

*Jesus spricht: **Kommet her zu mir, alle, 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.* Mt 11,28-30

I.

Teil 1: Wer sind die Mühseligen und Beladenen?

1.

Natürlich sind die Mühseligen und Beladenen Menschen mit Sorgen und Ängsten, mit Problemen und Krankheiten und Konflikten. Sie dürfen dieses Wort Jesu für sich hören und glauben. Sie dürfen mit aller Not zu Jesus kommen und ihn um Hilfe bitten.

Aber der Zusammenhang unseres Textes macht deutlich, dass eine gewisse Problematik gemeint ist, die zu Problemen und Sorgen dazu kommt bzw. diese verstärken.

2.

Zwei Annäherungen

(1)

Annäherung 1: Atlas als Bild für uns

Atlas ist in der griechischen Mythologie ein Titan, der das Himmelsgewölbe am westlichsten Punkt der damals bekannten Welt stützte. Er ist somit auch die Personifikation des Atlasgebirges. Atlantik, Atlantis haben von ihm ihre Namen. Übrigens ist der Atlas der „Knochen“, der den menschlichen Kopf trägt.

Atlas ist eine Metapher. Da ist ein Mensch, der zu viel trägt, der zu viel tragen muss, der mit diesem Tragen überfordert und überlastet wird, der an diesem Tragen scheitern muss.

(2)

Annäherung 2: Ein Joch als Bild für unser Leben

Joch ist ein Hilfsmittel zum Erledigen von Aufgaben: Pflug ziehen, Lasten tragen

Joch steht für unsere Verpflichtungen. Wozu man (sozial, religiös) verpflichtet ist. Wozu man sich (mehr oder weniger) freiwillig verpflichtet. Beispiele sind die Erwartungen der Familie, des Dorfes; die Maßstäbe unseres gesellschaftlichen Lebens; die Spielregeln im Beruf...

Joch ist eine Metapher für Unterjochung, Überforderung, Unterdrückung, Ausbeutung, Gefangenschaft, Frondienst, schweres Geschick, unerträglicher Zustand.

3.

Wer sind also die Mühseligen und Beladenen?

a.

Es sind **Menschen**, die es eigentlich schön haben könnten, oder es sind Menschen, die es schwer haben, **denen aber Vorschriften, Ideale, Ziele, Werte das Leben zusätzlich und unnötig unerträglich schwer machen.**

Bsp. für die eigenen oder von anderen auferlegte Vorschriften, Ideale, Gebote u Verbote

Wir könnten und müssten jetzt reden über:

Arbeitspensum, Vorgaben der Firma, des Chefs; die Freizeitgestaltung

Vorgaben der Influencer in den Sozialen Medien

Wir wollen mehr sein, als wir sind. Die pausenlose Selbstüberforderung durch Selbstoptimierung: Das perfekte Aussehen, der perfekte Körper, die perfekte Ernährung, der perfekte Erfolg...

Wir arbeiten bis zu unwiederbringlichen Erschöpfung, weil wir sonst unseren Wert nicht spüren,

Das In-Sein, das Dazugehören, die Anerkennung anderer; die Angst, nicht dazu zu gehören!

b.

Menschen, die es eigentlich schön haben könnten, oder Menschen, die es im Leben nicht leicht haben, **denen aber Glaubensvorstellungen das Leben zusätzlich und unnötig unerträglich schwer machen.**

Jesus meint Zerrformen des Glaubens. Er thematisiert einen Glauben, der nicht stärkt und Kraft gibt, die Lebenslasten zu tragen, sondern der schwächt und unfrei macht.

Wir sehen das an einem zweiten Wort Jesu über Mühselige und Beladene, das uns hilft zu verstehen, worum es geht. Jesus kritisiert einige Pharisäer und Schriftgelehrte: *Sie binden schwere und unerträgliche Bürden und legen sie den Menschen auf die Schultern; aber sie selbst wollen keinen Finger dafür krümmen“* (Mt 23,4). Sein Vorwurf lautet: Ihr büdet den Menschen mit eurer Bibelauslegung und Predigten unerträgliche Lasten auf.

