

Thema

Die Entdeckung der Ruhe

Fortsetzung zu dem, was wir gestern im Frühstück plus gehört haben.

Ich lese uns zunächst den Predigttext:

F 2. Mose 20, 8-11

Gedenke des Sabbattages, dass du ihn heiligst.

Sechs Tage sollst du arbeiten und alle deine Werke tun.

Aber am siebenten Tage ist der Sabbat des HERRN, deines Gottes. Da sollst du keine Arbeit tun, auch nicht dein Sohn, deine Tochter, dein Knecht, deine Magd, dein Vieh, auch nicht dein Fremdling, der in deiner Stadt lebt.

Denn in sechs Tagen hat der HERR Himmel und Erde gemacht und das Meer und alles, was darinnen ist, und ruhte am siebenten Tage. Darum segnete der HERR den Sabbattag und heiligte ihn.

Beten wir.

Nach der Hochzeit meiner Tochter haben meine Frau und ich mit den Eltern unseres Schwiegersohns eine **Bootsreise** auf dem Müritz-Havel-Kanal gemacht.

Deutschland ist ja so schön – gerade auch dort, auf der Seenplatte in Mecklenburg-Vorpommern.

Ich bin noch nie auf so einem Motorkreuzer gefahren und musste erst Einiges lernen.

Zum Beispiel:

Auf dem Deck muss immer Ordnung herrschen. Die Leinen müssen geordnet sein, dass sie, wenn es drauf ankommt, sofort zur Hand sind und sich nicht verknoten.

Davon kann in einer brenzigen Situation das Wohlergehen des ganzen Schiffs abhängen und vor allem die Gesundheit der Mannschaft.

Dann musste ich lernen, dass es nur einen Kapitän an Bord gibt und nicht zwei. Und ich war nicht der Kapitän!

Und dann musste ich noch etwas lernen:

Alle Hektik schadet nur. Der Kapitän muss auch in brenzigen Situationen seine Anweisungen klar und präzise geben, in aller Ruhe.

Das bringt uns zu unserem Thema.

Wenn wir hier nicht aufpassen, werden wir in den kritischen Situationen unseres Lebens nicht klar kommen.

Dann passiert leicht ein Unglück.

Zu einem geordneten Leben gehört die **nötige Ruhe**.

Wo sind in unserem Alltag die Nischen, die uns Zeit geben, für unsere Seele, unsere verborgene Welt zu sorgen?

Dem wollen wir heute Abend nachspüren, das ist das Thema:

Die Entdeckung der Ruhe.

Wie oft vermissen wir sie schmerzlich, sehnen uns nach ihr, sorgen aber selber immer wieder für Hektik und Stress.

Wir stellen fest – und das ist der erste Punkt:

F 1. Wir sind eine müde Generation

Wenn es eine zutreffende Beschreibung für unsere Generation gibt, dann die: Wir sind eine müde Generation!

Ist euch mal aufgefallen, wie müde wir alle sind.

Wie oft ist da die Rede von Überforderung, zu viel Arbeit, Stress und Lärm.

Überarbeitung, Übermüdung – wir sind kaputt.

Und egal, wie viel wir arbeiten – es findet sich immer noch jemand, der noch härter arbeitet als wir und uns unter Druck setzt.

Doch während die einen sich fast zu Tode schufteten und zu Workaholics werden, gibt es die anderen, die sich verweigern, aber die seltsamer weise genauso müde sind.

Viele Menschen in unseren Tagen fallen in eine Art Lethargie. Jeder Handgriff, der nicht unbedingt sein muss, wird vermieden.

Man versucht mit dem geringsten Aufwand ein möglich bequemes Leben zu führen und ist doch –

so müde!

Was einen dabei verwundert:

Dieser allgemeinen Müdigkeit widerspricht eigentlich die Tatsache, dass wir eine so **freizeitorientierte Gesellschaft** sind.

Noch nie hatten Menschen der neueren Zeit so viel Zeit!

Es gibt eine ganze Freizeitindustrie, die uns hilft, unsere Freizeit zu bewältigen. Alleine schaffen wir das offensichtlich gar nicht.

Zu keiner Zeit hatten die Menschen in unserem Land so viel Zeit nach der Arbeitszeit wie heute.

- Für meine Großeltern war die Arbeitswoche am Samstagabend um 18 Uhr zu Ende. Da läuteten die Kirchenglocken den Sonntag ein.

Erst im Alter fuhren sie das erste Mal in Urlaub. Ihr Hobby war die eigene kleine Landwirtschaft. Sie gingen mit den Hühnern ins Bett und standen mit ihnen auf.

