



REFORMIERTE KIRCHGEMEINDE MÜNCHENSTEIN

Unser Vater neu entdeckt

Predigtgespräch am Bettag, 21. September 2025 im KGH

Das Unservater – neu entdeckt. Unter diesem Motto feiern wir Gottesdienst. Das Gebet ist vielen von uns sehr vertraut – so vertraut, dass ich manchmal gar nicht genau weiss, was ich da eigentlich bete. Wir nehmen heute ein Lupe in die Hand und schauen hier und dort genauer hin und fragen uns: was bedeutet das Unservater für mich – ganz persönlich?

Ich lese das Vater Unser aus Matthäus 6. Ich lese es aus der Bibel in gerechter Sprache, das bricht die gewohnten Formulierungen schon mal etwas auf.

So also betet.

***Du, Gott, bist uns Vater und Mutter im Himmel,
dein Name werde geheiligt.***

Deine gerechte Welt komme.

***Dein Wille geschehe,
wie im Himmel, so auf der Erde.***

***Das Brot, das wir brauchen,
gib uns heute.***

***Erlasse uns unsere Schulden,
wie auch wir denen vergeben,
die uns etwas schuldig sind.***

***Führe uns nicht zum Verrat an dir,
sondern löse uns aus dem Bösen.***

Zur Anrede

MP: Das Unser Vater ist ein kurzes Gebet, im griechischen Urtext zählt es bloss 57 Worte. Schreiben Sie einmal einen Text mit 57 Worten, da werden Sie nicht weit kommen. Aber beim Unser Vater ist das anders – ich habe es schon Hunderte und Tausende Mal gebetet, Sie sicher auch – und trotzdem habe ich den Eindruck, dass ich damit nicht fertig werde. Ganz im Gegenteil entdecken wir immer wieder neue Aspekte. Das Schöne am Unser Vater ist: es sind und bleiben die gleichen Worte - und

trotzdem haben sie immer wieder einen neuen Ton - das Unser Vater verändert sich, es entwickelt sich mit uns.

Ein Beispiel ist die Anrede: „Unser Vater im Himmel“. Es gab Zeiten, da habe ich einfach drüber gebetet, ohne viel zu denken – so wie wir Grüetzi sagen. Dann gab es Phasen, da habe ich am Wort „Vater“ herumgekauert – warum ausgerechnet Vater? - warum nicht Mutter? – oder irgendetwas noch umfassenderes: Urgrund, Kraft? Wiederum gab es Zeiten, da hatte ich Freude am „unser“: wir beten nicht «mein Vater», sondern «unser Vater» - wir verbinden uns so mit der ganzen Welt – Menschen vor mir, neben mir und nach mir beten es.

Momentan ist der „Himmel“ mein Eingangstor zum Unser Vater. Wir wissen heute viel mehr über den Himmel als zurzeit von Jesus. Mit Weltraumteleskopen können wir in die hintersten Ecken des Universums sehen. Wir sehen gigantische Räume – und die sind vor allem eines: dunkel, leer und kalt. Unsere Galaxie ist eine von Milliarden – und unsere Erde nur ein Stäubchen. Wir sehen, wie Sterne entstehen und dann auch wieder vergehen - mit uns wird einmal genau das gleiche passieren. Kosmische Katastrophen – dem Universum ist das völlig gleichgültig, es dehnt sich weiter aus ins Nichts, als wäre nichts geschehen.

Jesus sagt im Unser Vater: da gibt es noch viel mehr im Himmel – nicht nur Dunkelheit, Leer und Kälte – sondern eine gute, helle und warme Kraft. Sie durchwirkt und durchströmt alles und gibt uns Sinn und Wärme. Wir nennen diese Kraft mit dem einfachsten und persönlichsten Namen, den wir kennen: Vater – sicher dürfen wir ergänzen: Mutter. Jedes Mal, wenn ich so bete, wird mir warm ums Herz und ich denke: das ist das Evangelium.

