

PROFILL

die Spur im
Alltag



die Monats-Geh-Hilfe der *action spurensuche*

Ausgabe 73 / Montag, 8. Dezember 2008 / 2 Seiten

Gebetsgebärde – Das Falten der Hände Das Vater unser – Das Herrengebet

Typisch für das christliche Beten der Alten Kirche ist das freie, selbstbewusste Stehen vor Gott mit geöffneten Armen, erhobenen Händen und Augen. In späterer Zeit ist im Abendland das Falten der Hände üblich geworden. Diese Geste soll verdeutlichen, dass sich der Beter nur auf Gott konzentriert und nicht mit anderen Dingen beschäftigt ist. Die aneinander gelegten offenen Handflächen entsprechen der Haltung bei der Huldigung und wird etwa seit dem 11. Jahrhundert praktiziert.

Ich möchte dich einladen die Gebetsgebärde – Das Falten der Hände mal bewusst zu erleben.

Daher stehe auf und stelle dich gerade, aufgerichtet hin, die Füße sind geschlossen. Halte die Wirbelsäule und den Kopf aufrecht. Falte die Hände vor der Brust, die Unterarme verlaufen waagrecht zum Oberkörper. Die Gebetshaltung ist eine Vorbereitung für das folgende Gebet. Konzentriere dich auf deinen Atem und versuche deine innere Mitte zu finden. Entspanne dich für ein paar Atemzüge in der Gebetshaltung.

**Vater unser im Himmel,
Geheiligt werde dein Name.
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.**

Wenn wir die geheimsten Gedanken eines Menschen, die tiefsten, ehrlichsten erkennen wollen, so müssen wir seine Gebete befragen. Das Vater unser ist die Mitte der Verkündigung, ist der entscheidende Zugang zu Jesus. Die Bitte der Jünger: „Herr, lehre uns beten!“ enthält wohl die Frage: „Herr, wie betest du?“, welche die Jünger nicht zu stellen wagten. Und Jesus erschließt ihnen im Vater unser das Geheimnis seiner Person.

Das Vater unser wurde schon sehr früh fester Bestandteil der Eucharistiefeier. Die Brücke zwischen dem Vater unser und der Eucharistiefeier sahen die Kirchenväter nicht nur in der Bitte um das tägliche Brot, worunter neben der täglichen Nahrung des Leibes bald auch die Hl. Kommunion verstanden wurde, sondern ebenso die Vergebungsbite, weil ja die Eucharistiefeier nicht ohne die brüderliche Gemeinschaft gefeiert werden kann, welche die gegenseitige Vergebung voraussetzt. Das Vater unser wurde dem Hochgebet angefügt, wo es noch heute seinen Ort hat. Gewöhnlich wird das Vater unser von der ganzen Gemeinde gebetet.

In der Eucharistiefeier lädt der Priester heute mit wenigen Worten die Gemeinde ein, mit ihm das Herrengebet zu beten. Bei zwei der vier offiziellen Einleitungsworte sagt der Priester, dass wir es „wagen“, dieses Gebet zu sprechen oder zu singen. Auch hier wird die große Ehrfurcht deutlich, welche die Kirche dem Gebet des Herrn gegenüber hat. Es sollte der Gemeinde immer wieder deutlich gemacht werden, dass es ein Wagnis ist, Gott den „lieben Vater“ zu nennen und ihm unsere Bitten vorzutragen.

Meditation - Unterbrich mich nicht, Herr! Ich bete

„VATER UNSER IM HIMMEL...“

"Ja?"

"Unterbrich mich nicht! Ich bete."

"Aber du hast mich doch angesprochen.!"

"Ich dich angesprochen? Ah ... nein, eigentlich nicht. Das beten wir eben so: Vater unser im Himmel.
Da schon wieder! Du rufst mich an, um ein Gespräch zu beginnen, oder? Also worum geht's"

„GEHEILIGT WERDE DEIN NAME ...“

"Meinst du das ernst?"

"Was soll ich ernst meinen?"

"Ob du meinen Namen wirklich heiligen willst. Was bedeutet das denn?"

"Es bedeutet ... es bedeutet ... meine Güte, ich weiß nicht, was es bedeutet! Woher soll ich das wissen?!"

"Es heißt, dass du mich ehren willst, dass ich dir einzigartig wichtig bin, dass dir mein Name wertvoll ist."

"Aha. Hm. Ja, das versteh ich."

„Dein Reich komme. DEIN WILLE GESCHEHE, WIE IM HIMMEL SO AUF ERDEN...“

"Tust du was dafür?"

"Dass dein Wille geschieht? Natürlich! Ich gehe regelmäßig zum Gottesdienst, ich zahle Kirchensteuer und Spende."

