

Das VATERUNSER als Gebet ...

... **gegen uns selbst**

... **gegen übermäßiges Streben nach Bedeutung und Selbstoptimierung**

MEHR SEIN =
Selbst-
optimierung?
Oder habe
ich etwas
falsch
verstanden?



12. Internationaler Kongress
für Psychotherapie und Seelsorge der APS
Würzburg, 17.-20. April 2024

Olaf Kormannshaus, Berlin

Pastor & Dipl.-Psych., Hochschullehrer i.R., Supervisor (EKFuL)

Die Seminausschreibung im Programmheft

Olaf Kormannshaus

Das VATERUNSER als Gebet gegen übermäßiges Streben nach Bedeutung und Selbstoptimierung



Das Gebet Jesu als ein „Gebet gegen uns selbst“ ist ein hilfreich-korrigierender „Gesprächspartner“ im gegenwärtigen Hang, Drang und Zwang zur Selbstoptimierung mit dem Kreisen um die eigene Bedeutung und der Suche oder Sucht, etwas Besonderes darstellen zu sollen oder wollen? Impulse, eigene Reflexion und gemeinsamer Austausch zu den einzelnen Sätzen begleiten die Spurensuche auf dem Weg zu einem angemessenen Platz in der Welt und vor Gott.

Für Zusendung der Folien bitte Email schreiben an: Olaf@Kormannshaus.de

Frage nach dem Maß oder: wenn die Suche zur Sucht wird

- **Streben nach Bedeutung**
 - gehört zum Menschen
- **Selbstoptimierung**
 - mehr aus den anvertrauten Gaben zu machen, wäre manchen Menschen durchaus zu empfehlen
 - vgl. Gleichnis von den Gott anvertrauten Talenten (vgl. Mt 25)
- **Hang, Zwang und Drang zur Selbstoptimierung**
 - Sklaverei des 21. Jahrhunderts
 - kann zum Kreisen um den Wert führen →
- **Selbstzentriertheit: „homo incurvatus in se“**
 - *der in sich selbst verkrümmte Mensch* = Wesen der Sünde
Augustin, Thomas von Aquin, Luther u.a.

MEHR SEIN
← Dankbarkeit gg. Gott?
← oder neue „Knechtschaft“

3

Das VATERUNSER - ein Gebet gegen uns selbst

- **„Das Gebet, das die Welt umspannt“**
 - Helmut Thielicke (1944/45)
 - Verbundenheit *mit allen Christen!*
- **„Der größte Märtyrer auf Erden“**
 - Martin Luther
 - „Denn jedermann plagts und missbrauchs“¹
 - „zerklappert, zerplappert“, trotzdem hält Luther an ihm fest
 - Es hat die Kraft, sich immer zu erneuern ☺
- **„Das Vater Unser muss sich ausruhen dürfen“**
 - Nikolaus Ludwig (Graf) von Zinzendorf
 - „totgeredet, totgebetet“

1.: zit. nach Okko Herlyn, Das VaterUnser. Verstehen, was wir beten, Neukirchen-Vluyn 2017, 8

4

Das VATERUNSER - ein Gebet gegen uns selbst

- Gebet gegen uns selbst
 - gegen den alltäglichen, oft „geforderten“ bzw. gesellschaftlich erwarteten Zwang zur Selbstoptimierung“
 - ein Aspekt des Gebets
 - einer von sehr vielen, nicht das Ganze!
 - *nicht* in Konkurrenz zu den vielen anderen Aspekten & Auslegungen, z.B. in *Luthers* oder im *Heidelberger Katechismus*!
 - Eine Scheinwerfereinstellung!
 - Viele andere Aspekte bleiben unbeleuchtet und sind gleichermaßen gültig!

19. 04. 2024

© o.k.? OK!

5

Mit dem Vater Unser zu Gott beten

- Jedes (*bewusste*) Gebet zu Gott ist
 - Anerkenntnis der Grenzen eigener Macht, Weisheit & Bedeutung
 - Anrede Gottes als Gott → Korrektur übermäßigen Strebens nach Größe und Bedeutung
 - Unterscheidung
 - Gott – Mensch
 - „Es gibt einen Gott! Und ich bin es nicht!“
 - Schöpfer – Geschöpf
 - Der Mensch als Ebenbild, Hoheitszeichen Gottes
 - aber nicht Gott selbst

19. 04. 2024

© o.k.? OK!

6

Vater im Himmel!

