



Reformierte
Kirche Chur

Churer Predigt

Juli 2026

Text: Mt. 5, 5 - 15
Pfarrerin Wilma Finze-Michaelsen

Vom Beten. Das Grundmuster eines Gebets

5 Und wenn ihr betet, sollt ihr es nicht machen wie die Heuchler: Die stehen gern in den Synagogen und an den Strassenecken und beten, um sich den Leuten zu zeigen. Amen, ich sage euch: Sie haben ihren Lohn schon bezogen. 6 Wenn du aber betest, geh in deine Kammer, schliess die Tür und bete zu deinem Vater, der im Verborgenen ist. Und dein Vater, der ins Verborgene sieht, wird es dir vergelten. 7 Wenn ihr aber betet, sollt ihr nicht plappern wie die Heiden; sie meinen nämlich, sie werden ihrer vielen Worte wegen erhört. 8 Tut es ihnen nicht gleich! Euer Vater weiss, was ihr braucht, noch ehe ihr ihn bittet. 9 So sollt ihr beten: Unser Vater im Himmel. Dein Name werde geheiligt. 10 Dein Reich komme. Dein Wille geschehe, wie im Himmel, so auf Erden. 11 Das Brot, das wir nötig haben, gib uns heute! 12 Und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben haben jenen, die an uns schuldig geworden sind. 13 Und führe uns nicht in Versuchung, sondern erlöse uns von dem Bösen.[1] 14

Denn wenn ihr den Menschen ihre Verfehlungen vergebt, dann wird euer himmlischer Vater auch euch vergeben. 15 Wenn ihr aber den Menschen nicht vergebt, dann wird auch euer Vater eure Verfehlungen nicht vergeben.

Liebe Gemeinde

Eingebettet ist der Predigttext vom Unservater in einem wichtigen Teil der Bergpredigt zwischen Wegweisungen vom Almosengeben, Fasten und dem Umgang mit Besitz. Sie sollen – wie das Beten – im Verborgenen geschehen.

«Lehre uns beten!» So bitten seine Jünger Jesus. Eigentlich verwunderlich, oder? Die Jünger werden die jüdischen Gebete gekannt haben, insbesondere das Kaddisch, das Gebet des Judentums, das regelmässig im Alltag, aber auch im Gottesdienst gebetet wurde und auch noch heute gebetet wird: *«Erhoben und geheiligt werde sein grosser Name auf der Welt, die nach seinem Willen von Ihm erschaffen wurde. Sein Reich erstehe in eurem Leben, in euren Tagen, und im Leben des ganzen Hauses Israel, schnell und in nächster Zeit, spricht: Amen!»*

Warum fragen die Jünger, wie man beten soll? Haben sie es verlernt oder fehlen ihnen die Worte? Haben sie Angst, sie könnten falsch beten, so dass das Gebet nicht erhört wird?

«Lehre uns beten» - das ist gewissermassen eine Weiterbildung oder ein Grundkurs zum Beten: Wenn ihr betet, dann...

Wie sollen wir beten? Bei dieser Frage geht es um das Äusserliche, das auch bedacht werden soll, weil es Sinn macht. Traditionen wie das Falten der Hände und das Schliessen der Augen können hilfreich sein, um Ablenkungen zu vermeiden. Sie dienen auch der Sammlung. Hände und Augen sind gerne aktiv. Da hilft es, sie zur Ruhe zu bringen und erleichtert die innere Besinnung auf das

Beten. Es braucht beim Beten nicht viele Worte und es benötigt – wie zu Jesu Zeiten von vielen Bewohnern und Bewohnerinnen gerne bevorzugt – keinen Platz, an dem man beim Beten gesehen werden kann, zum Beispiel öffentliche Plätze oder Strassenecken. Das Beten soll im Verborgenen geschehen, im stillen Kämmerlein, wo man allein ist.

«*Lehre uns beten!*» - Wie gut ist es zu wissen: Wir dürfen beten und uns an Gott wenden in unserer Not, mit all unseren Bekümmernissen und all dem, was uns beschäftigt, natürlich auch, indem wir für alle seine Gaben und seine Hilfe danken. Wir dürfen zu ihm beten und darauf vertrauen, dass er uns hört. Wir dürfen zu ihm beten, so wie es Jesus selbst getan hat. «Mein Gott, warum hast du mich verlassen!» oder «Lass diesen Kelch an mir vorübergehen!»

Beten heisst leben, heisst mit den Worten und Gedanken, die wir zur Verfügung haben, zu Gott zu sprechen: Stotternd oder stammelnd mit eigenen Worten oder mit den Worten der Bibel oder Liedern.

«*Lehre uns beten!*», bitten die Jünger und Jesus lehrt ihnen dieses Basisgebet, das wir heute ebenso als Grundgebet sprechen dürfen.

