

Predigt aus der Pfarrgemeinde Nord für den Sonntag Rogate (10.5.2026)

Wie beten? (Matthäus 6,5-15)

Pfarrerin Dr. Christine Ritter

Matthäus 6,5-15

5 Und wenn ihr betet, sollt ihr nicht sein wie die Heuchler, die gern in den Synagogen und an den Straßenecken stehen und beten, um sich vor den Leuten zu zeigen. Wahrlich, ich sage euch: Sie haben ihren Lohn schon gehabt. 6 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. 7 Und wenn ihr betet, sollt ihr nicht viel plappern wie die Heiden; denn sie meinen, sie werden erhört, wenn sie viele Worte machen. 8 Darum sollt ihr ihnen nicht gleichen. Denn euer Vater weiß, was ihr bedürft, bevor ihr ihn bittet. 9 Darum sollt ihr so beten: Unser Vater im Himmel! Dein Name werde geheiligt. 10 Dein Reich komme. Dein Wille geschehe wie im Himmel so auf Erden. 11 Unser tägliches Brot gib uns heute. 12 Und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unsern Schuldigern. 13 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. 14 Denn wenn ihr den Menschen ihre Verfehlungen vergebt, so wird euch euer himmlischer Vater auch vergeben. 15 Wenn ihr aber den Menschen nicht vergebt, so wird euch euer Vater eure Verfehlungen auch nicht vergeben.

Liebe Gemeinde,

wie geht beten? Ich sehe vor mir das kleine Mädchen, ganz konzentriert. Sie faltet ihre Hände. So macht es auch die Oma. Und die hat ihr die Worte beigebracht. Sie versteht nicht alle. Aber sie kann sie alle auswendig. Und wenn sie hört, wie die „Großen“ sie sprechen, dann spricht sie mit: *Vater unser im Himmel...*

Ich sehe das kleine Mädchen und irgendwie sehe ich mich auch selbst in ihr. War das nicht auch bei mir ganz ähnlich, damals? Wie habe ich eigentlich das Vaterunser gelernt und vom wem? So ganz genau kann ich das gar nicht sagen, es war irgendwann einfach da. Meistens dann, wenn es auch bei anderen da war.

Wie geht beten? Später lernt das Mädchen das Gebet auch in anderen Sprachen, auf Englisch zum Beispiel: *Our Father, who art in heaven, hallowed be thy name...* Als Siebzehnjährige reist sie mit einer Gruppe Jugendlicher nach Schottland – eine Jugendfreizeit der evangelischen Kirche. Sonntags besuchen sie den Gottesdienst. Sie versteht nicht alles, aber als die Gemeinde das Vaterunser betet, kann sie mitsprechen: Was für ein besonderer Moment! In einem fremden Land in einer fremden Sprache mit

Menschen, die sie nie zuvor gesehen hat: gemeinsame Worte, gemeinsames Beten, Gemeinschaft erleben in einer Weise, wie nie zuvor – und dabei eine Ahnung bekommen: Das Beten vernetzt und verbindet – mit Christinnen und Christen auf der ganzen Welt. Wenn sie später in anderen Ländern reiste, deren Sprache sie nicht konnte, dann hat sie das Vaterunser einfach in ihrer Sprache gebetet. Und sie spürte: Ich werde verstanden und Teil der betenden Gemeinschaft.

Im Laufe der Jahre reihen sich die Erfahrungen mit dem Vaterunser aneinander wie Perlen auf einer Gebetskette: Die Kinder der zweiten Klasse im Reliunterricht, die so begeistert bei den Bewegungen zum Gebet mitmachen, mit Hingabe ihr Vaterunserbüchlein basteln. Konfis, die fragen: Was bedeutet das eigentlich *und führe uns nicht in Versuchung*? Was ist das für ein Gott? Und die Pfarrerin kann die Frage auch nicht wirklich beantworten. Braucht es eine neue Übersetzung? Textliche Veränderungen?

