



:LEBEN

alles blau

„Kommt her zu mir, alle ihr Mühseligen und Beladenen! Und ich werde euch Ruhe geben!“ (Matthäus 11,28)

Diese Aufforderung donnerte vor fast 2000 Jahren über die Köpfe der Zuhörer. Worte voller Sprengstoff. Es war eine skandalöse Aufforderung – gegen den religiösen Mainstream, direkt ins Zentrum der geplagten und gehetzten Bürgerseele. Nicht nur, dass sich hier dieser Wanderprediger anmaßte, über die Lasten und Herausforderungen des Lebens zu sprechen; vielmehr forderte er auch noch dazu auf, sich bei ihm die fehlende Ruhe zurückzuholen. Dass die Zuhörer eher zögerlich, ja zurückhaltend auf diese Einladung reagierten, lag nicht so sehr an einem kaum vorhandenen „Ruhebedürfnis“ oder einem bereits praktizierten ausgeglichenen Lebensstil. Es war das Gesamtpaket, das schockierte. Kaum einer wollte freiwillig diese Ruhe – nicht zu diesem Preis. Und so verhallte die Einladung zur Ruhe im Nichts. Ein paar wenige Gestalten liefen auf Jesus zu. Kaum der Rede wert.

Das Leben in Blau.

Ganz ehrlich: Was ist das doch für eine Aussage hinein in unsere Zeit! Da gibt es in der Bibel eine Aufforderung – und auch noch eine von Jesus höchstpersönlich –, dass wir mit aller Last, Mühe und Überladung zu ihm kommen sollen. Und nicht nur das – Jesus verspricht im selben Atemzug auch noch die von uns so sehr erwünschte Entlastung.

Genau das ist der Tenor **ungezählter** Predigten. Da wird eingeladen, bei Jesus die entsprechende Ruhe und Entspannung zu finden. Worte werden gebraucht, die in den Hörern eine Lawine der Sehnsucht lostreten: Ruhe! Entspannung! Stressfrei! Druck weg! Lebensmitte finden! Alles Begriffe, die im Zusammenhang mit dieser Bibelstelle gebraucht werden. Und nicht nur das: Ebenfalls **ungezählte** Poster und Kalenderblätter haben sich die Aufforderung Jesu zu eigen gemacht. Man sieht den blauen Himmel über schneeweißen Bergen. Den blauen Himmel über goldgelbem Sand. Ausgeglichen wirkende, tiefgebräunte Menschen vor blauem Himmel. Lachend. Und

irgendwo steht, typografisch nett in Szene gesetzt, die Aussage von Jesus. Noch ein – letztes – Beispiel: Glaubt man **ungezählten** Autoren, dann haben die den (Ruhe-)Stein der Weisen gefunden. Schon das Titelbild ihres Buches zielt auf „Sehnsucht machen“. Und, welch ein Zufall: Auf den Buchumschlägen ist wieder dieser blaue Himmel zu finden. Oder das Meer. Auch in Blau. Irgendwo findet sich auch der Liegestuhl und/oder südländisch wirkende Pflanzen. Inhaltlich geht's dann ... um Ruhe! Entspannung! Stressfrei! Druck weg! Lebensmitte finden! Und auf den ersten Seiten findet sich – wen wundert's – die Aufforderung von Jesus aus Matthäus 11,28.

Demgegenüber stehen – leider! – **ungezählte** Christen, die ausgelaugt sind. Die Lasten tragen. Die einen Burn-Out haben. Die unter Depressionen leiden. Von Angstzuständen geplagt werden. Und ... die sich alle nach dieser versprochenen Ruhe ausstrecken. Christen, die sich nichts sehnlicher wünschen als endlich alle Belastungen des Alltags, die stressigen Sitzungen in der Gemeinde, die schweren Gespräche mit anderen Christen, Streitereien in den vielen

Teambesprechungen ... all das und noch viel mehr hinter sich lassen zu können ... um „blau“ zu machen. Weg. Einfach weg. Blaue Pause.

Warum ist das so? Warum leiden so viele Christen unter Depressionen, Mutlosigkeit, Atemnot, Angstzuständen, permanenter Übererregung? Haben sie die Aufforderung ihres Herrn, bei ihm zur Ruhe zu kommen, bislang überlesen? Glauben sie ihm nicht? Lügt Jesus? Oder meint er hier etwas ganz anderes?

