

Sebastian Painadath

Wir alle sind
PILGER

Sebastian Painadath

Wir alle sind

PILGER

Gebete der Welt

Kösel



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100
Das für dieses Buch verwendete FSC-zertifizierte Papier *Opus Praximatt*
liefert die »Deutsche Papier Vertriebs GmbH«.

Copyright © 2010 Kösel-Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
Umschlag: Kaselow-Design, München
Umschlagmotiv: Lothar Hennig, München
Illustrationen: Reinhild Kassing, Kassel
Layout und Herstellung: Armin Köhler, Vaterstetten
Druck und Bindung: Kösel, Krugzell
Printed in Germany
ISBN 978-3-466-36806-8

Weitere Informationen zu diesem Buch und unserem
gesamten lieferbaren Programm finden Sie unter
www.koesel.de

Inhaltsverzeichnis

Einführung	7	Solo Dios basta ...	42
Verzeichnis der Traditionen	12	... Gott genügt	43
Grundgebete	17	Mit brennendem Herzen warte ich ...	44
Unser Vater ...	18	... auf Dich, mein Geliebter	45
... unser Gott!	19	Du vor mir und hinter mir ...	46
Zuflucht nehmen ...	20	... Du oben und unten	47
... durchlichtet werden	21	Du unser Anteil ...	48
Du bist barmherzig ...	22	... Du unser Leben und Streben	49
... und zeitlos	23	Du bist unsere Mutter	51
Schweigen vor dem Geheimnis ..	25	Du gnädige Mutter ...	52
Schweigen möchte ich ...	26	... und gewaltige Gottheit	53
... und an deiner Seite sitzen	27	Jesus, Mutter ...	54
Der Unfassbare ...	28	... Durga, Mutter!	55
... der Verborgenste	29	Halte uns in Deinem Schutz ...	56
Sei Du mein Mut ...	30	... führe uns auf gutem Wege!	57
... sei Du mein Heil!	31	Du, Geberin der Fruchtbarkeit ...	58
Du schufest mich zu dir hin ...	32	... Du, Gestalt der Barmherzigkeit	59
... Du bist mein großes Ich	33	Gestaltende Erde	60
Du bist bei mir	35	... gebärende Erde!	61
Du führst mich ...	36	Trost in der Trauer	63
... Du zeigst mir die Wege	37	In der Nacht meiner Seele ...	64
In Dir geborgen ...	38	... sei Du nicht fern!	65
... von Dir begnadet	39	Du nimmst mir alle Traurigkeit ...	66
Von Dir geführt ...	40	... Du wischst meine Tränen ab	67
... von Dir geschützt	41	Sei mir gnädig ...	68
		... denn ich bin erschöpft	69
		Mir ist der Tag so dunkel ...	70
		... bei Dir ist mein Heil	71

Du hörst auf mein Seufzen ...	72	Du bist der Ursprung ...	108
... Du erhörst mein Flehen	73	... Du strahlst in allem	109
Ich trete vor Dich ...	74	In immer weitere Horizonte	
... und warte mit gefalteten Händen	75	der Freiheit ...	110
		... führ du mich, gnädiges Licht!	111
Gott in der Schöpfung	77		
Deine Gnade belebt unser Sein ...	78	In Menschen Gott begegnen. . . .	113
... Dein Wort befiehlt der Welt	79	Um nach deinem Willen zu handeln ...	114
Die ganze Welt besingt Dein Lob ...	80	... nimm, Herr, und empfang	
... auch ich singe ein Loblied	81	meine ganze Freiheit!	115
Heilig ist Gott, der Herr ...	82	Mache mich zum Werkzeug	
... heilig ist Gott, der Vater aller Dinge	83	deines Friedens ...	116
Vollkommene Weisheit ...	84	... und zum Träger deiner göttlichen	
... ewiges Wort!	85	Güte!	117
Um deine Hoheit zu erkennen ...	86	Im Geben finden wir Glück ...	118
... erleuchte unsere Augen	87	... im Trösten haben wir Freude	119
In die Stille versenke ich mich ...	88	In den Armen dich zu erkennen ...	120
... um den göttlichen Bereich zu erspüren	89	... und barmherzig zu allem zu sein	121
Erde, Wasser, Wälder segnet uns ...	90	In den Erschlagenen Gott erkennen ...	122
... belehrt uns und zeigt uns den Weg!	91	... in den Armen Gott begegnen	123
		Erhebe uns in göttliches Leben ...	124
		... und erfülle unser Herz mit göttlichen	
Licht der Welt	93	Energien!	125
Du bist das Licht der Welt ...	94	Du hast alles erschaffen ...	126
... in deinem Lichte sehen wir das Licht	95	... mögen alle heil werden!	127
Du bist der Leuchtende ...	96		
... in der Schale meines Herzens	97	Segensgebete.	129
Lob dir, O Sonne ...	98	Segen auf unseren Wegen ...	130
... Du Auge der Götter!	99	... Segen in unseren Versammlungen	131
Du wachst in uns auf ...	100	Segen aus der Fülle Gottes ...	132
... mit glänzenden Strahlen	101	... Segen in der ganzen Schöpfung	133
Erhabener Gott ...	102		
... wir preisen Dich!	103	Quellennachweis	134
Von Dir beleuchtet ...	104		
... von Dir beatmet	105		
Schenke mir die Güte ...	106		
... und den Frieden!	107		

