

# **Ihn erkennen und dich erkennen (III): Zusammen mit den Heiligen**

Um beten zu lernen, können  
uns jene Frauen und Männer  
helfen, die ihr Leben lang  
gebetet haben: die Heiligen,  
ganz besonders Maria.

24.09.2020

Jesus geht zum ersten Mal öffentlich  
nach Jerusalem. Mit seinen Worten  
und seinen Wundern widmet er sich  
jetzt voll und ganz der Verkündigung

des Gottesreiches. Seit dem Wunder bei der Hochzeit zu Kana verbreitet sich sein Ruf immer mehr. Heimlich, in der Stille und Dunkelheit der Nacht, kommt ein bekannter jüdischer Gelehrter zu ihm, um mit ihm zu reden (*Joh 3, 1*). Nikodemus war innerlich tief bewegt, als er Christus sah und hörte. Durch den Kopf ging ihm vieles, was er persönlich unter vier Augen mit ihm besprechen wollte. Jesus kennt sein ehrliches Herz und sagt ihm: „Wenn jemand nicht aus dem Wasser und dem Geist geboren wird, kann er nicht in das Reich Gottes kommen“ (*Joh 3, 5*).

Das Gespräch geht mit der Frage weiter, die jeder von uns auch gestellt hätte: Was bedeutet das? Ich weiß doch genau, an welchem Tag ich geboren bin, sogar die Stunde – wie kann man denn zweimal geboren werden? Jesus wollte nicht nur, dass Nikodemus die Dinge

verstand, sondern ihm war noch wichtiger, dass er Gott Raum in seinem Leben gab. Denn heilig werden wollen ist wie neu geboren werden, alles in neuem Licht sehen, ein anderer Mensch sein, der sich nach und nach immer mehr in Jesus Christus selbst verwandelt, sodass „sein Leben sich in uns offenbart“[1]. Die Heiligen sind die Wege des Reiches Gottes gegangen, sind auf seine Berge gestiegen, haben ausgeruht in seinen Tälern und lernten auch dunklere Orte kennen. Deshalb sind sie für uns Grund zur Hoffnung. Die Heiligen selbst sind ein Weg, auf dem wir Christus kennenlernen können. Ihre Lebenswege können eine bedeutende Rolle im persönlichen Leben jedes Getauften spielen, der den Wunsch hat, beten zu lernen.

**Maria betet, wenn sie glücklich ist...**

Die Frauen und Männer, die vor uns gelebt haben, bezeugen, dass der lebendige Dialog mit Gott wirklich möglich ist mitten im Auf und Ab des Lebens, das uns manchmal das Gegenteil denken lässt. Maria gibt uns ein ganz wichtiges Zeugnis. Die wunderbare Nähe zu ihrem Sohn Jesus im Familienleben ermöglichte ihr eine ganz vitale Erfahrung vom Gespräch mit dem Vater. Wie in jeder Familie, so gab es auch im Haus von Nazareth gute und schwierige Zeiten. Aber Maria betete immer, ganz gleich, wie ihr Gemütszustand gerade war.

Sie betet zum Beispiel, als sie glücklich ist, kurz nachdem sie die Botschaft des Engels empfangen hat, wie wir wissen. Maria „machte sich auf den Weg und eilte in eine Stadt im Bergland von Judäa“ (*Lk 1, 39*), um ihre Verwandte Elisabeth zu besuchen. Sie hatte erfahren, dass die Familie wuchs, da ein neuer

Neffe geboren werden sollte. Das musste gefeiert werden, umso mehr, als es sich um ein unerwartetes Ereignis handelte; denn Elisabeth und Zacharias waren nicht mehr jung. „Die Beschreibung, die Lukas von der Begegnung der beiden Kusinen gibt, ist von starken Gefühlen geprägt, sie bringt Glück und Freude zum Ausdruck“.[2] Der Heilige Geist enthüllt in diesen Gefühlen dem Täufer und seiner Mutter die physische Gegenwart des Messias.

