkeit der Dinge deutlich sehen und bringt ihn in Verbindung mit Gott. Diese Fähigkeit bringt Künste und Wissenschaften aus dem Bereich des Unsichtbaren hervor. Erfindungen werden durch sie ermöglicht, gewaltige Unternehmungen ins Leben gerufen. Durch sie können Regierungen reibungslos arbeiten. Durch diese Fähigkeit betritt der Mensch das Reich Gottes.

Abdu'l Baha



Sprecht die Verse Gottes jeden Morgen und jeden Abend.

Wer versäumt, sie zu sprechen, ist Gottes Bund und Seinem Testament nicht treu, und wer sich an diesem Tage von den heiligen Versen abkehrt, zählt zu denen, die sich seit Ewigkeit von Gott abgekehrt haben.

Fürchtet Gott, o Meine Diener !

Rühmt euch nicht der langen Schriftlektüre und vieler frommer Handlungen bei Tag und Nacht.

So jemand einen einzigen Vers in Freude und Heiterkeit liest, ist es besser für ihn, als wenn er ermüdet alle Bücher Gottes liest, *des Helfers in Gefahr, des Selbstbestehenden*. Lest Gottes Verse in solchem Maße, dass nicht Schwäche und Verzagtheit euch überkommen.

Bürdet euren Seelen nicht auf, was sie ermattet und niederdrückt, sondern gebt ihnen, was sie erleichtert und emporhebt, so dass sie sich auf den Flügeln der Verse Gottes aufschwingen zum Dämmerort Seiner offenbaren Zeichen.

Dies wird euch Gott näher bringen, wenn ihr es nur begriffet.

Bahá'u'lláh, Kitáb-i-Aqdas, K. 149



9

Die Hinübergegangenen haben Eigenschaften, sie sich von denen derer, die noch auf Erden sind, unterscheiden, doch gibt es hier keine wirkliche Trennung. Im Gebet gibt es eine Verschmelzung der Stufe, eine Verschmelzung des Zustands. Bete für sie, wie sie für dich beten.

Abdu'l Baha

10 Mutter Theresa

1910 -1997, gründete Orden der „Missionarinnen der Nächstenliebe“

Die Frucht der Stille ist das Gebet.
Die Frucht des Gebetes ist der Glaube.
Die Frucht des Glaubens ist die Liebe.
Die Frucht der Liebe ist das Dienen.
Die Frucht des Dienens ist der Friede.

„Der Mensch ist von Gott nie weiter entfernt als ein Gebet.“

