

Erleichtert!

Predigt zu Silvester am 31. Dezember 2013 zu Matthäus 11,28-30

Braunschweiger Friedenskirche- Pastor Dr. Heinrich Christian Rust

Es ist gut, wenn wir uns am letzten Tag des Jahres an die Gnade Gottes erinnern. Wir leben alle davon, dass er sich uns zuwendet; dass er uns unverdientermaßen Gutes tut. Eigentlich müssten wir es aus lauter Freude heute „so richtig krachen lassen“; oder: wer es etwas ruhiger möchte: „so richtig innerlich vor Freude und Dankbarkeit sein“!

Wir sind ja wirklich unterschiedlich, nicht nur als Typen, sondern auch in unserer Tagesverfassung. Seit nunmehr exakt 1200 Jahren hat dieser Tag im liturgischen Kalender den Namen des Papstes Silvester (+335 nach) erhalten. Nun, das ist eigentlich kein so toller Name, denn lat. silvus bedeutet so viel wie Wald und dementsprechend ist ein Silvester ein „Waldmensch“. Wenn wir auch heute nicht im Wald leben, oder diesen Tag feiern, so wollen wir ihn aber doch auch im Aufblick zu Gott erfahren, wenngleich Silvester ja kein kirchlicher Feiertag ist. Also wie willst Du es angehen?

So richtig heiter; es etwas „krachen“ lassen? Ich kann mich noch gut erinnern, wie es früher bei uns daheim war. Meine Eltern feierten durchaus fröhlich; wir schmückten unser Haus mit Luftschlangen und es gab Gutes zu essen und viel zu lachen. Doch dann kurz vor Mitternacht wurden wir alle zusammengetrommelt: Unser Vater betete und dankte Gott, für das vergangene Jahr und er bat Gott um seine Gnade für das neue vor uns liegende Jahr. –Dieser besinnliche Übergang viel mir zuweilen nicht ganz so leicht, weil ich doch unbedingt auch das Feuerwerk sehen wollte, - wenn es bei uns auf dem Dorf allerdings auch oftmals nur einige übriggebliebene Wunderkerzen waren, die dann entzündet wurden. Aber es war Freude und Spaß dabei.

Was ist aber, wenn man diesen Tag überhaupt nicht in „Silvester-Kracher-Stimmung“ ist? Vielleicht geht es ja dem einen oder anderen auch so, dass er wirklich eher die Besinnung und die Ruhe bevorzugt. Es ist ohnehin so laut in unserer Welt. Da werden wir rückblickend womöglich an den Tod eines geliebten Menschen erinnert; an manches Leid, das wir auch bis zu diesem Tag nicht aus unserer Seele wischen können. Bei dem einen oder anderen sollen auch die ernstesten Fragen gar nicht erst aufkommen: Was ist der Sinn meines Lebens? Ist das eigentlich alles, was ich hier Jahr für Jahr erlebe? Was soll im neuen Jahr schon anders werden? Gibt es diesen Gott wirklich, der mein Leben führt und mich darin trägt?- Ja, mancher würde an einem solchen Tag wirklich lieber in einen Wald flüchten oder einmal so richtig abtauchen. Und nicht wenige schütten sich so mit Alkohol zu, dass sie auch nicht mehr klar denken, geschweige denn, sprechen können. - Silvester hat also wohl beide Gesichter: Das fröhliche und das weinende.

Als ich an diesen Altjahresabend 2013 und an diese Predigt dachte, da standen mir allerdings nicht nur diese Silvester-Knallfreudigen oder auch die Silvester-Flüchtigen vor Augen, sondern ich hatte die vor meinem inneren Auge, die mal gerade noch mit letzter Kraft diesen Tag so erleben. Vielleicht haben sie zuhause alles hergerichtet. Die eine oder der andere feiern auch mit Freunden. Aber es ist alles irgendwie total anstrengend. Es kostet so viel Kraft. Da hängt einem die Zunge zum Halse heraus und man wünscht sich einfach nur Ruhe, Ruhe, Ruhe und auch etwas Schönes, Geschmeidiges, etwas, wo man einfach nur aufatmen kann.