Kaum hat Maria das Haus betreten, da preist Elisabeth sie mit großer Zuneigung, indem sie Worte benutzt, die später zu einem weltumspannenden Gebet wurden, das wir täglich beten und so teilhaben an dieser Freude: „Gesegnet bist du unter den Frauen, und gesegnet ist die Frucht deines Leibes!“ (*Lk* 1, 42) Maria antwortet, selbst tief bewegt, auf die

Begeisterung ihrer Kusine: „Meine Seele preist die Größe des Herrn und mein Geist jubelt über Gott, meinen Retter.“ In der Tradition ist dieses Gebet das *Magnificat* genannt worden. Es ist ein Lobpreis, der aus Worten Gottes besteht. Benedikt XVI. sagt dazu: „Maria kannte die Heilige Schrift gut. Ihr Lobpreis ist ein Gewebe aus Fäden des Alten Testaments“[3].

Wenn unser Herz dankbar ist für ein Geschenk, das wir erhalten haben, dann jubeln wir in unserem Gespräch mit Gott – vielleicht auch mit Worten der Heiligen Schrift – und erkennen das Große an, das er in unserem Leben gewirkt hat. Das Dankgebet ist grundlegend im Gebet des Christen, ganz besonders in Momenten der Freude.

**...und auch bei Schmerz oder Entmutigung**

Maria betet auch in Momenten der Dunkelheit, wenn sie leidet oder den Sinn der Ereignisse nicht erkennen kann. So zeigt sie uns eine andere wichtige Haltung im Gebet, die im Bericht über den Tod Jesu deutlich zum Ausdruck kommt: „Bei dem Kreuz Jesu standen seine Mutter und die Schwester seiner Mutter“ (*Joh 19, 25*). Maria steht nur da, überwältigt von Schmerz. Sie kann ihren Sohn weder retten noch die Situation verändern. Sie verlangt auch keine Rechenschaft von Gott für das, was sie nicht versteht. Sie achtet nur sehr aufmerksam auf die Worte Jesu, die er mit schwacher Stimme vom Kreuz aus spricht. Sie bekommt eine neue Aufgabe und nimmt sie sofort an: „Frau, siehe dein Sohn“. Dann sagte er zu dem Jünger: „Siehe deine Mutter!“ (*Joh 19, 26-27*). Maria erleidet einen tiefen Schmerz, der für viele Menschen der schlimmste ist, den man erdulden kann: dem Tod eines eigenen Kindes beizuwohnen.

Dennoch bleibt sie so stark, die neue Aufgabe nicht zurückzuweisen. Sie nimmt Johannes als ihren Sohn an, und mit ihm die Menschen aller Zeiten.

Das Gebet im Leid bedeutet vor allem, vor dem eigenen Kreuz nicht wegzulaufen, sondern den Willen Gottes anzunehmen und die Menschen und Situationen zu bejahen, die der Herr uns gibt. Beten beinhaltet, der Wirklichkeit ins Auge zu sehen, selbst wenn sie besonders hart ist, in dem Bewusstsein, dass immer etwas Gutes in ihr steckt, dass Gott immer dahinter steht. So sind wir fähig, diese Menschen und Situationen anzunehmen und wie Maria zu sagen: „Hier bin ich“ (*Lk 1, 38*).

Schließlich erkennen wir im Leben Mariens noch einen anderen Gemütszustand, bei dem sie betet, der anders ist als der in Schmerz und

innerer Dunkelheit. Sie betet zusammen mit dem heilige Josef in einem Moment großer Angst. Auf dem Rückweg ihrer jährlichen Pilgerreise zum Tempel von Jerusalem stellen sie fest, dass ihr zwölfjähriger Sohn nicht da ist. Sie gehen zurück und suchen nach ihm. Als sie ihn schließlich im Gespräch mit den Gesetzeslehrern antreffen, fragt Maria: „Kind, warum hast du uns das angetan? Siehe, dein Vater und ich haben dich mit Schmerzen gesucht“ (*Lk 2, 48*). Auch wir können manchmal Angst empfinden, wenn wir das Gefühl des Ungenügens haben, Dinge nicht schaffen oder meinen, nicht am richtigen Platz zu sein. Dann kann es uns scheinen, als sei alles falsch: unser Leben, die Berufung, die Familie, die Arbeit... Wir denken dann vielleicht: Mein Weg ist nicht so, wie ich ihn mir vorgestellt hatte. Die Pläne und Träume der Vergangenheit erscheinen naiv. Es kann uns

stärken, daran zu denken, dass Maria und Josef eine solche Krise erlebt haben und ihr angsterfülltes Gebet keine klare, beruhigende Antwort bekommen hat: „Warum habt ihr mich gesucht? Wusstet ihr nicht, dass ich in dem sein muss, was meinem Vater gehört? Doch sie verstanden das Wort nicht, das er zu ihnen gesagt hatte“ (*Lk 2, 49-50*).

