

Jesus zuhören

Markus Wüthrich; Serie: Jesus lädt dich zu sich ein / Matthäus 11,28–30

Dort, wo wir zuhören, wirklich zuhören, macht es etwas mit uns. Dort, wo wir lernbereit zuhören, werden wir geprägt. Jesus lädt uns ein, uns von ihm prägen zu lassen. Und das ist eine gute Entscheidung, denn sein Charakter ist gut.

2. Juli 23 - FEG-Luzern Süd - www.luzernsued.ch/predigt

Kannst du “richtig ruhen”?

Es gibt praktisch nichts, was mir den Schlaf rauben kann. Wenn ich ins Bett gehe, dann schlafe ich bald ein, während sich meine liebe Frau mühevoll in den Schlaf wälzt. So ist es - oder war es. Denn, immer öfter kommt es vor, dass ich auch Mühe mit Einschlafen habe - oder dann, dass ich mitten in der Nacht aufwache und den Schlaf nicht mehr finde. Das hat sicher auch mit dem Älterwerden zu tun. Ich mache dabei aber eine interessante Beobachtung. *Es spielt definitiv eine Rolle, wenn ich so wach liege, was in meinen Gedanken abgeht.* Wenn meine Gedanken von Erlebnissen zu To Do Aufgaben wandern, werde ich immer wacher. Wenn ich aber meine Gedanken auf eine einzige Sache fokussieren kann, werde ich immer müder und kann wieder einschlafen. Dieses Gedanken-Fokussieren, oder Bündeln, braucht etwas Disziplin - und eine Hilfe. Zum Beispiel spanne ich meine Muskeln an und entspanne sie wieder. Und dabei sind meine Gedanken gebündelt auf dieses Anspannen-Entspannen. Oder ich gehe dem Alphabet entlang und suche Lieder, die mit diesem Buchstaben anfangen. Dann denke ich das gefundene Lied durch, in Echtzeit. Oder ich versuche in Gedanken einen Weg zu gehen, den ich gut kenne - und das auch nicht in Eile, sondern so langsam, wie ich es in Realität wirklich brauchen würde.

Ich erinnere mich an etwas, was ich bei Gordon Mc Donald in seinem empfehlenswerten Buch “Ordne dein Leben” gelesen habe. Er schreibt:

Ich habe das Gefühl, dass wir eine müde Generation sind (...) Merkwürdig an dieser allgemeinen Müdigkeit in unserem Land ist die Tatsache, dass wir gleichzeitig eine so freizeitorientierte Gesellschaft sind (...) Wir haben vermutlich mehr Freizeit als je zuvor. Die 5-Tage Woche ist immerhin eine relativ neue Erfindung in der Geschichte (...) Woher kommen dann all diese Erschöpfung und Ermüdung heutzutage? (...) Es gibt eine biblische Betrachtungsweise von Ruhe, die wir entdecken und untersuchen müssen. (...) Diese Ruhe sollte kein Luxus sein, sondern eher eine Notwendigkeit für diejenigen, die Wachstum und Reife erlangen wollen. Da wir nicht verstanden haben, dass ruhen eine Notwendigkeit ist haben wir ihre Bedeutung verfälscht und die Ruhe, die Gott uns zuerst vorlebte, durch Dinge ersetzt, die eher in den Bereich “Freizeit” und “Unterhaltung” gehören. Derartige Dinge bringen natürlich keinesfalls Ordnung in unsere verborgene Welt. Freizeit und Unterhaltung können Spass machen, aber auf die verborgene Welt des Einzelnen wirken sie wie Zuckerwatte auf das Verdauungssystem. Das bringt zwar

momentane Sättigung, die aber nicht von Dauer ist." Ordne dein Leben, Gordon McDonald, S.273-275

Gordon Mc Donald spricht dann weiter von der Sonntagsruhe. Ich will hier aber vorerst nur festhalten: **Tiefgehende Erholung kommt nicht aus Zerstreuung, Unterhaltung und Freizeitaktivitäten, sondern aus dem Bündeln auf einen Ruhepol.** Jesus lädt uns zu sich ein. Er selbst will und kann dieser Ruhepol sein. Hören wir seine Einladung:

Matthäus 11,28–30 (NLB): Dann sagte Jesus: »Kommt alle her zu mir, die ihr müde seid und schwere Lasten tragt, ich will euch Ruhe schenken. Nehmt mein Joch auf euch. Ich will euch lehren, denn ich bin demütig und freundlich, und eure Seele wird bei mir zur Ruhe kommen. Denn mein Joch passt euch genau, und die Last, die ich euch auflege, ist leicht.«

"Richtig" ruhen: wie und bei wem?

Letzten Sonntag haben wir den ersten Satz, den Vers 28, angeschaut: Es ist eine starke Aufforderung an Müde und Lastenträger. Das Versprechen dieser Einladung ist: Ruhe bei Jesus.