In der Bibel gibt es dafür den Begriff „Sabbat“. Wie steht es um diese Sabbat-Ruhe an diesem Silvestertag in meinem Leben?

Ich denke an einen jungen Mann. (Ich nenne ihn einmal Fred* - Name geändert). Fred hat äußerlich alles, was man sich so für einen Mann im besten Alter denken kann: Er ist verheiratet, hat eine tolle Familie und auch einen guten und sicheren Beruf. Er glaubt an Jesus. Und dennoch sagt er: "Ich bin einfach nur müde! Ja, ich bin lebensmüde, glaubensmüde! Ich weiß nicht mehr weiter. Ich bin völlig erschöpft und jeder Tag kostet mich ungeheuer viel Kraft!"

Die Zahl derer, die ähnlich empfinden wie Fred nimmt rapide zu. In diesen Tagen meldete die Statistik der Deutschen Rentenversicherung ein drastisches Ansteigen der Menschen, die wegen eines totalen Erschöpfungszustandes ihrer Arbeit und den Anforderungen des Lebens nicht mehr so, wie gewünscht, nachkommen können. –

Was ist mit uns los? Was treibt uns so durchs Leben? Setzen wir selber die Ansprüche an uns zu hoch? Ist es die zeit und Aufmerksamkeit fressende neue Informationstechnik, die uns bis zur totalen Erschöpfung informiert? Haben wir selber zu große „Visionen“ von unserem Leben? Wollen wir zu viel? „Ich bin einfach „ausgepowert“, bei mir geht alles „koppeister“, wie wir in Norddeutschland sagen. Also es geht „kopfüber“ oder „kopfunter“! erklärt Fred weiter. Das erinnert mich an ein Wort aus der altgriechischen Sprache des Neuen Testaments. Der Evangelist Matthäus gebraucht es, um passend zu beschreiben, wie Jesus einmal von völlig erschöpften Menschen spricht. Das Wort heißt „kopeio“. Also vielleicht kann man ja auch sagen: Ich habe ein „Kopeio-Syndrom“?

Doch Jesus weiß auch, dass es da offenbar nicht nur diese Müdigkeit und Kraftlosigkeit gibt, sondern auch dieses nie enden wollende Empfinden, dass die Verantwortung einfach zu groß ist. „Ich breche unter der ganzen Last bald zusammen, nicht etwa, weil ich kraftlos bin, sondern weil es einfach nicht mehr passt. Es ist zu viel!“ Jesus hat hier wohl auch die Maßlosigkeit vor Augen, die uns Menschen oft niederdrückt, so als würde ein schwerer Ballast auf unseren Schultern liegen.

Doch dabei haben wir ja nicht nur zu Silvester dieses tiefe Bedürfnis, irgendwie einfach einmal zur Ruhe zu kommen; diese Last einfach einmal abzulegen und nicht ständig etwas tun zu müssen. „Ich muss dieses, ich muss jenes! Immer muss ich etwas tun. – Aber eigentlich will ich frei sein, eigentlich will ich wie eine „Feder im Wind“ fliegen und das Leben genießen. Einmal so richtig erleichtert sein. Und das nicht nur zu Silvester!“ –

Ich will diese Sehnsucht von Fred und vielen anderen Menschen an diesem Altjahresabend zum Thema machen und stelle deshalb meine Predigt unter das Stichwort „**ERLEICHTERT**“.

Hierzu lese ich uns das Wort Jesu, das schon angeklungen ist, in dem Jesus besonders Menschen zu sich ruft, die diese Ruhe, diese Erleichterung suchen. Menschen, die ein „Kopeio-Syndrom“ haben und unter der Last eines verantwortlichen Lebens fast zusammenbrechen.

