

Predigt 17. SO JK C 2025

Liebe Mitchristen,

Tage der Krankheit sind immer eine ganz besondere Herausforderung in unserem Leben. Der Alltag, der Lauf der Dinge wird unsanft unterbrochen, und wir müssen uns ganz neu einstellen auf die Krankheit und das, was sie im Leben verändert. Wir alle wissen: das fällt nicht leicht – denn am liebsten haben wir ja, wenn alles so weitergeht wie bisher. Die Krankheit – der Krankenhausaufenthalt wird als Störfaktor erlebt – der unseren Lebensrhythmus unnötig unterbricht und durcheinanderbringt. Manchmal sagen aber auch Menschen nach Tagen der Krankheit: Ja, es war schwer und hat Kraft gekostet – aber dieses unfreiwillige Auszeit hat mir auch irgendwie gut getan. Ich habe nochmal Zeit gehabt, über mein Leben nachzudenken, was mir wichtig ist, bin zu mir gekommen, konnte Veränderungen zulassen, die längst überfällig waren. Am Ende bei allem Schweren doch auch eine heilsame Unterbrechung für mich.

Ja! Es gibt diese unfreiwilligen Unterbrechungen im Leben, die auf uns zukommen. Im Sabbatgebot, bzw. im Sonntag als dem Auferstehungstag hat Gott uns einen Tag der heilsamen Unterbrechung geschenkt. An diesem ersten Tag der Woche trafen sich die ersten Christen in ihren Häusern, um ihren österlichen Glauben zu feiern. Der Sonntag - eigentlich der Tag einer heilsamen Unterbrechung des Alltags. Ein Tag, der uns sagt: Heute darfst du aufhören – aufhören mit der Arbeit – du darfst hinaufhören auf Gott, deinen Schöpfer – Du bist eingeladen zum Gottesdienst – nicht zuerst und vor allem, um Gott die Ehre zu geben, sondern zu Deinem Heil ist Dir dieser Tag geschenkt – um Dich wieder neu an seinem Wort zu orientieren – um Dich von seinem Wort neu inspirieren zu lassen - um über Dein Leben nachdenken, reflektieren zu können – damit Du in der Liebe wächst und reifst – Dein Leben an Tiefe und Wurzelwerk gewinnt und nicht an der Oberfläche so daher plätschert. Du darfst das Laufrad Deines Lebens anhalten – innehalten – Du darfst Dich an Gott festhalten – das wird Dir helfen, Dein Leben überhaupt auszuhalten – durchhalten zu können – und genau das wird Dein Verhalten ändern und prägen – und das zu erleben, wird Dich am Ende Gott loben und

preisen machen an diesem Tag: eben nicht aus Pflicht, sondern aus Dankbarkeit. Die Psychologen sind sich darin einig, was in unserer schnelllebigen und hektischen Zeit nützt, und beschreiben es mit dem Wort: Disruption! Im weiteren Sinn meint es nichts anderes als das, was ich gerade versucht habe zu beschreiben: Disruption - eine heilsame Unterbrechung des Alltags. Für jeden der glaubt, eine Unterbrechung, zu der Gott uns einlädt – am Sonntag – aber auch jeden Tag. Früher haben die Bauern auf dem Feld beim Glockengeläut zum Angelusgebet morgens, mittags und abends, die Arbeit kurz ruhen lassen und sich an Gott zurückgebunden. Jesus selbst hat ja – wie wir im Evangelium gehört haben - obschon er so viel Menschen in dieser Zeit hätte heilen können – sich selbst die Zeit genommen, um sich zum Gebet zurückzuziehen. Eine auch für ihn notwendige Unterbrechung, die ihm wie eine Quelle war, an der er auftanken konnte. Und diese Auszeit des Betens hat ihm scheinbar sehr gut getan, und das merkten ihm die Jünger an, wenn er vom Beten wieder zu ihnen kam. Vielleicht ähnlich, wie wenn einer aus dem Urlaub zurückkommt, und wir ihm richtig ansehen und auch anmerken, dass ihm diese Auszeit wirklich gutgetan hat. Er sieht besser aus und ist im Umgang entspannter und wie verwandelt. Man hat den Eindruck: der oder die ist wirklich noch einmal zu sich selbst gekommen und konnte auftanken. Nicht selten heißt es dann: *Da musst du auch mal hinfahren. Das würde dir auch bestimmt guttun.*

Jesus kommt nicht aus dem Urlaub, sondern aus dem Gebet, einer Zeit, die ihm wieder und wieder Kraft schenkt, seine Sendung zu leben – einen Ort – der ihm guttut. Und es ist nur verständlich, dass die Jünger Jesus bitten: Das möchten wir auch so erleben, wie du es erlebst. Bitte – lehre uns beten! Das daraufhin folgende *Vater Unser* ist zu **dem** Grundgebet geworden, dass uns gerade über alle Konfessionsgrenzen hinweg als die eine christliche Familie miteinander verbindet - bis auf den heutigen Tag. Und aus diesem Beten hat sich eine reiche Gebetstradition entwickelt, die wir eingeladen sind zu pflegen als eine heilsame Unterbrechung unseres Lebens. Und in diesem Beten, in diesem Gespräch mit Gott, gibt es kein Tabuthema. Wie von Abraham in der Lesung gehört, sind wir eingeladen unser ganzes Leben, gerade auch die Fragwürdigkeiten und Sorgen vor Gott im Gebet auszubreiten

