

Predigt 06.09.2020

Thema: Die heilige Ruhe

⁸Halte den Ruhetag in Ehren, den siebten Tag der Woche! Er ist ein heiliger Tag, der dem Herrn gehört.

⁹Sechs Tage sollst du arbeiten und alle deine Tätigkeiten verrichten;

¹⁰aber der siebte Tag ist der Ruhetag des Herrn, deines Gottes. An diesem Tag sollst du nicht arbeiten, auch nicht dein Sohn oder deine Tochter, dein Sklave oder deine Sklavin, dein Vieh oder der Fremde, der bei dir lebt.

¹¹Denn in sechs Tagen hat der Herr Himmel, Erde und Meer mit allem, was lebt, geschaffen. Am siebten Tag aber ruhte er. Deshalb hat er den siebten Tag der Woche gesegnet und zu einem heiligen Tag erklärt, der ihm gehört.

Exodus (2. Mose) 20,8-11 (Gute Nachricht Bibel)

Heute haben wir Sonntag. Wir sind hier, weil wir nicht nur Gottesdienst zusammen feiern, sondern auch den Sonntag als den Ruhetag feiern wollen. Darum sitze ich heute hier auf dem Sessel, werde mich auch versuchen zu entspannen, diese Ruhe am heutigen Tag am eigenen Leib erfahren und so predigen.

Der Sonntag wird in vielen anderen Ländern auf der Welt nicht mit dem Ruhetag gleichgesetzt wie in der Schweiz. Das erste, was vielen auffällt, wenn sie zum ersten Mal nach Europa und in die Schweiz kommen, ist genau die streng eingehaltene Ruhe am Sonntag, besonders ausserhalb der Städte. Verhungern wird man wohl nicht am Sonntag, auch wenn man es nicht gewusst hat. Aber alles andere muss eben warten, bis wieder Montag ist. Wir leben in einer Gesellschaft, in der dieses Prinzip von der Sonntagsruhe selbstverständlich ist. Aber wie fest verbindest du den Sonntag mit dem Prinzip der Ruhe?

Heute möchte ich mit euch über den Ruhetag nachdenken. Über die Ruhe als die göttliche Bestimmung für Mensch und Tier. Wenn wir über die Ruhe nachdenken, fragen wir uns aber automatisch, was denn das Gegenteil – Arbeit – ist und was denn an einem Ruhetag alles 'erlaubt' ist. Darauf werde ich mehr nächsten Sonntag eingehen. Heute soll es darum wirklich um die 'Ruhe' gehen.

Eine gute Freundin von mir, die ich in meiner Jugendzeit in meiner Gemeinde kennengelernt habe, war nicht in einer christlichen Familie aufgewachsen. Sie hielt auch

nicht viel von Gott und Jesus und war nicht besonders daran interessiert, selber in der Bibel zu lesen. Aber sie war eine junge Frau, die als einzige aus ihrer Familie aus ihrem eigenen Willen jeden Sonntag in den Gottesdienst kam. Und dabei war unser Gottesdienst eigentlich nicht so 'cool', also nicht unbedingt auf junge Leute ausgerichtet. Sie hat dafür jeden Sonntagmorgen den Bus genommen und den 10-minütigen Fussweg von der Busstation in die Kirche auf sich genommen. Einmal habe ich sie gefragt, wie sie sich denn dazu motivieren konnte, sie war eben wie ich kein wirklicher Morgenmensch. Da sagte sie: «Wenn ich im Gottesdienst bin, komme ich zur Ruhe. Wenn wir im Gottesdienst gemeinsam singen, schenkt mir das einen Frieden tief im Herzen. Darum komme ich gern zum Gottesdienst.» Für sie bedeutete der Besuch von einem Gottesdienst Entspannung, ein Moment vom Auftanken, damit sie gestärkt war für die weitere Woche.

Ich denke, an ihren Worten ist etwas Wahres dran.