Jesus Christus sagt:

„Kommt her zu mir alle ihr Mühseligen und Beladenen! Ich werde euch Ruhe geben. Nehmt auf euch mein Joch, und lernt von mir! Denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig, und ihr werdet Ruhe finden für eure Seelen, denn mein Joch ist sanft und meine Last ist leicht.“

(Matthäus 11, 28-30)

Dieses Wort ist auch als „Heilandsruf“ bekannt. Es ist ein durch und durch therapeutisches Wort Jesu für alle, die sich nach dieser Ruhe, dieser Erfrischung der Seele sehnen. Er gibt uns darin einige grundlegende heilende Einladungen mit in das neue Jahr.

1 Bewegt: Die heilige Konsequenz

„Kommt her zu mir alle...!“

***Es gibt auffallend wenige Fragen, auf die es im Leben ankommt, aber sie alle finden ihre Antwort in den Worten Jesu „Kommt her zu mir, alle!“ Nicht etwa: „Tue dies und jenes!“, sondern „Komm her zu mir!“
(Oswald Chambers)***

Es klingt so einfach und ist doch für viele Menschen so kompliziert. Wir meinen, wir müssten doch „dies und jenes“ zunächst tun bzw. lassen, bevor wir zur Ruhe kommen. Wir sollten besser haushalten lernen; wir sollten mehr Bewegung haben und uns gesunder ernähren. Wir brauchen tragende Beziehungen und nicht nur erfolgreiche Funktionen. Die Karriereleiter wird uns allerdings nicht zwangsläufig nach oben bringen, sondern viele Menschen, die da hinaufgestiegen sind, landen ganz unten.

Mach doch nicht einfach so weiter, weil es anscheinend keine andere Bewegung im Leben geben kann. Was sind denn die Folgerungen, die ich daraus schließe, wenn ich merke: Da ist keine Zeit mehr für echte Freundschaft und Beziehung? Da ist keine Kraft mehr für die schönen Dinge des Lebens oder für Entspannung? Was ziehe ich für Konsequenzen daraus, dass ich kraftlos und saftlos werde? Das erkenne ich häufig nicht nur selber, sondern noch viel klarer auch meine Mitmenschen. Ich tue immer mehr, aber ich schaffe immer weniger. Da helfen nicht einfache kleine Rezepte. Wenn ich müde bin und nicht mehr in den Schlaf finde. Dann brauche ich eine andere Bewegung: Ich sollte mich an Jesus wenden. Ich sollte mich direkt an diesen Lebensspender wenden, der mich heute einlädt zu ihm zu kommen.

Doch da sind vielleicht auch einige, die sagen: „Ja, dieser Jesus setzt mich ja gerade unter Druck. Wenn ich all das Fromme nicht hätte, dann wäre ich doch viel lockerer unterwegs!“ Und konsequenterweise haben dann auch einige sich bewegt, jedoch in eine falsche Richtung. Sie haben sich von Jesus immer mehr abgewandt. Sie sind auf Distanz gegangen. Höre mir gut zu: Aus dieser distanzierten Haltung zu dem, den die Bibel als Ursprung allen Lebens bezeichnet (Kol 1,16-17), wirst Du niemals neue Kraft bekommen. Wenn wir uns allerdings ihm ganz bewusst zuwenden, also zu ihm kommen, dann werden wir das erfahren, was es heißt, aus seiner Kraft zu leben und nicht nur den letzten Lebenstropfen aus uns heraus zu wringen.

Oft ist es sogar so, dass Gott es zulässt, dass wir in Situationen geraten, wo wir diese Ohnmacht und Kraftlosigkeit stark erfahren. Es ist so, als würde er ein großes Stop-Schild aufstellen. (Bsp: Nöte, die wie Schlangen uns zum Kreuz Jesu treiben; Arbeitslosigkeit, um unsere Abhängigkeit von ihm zu erfahren).

Doch Gott selber wird niemanden zwingen, dass er zu ihm kommt. Wir kommen nur freiwillig. Aber er lockt uns, er zieht uns zu sich. Auch die Menschen, die heute getauft werden, können davon „ein Lied singen“, wie die Not sie letztlich in die Arme Jesu getrieben hat. Dort kommen sie zur Ruhe. Dort ist der Ursprung allen Lebens.