Einführung

Das Gebet ist der Herzschlag des religiösen Lebens. Im Gebet befindet sich der Mensch unmittelbar vor der göttlichen Wirklichkeit. Jedes echte Gebet setzt den Betenden in direkte Beziehung zu dieser höchsten Wirklichkeit. So gesehen, transzendiert das Beten die Grenzen der einzelnen Religionen. Es verbindet die Menschen miteinander über Grenzen hinweg in einer universellen geistlichen Pilgergemeinschaft. Die Gedanken und Gefühle, die Sorgen und Schmerzen, die im Gebet ausgedrückt werden, sind allgemeine Erfahrungen. Dank und Lobpreis, die im Beten zum Ausdruck kommen, sind universelle Antworten auf den (oder an den) Transzendenten. Im Gebet erfahren wir Menschen, dass unser Leben ein Prozess auf die letzte Einung mit dem höchsten Wesen hin ist, das in den meisten Religionen als Gott bezeichnet wird. Im Beten erfahren wir Menschen, dass wir alle wie Zweige an einem Baum sind: miteinander und mit dem göttlichen Grund verbunden.

Diese tiefe Einheit der Erfahrung trotz der unterschiedlichen Formen des Betens zu verdeutlichen, ist das Anliegen dieses Gebetbuches. Die hier gesammelten 100

Gebete sind in einem Zeitraum von 5000 Jahren der Entwicklung der Menschheit verfasst worden. Sie sind in voneinander weit entfernten Kulturräumen entstanden und von den einander unbekanntenen Religionen formuliert worden. In diesem Sinne sind sie eine Sammlung von *fremden* Gebeten. Die Anredeformen und die Gebetsanliegen, die Symbole und die Metaphern sind sehr vielfältig. Die zugrunde liegenden Gottesbilder und die sie tragenden Glaubensauffassungen sind sehr verschiedenartig.

Doch wer in die Tiefe spürt, nimmt die alles verbindende Erfahrungseinheit wahr. Wer sich mit einer Grundoffenheit gegenüber dem *Geist, der weht, wo er will*, die Gebete aneignen könnte und sie mit echtem Vertrauen als eigene Gebete zu verwenden sucht, wird ahnen, wie alle Menschen aus verschiedenen Religionen und Kulturen in Gottes Gegenwart eigentlich eine einzige Gemeinschaft bilden. Die Unterschiede in den Formen und Sprachen der Gebete sollen respektiert und gleichzeitig sollen die in der Tiefe konvergierenden Spuren der mystischen Einheit wahrgenommen werden. Darum geht es in dieser Gebetssammlung.

Wenn Sie das Buch irgendwo aufschlagen, finden Sie zwei Gebete auf den beiden nebeneinanderstehenden Seiten. Lesen Sie die beiden Gebete meditativ, so werden Sie gemeinsame Gebetsanliegen und Erfahrungselemente in beiden Gebeten erkennen können. Manchmal vermutet man, die beiden Texte seien in einer Religion entstanden oder könnten von ein und demselben Verfasser stammen. Doch zwischen den beiden Gebeten liegen oft eine weite Welt, eine große Spanne in Zeit und Raum, eine weite Entfernung bezüglich der Kultur und Religion, in der sie entstanden sind. Am jeweiligen Signet erkennen Sie, aus welchem religiösen Mutterboden die einzelnen Gebete stammen. An der kurzen Erklärung zu jedem Gebet sehen Sie, aus welcher Kultur der Text kommt. Es ist faszinierend zu erkennen, wie echte spirituelle Erfahrungen sich in der Tiefe treffen und eine wachsende Einheit bilden.