In Apg 15,10 wird ebenfalls dieses Thema diskutiert: *Warum versucht ihr denn nun Gott dadurch, dass ihr ein Joch auf den Nacken der Jünger legt, das weder unsre Väter noch wir haben tragen können?*

Und Paulus sagt wegweisend in Gal 5,1: *Zur Freiheit hat uns Christus befreit. So steht nun fest und lasst euch nicht wieder das Joch der Knechtschaft auflegen.*

Ich gebe drei Beispiele:

Permanente Selbstüberforderung: Keine Zweifel, makellose Heiligkeit, unbedingte Ehrlichkeit; die Weigerung, ein Sünder zu sein

Bedingungsloser Gehorsam gegenüber Wohnzimmer-Gurus und Gemeinde-Päpste

Die unmenschliche Parole: *Scheidung ist verboten. Du musst vergeben. Du musst es aushalten.*

4.

Notwendige Fußnote: Man kann diese Warnung vor Überforderung auch übertreiben. Dann setzt man sich auf **die Couch der Bequemlichkeit** (Billige Gnade) und lebt ein faules Leben voller Ausreden:

Gott liebt mich so, wie ich bin. Also kann ich bleiben und machen, was ich möchte.

Jeder lügt. Was soll's?!

Scheidung ist keine Schuld.

Engagement in der Arbeit, in der Gemeinde, für andere – Nur nicht übertreiben!

II.

Teil 2: Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid !

Was tun wir, wenn wir zu Jesus kommen?

1.

Wir vertrauen uns ihm an. Wir zeigen uns ihm. Wir bringen ihm unsere Mühseligkeiten und Lasten. Wir bitten ihn um Befreiung von unseren harten Jochen.

Ich mache wieder Beispiele, die ich aus meinem eigenen Leben kenne:

Meine Selbstaussbeutung, weil ich auf der Suche nach Perfektion bin.

Die Not, dass ich meinen Wert und Sinn nur spüre, wenn ich nützlich und wichtig bin.

Wo ich Sklave meiner Selbsthuldigung und Geltungssucht bin.

Alle unerfüllbaren Ideale meines Christseins.

Aber auch, wo ich der Gefangene meiner Bequemlichkeit bin.

2.

Wir nehmen sein Joch auf uns! Wir lernen bei Jesus von ihm und mit ihm!

(1)

Was ist sein Joch?

Was er selbst lebte (und lebt), ist das, wozu er uns verpflichtet.

Seine Grundhaltung gegenüber Menschen und Gott.

Seine Lehre, seine Bibelauslegung, seine Gebote...

(2)

Jesus ist uns gegenüber sanftmütig. Und er verpflichtet uns zur Sanftmut.

Nicht wie Kain!
Den anderen gelten lassen!
Verzicht auf jede Form von Gewalt!
Wohlwollend.
Gütig.
Dienend.

Ich lade uns ein, die erleichternde Wirkung von Sanftmut auszuprobieren !

(3)

Jesus ist uns gegenüber demütig. Und er verpflichtet uns zur Demut.

Nicht wie Adam und Eva! Nicht wie Gott sein wollen!
Nicht überheblich, nicht selbstgerecht...
Die Verantwortung vor Gott und die Abhängigkeit von ihm bejahen.
Das bewusste Ja zu Gottes Willen.
Den anderen nicht dominieren wollen. Machtgefälle. Hierarchie.

Ich lade uns ein, die erleichternde Wirkung von Demut auszuprobieren!

(4)

Auch Jesu Gebote, die uns herausfordern, haben diese erleichternde Wirkungen. Ich deute diese wohltuenden Wirkungen an:

a.

Ich bin der Herr, dein Gott, du sollst keine anderen Götter haben neben mir (2 Mo 20,2f)

Was für eine Erleichterung! Ich muss nicht Gott spielen. Ich muss nicht alles im Griff haben.
Ich muss nicht alles verstehen. Ich muss nicht alles können.

b.

Eure Rede aber sei: Ja, ja; nein, nein. Was darüber ist, das ist vom Übel. Mt 5,37

Was für eine Erleichterung! Was habe ich schon für einen Stress gehabt, weil ich ein Ja-Nein bzw. ein Nein-Ja versucht habe zu leben!

c.

Richtet nicht ... Luk 6,37

Was für eine Erleichterung! Ich muss nicht Gericht über andere halten! Mir steht das letzte Urteil über andere nicht zu! Anderen steht das letzte Urteil über mich nicht zu!

d.

