

# Die leichte Last und die fröhlichen Barmherzigen

Predigt am Diakonie-Sonntag, 15. November 2015 zu Matthäus 11, 28-30

Braunschweiger Friedenskirche – Pastor Dr. Heinrich Christian Rust

„Wir helfen! Wir beraten! Wir unterstützen! Wir teilen! Wir trösten! Wir heilen!“ Ja, das gehört unbedingt zu einer christlichen Gemeinde, zu einem Menschen, der diesem Jesus nachfolgt. Dieser Messias, der auf seine ganz eigene Art sich in das Elend dieser Welt hineingekniet hat; der von anderen wie Dreck behandelt wurde. Der nicht nur etwas gegeben hat, etwas getröstet hat, etwas geholfen hat. Er hat sich selber gegeben und damit ein neues Paradigma, ein neues Muster von Barmherzigkeit geschaffen. Daran wollen wir uns heute orientieren, an diesem speziellen Sonntag, den wir als Braunschweiger Friedenskirche als Sonntag der Diakonie feiern.

In diesen Tagen der über Deutschland und Europa hereinbrechenden Flut von Not, Bedürftigkeit und Flüchtlingselend sind wir alle aufgerufen. **„Wir schaffen das!“** – so lautete nicht nur das Motto unserer verehrten Bundeskanzlerin, sondern auch das der vielen ungenannten Helferinnen und Helfer, der Polizisten und Beamten und auch der freiwilligen, die sich voll einsetzen. „Wir schaffen das!“ Das sind ein optimistisches Wort, eine offene Hand, ein offenes Haus, ein offenes Land.

Und doch ist da auch ein Mann wie Marcus (Name geändert). Er ist Mitglied einer kleinen Gemeinde in Berlin und er liebt Jesus und folgt ihm von Herzen gern nach. Im Sommer hat er sein Abitur mit Bravour bestanden und auch schon einen Studienplatz in Aussicht. Doch dann sah er die Bilder von den Flüchtlingsfamilien, die ganz in seiner Nachbarschaft ankamen. Kurzenschlossen meldete er sich als freiwilliger, ehrenamtlicher Helfer im Flüchtlingsheim. „Mir geht es so gut. Ich lebe in diesem Land. Ich habe meine Schulausbildung gemacht und nun auch die Aussicht auf ein Studium. Aber all das läuft mir nicht weg. Doch diese Menschen in Not, die brauchen mich jetzt und hier. Dann fange ich mein Studium eben später an. Jetzt und hier werde ich gebraucht.“ erzählt er mir. Mit anderen aus der Gemeinde organisiert er transkulturelle Begegnungen. Sie feiern, spielen und kochen und essen miteinander. Er sammelt Kleidung und Möbel usw. Er und seine Freunde tun es mit ganz großer Hingabe, mit Überzeugung. „Wir schaffen das!“ hat er immer wieder gesagt. Doch wenn er heute vor mir sitzt, dann macht er den Eindruck, dass er an einer absoluten Grenze angekommen ist. „Er ist erschöpft. Er ist „geschafft“. Aber Marcus gibt so schnell nicht auf. Er macht weiter. Doch wie lange noch? Wie lange reicht seine Kraft und die Kraft der Mitarbeiter?

**„Wir sind geschafft!“** Völlig erschöpft brechen Frauen und Männer in den Sozialämtern und Aufnahmestellen zusammen. Doch nicht nur sie- auch andere, die sich in Sachen Barmherzigkeit und Nächstenliebe einsetzen, kommen an ihre Grenzen. Da diskutieren wir, wo wir denn die Grenzen der Belastbarkeit ziehen müssen. Immer mehr Helfer, Menschen im Dienst an den Menschen- nicht nur den Flüchtlingsheimen, - auch in den Beratungsstellen, in den Krankenhäusern, in den Netzwerken der Nächstenliebe sind an der Grenze ihrer Kraft. Sie hängen irgendwie in der Luft und laufen immer schneller, immer schneller, aber die Last, die Verantwortung ist zu groß. Die ständige Konfrontation mit dem Leiden wringt unsere Psyche, unsere Körper aus wie ein Handtuch, dass man auswringt. Das kann es doch nicht sein, oder? Sicher, es wäre schon manches einfacher, wenn mehr Menschen sich einbringen, aber es geht noch um viel mehr. Es geht um ein neues, christliches Verständnis von Dienen, von Verantwortung wahrnehmen, von Barmherzigkeit. Wenn Christen Nächstenliebe üben,

wenn sie sich einsetzen für andere, dann tun sie das „im Namen Jesu“. Das heißt nicht nur, „anstelle von Jesus“, sondern sie tun es mit ihm, und durch seine Kraft. Das macht einen großen Unterschied aus.

