

16. So.i.J. 24, 21.07.2024

„Ruht ein wenig aus ...“ (Mk 6, 30-34)



Liebe Gemeinde,
immer, wenn ich dieses Evangelium höre, muss ich schmunzeln. Denn mir fällt die Spruchkarte an der Zimmertür eines Internatsschülers ein, deren Text mich immer noch begleitet:

„Wer fleißig ist wie eine Biene, arbeitet wie ein Pferd, Kräfte hat wie ein Stier, und abends müde ist wie ein Hund,

der sollte schleunigst zum Tierarzt gehen...vielleicht ist er ein Kamel.“

Hatte er die Karte aufgehängt, dass ich als sein Internatsleiter nicht auf ihn warten müsste, bis er in der Nacht irgendwann nach Hause kommt, aus Rücksicht auf mich: gehen Sie doch schlafen...!! Oder war es eine *vornehme Kritik* an meiner Präsenz und meinem Aufsichtsverständnis, wissen zu wollen, wenn meine Schüler im Haus sind?

Was immer es auch genau war, ich

konnte für mich die Sätze seiner Spruchkarte gut aufgreifen, ganz im Sinne der Einladung Jesu aus dem heutigen Evangelium. Seine Jünger, die er zum ersten Mal ausgeschickt hatte zur Verkündigung der Frohen Botschaft, fordert er auf: „Kommt und ruht euch ein wenig aus. Zieht euch zurück und erzählt.“ Ich glaube, was Jesus seine Jünger lehren möchte, ist tatsächlich der Hinweis, nicht jederzeit und immer aus eigener Kraft zur Verfügung stehen zu wollen oder zu müssen, zu arbeiten, tätig zu sein, bis zur Erschöpfung.

Natürlich sollen sie, seine Jünger, geben, wie er gibt: großzügig, weitherzig, ohne zu rechnen und auf Zeiten zu achten. *Was Not tut, muss getan werden.* Aber die Kraft zu geben und das Herz, das hört und mitfühlt, das sind nicht einfach nur sie, die Jünger, das ist nicht nur ihre Kraft, ist nicht nur ihr Herz. ER, Gott,

will handeln, handeln sicher auch durch sie - und auch durch uns.

Aber – und das ist das wichtige: es liegt eben nicht nur in unseren Händen, was geschieht, es sind nicht nur unser Wille, unsere Pläne, die den Lauf der Dinge bestimmen. Wir sind die, die *mittun*. Mittun bei dem, was geschehen soll und geschehen kann. Das zu erkennen entlastet und ist befreiend. Ja, es gibt allem Tun im Sinne Jesu erst die eigentliche Mitte und Stärke. Deshalb: „**Kommt und ruht ein wenig.**“

Vielleicht ist es gerade die große Aufgabe des Älterwerdens, diese Einladung Jesu zu hören und zu üben und sie mit der Zeit als „frohmachende Botschaft“ zu erkennen. Gerade dann, wenn wir, ob noch jung oder alt, immer mehr das Loslassen erfahren

und lernen müssen.

Einkehren bei sich selbst, so nennt es einmal Bernhard von Clairvaux. Man muss es aushalten lernen. Man muss *sich wieder* aushalten lernen. „Du darfst nicht nur in die Welt ausziehen, du musst auch regelmäßig zu dir zurückkehren. Du zerstörst sonst den inneren Menschen in dir. Du richtest ihn zugrunde.“

Die Warnung ist ernst gemeint. Das „Nicht ruhen und immer rührig sein“ ist ebenso unchristlich wie die Trägheit und die Faulheit. Der hl. Benedikt sagt: „ora et labora“ – „bete und arbeite.“ Ignatius von Loyola

sagt es anders: *in actione contemplativus*, im Tun Schauen, Jesus, den Freund, im Blick haben; im Tätigsein das innere Sehen und Ruhen nicht verlieren. Gott nicht verlieren und nicht sich selbst. Nur dann sind wir auch wirklich beim anderen, wenn wir auch bei uns sind, bei Gott. Das sollen wir lernen und üben. Ein Leben lang, wenn wir als Christen leben wollen.

Darum soll uns auch der Sonntag heilig sein, weil der Sonntag ganz bewusst den Rhythmus der Arbeit und des Tuns unterbricht. Er ruft die andere Seite unserer Seele wach. Im Blick auf das Schaffen und Machen ist er gleichsam die *große Nutzlosigkeit*. Nichts tun, nur da sein. Nur loben, danken, sich freuen: an den Dingen, am Dasein, an Gott.

-

Ist das aber nicht langweilig? Wenn wir es so empfinden, ist es ein Zeichen, dass wir die Mitte wieder dringend suchen müssen, die Mitte, die uns leben lässt, die uns Tag für Tag und Stunde um Stunde trägt und beschenkt. Stellen wir uns diesem Gefühl. Halten wir es aus, dass da ungewohnte Leere ist, Stille, vielleicht Nichts. Wir sind dann sogar auf der richtigen Spur. Dann ahnen wir wieder den Platz und den Raum in uns, in dem Gott ankommen kann, in dem wir selbst ankommen können. Wir ahnen wieder die Mitte, aus der wir vielleicht herausgefallen sind. Jesus ruft uns dahin zurück, so wie auch er immer wieder zu seinem Gott zurück musste, - allein sein, um

ganz bei den anderen, den Menschen, wirklich sein zu können. „**Ruht ein wenig**“. - Ich habe ein paar Tipps gefunden, die uns vielleicht auf diesem Weg helfen können:

- Entschließe Dich ruhig einmal, einen Tag lang nichts zu unternehmen – *ohne* schlechtes Gewissen.
- Lass Deine Seele nachkommen. Setze Dich mit einem Kaffee auf den Balkon. Trinke genussvoll und langsam ein Glas Wein. Oder halte bewusst deine Füße ins frische, kühle Wasser, am Meer oder am Groß Glienicker See oder auch zu Hause in der Badwanne. -
- Genieße etwas Zweckfreies: verfolge den Weg einer Wolke am blauen Himmel, zieh im Wald oder Park einen großen Ast hinter dir her (Kinder tun das oft!) Oder lass eine Ameise auf einem Grashalm spazieren gehen. Versuche es! – Oder:
- Ändere Deine Lautstärke und Geschwindigkeit; bleibe einfach öfters stehen und schau! Wer die

Stille und die Langsamkeit entdeckt, kann Neues hören und erkennen. Du kannst auch eine Sonnenuhr bauen, den Schatten verfolgen. Er nimmt die Zeit anders wahr, verfolge ihn ...

Ich glaube nicht, dass man verrückt ist, wenn man das tut. Vielleicht sind diese Tipps sogar aus der langen Predigt, die Jesus den Menschen hielt, als Sie sich um ihn drängten, weil Sie Heilung suchten. - Und sie wurden heil.

Und noch eine Schlussbemerkung: Ich habe auch nichts gegen Tierärzte. „Wer fleißig ist wie eine Biene...“ Aber sie sind vielleicht doch eher für müde Hunde und Kamele zuständig. Für die menschliche Seele ist vielleicht doch Gott der bessere Arzt. Ein Versuch wäre es wert.

Ich wünsche Ihnen frohe Ferien, auch in der Arbeit und im Alltag, und ganz besonders am Sonntag! Amen.

21.7.24 Mariä Himmelfahrt
P. Joachim Gimpler SJ