Predigt 19. Januar 2025

Lk 5,15-16 / weitere

Daniel Ott

Das Ende der Rastlosigkeit
«Stille und Einsamkeit»

Einleitung

Am letzten Sonntag sind wir eingestiegen in diese Predigtserie „Das Ende der Rastlosigkeit".

Du bist nicht zu einem Leben in Rastlosigkeit bestimmt. Sondern zu einem Leben in der Nachfolge von Jesus. Zu einem Leben in (liebevollen) Beziehungen! Glaube ist Beziehung. Und das braucht Zeit. Hektik ist der Feind des Glaubens, weil mit Hektik kannst du keine liebevollen Beziehungen leben. Liebe und Hektik gehen nicht zusammen (sie sind wie Öl und Wasser).

Am Ende habe ich einen kurzen Ausblick gemacht mit diesem Spalier hier auf der Bühne. **Was ein Spalier für den Weinstock ist, ist eine Lebensregel für dein «Bleiben in Jesus».** Sie ist eine Struktur, eine Praxis, die dir dabei hilft, Jesusnachfolge einzuüben. Im Kern geht es bei Jesus um Beziehung. **Und jede Beziehung braucht Zeit** (und wer rastlos ist, hat keine Zeit…)!

Um was es geht

Heute geht es um Stille. Um Ruhe. Wir denken darüber nach, warum Stille (und Einsamkeit) für uns ein Ort der Stärke sein kann!

Wichtig: **Das Ziel ist nicht Stille und Einsamkeit, sondern die Rückkehr zu Gott!**

Das **Problem** ist, dass uns der Lärm der modernen Welt taub macht für die Stimme Gottes. Er übertönt den Input, den wir am meisten brauchen. C.S. Lewis schrieb im Jahr 1942(!) sein satirisches Buch «Dienstanweisung an einen Unterteufel». Darin spricht der Oberteufel mit dem Unterteufel darüber, wie man Menschen davon abhalten kann, in Verbindung mit Gott zu treten und mit Gott zu leben. Die Antwort ist sehr einfach: *Wir machen so viel **Lärm und Ablenkung** in der Welt, dass sie die Stimme Gottes nicht mehr hören können.* Ist das gelungen? Interessant ist: Als C.S Lewis das schrieb, gab es noch keine Smartphones…

Unsere Leben sind rasant und unsere Kalender voll. Dank moderner Technik halten wir die Unendlichkeit an Möglichkeiten – aber auch die Unendlichkeit von Verpflichtungen, Verantwortungen und Ablenkungen in unseren Händen. Wir kommen kaum mehr zur Ruhe, denn es ist immer was Wichtiges in Reichweite. Und so verkümmert das, was wir so dringend brauchen – Stille. Manchmal halten wir sie kaum noch aus, so fremd ist sie geworden.

Wichtig: Es gibt **äusseren** und **inneren** Lärm. Und nicht selten benutzen wir äusseren Lärm, um den inneren Lärm zu übertönen.

Die Lösung, der Weg von Jesus lautet: Wenn wir empfänglich, ja aufmerksam sein wollen für die Stimme Gottes, dann müssen wir (regelmässig) raus aus Lärm und Ablenkung!

Jesus und der einsame Ort

Wir schauen mal bei Jesus hin. Wie hat er das gelebt?

Danach [nach seiner Taufe] wurde Jesus vom Heiligen Geist in die Wüste geführt, weil er dort vom Teufel auf die Probe gestellt werden sollte. Nachdem er vierzig Tage und Nächte keine Nahrung zu sich genommen hatte, war er sehr hungrig. (Mt 4,1-2)

Das Erste, was Jesus nach seiner Taufe tut, ist: Er geht direkt in die Wüste. Wüste bedeutet hier nicht unbedingt Sand und Hitze. Das griechische Wort lautet ***eremos*** und hat eine Vielzahl an Bedeutungen. Man kann es übersetzen mit: *Wüste, verlassener Ort, trostloser Ort, abgelegener Ort, einsamer Ort, ruhiger Ort, Wildnis, Einöde.*

Dieser einsame Ort also wird zum Ausgangspunkt für das Wirken von Jesus, für seine Mission. Und weisst du was? Die Wüste ist nicht der Ort der Schwäche. Zu diesem Schluss könnte man kommen. Der Teufel begegnet Jesus nach diesen 40 Tagen, da war Jesus sicher geschwächt, oder? Nein, eben gerade nicht! **Die Wüste ist der Ort der Stärke.** Dort, in der Wüste, ist Jesus auf dem Höhepunkt seiner geistlichen Kräfte. Voller innerer Klarheit konnte er dem Feind begegnen. Deshalb lesen wir auch später immer wieder, wie Jesus an den *eremos*, den einsamen Ort zurückkehrt. Schauen wir da mal rein ins Markusevangelium.

Ganz früh, es war noch Nacht, ging Jesus allein an einen einsamen Ort (eremos) um zu beten. (Mk 1,35)

Der Rückzug in die Einsamkeit war für Jesus ein fester Bestandteil seines Lebensrhythmus.

