

WIE OFT SOLLTEN WIR BETEN?

Die Bibel gibt keine feste „Formel“ dafür an, wie oft wir am Tag beten sollen. Sie sagt jedoch: „Betet allezeit“ und an anderer Stelle: „Betet ohne Unterlass“. Das bedeutet, dass Gebet kontinuierlich und zu jeder Zeit Teil unseres Lebens sein sollte. Nirgendwo in der Schrift steht, dass Gläubige aufhören dürfen zu beten.

Epheser 6,18: „Betet zu jeder Zeit im Geist mit allen Arten von Gebeten und Bitten. Seid wachsam und betet beständig für alle Heiligen.“

1. Thessalonicher 5,17:

„Betet ohne Unterlass.“

Es liegt an uns, die Gebetsgewohnheiten und die Disziplin der Heiligen zu studieren. Wie oft beteten sie am Tag? Und was sagt Jesus darüber? Wir können von ihren Beispielen lernen und unsere eigene Gebetsroutine danach ausrichten.

DAVID

David betete dreimal am Tag – morgens, mittags und abends.

Psalm 55,17: „Abends, morgens und mittags werde ich klagen und seufzen, und er wird meine Stimme hören.“

DANIEL

Auch Daniel betete dreimal täglich:

Daniel 6,10: „Als Daniel erfuhr, dass die Schrift bestätigt worden war, ging er in sein Haus, öffnete die Fenster seines

Zimmers nach Jerusalem und kniete dreimal am Tag nieder, um zu beten und Dank zu sagen, so wie er es immer getan hatte.“

Das zeigt uns, dass es bei den Heiligen der alten Zeit üblich war, sich mindestens dreimal täglich niederzuknien. Ihre Gebete waren nicht kurz, fünfminütige „Tischgebete“, sondern oft lange, intensive Gebete, wie Davids Klagen und Bitten.

JESUS CHRISTUS

Jesus betete früh morgens und auch nachts. Mittags zog er sich oft an ruhige Orte zurück, um zu beten.

Markus 1,35:

„Frühmorgens, als es noch sehr dunkel war, stand er auf, verließ das Haus und ging an einen einsamen Ort, um zu beten.“

Matthäus 26,40-41: „Er kam zu den Jüngern und fand sie schlafend. Er sagte zu Petrus: ,Konntet ihr nicht eine Stunde mit mir wachen? Wacht und betet, damit ihr nicht in Versuchung fallt. Der Geist ist willig, aber das Fleisch ist schwach.“

Lukas 5,16:

„Er aber zog sich an einsame Orte zurück und betete.“

So sehen wir, dass Jesus zu jeder Tageszeit betete, wann immer es möglich war.

FAZIT FÜR UNSERE GEBETSRUTINE

Das absolute Minimum an Gebetszeiten für Christen sollte zweimal am Tag sein – morgens und abends. Beginne den Tag mit Dank und der Bitte um Führung und beende ihn genauso.

Jesus sagt:

Lukas 18,7:

„Wird Gott nicht auch seinen Auserwählten Recht verschaffen, die Tag und Nacht zu ihm rufen?“

Das heißt: Wir sollten Tag und Nacht beten – mindestens zweimal täglich. Gott ist der Anfang und das Ende. Plane sowohl zu Beginn

als auch zum Ende deines Tages bewusst Zeit für Gebet ein – das macht stark im Glauben.

Noch wichtiger ist: Gott möchte, dass wir Menschen des Gebets sind, jederzeit bereit zu beten, auch wenn es über die Mindestzeiten hinausgeht. So schaffen wir eine „Gebetsreserve“, auf die wir zurückgreifen können, wenn unsere Kraft schwächer wird.

Gott segne dich.

Shalom.

Bitte teile diese Botschaft auch mit anderen.

Share on:
WhatsApp

Print this post