Nicht von etwa haben wir den Sonntag per Gesetz als Ruhetag geregelt. Nicht ohne Grund finden wir im Buch Exodus als das dritte Gebot von den Zehn Geboten, dass der Sabbat geheiligt werden soll. Nach sechs Tagen Arbeit muss ein Tag der Ruhe kommen. Ein Tag, an dem wir wieder bei uns ankommen, an dem wir uns sammeln und unseren Körper wie unsere Seele zur Ruhe kommen lassen. Und der Gottesdienst, die Gemeinde, soll ein Teil dieser Ruhe sein.

Meine Freundin hat die Möglichkeit Gottesdienst angesprochen und sie hat dort ihren Ruhemoment gefunden. Ich denke, da hat der Gottesdienst seinen Zweck erfüllt. Ich denke, dass genau dort der Ruhetag, der Tag Gottes, geheiligt worden ist.

Der Text aus dem Exodus 20 erzählt davon, wie wichtig es für Gott war, für die Erholung von seinen Geschöpfen zu sorgen. Keine andere Religion – so ist der Forschungsstand bisher – hat etwas Vergleichbares wie das Sabbatgebot im Judentum sowie jetzt im Christentum. Ein Wochentag, der von Gott her geregelt ist, dass er als Ruhetag unterschieden werden soll von allen anderen Tagen. 'Heilig' bedeutet hier darum, dass es nicht unbedingt ein Tag ist, der einen Mehrwert hat – sondern, dass er sich von anderen

Tagen unterscheidet. Dass er gesegnet ist, bedeutet, dass Gott diese Ruhe anbefohlen hat und sie uns als Geschenk gegeben hat. Dass hier nochmal die Rede davon ist, wie Gott diese Welt in sechs Tagen erschaffen hat und am siebten Tag geruht hat, ist eigentlich eine Akzentuierung. Der Sabbat, der Ruhetag, gehört zur Schöpfungsordnung wie kein anderes Prinzip.

Während der zwei Monate Corona-Lockdown sind einige Veränderungen in der christlichen Welt passiert. Nebst der schnellen Adaption von neusten technischen Kommunikationsmitteln und -formen gab es dazu auch noch eine Reihe von Christen, die es nicht schlecht fanden, am Sonntagmorgen zuhause zu bleiben.

Nicht nur, weil die Gottesdienste den ganzen Sonntag digital zur Verfügung standen und man die Zeit selber auswählen konnte, waren diese 'freien' Sonntage attraktiv. Auch nicht, weil es etwas war, was viele vermutlich noch nie im Leben erlebt haben: So viele Sonntage hintereinander nicht in die Gemeinde zu gehen. Der Knackpunkt war: Viele konnten sich an Sonntagen tatsächlich ausruhen. Am Morgen in aller Ruhe den Brunch vorbereiten und ohne Stress mit der Familie oder für sich alleine das Essen geniessen. Dann stressfrei abräumen, ohne auf die Uhr zu schauen. In Ruhe im Garten sitzen und sich auf die kommende Woche vorbereiten. Viele, die sonntags immer in der Kirche gearbeitet haben, und damit meine ich nicht die Angestellten, konnten endlich einmal Pause machen.

Wir diskutieren darüber, ob der Wirtschaftsbetrieb am Sonntag erlaubt sein soll. Manchmal wird das christliche Prinzip von Sonntagsruhe allein daran gemessen, obwohl wir bereits in einer Gesellschaft leben, die nicht ohne die Arbeitenden am Sonntag funktioniert. Aber viel wesentlicher ist der Grundgedanke, den Gott für uns dabei hatte und hat. Es kommt nicht so sehr darauf an, ob genau eine einzige Form – die Sonntagsruhe – genau so eingehalten wird. Es ist viel mehr die Frage, wie wir uns jedes Mal neu fragen, was dieses Ruheprinzip wirklich in unserer Zeit, in unseren Situationen bedeutet und wie wir uns danach richten können.

