

Pfarrerin Monika Renninger  
Hospitalkirche 2.n.Trin, 21.Juni 2020  
Predigttext: Mt. 11,25-30 (Zum Wochenspruch am 2. So n.Trin: Mt. 11,28)

*Mt. 11,25-30*

*Zu jener Zeit fing Jesus an und sprach: Ich preise dich, Vater, Herr des Himmels und der Erde, weil du dies den Weisen und Klugen verborgen hast und hast es den Unmündigen offenbart.*

*Ja, Vater, denn so hat es dir wohlgefallen. Alles ist mir übergeben von meinem Vater, und niemand kennt den Sohn als nur der Vater, und niemand kennt den Vater als nur den Sohn und wem es der Sohn offenbaren will.*

*Kommt her zu mir, die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken.*

*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.*

I

Jesus ruft die Mühseligen und Beladenen. So gerne fühle ich damit nicht angesprochen, um ehrlich zu sein. Eigentlich hätte ich es lieber anders. Und nicht nur ich. Vermutlich haben wir alle gerne unser Leben im Griff, kraftvoll und zuversichtlich und ohne Lasten, die uns das Herz bedrücken und den Alltag schwer machen. Wir haben lieber ein ganz anderes Bild von uns als ausgerechnet dieses: mühselig und beladen zu sein. Eigentlich ist uns der Gedanke lieber: Bedürftig, das sind andere vielleicht. Aber nicht unserereiner.

Doch ausgerechnet ihnen gilt der Ruf Jesu. Kommt her zu mir!, ruft Jesus. Müde, geplagte, beladene, unter Lasten stöhnende Menschen, kommt her zu mir! - Eine große Einladung wird hier in die Welt hinausgerufen. So lautet auch das Thema des Sonntags. Wir diesen einladenden Ruf gerade von Jesaja gehört, dem Propheten, auf den sich die erste christliche Gemeinschaft oft bezieht. Der führt sich geradezu wie ein Marktschreier auf. Ob Jesus das von ihm hat? *Kommt her zu mir, die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken.*

Die Marktschreier Gottes, Jesaja und Jesus, bringen unser weltliches Marktgeschehen durcheinander. "Leute, kommt, das Wichtigste fürs Leben gibt's den Gesetzen des Marktes zum Trotz ohne Geld; das Wichtigste könnt ihr euch nicht verkaufen lassen und könnt ihr nicht kaufen, das müsst ihr euch schenken lassen!" Das Wichtigste: Die Mühsal, die Last ablegen. Aufatmen. Ruhe finden.

Geschenkt und umsonst: das Leben, die Lebenszeit, die Schöpfung, der Atem, das Licht, die Schönheit, die Liebe. Geschenkt und umsonst. Gibt es denn so was? – Ja, sagt der Prophet und sagen alle, die in diese Gedanken einstimmen, sagt Jesus: Ja, geschenkt und umsonst.

Geschenkt und umsonst: „Kommt her zu mir!“ Oft wird berichtet: Jesus stellt einen der körperlichen und seelischen Heilung bedürftigen Menschen in die Mitte, holt ihn in die Öffentlichkeit, sorgt dafür, dass er sich nicht länger verkriecht und ausgeschlossen fühlt. Der gesellschaftliche Konsens war damals wie heute: Alles, worin sich Unvollkommenheit, worin sich die Bedürftigkeit und Gebrechlichkeit von uns Menschen zeigen, soll möglichst weit aus der Wahrnehmung weggeschoben werden. Defektes, Fragiles und Krankes soll man nicht sehen.

Zu dieser Sicht des Menschen und der Welt treiben einen äußere und innere Stimmen an: Man soll mehr Sport machen, gesünder essen, besser aussehen, sich selbst optimieren. Das ist auch in diesen Corona-Zeiten so. Eine junge Ärztin sagt nüchtern im Gespräch: Unsere Gesellschaft wird aus dieser Pandemie jünger und fitter herauskommen. Sie scheint recht zu haben. Gab es je so viele Spaziergänge, Wanderungen, Joggingläufe, Fahrradtouren?

Doch im „Heilandsruf“ – so wird er genannt – hören wir einen anderen Klang: Kommt her zu mir, ruft Jesus, und meint die Mühseligen und Beladenen. Damit sind nicht nur die gerufen, die mit körperlichen Einschränkungen und Gebrechen leben. Damit sind auch die gemeint, deren Seele bedürftig ist.

Im Hebräischen, der Ursprache des Alten Testaments, kann man das Wort, das hier verwendet wird mit Seele, Wesen, das Innerste eines Menschen übersetzen – und zum anderen auch mit: Kehle. Dem kann man gut nachspüren: Die Kehle ist der Weg des Lebensatems, die verletzbare Stelle – kein Atmen, kein Singen, kein Sprechen wäre möglich ohne sie. *So werdet ihr Ruhe finden für eure Seelen.* Das meint: Aufatmen. Das gilt denen, die atemlos und gehetzt sind, die keine Ruhe zum Atemholen finden. Die nicht aufatmen können.