Wir leben heute in einem dialogischen Zeitalter der geistigen Entwicklung der Menschheit. Weltweit wächst das Bewusstsein der spirituellen Einheit der Menschheit. Das II. Vatikanische Konzil (1962–1965) erkennt an, dass – trotz aller Unterschiede – die Menschheit eine *Familie* bildet. Darum will die katholische Kirche »die geistlichen Güter und ethischen Werte der anderen Religionen anerkennen, wahren und fördern« (*Nostra*

Aetate, 1–2). Im Jahr 1977 veröffentlichte der Weltkirchenrat die Richtlinien für den Dialog mit anderen Religionen. Dort heißt es: »Wir Christen sollen mit Reue und Demut, mit Freude und Glaubwürdigkeit mit den Andersglaubenden umgehen, denn wir stellen bei ihnen eine echte Spiritualität fest, ein Engagement sowie eine Weisheit und Barmherzigkeit, die unsere Überheblichkeit, mit der wir über andere Urteile fällen, infrage stellt.« Eine glaubwürdige Form, die geistigen Erfahrungen und religiösen Symbole der anderen Religionen zu respektieren, ist, ihre Gebete zu schätzen. Das Beten artikuliert die Grundsehnsucht des Menschen nach Heil und daher verbindet es die Herzen der Menschen über alle Grenzen hinweg. Der Gebetstag der Weltreligionen in Assisi, 1986, war ein zukunftsweisendes Ereignis. Im Rückblick darauf sagte Papst Johannes Paul II.: »Im Beten können wir den wunderbaren Ausdruck der Einheit erkennen, die uns über die Unterschiede der Religionen hinweg verbindet. Jedes authentische Gebet ist vom Heiligen Geist hervorgerufen, der auf geheimnisvolle Weise im Herzen eines jeden Menschen präsent ist« (Rom, 22.12.1986).

Viele der hier gesammelten Gebete sprechen die unbenennbare, unbegreifliche, geheimnisvolle Wirklichkeit des Göttlichen an. Sie erinnern uns ständig daran, dass das Göttliche letztlich durch kein

Bild dargestellt und durch keinen Namen angesprochen werden kann. *Deus semper maior!* Gott ist immer größer! Gott ist größer als unsere Herzen und Religionen, größer als unsere Gebete und Gedanken. Darum geht es letztlich in diesen Gebeten: sich von diesem unfassbaren Geheimnis des Göttlichen in Stille und im Staunen treffen lassen, denn es wird als *das Eine* grundsätzlich im Schweigen wahrgenommen.

In vielen Gebeten wird dieses Eine als Person angesprochen, denn der Mensch als personhaftes *Ich* sehnt sich nach einer Begegnung mit dem göttlichen *Du*. Indem eine *Ich-Du-Beziehung* die Grundstruktur des Betens bildet, finden wir in allen Kulturen und Religionen Du-hafte Formen des Formlosen. Im Beten wird das formlose *Göttliche* zum formhaften *Gott*. Im Beten wird Gott als personales *Gegenüber* angesprochen, während in der kontemplativen Stille das Göttliche als tragender *Seinsgrund* wahrgenommen wird. Die Gottesbilder entfalten sich in Namen und Symbolen, die sich auf Naturkräfte, mythische Gestalten sowie geschichtliche Personen beziehen. Die Vielfalt der Gottesbilder und Gebetsformen soll respektiert werden und sie dürfen als Bestandteile des geistigen Entwicklungsprozesses der gesamten Menschheit betrachtet werden. So gesehen gehören alle diese Gebete zum gemeinsamen geistigen Erbe der gesamten Menschheit.

In der Frühphase der geistigen Entwicklung der Menschheit haben unsere Vorfäter und Vormütter die Kräfte der Natur angesprochen und um Heil und Segen gebetet. Vor allem wurden die Sonne und die Erde angesprochen. Es geht in solchen naturverbundenen Gebeten nicht um die Vergöttlichung der Gegenstände der Natur; eher hat man die Leben spendende Kraft des Göttlichen durch die Kräfte der Natur wahrgenommen. Man betrachtete den Kosmos als einen sakralen Raum und ging mit den Dingen der Natur in Achtung und Dankbarkeit um. So ist das Beten in staunender Zuwendung zur Sonne eine universale Bitte um Licht und Kraft. Die Gebete, die an die Erde gerichtet werden, erwecken Dankbarkeit für Schutz und Speise. Ein Grundvertrauen, das aus einer tiefen Verbundenheit mit der Natur entsteht, schwingt in all diesen Gebeten mit. Sie enthalten in der Zeit der heutigen ökologischen Krise eine Heilsbotschaft. Sie inspirieren uns, das Staunen vor den Wundern der Natur nicht zu verlieren und die Verantwortung zur Bewahrung der Schöpfung als eines sakralen Raumes nicht zu vergessen.