Ja, Gott lockt, er ruft, er sucht uns, aber „er schiebt uns nicht ins Himmelreich“. Dahin müssen wir schon selber wollen. Womöglich sagt der eine oder andere, der sich gerade in einer Not befindet: „Ich würde ja an Jesus glauben, ich würde ja zu ihm kommen, wenn er sich nur einmal klar zeigen und beweisen würde! Ich würde an ihn glauben, wenn alle Zweifel beseitigt sind!“ – Aber hier will ich uns daran erinnern, dass wir ja gerade aus der Weihnachtszeit kommen. Gott ist zu uns gekommen! Er hat seine Herrlichkeit verlassen; er ist Mensch geworden. Und noch mehr: Er ist ans Kreuz auf Golgatha für uns gegangen. Jesus hat alles getan. Er ist schon gekommen und muss sich nicht durch ein zweifelsfreies Wunder- was immer das sein sollte-; durch eine ganz persönliche Offenbarung oder eine Gebetserhörung neu unter Beweis stellen. Nun liegt die Konsequenz aus daraus, die Bewegung, bei uns.

Für die Täuflinge wird es heute in der Taufe grundsätzlich so festgemacht. Sie sind bei Jesus angekommen. Aber für den einen oder anderen von uns ist heute eine neue Entscheidung dran: Sei konsequent! Komm neu zu Jesus! Was hilft es Dir, wenn Du die ganze Welt gewinnen würdest, und nimmst doch Schaden an Deiner Seele?

Komm zu Jesus in dieser heiligen Konsequenz!

Jesus verheißt denen, die zu ihm kommen, diese heilige Ruhe. Er wird ihnen Ruhe verschaffen. Das ist nicht etwa Langeweile. Diese Ruhe erschließt sich nicht durch Kreuzworträtsel und Kreuzfahrten, sondern wir kommen in sie hinein, in dem wir neu unsere Berufung erkennen und wahrnehmen.

2 Berufen: Die heilige Konzentration

„ Nehmt auf euch mein Joch...!“

Wenn wir das Wort „ Joch“ hören, so klingt das für viele von uns wie eine elende Abrackerei. „Joch“, das hört sich total anstrengend an. Aber Jesus wählt hier dieses Wort „ Zygos“, was in der altgriechischen Sprache auch so viel wie „Verantwortung“ bedeuten kann. Es geht nicht um eine neue Last, die er auf unsere Schultern drücken will, sondern darum, dass wir unser Leben anders, besser gestalten können. Es geht um eine Lastverteilung. Ein Joch ist ja dazu da, dass die Arbeit leichter wird, nicht dazu, dass sie erschwert wird. Wenn man zB einem Pferd oder Ochsen nur Stricke um den Hals oder den Körper binden und sie dazu antreiben würde, dass sie etwas arbeiten, eine Last ziehen, so würden sich diese Stricke schon bald schmerzhaft in das Fleisch hineintreiben. Und wenn dann noch auf die Tiere eingedroschen wird, dann ist das sicher nicht das, was unter einem erfüllten und guten Arbeiten zu verstehen ist. Das Joch ist eine Hilfe, konzentrierter, zielgerichteter und sinnvoller zu arbeiten, das Leben zu gestalten.

Nun fällt allerdings auf, dass Jesus hier davon spricht, dass wir sein Joch auf uns nehmen sollen. ER hat dabei offenbar an ein sogg. Doppeljoch gedacht. Da gehen zwei gemeinsam mit einer klaren Vorgabe und Zielsetzung voran. Jesus will gemeinsam mit mir unterwegs sein und auch etwas „schaffen“. Wenn er mich mit hineinnimmt, unter sein Joch, dann erlebe ich das, was ich tue, als Berufung.

