

Markus (8) Ruhe – aber richtig!

Andy Nothnagel

Text:

Markus 2,23-3,6

23 An einem Sabbat ging Jesus durch die Felder. Seine Jünger fingen an, am Weg entlang Ähren abzureißen und die Körner zu essen. 24 Da sagten die Pharisäer zu ihm: »Hast du gesehen, was sie da tun? Das ist doch am Sabbat nicht erlaubt!« 25 Jesus entgegnete: »Habt ihr nie gelesen, was David tat, als er und seine Begleiter nichts zu essen hatten und Hunger litten? 26 Wie er damals – zur Zeit des Hohenpriesters Abjatar – ins Haus Gottes ging und von den geweihten Broten aß, von denen doch nur die Priester essen dürfen, und wie er auch seinen Begleitern davon gab? « 27 Und Jesus fügte hinzu: »Der Sabbat ist für den Menschen gemacht, nicht der Mensch für den Sabbat. 28 Darum ist der Menschensohn Herr auch über den Sabbat.«

1 Als Jesus ein anderes Mal in die Synagoge ging, war dort ein Mann mit einer verkrüppelten Hand. 2 Die, die einen Vorwand suchten, um Jesus anklagen zu können, beobachteten aufmerksam, ob er ihn am Sabbat heilen würde. 3 »Steh auf und komm nach vorn!«, sagte Jesus zu dem Mann mit der verkrüppelten Hand. 4 Und den anderen stellte er die Frage: »Was ist richtig – am Sabbat Gutes zu tun oder Böses? Einem Menschen das Leben zu retten oder ihn zu töten?« Sie schwiegen. 5 Er sah sie der Reihe nach an, voll Zorn und zugleich tief betrübt über ihr verstocktes Herz. Dann befahl er dem Mann: »Streck die Hand aus!« Der Mann streckte die Hand aus, und sie war geheilt. 6 Die Pharisäer jedoch fassten, sobald sie die Synagoge verlassen hatten, zusammen mit den Anhängern des Herodes den Plan, Jesus zu beseitigen.

Matthäus 11,28

28 »Kommt zu mir, ihr alle, die ihr euch plagt und von eurer Last fast erdrückt werdet; ich werde sie euch abnehmen.

Weiterführende Fragen:

1. Wann hast du zuletzt wirklich Ruhe erlebt — nicht einfach Freizeit, sondern das Gefühl, innerlich zur Ruhe gekommen zu sein? Was war das Besondere an diesem Moment?
2. Wenn du ehrlich schaust: Ist Ruhe für dich eher etwas, das du dir verdienst — oder etwas, das du empfängst? Was sagt das darüber aus, wie du dich selbst und Gott siehst?

3. Jesus sagt: „Der Sabbat ist für den Menschen gemacht, nicht der Mensch für den Sabbat.“ Was würde es für deinen Alltag bedeuten, wenn du das wirklich glaubst — und nicht nur weißt?
4. Gibt es Menschen in deinem Umfeld, bei denen deine eigene Erschöpfung oder Beschäftigung dazu geführt hat, dass du weggeguckt hast, statt hinzusehen? Was wäre ein konkreter nächster Schritt?
5. Was wäre für dich in dieser Woche ein bewusster Schritt, um Ruhe zu empfangen, statt sie zu erarbeiten? Was müsstest du dafür loslassen — oder einfach sein lassen?