In späteren Phasen ihrer Entwicklung haben sich die Menschen in allen Kulturen vielfältige mythische Gestalten vorgestellt und sie im Gebet angesprochen. Diese Gestalten sind nicht Produkte wilder Fantasie, sondern sie entstehen aus

den tieferen Schichten des kollektiven Unterbewusstseins. Ihre Formen und Farben sind von den jeweiligen Kulturen bestimmt, aber ihre Grundmuster entfalten sich überall aus der Psyche eines jeden Menschen. Ein geistiger Umgang mit den mythischen Symbolen, wie er in solchen Gebeten geschieht, reinigt die tiefen Schichten der Psyche und führt zu innerem Heil. So wird z.B. im Gebet zu der babylonischen Göttin *Isthar* und zu der hinduistischen Göttin *Durga* die das Böse überwindende Kraft Gottes vermittelt (S. 53, 55); im homerischen Hymnus der Griechen und im vedischen Hymnus der Inder wird die Sakralität der Erde angesprochen (S. 60, 61); im ägyptischen Gebet zu *Ptah* und im schintoistischen Gebet zu den *Kami* werden Frieden und Harmonie erfahren (S. 96, 119); in der Verehrung der buddhistischen *Kuan-yin* und des hinduistischen *Krishna* wird Vertrauen geweckt (S. 56, 44). Wenn wir bereit sind, über die mythische Sprache hinaus in die mystische Tiefe einzutauchen, werden wir spüren, wie solche Gebete unsere tiefen Schichten ansprechen und uns von Urängsten befreien können.

Dann gibt es eine ganze Reihe von Gebeten, die an Heilsvermittler gerichtet werden, die in der Geschichte erschienen sind. In solchen Personen erkennen die Betenden das der Welt zugewandte Gesicht des Göttlichen. Das Leben und das

Lehren dieser Heilsvermittler machen deutlich, dass unsere Geschichte die Geschichte Gottes mit uns ist. In jedem Menschen Gottes Gegenwart zu erkennen und barmherzig mit den anderen umzugehen – das ist die universale Botschaft, die in solchen Gebeten vermittelt wird. So können wir die an Jesus Christus gerichteten Gebete verstehen. Das Beten zu Buddha ist eine spätere Entwicklung im Buddhismus. Dabei geht es um die befreiende Erleuchtung und grenzenlose Barmherzigkeit. Obwohl solche Gebete aus konkreten Heilserfahrungen stammen, haben sie eine universale Relevanz; denn die Gnade und das Licht, die durch diese Heilsvermittler geschenkt werden, umarmen die ganze Menschheit.

Die hier gesammelten 100 Gebete sind nach einigen Grundthemen geordnet, die im Inhaltsverzeichnis angegeben sind. Am Anfang des Buches stehen einige Grundgebete der Religionen und am Ende einige Segensgebete. Dazwischen befinden sich Gebetsreihen, die sich auf das Geheimnis des Göttlichen, auf die liebende Hingabe, auf die Gegenwart Gottes in der Natur und auf die verwandelnde Wirkung des Geistes im Leben der Menschen beziehen. Das Emblem auf jeder Seite verdeutlicht, aus welcher religiösen Tradition das Gebet stammt (vgl. S. 12–15). In den knappen Erläuterungen werden der kulturelle Hintergrund des Verfassers und das Grundan-

liegen des Gebetes sowie seine Relevanz für heute kurz beschrieben.

Es ist wichtig, jedes Gebet in seiner Eigenart ernst zu nehmen und nicht mit einem anderen Gebet wertend zu vergleichen. Dazu ist es hilfreich, das einzelne Gebet mehrmals meditativ zu verinnerlichen, damit das Gebetsanliegen im Herzen zur Schwingung kommen kann. Dies ist der Weg, die geistige Resonanz wahrzunehmen, denn so kann ein innerer Dialog zwischen zwei Religionen in unseren tiefen Schichten spontan entstehen. »Es gibt eine Dimension des Betens, die versucht, in der Vielfalt der Religionen die Kommunikation mit einer Macht über allen menschlichen Kräften zum Ausdruck zu bringen« (Papst Johannes Paul II. am 27.10.1986 beim Weltgebetstag in Assisi). Allmählich wird deutlich, dass der wahre Dialog zwischen Religionen auf der Ebene der mystischen Erfahrung geschieht. Dort erkennen wir, dass in der Vielfalt der Religionen eine tiefe Einheit der Spiritualität vorhanden ist. Diese Erkenntnis ist der eigentliche geistige Weg in die Zukunft der Menschheit.

