

„RUHE FINDEN FÜR MEINE SEELE“

Zusammenfassung der Predigt zum 14. Sonntag im Jahreskreis LJ A 2023
von Pfr. Walter Mückstein

Urlaubszeit ist für viele die schönste Zeit des Jahres. Endlich abschalten, entspannen und die Seele baumeln lassen. Doch oft zeigt sich: Äußerlich sind wir zwar frei, innerlich laufen die Motoren weiter. Stress, Erwartungen und der Druck, allem gerecht werden zu müssen, begleiten uns auch in die Ferien. Wie finden wir wirklich zur Ruhe?

Das Evangelium lädt uns ein, auf Jesus zu hören: „Kommt alle zu mir, die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken.“ Jesus spricht Menschen an, die unter Lasten leiden. Zur Zeit Jesu waren es vor allem die vielen religiösen Vorschriften, heute sind es häufig Leistungsdruck, Perfektionismus und die Erwartungen anderer – oft aber auch unsere eigenen.

Jesu Botschaft ist befreiend: Gottes Liebe muss nicht verdient werden. Sie ist Geschenk. Unser Glaube soll nicht zusätzlichen Druck erzeugen, sondern entlasten. Deshalb fordert Jesus uns auf, von ihm zu lernen: Er ist gütig und demütig. Demut bedeutet dabei nicht Selbsterniedrigung, sondern Ehrlichkeit gegenüber sich selbst. Wer die eigenen Grenzen kennt, Schwächen annehmen kann und gut mit sich selbst umgeht, lebt freier und gelassener.

Auch der Römerbrief weist in diese Richtung. Paulus stellt ein Leben, das nur um die eigenen Wünsche und Erfolge kreist, einem Leben aus Gottes Geist gegenüber. Wer meint, alles allein schaffen zu müssen, gerät leicht unter Druck. Wer sich dagegen von Gottes Geist leiten lässt, entdeckt: Erfülltes Leben ist letztlich Geschenk. Es wächst aus Vertrauen, Liebe und der Gewissheit, von Gott bedingungslos angenommen zu sein.

Urlaub und Erholung sind wichtig. Doch die tiefste Ruhe finden wir nicht an einem bestimmten Ort und auch nicht durch perfekte Freizeitgestaltung. Sie wächst dort, wo wir Gottes Einladung annehmen und darauf vertrauen, dass wir nicht alles leisten müssen. Christus schenkt eine Ruhe, die tiefer reicht als jede äußere Erholung – eine Ruhe, die Leib und Seele aufleben lässt.

© Walter Mückstein