Wie stellen wir uns einen barmherzigen Menschen vor? Vor Gram gebeugt, gekennzeichnet durch Sorgenfalten und wie ein ausgeplündertes Wesen- oder haben wir ein fröhliches, lachendes Gesicht vor Augen. Denken wir an jemanden der aus einer inneren Ruhe heraus handelt oder an jemanden der von der Hektik der Notwendigkeiten getrieben ist? Sehe ich jemanden, der noch aufrecht geht, oder jemanden, der unter der Last zusammenbricht? Nun, wir haben heute ja hier einige Freunde unseres Netzwerks Nächstenliebe vor Augen gehabt. Was meint Ihr? Welche Ausstrahlung haben barmherzige Menschen?

Jesus war in seiner Zeit umgeben von Not, von Elend. Von kranken Menschen ohne Hoffnung- da gab es kein Gesundheitswesen wie in unserem Land. Und er war auch umgeben von denen, die meinten, sie wüssten nun genau, wie man aus dem ganzen Schlamassel herauskommen könne. Sie hatten ganze Kataloge entwickelt, wie ein Volk und jeder einzelne Mensch sich verhalten müsse. Da gab es jene, die es mit hohem Eifer taten, ja, - die sogar ihr Leben dafür einsetzen. Die nicht nur den Armen und Unterdrückten helfen, sondern die auch die politischen Voraussetzungen für die Unterdrückung abschaffen wollten- bis hin zum Einsatz von Waffen. Es waren die „Eiferer“, die „Zeloten“. – Andere wieder legten den Maßstab dafür, dass das menschliche Leben gelingen könne, so hoch an, dass viele unter einer solchen Verantwortungslast zusammenbrachen. Ein solches Flair ging von vielen Pharisäern aus. Besserwiserisch erwarteten sie von allen anderen eine geradezu unmenschliche Disziplin, damit es besser würde in dieser Welt.

Doch Jesus schaut sie an. Er schaut sich um. Er sieht in ihre Augen und ihre Herzen. „Was treibt sie so an?“ wird er sich gefragt haben. Warum ist es in ihrer Nähe so eng? Warum sind sie so überladen mit Verantwortung, so „mühselig“, wie wir es in der deutschen Sprache nennen. „Über den Rand voll mit Mühe“ – das sind „Mühselige“ ! ? Warum sind sie so überladen, so schwer, so ernst, so erdrückend ernst?

Hören wir einmal hinein was er ihnen – und auch uns heute zuruft:

**Jesus Christus sagt:**

**„Kommt her zu mir, alle ihr Mühseligen und Beladenen! Und 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 für eure Seelen; denn mein Joch ist sanft und meine Last ist leicht.“**

**(Matthäus 11, 28-30)**

Merken wir, dass es hier nicht um die Parole geht „Du schaffst das schon!“, sondern um die Parole „Wir schaffen das nur gemeinsam!“ Es geht um ein analogieloses Paradigma der Barmherzigkeit, um diese „leichte Last“ und um die fröhlichen Barmherzigen. So stelle ich diese Predigt auch unter dieses Thema:

**Die leichte Last und die fröhlichen Barmherzigen**

Es ist so, als wollte Jesus auch in alle diese Nöte und die damit geforderten Notwendigkeiten deutlich die Hand erhebt und sagt: „**Moment mal!**“

Wollt ihr dann noch mehr tun? Wollt Ihr noch mehr Verantwortung übernehmen, Ihr lieben Leute in der Friedenskirche und im Netzwerk? Warum tut ihr das? Wer treibt Euch an? Woher wollt Ihr die Kraft dazu nehmen? „Hallo!“ –Und dann gibt es drei klare Aussagen, die wie ein helles Licht in den ganzen Dschungel von Not, Notwendigkeit, von Macht und Ohnmacht, von Lust und Last hineinleuchten. Diese Stahlkraft der Worte Jesu, dieser Glanz des Himmels, der Ruhe, des Gefühlten und der hier schon erfahrenen Sabbatruhe- sie sollen uns heute berühren.