Einige Gebete habe ich in der deutschen Fassung übernommen, die bereits in anderen Anthologien zu lesen ist. Ich bedanke mich bei den Verlagen, die dafür die Druckerlaubnis gegeben haben. Viele andere Gebete habe ich aus dem Englischen und Sanskrit ins Deutsche über-

tragen. Ich bin den Besitzern des Copyrights der englischen Texte dankbar, diese benutzen zu dürfen. Ganz besonders möchte ich mich bei meinem guten Freund Elmar Rettelbach bedanken für die Zeit, die er sich genommen hat, und die Mühe, die er sich gemacht hat, um das gesamte Material sprachlich zu verbessern. Danken möchte ich auch dem Kösel-Verlag, München, für die Veröffentlichung dieses Buches.

Sebastian Painadath SJ

Sameeksha Ashram,
Kalady, Kerala, Indien.

Verzeichnis der Traditionen



Stammesreligionen

Die vielfältigen Stammesreligionen, die vor den Schriftreligionen entstanden sind, bilden weltweit den eigentlichen Mutterboden der Religionen. Die Stammesvölker erfahren die belebende Kraft des Großen Geistes in der Erde, im Wasser und in den Bäumen.



Religionen der Antike

In den kosmischen Religionen von Assyrien und Sumer (17.–10. Jh. v.Chr.), von Ägypten und Griechenland (10. Jh. v.Chr. bis 4. Jh. n.Chr.) wird die Sonne als Ursymbol des Göttlichen angesehen. Wie die Sonne einerseits die alles transzendierende Lichtquelle ist und andererseits die alles durchdringende Lichtkraft, so erfährt der Mensch das Göttliche als absolute Transzendenz und belebende Immanenz.



Hinduismus

Der im indischen Subkontinent entstandene Hinduismus ist eigentlich keine einheitliche Religion, sondern eine Kulturercheinung, die die ewige Ordnung (*Sanātana-Dharma*) in vielfältigen Formen zum Ausdruck bringt (seit dem 12. Jh. v.Chr.). Die in allem schwingende Gegenwart des göttlichen Geistes wird durch den mystischen Laut »OM« wahrgenommen. Er besteht aus drei Silben A, U und M, die den Anfang, die Mitte und das Ende andeuten. Das oben stehende Emblem zeigt diese drei Buchstaben.



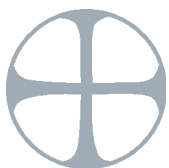
Judentum

Das Judentum ist die auf dem Erbe Abrahams (ca. 19. Jh. v.Chr.) und auf dem Gottesbund mit Mose basierende Religion, die eine tragende messianische Erwartung beinhaltet. König David ist der erste von Gott gesalbte König des auserwählten Volkes. Der Stern Davids wird oft als ein Hauptsymbol der jüdischen Religion angesehen. Ein durchlichteter Stern erhebt das menschliche Bewusstsein zu den unendlichen Höhen der göttlichen Gegenwart.



Keltische Religiosität

Die Kelten, die Urvölker auf den Irischen und Schottischen Inseln, stammen vermutlich aus den nördlichen Gebieten des Himalajas. Seit dem 6. Jh. sind sie zunehmend christianisiert. Allerdings haben die keltischen Christen jahrhundertlang ihre kosmische Denkart und Naturverbundenheit in der volkstümlichen Glaubenspraxis aufrechterhalten. Daher wird das keltische Kreuz immer mit dem Kreis dargestellt, der die Sonnenscheibe symbolisieren soll.



Christentum

In der christlichen Grunderfahrung ist Jesus Christus die konkrete Gestalt der heilenden Gegenwart Gottes in der Welt. Durch sein Leiden, seinen Tod am Kreuz und seine Auferstehung offenbart sich die Liebe Gottes, die mit den Menschen mitleidet, und die Kraft Gottes, in der das Leben des Menschen neu gestaltet wird. Daher ist das Kreuz das zentrale Symbol des christlichen Glaubens. Gott-mit-uns, Gott-in-uns, Gott auf unseren Lebenswegen – dies ist die Botschaft des Kreuzes.



Islam

Der Glaube an den einen und barmherzigen Gott, der sich durch die Propheten, zuletzt durch Muhammad (570–632) offenbart, ist die Grundlage des Islams. Die Muslime glauben an die ständige Begleitung Gottes durch die Lehre des Korans. Diese Erfahrung wird im Symbol des Halbmondes verdeutlicht. Der wachsende Halbmond begleitet die Wüstenwanderer in seinem sanften Licht wie ein belebendes Lebenselixier.



Buddhismus

Der von Gautama Buddha (6. Jh. v.Chr.) initiierte Buddhismus deutet die menschliche Existenz als einen vom Leiden betroffenen Prozess; die Ursache des Leidens ist Habgier. Um den Menschen aus der Haft des Leidens zu wahrer Freiheit (*Nirwana*) zu führen, zeigt Buddha den achtfachen Weg: rechte Erkenntnis, rechte Gesinnung, rechte Rede, rechte Tat, rechter Lebenserwerb, rechte Anstrengung, rechte Achtsamkeit und rechte Sammlung. Diese acht Glieder sind wie die acht Speichen, die das Rad der rechten Ordnung (*Dhamma*) vorwärtsdrehen.