Und dann wieder dies: Die Bewohnerin im Pflegeheim mit fortgeschrittener Demenz: Was bekommt sie mit vom Gottesdienst, den sie besucht? Schläft sie oder ist sie wach? *Vaterunser im Himmel* – als sie die ersten Worte hört, spricht sie mit. Das Vaterunser sitzt. Es scheint sich dem Vergessen zu entziehen. Bei den anderen auch. Kaum einer und eine, die nicht die Lippen bewegt.

In meine Erfahrungskette reiht sich inzwischen aber auch anderes ein: Die kleine Gruppe Angehöriger auf dem Friedhof am Urnengrab. Niemand spricht das Vaterunser mit. Das kommt nicht nur einmal vor. Worte bewahren und für andere zu Gehör bringen – und darauf vertrauen, dass sie innerlich mitschwingen.

Und schließlich die junge Frau: Mit Gott als Vater kann sie nichts anfangen. Geborgenheit erleben, geschützt werden – das kann sie nicht mit dem Vater in Verbindung bringen. Sie ist damit nicht alleine. Und ist es nicht so, dass auch die Bibel von Gottes mütterlicher Fürsorge spricht? Wo kommt dieses weltumspannende Gebet an seine Grenzen? Inzwischen gibt es tatsächlich alternative Formulierungen. Und es gibt Menschen, die dafür sehr dankbar sind.

Zu wem bete ich? Wie spreche ich mit, von Gott? Mich selbst beeindruckt immer wieder, wie behutsam jüdische Menschen sprechen und beten: Ha Schem – der Name, ha Makom – der Ort, Schechinah – Gegenwart oder, wer kein Problem damit hat: Adonaij: der Herr. So nähern sich viele dem göttlichen Geheimnis an. Im Beten bekomme ich eine Ahnung davon, wieviel mehr, größer die göttliche Ewigkeit ist als alles menschliche Reden.

Wie geht beten? Teresa von Avila spricht vom „inneren Beten“ und sie meint damit: „Verweilen bei einem Freund, mit dem wir oft allein zusammenkommen, einfach, um bei ihm zu sein, weil wir sicher wissen, dass er uns liebt“ (zitiert von H. Gorski in: Predigtstudien

2025/26, S.25). Bei Gott sein, mit ihm verbunden sein: *Ich in dir, du in mir* (EG 165,5).

Nachspüren, auskosten – dieses Verweilen braucht keine Worte. Es ist *eine* Form des Betens. Sich zurückziehen, in die Stille gehen, im Verborgenen Zwiesprache halten – vielen tut das gut. Sie spüren: Ich brauche das. Aber auch andere Formen: Psalmen, Gebete, die schon viele andere vor mir gebetet haben. Oder auch was mir gerade aus dem Mund und aus dem Herzen kommt, völlig ungeschliffen, keine wohlgesetzten Worte, manchmal nur Gestammel.

Die Bergpredigt überliefert Worte von Jesus. Sie geben Hinweise – und die wirken nach: Niemand soll sein Beten zur Schau stellen und damit prahlen: „Seht nur her, wie fromm ich bin!“ In unserer Zeit braucht es vielleicht aber auch gerade das andere, den Mut zu sagen: „Ja, ich bete. Und ich stehe dazu. Ich schäme mich nicht, mich zu outen.“ Wer betet, setzt sich in Beziehung zum göttlichen Geheimnis, geht in Resonanz und gibt ein Stück weit die Zügel aus der Hand.

„Das Gebet ist der höchste Ort der Passivität“, sagt Fulbert Steffensky. „Im Gebet weiß ich, dass ich nicht mein Selbsterbauer und Selbstrechtfertiger bin. Ich sage mich aus. Ich überliefere mich dem Blick der Güte.“ (zitiert von G. Kühnle-Hahn im Deutschen Pfarrerinnen- und Pfarrerblatt 4/2026, S.206). Sich dem gütigen Blick Gottes anvertrauen: So verstanden wird Beten zu einer Grundhaltung, die einen anderen Akzent setzt als die verbreitete Kultur des „Machens“: Ich überlasse es der göttlichen Geistkraft, was aus meinen Wünschen, Sorgen, Hoffnungen wird. Ich lasse zu mir kommen, was Gott zu mir kommen lassen will. (vgl. G. Kühnle-Hahn ebd.)