Ich muss nicht alles tun, was notwendig und sinnvoll ist. Ich habe eine Bestimmung, ein „Joch“. Etwas, was Gott für mich ausgesucht hat. Wenn ich mir selber – aus falsch verstandener Motivation-, aus einem Übereifer immer mehr auf den Hals lade bzw. laden lasse, dann breche ich eines Tages zusammen. Besonders dann, wenn es nicht „ sein Joch“ ist. Wenn es nicht dieses „Doppeljoch“ ist, unter dem ich lebe.

Was ist das Joch, das Jesus für mich, für Dich hat? Es ist ein Joch, das Dich nicht erdrückt. Es ist sanft. Wenn Jesus sagt, dass dieses Joch „sanft“ ist, so könnten wir es übersetzen: Es ist bequem, es ist angepasst. Es passt genau zu Dir. Oder „ Es passt scho!“

Wir reden dann auch von Berufung. Was ist Deine Berufung? Was passt da?

Diese Frage ist heilsam. Sie führt uns zu einer heiligen Konzentration im Leben.

Die eine oder der andere werden in diesem kommenden Jahr sicher Veränderungen haben; einige Veränderungen – auch beruflicher Art- werden uns abverlangt, obwohl wir sie nicht suchen. Andere suchen wir. Berufungen haben mit Begabungen zu tun, sie haben damit zu tun, dass Gott mir etwas vor die Füße legt, oder auch etwas auferlegt, dass ich mittragen, mitziehen, mitwirken soll.

Berufungen sind etwas, was im Doppeljoch mit Jesus geht. Da bin ich nicht ein Einzelkämpfer. Was er von mir und mit mir tun will, das „passt scho!“ Das ist sanft. Das ist nicht erdrückend und überlastend. Der Theologe Hans-Joachim Eckstein formuliert es so:

Überlastet? Manchmal gründet unsere Kraftlosigkeit nicht in unserem Mangel an Stärke, sondern in dem Übermaß unserer Belastung. Dann sollten wir Gott nicht um mehr Kraft bitten, sondern um Weisheit, zu erkennen, was wir an abzulegendem Ballast mit uns herumtragen. Wenn wir nämlich nur die Belastungen aushalten und nur die Aufgaben erfüllen, die Gott selbst uns zugedacht hat, dann dürfen wir ihm auch getrost zutrauen, dass er uns dafür von sich aus die nötige Kraft gibt.

(Hans-Joachim Eckstein)

Eine heilige Konzentration ist notwendig. Eine Berufung oder eine Bestätigung der Berufung. Nimm Dir doch diese Tage des Jahresanfangs, um neu danach zu fragen, was Berufung und was Ballast in Deinem Leben ist. Frage nicht nur danach, was Du tun sollst, sondern ebenso sorgfältig danach, was Du lassen sollst! Lerne es neu, „Ja“ zu sagen, aber auch „Nein“ zu sagen. Es soll doch passen, oder?

Und dann gibt Jesus noch einen weiteren Hinweis an die Mühseligen und Beladenen:

3 Befähigt: Die heilige Kompetenz

„ Lernt von mir, denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig, so werdet ihr Ruhe finden für eure Seelen!“

Jesus gibt uns hier einen sehr wichtigen Rat, wenn es darum geht, dass wir zur Ruhe kommen wollen. Er zeigt uns auf, dass es nicht nur um die Frage geht, wieviel wir tun oder was wir tun, sondern es geht vor allen Dingen auch um die Frage: „ Wer bin ich?“

Wir sprechen heute vielfach von Kompetenzen und meinen dabei, dass wir das nötige Wissen und die nötige Begabung für eine Aufgabe mitbringen. Wir unterscheiden heute die sogg. Fachkompetenzen und die Sozialkompetenzen. Die Fachkompetenzen kann man vielfach auch erlernen und antrainieren oder sich dafür ausbilden lassen. Bei den Sozialkompetenzen ist auch ein Training möglich, ein Lernprogramm. Darauf weist Jesus hier in aller Deutlichkeit hin, wenn er sagt: Lernt von mir!

