

In unwegsamem Gelände ist in der Abenddämmerung ein Mann unterwegs in seine alte Heimat. Er geht gebeugt und wirkt völlig erschöpft. Über der Schulter trägt er einen schweren Sack, den er immer wieder absetzen muss. Dann sieht er sich ängstlich und ratlos um. Offensichtlich kennt er den Weg nicht mehr. Obwohl er alleine ist, scheinen Stimmen ihn anzutreiben. Immer wieder schaut er erschrocken hinter sich, beschleunigt seine Schritte, nur um dann noch erschöpfter wieder in sein altes Tempo zurückzufallen. Mehrfach wendet er sich abrupt nach rechts, dann wieder nach links, als bekomme er von dort Befehle. Am Ende läuft er im Kreis ohne es zu bemerken. Plötzlich taucht vor ihm ein Mann auf, er erkennt seinen älteren Bruder. Der streckt ihm seine Hand entgegen und sagt: Komm! Ich bringe dich nach Hause und nehme dir auch deinen Sack ab. Der Mann sieht in die freundlichen Augen seines Bruders. Er geht zu ihm und lässt seinen Sack vor ihm auf den Boden fallen. Jetzt richtet er sich das erste Mal auf. Der Bruder legt dem Mann seinen Arm auf die Schultern und sagt: Spürst du meinen Arm auf deiner Schulter? Ich werde dich jetzt den richtigen Weg führen. Der Mann antwortet: Ja, ich spüre deinen Arm. Er tröstet mich. Ich weiß, du bist da. Jetzt kann ich beruhigt mit dir weiter gehen.

Folie 1: Predigttext

Predigttext:

[28](#) Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken.

[29](#) Nehmt auf euch mein Joch und lernt von mir; denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig; so werdet ihr Ruhe finden für eure Seelen.

[30](#) Denn mein Joch ist sanft, und meine Last ist leicht.

In diesem so schönen wie bekannten Text aus dem Matthäusevangelium benutzt Jesus ein schwieriges aber wie sich zeigen wird doch für das Verständnis des Textes entscheidendes Bild: das Joch. Das Joch *Folie Bild Joch2* steht heute für Unterdrückung und ist deshalb ausschließlich negativ besetzt. Das können wir, wenn wir den Text

heute lesen, nicht einfach ignorieren. Wir wollen uns deshalb zuerst anschauen, wie Jesu Zuhörer dieses Bild vom Joch damals verstanden haben. *Folie 3* Auch im AT gibt es viele Verse, die das Joch als Bild benutzen, zum einen für Arbeit oder Last, zum anderen für Gefangenschaft und Unterdrückung. *Folie 4* Damals war es üblich, immer zwei Tiere in ein Joch zu spannen, ein erfahrenes Tier als Leittier und ein Unerfahrenes. Deshalb bedeutet Joch auch zwei und in diesem Zusammenhang ist auch Jesu Aufforderung „lernet von mir“ zu verstehen. Nun gibt es aber noch eine dritte, für das Verständnis gerade dieses Textes sehr wichtige Bedeutung des Begriffes Joch. *Folie 5* Zur Zeit Jesu haben bedeutende Rabbiner ihre eigene Auslegung des jüdischen Gesetzes, der Thora entwickelt. Ziel war, ein gerechtes, Gott wohlgefälliges Leben zu führen. Mit ihrer Gesetzesauslegung machten die Rabbiner den Menschen klare strenge Vorgaben, was genau sie tun sollten bzw. nicht durften. Jesus sagt dazu:

[Lk 11,46](#) Darauf sagte Jesus: »Ja, wehe auch euch Gesetzeslehrern! Ihrbürdet den Menschen Lasten auf, die man kaum tragen kann, aber ihr selbst rührt diese Lasten mit keinem Finger an.

Diese Gesetzesauslegung wurde auch als Joch des jeweiligen Rabbi bezeichnet, also im Sinne der Last des Gesetzes, die der fromme Jude zu tragen bereit war. Jeder bedeutende Rabbi hatte also seine eigene Gesetzesauslegung, sein eigenes Joch. Wenn Jesus dazu aufruft, sein Joch auf sich zu nehmen, dann sagt er damit von sich, dass er ein bedeutender Rabbi ist, der eine eigene Gesetzesauslegung hat und er legt in diesen Versen dar, wie sein Joch ist.