Aber dann suchten ihn auch schon die Jünger. Nachdem sie ihn gefunden hatten, sagten sie zu ihm: *„Alle fragen nach dir."* Was sagt Jesus?

Wir müssen auch in die anderen Städte gehen, damit ich auch dort predige; denn dazu bin ich gekommen. (Mk 3,38)

So klingt es, wenn Jesus nein sagt! Jesus wusste, **wer er ist** (der geliebte Sohn seines Vaters, in der Wüste erprobte Identität) und er wusste, **was sein Auftrag war**. Jesus hatte innere Klarheit. Jesus war nicht rastlos – obwohl er immer wieder mal viel zu tun hatte. Und er sich dem auch gestellt hatte.

Jesus kommt mit so viel Klarheit über seine Identität und Berufung aus der Wüste zurück. Er ist in Kontakt mit Gott und sich selbst. Und dazu lädt Jesus uns ein, wenn wir ihm nachfolgen! Ein wenig später, in Markus 6 lesen wir, dass die Jünger von Jesus nach ein paar Wochen Arbeit im Reich Gottes todmüde waren. Es heisst da:

Denn ständig waren so viele Menschen um sie, dass Jesus und seine Apostel nicht einmal Zeit fanden zu essen. (Markus 6,31b)

Und was sagt Jesus zu seinen übermüdeten Lehrlingen?

Kommt, wir ziehen uns an einen einsamen Ort (eremos) zurück, wo ihr euch ausruhen könnt. (Mk 6,31a)

Übersetzung für uns heute: Was wir wirklich brauchen, ist nicht das Feierabendbier oder ein paar Stunden Serien streamen. Oder 2 Stunden am Handy abhängen und News lesen oder in den sozialen Medien rumklicken. Was wir wirklich brauchen, ist: Zeit! Allein! Mit Jesus! Aber dafür müssen wir weg von dem Lärm und den Menschen.

So fuhren sie mit dem Boot an einen ruhigeren Ort (eremos). (Mk 6,32)

Das tönt richtig gut, nicht? Leider verläuft die Geschichte dann etwas anders. Die Leute bekommen nämlich Wind von diesen Plänen, liefen am Ufer entlang voraus und warteten bereits wieder an dem Ort, an dem Jesus mit seinen Jüngern nach ihrer Bootsfahrt ankam. Jesus hatte Mitleid mit den Leuten und nahm sich Zeit für sie… Der **Realismus** in dieser Geschichte tut auch gut. Manchmal brauchen wir einfach Ruhe, Zeit mit Jesus, und dann kommt doch wieder etwas dazwischen. Wir müssen also nicht „ideologisch" werden. Immer wieder werden uns Lärm und Ablenkung dazwischenkommen.

Aber auch damit ist die Geschichte noch nicht fertig. Es folgt die Speisung der 5000, im Anschluss daran verabschiedet sich Jesus von den Leuten und geht auf einen **Berg, um zu beten**. Hier ist es nicht *eremos*, also die Wüste als einsamer und stiller Ort, sondern ein Berggipfel.

Am besten lässt sich diese „Jesusdynamik" aus **Dienst** und **Rückzug in Stille und Einsamkeit** mit Worten aus dem Lukasevangelium zusammenfassen:

Doch trotzdem verbreitete sich das, was er tat, noch schneller, und die Menschen strömten herbei, um ihn predigen zu hören und von ihren Krankheiten geheilt zu werden. ***Jesus zog sich jedoch immer wieder zum Gebet in die Wüste zurück****.* (Lukas 5,15-16)

Das ganze irdische Leben von Jesus bewegt sich zwischen diesen beiden Polen – der **Öffentlichkeit** und der **Einsamkeit**. Je geschäftiger, gefragter und berühmter Jesus war, desto mehr zieht er sich in Stille und Einsamkeit zurück, um zu beten.

Und so ist es auch bei uns: Hier sind unsere Kollegen bei der Arbeit, dort das Gespräch in der Stille mit Gott. Hier ist unser Familienleben, dort der nächste Termin mit Gott. Alleinsein und Beten ist nicht nur eine Möglichkeit, einen Moment auszuruhen und Abstand von den anderen zu haben. Es ist auch **eine Kraftquelle**, die es uns erst möglich macht, als Mensch (Vater, Freund, Kollege, Nachbar, was auch immer) ein Segen zu sein für andere.

Wichtiges Fazit: In hektischen Zeiten brauchen wir mehr Zeit an einem ruhigen Ort, ganz bestimmt nicht weniger!

Jesus brauchte Zeit allein. Er brauchte die gelebte Stille, gelebte Einsamkeit. Und zwar eine ganze Menge davon. Das klingt sehr simpel, aber da steckt so viel drin. **Und wir glauben manchmal tatsächlich, dass wir darauf verzichten können?**

Aus der Stille leben

Kann es sein, dass das Problem nicht darin liegt, dass Gott abwesend ist, sondern wir? Kann es sein, dass das Problem nicht darin liegt, dass Gott sich abwendet, sondern dass wir abwesend sind? Wenn das wirklich so ist, dann ist die Lösung nicht so schwer: **Schaffe eine Umgebung, in der du Gott Aufmerksamkeit schenken und dich mit ihm verbinden kannst!** Der «Eremos», der stille und einsame Ort, ist ein sehr guter Ort dafür.