Diese sogg. Soft-Skills, die weichen Fähigkeiten, werden heute als Schlüsselqualifikationen für sehr viele Berufe angesehen. Also nicht nur die Frage: „Was kannst Du?“, sondern auch die Frage: „Wer bist Du?“ ist ausschlaggebend. Und hierbei geht es zum einen um die Frage der sozialen Kompetenz, wie ich mit anderen Menschen, zB Arbeitskollegen oder Kunden auskomme, ob ich im Team arbeiten kann oder auch wie ich mit Kritik umgehe. Zum anderen ist da auch der Blick auf die eigene Einschätzung: Für wen halte ich mich? Wie denke ich über mich selber? Welche Selbsteinschätzung habe ich? Wie achte ich auf mich?

Jesus nimmt hier genau zwei Begriffe auf, die diese beiden Seiten der Sozialkompetenz zeigen. Er sagt: „Lernt von mir, denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig“.

Nun was ist „sanftmütig“? Es ist zum einen sanft, also nicht gewaltig, - und zum anderen auch mutig. Jesus war sanftmütig, er brauchte nicht protzen auf Kosten anderer. Er sah die Menschen immer mit den Augen Gottes. Er sah die Möglichkeiten, die Gott in sie hineingelegt hat. **Sanftmut ist die Fähigkeit, andere mit den Augen Gottes zu sehen.** Da ist eine Kritik aufbauend und förderlich. Da helfe und unterstütze ich andere, damit sie „aufblühen“ in Gottes Liebe. Sanftmütigkeit ist ein Kontrastprogramm zu unserer Leistungs- und Konkurrenzgesellschaft.

Und was ist Demut? **Demut ist die Fähigkeit, mich selber mit den Augen Gottes zu sehen.** Es ist also nicht diese Art von Bescheidenheit gemeint, die immer darlegt: „Ich bin nichts, ich kann nichts, ich will nichts. Ich bin eigentlich übrig in dieser Welt!“ Das ist nicht die Demut, die von Herzen kommt und auf die Gott seine Gnade legt. Es ist oft vielmehr der Hochmut und die Oberflächlichkeit, mit der wir Gottes Gnade in unserem Leben missachten. Ein demütiger Mensch muss nicht übertreiben oder untertreiben und er lässt sich auch nicht durch Ängste das Leben diktieren. Etwa diese Art von Angst: Ich reiche nicht! Da, wo wir uns im Leben immer wichtiger nehmen, als die anderen, da ist Hochmut im Spiel. Da, wo wir unseren Platz vor Gott einnehmen und anderen und Gott dienen, da ist Demut gegeben.

(Bsp: Papst Johannes XXIII „Giovanni, nimm dich nicht so wichtig. Du bist doch nur Papst!“)

Fred, und alle Mühseligen und Beladenen, die wir vielleicht nicht in Silvesterstimmung sind, weil die Lasten des Lebens uns so niederdrücken wollen, wir sind heute eingeladen, von Jesus zu lernen. Und es kommt noch eine richtig gute Info dazu: Da ist der Heilige Geist, der uns von Jesus gegeben wird. Dieser Geist Gottes ist der beste Lehrmeister. Er hilft uns, dass wir diese heiligen Kompetenzen immer mehr lernen, sanftmütig und demütig zu werden. Das befreit enorm! Das hilft uns und anderen. Wir kommen wirklich zur Ruhe, nach der wir uns so sehnen, zu dieser Erfüllung des Lebens.

Wirklich?

Es ist so, als wollte Jesus uns noch einmal eine Versicherung mitgeben will: „Ja, ihr lieben Mühseligen und Beladenen! Mein Joch ist sanft. Meine Last ist leicht. Es passt! Ihr werdet Ruhe finden für eure Seelen!“ Und das gilt auch für Euch, ihr lieben Täuflinge!

Wie sehr wünsche ich, dass wir auch als ganze Gemeinde etwas dazulernen, dass hier in unseren Versammlungen immer mehr von dieser kostbaren Ruhe zu erfahren ist, denn es stimmt, was wir im Hebräerbrief lesen:

Es ist noch eine Ruhe vorhanden für das Volk Gottes!

(Hebräer 4,9)

Amen.