

Predigt zu Rogate (Matthäus 6,5–15), 10.05.2026 (Pfrin Bettina Kretz)

Das Vaterunser beten: Am „Tuch des Lebens“ weben

Die Pflegekraft einer Seniorenresidenz kam einst auf mich zu und erzählte mir von einem Vorkommnis in einer Nachmittagsandacht, das ich heute zum Thema „Vaterunser“ gerne erzählen würde. Es begab sich wie folgt: Die versammelte Altenheim-Gemeinde war im Begriff, das Vaterunser zu sprechen. Alle können es in der Regel auswendig, auch die, die wegen ihrer Demenz der umfänglichen Betreuung bedürfen, können noch einzelne Zeilen mitsprechen. Im erwähnten Gottesdienst meldete sich eine ältere Frau immer wieder laut zu Wort und unterbrach damit das Gebet der anderen. So kommentierte sie etwa den Lobpreisvers: „Geheiligt werde dein Name“ mit: „Ich verstehe gar nicht, was das bedeutet.“ Die Worte „Dein Reich komme“ ließ sie seufzen: „Ja, aber wann denn endlich?“ Und als die Bitte um das tägliche Brot gesprochen wurde, sagte sie schlicht: „Ich habe Hunger.“ Den Betreuern des Pflegeheims war die Situation sichtlich unangenehm; sie versuchten, die Frau zu beruhigen. In diesem Moment blitzte aber etwas vom Wesen des Betens auf: Diese Frau sprach nicht über das Gebet, sondern aus ihrem Leben heraus; ihre Müdigkeit, ihre Sehnsucht und ihre Bedürftigkeit standen unverstellt im Raum.

Gerade um diesen Bezug zur Lebenswelt geht es Jesus in der Bergpredigt, in die das Vaterunser eingebettet ist. Jesus gibt eine Anleitung zum Beten: Er warnt vor einem Gebetshabitus, der den Beter zur Schau stellt oder in religiöser Routine erstarrt. Wenn der schwäbische Pfarrer, den ich eingangs zitiert habe, das Vaterunser eher abschätzend bewertet – es sei nicht gerade Jesu größter Wurf – so hängt dies auch mit der oft formelhaften und wenig bewussten Rezitationsweise zusammen. Das Gebet soll weder geistig blind gesprochen werden noch dazu missbraucht werden, vor anderen einen frommen Eindruck zu hinterlassen. Das Gebet soll vielmehr den Menschen vor Gott wahrhaftig werden lassen. Gott und Mensch sollen zusammenkommen, sich begegnen und berühren.

In der Bergpredigt gehen dem Gebet, das Jesus selbst sprach und seinen Jüngern zu beten lehrte, die Selbpreisungen voraus: Jesus segnet die Armen, die Trauernden, diejenigen, die hungern und dürsten nach Gerechtigkeit. Nach dem Vaterunser folgen die Worte über die Lilien des Feldes und die Vögel unter dem Himmel, die von Gott mit allem Notwendigen ausgestattet werden: Die Quintessenz: „Sorgt euch nicht um euer Leben“ appelliert an das Gottvertrauen.

Das Gebet steht also zwischen dem „Personalausweis des Christen“, wie Papst Franziskus einst die Bergpredigt bezeichnete, und der bewussten Zuversicht beim Beten: „Bittet, so wird euch gegeben; wer da bittet, der empfängt“, heißt es später.

Jesus Stärke war es, sich gerade den Menschen zuzuwenden, die die Zerbrechlichkeit des Lebens erfuhren. Viele seiner Mitmenschen lebten unter wirtschaftlichem Druck, kannten soziale Unsicherheit und die Erfahrung von Schuld. Wenn Jesus vom Beten spricht, dann nicht fern von dieser Wirklichkeit, sondern mitten in ihr.

Besonders deutlich wird das in der Brotbitte. Wenn wir heute sprechen: „Unser tägliches Brot gib uns heute“, dann tun wir das meist aus einer Situation des Überflusses heraus. Und doch hat die Sorge keineswegs aufgehört; sie hat nur ihre Gestalt verändert: Menschen fürchten auch in unserer Überflussgesellschaft den Verlust von Sicherheit, Gesundheit, Beziehungen oder Zukunft. Es trifft die Alleinerziehenden, Alten, gesundheitlich Angeschlagenen, sozial Verunglückten, zu uns Vertriebenen am ehesten. Selbst dort, wo objektiv viel vorhanden ist, bleibt oft das Gefühl, nicht wirklich getragen zu sein. Unsere Gesellschaft wirkt trotz ihres Wohlstands oft auch erschöpft und kraftlos.

In der Soziologie wird das Problem einer Entfremdung durch Beschleunigung untersucht (Hartmut Rosa). Die Welt ändert sich so schnell, dass wir uns oft fremd in ihr vorkommen und wir uns selber fremd werden. Als Gegenmittel gegen die Beschleunigung wird uns "Resonanz" empfohlen, es ist ein Dreiklang: Etwas spricht mich an, ich lasse mich ansprechen; ich bleibe nicht passiv, sondern antworte, ich reagiere, und so verändern sich beide. Das Gebet ist ein solcher Resonanzvorgang: Gott spricht mich an und ich antworte: "Vater unser" und sage sieben Bitten. Es hängt mit unserer religiösen und spirituellen Verortung zusammen, wie diese Resonanz in konkreten, oft schwierigen Lebensumständen zu verwirklichen ist – in den Herausforderungen der Umweltproblematik, der Informationstechnologie, der Künstlichen Intelligenz, des Drucks am Arbeitsplatz, familiärer Überforderung, physischen und seelischen Leidensdrucks.

