

Pausenraum für die Seele

(27.3.2029)

„Kommt her zu mir alle, die ihr mühselig und beladen seid ...“

Jahrzehnte lang stand dieser Ruf Jesu in der Kirche über dem großen Jesusfenster. Dieser Satz gibt dem Raum seine Bestimmung. In diese Kirche soll kommen, wer mühselig und beladen ist. Mühsalen gab und gibt es viele: Die harte Arbeit auf dem Feld. Die schwere Krankheit. Der nicht aufgehörende Streit. Die Angst vor Prüfungen. Die aufgeladene Schuld.

Ja, bis heute kommen Menschen mit ihren Sorgen und Nöten, mit ihrer Sehnsucht und ihren Hoffnungen in diesen Raum. Sie verweilen bei Orgelmusik oder einfach nur in der Stille. Manche zünden am Andachtstisch eine Kerze an und schreiben in das ausliegende Buch. Oft staune ich, wie ganz Persönliches dort niedergeschrieben wird. Jung und alt schreiben dort hinein. Ein junges Mädchen betet für ihre magersüchtige Schwester. Eine Frau schreibt ihre Wünsche für die bevorstehende Operation ihres Mannes hinein. Ein Kind dankt für die schöne Zeit im Kindergarten. Andere schreiben ihre Freude über die offene Kirche nieder. Und einer schreibt seine Glaubenszweifel in das Buch hinein.

„Kommt her zu mir alle, die ihr mühselig und beladen seid ...“ (Mt 11,25ff)

Es ist der heute unsichtbare Einladungsruf dieser Kirche, der im Raum wirkt. Im Matthäusevangelium folgt dem Einladungsruf Jesu zugleich ein Verheißungswort: *„Kommt her zu mir alle, die ihr mühselig und beladen seid, ich will euch erquicken.“* Was Luther mit „ich will euch erquicken“ übersetzt hat, heißt im Griechischen *ka'gw anapau,sw uma/j*, also so viel wie ich werde euch ausruhen lassen – oder einfacher: ich werde euch eine Pause schenken. So gesehen ist diese Kirche als ein Pausenraum für die Seele.

Allerdings hat die Sache noch einen kleinen Haken. Jede Pause ist nur dann Pause, wenn sie auch wieder zu Ende geht. Auch der Sabbat ist dann heilsam, wenn es auch eine Zeit des Arbeitens gibt. Und weil das so ist, folgt dem Einladungs- und Verheißungswort sogleich auch noch eine Forderung Jesu: *„Nehmt auf euch mein Joch und lernt von mir, denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig; so werdet ihr Ruhe finden für eure Seelen. Denn mein Joch ist sanft, und meine Last ist leicht!“* – Kurz gesagt: Komm herein mit deinen Sorgen. Verweile mache Pause und dann trage Jesu Joch.

So ein Joch ist eine schwere Last. In der Bibel gibt es das Joch der Sklaverei, das Joch der Fremdherrschaft, aber auch das Joch Gottes, das Joch der Tora oder das Joch des Himmels. Der Mensch aber versucht sich fortwährend diesem Joch zu entziehen. Doch egal, ob er es trägt oder sich entzieht unter einem schweren Joch kann er keine Ruhe finden.

Es gibt aber auch ein Ruhe verheißendes Joch: Das Joch der Weisheit im Sirachbuch, das die Tora mit Weisheit identifiziert. So heißt es: *„Beugt euren Hals unter das Joch der Weisheit, und euer Herz nehme Unterweisung an. Ganz nahe ist sie und leicht zu finden. Seht mit eigenen Augen, dass ich mich nur wenig abmühen musste und dann viel Ruhe für mich gefunden habe.“*

Bei Matthäus tritt Jesus an die Stelle der Weisheit. Doch worin besteht die Ruhe des Jochs Jesu? – Sie besteht in seiner menschenzugewandten Art der Lehre: *„lernt von mir, denn ich bin sanftmütig und demütig im Herzen!“* Jesus lebt, was er lehrt! Er ist sanftmütig und freundlich im Umgang mit den Menschen. Jesu Joch soll dich nicht erdrücken, es soll dich frei machen. Sein Joch nimmt dich als Menschen wahr, der mehr ist als Arbeit und Anspruch.