Die notwendige Zeitreise

Um der Wahrheit einen Schritt näher zu kommen, müssen wir zu Zeitreisenden werden. Wir müssen zurückfliegen in eine Zeit, von der wir wissen, dass Begriffe wie „Tempus“ und „Twitter“, „Wellness“ oder „Sabbatjahr“ nicht zum Wortschatz der Bürgerinnen und Bürger gehörten. Außerdem wissen wir, dass die Nachfolger von Jesus kein leichtes Leben hatten. Vorsichtig formuliert. Denn wer Jesus nachfolgte, stand auf der Abschußliste. Wer an ihn glaubte und diesen Glauben auch im Alltag

umsetzte, musste sich zumindest gedanklich darauf einstellen, früher als eigentlich geplant den Planeten zu verlassen. Weil: gekreuzigt, gejagt, gequält, gestorben. Märtyrertum. Wegen Jesus. Exakt diesem Jesus, der Worte gebrauchte, die wir heute auf Kalenderblättern, Überlebensbüchern oder Predigten wiederfinden. Der Vergleich macht deutlich: Damals ging es weder um „Lebensmitte finden“, „stressfrei leben“ und auch nicht um „keinen Burn Out haben“.

Kann es sein, dass wir heute gedankenlos und blauäugig Aussagen von Jesus aus dem Zusammenhang reißen und diese dann auf aktuelle Situationen und Bedürfnisse übertragen, die jedoch mit der „Ausgangssituation“ von damals nichts zu tun haben? Dieser Verdacht drängt sich tatsächlich auf. Zumal dieses Verhalten auch bei anderen Aussagen von Jesus festzustellen ist. Da sind beispielsweise Begriffe wie „Freiheit“; oder „Leben im Überfluss“, „Rettung“... um nur einige zu nennen, die arg strapaziert werden, um in unseren Lebenskontext zu passen. „Freiheit“ wird dann gebraucht für ein Leben ohne Zwänge; „Leben im Über-

fluss“ wird übertragen auf die erlebte Fülle im Leben; und „Rettung“ ist der Vorgang der Transformation zu einem mit tieferem Sinn erfülltem Leben. Was immer das auch heißen mag. Und immer ist es Jesus, der (angeblich) dafür zuständig ist, dieses Erleben zu ermöglichen. Muss ja, denn er gebraucht diese Begriffe.

Dieser Übertrag scheitert aber am tatsächlichen Lebensalltag von Jesus. Oder von Paulus. Johannes. Den Christen, die damals lebten. Der versierte Bibelleser weiß, dass das Leben dieser Menschen geprägt war von: Qualen erleiden, depressiven Stimmungslagen, großer Angst, schrecklicher Gefangenschaft, ungerechter Bestrafung und so weiter. Und natürlich auch: Freude, lachen, Wunder erleben, Liebe, Glück. Bleibt festzuhalten: Ganz so einfach geht es nicht, unsere heutige Sehnsucht nach Leben an bestimmten Aussagen der Bibel festzumachen, nur weil dort Worte vorkommen, die unser Defizitkostüm ausfüllen und - zumindest der Spur nach - für ein besseres Lebenskonzept erhalten. Herhalten könnten.

Der Herrschaftswechsel

Als Jesus seine „mühseligen und beladenen“ Zuhörer auffordert, zu ihm zu kommen, gab es keine kostenlosen Salben im Angebot; keinen Zaubерtrunk, keine progressive Entspannungstherapie und auch keine Fangopackung. Wäre dem so gewesen, hätte er sich vor Patientenanfragen nicht mehr retten können. Die tatsächliche Situation war eine ganz andere: Jesus spricht dieses Angebot aus ... und redet dann ohne Unterbrechung weiter. Die nachfolgenden Sätze sind – heute würde man sagen – kontraproduktiv. Sie widersprechen eigentlich der ersten Aussage. Aber genau so ist Jesus. Er weckt keine falschen Hoffnungen. Er zeichnet nicht Bilder in die Luft, die dann im rauen Lebensalltag keine Entsprechung finden. Er diktiert keine Phrasen in die Blöcke irgendwelcher Reporter, um kurze Zeit später alles zu widerrufen. So ist Jesus nicht. Er ist die Wahrheit. Und genau so lebt und redet er auch.

Jesus verspricht Ruhe den Beladenen, Ruhe den Belasteten. Und das alles unter drei Bedingungen: zu ihm kommen – bei ihm bleiben – von ihm lernen. Diesen Dreiklang findet man noch in vielen anderen Aussagen von Jesus. Immer wieder wird er diesen Dreiklang nennen: Kommen, nachfolgen, tun. Und wer so handelt, sagt Jesus, wird nicht mehr unter der fremden, dämonischen Macht leben müssen, weil dieses zerstörerische, gottferne und teuflische Joch zerstört wurde. Von wem? Von Jesus höchstpersönlich. Denn: nur einer kann das. Der Sohn Gottes. Der sein Leben gegeben hat, damit die „Mühseligen und Beladenen“ – auch 2000 Jahre später! – Ruhe finden. Damit die Schuld vergeben wird; im „äußersten Meer versenkt wird“; „weiß wie Schnee wird“. Wer sich aufmacht und wer es wagt, sein „Ja“ zum Dreiklang der Aufforderung von Jesus zu geben, wird Befreiung erleben.