Wie könnt ihr glauben, die ihr Ehre voneinander annehmt, und die Ehre, die von dem alleinigen Gott ist, sucht ihr nicht ? Joh 5,44

Was für eine Erleichterung! Die Sehnsucht nach menschlicher Anerkennung kontrolliert so schnell mein Leben! Die Anerkennung durch Gott ist Medizin.

III.

Teil 3: Was schenkt uns Jesus? Welche Erfahrungen machen wir in der Gemeinschaft mit Jesus?

Jesus ruft also alle zu sich: Die, die es äußerlich gut haben und die, die es im Leben schwer haben, menschliche Gebote und falsche religiöse Gebote nicht guttun, sondern einen Mühseligkeit und Belastungen auferlegen.

Er verheißt ihnen Erquickung und Ruhe für ihre Seele.

1.

Erquickung = lebendig machen. Lebensenergie. Lebenskraft. Lebensfreude. Lebenslust.

2.

Ruhe für unsere Seelen. Das Bild stammt auch Psalm 23.

Nicht nur genügend Schlaf, sondern Geborgenheit für die Unsicheren, Freude für die Niedergeschlagenen, Linderung für die Geplagten, ein Quellort der Kraft...

Das Leben, meine Gottesbeziehung, meine Beziehung zu mir selbst sind so, wie sie sein sollen. Erfülltes Leben

3.

Warum kann Jesus uns befreien, erleichtern? Warum kann er uns aufatmen lassen? Warum kann er uns Frieden geben? Weil der Vater ihm alles übergeben hat (Mt 11,27; Luk 10,22; Mt 28,18).

IV.

Das Geheimnis des Christseins ist die Gemeinschaft mit Jesus

1.

Ergebnis: Christsein ist ein Abenteuer, eine Entdeckungsreise

(1)

Sanftmut und Demut sind keine passiven, sondern aktive, initiative Verhaltensweisen !

Sanftmut und Demut sind Verheißungen. Wer Sanftmut und Demut praktiziert, erfährt in der Welt wohl Probleme, aber von Gott her eine Leichtigkeit und Kräfte für seine Lebensaufgaben!

(2)

Jesus verlangt von uns nichts Unmögliches, sondern das Menschliche. Keiner muss perfekt sein! Kein Elefant muss bei Jesus fliegen lernen!

(3)

Das Entscheidende im Christsein ist der Kontakt zu Jesus, die Gemeinschaft mit ihm.

Hier dürfen wir etwas Geschichtliches als gute Nachricht ins Auge fassen. Zur Zeit Jesu gab es schon das, was es auch in bei uns in der Landwirtschaft gab. Es gab Doppeljoch. Es wurden immer zwei Zugtiere zusammen geschrirrt. Zwei Ochsen zogen gemeinsam den Pflug.

Übrigens: Man konnte früher bei Ochsenjochen, aber auch bei Kutschenjochen durch bestimmte technische Vorrichtungen das Gewicht der zu ziehenden Last unterschiedlich zwischen den beiden Ochsen bzw. zwischen den beiden Pferden verteilen.

Das kann man sehr gut als Gebetsanliegen anwenden: *Herr, verstell bitte unser Joch. Ich kann nicht mehr. Du musst mehr ziehen!*

2.

Mt 11,28-30 sagt uns also nicht, dass Jesus uns unsere Aufgaben, die das Leben uns stellt, abnimmt. Aber uns wird gesagt, dass wir alles zusammen mit Jesus bewältigen dürfen. Und es wird uns gesagt, dass ausgerechnet das, wozu Jesus uns verpflichtet, uns die Kraft für unsere Aufgaben im Alltag, im Beruflichen und Privaten gibt.

(1)

Ich lade zu einem kleinen Experiment ein.

Wo könnte es der Fall sein? Es gibt ein Bibelwort, wodurch Jesus mich zu einem bestimmten Verhalten einlädt. Und mein Ja zu dieser Verpflichtung, mein Tun des Gehörten, mein Gehorsam gegenüber Jesus könnte – überraschenderweise – die entscheidende Kraft sein!

(2)

Jesus sagt heute Morgen zu uns: *Ich bin da – neben Dir, für Dich. Wozu ich dich verpflichte, schenke ich dir, dazu schenke ich dir die Kraft.*

Nimm mein Joch auf Dich! Es wird sich positiv auswirken: Du kannst deine Lasten leichter tragen! Du kannst deinen Lebensacker gut beackern. Du kannst etwas bewegen...