Wir schauen uns heute Vers 29 an. Wieder betont Jesus: "eure Seele wird bei mir zur Ruhe kommen." Hier steckt das Wort "Pause" drin. Die Seele, ja, das ganze Leben, kann bei Jesus in eine rekreative Pause eintreten. Eine Ruhe, die hilft, Ordnung ins Innere zu bringen. Eine Ruhe, die stärkt.

Ein Beispiel: gerade nach der intensiven Zeit, die wir mit unserem Jubiläumsweekend hatten, war ich erschöpft. Ich stellte dann auch fest, dass meine persönlichen Zeiten mit Gott kürzer geworden waren oder manchmal habe ich sie auch ausfallen lassen. Und das ging nicht nur mir so. Mehrere Leiter in unserer Gemeinde haben das rund ums Jubi-Weekend erlebt. Das ist natürlich. Und nun erlebe ich wirklich durch Zeiten mit Gott, wie sich meine Seele wieder erholen kann. Solche Momente sind wichtig. Gönn deiner Seele einen Sonntag .

Das ist es, was in Vers 29 steht: wir finden Ruhe, wenn wir unsere Gedanken und Kräfte auf einen Ruhepol bündeln. Was für ein Ruhepol? Bei wem kommen wir zu Ruhe? Jesus stellt sich selbst an diese Stelle. Und beschreibt auch, warum: weil er sanftmütig und demütig ist. Freundlich und wohlwollend-unterstützend. Kurz: weil er Liebe ist.

Dazu kommen mir zwei Fragen in den Sinn, die ich euch gerne stellen möchte. Was habt ihr für Antworten darauf?

- › Warum sind die Eigenschaften "sanftmütig und demütig" zentral für unseren Ruhepol?
- › Welche Arten von Erholung suchen wir manchmal, die nicht sanft und demütig sind?

Nun, wie bündeln wir uns also auf Jesus als Ruhepol, damit wir wirklich Ruhe finden? Jesus sagt zwei Dinge, die etwa dasselbe meinen. Nehmt mein Joch auf euch und lernt von mir.

Das Joch bündelt die Kraft von zwei Tieren für eine wirkungsvolle Arbeit. Oft wurde ein älteres Tier und ein jüngeres Tier zusammen gespannt. Das ältere, weil es erfahren ist. Das jüngere, weil es volle Kraft hat. Das erfahrene Tier leitet das junge an. Es geht die gerade Linie beim Pflügen. Schlägt ein Tempo an, welches für die ganze Arbeit ausreicht. Das jüngere ist in der Schule des älteren.



Bild: Paul Jai, unsplash

Das Joch wird in der Bibel als Bild für eine Herrschaft verwendet. So waren die Israeliten unter dem Joch der Babylonier. Oder Sklaven sind unter dem Joch ihrer Herren. Aber man kann auch unter das Joch der Weisheit kommen. Oder bereits als Kind lernen, das Joch Gottes auf sich zu nehmen - also ihm gehorchen zu lernen (Klagelieder 3,27). Und wenn Jesus von seinem Joch spricht, dann lädt er Jünger ein, in seine Schule zu kommen. Sich ihm zuzuordnen, unterzuordnen. "Nehmt mein Joch auf euch" heisst: "Werdet meine Jünger, kommt unter meine Führung. Und lernt von mir". Jesus zuhören.

Einerseits kommen wir zusammen mit Jesus unter sein Joch - er ist wie das ältere Tier, das uns den Lebensrhythmus des Meisters vorgibt und uns hilft, die Kräfte einzueilen. Andererseits ist es ein Bild für jüngerschaftliches Unterwegssein in der Gemeinde. Ältere, erfahrene Christen sind geistliche Begleiter für jüngere Christen.

Da stellt sich mir eine Frage. Wenn ein Joch zu tragen bedeutet, einem Meister oder einer Herrschaft unterordnet zu sein:

- › Welche "Jochs" gibt es in unserem Leben?
- › Sind wir bereit, diese Jochs abzulegen und das Joch von Jesus aufzunehmen?

Das Joch von Jesus bedeutet: Jesus ungeteilt zuhören. Ihm, der demütig und sanftmütig ist. Er will uns zu einer besonderen Ruhe führen. Er lässt uns an seinem Charakter teilhaben. "Herr, lehre mich deine Sanftmut und Demut!"

Ruhe ist notwendig! Biblestory 1. Mose 1,24-2,3

Ruhe ist notwendig - das hat Gott schon zu Beginn der ganzen Schöpfung in uns hineingelegt. Wie war das nochmal?

- Sechster Tag in der Schöpfungswoche. Gott spricht: "Die Erde soll wimmeln von allen Arten von Tieren." Und er sah, dass es gut war.
- Dann sprach er: "Wir wollen Menschen schaffen nach unserem Bild, die uns ähnlich sind. Sie sollen über all die Tiere herrschen." Das tat er und schuf sie als Mann und Frau. Und gab ihnen den Auftrag: "Seid fruchtbar, vermehrt euch, bevölkert die Erde und herrscht über all die Tiere." Und er sah alles an, es war sehr gut.
- Am siebten Tag vollendete Gott seine Schöpfung und ruhte von seiner Arbeit aus. Er segnete den siebten Tag und erklärte ihn für besonders, einzigartig, heilig.