Aus der Stille zu leben bedeutet, das Leben mit Gott ernst zu nehmen. Mit Gott zusammen zu sein und auf ihn zu hören. Was passiert, wenn wir diese Gewohnheit von Jesus nicht praktizieren?

- Wir fühlen uns weit weg von Gott und leben ausschliesslich von der Spiritualität anderer. Von einer Predigt, einem Podcast, einem Buch, einer Kurzandacht, die wir lesen.

- Wir fühlen uns weit weg von uns selbst. Wir verlieren unsere Identität und Berufung aus dem Blick. Wir lassen uns antreiben von dem was dringend ist und vernachlässigen das Wichtige.
- Wir spüren unterschwellig die **Angst**, dass wir immer im Rückstand sind, immer aufholen müssen, nie fertig sind.
- Vielleicht setzen dann unsere **Fluchtmechanismen** ein. Wir haben keine Energie mehr, um das zu tun, was uns wirklich Leben gibt (eben Zeit mit Gott). Stattdessen greifen wir zu einem billigen Ersatz – noch ein Glas Wein, eine neue Serie, Gamen, soziale Medien, Pornos, usw.
- Wir werden damit leichte Beute für den Versucher (siehe Jesus in der Wüste als Gegensatz). Das verstärkt noch unser Gefühl der Entfremdung von Gott und uns selbst.
- Dann setzt so was wie ein emotionaler Notstand ein. Wir fangen an, an der Oberfläche unseres Lebens zu leben, nicht im Zentrum. Wir reagieren nur noch. Die kleinste Sache ist ein Auslöser, z.B. eine belanglose Bemerkung eines Mitmenschen, ein abfälliger Kommentar vom Kollegen, ein Vorschlag von deinem Ehepartner oder Mitbewohner – es braucht nicht viel. Wir brausen auf, werden defensiv, schmollen, wütend oder traurig, oder beides.

Das alles können **Anzeichen eines Lebens ohne Stille und Einsamkeit mit Gott** sein. **Aber:** Es gibt auch die Alternative:

- Wir finden unseren abgelegenen, ruhigen Ort. Der Park in der Nähe, eine Leseecke im Haus, ein Morgenritual (bevor die Kinder wach sind), und wir «ziehen uns zurück».
- Wir nehmen uns Zeit. Vielleicht nicht eine ganze Stunde, aber lange genug, um uns von all dem Lärm, dem Verkehr, dem Stress und der ständigen Stimulation der modernen Gesellschaft zu erholen. Manchmal reichen ein paar Minuten. Ein anderes Mal ist eine Stunde noch zu wenig. Wieder ein anderes Mal nehmen wir dankbar die Zeit, die wir gerade bekommen können.
- Wir entschleunigen und kommen wieder in der Gegenwart an.
- Wir stellen uns dem Guten und auch dem Schwierigen, das gerade zu unserem Leben gehört. Unseren Sorgen. Unseren Hoffnungen. Unserer Sehnsucht nach Gott. Vielleicht auch unserem Mangel an Sehnsucht nach Gott.
- Mit unseren inneren Ohren hören wir, wie Gottes Stimme all den Lärm um mich und in mir durchbricht und wie alles andere in den Hintergrund rückt. In dieser Stille hören wir, wie Gott uns seine Liebe zuspricht. Er spricht uns Identität zu. Und er spricht Berufung in unser Leben hinein. Wir erfahren, wie er auf unser Leben schaut.

So kommen wir in die Freiheit!

Schluss/Fazit

Wir haben **zwei Möglichkeiten**:

Option A: Wir vernachlässigen diese Praxis der Stille und Einsamkeit. Wir suchen nach Ausreden, geraten ins Hamsterrad und landen bestenfalls in emotionaler Unausgeglichenheit oder schlimmer: In «geistlicher Besinnungslosigkeit». Rastlos.

Oder Option B: Wir nehmen diese uralte und doch aktuelle Praxis wieder auf und erleben das Leben mit Jesus (Leben in Fülle!). Jesus kann so viel (Gutes) in und an dir tun, wenn du nur zur Ruhe kommst bei ihm!

«Kommt her zu mir, ihr alle, dir ihr rastlos seid – ich will euch Ruhe (Frieden) geben», sagt Jesus! Das Ziel ist nicht Stille und Einsamkeit, sondern die Rückkehr zu Gott! Gott möchte uns in der Stille (und Einsamkeit) begegnen. Jesus hat es uns vorgelebt, darum sollen auch wir den Schatz der Stille wieder finden.

Amen!

© Chrischona Stammheim, 2025
Credits to: John Mark Comer
www.chrischona-stammheim.ch
Kontakt: daniel.ott@chrischona.ch