Mein Opa ist 78 Jahre alt geworden, meine Oma 85 und sie machten auf mich bis ins hohe Alter einen zufrieden und ausgeglichenen Eindruck.

Woher kommt dann diese ganze Erschöpfung und Müdigkeit?

Warum fühlen sich immer mehr Menschen ständig überfordert?

Ist diese Überforderung überhaupt Wirklichkeit oder bilden wir uns das alles nur ein?

Was läuft falsch?

Die Bibel sagt uns etwas Grundsätzliches zum Thema 'Ruhe'.

Wir haben hier vieles vergessen und es wird Zeit, dass Gott uns daran erinnert.

Ruhe ist verankert im **Schöpfungsplan Gottes**.

Ruhe ist ein **Teil von Gott**.

Es ist schon interessant, dass die erste Person in der Bibel, die ausruht, Gott selber ist.

F 2. Moses 20, 11

Denn in sechs Tagen hat der HERR Himmel und Erde gemacht und das Meer und alles, was darinnen ist, und ruhte am siebenten Tage. Darum segnete der HERR den Sabbattag und heiligte ihn.

Das nimmt Mose in Kapitel 31 noch einmal auf und schreibt:

"Denn in sechs Tagen machte der Herr Himmel und Erde, aber am siebten Tage ruhte er und erquickte sich."

Gott ruht von seinem Schöpfungswerk nach sechs Tagen. Der siebte Tag ist Ruhetag!

Brauchte Gott Ruhe?

Wird Gott müde?

Nein, natürlich nicht, aber Gott wollte die Ruhe!

Seine Schöpfung ist in dem Rhythmus von Ruhe und Arbeit verfasst.

Gott gibt diesen Rhythmus vor und macht ihn in seiner Bedeutung für uns lebenswichtig.

Die Einhaltung der Sabbatruhe war im AT genauso wichtig, wie jedes andere der Zehn Gebote!

Wenn Gott Ruhe sagt, dann meint er Ruhe, nicht Freizeit!

Ruhe brauchen wir!

Deshalb lädt Jesus die Mühseligen und Beladenen mit diesen Worten ein:

F Matthäus 11, 28

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.

Ruhe ist kein Luxus, sondern eine Notwendigkeit.

Aber wir haben oft keine Ahnung mehr, was Ruhe eigentlich ist. Das meiste von dem, was heute in unserer Freizeit läuft, hat mit der Ruhe, die Gott meint, überhaupt nichts zu tun.

Gordon MacDonald schreibt:

"Freizeit und Unterhaltung können Spaß machen; aber auf die verborgene Welt des einzelnen wirken sie wie Zuckerwatte auf das Verdauungssystem. Das bringt zwar momentane Sättigung, die aber nicht von Dauer ist."

Wir wollen uns hier richtig verstehen:

Spaß, Freizeitaktivitäten, Lachen, Entspannung – all das hat seinen berechtigten Platz in unserem Leben, aber:

Es darf nicht zu Lasten der Ruhe gehen, die wir so nötig haben.

Wir sind **eine müde Nation** geworden.

Sicherlich auch deshalb, weil wir nicht mehr wissen, was Ruhe eigentlich ist.

Deshalb, der zweite, so wichtige Punkt:

F 2. Die Entdeckung der Sonntagsruhe

Als Gott seine Arbeit fertig hatte, schaute er sie an und war zufrieden.

Und Gott sah an alles, was er gemacht hatte, und siehe, es war sehr gut. Da ward aus Abend und Morgen der sechste Tag.

Und so vollendete Gott am siebenten Tage seine Werke, die er machte, und ruhte am siebenten Tage von allen seinen Werken, die er gemacht hatte.

Nach getaner Arbeit ruht Gott und schaut zurück auf das, was geschehen ist.

Die Ruhe hilft zu sehen, was geschehen ist und zu fragen:

War es gut, oder nicht so gut?

Gott hat diesen Rhythmus der 'Sieben-Tage-Woche' eingesetzt, damit wir innehalten und fragen:

Wie war die Woche?

Wie habe ich sie gelebt, verlebt – und war es eine Woche zur Ehre Gottes?

Wir brauchen diese Ruhe, damit wir uns Rechenschaft geben über unser Leben.

:: Eine Frage am Rande: Haben wir vielleicht auch deshalb solche Mühe mit der Ruhe, weil wir uns davor fürchten Bilanz zu ziehen?