- Großartiges Privileg
 - Anrede Gottes als *Vater*
 - Mein Status als Tochter, Sohn Gottes
 - Verleiht dem Leben mehr Wert und Bedeutung als irgendetwas anderes (Macht, Reichtum, Ansehen ...)

Auf Probleme der Menschen, die mit dem Vaterbild nichts Positives verbinden und darum *Gott als Vater* kaum oder gar *nicht anreden können*, werde ich heute nicht eingehen (allenfalls gegen Ende des Seminars); ggf. sende ich gerne einen Aufsatz von mir zu: „*Wenn die persönliche Vatererfahrung einer vertrauensvollen Gottesbeziehung im Wege steht*“; bitte in Mail an mich gesondert vermerken.

19. 04. 2024

© o.k.? OK!

7

Vater unser im Himmel!

- Großartiges Privileg
 - Anrede Gottes als *Vater*
 - Mein Status als Tochter, Sohn Gottes
 - Verleiht dem Leben mehr Wert und Bedeutung als irgendetwas anderes (Macht, Reichtum, Ansehen ...)
- Mit allen anderen christl. Betern *geteiltes* Privileg
 - Überwindung des Strebens nach Besonderheit
 - Bevorzugte Behandlung, herausgehobene Rolle
 - Überlegenheit über andere
 - Ganz *besonders* von Gott geliebt / erwählt zu sein
- Das Gebet, *das die ganze Welt umspannt*, gibt dem Beter seinen Platz in der Welt
 - Nicht über oder unter, sd. gemeinsam mit allen anderen.

19. 04. 2024

© o.k.? OK!

8

Vater unser im Himmel!

- Unterscheidung des *irdischen* & des *himmlischen* Vaters
- Gott im Himmel, der Mensch auf der Erde
- Der „Himmel“ bleibt Gott überlassen
 - *Den Himmel auf Erden holen?*
- Meine Macht ist begrenzt
- Bei aller „Kränkung“ → *Eine heilvolle Begrenzung:*
 - *„Ich muss nicht Gott spielen“. Muss nicht alles können, wissen, muss nicht perfekt sein.*

Vgl. Horst-Eberhard Richter: Der Gotteskomplex (1979): *Nach der Abschaffung Gottes setzte sich der Mensch an dessen Stelle.*

9

Geheiligt werde *dein* Name

- Bedeutung des eigenen Namens
 - Eltern suchen intensiver als früher Namen für ihr Kind
 - Sich einen Namen machen, vgl. Gen 11 – Turmbau Babel
 - Antriebsfeder jeden Fortschritts
 - Segen und Fluch zugleich
 - Besudelung des Namens
 - „Narzisstische“ Kränkung *par excellence*
- Bedeutung des Namens Gottes – JWHW
 - der nie ausgesprochen wird
 - „Ich bin der, der da ist; der *für dich* ist. Wer ich bin, wirst du erfahren, wenn du dich auf mich einlässt.“
- Gebet gg. die Überwertigkeit des eigenen Namens
 - Kränkend? Heilsam kränkend? Entlastend?

Den Verzicht, sich einen Namen zu machen, belohnt Gott: Er verbürgt sich *mit seinem Namen, für mich* zu sein.

10

Dein Reich komme

- *vgl. Redewendung, nicht nur von Kindern:* „Das ist aber mein Reich!“
- Reich - *basileia* – Königsherrschaft
 - Nicht geografisch, sd. „Geschehen“: Gott kommt zum Zug
- Um welche Themen kreisen unsere Gebete?
 - Kreisen um uns selbst? („*unser Reich*“, *Selbstoptimierung?*)
 - Gesundheit – Bewahrung - Gelingen – Familie – Beruf
 - „Mach doch bitte, dass ...“
 - Bitten für uns oder für andere / Fürbitte
- Alles darf vorkommen – an seinem angemessenen Plat
 - Trachtet *zuerst* nach dem Reich Gottes und nach seiner Gerechtigkeit, so wird euch das alles zufallen. Mt 6,33

19. 04. 2024

© o.k.? OK!