So ging es mir und gewiss auch anderen in diesen Wochen: Die erzwungene Ruhe war oft kein Aufatmen, sondern ein Den-Atem-Anhalten: Was wird als Nächstes kommen? Werden wir wieder herausfinden aus dieser Bedrohung? Wie sollen wir weiterleben? Was können wir ändern? Um Aufatmen zu können, muss man in Sicherheit sein. Das waren wir nicht und sind wir nicht. Ich glaube, allen von uns ist dieser sichere Boden unter den Füßen immer wieder ins Wanken geraten und tut es weiterhin. Und dann halten wir den Atem an.

Aufatmen können. Das wäre schön.

*Jesus ruft: Kommt her zu mir alle, die ihr euch plagt und von eurer Last fast erdrückt werdet; Ich werde sie euch abnehmen. Nehmt mein Joch auf euch und lernt von mir, denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig. So werdet ihr Ruhe finden für eure Seele. Denn das Joch, das ich auferlege, drückt nicht, und die Last, die ich zu tragen gebe, ist leicht.*

## II

Sein Joch Tragen: Das ist eine altertümliche Ausdrucksweise. Und ein modernes Gefühl: Was wir alles zu schultern haben! Aufgaben im Beruf, in der Familie, in der Betreuung von Kindern und Älteren, Leistungsdruck in der Schule und am Arbeitsplatz, wirtschaftliche und politische Verantwortung. Und die seelischen Nöte dazu: Wie geht es weiter mit mir, mit uns, mit unserer Welt? Es ist das Gefühl, dass einem scheinbar die ganze Welt auf den Schultern liegt. Das sind mythologische Vorstellungen, verdichtet in der griechischen Sagen-Figur des Titanen Atlas. Sie sind aus einer allgemein menschlichen Empfindung entstanden, die alle nachvollziehen können. Denn man spürt es, wenn einen etwas belastet und niederdrückt.

In armen Ländern, wo wenig Maschinen zur Verfügung stehen und in denen vor allem auf menschliche Arbeitskraft gesetzt wird sieht man, wie es ist, wenn ein Mensch ein Joch trägt und sich unter einer schweren Last beugt oder besser: versucht aufrechtzuhalten, um weitergehen zu können. Das Joch muss richtig sitzen. Die Last muss gut ausbalanciert und gleichmäßig auf beide Schultern verteilt sein.

Sein Joch Tragen heißt im übertragenen Sinne: Belastungen tragen und ertragen können. Verantwortung übernehmen. Aufgaben annehmen. Im biblischen Verständnis gibt es deshalb die Vorstellung vom Joch des Himmelreiches und vom Joch des Gesetzes: Wer dieses Joch trägt, gehört zum Gott Israels und Vater Jesu Christi. Mit diesem Joch ist eine Zugehörigkeit verbunden, die zum Ausdruck bringt: Daran halte ich mich. Dazu bekenne ich mich.

*Jesus sagt: Nehmt mein Joch auf euch und lernt von mir, denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig. So werdet ihr Ruhe finden für eure Seele. Denn das Joch, das ich auferlege, drückt nicht, und die Last, die ich zu tragen gebe, ist leicht.*

### III

Jesus ist sanftmütig. Nur das Matthäusevangelium kennt dieses Wort als Beschreibung für Jesus und für das, was Menschen von ihm lernen sollen. Dreimal kommt das Wort „Sanftmut“ dort vor, am Anfang, in der Mitte und am Schluss, wie ein wiederkehrendes Muster im Gewebe des Evangeliums.

Zum ersten erscheint der Aufruf zur Sanftmütigkeit in der Bergpredigt, in den Seligpreisungen: Selig sind die Sanftmütigen, denn sie werden das Erdreich besitzen (Mt.5,5). In der Mitte des Evangeliums kommt die Aufforderung zur Sanftmut ein zweites Mal, nämlich hier. Jesus sagt: Lernt von mir, denn ich bin sanftmütig (Mt. 11,27). Und schließlich der dritte Hinweis auf die Sanftmut: Zu Beginn des Passionsweges Jesu wird erzählt, wie Jesus als sanftmütiger König auf einem Esel in Jerusalem einzieht:

Sanftmut lernen, das ist schwer. Gut ist: Von der Sanftmut haben nicht nur andere etwas, sondern vor allem und zuerst auch ich selbst. Jesus verheißt denen, die Sanftmut lernen wollen, Ruhe und Seelenfrieden.

Danach sehnt man sich sehr. Denn im Alltag ist es anders. Nicht Sanftmut, sondern Selbstbehauptung wird überall von einem erwartet: Im Beruf soll man durchsetzungsfähig und voller Energie sein. In der Familie darf man sich nicht unterbuttern lassen und muss das Eigene wahren. Ständig umgibt einen die Erwartung, dass man immer noch ein bisschen mehr zulegen sollte, weil es immer nicht genügt. Wie soll man da sanftmütig sein und Ruhe und Seelenfrieden finden und Aufatmen können?

Kommt her zu mir und lernt von mir, sagt Jesus, denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig. Wer sich darauf einlässt, dessen Seele wird aufatmen, Frieden und Ruhe finden. Die Sanftmut preist Gottes Güte und hilft einem auf den Weg – zu sich selbst und zu den Menschen, mit denen man zu tun hat. Mögen wir das lernen, mit Jesus. Amen.