Jesus sieht und kennt ja jeden Einzelnen von uns. Das sind diejenigen, die ohnehin schon auf „sehr dünnem Eis“ durch ihr zerbrechliches Leben tippeln. Frauen und Männer, Senioren und Jugendliche- ja- Kinder, die wie Getriebene sind. „Ich kann nicht mehr! Was sollen wir denn noch alles tun?“ Doch Jesus sagt Dir: Es geht in erster Linie nicht um ein Tun, es geht um Dich, es geht um Dein Leben. Es geht um ein Leben aus und in der Ruhe, eine Erquickung für Deine Psyche und auch für Deinen Geist und Deinen Körper!

Da sind auch jene, die gern helfen möchten; die noch zeitliche, körperliche oder auch finanzielle Möglichkeiten sehen. „Wir schaffen das auch noch!“ Sie wollen noch etwas zulegen, doch auch ihnen ruft Jesus zu: „Moment mal! Komm zu mir, bevor Du gehst!“

## **1 Kommen zu Jesus- Christuszentrierung der Diakonie**

**„Kommt her zu mir, alle ihr Mühseligen und Beladenen! Und ich werde euch Ruhe geben.“**

Ohne Zweifel: Man kann sich selber verlieren in allem Eifer, in aller notwendigen Barmherzigkeit und Nächstenliebe. Es stellt sich die Frage, warum ich das alles tue? Um was geht es eigentlich?

Hier gibt es unterschiedliche Dreh- und Angelpunkte unserer Aktivitäten.

**Es geht um die Gemeinde Jesu Christi bzw. um die Werk (Text gemeinsam mit Bild einblenden: Dreh- und Angelpunkte)**

Wir sehen unsere Aufgabe, unsere Platzanweisung, die Gott uns gibt, an einer ganz bestimmten Stelle, zB. im Netzwerk Nächstenliebe oder eben auch in der Gemeinde. Aber es scheint so zu sein, dass man auch dabei Jesus selber aus dem Blick verlieren kann. Man investiert alle Kraft, alle Zeit, alle Mittel, die man hat, immer in das „Werk“, so als sei das der Mittelpunkt, um den sich alles drehen soll.

Ich bin ein Gemeindeglied und ich liebe die Gemeindegliedarbeit, bzw. den Pastorendienst. In meinen Gebeten thematisiere ich die Gemeinde, die Menschen und die Fragen die wir hier bewegen. Ich danke für die Gemeinde. Ich lebe in dem Bewusstsein, dass die Gemeinschaft in der Gemeinde wie ein Dreh- und Angelpunkt ist. Dann höre ich das Motto des von mir sehr geschätzten Pastors Bill Hybels (Willow Creek), von dem wir so viel über den Gemeindeaufbau lernen können: „Die Gemeinde Jesu Christi ist die Hoffnung der Welt!“ Und voller Begeisterung möchte ich zustimmen. Doch stimmt diese Aussage eigentlich? Ist die Gemeinde Jesu, oder die Ortsgemeinde wirklich der Dreh- und Angelpunkt in dieser Welt. Immerhin sagt Jesus seinen Nachfolgern: „Ihr seid das Salz der Erde, das Licht der Welt!“ und dass selbst die Pforten des Hades, des Totenreiches die Gemeinde, die Kirche nicht zum Stoppen kriegen. Sicher, es gibt hier viel zu tun in der Gemeinde. Wir haben