Wenn wir in diesen angsterfüllten Momenten beten, finden wir oftmals keine einfache oder schnelle Lösung. Was ist dann zu tun? Die Muttergottes lehrt uns den Weg: unserem Leben treu bleiben, in unsere normale Lebenssituation zurückkehren und den Willen Gottes akzeptieren, selbst wenn wir ihn nicht verstehen. Und wie Maria können wir alle diese geheimnisvollen und dunklen Momente im Herzen bewahren, indem wir sie erwägen, sie also in einer betenden Haltung betrachten.

Auf diese Weise werden wir nach und nach spüren, dass die Gegenwart Gottes uns nicht verlassen hat. Wir erleben, wie Jesus in uns wächst und sich wieder bemerkbar macht (vgl. *Lk 2, 51-52*).

## **Biografien, die unserem Leben ähnlich sind**

Maria ist einzigartig in ihrer Gottesnähe, nach der wir uns sehnen; aber auch die Heiligen waren Gott nahe, jeder von ihnen auf ganz persönliche Art. „Jeder Heilige ist wie ein Lichtstrahl, der vom Wort Gottes ausgeht“, lehrt Benedikt XVI. in einem Lehrschreiben, in dem er mehrere Lehrmeister empfiehlt: „den heiligen Ignatius von Loyola in seiner Suche nach der Wahrheit und in der geistlichen Entscheidungsfindung; den heiligen Johannes Bosco in seiner Leidenschaft für die Erziehung der Jugend; den heiligen Johannes Maria

Vianney in seinem Bewusstsein um die Größe des Priestertums als Gabe und Aufgabe; den heiligen Pio von Pietrelcina als Werkzeug der göttlichen Barmherzigkeit; den heiligen Josefmaría Escrivá in seiner Verkündigung des universalen Rufs zur Heiligkeit; die selige Teresa von Kalkutta, Missionarin der Nächstenliebe Gottes für die Ärmsten der Armen“[4].

Es ist nur natürlich, bestimmte Charaktere besonders zu mögen, Menschen, die sich Aufgaben gewidmet haben, die uns anziehen oder die so reden oder schreiben, dass uns ihre Worte unmittelbar berühren. Wenn man das Leben eines oder einer Heiligen durch ihre Texte und Bücher kennt, dann kann man echte Freundschaft mit ihm oder ihr pflegen. Deshalb ist es nicht sinnvoll, nur die außergewöhnlichen Beispiele im Leben der Heiligen hervorzuheben; denn dann besteht

die Gefahr, dass uns ihr Leben weit entfernt von unserem zu sein scheint und schwer nachahmbar. „Denkt nur an Petrus, Augustinus und Franziskus. Mir haben nie jene Lebensbeschreibungen gefallen, die, aus Naivität, aber auch aus Mangel an christlicher Lehre, die Heiligen so darstellen, als wären sie vom Mutterschoß an unfehlbar mit der Gnade Gottes ausgestattet gewesen“, schreibt der heilige Josefmaria, der immer betonte, man solle Menschen nicht idealisieren, nicht einmal die von der Kirche heiliggesprochenen, so als seien sie makellos gewesen. „Nein, die wahren Lebensgeschichten der Heiligen gleichen den unsrigen aufs Haar; sie kämpften und unterlagen, um von neuem, reuevoll den Kampf wieder aufzunehmen“.[5] Diese realistische Sicht macht das Zeugnis der Heiligen viel glaubwürdiger, eben weil sie uns gleichen. Unter ihnen, sagt Papst Franziskus, „sind vielleicht unsere

eigene Mutter, eine Großmutter oder andere Menschen, die uns nahestehen (vgl. 2 *Tim* 1, 5).