«Halte den Ruhetag in Ehren, ... Er ist ein heiliger Tag, der dem Herrn gehört.» Der Sabbat war bei den Juden ein Ruhetag für alle im Haus. Da machte Gott keinen Unterschied zwischen den Herren und Sklaven. Den Sabbat gab es ebenso für die Tiere und die Felder, die von den Menschen bebaut wurden. Gott machte klar, dass alle Menschen vor ihm gleich sind, und die ganze Schöpfung in seinen Augen genauso wertvoll ist wie die Menschen. Das ist eigentlich verrückt. Indem Gott uns die Ruhe schenkt, macht er uns auch gleichzeitig darauf aufmerksam, wie wichtig genauso andere Menschen und die Natur, worin wir leben, sind.

Das Verb 'ruhen' hat im Deutschen auch die Bedeutung, dass etwas auf etwas anderem gestützt ist und getragen wird. Das gleiche Wort kommt im Koreanischen von der bildlichen Vorstellung, wie ein Mensch an einem Baum gestützt durchatmet. Das Ruhen ist also nicht 'Nichtstun', sondern 'Atmen' an einem Ort der Entspannung. Atmen – das heisst Atem holen und ganz in dem Moment zu *sein*.

Diese kurze Sprachanalyse gibt mir die Einsicht, dass Gott uns den Ruhetag schenkt, und uns die Pause ermöglicht, indem er uns stützt und trägt, und wir uns selbst nicht mühsam tragen müssen. Wenn wir von Gott getragen werden, bekommen wir Zeit zum Durchschnaufen. Zeit, um uns auszuruhen. Es ist die von Gott gegebene Ruhezeit, von der wir heute also auch Gebrauch machen, an unserem Ruhetag, um durchzuatmen. Es ist ein Anliegen von Gott, dass wir uns selbst und auch allen anderen die nötige Ruhe gönnen.

Das würde ich gern zum Schluss mit euch in die Tat umsetzen. Damit wir es auch für uns verinnerlichen können. Setzt euch bitte so weit es geht bequem auf euren Stühlen - ich werde tief einatmen, und ganz langsam wieder ausatmen. Wer will, darf es also gern gleich mit mir zusammen tun.

Amen.

Fürbitte und Unser Vater

Guter Gott, danke, hast du uns diesen Sonntag geschenkt. Danke, hast du uns in deinem guten Schöpferwillen gemacht, dass wir dir wichtig sind, dass unsere Erholung und unser Atemholen für dich interessant sind. Herr, hilf uns, uns zu befreien aus Hast und Eile, und uns immer wieder neu zu öffnen für deinen Geist.

Guter Gott, wir denken an andere Menschen, die heute vielleicht an ihrer Arbeit dran sind, oder einfach nicht zur Ruhe kommen. Wir bitten dich für diese Menschen, dass auch sie die Ruhe in dir finden und sich bei dir auftanken können. Du stärkst die Kraftlosen, gibst den Durstigen zu Trinken und stützt die, die nicht von eigener Kraft mehr vorwärtgehen können. Hilf auch uns, auf solche aufmerksam zu werden und mache uns mutig, auf sie zuzugehen. Gott, wir danken dir, dass wir hier zusammenkommen und miteinander lobpreisen und beten können. Wir wollen dir uns, deine Gemeinde hinlegen und bekennen, dass wir dir gehören. Mache uns immer für das aufmerksam, was für dich wichtig ist und mit welchen Augen du unsere Welt ansiehst. Wir danken dir. Wir danken dir für deine unendliche Liebe, in der wir alle geborgen sind.

So wollen wir all unser Herzensanliegen vor dich bringen in dem Gebet, das du, Jesus Christus, uns gelehrt hast.

Unser Vater im Himmel, ...

Segen

Die Gnade unseres Herrn Jesus Christus

Und die Liebe Gottes

Und die Gemeinschaft des Heiligen Geistes

Sei mit uns allen. Amen.