

Predigt

Thema:	Geistliches Leben heute – Stille entdecken
Bibeltext:	Markus 1, 35–39
Datum:	21.06.2009
Verfasser:	Pastor Lars Linder

Gnade sei mit Euch und Friede von Gott unserem Vater und dem Herrn Jesus Christus, Amen.

Liebe Gemeinde,

vorgestern gab es in der Tageszeitung WAZ eine ganze Seite zum Thema „Stress“, wo Menschen sehr offen erzählt haben, was in ihrem Leben Stress verursacht bis dahin, dass sie daran erkranken, angefangen von Rückenschmerzen, über depressive Verstimmung bis hin zu Burn Out. Und dabei kamen ganz viele verschiedene Stressfaktoren zum Vorschein, z. B. die beruflichen Herausforderungen, das hohe Lebenstempo unserer Zeit, die Erwartungen, die Menschen an mich haben im Bereich des Berufes, der Familie und, und, und... Und es zeigt sich neben anderem die große Not, dass Menschen sich gelebt fühlen, also nicht selber leben sondern sich gelebt fühlen, sich von außen sich bestimmt fühlen.

Ein sehr vielschichtiges Thema und gerade was die Berufswelt angeht so komplex, dass man beileibe nicht in einer Predigt dazu angemessen etwas sagen könnte. Aber die Grundfrage, die da auftaucht, über die lohnt es sich schon in einem Gottesdienst nachzudenken: werde ich gelebt, oder lebe ich selber? Bzw. werde ich von den äußeren Umständen, von den äußeren Erwartungen bestimmt oder trägt mich so ein inneres Wissen: das bin ich, so bin ich, und dazu bin ich da, und deshalb will ich das und das tun bzw. lassen?

Lasst uns dazu heute Morgen auf Gottes Wort hören. Im Rahmen der Predigtreihe „Geistliches Leben heute“ soll es um das Thema „Stille entdecken“ gehen. Und wir hören Gottes Wort und

zwar aus Markus 1 die Verse, die sich direkt an die eben gehörte Lesung (Markus 1,21–34) anschließen, also ab Vers 35:

35 Und am Morgen, noch vor Tage, stand Jesus auf und ging hinaus. Und er ging an eine einsame Stätte und betete dort. 36 Simon aber und die bei ihm waren, eilten ihm nach. 37 Und als sie ihn fanden, sprachen sie zu ihm: Jedermann sucht dich. 38 Und er sprach zu ihnen: Lasst uns anderswohin gehen, in die nächsten Städte, dass ich auch dort predige; denn dazu bin ich gekommen. 39 Und er kam und predigte in ihren Synagogen in ganz Galiläa und trieb die bösen Geister aus.

Liebe Gemeinde, das ist schon merkwürdig! Da ist Jesus mit großem Erfolg ins Rampenlicht der Öffentlichkeit getreten. Wir haben's in der Lesung gehört. Er hat, so könnte man sagen, seine Antrittspredigt in der Synagoge von Kapernaum gehalten, er hat Menschen geheilt, die ganze Stadt ist auf den Beinen in gespannter Erwartung. Das könnte jetzt so eine richtige Erfolgsgeschichte werden. Da könnte dieser Jesus wirklich groß rauskommen. Und er müsste nur am nächsten Tag so weiter machen, noch mehr Menschen heilen, und die Begeisterung der Leute würde zunehmen, und das gäbe so eine richtig erfolgreiche Welle.

Doch kaum hat Jesus angefangen öffentlich zu wirken, da zieht er sich auch schon wieder zurück. Markus beschreibt das hier in seinem Evangelium ... soll man sagen umständlich? oder soll man sagen sehr ausführlich? ... um diese Betonung des Rückzuges Jesu herauszustreichen: „Am Morgen, noch vor Tage, stand Jesus auf, ging hinaus, ging an eine einsame Stätte und betete dort.“

Jesus muss gewissermaßen einen kleinen Aufstand machen. Muss *auf* – stehen. Jesus braucht und sucht die Stille, und die fällt ihm nicht in den Schoß. Dazu muss er sich aufmachen, einen Weg gehen, sich dafür entscheiden, sich Mühe machen. Das geht nicht einfach so. Also aufstehen, sich mühen, einen Weg gehen, um sich an einen einsamen Ort zu begeben und zu beten.