Vielleicht war ihr Leben nicht immer perfekt, aber trotz aller Fehler und Schwächen gingen sie weiter voran und gefielen dem Herrn“.[6]

Unser Blick auf das Gebet wird vollständiger, wenn wir sehen, wie es im Leben konkreter Menschen verankert ist. Wenn wir mit den Heiligen vertraut sind, können wir verschiedene Arten zu beten entdecken und von neuem damit beginnen. Es kann uns beispielsweise helfen zu wissen, dass der Psalm 91 für den heiligen Thomas Morus ein großer Trost war in den langen Monaten, die er im Kerker verbringen musste. „Er beschirmt dich mit seinen Flügeln... unter seinen Schwingen findest du Zuflucht... Weil er an mir hängt, will

ich ihn retten“.[7] Dieser Psalm, der einen Märtyrer in der Einsamkeit des Kerkers getröstet hat, angesichts des Todes und des Leides für die Menschen, die er liebte, kann auch uns ein Weg des Gebetes sein in den großen oder kleinen Widrigkeiten des Lebens.

## **Es macht glücklich, sich von Gott angeschaut zu wissen**

Die Vertrautheit mit den Heiligen kann uns helfen, wie sie Gott in den alltäglichen Dingen zu entdecken. Erstaunt lesen wir, was der heilige Jean Marie Vianney, der Pfarrer von Ars, an dem Tag entdeckte, als er sich einem seiner Pfarrkinder näherte. Es war ein Bauer, der nicht lesen konnte, der lange Zeiten vor dem Tabernakel verbrachte. Was tun Sie? fragte ihn der Pfarrer. Und der Mann antwortete in seiner Einfachheit: *Ich schaue Ihn an, und Er schaut mich an.* Mehr war nicht nötig. Diese Antwort

blieb dem Herzen des Pfarrer unauslöschlich eingeschrieben. „Das kontemplative Gebet ist gläubiges Hinschauen auf Jesus“[8], lehrt der Katechismus der katholischen Kirche und zitiert genau diese Episode. Ich schaue Ihn an und – viel wichtiger – Er schaut mich an. Gott sieht uns immer an, aber ganz besonders, wenn wir unsere Augen zu ihm erheben und Seinen Blick der Liebe erwidern.

Eine ähnliche Erfahrung machte der heilige Josefmaria; er war so beeindruckt, dass er später oft davon erzählt hat. Als junger Priester verbrachte er während der ersten Zeit seiner priesterlichen Tätigkeiten jeden Morgen Zeit im Beichtstuhl, wo er auf Leute wartete, die beichten wollten. Er hörte immer wieder ein Klirren von Metall, das ihn etwas beunruhigte und neugierig machte. Eines Tages versteckte er sich hinter der Tür, um den mysteriösen

Besucher zu sehen. Es war ein Mann, der Milchkannen trug und der sich in der offenen Kirchentür an den Tabernakel wandte und sagte: *Herr, hier ist Juan, der Milchmann*. Er blieb einen Augenblick stehen und ging wieder fort. Dieser einfache Mann gab, ohne es zu wissen, ein Beispiel vertrauensvollen Betens, das den jungen Priester erstaunte und ihn wie einen Refrain wiederholen ließ: „Herr, hier ist Josefmaria, der es nicht versteht, dich so zu lieben wie Juan, der Milchmann“[9].

Die Zeugnisse vieler Heiliger aus unterschiedlichen Epochen und Gegenden bestätigen, dass wir uns liebevoll von Gott angeschaut wissen dürfen, da, wo wir sind und so, wie wir sind. Sie sagen es uns auf glaubwürdige Weise, denn sie selbst waren die Ersten, die über diese Entdeckung staunten.

**Ob wach oder schlafend**

Die Heiligen, so sagten wir, helfen uns auch dann, wenn wir sie schwach oder müde erleben.