Gemeindearbeit, Kinderarbeit, Frauenarbeit, sozial-diakonische Arbeit, Chorarbeit....Es scheint ein riesiges Arbeitsfeld zu sein. Und wir suchen die „Mitarbeiter“ in der Gemeinde. Aber ist die Gemeinde wirklich der Dreh-und Angelpunkt dieser Welt? Sind wir die „Hoffnung der Welt“? Gott sei's gedankt, dass dem nicht so ist. Die Hoffnung der Welt trägt nicht den Namen „Netzwerk Nächstenliebe“ oder „Braunschweiger Friedenskirche“ usw. -, nein! Die Hoffnung der Welt ist Jesus! Wir können uns also in dem Werk, in dem Mühen um die Gemeinde verzehren und wie Beladene und Mühselige uns ständig um Gemeinde drehen. Dabei kommen wir in einen ekklesiologischen Schwindel hinein und man bekommt auch schnell Gleichgewichtsstörungen. Jesus ruft uns zu sich an sein Herz!

### **Es geht um die Diakonie, die Mission im Reich Gottes**

Schnell will ich auch hier freudig nicken. Ja, klar- es geht um diesen größeren Rahmen. Es geht um die Veränderung der Welt, um Transformation. Es geht darum, dass jeder Christ hineingenommen ist in einen großen Auftrag. Wir sind unterwegs mit einer Mission. Wir evangelisieren oder wir diakonisieren, wir geben uns mit Leib und Seele in die große Aufgabe. Dafür sind wir ja noch hier auf dieser Welt oder? Wir wollen nicht nur neue Gemeinden gründen, sondern die große Mission Gottes vor Augen behalten. „Kirche ist nur Kirche für andere“. Wir sind gesandt zu den Menschen, so hat es uns doch unser Herr Jesus als Auferstandener mitgegeben. Wir sollen in seinem Namen und in seiner Kraft diese Welt zum besseren verändern. Nur auch hier können wir verbrennen und uns verlieren. Ebenso kann es hier zu einer Schiefelage kommen und unzählige verlieren sich und sogar ihren Glauben, weil sie so davon überzeugt sind, dass die Not dieser Welt behoben werden muss. Wir haben keine Zeit mehr für das Gebet, für Gottesdienste, für die Ruhe vor ihm. Wir hetzen und jagen von einer Notwendigkeit zur anderen. Überall greifen die Hände nach uns, rufen die Leute in Not nach uns. Wir verausgaben uns und meinen noch, es gefiele dem Herrn recht gut. Da sind die vielen Mühseligen und Beladenen in den Diakoniewerken, in den christlichen Krankenhäusern und Seniorenheimen; in der Obdachlosen und Gefängnisarbeit und im Dienst an den Armen. Alles „im Auftrag des Herrn“. Alles dreht sich um die Wahrnehmung dieser Funktion. Doch ist das alles?

4

### **Es geht um Jesus Christus, um die Gemeinschaft mit ihm und mit seiner Ruhe (Text einblenden mit Bild: Dreh-und Angelpunkte)**

Komm zu mir! Alles dreht sich um mich! Durch mich, für mich und auf mich zu ist alles Leben dieser Welt geschaffen. Du bist für mich nicht nur dann wertvoll, wenn Du in der Gemeindearbeit oder in der Diakonie oder Mission für mich „rödelst“, sondern auch wenn Du einfach nur in mir lebst. „**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)**Um es noch einmal auf den Punkt zu bringen: Ruhe- im Sinn eines inneren Friedens und einer inneren Kraftquelle- finden wir nicht indem wir unser Leben in ein Werk, eine Gemeinde – und sei sie noch so super- oder in eine Aufgabe investieren. Gemeinde und Mission drehen sich immer um Jesus. Der Missiologe Michael Herbst bringt es so auf den Punkt: „**Die innere Logik heißt: zuerst Jesus Christus, dann Mission Gottes, dann Kirche. Oder theologisch ausgedrückt: Christologie vor Missiologie vor Ekklesiologie.**“ (Michael Herbst)

Wir wollen das hören, wenn Jesus sagt: Komm her zu mir! Ich will Dein Zentrum sein.