Schintoismus

Die Einheit zwischen Menschen, Natur und der Götterwelt ist der Grundansatz der japanischen Religion, des Schintoismus. Kami, das numinose Wesen, begleitet die Menschen zur Verwirklichung und Erfahrung dieser Einheit. Das im japanischen Stil verfasste Tor versinnbildlicht den Zugang zum sakralen Bereich dieser Erfahrung.



Taoismus

Taoismus und Konfuzianismus sind die alten chinesischen Religionen, die von den Lehren des Lao-tse und des Konfuzius (6. Jh. v.Chr.) inspiriert sind. Sie vertreten eine universelle Harmonie, die durch das kosmische Prinzip »Tao« aufrechterhalten wird. Tao besteht aus der ständigen Integration von weiblichen und männlichen Lebensprinzipien, die in diesem Symbol versinnbildlicht sind.



Jainismus

Diese aus der Lehre von Vardhamana Mahavira (6. Jh. v.Chr.) in Indien entstandene Religion sieht alle Lebewesen in einem kosmischen Prozess der Entfaltung der Weltenseele. Jedes Lebewesen beinhaltet daher ein Teilchen (*jiva*) des Absoluten. Darum gehen die Jains in großer Achtsamkeit und echtem Mitgefühl mit allem um. Nur so kann der Mensch ohne Angst in der Welt leben. Die offene Hand mit der Lebensspirale in der Mitte vermittelt die Zusage: Hab keine Angst!



Zoroastrismus

Der persische Lehrer Zarathustra (ca. 1000 v.Chr.) ist der Gründer des Zoroastrismus. Die Gläubigen verehren Ahura Mazda, die Lichtvolle Gottheit, die den Menschen die Kräfte der Finsternis zu besiegen hilft. Daher ist das Feuer das Grundsymbol des Zoroastrismus. Mitten im zoroastrischen Tempel steht ein ständig brennendes Feuer, das die göttliche Kraft versinnbildlicht.



Sikhismus

Der Sikhismus ist aus einer geistig fruchtbaren Begegnung zwischen der Liebesmystik des Hinduismus und dem Ein-Gott Glauben des Islam in Nordindien entstanden. Die von Guru Nanak (1469–1539) und anderen großen Lehrern verfassten Texte sind im *Adi Granth* gesammelt. Die Sikhs betrachten es als ihre heilige Schrift und verehren sie als Meister (*Guru*) und Wegweiser. Das abgebildete Zeichen ist der erste Buchstabe *Adi Granths*, der für eine göttliche Lautgestalt gehalten wird. Sie ist der Laut »OM« in der Punjabi-Sikh Sprache.



Bahai

Der in Persien geborene Baha'u'lla (1817–1892) versuchte, die ihm bekannten wichtigsten Ansätze verschiedener Religionen zu einer integralen Weltanschauung zusammenzuführen. Er verkündete damit das Anbrechen eines neuen geistigen Bewusstseins in der Menschheit. Die Bahais halten ihn für den letzten und erfüllenden Lehrer. Die Zahl Neun weist auf den Namen Baha hin; sie ist die letzte Zahl der Einzelfiguren und daher das mystische Symbol der Vollendung. Deshalb wird das Sternzeichen mit neun Spitzen als ein Grundsymbol der Bahais angesehen.

Grundgebete

Unser Vater ...

Vater unser im Himmel,
geheiligt werde dein Name.
Dein Reich komme.
Dein Wille geschehe,
wie im Himmel so auf Erden.

Unser tägliches Brot gib uns heute.
Und vergib uns unsere Schuld,
wie auch wir vergeben
unsern Schuldigern.
Und führe uns nicht in Versuchung,
sondern erlöse uns von dem Bösen.

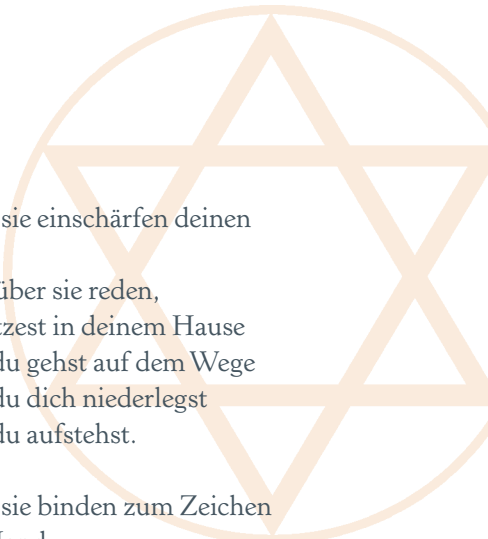
*Bibel, Matthäus-Evangelium 6, 9–14,
Vater unser*