Ein kurzes Gebet, das unser ganzes Leben und all unsere Bedürfnisse beinhaltet. Wie soll eine einzige Predigt nun ausreichen, um dem grossen Gebet gerecht zu werden? Eigentlich sollte eine Predigtreihe versuchen, sich dem Gebet zu widmen.

In der heutigen Predigt beschäftigen wir uns mit dem Gebet als Ganzes. Im Grundlagendokument der Berner Reformation, dem Berner Synodus von 1532, kann vom Unser Vater gelesen werden, es sei «*das wahre christliche Gebet und der Wasserkrug*

oder Eimer, mit dem aus dem Brunnen der Gnade – aus Jesus Christus – diese Gnade geschöpft und ins Herz gefasst wird.»

Das Unser Vater wird im Laufe der Jahrhunderte unzähligen Menschen wirklich zum Wasserkrug geworden sein, aus dem sie Kraft, Trost und Hoffnung geschöpft haben. Wenn auch nicht mehr davon ausgegangen werden kann, dass alle Menschen im christlichen Abendland die Worte dieses Gebetes auswendig können, so ist das Unser Vater heute noch sehr vielen Menschen bekannt, schon allein deshalb, weil es schon sehr früh zu einem festen Bestandteil des Gottesdienstes wurde.

Jesus selbst hat seinen Jünger dieses Gebet gegeben als das Gebet der Gebete. Seitdem wurde es unzählige Male gebetet, allein, in der Familie oder im Gottesdienst. Wohl auch manchmal pflichtgemäss heruntergeleiert oder abgespult.

Martin Luther nannte das Vaterunser deshalb gar den *«grössten Märtyrer auf Erden, denn jedermann plagts' und missbraucht es, ohn alle Andacht wirts' zerplappert und zerklappert. Wenige nur tröstets noch und macht fröhlich durch rechten Gebrauch.»* Das ist Martin Luther – der kein Blatt vor den Mund nahm.

Ich könnte das nicht so deutlich sagen. Ich bin davon überzeugt, dass es vermutlich das unbewusste Aufsagen des Gebetes gibt, aber trotzdem bin ich zuversichtlich, dass es von vielen Menschen an unterschiedlichsten Orten mit Überzeugung, Hingabe und grosser Hoffnung gesprochen wird. Manches Mal klar und deutlich, dann wieder mit zitternder Stimme oder zaghaft.

An manchem Kinderbett wird es am Abend gebetet, in der Not oder am Sterbebett bietet es Trost. Manchmal mag es der letzte Strohalm der Hoffnung sein, wenn einem die Worte fehlen. Traurige und Fröhliche beten es. Martin Luther will mit seiner

Kritik den ersten Teil des Predigttextes aufgreifen: Plappern meint wohl eher, dass der Mund etwas sagt, was das Herz nicht meint, etwas, das zur Schau wird und nicht aus tiefer Überzeugung gesagt wird.

Beten – still im Kämmerlein – diese Aufforderung ist eben für diejenigen gedacht, die sich beim Beten zeigen wollen. Es soll deutlich machen, dass es beim Beten nicht um Angeberei geht und auch nicht darum, dass ein besonders Frommer zur Schau stellt, wie gut er beten kann.

Liebe Brüder und Schwestern

Beim Beten geht es um das Gespräch zwischen Gott und Mensch und das ist eigentlich ganz einfach: Ich muss mich vor Gott nicht besonders hervorheben, wie gut ich beten kann. Gott hört die wohlfeilen Worte ebenso wie die stammelnden, stotternden Worte des Gebets.

Es gibt Augenblicke, Zeiten in unserem Leben – auch im Glauben – in denen die Worte ausgehen, fehlen oder zu schwer werden können. Da, wo die Kraft fehlt, wo ein Mensch geplagt ist, da darf man dann keine originellen Worte erwarten. Da ist es gut, wenn Texte gefunden sind, die man im Kopf hat und im Herzen trägt, vertraute und tröstende Worte. Da ist es sehr hilfreich, wenn man in aller Wortlosigkeit nicht noch etwas Neues kreieren muss.

Ein hilfreiches Gebet hat Jesus seinen Jüngern und uns gelehrt, so dass jeder von uns lernen kann, zu beten.

Alles ist von diesem knappen Gebet umschlossen, alles ist da drin: Himmel und Erde, das tägliche Brot und die menschliche Schuld, die Versuchung und das Böse und Gottes Reich und Kraft und Herrlichkeit. Grosses und Kleines. Immer wieder neu können wir mit seinen Worten den Draht zu unserem Gott finden, immer neu

damit im Glauben beginnen. Denn das Unservater lässt das Menschenherz seine Sprache wiederfinden, die Sprache der Kinder und des Vertrauens.