Die Brotbitte erinnert deshalb an eine grundlegende Wahrheit: Der Mensch kann sich nicht selbst tragen. Er bleibt angewiesen — auf andere Menschen, auf Frieden, auf Verlässlichkeit und letztlich auf diesen Gott, den Jesus mit „Vater im Himmel“ anruft. Im „Brot“ nun verdichtet sich alles, was Menschen zum Leben brauchen: Schutz, Gemeinschaft, Vertrauen und die Erfahrung, nicht allein zu sein. Auffällig ist hierbei auch, dass Jesus nicht lehrt zu sagen: „Mein Vater“ und „mein Brot“, sondern: „Unser Vater“ und „unser Brot“. Wer betet, tritt gemeinsam mit anderen vor Gott. Niemand betet das Vaterunser allein.

Darum ist Beten im christlichen Sinn wohl selten eine bloß private Angelegenheit. Wer „unser tägliches Brot“ sagt, spricht die Hungernden der Welt mit. Wer um das Kommen des Reiches Gottes bittet, widerspricht einer Welt, die sich mit Unrecht abgefunden hat.

Hier liegt nun auch die Kraft des Gebets. Es verändert nicht zuerst die äußeren Verhältnisse, sondern die Weise, in der Menschen in der Welt stehen. Betende Menschen lernen, sich selbst und andere als Geschöpfe Gottes zu sehen. Damit berühren wir die Tiefendimension dieses Textes:

Jesus spricht nicht nur über Worte des Gebets, sondern über die Wirklichkeit Gottes selbst: „Euer Vater weiß, was ihr bedürft, bevor ihr ihn bittet.“ Gott muss also nicht erst über meine und unsere Situation ins Bild gesetzt werden. Sein Wissen um uns ist kein kontrollierendes Wissen, sondern ein schöpferisches Mit-Sein. Noch bevor ein Mensch Worte findet, ist er von Gott schon gekannt.

Das Neue Testament begreift Gott als Geist – neben dem Vater und dem Sohn. Gottes Gegenwart ist also nicht an einen Ort gebunden; sie durchzieht und trägt das Leben selbst. Paulus schreibt: „Der Geist hilft unserer Schwachheit auf; denn wir wissen nicht, was wir beten sollen.“ (Röm 8,26) Damit kann das Gebet noch einmal anders verstanden werden: Es ist nicht nur ein Reden zu Gott. Es ist ein Hineingenommenwerden in Gottes Gegenwart: Ein Mensch liegt etwa nachts wach und findet keine Worte mehr, vielleicht nur noch ein leises: „Bleib bei mir.“ Und dann stellt sich mitten in der Aufgeregtheit und Ratlosigkeit eine seltsame Ruhe ein, eine Gewissheit, doch geborgen zu sein – Gott hört und erhört. Oder jemand sitzt am Bett eines Kranken; lange wurde gesprochen und gehofft. Nun ist fast alles gesagt. Aber plötzlich wird das Schweigen selbst tragfähig; beide spüren: Gott ist da. In solchen Augenblicken von Gottes Gegenwart spüren wir: „in ihm leben, weben und sind wir“ (Apg 17,28).

Der Geist Gottes drängt sich nicht auf. Er ist wie ein Atem, der das Leben durchzieht und Menschen offen macht für Vertrauen, Mitgefühl und Hoffnung. Im Beten lernt der Mensch, aus diesem Geist zu leben statt allein aus der Logik der Angst.

Darum führt uns Jesus auch in die Verborgenheit. Das „stille Kämmerlein“ ist kein Rückzug aus der Welt, sondern ein Ort der Aufrichtigkeit. Dort, wo niemand mehr etwas darstellen muss, kann ein Mensch mit seiner ganzen Wirklichkeit vor Gott treten.

Auch hier bleibt das Gebet nicht auf die Privatheit verwiesen, etwa wenn wir um Vergebung bitten. Jesus weiß, wie tief Menschen einander verletzen können. Deshalb gehört die Bitte um Vergebung unlösbar zum christlichen Beten. Wer vor Gott lebt, kann sich nicht endgültig gegen andere verschließen.

So führt der Geist Gottes durch das Gebet in die Weite. Er weist weg von mir und auf die mich umgebenden Beziehungen und Resonanzen hin. Er öffnet jene Freiheit, in der Menschen neu anfangen können.

Darin zeigt sich die tiefste Bewegung des Vaterunsers: Der Mensch lernt langsam, aus Gottes Wirklichkeit heraus zu leben, zu weben, zu sein und nicht allein aus Angst, Kränkung und Sorge. Rogate — „Betet!“: Der Sonntag erinnert uns nicht zuerst an eine religiöse Pflicht, sondern an eine geistliche Möglichkeit. Beten heißt, sich immer neu in Gottes Gegenwart hineinzustellen. Es heißt, darauf zu vertrauen, dass Gottes Geist die Welt in guten Bahnen hält.

Darum sollen auch wir weiter beten mit unserem Glauben und unseren Zweifeln, mit allem, was in uns unfertig geblieben ist. Denn Beten beginnt am innigsten dort, wo ein Mensch nicht mehr versucht, vor Gott vollkommen zu erscheinen, sondern sich von ihm mit all seinen Bedürfnissen finden lässt: „Vater unser im Himmel...“.

Amen.