Und was sage ich dann – oder schweige ich lieber? Wie geht beten? Vielleicht haben die Jünger Jesu, die Frauen und Männer, die ihm folgten, auch so gefragt. Und Jesus gibt ihnen Worte mit: *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*

Der Jude Jesus schöpft aus seiner, der jüdischen Tradition. Ich lerne von ihm: Es müssen nicht immer eigene Worte sein. Ich darf mir zueigen machen, was andere schon vor mir gebetet haben. Ich darf so sprechen, wenn ich nicht einfach nur schweigen will, oder wenn ich nicht weiß, was ich sagen und wie ich es sagen soll. Und wenn ich mich verbinden will, aufgehoben in einer weltumspannenden Gemeinschaft. Wenn ich so beten möchte, wie es auch andere tun. Damit ich spüre: Wir sind verbunden.

Ich kann so beten, wenn ich mehr will oder anderes als das, was gerade aus meinem Inneren kommt: „Dein Wille geschehe!“. Manchmal kann das einem ziemlich viel abverlangen. Das Beten mit dem Vaterunser führt mich heraus aus dem Kreisen und mich selbst. Es führt mich zum göttlichen „Du“. Ihm halte ich die betenden Hände hin. Und es führt mich auch vom „Ich“ zum „Wir“. Das Vaterunser schenkt Gemeinschaft – und Solidarität unter den Betenden: *Unser tägliches Brot gib uns heute* – uns, nicht nur mir. Weil so viele nicht genug haben. Viel weniger als ich. Weil es mir nicht genügt, dass nur ich genug habe.

Unser tägliches Brot gib uns heute: Für mich ist das eine ganz wesentliche Bitte im gemeinsamen Beten: Brot für einen Tag, für das „Heute“. Ich lege gerne Vorräte an. Das gibt mir Sicherheit: Auch für morgen ist genug da. Was ich immer wieder neu einüben muss und will: das Vertrauen, dass auch morgen für mich gesorgt sein wird. Dass mir Gott auch morgen gibt, was ich brauche. Das „tägliche Brot“, es ist für mich weit mehr als der Laib Brot, den ich mir ohne größere Mühe und Sorge beschaffen kann. Es ist mein „Lebensmittel“ – was ich brauche, damit ich überhaupt leben kann, was mich nährt und trägt, Liebe und Freundschaft, Mitmenschlichkeit, das Vertrauen, gehalten und geborgen zu sein in Gott. Darum bitte ich immer wieder neu, mache mir dabei gegenwärtig, dass ich nicht mir selbst verdanke, was ich bin und habe, sondern Gottes Güte.

Und es reicht nicht aus, dass nur ich diese Ration zum Leben habe, sondern: *Unser tägliches Brot gib uns heute* – auch allen anderen in der Menschheitsfamilie. Für die einen ganz existenziell ein gefüllter Teller zum Überleben, für andere ein Tag in Frieden, eine Tagesration Liebe, Menschlichkeit, die dem Leben Würde gibt.

Mit dem weltumspannenden Gebet entfaltet sich ein Netz der Menschlichkeit und Solidarität – so möchte ich hoffen und bitten: Dass alle vom täglichen Brot satt werden und Gottes Wille sich ausbreitet, Menschenherzen bewegt und mit Liebe füllt, zu Schritten auf dem Weg des Friedens führt.

Mit dem Vaterunser mich und die Welt ins Gebet nehmen mit Worten, die uns verbinden – mit Gott und der Welt und ganz vielen. Mit Worten, die mich einladen zum Hören und Innehalten, zum Innehalten, Schweigen und Mitsprechen. Amen