DA: Eine gute Kraft im Universum, die das Leben hält, webt und durchströmt. Das gefällt mir. Das ist eine Formulierung, die weit aufmacht. Ich bin in den letzten Wochen auf eine Neuformulierung des Unser Vater gestossen, die mich zum Nachdenken anregt. «Unser Vater im Himmel» - das überträgt der Theologie Gofi Müller so: Schöpferin – Kraft – Mutter und Vater. Da geht es auch um ein Weiten des Gottesbildes. Das Unser Vater bleibt das Unser Vater – das will niemand «ersetzen». Vielmehr geht es darum, nachzudenken. Was bedeutet «Vater» für mich? Was «Mutter»? Welchen Zugang ermöglicht das Wort? Welche Gefühle sind damit verbunden?

Die Lateinamerikanische Theologin Elsa Tamez spricht von Gott als «Duft», der überall in der Welt wahrnehmbar ist. Das ist wieder eine ganz andere Vorstellung, ein ganz anderes Bild. Sie sieht den Duft Gottes als Metapher für Gottes Präsenz: oft ist diese zart und schwer zu fassen, manchmal ist sie kraftvoll und alles durchdringend.

Für Tamez ist der göttliche Duft ein Zeichen dafür, dass Gott mitten in der Schöpfung ist. Nicht losgelöst oder fern, sondern ganz konkret und manchmal sogar rätselhaft erfahrbar.

All diese Bilder sind wie eine Einladung, einen Zugang zum Göttlichen zu finden. Für den einen ist der Vater ein herrlicher Zugang, er fühlt sich geborgen und wohl. Für jemand anderen vernagelt das Wort die Tür grad. Aber mit einem Wohlgeruch, da kommt er weiter auf seiner Suche.

Was hilft mir? Vielleicht sind das Brücken, über die ich eine Zeitlang laufe. Gott als Duft. Gott als «Urgrund des Seins». Vielleicht reichern solche Bilder schlussendlich auch an, was ich mir unter «Gott als Vater» vorstelle.

(...)

Zur 1-3 Bitte

DA: Schöpferin, Kraft, Mutter und Vater. Mit allem, was wir sind, wenden wir uns dir zu, so wie auch du dich uns zuwendest. Das ist der Versuch von Gofi Müller, die alten Worte zu übertragen. Dein Name werde geheiligt. Dein Reich komme, dein Wille geschehe. Es geht um eine aufmerksame Hinwendung zum Göttlichen.

Hier steht nicht der Mensch im Zentrum, sondern der Urgrund des Seins. Die Quelle des Lebens. Der Vater im Himmel. Nicht «ich, mein, mir, mich», sondern dreimal «dein». Dein Name. Dein Reich. Dein Wille. Erstmal loslassen. Sich selbst aus dem Zentrum nehmen.

Das kann entlasten. Jetzt einmal keine Selbstoptimierung. Nein: Raum für das grosse heilige Du. „heilig“ kann als „absolut wichtig“ oder „unvergleichlich wertvoll“ ausgedrückt werden.

MP: Der Gedanke gefällt mir: keine Selbstoptimierung - keine Selbstbespiegelung – keine Selbstverwirklichung. Nicht Ich, sondern Du – nicht meine Welt, sondern „dein Reich“. In diese andere Wirklichkeit tauche ich mit dem „Unser Vater“ ein. Es gibt ein Bild, das mir dabei hilft: Beten ist für mich wie Schwimmen. Ich verlasse den Boden meiner Welt, stelle mir vor, dass ich ins Wasser springe, am besten natürlich ins offene und weite Meer. Ich spüre das Wasser auf meiner Haut - die Wellen umspielen mich - und sieh da: es trägt. Wenn wir beten „dein Reich komme, dein Wille geschehe“, dann geht es vielleicht genau darum, dass wir diesen Sprung wagen.

Was heisst für dich Beten? Welche Bilder haben Sie dafür? Wie sieht das aus, wie riecht oder fühlt es sich an? Dein Reich komme – was brauchen Sie, damit das geschehen kann?

(...)