Und schließlich geschieht noch etwas Unglaubliches: Jesus legt eine Transparenz an den Tag, die mit Worten kaum zu beschreiben, die tatsächlich „atemberaubend“ ist: „Ich bin“, so Jesus, „sanftmütig und von Herzen demütig.“ Der „Jochzerbrecher“, der „Lastenabnehmer“, der „Sieger auf Golgatha“ ist kein herrscher Despot. Keiner,

der Menschen bevormundet, zerdrückt, missbraucht. Er ist (die) Liebe in Person. Und macht trotzdem eines unmissverständlich klar: Joch bleibt Joch. Soll heißen: „Ich, Jesus, bestimme jetzt deinen Weg.“ Anders ausgedrückt: Nur wer sein „Ja“ zu Jesus als seinem Herrn gibt, erlebt Befreiung. Das Angebot von „Ruhe und Entlastung“ abgreifen und weiterhin eigene Wege gehen wollen ... – dieses Vorhaben ist zum Scheitern verurteilt. Jesus sagt es sogar noch eindrücklicher: „... der kann nicht mein Jünger sein ...“

Diese Bibelstelle hat also nichts mit unserem heutigen „Wellness-Verständnis“ zu tun. Jesus lädt nicht die Müden, Depressiven, Ausgelaugten, ohne Lebensmittel lebende zu sich ein, damit sie wieder einen neuen (Lebens-)Kick erhalten. In diesem Wort von Jesus geht es um Schuld, Sünde, die Befreiung daraus, um Nachfolge und um Gehorsam.

Schwere Zeiten, keine Entlastung?

Darf ich in meinen Angstzuständen nicht zu Jesus kommen? Lässt er mich in meinem Burn-Out alleine? Sind meine Depressionen das Ende meines Lebens? Wohin mit meinen Lasten, die mir der Alltag auferlegt? Ist Jesus dafür nicht zuständig?

Auf diese Fragen gibt es nur eine richtige Antwort: Natürlich! Alles, was mein Leben ausmacht, die guten und die weniger guten Tage, soll, darf und kann ich Jesus sagen UND ihn um Hilfe bitten. Ob das die so dringend benötigte „Ruhe“ ist; Hilfe in Erziehungsfragen; Gesundheit; Bewahrung; Bitte um Vergebung. Jesus hat versprochen, seine Jünger niemals alleine zu lassen. Ob Sturm, problemlose Zeiten oder Todes-schatten: Jesus ist immer dabei! Die Bibel ist voll mit diesen göttlichen Zusagen. Aber schon diese Aufzählung macht deutlich, dass das Leben als Christ auch schwere Zeiten kennt. Diese schweren Zeiten dürfen nicht eliminiert werden; dürfen nicht durch aus dem Zusammenhang gerissene Halbsätze verbannt werden. Krankheit und Leid gehört zum Leben dazu. Genauso wie der Tod als „letzter Feind“. Auch ihn können wir nicht umgehen. Wir müssen mitten durch

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

Matthäus 11,28

den Sturm der Krankheitszeit hindurch; Leid ertragen; Tod erleben. Niemand wird sich diesen Erfahrungen entziehen können. Doch wer „unter dem Joch von Jesus“ durch sein Leben geht, wird den sanftmütigen, von Herzen demütigen Sohn Gottes auch in schweren Zeiten nicht vermissen. Er ist ja mit im „Tal der Todesschatten“. Mitten drin. Das war Jesus übrigens schon immer: Mitten drin. Er hat keine blauen Bilder gemalt. Dafür hatte er keine Zeit. Musste denen, die an ihn glauben, vorangehen. Das macht er bis heute. Er geht voran und hält unsere kleine Hand in seiner großen. Ganz fest. Und dann wird er Tränen abwischen. Willkommen heißen. Arme ausbreiten. Fest halten. Auf ewig. Und gut möglich, dass sich dann der blauen Himmel über unserer neuen Heimat ausbreitet.

Lernen durch Beobachten und Nachahmen

Wer unter Depressionen leidet, wen seine Angstzustände nachts nicht mehr schlafen lassen, wer einen Burn-Out hat – der benötigt dringend ärztlichen UND geistlichen Beistand. Unter Umständen ist ein langer Weg notwendig, um wieder zur Genesung zu gelangen. Der Arzt wird die entsprechenden Medikamente verabreichen. Verabreichen müssen. Manchmal sind längere Aufenthalte in Kliniken erforderlich. Aber der Arzt und seine verabreichte Medizin wird nicht ausreichen. Vermutlich haben sich im Lauf der Zeit Verhaltensmuster eingestellt, die zerstörerisch auf den Körper einwirk(t)en. Worte wie „Ausgleich“, „Fitness“, „Ausspannen“, „Schlaf“ kommen im Leben nicht (mehr) vor. Ebenso wenig wie „Sabbatruhe“, „Gebetszeiten“ oder „Stille vor Gott“.

