

# Vater Unser

## Teil 1: Einführung

Herzlichen Dank für die vielen positiven und bestärkenden Rückmeldungen zu den Sonntagsimpulsen. Mich erreichte auch die Bitte, nicht nur am Sonntag, sondern vielleicht auch unter der Woche ein Video mit etwas „geistliche Wegzehrung“ anzubieten. Ich komme dieser Bitte gerne nach und werde versuchen, in regelmäßigen Abständen ein kleines Video aufzunehmen.

Für Christen ist der sonntägliche Gottesdienst ein wichtiges Element in unserem Glauben: Hier treffen wir uns, hier hören wir Gottes Wort, hier werden wir gestärkt durch die Predigt und schließlich durch die Heilige Kommunion, die uns aufs Innerste mit Christus und der ganzen Gemeinde verbindet.

Und natürlich ist auch die Gemeinschaft wichtig, vor allem wenn wir uns nach der Hl. Messe vielleicht sogar zum Kirchencafé treffen und miteinander ins Gespräch kommen und uns austauschen. Wir hören, wie es dem einzelnen geht, wer vielleicht krank ist, wer Sorgen hat, wir bestärken und stützen uns gegenseitig und selbstverständlich ist es einfach auch so schön, sich zu begegnen. So geht vom Sonntag eine Stärkung und eine Kraft aus, die uns für den Rest der Woche rüsten kann:

Der Sonntag ist der erste Tag der Woche und die Heilige Messe ist sozusagen die Grundlage, ja sogar das Grundnahrungsmittel, mit dem wir die Woche als Christen bestehen können.

Und unter der Woche? Da treffen wir uns in verschiedenen Gruppen unserer Gemeinde oder bei unterschiedlichen Veranstaltungen – vom Bibelkreis bis zum Kirchenchor.

Und doch gibt es noch etwas, was uns über die Woche miteinander verbindet und was alle unsere Kreise, Gruppen und Veranstaltungen durchdringt: das Gebet. Gerade wenn man sich nicht treffen kann, wenn der Zugang zum Gottesdienst erschwert oder unmöglich ist, ist das Gebet die verbindende Kraft.

Aber was genau ist das eigentlich, das Gebet? Was ist Beten und wie betet man? Kann man überhaupt falsch beten oder ist jedes Gebet irgendwie richtig?

Ich möchte den Blick auf das bekannteste Gebet richten, das Vater Unser. Es spielt für uns Christen eine ganz wichtige Rolle, ist es doch das Gebet des Herrn, also das Gebet, das Christus selber seine Jünger gelehrt hat.

Man findet das Vater Unser an zwei Stellen in NT: Bei Mt 6,9-13 und bei Lk 11,2-4. Bei Mt ist das VU in die

Bergpredigt integriert. Das ist nicht ohne Grund so: Die Bergpredigt entwirft ein sehr umfassendes und z.T. sehr provokantes Bild vom Menschsein. Sie will uns zeigen, wie das geht: ein Mensch zu sein, der an Gott glaubt.

Der Glaube an Gott ist der Schlüssel zum richtigen Menschsein, denn nach der Bibel und unserem Glauben kann das Leben ohne Beziehung zu Gott gar nicht funktionieren. Der Draht nach oben hält uns aufrecht.

Wenn Menschsein aber im wesentlichen Beziehung zu Gott meint, so ist klar, dass dazu auch das Reden mit Gott und das Hören auf Gott dazugehört – wie in jeder menschlichen Beziehung auch.

Dieses reden und Hören, dieser Dialog mit Gott muss eingeübt und gepflegt werden. So wie eine menschliche Beziehung nicht lebensfähig ist, wenn man nur einmal in der Woche 45 Minuten miteinander redet, so trocknet auch die Beziehung zu Gott aus, wenn sie nicht auch im normalen Alltag in unserer ganz gewöhnlichen Woche vorkommt.

Im Mt ist dem VU daher eine kleine Katechese über das Gebet vorangestellt, die uns v.a. vor Fehlformen des Betens bewahren möchte – man kann tatsächlich auch „falsch“ beten. Welche fehler kann man beim Beten machen?

Zunächst warnt Jesus davor, das Gebet als Form der öffentlichen Selbstdarstellung zu nutzen, also in aller Öffentlichkeit sich als besonders fromm und gläubig zu zeigen: Seht her wie ich bete, und bewundert mich, weil ich so ein toller Christ bin.