«*Unser Vater im Himmel*», so lehrt Jesus uns das sogenannte Herrengebet. "Vater" – so dürfen wir Gott ansprechen. Im Originaltext steht da "Abba», eine Verniedlichungsform; wir würden «Papa» sagen. Niemand von den frommen Leuten in Israel hat Gott im Gebet so angeredet, den Schöpfer Himmels und der Erde, den Herrn der Welt. Aber Jesus tut es, immer wieder: «Abba, lieber Vater». So vertraut, so schlicht, so geborgen hat Jesus von Gott gesprochen. Und so warmherzig dürfen wir auch «Papa» sagen, weil Gott unser gütiger und herzlicher Vater im Himmel sein will und ist, auch dann, wenn wir ihm so manches Mal auch recht fern sind.

«*Unser Vater im Himmel*» - wer so beten kann, der oder die ist davon überzeugt, dass diese Welt trotz allem Unguten und Schwierigem, trotz Krieg und Naturgewalten von Gottes guten, väterlichen Händen gehalten ist.

Wer «Unser Vater» sagt, weiss, dass er nicht allein zu Gott betet, sondern dass er Brüder und Schwestern hat, die auch zu ihrem Vater im Himmel beten: Gemeinsam soll gebetet werden. Es ist wohl kaum denkbar, dass auch wenn es im stillen Kämmerlein gebetet würde, nicht noch irgendein Mensch auf der Welt gleichzeitig auch Gott anruft: „Unser Vater!“

Wir haben Geschwister, nicht nur hier in Chur, in Haldenstein oder Maladers, nein auf der ganzen Welt. Allen dient das Gebet ebenso wie es den Jüngern diente, die nicht wussten, wie sie beten sollten.

Nun weist das Unservater gleichzeitig auch darauf hin, dass wir nicht nur um unser eigenes Glück und Wohlergehen besorgt sein

dürfen, sondern auch für die Menschen und Mitgeschöpfe der ganzen Welt. Es zeigt uns, dass wir unsere nächsten und fernen Brüder und Schwestern achten sollen, und dass wir darum auch Sorge zu ihnen tragen sollen.

Liebe Gemeinde

Der Glaube zu dem dreieinigen Gott und das Gebet führen aus dem stillen Kämmerlein heraus in die Gemeinschaft. Im Sinne Jesu geht es nicht um einen Glauben für sich selbst allein, heimlich oder verschlossen von anderen.

«*Unser Vater im Himmel*» - Das ist das Herausragende, das ganz Besondere, dass wir zu Gott «Vater» sagen dürfen, wie Jesus es auch getan hat.

Vier Worte, die wir als die Zusammenfassung unseres Glaubens bezeichnen können. Vier kleine Worte und es ist an uns, sie unser Leben lang immer wieder neu zu lernen, überzeugt und mit ganzem Herzen "Abba, lieber Vater" zu sagen. Und indem wir das tun, halten wir seinen Namen, Gott selbst, heilig, weil wir als seine Kinder um die Stellung Gottes wissen, sie achten und ihn als solchen anrufen dürfen.

Das *Unservater*, das Gebet des Herrn, ist uns von Jesus gegeben. Wir beten es in seinem Namen und wir werden beim Beten von ihm unterstützt. Er ist unser Fürsprecher, der sich stark für uns macht. Wer betet, hängt sich an ihn an und merkt, dass seine Tür immer offensteht.

Jesus hat uns dieses Gebet gegeben; er ermuntert uns:

«Macht es euch so einfach wie möglich. Nehmt ein einfaches Gebet. Eines mit einer kurzen, klaren Struktur. Das könnt ihr dann

immer noch ausbauen. Ihr könnt es variieren, verfeinern, für verschiedene Situationen.»

Wichtig ist, dass wir überhaupt einmal beginnen im Wissen darum, dass wir uns als erwachsene Menschen wie auch als Kinder im Gebet mit Verstand und Sinn an Gott wenden können, um uns ihm mit allem, was uns bewegt, anzuvertrauen.

Gott ist für uns da. Darüber können wir uns freuen und uns in aller Freiheit und grosser Dankbarkeit an ihn wenden, denn er ist der Geber unseres Lebens. Er ist der grosse Zuhörer und Helfer.

Das Gebet des Herrn, das Herrengebet, das Unservater, ist *«das wahre christliche Gebet und der Wasserkrug oder Eimer, mit dem aus dem Brunnen der Gnade – aus Jesus Christus – diese Gnade geschöpft und ins Herz gefasst wird.»* Greifen wir zu! Nehmen wir den Wasserkrug und trinken die Gnade in der Zuversicht, dass wir sie umsonst erhalten. Gott bietet sie uns an. Wir müssen nur aus diesem Brunnen der Gnade schöpfen. Amen