Dies ist das Gebet, das Jesus die Jünger lehrte. Es beinhaltet die Grundeinstellungen, mit denen die Christen leben und beten sollen. Die ganzheitliche und vertrauensvolle Hinwendung zu Gott dem Vater, der im Himmel des Herzens (Matthäus 6,6) wohnt, ist die Basis echten Betens. Gottes Reich verwandelt alles zu Neuem und Gottes Wille führt das Leben zum Heil, wenn wir uns ihm anvertrauen. Gott versorgt alle mit Nahrung, wenn wir die Güter miteinander teilen. Gott heilt die Wunden, wenn wir einander verzeihen. Gott begleitet uns auf dem Kampffeld des Lebens, wenn wir uns an ihn halten. Dieses Gebet macht deutlich, dass das *Leben in Gott* eine Gnade ist, aber auch unser Auftrag.

Höre, Israel, der Ewige, unser Gott,
der Ewige ist einer.

Und du sollst lieben den Ewigen,
deinen Gott,
mit deinem ganzen Herzen
und mit deiner ganzen Seele
und mit aller deiner Kraft.
Und es sollen sein alle diese Worte,
die ich dir heute gebiete, in deinem
Herzen.

... unser Gott!



Und du sollst sie einschärfen deinen
Kindern,
und du sollst über sie reden,
wenn du sitzt in deinem Hause
und wenn du gehst auf dem Wege
und wenn du dich niederlegst
und wenn du aufstehst.

Und du sollst sie binden zum Zeichen
auf deine Hand,
und sie sollen Stirnbänder sein
zwischen deinen Augen.
Und du sollst sie schreiben
auf die Pfosten deines Hauses
und an deine Tore.

*Bibel, Debarim/Deuteronomium 6,4–9,
Schma Israel*

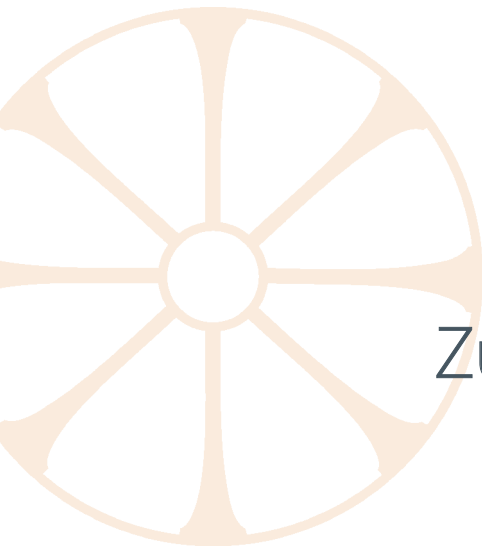
Dies ist der erste Teil des Schma Israel, das nach Dtn 6,4–9 verfasst ist. Es wird von jüdischen Gläubigen täglich in der Frühe und am Abend rezitiert. Der Glaube an Gott, den Ewigen, den Einen, wird deutlich bekundet. Ausgesprochen wird das Gebot der ganzheitlichen Hingabe an Gott. Dieser Grundansatz der Offenbarung Gottes soll den Glaubenden den ganzen Tag begleiten und er soll weitervermittelt werden. Die Glaubensverkündigung ist eine ständige Erinnerung daran, dass sich der Alltag um die Güte Gottes entfalten soll.

Buddham śaranam gacchāmi
Dhammam śaranam gacchāmi
Saṃgam śaranam gacchāmi

Ich nehme Zuflucht zu Buddha,
Ich nehme Zuflucht zur rechten
Ordnung,
Ich nehme Zuflucht zur
Gemeinschaft.

Die Grundgelübde der Buddhisten

Gautama Siddharta (560–480) suchte sehnsüchtig nach dem Sinn des Leidens und des Lebens und wurde durch innere Erleuchtung zum Buddha (= Erwachter). Er erkannte, dass alles im Fließen und Werden (*Śūnya*) ist und daher das Festhalten durch Habgier (*Kāma*) den Sinn der Wirklichkeit zerstört. Um wahre innere Freiheit zu erreichen und zum Erlösungszustand (*Nirvāna*) zu gelangen, stellte er den achtfachen Pfad der rechten Ordnung (*Dhamma*) vor. Dementsprechend wird das dreifache Gelübde ausgesprochen. Wer sich auf den rechten Weg einlässt, nimmt Zuflucht zum wahren Buddha-Sein (*Buddha*), das den Sinn der Wirklichkeit ausmacht, zum wahren, ethischen Weg (*Dhamma*), der die innere Freiheit verleiht, und zur wahren Gemeinschaft mit allen Wesen (*Samga*), deren gesamter Umgang durch Mitgefühl geprägt ist.