Zur 4-7 Bitte

MP: Nach den drei Du-Bitten kommen die vier Wir-Bitten, die uns Menschen und unsere Welt betreffen – „unser tägliches Brot gib uns heute“. Nachdem wir im Heiligen gebadet haben, betreten wir jetzt wieder festen Boden. Jesus verbindet im Unser Vater himmlische Mystik mit irdischem Realitätssinn, finde ich schön.

Es sind vier Wir- Bitten, vier Menschen-Bitten. Ich frage mich: für was würde ich bitten, wenn ich vier Bitten frei hätte? Gesundheit, Frieden, Erfolg, Glück? Jesus bittet zuerst um Brot: unser tägliches Brot gib uns heute. Das ist etwas ganz Einfaches und Konkretes – da ist sie wieder: diese Nüchternheit – fast schon Reformiert! Keine grossen Visionen, keine grossen Versprechen: es ist das Kleine, das zählt. Ja, das Wichtigste geschieht immer nebenbei: wie wir beim Frühstück das Brot teilen.

Und dann folgen drei Bitten, die den Blick auf die dunklen Seiten unserer Existenz werfen: Schuld, Versuchung, das Böse. Ist das düster? Oder einfach nur ehrlich? Tröstlich finde ich, dass Jesus den Fokus ganz auf die Vergebung legt: Schuld kann verziehen - der Versuchung kann ich widerstehen – das Böse ist nicht das Letzte, es lässt sich überwinden – bitten wir Gott darum, dass er uns dabei hilft!

DA: Gib uns, was wir heute zum Leben brauchen: Brot, Zuversicht, Gemeinschaft. Und erlöse uns von dem Bösen. Das mag erstmal abstrakt klingen. Mir hilft der Zugang von Ignatius von Loyola, dem Begründer der Gemeinschaft der Jesuiten. Er ermutigte Menschen, ihr Leben und ihre inneren Regungen, also ihre Gefühle, ganz bewusst wahrzunehmen und dabei zu spüren: Was führt zum Leben, in die Lebendigkeit, zum Licht? Und was führt ins Dunkle, in die Vereinsamung und Zerstörung? Die Erlösung geschieht demnach auch in der bewussten Hinwendung zum Licht, metaphorisch gesprochen. Sie bleibt Geschenk Gottes – und doch kann der Mensch sich dem Guten und Hellen bewusst zuwenden.

Was assoziiert du mit Erlösung? Welche innere Haltung hilft dir dabei, dich dem Guten zuzuwenden – der Kraft, die Leben schafft?

(...)

Denn dein ist das Reich, und die Kraft und die Herrlichkeit, Amen.

Anhang: Zum Selberdenken



Das «Unservater» ist das Gebet, das Jesus uns geschenkt hat. Es kann uns in Verbindung mit Gott bringen und Wege zum Leben zeigen. Dieses Handout lädt dich ein, die Bitten mit eigenen Worten zu entdecken, deine Gedanken aufzuschreiben und das Gebet neu zu erleben.

Unser Vater im Himmel ...

Wer ist Gott für mich? Welches Wort hilft mir, mich Gott zuzuwenden?

.....

Dein Reich komme ...

Was ist dieses „Reich“ für dich? Wie schmeckt, riecht oder fühlt es sich an? Und was heisst das heute? Vielleicht: Deine Wirklichkeit breite sich aus. Lass uns grossherzig und liebevoll leben. Oder: Deine friedvolle Verbundenheit präge unser Handeln. Wie würdest du es ausdrücken?

.....

Unser tägliches Brot ...

Was brauchen wir heute zum Leben? Zuversicht, Vertrauen, Mut, Trost? Um welche „Brotsorgen“ möchtest du für dich und andere bitten? Wenn du vier Bitten frei hättest – welche wären das?

.....

Erlöse uns von dem Bösen ...

Ignatius von Loyola empfahl, Gedanken und Gefühle genau zu prüfen. Zieht das, was dich beschäftigt, dich zum Dunklen oder zum Leben? Folge der „lichten Spur“!

Was nimmst du wahr?

.....