Der ehemalige Vorsitzende der Deutschen Evangelischen Allianz, Peter Strauch, musste sich vor vielen Jahren eine Auszeit nehmen, weil nichts mehr ging.

Nach dieser Zeit schrieb er ein Buch, das vielen Menschen zu einer wertvollen Hilfe geworden ist: 'Entdeckungen in der Einsamkeit.'

Dort schreibt er an einer Stelle:

"Jesus fragte mich nicht nach meiner Cleverness und Intelligenz. Er wollte auch nicht wissen, wie beschäftigt ich sei. Meine Bühnenrolle durfte ich aufgeben. Es gab keine Grund mehr, das Gesicht zu wahren. Ich durfte ich selber sein: ein Mensch, den Jesus unvorstellbar liebt. Langsam lernte ich, dass er mich nicht in ein Bild oder in eine Rolle pressen will. Er schafft sich eine Persönlichkeit, die sich nicht an Terminanfragen und den Erwartungen ihrer Umwelt orientiert, sondern allein an ihm."

Entdeckungen in der Einsamkeit!

Wir brauchen die Ruhe, um Jesus zu begegnen und unser Leben auf Kurs zu bringen.

Genau hier setzt der Sonntag an.

Bevor ich das weiter ausführe, ein Anmerkung für die, die durch ihren **Schichtdienst** sonntags oft arbeiten müssen:

Ich glaube, die Schöpfungsgeschichte macht deutlich, dass es Gott nicht um den bestimmten Tag geht, der der Ruhe vorbehalten ist, sondern um den siebten Tag – also um einen bestimmten Rhythmus.

Deshalb konnte auch die Urgemeinde ohne Probleme vom Samstag, als dem letzten Tag der Woche, auf den Sonntag, den ersten Tag der Woche, umsteigen.

Wenn du also am Sonntag arbeiten musst und es wirklich nicht anders geht, dann mach einen anderen Tag zu deinem Sonntag.

Für mich ist es der Montag! Wir nennen ihn schon Pastorensonntag.

Wichtig ist allein, dass du diesen Ruhetag hast.

Gott hat diesen Tag geschenkt,
um inne zuhalten und nachzudenken.

Einen Tag, der sich von der Routine des Alltags abhebt und uns Gelegenheit gibt etwas für unserer verborgene Welt zu tun.

Deshalb war dieser Tag ein Tag ohne Arbeit.

Unsere Väter haben davon noch mehr verstanden. Meinem Opa wäre es nicht im Traum eingefallen am Sonntag den Rasen zu mähen oder das Auto zu waschen.

Warum nicht?

Weil er Gott Recht gab, und Gott hat gesagt:

Sechs Tage sollst du arbeiten und am siebten Tag ist Ruhe!

Hier müssen wir noch etwas lernen für unsere verborgene Welt, was schon anklang: Freizeit ist nicht automatisch Ruhe.

Wir pumpen unsere Freizeit oft so mit Aktivitäten voll, dass solche freien Tage zu anstrengenden Tagen werden.

Da sagt mir ein gestresster Vater:

"Man, bin ich froh, wenn ich morgen wieder zur Arbeit fahren darf. Da habe ich wenigstens meine Ruhe."

Das sagte er nach einem der üblichen Familienwochenenden, mit zwei Besuchen, einem Kindergeburtstag und drei zu reparierenden Fahrrädern.

Ein anderer sagt mit Blick auf das zurückliegende Wochenende:

"Ich bin sehr froh, dass es nur einen Ruhetag pro Woche gibt; ich würde ja eingehen, wenn wir zwei derartige Ruhetage in der Woche hätten."

Ihr Lieben,

ich will hier nicht mit dem erhobenen Zeigefinger stehen, aber ich wünsche euch von Herzen, dass ihr eurer Freizeitverhalten einmal kritisch hinterfragt.

Weniger ist oft mehr!

Wir brauchen die von Gott verordnete Ruhe und es gibt eine Menge Kronzeugen in der Geschichte der Kirche, die das bestätigen.

- Einer der herausragenden Persönlichkeit Englands im 19. Jahrhundert war **William Wilberforce**. Als überzeugter Christ gelang es ihm nach 20 Jahren mühevoller politischer Arbeit das englische Parlament dahin zu bringen, dass die Sklaverei abgeschafft wurde.

Willerforce musste unheimlich viel Druck aushalten. Er wurde verleumdet und angefeindet. Man versuchte ihn zu bestechen und auszubooten.