Evtl. Besinnung. (Einblenden: [www.youtube.com/watch?v=oASD-P9AY1Q](http://www.youtube.com/watch?v=oASD-P9AY1Q)- Jesus sei das Zentrum)

## 2 Lernen von Jesus- Diakonische Pädagogik

### **Nehmt auf euch mein Joch, und lernt von mir! Denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig.**

In diesem christuszentrierten Leben geht es nun darum, dass wir genau hinschauen, hinhören und von Jesus lernen. Wir sind mit ihm verbunden und es geht darum, dass er durch uns und mit uns etwas bewirken will. Dein Joch, Dein „Ding“, das Dich umtreibt, ist nicht immer identisch mit dem „Joch Jesu“. Was aber können wir, und sollen wir von ihm lernen?

Jesus sagt es seinen Nachfolgern immer wieder: Wir sollen so wie er leben, so wie er denken, fühlen, arbeiten. „Gleichwie mich mein Vater gesandt hat, so sende ich euch!“ sagt er. Aber wie dient Jesus denn? Was ist denn daran so unvergleichlich, so analogielos, so einzigartig, dass wir von ihm lernen sollen. Auch hierzu will ich uns nur einige Akzente aufzeigen:

#### - **Jesus lässt alles los ( Die Kenosis-Philipper 2,5f)**

Jesus hatte alles beim Vater, aber er hat alles losgelassen. Es geht bei aller Diakonie, allem Dienen nicht darum, etwas zu bekommen, sondern etwas loszulassen. Die typische Handbewegung des Gottes der Barmherzigkeit ist „Loslassen“, nicht die des Festhaltens. Eine Gemeinde, die nicht teilen kann, hat nur wenig begriffen von dieser Barmherzigkeit Gottes. Es geht nicht darum, dass wir dem anderen ein Almosen geben, sprich von dem was übrigbleibt, etwas hingeben. Teilen, Sich Teilen-Mitteilen, das geht an die Substanz. Die Kraft, die das vermag ist die Kraft der Liebe Gottes.

In dem Moment, wo wir loslassen, werden wir zu Empfangenden, weil Gott weil Christus uns selbst in dem Hilfesuchenden, im Kind, im Schwachen, im Sterbenden, im Fliehenden begegnet und segnet.

Lernt von mir!

#### - **Jesus lebt aus der Kraft Gottes ( Die Abhängigkeit von Gott)**

Diakonie auf Nummer Sicher gibt es nicht im Namen Jesu! Es geht immer um ein Vertrauen, eine Abhängigkeit. Als Jesus einmal gefragt wurde, aus welcher Kraft und Vollmacht er handelt, gibt er zu verstehen, dass er alles, was er tut, lehrt und sagt von Gott, seinem Vater empfängt.

Wir leben nicht aus unseren Ressourcen, wir orientieren uns nicht einfach nur an unserer Fähigkeit zum Mitleid, zur Barmherzigkeit. So teilt der Geist Gottes Geistesgaben aus, die in der christlichen Diakonie unerlässlich sind: z.B. die Gabe der Diakonie oder auch die Gabe der Barmherzigkeit. Wir dienen aus seiner Kraft heraus. Es ist das Erbarmen, die Tränen Gottes, die mich umtreiben und antreiben, die in mich fast zerreißen, aber mir dennoch eine ungeahnte Freude, ja, eine Heiterkeit vermitteln. So fordert der Apostel Paulus in seiner Anweisung zum Gebrauch dieser Geistesgabe dazu auf, dass diejenigen, „ die Barmherzigkeit üben, es mit Heiterkeit“ tun sollen (Römer 12,8). Jemand der in Christus, der Quelle allen Lebens gegründet ist, der empfängt fließende, immer neue Kraft, die geradezu von seinem Leib fließt. „Deshalb ermatten wir nicht!“ schreibt der Apostel im 2. Korintherbrief. Wohlgermerkt, er selber kennt sehr wohl seine eigene Bedürftigkeit, Ohnmacht und Hilflosigkeit. Er sieht aber auf diesen Schatz der Kraft Gottes, der in seinem Leben liegt, wie in einer Schüssel, die einen Sprung hat.

In der christlichen Diakonie orientieren wir uns nicht nur an den Begabungen und menschlichen Fähigkeiten, sondern die eigentliche Kompetenz ist eine Christusdependenz, eine Christusabhängigkeit. Das betrifft alle Bereiche des Lebens- auch die Finanzen.