„Gestern war ich nicht fähig, zwei Avemaria hintereinander aufmerksam zu beten“, vertraute uns der heilige Josefmaria eines Tages, gegen Ende seines Lebens an. „Wenn du wüsstest, wie ich litt! Aber wie immer, betete ich weiter, obwohl es mir schwerfiel und ich nicht wusste, wie ich es machen sollte: Hilf mir, Herr! sagte ich ihm. Du musst die großen Dinge voranbringen, die du mir anvertraut hast; denn du weißt, dass ich nicht einmal in der Lage bin, das Kleinste zu vollbringen. Ich überlasse mich wie immer deinen Händen“.[10]

Auch der junge Philipp Neri betete so: „Herr, halte heute deine Hände über Philipp, denn sonst verrät er dich“[11]. Die selige Guadalupe Ortiz de Landázuri äußerte sich in einem Brief über die große Trockenheit in

ihrem Gebet: „In der Tiefe ist Gott gegenwärtig, aber vor allem wenn ich bete, fühle ich ihn fast nie...“[12]. Und die heilige Therese von Lisieux schrieb: „Ich bin wirklich weit davon entfernt, eine Heilige zu sein, und nichts ist dafür ein stärkerer Beweis als das, was ich jetzt sage: Anstatt mich über meine innere Trockenheit zu freuen, müsste ich sie meiner mangelnden Inbrunst und Treue zuschreiben. Ich müsste traurig darüber sein, dass ich (noch nach sieben Jahren) während des Gebetes und in der Danksagung einschlafe. Aber ich bin nicht traurig... Ich denke, dass die kleinen Kinder ihren Eltern gefallen, ob sie schlafen oder wach sind. Und um ihre Operationen durchzuführen, schläfern die Ärzte ihre Kranken ein“.[13]

Wir brauchen das Zeugnis und die Begleitung der Heiligen, um uns Tag für Tag davon zu überzeugen, dass es möglich ist und sich lohnt, unsere

Freundschaft mit dem Herrn zu pflegen, indem wir uns seinen Händen überlassen. „Wahrhaftig sind wir alle fähig und gerufen, uns der Freundschaft mit Gott zu öffnen, uns nicht aus seinen Händen zu lösen, nicht müde zu werden, immer wieder zum Herrn zurückzukehren und mit ihm zu sprechen, wie man mit einem Freund spricht“[14].

*Carlo de Marchi*

---

[1] Hl. Josefmaria, *Christus begegnen*, Nr. 104.

[2] Worte von Msgr. Fernando Ocáriz in Covadonga, 13.07.2018.

[3] Benedikt XVI., Homilie, 18.12.2005.

[4] Benedikt XVI., *Verbum Domini*, Nr. 48.

[5] Hl. Josefmaria, *Christus begegnen*, Nr. 76.

[6] Franziskus, *Gaudete et exultate*, Nr. 3.

[7] Psalm 91, 4.9.14. vgl. Thomas Morus, *Dialog der Stärke in der Bedrängnis*: Das dritte Buch des Werkes, das während seiner Haft im Londoner Tower entstand, besteht aus einem Kommentar zu den Versen des Psalms 91 (90).

[8] Katechismus der Katholischen Kirche, Nr. 2715.

[9] Vgl. A. Vásquez de Prada, *Der Gründer des Opus Dei*, Köln 2001, Bd. 1, Kap. 8.

[10] Hl. Josefmaria, 26.11.1970, zit. in: J. Echevarría, *Memoria del beato Josemaría*, S. 25.

[11] zit. von Benedikt XVI., in der Audienz vom 01.08.2012.

[12] M. Montero, *En Vanguardia: Guadalupe Ortiz de Landázuri, 1916-1975*, Rialp, Madrid 2019, S. 94.

[13] Hl. Therese von Lisieux, *Geschichte einer Seele, autobiographische Manuskripte*, Manuskript A, folio 76, r°.

[14] J. Ratzinger, „Gott wirken lassen“, in: L'Osservatore Romano, 06.10.2002.

.....

pdf | automatisch generiertes  
Dokument von [https://dev.opusdei.org/  
de-at/article/ihn-erkennen-und-dich-  
erkennen-iii-heilige/](https://dev.opusdei.org/de-at/article/ihn-erkennen-und-dich-erkennen-iii-heilige/) (06.08.2025)