"Ich will mehr: dass dein Leben in Ordnung kommt: dass deine Angewohnheiten, mit denen du anderen auf die Nerven gehst, verschwinden, dass du von anderen her und für andere denken lernst; dass allen Menschen geholfen werde und sie zur Erkenntnis der Wahrheit kommen, auch deine Nachbarn und deine Kollegen. Ich will, dass Kranke geheilt, Hungernde gespeist, Trauernde getröstet und Gefangene befreit werden; denn alles, was du diesen Leuten tust, tust du doch für mich."

"Warum hältst du das ausgerechnet mir vor?! Was meinst du, wie viele stinkreiche Heuchler in den Kirchen sitzen. Schau sie doch an!"

"Entschuldige! Ich dachte, du betest wirklich darum, dass mein Herrschaftsbereich kommt und mein Wille geschieht. Das fängt nämlich ganz persönlich bei dem an, der darum bittet."

"Kann ich jetzt mal weiterbeten?"

„UNSER TÄGLICHES BROT GIB UNS HEUTE...“

„Du hast doch eben erst den halben Kuchen in den Kompost geworfen, Mann! Deine Bitte beinhaltet die Verpflichtung, etwas dafür zu tun, dass Millionen Hungernde dieser Welt ihr tägliches Brot bekommen.“

„UND VERGIB UNS UNSERE SCHULD. WIE AUCH WIR VERGEBEN UNSEREN SCHULDIGERN...“

"Und Helga?"

"Helga? Jetzt fang auch noch von der an! Du weißt doch, dass sie mich öffentlich blamiert, dass sie mir jedes Mal dermaßen arrogant gegenübertritt, dass ich schon wütend bin, bevor sie ihre herablassenden Bemerkungen äußert. Und das weiß ich auch! Sie nimmt mich als Mitschülerin nicht ernst, sie tanzt mir auf dem Kopf rum, diese Type hat..."

"Es macht mich krank!"

"Ich will dich heilen. Vergib Helga, und ich vergebe dir. Dann ist Arroganz und Hass Helgas Sünde und nicht deine. Vielleicht verlierst du Geld, ganz sicher verlierst du ein Stück Image, aber es wird dir Frieden bringen."

"Hm, ich weiß nicht, ob ich mich dazu überwinden kann."

"Ich helfe dir dabei."

„UND FÜHRE UNS NICHT IN VERSUCHUNG, SONDERN ERLÖSE UNS VON DEM BÖSEN...“

„Nichts lieber als das! Meide Personen oder Situationen, durch die du versucht wirst.“

"Wie meinst du das?"

"Du kennst doch deine schwachen Punkte. Gib dem Versucher keine Chancen!"

"Ich glaube, dies ist das schwierigste Vaterunser, das ich je betete. Aber es hat zum ersten Mal etwas mit meinem alltäglichen Leben zu tun..."

Hinweis:

Diesem Profil liegen zwei **Faltblätter mit dem Jahresprogramm 2008/2009 der action spurensuche** bei.
Wer mehrere Exemplare benötigt, sie liegen im **Pfarramt auf oder unter www.action-spurensuche.de**

Termine	Frühschichten im Advent 2008 Thema: „Engel“ in der Liebfrauenkapelle der Basilika St. Vitus anschließend gemeinsames Frühstück im Jeningenheim Beginn jeweils um 7:30 Uhr - Samstag, 29. November 2008 - Samstag, 06. Dezember 2008 - Samstag, 13. Dezember 2008 - Samstag, 20. Dezember 2008	
	Monatliches Abendgebet in der Liebfrauenkapelle am Grab von Pater Philipp Jeningen S.J. Mittwoch, 17. Dezember 2008 19:00 Uhr	Tauftag von Pater Philipp Jeningen SJ Montag, 05. Januar 2009 19 Uhr Vespertagesdienst Liebfrauenkapelle/Basilika anschließend Geistliche Einführung ins Johannesevangelium
Impressum	PROFIL erscheint monatlich und soll vorzugsweise am 8. jeden Monats zu einer Zeit der Stille und Meditation einladen. PROFIL Ausgabe 73 wurde von Ursula Krämer erstellt. Auf Wunsch wird PROFIL kostenlos zugesandt. Für Rückfragen wende dich einfach an die action spurensuche, Kath. Pfarramt St. Vitus, Priestergasse 11, 73479 Ellwangen, Tel. 07961/3535, www.action-spurensuche.de . Wer die Arbeit der action spurensuche finanziell unterstützen will: Pfarramt St. Vitus, Kennwort „action spurensuche“ VR Bank BLZ 61491010, Kto.-Nr. 201127008, KSK Ostalb BLZ 61450050, Kto.-Nr. 110621836	