„Kommt her zu mir, alle, die ihr euch abmüht und belastet, ich will euch ausruhen lassen!“ Jesus ruft in die Freiheit, indem er an seine und meine Menschlichkeit erinnert – vorgehen in der Demut im Herzen.

Doch wie finde ich, finden wir Ruhe im Alltag? Ruhe finde ich in der Erinnerung an Jesu Einladung, dass Nachfolge unter seinem Joch heißt, ausruhen dürfen in der eigenen Bedürftigkeit. Ruhe finde auch in der Nachahmung Jesu als Lehrer, der die Menschenfreundlichkeit Gottes auch auf sich selbst anwendet. Ruhe finden wir, wenn wir nicht nur den anderen Seelen Raum schenken, sondern auch unserer eigenen Seele.

Segen

Gott mache dich leichtfüßig.
Er lasse deine Seele tanzen,
Er schenke dir ein Herz voll Hoffnung.
Er lasse deine Hände ruhen
öffne sie für seine Gaben.
So segne dich Gott und schenke dir Frieden.

Der Vater, der Sohn und der Heilige Geist.
Amen.

Über Gottesnähe

Tröstliches aus dem Matthäusevangelium

(30.3.2020)

Eine dritte Woche Corona-Auszeit beginnt. So langsam stellt sich eine gewisse Routine ein. Zur Sehnsucht nach Begegnung mit Freunden, schleicht sich bei mir langsam die Frage ein, wie es wohl sein wird, wenn einmal wieder alle sich ungezwungen begegnen. Kann man soziale Nähe eigentlich auch verlernen? Wie wird es sein, wenn man vor einem Laden plötzlich nicht mehr in einer Schlange steht mit 2m Abstand zur Vorderfrau? Wie war es doch, als man im Laden nicht einen extra großen Bogen machte, nur weil ein anderer schon vor dem Milchregal steht.

Einmal wird es sein ... dann wird man ungezwungen spazieren gehen, seinen Nachbarn grüßen. In Cafés werden Menschen sitzen. Die Sonne wird scheinen und auf Picknickdecken werden Familien und Studierende sich lagern. Und sonntags werden sie singen in den Kirchen. Eng beieinander werden sie Abendmahl feiern. Musik wird erklingen von Chören. Da wird eine Freude sein. Menschen werden wieder feiern und tanzen. Und Gesicht zeigen. Und bis dahin?

Bis dahin will ich den Mut nicht verlieren, und mir den Luxus der Hoffnungslosigkeit nicht leisten. Im Matthäusevangelium lese ich am Anfang und am Ende die Zusage Gottes durch Jesus Christus: *Ich bin bei euch! Alle Tage bis an der Welt Ende!*

Das Matthäusevangelium ist ein ganz besonderes Evangelium. An seinem Anfang steht die Geschichte des Josef, der Mann, der aus dem Geschlecht Davids war und der dem Gottes Kind den Namen gibt: Immanuel: Gott mit uns. Josef tut besonnen, was er von Gott in seinen Träumen erfährt. Er rettet das Jesuskind vor dem König. Er fliegt mit ihm nach Ägypten. Und schließlich kehrt er in das gelobte Land zurück. Er bereitet dem Menschensohn den Weg.

Und dieser Menschensohn Jesus erscheint als ein Mensch, der wie andere bedürftig ist. Er empfängt die Taufe des Johannes zur Vergebung der Sünden. Er kennt die Versuchungen, aber widersteht ihnen. Er kennt auch die tiefen Zweifel und die Bedürftigkeit. Er identifiziert sich mit den Fremden, mit den Nackten, mit den Gefangenen mit den Kranken, mit den Hungrigen. Und er ist nicht nur der nette Junge von nebenan, sondern harsch zu seinen Gegnern. Er

droht ihnen das Gericht an. Er zeigt Emotionen. Und kündigt doch zugleich von Zuversicht und Vertrauen.

Der Gott mit uns – der Immanuel, ist ein Mensch. Als Menschensohn kommt Gott den Menschen nah. Seine Worte und seine Botschaft spricht er zu seinem Volk, dem Volk Israel und doch zugleich schließt Jesus alle Völker in die Liebe Gottes ein.