Als ihm schließlich ein Kabinettsposten angeboten wurde, beunruhigte ihn das sehr. Sein Biograph schreibt:

"Tagelang wälzte er diesen Gedanken in seinem Gewissen und dachte über nichts anderes nach. Er gab selbst zu, dass Ehrgeiz in ihm hochkam, und das legte seine Seele völlig lahm."

Willerforce blieb unbeirrbar auf Kurs und beschreibt sein geistliches Geheimnis so:

"Gott sei gepriesen über dem Tag der Ruhe und der geistlichen Beschäftigung, an dem die Dinge des Erdenlebens auf ihre wahre Größe reduziert werden. Ehrgeiz schrumpft in solchen Situationen."

Wenn wir über unsere verborgene Welt reden und ihre Pflege, wenn wir erkennen, wie wichtig es ist, dass unser Herz in Ordnung ist, unsere Seele gesund, dann müssen wir die Ruhe neu entdecken.

Gott hat uns den Ort der Ruhe vorgegeben: Es ist der siebte Tag, der Sabbat, der Sonntag.

und Gott ruhte am siebenten Tage. Darum segnete der HERR den Sabbat und heiligte ihn.

Wir sind dumm, wenn wir diese Schöpfungsordnung Gottes missachten.

Darum, meine ernstliche Bitte an euch:

Entdeckt den Sonntag wieder als den Tag des Herrn, und nicht als einen Tag, der unter allen Umständen mit Aktivitäten gefüllt werden muss.

Entdeckung der Ruhe,
da gibt es noch einen dritten Aspekt, den wir sehen müssen.

F 3. Die Ruhe Gottes

Ich liebe ein Wort Gottes aus dem Hebräerbrief. Es hat so etwas wohltuend Tröstendes. Es klingt so verheißungsvoll!

F Hebräer 4, 9-10

Es ist also noch eine Ruhe vorhanden für das Volk Gottes.

Denn wer zu Gottes Ruhe gekommen ist, der ruht auch von seinen Werken so wie Gott von den seinen.

So lasst uns nun bemüht sein, zu dieser Ruhe zu kommen.

Ich habe kein Interesse daran euch in dieser Predigt den Spaß an einer intensiven Freizeitgestaltung zu nehmen.

Freizeit ist für den einen ein gutes Buch lesen und dabei stundenlang in einem bequemen Sessel zu hocken, während der andere lieber 10 km läuft oder den ganzen Nachmittag mit dem Fahrrad unterwegs ist.

Ich bin weit davon entfernt das Bedürfnis nach Bewegung und Sport als Ruhelosigkeit zu bezeichnen, genauso, wie ich nicht jedes faule Räkeln als Ruhe im biblischen Sinn begreifen könnte.

Gott schenkt den Sonntag als einen Tag der inneren Einkehr.

Einen Tag, den ich nicht verschlafe, den ich aber auch nicht zukleistere mit kultivierter Ruhelosigkeit.

Meine Seele braucht Ruhe!

- Zeit, um intensiv auf Gottes Wort zu hören.
- Zeit zum Gebet.
- Zeit zum Nachdenken.

- Zeit, mit dem Ehepartner zu reden und Pläne zu schmieden.
- Zeit Gott zu fragen, was er mit mir vorhat.
- Zeit, Menschen einzuladen und Wesentliches zu besprechen.

Und ich brauche Zeit um Gott zu ehren!

Der Sonntag ist der Tag des Herrn. Er gehört gar nicht mir!

Warum das alles?

Weil in dem Sonntag eine Ruhe anklingt, die wir noch nicht kennen, die wir aber verheißen bekommen.

Nach dieser Zeit werden wir zu **Gottes Ruhe** eingehen.

Ich lese euch ein paar Verse aus dem letzten Buch der Bibel, in dem diese Ruhe beschrieben wird:

F Offenbarung 21, 3-5

Und ich hörte eine große Stimme von dem Thron her, die sprach: Siehe da, die Hütte Gottes bei den Menschen! Und er wird bei ihnen wohnen, und sie werden sein Volk sein, und er selbst, Gott mit ihnen, wird ihr Gott sein;

und Gott wird abwischen alle Tränen von ihren Augen, und der Tod wird nicht mehr sein, noch Leid noch Geschrei noch Schmerz wird mehr sein; denn das Erste ist vergangen.

Und der auf dem Thron saß, sprach: Siehe, ich mache alles neu!

Auf die Menschen, die bei Lebzeiten für ihre verborgene Welt gesorgt haben, wartet der Himmel!