Das Gebet ist ein inniges, intimes Gespräch mit Gott, es verlangt Diskretion, denn das innere Band ist die Liebe und eine Liebesbeziehung ist nie öffentlich, sie ist etwas ganz persönliches und privates, eine tiefe Verbindung vom Ich zum Du. Gott spricht jeden Einzelnen mit seinem Namen an. Jeder ist einmalig und unendlich wertvoll und diesen hohen Wert kann man nicht öffentlich zur Schau stellen oder ausbreiten.

Das Gebet ist also in erster Linie ein diskreter Dialog mit Gott. Nun werden Sie vielleicht zurecht sagen: Wir beten? In der Kirche beten wir doch alle gemeinsam! Und gerade das VU ist doch ein Wir-Gebet!

Richtig, zum Beten gehört noch eine zweite Dimension: So wie der eine Balken des Kreuzes nach oben zeigt und Himmel und Erde miteinander verbindet, so verbindet der Querbalken uns mit den Menschen rechts und links. In der Mitte ist Christus, der alles miteinander verbindet: uns mit dem Himmel und zugleich mit den Schwestern und Brüdern.

Der Mensch ist ein soziales Wesen, er lebt nicht für sich allein, er braucht die menschliche Gemeinschaft – auch

im Glauben. Das Wir-Gebet und das persönliche Gebet sind aufeinander bezogen und gehören zusammen.

Dann gibt es noch eine Gefahr, vor der Jesus uns warnt: Das Plappern, das sinnlose Drauflosreden, das Runterleiern von formalen Gebeten. Das ist wie in der menschlichen Beziehung auch: Ein dahingeplappertes „ich liebe dich“ oder ein mehr oder weniger zerstreutes Kompliment richtet mehr Schaden an als Nutzen: Wir achten sehr darauf, ob jemand hohle Phrasen von sich gibt oder ob seine Worte von Herzen kommen. Unser Beten soll aus der Tiefe unseres Herzens und unserer Beziehung zu Gott entspringen. Der Hl. Benedikt sagt dazu: „Unser Geist muss im Einklang stehen mit unserer Stimme“

Und das bedeutet: Unser Herz muss auf Gott hin ausgerichtet sein, nicht nur beim Beten, sondern auch bei allem, was wir tun. Die kirchliche Tradition nennt das übrigens das „immerwährende Gebet“. Für die Benediktinermönche gilt der Grundsatz „Ora et labora“ – bete und arbeite. Entscheidend ist das „und“: Auch die Arbeit ist Gebet, sozusagen das Gebet mit den Händen. Auch in der Arbeit soll der Mensch auf Gott hin ausgerichtet sein, immer schwingt in allem, was wir tun, die Beziehung zu Gott mit. Er ist sozusagen das Hintergrundrauschen in unserem Alltag, ganz gleich ob beim Autofahren, beim Einkaufen, Bügeln, Kochen oder im Gebet.

Natürlich können wir mit eigenen Worten zu Gott beten. Aber wir brauchen auch Gebetsworte, die in der Kirche gereift sind und sich bewährt haben. Diese Worte spiegeln Gottesbegegnungen der Menschen wider. Ansonsten laufen wir Gefahr, dass unser Gebet zu subjektiv wird und damit auch unser Bild von Gott letztlich nur noch unsere eigenen Vorstellungen von Gott entspricht. Das Gebet in der Gemeinschaft ist immer auch ein Verankern des eigenen Gottesbildes in der Tradition und im Glauben der Kirche und ihrer lebendigen Gemeinschaft.

Und damit nähern wir uns dem VU: Der Hl. Cyprian sagte mal: ***Wir beten mit von Gott gegebenen Worten zu Gott, wen wir das VU beten.*** Jesus nimmt uns mit hinein in sein ganz persönliches Gespräch mit Gott. Das VU ist somit eine Anleitung zum inneren, intensiven Beten. Es macht bewirkt etwas in uns, es formt uns und führt uns ein in die Gesinnung Jesu.

In den folgenden Videos möchte ich mit Ihnen das Vater Unser näher betrachten. Für heute soll die kleine Einführung erst einmal reichen.

Über Rückmeldungen würde ich mich sehr freuen!

Diakon Gerd Wagner