Die Zusage Gottes macht nicht an den Grenzen des Volkes halt. Sie gilt universal: *Ich bin bei euch alle Tage bis an der Welt Ende!* Der auferstandene Abrahamssohn Jesus spricht diese Worte zu allen, die ihm nachfolgen, die ihm vertrauen, und zu allen, denen von diesem Vertrauen erzählt wird. *Ich bin bei euch alle Tage!*

Diese Nähe Gottes gilt auch in schweren Zeiten, auch in Zeiten der sozialen Distanz. Sie ist spürbar in den vielen kleinen unscheinbaren Zeichen: Wo der Kranke besucht wird. Wo seine Hand gehalten wird von einer Ärztin oder einem Pfleger. Wo dem Nackten Kleidung gegeben wird. Wo mit dem Hungrigen geteilt wird. Wo die vergessenen erinnert werden. Wo die Traurigen getröstet werden. Wo Menschen einander grüßen und sei es nur allabendlich beim Klatschen auf dem Balkon. Wo immer einem Menschen in Not geholfen wird, wo ein Funken der Hoffnung neu entflammt, da ist Jesus Christus nah. Er ist bei uns.

Gebet

Am Abend des Tages Gott,
danken wir dir für alles, was wir heut Gutes empfangen haben,
das aufmunternde Wort,
der unerwartete Anruf,
die Rettung in letzter Sekunde,
die ersten Schritte an der Sonne nach langer Krankheit,
der frische Wind in unseren Seelen.

Du bist da!

Bevor die Sonne singt,
bringen wir aber auch vor dich,
was uns am Herzen liegt:
die Schülerinnen und Schüler mit ihrer Geduld und der Sehnsucht nach Begegnung,

die vielen Eltern im Hin und Her zwischen Kindern und Beruf,
die Menschen in den Supermärkten,
die Ärztinnen und Ärzte, Pflegerinnen und Pfleger,
die Forscher und Politikerinnen,
die Menschen ohne Obdach,
die Kranken und die Sterbenden.

Sei du ihnen nah,
lass sie deine Verheißung spüren.

Vater unser

Segen

Gott der Herr,
Mach uns wieder anfällig
für seine Geschichte, die nicht von dieser Welt ist
nicht erklärbar keine Diskussion braucht
Und uns doch tröstet hoffen lässt Mut macht
Frohgemut macht
und alles in allem Kraft gibt
und uns Zuversicht schenkt.

So segne dich
Gott Vater Sohn und Heiliger Geist.
Amen

Zur Freude bestimmt

(1. 4.2020)

Die Klagen werden lauter. Da klagt die Witwe über die zunehmende Einsamkeit. Sie sieht die Enkel im Garten spielen und darf doch nicht zu ihnen: Reine Vorsichtsmaßnahme.

Da klagt die Schülerin am Esstisch über die abgesagten Klassenarbeiten und die ausbleibende Chance durch Leistung zu überzeugen, und das Ruder noch einmal rumzureißen.

Da klagen die Künstler über die ausbleibenden Engagements und die schleichende Resignation angesichts ausbleibender Perspektiven.

Da klagen die Unternehmen über die Zukunftssorgen. Keiner bringt Hemden und Businessanzüge mehr in die Reinigungen.

Da klagen die Mitarbeitende in den Krankenhäusern Italiens und Spaniens über die Last und die Erschöpfung angesichts der überfüllten Intensivstationen und der Zumutung, über Leben und Tod zu entscheiden.

Ja, wir alle wissen, was Not tut. Es ist gut und es ist auch ermutigend, dass die gesellschaftliche Solidarität wächst, dass wir neue Wege finden mit sozialer Distanz umzugehen, dass wir uns selbst als Volk und Völker die gewohnten Freiheiten beschränken. Wann gab es einmal so eine friedliche, völkerverbindende Einigkeit?

Aber da bleibt die Klage, die Klage, dass Normalität einkehren möge, dass man mal wieder mit Kollegen ein Feierabendbier trinken kann, dass man einfach mal wieder ungezwungen durch die Stadt läuft oder auch nur eng an eng in der Straßenbahn steht.

In unsere Klagen spricht Jesus:

Ihr habt nun Traurigkeit; aber ich will euch wiedersehen, und euer Herz soll sich freuen, und eure Freude soll niemand von euch nehmen.

Joh 16,22

Ich mag dieses Jesuswort besonders gern. „Eure Freude soll niemand von euch nehmen!“ Wie oft bin ich selbst genervt, wie oft sehen wir Menschen den Mangel, haben wir Grund zur Klage. Wie oft meckern wir über Kleinigkeiten. Wie oft begegnen mir mürrische Menschen. Wie sehr schmerzt es, wenn

Sicherheiten und Hoffnung, wenn Vertrauen erschüttert wird. Lass dir deine Freude nicht nehmen!