Alles Eigenschaften, die Jesus auszeichneten. Alles Verhaltensweisen, die Jesus praktizierte. Erinnern Sie sich noch an die Aufforderung von Jesus an seine Jünger?

„Lernt von mir.“

„Lernt von mir“ – das bedeutet: Lernen durch Beobachten. Lernen durch Nachahmen. Ist uns diese Tatsache (noch) bewusst? Beobachten wir Jesus und sind seine

„Nachahmer“? Bitte, nicht nur Nachahmer sein, was den evangelistischen Auftrag betrifft. Nicht nur, was die Nächstenliebe betrifft. Nicht nur, was der Umgang mit den Kranken und Verstoßenen betrifft. Nicht nur! Jesus fordert uns nicht dazu auf, nur die für uns sympathischen oder sowieso unseren natürlichen Gaben und Fähigkeiten entsprechenden Aufforderungen und Lebensweisen nachzuahmen. Zur Nachfolge, ja – das Nachahmen betrifft auch die Zeiten der Stille, die Einhaltung des Ruhetages, Gebetszeiten – alles Möglichkeiten, in denen der Sohn Gottes zu uns sprechen möchte. Jesus hat uns vorgelebt – und das sogar schriftlich niederlegen lassen! –, wie der Lebensstil des Nachfolgers aussehen soll. Es gibt keine plausible Entschuldigung dafür, warum wir in dieser Sache so oft sündigen. Es gibt keinen Grund, der unseren Ungehorsam „verstehbar“ macht. Wer Jesus nicht als Lehrer, Meister und Herr auch in diesen Bereichen anerkennt, macht sich schuldig. Zieht als „Mühseliger und Belasteter“ durch die Lande. Nachfrage: Welches „Joch“ liegt da wohl gerade auf den Schultern?!

Deshalb braucht es auch einen geistlichen Beistand. Jemand, der einem helfen darf, wieder neu das verschüttete (oder vergessene) Wort Gottes zu entdecken und dann auch umzusetzen.

Nein, ich spreche hier nicht mit erhobenem Zeigefinger. Auch nicht von oben herab. Ich selbst habe immer wieder über meine Kräfte gelebt. Habe Zeiten wie „Sabbat“ und „Schlaf“ eine untergeordnete Priorität verpasst. Musste erkennen, dass ich bezüglich der Aufforderung von Jesus („Lernt von mir“) blinde Flecke hatte. Hatte? Ich hoffe. Denn die Gefahr ist groß, immer wieder in alte und somit falsche Verhaltensmuster zurückzufallen. Das bezieht sich übrigens nicht ausschließlich auf genuin christlichen Bereiche wie Predigtermine, Aufgaben in der Gemeinde wahrnehmen oder die Teilnahme an übergemeindlichen Sitzungsterminen. Ganz im Gegenteil – den Ruhetag vernachlässigen, auf Schlaf verzichten, also das teilweise Ausblenden von Aufforderungen Jesu, das kommt in jedem Lebensalter, in allen Berufsgruppen, in jeder Situation vor.

Eigentlich sind die Tragik und die daraus resultierenden Folgen dieses Verhaltens nachvollziehbar – aus einem ganz speziellen Blickwinkel betrachtet. Denn der, der „umhergeht wie ein brüllender Löwe, um zu suchen, wen er als nächstes verschlingen kann“, der reibt sich die Hände. Freut sich über jedes Kind Gottes, das meint, sich den Herausforderungen des Christseins ohne Ruhephasen und Gebetszeiten stellen zu können. Solche sind nämlich ein gefundenes Fressen. Sind im Fadenkreuz des „brüllenden Löwen“.

Wer den „heißen Atem“ des „Löwen“ spürt, wer schon Verletzungen an Leib und Seele davongetragen hat, für den gibt es Rettung! Denn die Mühseligen und Beladenen, die Verletzten und Gefährdeten ... – die sollen kommen. Sollen sich aufmachen. Ihnen gilt der Ruf. Und das Joch, das Jesus ihnen wieder um den Hals legt, ist leicht. Sanft. Wie ihr Herr selbst.

Thomas Meyerhöfer



Thomas Meyerhöfer leitet die evangelistische Internetarbeit www.lifehouseworld.com. Er lebt mit seiner Frau Dorothee in Bergegnung, die beiden haben vier Kinder.



„alles blau“

– zu diesem Thema hat Thomas Meyerhöfer auch einen Podcast (Internetandacht) produziert.



Anzuhören unter:
www.lifehouseworld.com/category/podcast