11

Dein Wille geschehe, wie im Himmel, so auf Erden

- *Kein Satz für die Kindererziehung*
 - vgl. „schwarze Pädagogik“ – Wille muss gebrochen werden
- *Zu Erwachsenen* gesagt, die wussten, was sie wollen
- *Kein Freibrief zur Unklarheit*
 - Jemand möchte / kann sich nicht entscheiden
- Jesus fragte Menschen nach ihrem Willen Lk 18,41; Joh 5,6b
- Gegenpol zur Standardfrage in Personalentwicklungsgesprächen: *Wo willst Du in 5 / 10 Jahren sein?*
 - *Diese Frage kann Menschen deutlich voranbringen!*
- → *Doch:* Wie fügen sich unsere Wünsche, Träume, Ziele zu der übergeordneten Bitte, dass „sein Wille“ geschehe?

19. 04. 2024

© o.k.? OK!

12

Unser tägliches Brot gib uns heute

„Die Sorge um mein tägliches Brot ist eine materielle Frage. Die Sorge um das tägliche Brot meines Bruders ist eine geistliche Frage.“ Nikolai Berdjajew (*Herrnhuter Losungen*, 3. Text am 01.04.2024)

Martin Luther: Was heißt denn tägliches Brot?

Alles, was not tut für Leib und Leben, wie Essen, Trinken, Kleider, Schuh, Haus, Hof, Acker, Vieh, Geld, Gut, fromme Eheleute, fromme Kinder, fromme Gehilfen, fromme und treue Oberherren, gute Regierung, gut Wetter, Friede, Gesundheit, Zucht, Ehre, gute Freunde, getreue Nachbarn und desgleichen.

Unser tägliches Brot gib uns heute

Dreifache Blickrichtung

- *Wir sind angewiesen* – auf Gott und/oder Menschen
 - eine Kränkung?
 - konfrontiert mit eigener Begrenzung
 - vertrauensvoll um das Notwendige & Schöne bitten
 - Zweifache Begrenzung der Wünsche
 - Das Wohl aller Menschen (gib uns heute)
 - Das Heute (gib uns heute, *Lukas 11,3: Tag für Tag*)
- Bitte gegen jede Maßlosigkeit und Egoismus
→ Persönlich, gesellschaftlich, gesellschaftsfähig

Vgl. Folie 11: „Trachtet zuerst nach dem Reich Gottes ..., dann wird euch alles andere zufallen.“ Mt 6,33 – steht *im Zusammenhang der täglichen Sorgen* 😊

Und vergib uns unsere Schuld ...

- Enorme Kränkung für Menschen
 - Besonders (?) der (Post-)Moderne
 - Eingeständnis, nicht perfekt zu sein, allmächtig, allwissend
- Anerkennen von Schuld & Vergebungsbedürftigkeit
 - verweist auf Menschsein
 - *Menschsein heißt: schuldig zu werden und etwas schuldig zu bleiben*
 - begrenzt Schuldzuweisungen und Projektionen auf Andere
- Streben nach Perfektion / Selbstoptimierung als Sehnsucht nach göttlicher Vollkommenheit?

... wie auch wir vergeben unseren Schuldigern

- PSYCHOLOGIE HEUTE April 1993, Themaheft
 - „Können Sie verzeihen“
- „*Verzeihen – die doppelte Wohltat*“ (Reinhard Tausch)
- „*Wer nachtragend ist, muss viel schleppen.*“ (Heiko Ernst, Hg. von PH).
- „*Wer vergibt, heilt auch sich selbst*“
- „*Echte Vergebung fördert die Gesundheit*“
 - Stanford Forgiveness Project
- Doppelte Vater Unser-Bitte als tägliche Arznei
 - Manchen schmeckt sie bitter - *heilsam bitter?*



Und führe uns nicht in Versuchung, sondern erlöse uns vom Bösen.

- Die Versuchungsgeschichte Jesu (Mt 4,1-11)
 - Bedeutende Themen: All-Macht & Geltung
 - Aus Steinen Brot machen, Brotkönig / ge-/beliebt sein
 - Naturgesetze außer Kraft setzen; Fliegen können / bedeutend sein
 - Alle Reiche der Welt in ihrer Herrlichkeit, *Weltherrschaft*
 - Größe, Bedeutung, Ansehen, Ruhm, Macht ...
- Unsere Versuchungen?
 - Auf Alltag & Gesellschaft „runtergebrochen“
 - Hang, Drang und Zwang zur Selbst-optimierung?

Make me
great (again)

19. 04. 2024

© o.k.? OK!

17

Und führe uns nicht in Versuchung, sondern erlöse uns vom Bösen.