Zuflucht nehmen ...

Der Hindu beginnt jeden Tag mit diesem vedischen Gebet, das *Gayatri* genannt wird. Es wird auch untertags öfter wiederholt. Dabei erwacht der Betende zur alles durchdringenden Gegenwart des göttlichen Lichtes. Die Sonne wird als Symbol und Gabe des göttlichen Lichtes andächtig wahrgenommen. Beim Beten öffnet man die Augen und betrachtet die Strahlkraft der Sonne, schließt sie wieder und schaut in das innere göttliche Licht. Es wird erbeten, dass das göttliche Licht das innere Auge der Erkenntnis erleuchte, damit man Gottes Gegenwart in allem erspüren kann.



... durchlichtet werden

Ōm bhūr bhuva swaha,
tat savitūr varēnyam
bhārgō dēvasya dhīmahi,
dhiyō yō nah prachōdayāt.

Wir versenken uns andächtig
in das ehrwürdige Licht
der göttlichen Sonne,
das die Erde, den Himmel und
das Innere durchdringt.
Möge sie unser Bewusstsein
mit Kraft erfüllen!

Gayatri Mantra, Rig Veda, 3.62.10

Du bist barmherzig ...

Im Namen des barmherzigen
und gnädigen Gottes.

Lob sei Gott,
dem Herrn der Menschen in aller Welt,
dem Barmherzigen und Gnädigen,
der am Tag des Gerichts regiert!

Dir dienen wir,
und dich bitten wir um Hilfe.
Führe uns den geraden Weg,
den Weg derer,
denen du Gnade erwiesen hast,
nicht den Weg derer,
die deinem Zorn verfallen sind
und irregehen!

Koran, Sure 1, 1–7, Al Fatiha



Mit diesem Gebet, die *Fatiha* genannt, beginnt der Koran. Es wird von den Muslimen mehrmals täglich als Grundgebet ihres Glaubens gesprochen. Das Wort *Islam* bedeutet Unterwerfung unter den Willen Gottes; *Muslim* heißt der, der sich ganz dem Willen Gottes unterwirft. Hingabe an Gott ist daher die Grundhaltung des islamischen Glaubens. Sie kommt im Text zum Ausdruck. Der Betende bekennt Gott als den Einen, den Barmherzigen, den Schöpfer und Richter der Welt, und bittet um Gottes ständige Führung auf dem rechten Weg. Eine mystische Zuwendung zu Gott führt zur ethischen Hinwendung zum Menschen nach dem Willen Gottes.

Guru Grantha Sahib ist die heilige Schrift der Sikh-Religion. Sie beginnt mit diesem Text, der die Wurzelformel des Glaubens, *Moolamantra*, genannt wird. Der Sikh beginnt jeden Tag mit dieser Gebetsformel. Damit bekennt der Betende den Glauben an den einen Gott, den Schöpfer und Erhalter der Welt, der die Wahrheit und Liebe ist. Das Geheimnis Gottes erfassen die gläubigen Menschen durch die begnadeten Meister, die *Gurus*, die Gottes Nähe und Kraft vermitteln. Die heilige Schrift der Sikhs beinhaltet die Hymnen und Unterweisungen vieler von Gottes Licht erleuchteter Meister.



... und zeitlos

Ein Gott,
Sein Name ist Wahrheit.

Er ist Schöpfer,
Er ist die Höchste Wesenheit.

Bei Ihm ist keine Angst,
Bei Ihm ist keine Feindschaft.

Seine Gestalt ist zeitlos.
Er stammt aus keinem Schoß.

Er ist aus sich selbst –
Durch des Gurus Gnade
wird Er erkannt.

Guru Grantha Sahib, Moolamantra, 1



Sebastian Painadath

Wir alle sind Pilger

Gebete der Welt

Gebundenes Buch, Pappband, 144 Seiten, 17,3 x 22,0 cm

ISBN: 978-3-466-36806-8

Kösel

Erscheinungstermin: Januar 2010

Aus den Schatzkammern der Weltreligionen

Die 100 schönsten Gebete der Welt hat der spirituelle Lehrer, P. Sebastian Painadath, zusammengestellt und erläutert. Wer diese mystischen Texte meditiert, entdeckt den Geist der Einheit, der alle Religionen inspiriert und verbindet, – und stößt auf die verborgenen Schätze der Religionen.

 [Der Titel im Katalog](#)