und sie ihm auch durchaus hartnäckig ans Herz zu legen. Dazu ermutigen viele Bibeltexte, unter anderem ja auch besonders die Psalmen, die das Gebetbuch Jesu waren. Es gibt nichts, was wir nicht im Gebet vor Gott tragen könnten: unser Danken und Loben; unser Staunen und unsere Freude; unsere Enttäuschungen und unsere Hoffnungen; unsere Bitten, unsere Klage und unsere Fragen. Gerade dazu ermutigt uns Jesus selbst, der sich am Ölberg, mit dem Willen des Vaters ringend, auch durch die Todesangst hindurch in neues Vertrauen hinein durchgebetet hat. Der sich ja selbst in seiner Todesstunde mit dem Psalm 22 seinem Gott schreiend und flehend anvertraut hat. Einem Gott, der scheinbar so weit weg war, und der ihn in seiner Auferstehung dann am Ende doch wunderbar gehört, erhört hat.

Und manchmal fehlen uns auch die Worte zum Beten, wenn uns das Leben sprachlos gemacht hat. Auch dieses Schweigen vor Gott ist inniges Gebet. Hören wir nicht auf die, die sagen: *Beten bringt doch nichts, beten ist Zeitverschwendung. Beten lenkt nur ab von den Aufgaben, die uns gestellt sind und ist billige Vertröstung.*

Wer seine Hände zum Gebet erhebt, der legt sie danach nicht in den Schoß, sondern findet gerade im Beten neue Kraft, mit ihnen anzupacken, damit das Reich Gottes wächst.

Wer von uns schon einmal die Kraft des Betens in seinem Herzen erfahren hat, der wird sein Betenkönnen hegen und pflegen. Gott bleibt in Geduld und Liebe unser Ansprechpartner ein Leben lang – auch dann, wenn es einmal eine größere Funkstille gegeben hat. Wesentlich ist, dass wir mit dem Herzen beten, denn das ist unser eigentliches Betorgan. Darum können wir auch überall beten. Natürlich in der Kirche oder an anderen besonders sakralen Orten, aber auch zu Hause, unterwegs, oder Orten, die es uns leicht machen, zur Ruhe zu kommen. Das Staunen über die Natur und die Schöpfung Gottes kann Beten sein. Das Stillwerden und Hören auf Gottes Wort kann Beten sein – zum Beispiel in der Meditation. Wie dankbar dürfen wir sein, dass es eine so reiche Tradition ganz unterschiedlicher Gebetshaltungen gibt: die einen falten die Hände – die anderen strecken sie in der Orantenhaltung Gott entgegen. Wir können stehen, knien, sitzen. Gebetshilfen können uns den Raum des Betens

besonders eröffnen: Ikonen, Bilder, eine Kerze, Musik oder ein Rosenkranz. Da gibt es die, die mir sagen: *Herr Pastor, wenn ich Yoga mache, dann erlebe ich das für mich wie beten – denn ich komme zu mir und zu Gott – und gehe darum später wieder anders auf meine Mitmenschen zu.* Der Tanz hat eine lebendige Tradition in der Liturgie als Ausdruck der Freude an Gott, oder die Prozession als Ausdruck unserer Pilgerschaft. Wie heilsam ist es, sich in der Gemeinschaft der Glaubenden in die alten bekannten formulierten Gebete fallen lassen zu können, wie das *Vater Unser* oder ein *Avemaria* – Gebete, die Millionen von Menschen durchs Leben getragen haben. Wie gut ist es aber auch zu wissen, dass ich eingeladen bin, mit Gott ganz einfach so zu reden, wie mir der Schnabel gewachsen ist, mit meinen eigenen Worten, wie mit einem guten Freund, wie Theresa von Avila es sagt. Im Beten werde ich mir inne, dass mein Leben ein Leben mit Gott, unter seinem liebenden Angesicht ist! Im Beten weitet sich mein Horizont aus dem irdischen Gitternetz von Geborenwerden und Sterbenmüssen hinaus in die Weite der Ewigkeit Gottes.

Liebe Mitchristen, wenn Ferien Urlaub meint: einmal aufatmen können, aufhören können, aussteigen können aus dem Alltagstrott, sich entspannen können und frei werden, wieder zu sich selbst kommen können, dann können wir eigentlich auch unser Beten verstehen wie einen kleinen Urlaub inmitten des Alltags – eine heilsame Unterbrechung, die uns hilft auszuspannen, weil sie uns Gott entgegenspannt, Kraft tanken lässt und Vertrauen schöpfen: Du bist nicht allein! Ziehen wir uns immer wieder einmal auf solche Gebetsinseln inmitten des Alltags zurück – besonders, wenn wir uns *reif für die Insel* fühlen. Dies Art von Urlaub ist allerdings sehr teuer, denn sie kostet etwas, was die meisten Menschen heute meinen, nicht zu haben, nämlich einen Augenblick Zeit!

Bernd Kemmerling, Pfr.