Zwei Dinge fallen auf: Gott ruhte! Und der erste Tag, den die Menschen erlebten, war der Ruhetag.

1. **Gott ruhte.** Hat er das nötig? Er ist allmächtig, wird nie müde (Jes 40,28). Nein, er hat es nicht nötig. Aber seine Schöpfung hat es nötig. Das Prinzip von sechs Tage Arbeit und ein Tag Ruhe hat es bis in die Top Ten geschafft und ist Teil der 10 Gebote. Es ist offenbar aus Gottes Sicht so wichtig, dass es auf der gleichen Stufe steht wie "du sollst nicht töten", "du sollst nicht die Ehe brechen", "du sollst nicht stehlen". Und ist wohl das Gebot, das die meisten von uns mehr gebrochen haben, als alle anderen Gebote... Ruhe ist notwendig für die Schöpfung.
2. **Der erste Tag, den Adam und Eva vom Morgen bis zum Abend erlebten, war der Ruhetag.** Sie begannen ihren Auftrag mit... Ruhe. Zeit, sich zu finden. Sich zu bündeln. Gott zu finden. Dem, der sie geschaffen hat, zuzuhören. Anzubeten. Gemeinschaft zu genießen. Das scheint zu bedeuten: nicht von der Arbeit ruhen, sondern aus der Ruhe heraus in die Arbeit gehen.

Ich feiere den Sonntag

Der Sonntag ist der erste Tag der Woche. Nicht der Montag. Beweis? Der Name "Mittwoch" stimmt doch nur, wenn dieser Tag in der Mitte der Woche liegt. Bei sieben Tagen müssten also drei Tage vor und drei Tage nach dem Mittwoch liegen. Sonntag ist der erste und Samstag der letzte Tag.

Die Christen feiern den Sonntag als Tag der Auferstehung. Eventuell begannen sie damit am Sabbat Abend (dann war nach jüdischem Verständnis der Sabbat schon zu Ende und der erste Tag der Woche begann mit dem Sonnenuntergang am Sabbat). Sicher feierten sie dann aber wie wir am ersten Tag der Woche. Der Name "Sonntag" kam später dazu, bzw. aus der heidnischen Umgebung. Der Name spielt keine Rolle. Wir feiern den Sonntag als Tag des Auferstandenen, der sanftmütig und demütig ist - und an uns appelliert: kommt! auf! zu mir!

Ich feiere den Sonntag:

- weil es der Tag ist, wo die Arbeit ruht (keine Wäsche, kein übermässiges Menu, keine Husi, die auch an anderen Tagen erledigt werden könnten)
- weil er einen gesunden Lebens-Rhythmus vorgibt
- weil wir uns hier bündeln auf den Ruhepol - auf Jesus.
- weil wir als Gemeindefamilie zusammenkommen

Ich feiere den Sonntag. Als Jesus rief: "Nehmt auf euch mein Joch und lernt von mir", meinte er natürlich nicht nur den Sonntag. Er meinte, dass wir unter seine Herrschaft kommen und von ihm lernen. Jesus zuhören. Tagtäglich mit ihm unterwegs sein.

1. Lernen, indem wir Informationen aufnehmen - ich feiere die Bibel und die Zeiten mit Gott.
2. Lernen, indem wir eintauchen und bei Jesus bleiben - ich feiere seinen Charakter, den er auf uns übertragen will - durch den Heiligen Geist.
3. Lernen, indem wir ausprobieren und tun, was wir verstanden haben. Ich feiere den Lebensstil auf dem Weg. Unterwegs sein, Fehler machen dürfen, aber auch wachsen dürfen.

Was wäre, wenn...

... unsere müde Gesellschaft diese Einladung von Jesus hört und darauf reagiert. Wenn wir nicht die Freizeit feiern, nicht die Lust, nicht die Unterhaltung - was ja alles

schön und gut ist - aber wenn wir es feiern, bei Jesus zu Ruhe zu kommen?! Wieviele könnten dann wohl mit Augustinus sagen: "Unruhig ist mein Herz in mir, bis es Ruhe findet in dir, oh Gott."

... Ruhe bei Jesus ein Orientierungspunkt in unserem Alltag ist? Brauchst du hier eventuell eine Korrektur?

Vertiefung

1. Was löst es bei dir aus, wenn du von Jesus hörst: "Nimm mein Joch auf dich und lerne von mir"?
2. Kannst du "richtig ruhen"? Wie? Warum? Warum nicht? Was änderst du, um den Sonntag zu feiern? Allein - mit Angehörigen - mit Gemeindefamilie?
3. Findest du die 12 Wörter im Suchsel auf dem Handout? Sie kommen alle in Matthäus 11,28-30 vor.