

GEDANKEN ZUM SONNTAG „ROGATE“

Altes Gebet neu entdeckt

ZU MATTHÄUS 6,6-13, NACH „DIE GETANZTE KOLLEKTE“

Wenn du aber betest, so geh in dein Kämmerlein und schließ die Tür zu und bete zu deinem Vater, der im Verborgenen ist; und dein Vater, der in das Verborgene sieht, wird dir's vergelten. Und wenn ihr betet, sollt ihr nicht viel plappern wie die Heiden; denn sie meinen, sie werden erhört, wenn sie viele Worte machen. Darum sollt ihr ihnen nicht gleichen. Denn euer Vater weiß, was ihr bedürft, bevor ihr ihn bittet.

Darum sollt ihr so beten: Unser Vater im Himmel! Dein Name werde geheiligt. 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. Denn dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit. Amen.

Liebe Gemeinde, schon tausendmal haben wir es gesprochen. Im Gottesdienst, zu Hause, auf dem Friedhof, im Religionsunterricht... Manchmal wurde es vielleicht von uns auch heruntergeleiert, weil wir mit den Gedanken anderswo gewesen sind. Aber dann haben wir es auch immer wieder ganz bewusst gebetet: das Vaterunser.

Gelernt habe ich es spätestens im Konfirmandenunterricht, wenn nicht schon früher. Meinem Gefühl nach konnte ich es bereits von Geburt an, hat es mich doch irgendwie schon immer begleitet. Dieses Gebet, das Jesus uns gelehrt hat, ist mir immer wichtig gewesen.

Doch nun habe ich es nochmal neu entdeckt. Im Gespräch mit einer tiefgläubigen Frau war auch das Vaterunser ein Thema. Sie hat erzählt, wie sie es betet: mit Meditationspausen. Nach manchen Bitten hält sie einen Moment inne und fügt ein »heute« hinzu. Zum Beispiel: »Dein Name werde geheiligt - heute.« Oder: »Und vergib uns unsere Schuld - heute.« Sie verweilt gedanklich bei dieser Bitte und überlegt, wo sie an diesem Tag in ihrem Alltag zum Tragen kommt.

Das hat mich fasziniert. Ich konnte mir sofort gut vorstellen, wie verschieden und gleichzeitig immer intensiv diese mir so vertrauten Zeilen jedes Mal in mir klingen könnten. Seitdem übe ich es. Morgens bete ich das Vaterunser und blicke dabei auf den Tag. Ich überlege, was ansteht und wo ich besonders aufmerksam sein möchte. Manchmal bete ich es auch abends und blicke dabei auf den Tag zurück: Darauf, wie viel »Brot« ich bekommen habe. Welche Schuld Gott mir vergeben soll. Und mit wem ich barmherziger umgehen könnte.

Bei dieser Art, das Vaterunser zu beten - mit Unterbrechungen zum Innehalten - kam ich anfangs oft ins Schleudern. Plötzlich wird der eingespielte Fluss unterbrochen und man beginnt nachzudenken: „Was kommt jetzt als nächstes? War ich an dieser Stelle schon?“ Ich wusste dann manchmal nicht, welcher Satz sich genau anschließt und musste wieder von vorn anfangen. Für mich war das eine heilsame und wertvolle Erfahrung. Dieses besondere Gebet rauscht damit nicht einfach automatisiert an mir vorbei. Ganz bewusst bete ich jeden einzelnen Satz und mache mir bewusst, was er hier und jetzt für mich bedeutet. Dazu habe ich mir den Wortlaut mittlerweile aufgeschrieben. Das macht es mir viel leichter, mich auf das Wesentliche zu konzentrieren und dabei nichts zu vergessen.

Auf diese Weise ist mir dieses, das ganze Leben umfassende Gebet weiter ans Herz gewachsen. Sehr zum Nachahmen zu empfehlen.