Jesus spricht diesen Satz nicht einfach nur so dahin. Das ist kein Satz wie „Kopf hoch, wird schon wieder!“ Nein, was diesen Spruch für mich so besonders macht, ist, dass da einer auch die Traurigkeit seiner Jünger sieht.

Die Jünger sitzen abgeschottet wie viele in diesen Tagen in einem Haus zusammen, und hören Jesus zu. Und der erzählt ihnen, dass alle ihre Hoffnungen enttäuscht werden, dass der gemeinsame Weg auf Erden endet, dass er selbst den Weg zum Kreuz gehen wird. Die Jünger erleben in den letzten gemeinsamen Stunden mit Jesus, dass ihre Hoffnung die Freundschaft miteinander enttäuscht werden. Bald schon werden sie zerstreut. Sie erleben das Unvorstellbare und ahnen noch nichts von Ostern. Und Jesus sieht ihre Traurigkeit.

Er sieht deine Traurigkeit. Aber diese Traurigkeit ist nicht die Bestimmung des Menschen. Sie ist eine Phase, sie ist auch notwendig im Abschied. Aber die Traurigkeit ist vergänglich. So wie die Quarantäne vergänglich ist. So wie Kontaktverbote vergänglich sind. So wie der Schmerz der Trauer vergänglich ist. *Ihr habt Traurigkeit. Euer Herz aber soll sich freuen. Ich will euch wiedersehen. Und eure Freude soll niemand von euch nehmen.*

Denn zur Freude ist der Mensch geschaffen. Nicht die Schmerzen des Abschieds bestimmen das Leben, sondern die Freude. Freude ist das erste Gefühl, das wir empfangen im Moment der Geburt.

„Freude ist der Sinn menschlichen Lebens. Für die Freude an Gott wurden Menschen geschaffen. Für die Freude am Leben werden sie geboren. Damit werden die oft gestellten Lebensfragen aus den Angeln gehoben: Wozu bin ich noch da? Bin ich noch brauchbar? Kann ich mich noch nützlich machen? Es gibt keine Zwecke und keinen Nutzen, für die menschliches Leben da sein muss. Es gibt keine ethischen Ziele oder idealen Zwecke, mit denen sich menschliches Leben rechtfertigen muss. Das Leben ist gut, Dasein ist schön und Hiersein ist herrlich. Wir leben, um zu leben!“ (Jürgen Moltmann)

Und Gott, Er, der am Anfang alles ansah und für sehr gut befand, hat seine Schöpfung zur Freude bestimmt. *Ich will mich freuen über mein Volk. Und die Freude soll ihnen nicht genommen werden. (Jes 65)*

Gebet

Gott vor dir bringen
wir unser Weinen und Klagen.

Sieh es an.

Höre es.

Tröste es mit deinem Wort.

Vor dir Gott bedenken wir,
was unsere Herzen heute mit Freude gefüllt hat.

Der warme Sonnenschein.

Der unerwartete Brief.

Die gelungene Aprilscherz.

Die letzte Puzzleteil.

Der erste Kuss am Morgen.

Das fröhliche Winken über die Straße.

Die Klang der Orgel.

Der ruhige Minute inmitten der Hektik.

Die Nachricht über das neugeborene Kind.

Du Gott füllst unser Herz mit Freude und Wonne.

Danke.

Vater unser

Segen

Und der Gott der Freude,
schenke dir ein leichtes Herz.
er leuchte dir im Finstern Tal
und wandle deine Sorgen in Zuversicht.

Er segne dich mit dem Blick der Liebe
und lass dich eine Leuchte des Friedens sein.

Amen.

Über Zuversicht in der Krise

(3.4.2020)

In einem meiner Lieblingslieder singt der Musiker Passenger:

*Well, sing, sing at the top of your voice,
Love without fear in your heart.
Feel, feel like you still have a choice
If we all light up we can scare away the dark¹*

Ich mag diesen Optimismus. Wenn man sich das Video zu diesem Lied anschaut, dann sieht man darin Menschen in einem Großraumbüro, die jeder für sich auf ihre Bildschirm starren und im eigenen Trott leben. Alle funktionieren, Routinen bestimmen das Leben. Was ihnen aber fehlt, ist ein Leben in allen Farben. Es fehlt ihnen Freude und Zuversicht. Die Menschen leben an ihrer Bestimmung vorbei.

