

Die Betrachtung eines
Bildes kann helfen, mit
Gott ins Gespräch zu
kommen



BETEN MIT BILDERN

Beten mit Bildern

Wenn wir beten, treten wir in Beziehung zu Gott. Beziehung lebt von Begegnung und Gespräch. Manchmal kann es schwierig sein, mit Gott ins Gespräch zu kommen. Das Betrachten eines Bildes in dem Bewusstsein der Gegenwart Gottes und der Hinwendung auf ihn kann helfen, ins Gespräch zu kommen.

Als Bilder eignen sich besonders Darstellungen biblischer Szenen und Gestalten. Sie bringen uns in innere Bewegung, wecken in uns Stimmungen, Gefühle, Sorgen, Hoffnungen ..., über die wir dann mit Gott ins Gespräch kommen können. Und dabei gibt es kein „richtig“ oder „falsch“. Jeden spricht ein Bild individuell an. Und alles, was sich in uns zeigt, darf in der Gegenwart Gottes aufsteigen und da sein.

Es ist sinnvoll, eine gewisse Zeit lang zu Beginn der Gebetszeit das gleiche Vorbereitungsgebet zu sprechen, um in die Haltung der Hinwendung hineinzuwachsen. Mit der Zeit kann daraus auch eine ganz persönliche Formulierung entstehen.

Anleitung zum Beten mit Bildern

Mich einfinden und bereiten

Ich finde mich an meinem Gebetsplatz ein und lege die Zeit fest, wie lange ich beten will. Ich versuche wahrzunehmen, wie es mir jetzt geht, still zu werden und mit dem, was mich bewegt, in die Gegenwart Gottes zu stellen, der liebevoll auf mich schaut. Ich habe jetzt Zeit – für mich – für Gott.

Vorbereitungsgebet

Herr, mein Gott

Du hast mich geschaffen. In Liebe bist du mir zugetan und erhältst mich. Sende mir Deinen Hl. Geist, dass ich immer mehr Deine Wege erkenne und Deine Gegenwart in meinem Leben entdecke.



Bitte, was ich ersehene

Was ist meine Sehnsucht für diese Gebetszeit?
Ich lausche in mich hinein. Ich bleibe nicht schon beim Ersten, was in mir aufsteigt, sondern warte, ob sich da-hinter vielleicht noch eine tiefere Sehnsucht meldet.

Betrachten und verweilen

Ich lege das Bild vor mich, mit dem ich jetzt beten möchte. Ich lasse das Bild auf mich wirken und mich davon ansprechen. Was empfinde ich beim Anschauen? Welche Regungen und Stimmungen löst es in mir aus? Woran erinnert es mich? Ich verweile bei dem Bild und dem, was sich in mir bewegt. Ich bleibe treu bei der Zeit, die ich mir vorgenommen habe.

Mich an Gott wenden

Mit dem, was jetzt in mir lebendig ist, wende ich mich an Gott und komme mit ihm ins Gespräch. Ich kann loben, klagen, bitten, ihm sagen, was vielleicht an Sorgen, Unruhe, Hoffnungen, Sehnsucht in mir ist. Und ich lausche auf die Antwort Gottes.

Rückschau halten

Nach der Gebetszeit schaue ich zurück. Wie ist es mir ergangen? Hat mich etwas überrascht? Sagt es mir etwas über meine Beziehung zu mir, zu meinem Leben, zu Gott?



Johannes der Täufer (Geertgen tot Sint Jans, ca. 1465 bis 1495)

© <http://commons.wikimedia.org>, The Yorck Project: 10.000 Meisterwerke der Malerei. DVD-ROM, 2002. ISBN 3936122202. Distributed by DIRECTMEDIA Publishing GmbH.