Natürlich können wir immer und überall mit Gott sprechen. Natürlich ist Gott überall zu erreichen. Natürlich können wir beim Autofahren, bei der Arbeit, beim Kochen oder beim Joggen oder wo auch immer das Gespräch mit Gott suchen – natürlich! Und doch gilt auch, dass es Gott gefällt, sich an bestimmten Orten deutlich zu zeigen.

Sie kennen das alle. Sie betreten irgendwo eine kleine Kapelle, schön gestaltet, und sobald Sie diesen Raum betreten, sich auf diesen Raum einlassen, merken Sie, wie dieser Ort Ihnen hilft zur Ruhe zu kommen. Dieser Raum hilft wahrzunehmen: Gott ist gegenwärtig. So überlegen

wir auch gerade, oben das Wohnzimmer umzugestalten zu einem Raum der Stille, wo wir das spüren: Gott ist gegenwärtig.

Oder ein anderes Beispiel: Sie sitzen auf einer Bank an der Nordsee oder auf einer Bank mit Blick aufs Alpenpanorama, kein Mensch ist in der Nähe, und Sie spüren auf einmal, ja, wie Sie zur Ruhe kommen, Gottes Größe wahrnehmen können, ins Zwiegespräch mit Gott eintreten können. Man denkt, man sieht, und man betet anders, wenn man woanders denkt, sieht und betet.

Jesus sucht bewusst einen Ort auf, einen einsamen Ort, um zu beten. Es ist etwas, das er braucht und das wir brauchen. Ich weiß nicht, ob Sie schon einmal darüber nachgedacht haben, dass jeder von uns ständig irgendetwas um die Ohren hat. So drücken wir es ja aus: wir haben viel um die Ohren. Arbeit, Aufgaben, Menschen, Erwartungen, viel um die Ohren. Und gerade die jüngere Generation hat auch ständig etwas *auf* den Ohren – MP3-Player, Handy oder anderes mehr.

Wie dem auch sei, wir alle miteinander brauchen aber Zeiten, in denen wir eben nichts auf den Ohren haben und auch nichts um die Ohren haben. Wir brauchen Zeiten, wo wir wirklich einmal zur Ruhe kommen können. Vielleicht sind es zehn Minuten am Tag, vielleicht eine Stunde in der Woche oder einen Samstag im Monat, was auch immer unser Kalender, unsere Lebenssituation zulässt. Wir brauchen einen Ort, den wir sinnvoll einplanen können, Zeiten der Stille, damit wir eben nicht zu gehetzten, zu gejagten Leuten werden.

Wir brauchen das – Orte, Zeiten der Stille, wo wir nichts um die Ohren und auch nichts auf den Ohren haben um dann hören zu können, hören zu können auf Gott und auf uns. Denn diesen beiden begegnen wir in der Stille. Ich begegne Gott, und ich begegne auch mir selbst. Das wird, glaube ich, jeder von Ihnen schon einmal erlebt haben. Wenn man sich bewusst zurückgezogen hat, um Stille mit Gott zu suchen, dann nehmen wir erst mal wahr, was in uns so alles brodelt, welche Gedanken, Fragen, Gefühle uns bewegen. Wir spüren, dass in unserem Kopf ganz viele flatterhafte Vögel sind, die uns total umschwirren. Hin und her springen unsere Gedanken, und wir kommen manchmal vor Gott gar nicht richtig zur Ruhe.

(Werbeblock: Im November wird es ein Gemeindeforum geben mit Stefan Nösser, Pastor in Langenfeld, zu diesem Thema ‚Stille entdecken und einüben. Wie gehen wir damit um?‘ Also im November kommen!)