Folie 6 : Schauen wir uns nun also zuerst an, **wen Jesus zu sich ruft**. Wer sind die Mühseligen und Beladenen? Jesus wendet sich an fromme Juden, die sich bemüht haben, das Gesetz, die Last, zu befolgen. Tag für Tag, Monat für Monat, Jahr für Jahr haben sie sich angestrengt, alle Vorschriften einzuhalten, um ein gerechtes Leben zu führen. Nun sind sie müde und erschöpft, außerdem ständig im Zweifel, ob sie nicht doch etwas vergessen oder falsch verstanden haben. Jesus hat echtes Mitleid und Erbarmen mit diesen erschöpften Menschen. Martin Luther steckt 1500 Jahre später

noch im gleichen Dilemma. Er versucht verzweifelt, alle Gebote der katholischen Lehre einzuhalten, es gelingt ihm nicht. Er quält sich mit der Frage: Wie finde ich einen gnädigen Gott.

Wir kennen dieses Problem heute nicht mehr. Nach Reformation, Humanismus und Aufklärung ist uns der gnädige und liebende Gott selbstverständlich. Wir wissen, dass wir uns nicht mit dem Einhalten religiöser Gebote quälen müssen. Und da wir außerdem mehr Freiheit und Freizeit haben als alle Generationen vor uns, gibt es keine müden und erschöpften Menschen mehr. Oder? Nein, das stimmt nicht, eher das Gegenteil ist der Fall. Es scheint mehr müde, erschöpfte, ausgebrannte Menschen zu geben, als je zuvor. Kann es sein, dass ungeschriebene Gesetze die Rolle der religiösen Vorschriften eingenommen haben und uns gefangen nehmen? Kann es sein, dass wir uns unausgesprochenen Erwartungen unterwerfen und uns von ihnen unter Druck setzen lassen? Ich muss im Beruf vorankommen, der Beste sein, mehr verdienen, die Macht und Anerkennung bekommen, die mir zusteht. Ich muss aufpassen, dass mir nichts entgeht, nichts zu verpassen, alles mitnehmen, überall dabei sein. Ich muss überall der Beste sein, keine Fehler machen, mir keine Blöße geben, perfekt sein, keinen Anlass zur Kritik geben. Ich muss es jedem recht machen, alle Erwartungen erfüllen, niemanden verärgern. Ich muss mein Bestes für Gott geben, nie nachlassen, ihm und den Menschen zu dienen. Ihr seht, ich könnte so ewig weitermachen. Und manches klingt auch gar nicht verkehrt. Trifft etwas davon auf euch zu? Solche Sätze kreisen oft wie in einer Endlosschleife durch unser Unterbewusstsein, d.h. es kann sein, dass wir uns gar nicht darüber im klaren sind, wie sehr sie uns beherrschen. Christlich erzogene Menschen verstehen sie oft als Gottes Willen. Unausgesprochen und unerkannt haben sie oft mehr Gewalt über uns als schriftlich niedergelegte Gesetze. Letzten Endes geht es dabei um unsere Sehnsucht nach Liebe und Anerkennung und nach einem erfüllten Leben. Diese Sehnsucht hoffen wir stillen zu können, indem wir den Stimmen in uns und den unausgesprochenen Erwartungen unserer Gesellschaft entsprechen. Jesus ruft den, der erkannt hat, dass er eine große Last trägt und der sie loswerden möchte.

Was bedeutet Jesu Joch? *Folie 7* Bestimmt habt ihr dazu schon viele Auslegungen gehört. Manche meinen, es bedeutet die Aufforderung, uns ganz für Gott einzusetzen. Mit unserer ganzen Kraft und darüber hinaus sollen wir Gott dienen, sei es durch Dienst an den Menschen, Nächstenliebe, durch Mitarbeit in der Gemeinde oder Mission. Manche meinen das Joch bedeute, Jesus gehorsam zu sein. Wenn eine Entscheidung ansteht, fragen sie nach Gottes Willen und wenn sie keine klare Antwort erhalten, haben sie große Angst, die falsche Entscheidung zu treffen und dann von Gott dafür bestraft zu werden. Manche meinen, das Joch bedeute, wenn Gott uns seine Liebe und Gnade schon ohne Bedingung geschenkt habe, sei es jetzt an uns, sie mit unserer Liebe zu beantworten, indem wir ein heiliges Leben führen. Alle diese Joche sind nicht von Jesus. Wenn ihr sie konsequent getragen habt, haben sie euch ermüdet und erschöpft. Fragen wir die Bibel selbst, welches das neue Joch, also die neue Gesetzesauslegung ist, das Jesus bringt:

Folie 8

[Joh.3,16](#) Denn also hat Gott die Welt geliebt, dass er seinen eingeborenen Sohn gab, auf dass alle, die an ihn glauben, nicht verloren werden, sondern das ewige Leben haben.

Joh. 14,6 Jesus spricht zu ihm: Ich bin der Weg und die Wahrheit und das Leben; niemand kommt zum Vater denn durch mich.

[Mt 26,28](#) das ist mein Blut des Bundes, das vergossen wird für viele zur Vergebung der Sünden.

[Gal 2,16](#) Aber wir wissen ´jetzt`, dass der Mensch nicht durch das Befolgen von Gesetzesvorschriften für gerecht erklärt wird, sondern nur durch den Glauben an Jesus Christus. Darum haben auch wir unser Vertrauen auf Jesus Christus gesetzt,

[Gal 3,26](#) Ihr alle seid also Söhne und Töchter Gottes, weil ihr an Jesus Christus glaubt und mit ihm verbunden seid.

- Jesus kommt als Sohn Gottes, als wahrer Gott und wahrer Mensch auf diese Welt (er ist viel mehr als ein Rabbi)

- Ein neuer Bund zwischen Gott und Menschen wird geschlossen. Jesu Tod ermöglicht die Vergebung der Schuld. Er ist ab jetzt der Weg zu Gott
- Es geht nur um glauben / vertrauen, nicht um das Einhalten von Geboten oder eine andere Form von eigener Anstrengung

Was bedeutet es nun, sein Joch auf sich zu nehmen? Es bedeutet, ihm zu vertrauen, ihm das ganze eigene Leben anzuvertrauen. Damit versuchen wir nicht mehr, uns die Gerechtigkeit selbst zu verdienen. Wir versuchen aber auch nicht mehr, uns das Lebensglück auf dieser Welt selbst zu beschaffen, indem wir uns nehmen, was wir kriegen können. Und wir versuchen auch nicht mehr, die Anerkennung dieser Welt zu gewinnen, indem wir ihre Erwartungen erfüllen. Wir brauchen das alles nicht mehr. Und jetzt bekommen wir eine Ahnung davon, warum das Joch Jesu leicht ist und frei macht – und uns doch alles abverlangt. Denn Jesus einfach das ganze Leben anvertrauen, das ist ganz und gar nicht einfach. Das weiß Jesus und deshalb sagt er:

Ich bin sanftmütig und von Herzen demütig. Was meint er damit?

Jesus geht liebevoll und rücksichtsvoll mit uns um. Er verspricht uns, uns nie zu überfordern, wenn wir uns ihm anvertrauen. Er will immer nur unser Bestes und verfolgt niemals eigene Ziele. Das widerspricht allen unseren Erfahrungen aus dieser Welt. Alle Menschen, die in dieser Welt Macht über uns haben, verfolgen immer auch eigene Interessen und Ziele. Selbst unsere Eltern, mögen sie uns auch noch so sehr lieben, werden nie völlig selbstlos handeln oder gehandelt haben, konnten es nicht. Bei Jesus ist das anders. Deshalb bedeutet sein Joch niemals Unterdrückung! Aber das leise Misstrauen in uns sitzt tief. Werde ich nicht doch etwas verpassen, wenn ich mein Leben ganz Jesus anvertraue? Was wird er mir wegnehmen? Was wird er von mir verlangen? Der Teufel nutzt diese Zweifel. Jesus sagt: Ich bin sanftmütig und von Herzen demütig, ich gehe liebevoll und sorgsam mit dir um, ich verfolge keine eigenen Ziele. Das ist sein Versprechen. Ich muss mich aber schon bewusst entscheiden, dieser Botschaft zu glauben, da sie allen Erfahrungen dieser Welt

widerspricht. Bin ich dazu bereit? Die Bibel bezeugt ganz klar, dass Jesu Herrschaft nie mit Unterdrückung, sondern immer mit Freiheit verbunden ist.