## - **Jesus ist sanftmütig und von Herzen demütig**

Es geht hierbei um eine völlig neue Sichtweise vom Leben anderer und vom eigenen Leben. Sanftmut bezieht sich auf die Wahrnehmung anderer. Es ist die Fähigkeit, den anderen immer mit den Augen Gottes wahrzunehmen. (Bsp: Foklarbewegung)

Demütig ist ein Mensch, wenn er sich selber mit den Augen Gottes wahrnehmen kann. ER wird seine Grenzen und seine eigene Abhängigkeit erkennen. Er wird sich nicht so wichtig nehmen und für den Mittelpunkt des Lebens halten. Ein demütiger Mensch braucht keinen Applaus und er macht seinen Wert nicht abhängig von Zuspruch oder Ablehnung. In der Diakonie müssen wir Menschen auch angemessen für ihre Berufe entlohnen. Wir zählen aber auch auf die ehrenamtlichen, die eben kein Wort der Anerkennung suchen, nicht ständig darauf auf sind, dass ihr Name aufleuchtet und sie auch von allen gesehen werden. Nein, sie sammeln sich Schätze im Himmel, Schätze bei Gott. Sie brauchen ihre Schwächen nicht verstecken und können so authentisch leben.

Wenn wir so von Jesus lernen, sein Anliegen, seine Sichtweise zu der unseren machen, dann erleben wir, dass sein „Joch“, seine Verantwortung, sanft ist und seine Last leicht ist. Sie drückt nicht und wir sind nicht überlastet.

**„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 die Aufgaben erfüllen, die Gott selbst uns zugeordnet hat, dann dürfen wir ihm auch getrost vertrauen, dass er uns dafür von sich aus die nötige Kraft gibt.“**  
(Joachim Eckstein)

6

Jesus überfordert niemanden, egal wie groß die Not um uns herum ist. Er befähigt, er zeigt uns, woher wir die Barmherzigkeit nehmen. Er will uns davor bewahren, dass wir irgendwann alles frustriert hinwerfen, weil es ja keiner wirklich würdigt, was wir tun. Wir wollen von ihm lernen und sanftmütig und demütig – aber auch glaubensmutig zu sein in der Diakonie. Dann leuchtet etwas auf von dem hellen, wunderschönen Schlussakkord in diesem Heilandsruf Jesu Christi.

### **3 Finden bei Jesus- Die erquickliche Ruhe**

**„Ihr werdet Ruhe für eure Seelen; denn mein Joch ist sanft und meine Last ist leicht.“**

Da sehe ich sie, die „fröhlichen Barmherzigen“, die Leichtigkeit, die sich nicht durch die Last der Verantwortung niederdrücken lässt. Da habe ich die unendliche Schar jener vor Augen, die schon vor mir, vor uns sich von der Caritas, dem Erbarmen Gottes beflügeln ließen. Die es nicht mehr auf den Sesseln und Sofas gehalten hat, die aber nicht wie von einer Tarantel gestochen hektisch und geradezu assoziativ – chaotisch hier und da „helfen, beraten, Gutes tun und teilen“. Nein, es sind die Menschen, die aus einer Ruhe, aus einem Wissen, dass Gott allein uns Menschen ein Zuhause gibt, auch den Flüchtling beherbergen, dem Hungrigen das Brot austeilten und den Gefangenen besuchen. Es ist die Freude der Barmherzigen, die sie befähigt die Trauernden zu trösten und auf Gottes Zeit zu warten.

Ja, davon träume ich, dass wir diesen Glanz des Himmels, der Ewigkeit nicht nur in wunderschönen Gottesdiensten und in den Zeiten des Wohlergehens erleben. Wir sind dem

Heiland auf der Spur. Und wenn jemand hier ist, und ihn in aller frommen Betriebsamkeit nicht mehr findet, dem rate ich, dass er Jesus einmal sucht bei den Verlorenen, den Geknickten, den Armen.

**„Wer bei Jesus eintaucht, der wird immer bei den Armen wieder auftauchen“ (Paul Zulehner)**

So wollen wir ihn neu zum Mittelpunkt unseres Lebens machen, diesen Jesus, der von dieser „leichten Last“ spricht und von der erquicklichen Ruhe, die wir bei ihm finden. Amen.