In der Stille begegnen wir also oft unserer inneren Unruhe, und es gibt ein paar Techniken, wie man die auch loswerden kann. Eine Möglichkeit ist, sie wie die Wolken am Himmel ziehen zu lassen; man sieht sie, lässt sie aber ziehen. So kann man seine Gedanken auch wahrnehmen, aber man lässt sie ziehen und sagt: ‚Herr, mit dieser inneren Unruhe bin ich jetzt hier. Ich ärgere mich nicht darüber, sondern ich bin ganz da vor dir um dir zu begegnen, Gott.‘

Denn so wie Jesus, der sich abhängig weiß von Gott selbst, brauchen auch wir immer wieder dieses Erleben unserer Abhängigkeit von Gott. So wie Jesus die Begegnung mit seinem Vater im Himmel sucht um zu hören, um zu reden, so brauche auch ich als Christ diese Begegnungsmöglichkeit um auf Gott zu hören und mit Gott zu leben.

Natürlich, auch zwischendurch hat das Reden und Hören sein gutes Recht. Aber ein Gespräch entwickelt sich anders, wenn man Zeit hat. Stille, Gebet mit Gott heißt, sich bewusst Zeit nehmen, wie Jesus sich aufmachen, konkret einen Ort der Ruhe aufsuchen, um dann zu hören. Und wir merken: es tut gut, einmal diesen ganzen Alltagstrott heilsam zu unterbrechen. Es ist eine große Chance Gott zu begegnen, sein Leben auch vor Gott neu zu sortieren, um dann mit neuer Kraft, neuer Konzentration auf das Wesentliche wieder in den Alltag zurückzukehren.

Petrus und die anderen frischgebackenen Jünger hier, die haben überhaupt noch keinen Sinn für Stille. Da heißt es: „Sie eilen ihm nach.“ Also Hektik statt Ruhe. Sie eilen ihm nach und beschwerten sich: ‚Wie kannst du dich nur vom Acker machen! Alle suchen dich. Komm schnell mit in die Stadt. Alle in Kapernaum warten auf dich!‘ Und Jesus – er sagt ganz nüchtern, trocken, sachlich: ‚Lasst uns woanders hingehen, in die nächsten Städte und Dörfer, dass ich auch dort predige, denn dazu bin ich gekommen.‘

Liebe Gemeinde, das müssen wir erst einmal verarbeiten. Da warten ganz viele Leute in Kapernaum auf Jesus. Menschen, die krank sind und deren Angehörige. Menschen in Nöten, die darauf setzen und hoffen, dass Jesus genauso wie am Tag zuvor kommt und heilt, sich um die Notleidenden kümmert. Und Jesus – geht woanders hin.

Da sind seine Jünger, die irgendwie spüren: hier geht etwas, wir könnten Erfolg haben, unsere kleine Bewegung könnte richtig groß werden, wir könnten eine richtige Welle machen. Und Jesus – geht woanders hin.

Jesus muss Menschen enttäuschen. Jesus enttäuscht Menschen. Warum? ‚Ich bin nicht der Zauberer, der große Wundermann. Ich bin gekommen‘, so sagt er hier, ‚ich bin gekommen um zu predigen.‘ Wörtlich: ‚Um die Herrschaft des Reiches Gottes auszurufen und zu verkündigen,

deshalb bin ich da. Und deshalb gehe ich jetzt weiter, um woanders das Reich Gottes zu verkündigen.'

Wozu bin *ich* eigentlich da? Wozu sind *Sie* da? Wozu bist *du* da? Was sollen wir eigentlich tun und lassen? Welche Erwartungen, die Menschen an mich herantragen, soll ich erfüllen und welche anderen Erwartungen soll ich nicht erfüllen? Ich hoffe Sie spüren, dass wir hier etwas ganz wesentlichem begegnen. Dass wir nämlich ständig damit zu tun haben, was andere von uns erwarten; dass ich vielleicht sogar selbst von mir etwas erwarte, weil ich denke: das macht man so als guter Ehemann, als guter Vater, als guter Pastor, als gute Bürokauffrau, als gute... , was weiß ich.

Aber wie kann ich nun herausfinden, was ich wirklich tun und lassen soll? Wie gelingt es denn, nicht getrieben zu werden von den Wünschen anderer, von den vielen Erwartungen anderer, sondern das zu tun, was dran ist, was auch zu mir, zu meinen Gaben und auch zu meinen Grenzen passt? Wie gelingt es, das zu tun, was im Rahmen der Möglichkeiten liegt, die Gott mir gegeben hat und womit er mir auch Aufgaben zeigt?