[Jes 61,1](#) Der Geist Gottes des HERRN ist auf mir, weil der HERR mich gesalbt hat. Er hat mich gesandt, den Elenden gute Botschaft zu bringen, die zerbrochenen Herzen zu verbinden, zu verkündigen den Gefangenen die Freiheit, den Gebundenen, dass sie frei und ledig sein sollen;

(auch Luk.4,18)

[2Kor 3,17](#) Der Herr ist der Geist; wo aber der Geist des Herrn ist, da ist Freiheit.

[Röm 7,6](#) Nun aber sind wir vom Gesetz frei geworden und dem gestorben, was uns gefangen hielt, sodass wir dienen im neuen Wesen des Geistes und nicht im alten Wesen des Buchstabens.

Das Joch, unter dem wir bisher unsere Last geschleppt haben, ist weg. Davon sind wir befreit. Wir haben es eingetauscht gegen eine Person, Jesus, der liebevoll und sanft mit uns umgeht und uns in die Freiheit führt. In dieser Freiheit finden wir die **Ruhe für unser Leben**. Es ist nicht die Friedhofsruhe oder die Ruhe der Langeweile, sondern das Ruhen eines Menschen, der nicht mehr getrieben wird von fremden Mächten, von Erwartungen anderer, von ungeschriebenen Gesetzen, von der Suche nach Glück, Erfüllung und Liebe. In dieser Freiheit und in dieser Ruhe wird der Mensch immer mehr zu dem, wie Gott ihn sich gedacht und geschaffen hat.

Ich habe schon vor ca. 3 Monaten den Text für diese Predigt gezeigt bekommen und beschäftige mich seitdem damit. Mal habe ich mich gefragt, was der Text bedeutet, was mit den Begriffen gemeint ist, wie er im Zusammenhang anderer biblischer Texte zu verstehen ist – davon habt ihr jetzt viel gehört. Gleichzeitig wurde mir klar, ich muss diesen Text auch leben, ich muss ihn ausprobieren, Jesus beim Wort nehmen. Nun sind Bilder grundsätzlich immer hilfreich für mich, aber mit dem Bild des Joches konnte ich trotz aller guten Gedanken auf der gefühlsmäßigen Ebene doch nicht warm werden. Die Vorstellung von mir und Jesus als Ochsen gemeinsam unter

einem Joch war mir einfach nicht eingänglich. Deshalb habe ich versucht, ein anderes Bild für mich zu finden und habe dabei das Bild des Bruders entdeckt, der seinen Arm um mich legt und mich führt, wie ich das in der Eingangsgeschichte ausgeführt habe. Auch wenn ich meinen Weg mit Jesus nun schon eine ganze Weile gehe, wurde mir klar, dass es notwendig ist, immer wieder neu im Gebet zu ihm zu kommen. Jeden Tag neu ihm meine Last - woraus immer sie gerade besteht - vor die Füße zu werfen, anstatt sie selbst zu schleppen. Ich habe angefangen, ihm bewusst mein Vertrauen auszusprechen, dass er sich darum kümmern wird und es gut mit mir meint. Ich habe mich bewusst seiner Führung anvertraut. Dabei habe ich gemerkt, wie schnell ich Jesus auch wieder davon laufe. Weil ich ungeduldig bin, weil ich meine, es besser zu wissen. Glücklicherweise verliert er mich nie aus den Augen.

[28](#) Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken.

[29](#) Nehmt auf euch mein Joch und lernt von mir; denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig; so werdet ihr Ruhe finden für eure Seelen.

[30](#) Denn mein Joch ist sanft, und meine Last ist leicht. Amen.

Wir haben jetzt eine Zeit der Stille, die ich mit einem Gebet beende.

Lieber Herr Jesus, danke, dass du meine Last kennst, mich kennst und mich liebst. Danke, dass du mich einlädst, zu dir zu kommen, dass du auf mich wartest. Hilf mir, mein Vertrauen in dich zu setzen, von dir alles zu erwarten. Ich möchte dich beim Wort nehmen, die Freiheit und die Ruhe erfahren, die in dir zu finden sind. Amen