Wir erinnern uns an

F Sprüche 4, 23:

Behüte dein Herz mit allem Fleiß, den daraus quillt das Leben.

Es geht um viel mehr, als um ein wenig Krisenbewältigung in diesem Leben.

Es geht um die Frage, wo du deine Ewigkeit verbringst.

Willst du zu dieser Ruhe kommen, die Gott uns verheißt?

Willst du einer von denen sein, die einmal in der Schar der Kinder Gottes stehen und Gott anbeten?

Willst du,

- dass dein Mann, deine Frau dort steht?
- deine Kinder?

Ihr Lieben, dass ihr mir sehr ernst.

Willst du, dass du selbst und deine Lieben einmal in Ewigkeit bei Gott sind?

Ja?

Wenn ja, dann Sorge für deine Seele!

- **Meine Großmutter** väterlicherseits war eine gläubige Frau. Sie wohnte mit uns im Haus und hat ihren Enkel aus der alten Familienbibel vorgelesen. Wir durften die schönen Bilder dieser alten Bibel anschauen, und sie hat uns die dazugehörigen Geschichten erzählt. Dafür hatte sie Zeit und Ruhe!
- Als ich die Familie meiner Frau kennenlernte, war ich oft abends dort. Wenn mein Schwiegervater den Eindruck hatte, dass es nun Zeit ist, den Tag zu beschließen, dann konnte da sein, wer wollte. Er nahm seine Bibel und las noch ein Wort. Dann wurde gebetet und dann ging er ins Bett. Für ihn war es unverzichtbar, dass in der Hektik des Alltags immer die Zeit blieb für einigen Augenblicke in der Gegenwart Gottes.

Ihr lieben Väter und Mütter – was ist euch für eure Kinder das Wichtigste?

Wenn ihr so den Wochenplan der Familie seht – ist da Zeit genug da, für die Ewigkeit zu sorgen.

Ist Ruhe da – auch für die Kinder?

Sorgen wir für unsere verborgene Welt, damit es uns nicht so geht wie Michael Plant, dessen Boot kieloben im Atlantik schwamm.

Es geht auch anders, so wie bei **Janet**. Ihr Geschichte hat mich tief beeindruckt.

- Janet ist eine Afroamerikanerin, die bei einer großen New Yorker Bank arbeitete.

Sie kam in die Gemeinde und bald wurde dem Pastor klar, dass in ihrem Leben etwa nicht in Ordnung war.

Sie wollte von Herzen Christ sein, aber ein bis zweimal im Jahr hat sie Anfälle von unglaublicher Wut. Sie wurde aggressiv und gewalttätig, um anschließend in eine tiefe Depression zu fallen.

Janet war äußerst gefährdet durchzudrehen.

Schließlich kam sie zur Gemeinde und gestand: Ich brauche eure Hilfe.

Es wurde gebetet: Um Heilung, um Ruhe für ihre Seele und um Befreiung.

Und Gott schenkte sie. Nicht auf einmal, aber Stück um Stück.

Janet kündigte ihre leitende Stellung bei der Bank und kümmert sich heute hauptberuflich um gefährdete Jugendliche in New York.

Janet Barrett ist eine Frau, die gelernt hat, worauf es im Leben wirklich ankommt.

Sie hat zur Ruhe gefunden.

Gordon MacDonald schreibt von ihr:

"Sie war bereit die Tiefenschichten ihrer Seele zu ergründen und daran zu arbeiten, dass Hindernisse ausgeräumt werden, die den Heiligen Geist blockieren. Ich kenne nur wenige Menschen, die mit solch einer Hingabe beten, wie Janet. Es gab keine spontanen Wunder, die ihr Dasein mit einem Mal leichter gemacht hätten. Aber sie öffnete ihr Herz allmählich der heilenden Kraft des Heiligen Geistes, täglich ein bisschen mehr, so dass er in ihrer Seele Wohnung nehmen konnte."

Die Ruhe entdecken –

Wir haben das nötig, wir alle. Ich, genauso wie jeder von euch.

Ich weiß aus eigener Erfahrung, was passieren kann, wenn Sturmzeit ist.

Ohne meinen Herrn wäre ich untergegangen.

Ich habe ihn nicht immer verstanden. Ich verstehe ihn heute längst nicht immer.

Ich war mit dem, was passierte, nicht einverstanden.

Aber:

Ich habe nie daran gezweifelt, dass ich IHN nötiger brauche als irgend etwas oder irgend jemand auf dieser Welt.

Ich will mir die Ruhe nicht mehr nehmen lassen, in der ich IHM begegne,

Amen.