Jesus begegnet Gott in der Stille. Er tritt ganz heraus aus dem Getösebetrieb des Alltags, lässt sich von Gott trösten, ermutigen und offene Augen schenken: Das ist dran, dazu bist du da. Wir merken hier also schon, Rückzug in Stille bedeutet nicht, sich von allem zu verabschieden, von Menschen, vom Dienst, von Aufgaben, von Hingabe; sondern dieser Rückzug ermöglicht zu sortieren: Wer braucht mich wo? Wo kann ich mich einbringen, wo muss ich aber auch Erwartungen enttäuschen? Wo muss ich nein sagen?

Klar, im beruflichen Bereich ist das nicht so einfach, weil es viele Dinge gibt, die man tun muss, weil sie zu dieser Stelle, zu diesem Job, zu dieser Aufgabe gehören. Aber im zwischenmenschlichen Bereich, unter den Kollegen, in der Familie, im Raum von Gemeinde, im Sportverein, wo auch immer, da sind so viele Erwartungen, da gibt es auch so viele Aufgaben, die man ja tun könnte, so viele Möglichkeiten, die man wahrnehmen könnte. Und da brauche ich Orientierung um nicht getrieben, gehetzt, gejagt zu sein, um nicht selber gelebt zu werden, sondern um zu gucken, was wirklich dran ist.

Jemand hat einmal den etwas sperrigen Satz formuliert: „Gute Ideen machen wir auch nicht.“ Also, schlechte Ideen schon gar nicht, aber gute Ideen machen wir auch nicht. Denn ich kann nicht jede gute Idee machen, ich muss mich für etwas entscheiden. Darum gilt es also, Gottes Nähe immer wieder zu suchen, Stille zu entdecken als einen Ort, wo ich durch die Begegnung

mit Gott, durch das Hören auf ihn neue Maßstäbe, neue Impulse bekomme, wo Gott mir zeigen könnte: Das macht dich aus, dazu bist du da, deshalb wirst du hier gebraucht, deshalb bist du bei diesem Menschen wichtig, aber darum kannst du auch getrost jene Erwartung zurückweisen, und darum kannst du ruhig an dieser Stelle auch Menschen enttäuschen, indem du nein sagst.

Ich kann und ich muss auch gar nicht alle Erwartungen erfüllen, die Familienmitglieder, Freunde, Kollegen, Gemeindeglieder, Sportkameraden und wer auch immer an mich stellen. Jesus hier lässt die Leute stehen und geht woanders hin. Und Jesus geht auch nicht auf die Erwartungshaltung der Jünger ein sondern geht seinen Weg, der Gottes Weg ist: ich gehe in die nächsten Städte, dass ich auch dort predige, denn dazu, *dazu* bin ich gekommen.

Wozu sind Sie da? Was ist Ihre Aufgabe? Wo müssten Sie vielleicht deutlicher nein sagen, um woanders erst richtig ja sagen zu können? Lassen Sie sich heute Morgen locken, einladen, werben, Stille zu entdecken. Zehn Minuten am Tag, eine Stunde in der Woche, einen Samstag im Monat, eine Einkehrfreizeit im Jahr, wie auch immer; so dass jeder für sich einen Ort, einen Moment, ein Raster, ein System sucht, wo er das regelmäßig findet: Begegnung mit Gott, Hören und Reden, Zeit haben um sein Leben zu sortieren.

Denn in dieser Stille vor Gott schenkt Gott Freiheit. Wir werden durch die Begegnung mit Gott frei, das zu tun (und auch das zu lassen) was Christus will, und wie es zu unseren geschöpflichen Gaben und Grenzen gehört. Und so werden wir vor Überforderung geschützt und frei zu einem Leben, das Gott dient, das den Menschen dient, und das aber auch uns selbst Freude macht und nicht schadet. Das lasst uns üben, jeden Tag, jede Woche, jeden Monat, und fangen wir doch an!

Amen.