Wie ist das mit uns?

Heute war der letzte Schultag! Meine Kinder freuen sich auf die Ferien. Und ich frage mich, wie soll das werden? Ferien in einer Zeit des Homeschoolings, in einer Zeit, in der die Hobbies pausieren, Reisen nicht sinnvoll ist, Ausflugsziele begrenzt sind.

Wie viele Familien haben auch wir einen guten Mix gefunden zwischen Arbeit und Freizeit, auch ohne ständigen Blick auf den Kalender, ohne Raserei zwischen Sport, Musik, Chören und Sitzungen. Natürlich gibt es immer noch Terminstress, wenn Aufgaben fertig werden müssen. Wie wird es, wenn jetzt in den Ferien auch diese Verpflichtungen entfallen?

In dem angesprochenen Video sind die Menschen auf sich bezogen, schauen auf ihre Bildschirme und verlieren das reale Leben aus den Augen. Ich erlebe in den letzten Wochen gerade auch die digitalen Möglichkeiten als einen Segen. Enkel skypen und chatten mit den Großeltern, so kann man immerhin auch mit Kollegen Face-to-Face kommunizieren. Und doch das Digitale kann wahre Begegnung nicht vollständig ersetzen. Leben will raus. Wir brauchen die furchtlose Freiheit. Wir brauchen die Natur, die Spaziergänge. Und es wird sie wiedergeben.

Wir gehen auf die Karwoche zu. Es beginnt mit dem Einzug des kommenden Königs in die Stadt. Zuversicht strömt ihm entgegen. Die Menschen in den Straßen Jerusalem begrüßen ihn hoffnungsvoll mit Palmwedeln. Gott kommt menschlich auf einem Esel. Er reitet nicht hoch zu Ross, sondern auf dem Lasttier des kleinen Mannes.

Doch zur Zuversicht der beginnenden Karwoche, gehört auch die Verstörung: Aus dem Hoffnungsträger wird der Ohnmächtige. Hoffnungen zerbrechen. Gewohntes wird in Frage gestellt. Gewissheiten brechen zusammen. Unter dem Kreuz sammeln sich die Menschen und erleben die Dunkelheit, die Furcht und die Angst. Die Welt gerät aus den Fugen.

Für mich ist die Passionszeit auch die Gelegenheit innezuhalten und zu fragen, was zählt eigentlich? Was ist mir besonders wichtig? Worauf kommt es im Leben an? Wozu sind wir auf der Welt? Was ist unsere Bestimmung?

Die Karwoche, die Coronaauszeit und auch das Video zum Lied von Passenger: Sie haben gemeinsam, dass sie an das Wesentliche erinnern: Wir sind angewiesen auf Gemeinschaft. Wir sind uns selbst nicht genug. Wir sind auch nicht nur dazu da, auf Bildschirme zu klotzen. Wir sind nicht geschaffen zur Furcht, sondern zur Freude und zur Zuversicht.

Nach der Karwoche wird die Osterwoche kommen, sie setzt einen neuen Anfang. Und auch im angesprochenen Video, brechen die farblosen Menschen am Ende aus, tanzen, singen, hüpfen und erobern die Welt und die Freiheit. Sie leben neu. Voller Zuversicht.

Darum und trotz allem, lasst uns singen, loben, tanzen, lieben und die Angst unserer Herzen überwinden, dann wir leben neu auf, jeden Tag ein bisschen – Ostern entgegen. Gerade jetzt.

Amen.

¹ <https://www.songtexte.com/songtext/passenger/scare-away-the-dark-73445e19.html> (abgerufen am 28.5.2019):

Gebet

Am Ende der Woche Gott,
kommen wir zur Ruhe,
dein Sabbat beginnt,
und wir denken zurück
an das, was uns gut gelungen ist,

Stille

Wir denken zurück
an das, was uns Freude geschenkt hat.

Stille

Wir denken an das,
wo wir schuldig wurden und was uns misslungen ist.

Stille

Gott,
du birgst uns mit deiner Barmherzigkeit
du umsorgst uns mit Güte.

Wir legen dir uns unsere Nachbarn ans Herz,
die Gesunden und Kranken,
die Nahen und die Fernen.

Berge sie in deiner Hand.