- „Du aber herrsche über die Sünde“ (Gott zu Kain, Gen 4,7b)
- Bitte um Bewahrung bei Affekten der Kränkung
 - Wunsch nach Ver-Geltung
 - Rachephantasien, (Vernichtungs-) Wut
- Anerkenntnis des Bösen *in mir*, vgl. Röm 7,19.24
 - Böses weder ignorieren noch abspalten und auf andere projizieren.
 - Ihm auch *nicht mehr Aufmerksamkeit* geben als es verdient.
vgl. Kol 2,15: Fürsten und Gewalten sind entwapfnet, zur Schau gestellt
 - Sich selbst wg. des Bösen nicht hassen und klein machen,
 - sondern mit Jesu Worten um Erlösung vom Bösen bitten.

„Wenn ihr zürnt, so
sündigt nicht!“ Eph 4,26

19. 04. 2024

© o.k.? OK!

18

Und führe uns nicht in Versuchung, sondern erlöse uns vom Bösen.

- Bitte um Erlösung
 - vom Streben nach Vergeltung
 - vom Streben nach übermäßiger Größe
 - von der *Sucht* nach Anerkennung / Bestätigung
 - vom permanenten „Scannen“ d. eigenen Werts /Zahl d. Likes
- Mit diesen Worten Jesu beten:
 - Anerkenntnis der Versuchlichkeit →
 - Reifung der Persönlichkeit
 - Finden des angemessenen Platzes
 - Mut und Demut
 - Oft durch Krisen hindurch, s. Simon Petrus

19. 04. 2024

© o.k.? OK!

19

Denn *dein* ist das Reich Die Doxologie am Ende eines Bittgebets

- Lobpreis beendet jedes jüdisches Gebet
 - damit wir beim Beten nicht um uns kreisen
- Worauf hoffen wir?
 - „Yes, we can!“
 - „Wir schaffen das!“
 - „Yes, he can! Er - Gott - schafft es. Er macht alles neu.“
- Wieviel Elend gab/gibt es durch menschliche Reiche?
- Was bedeutet diese Bitte für Streben nach Macht, Anerkennung, Bedeutung und Geltung in
 - Gesellschaft, Wirtschaft, Politik, Wissenschaft, Kirche, Diakonie?
 - In meinem eigenen Leben?

19. 04. 2024

© o.k.? OK!

20

Dein ist die Kraft

- Was bedeutet es
 - um Kraft zu bitten, wenn ich *schwach bin* und *sie nicht spüre* (2.Kor 12,9)?
 - meine Kraft an Gott abzutreten, *wenn ich sie spüre?*
 - *sie für ihn / sein Reich zu investieren?*
- „Bei dir, Gott, ist sie gut aufgehoben.“
 - Zum *Wohl* vieler, nicht zu ihrem Schaden.
- Gottes Kraft im Team mit Liebe und Besonnenheit! (2. Tim 1,7)
- Heilung von Ich-bezogener Selbstoptimierung hin zum gesunden, gemeinschaftsbezogenen Wachstum

19. 04. 2024

© o.k.? OK!

21

Dein ist die Herrlichkeit

- „*doxa*“: Ansehen, Ruhm, Glanz, Herrlichkeit
- Noch einmal eine *Kränkung?*
 - Nix mit all der eigenen (Selbst-) Herrlichkeit
- Oder *Freispruch und Entlastung*
 - Nicht *ich* muss (immer) strahlen
 - Ich brauche nicht länger zu blenden und
 - darf auch all das *Blendwerk* anderer humorvoll entlarven.
 - Nicht anklagend, aber um entspannter mit ihm umzugehen.
- Meine Herrlichkeit – *vergänglich!*
- Freue ich mich doch lieber gleich an Gottes Herrlichkeit.

19. 04. 2024

© o.k.? OK!

22

In Ewigkeit. Amen.

- Unsere Nöte und Bitten in *neuer Perspektive*
 - Eine befreiende Relativierung
 - Perspektive: „neuer Himmel und neue Erde“ (Off 21,1)
- Korrektur der
 - Phantasien von Bedeutung / Wichtigkeit
 - Strategien zur (*übertriebenen*) Selbstoptimierung
- Unterscheidung:
 - Wo ist „Arbeit“ (Selbstoptimierung, Disziplin) nötig – wo Warten auf Gottes neuen Himmel & neue Erde?
- Amen! „*Genau*“!
Einstimmen in das zuvor Gesagte / Gebetete

„*genau*“ am Ende des Gebets gesagt, nicht als Füllwort am Anfang eines Satzes 😊

19. 04. 2024

23