

Aufatmen

Predigt zum 2. Sonntag nach Trinitatis - Forchheim, 14. Juni 2026

Matthäus 11,28(25-30) und Psalm 52,10 (Taufspruch Valentin S.)

Liebe Schwestern und Brüder,

die Glocken läuten wieder. Was geht in Ihnen vor, wenn Sie das Läuten hören? Ihnen, liebe Familie S., war es ganz wichtig, dass zur Taufe Ihres Jüngsten die Taufglocke läutet. Manche nervt es leider.

Ich habe ein Kind gefragt. „Da weiß man, dass man zu Hause ist.“ antwortete es. Nun ja, es wohnt in einem Pfarrhaus. Aber auch mir geht das so – egal wo ich die Glocken höre: Etwas wie Heimat empfinde ich ganz tief. Gott ist da, und ich bin bei ihm zu Hause. Der Kopf weiß das zwar, aber die Glocken lassen es im Herzen hören. Und sie rufen – zum Gottesdienst, zum Innehalten mitten am Tag, ein kurzes Gebet, ein Aufblicken zum himmlischen Vater, ein Seufzen...

„Lasst die Kinder zu mir kommen!“ ruft Jesus mit der neuen Taufglocke. *„Kommt her zu mir alle, die ihr mühselig und beladen seid. Ich will euch erquicken.“* ruft er mit dem heutigen Evangelium.

Erquicken. Ein seltenes, seltsames Wort.

Vor einigen Jahren reiste ich mit einer Freundin nach Kenia. Fast zwei Tage waren wir unterwegs. Viele Stunden Flug. Wir landeten in Mombasa. Die Nacht war schwül. Wir waren müde.

Da empfing uns der Vertreter des Reisebüros mit gekühltem Wasser. Was für eine Erquickung! Später im Hotel wurde uns ein feuchtes Handtuch gereicht und Kokossaft. Gepäck ablegen, hinsetzen, erfrischt werden. Wie gut das tut! Erquickend.

Das will Jesus für uns. Er lässt uns aufatmen.

Wo atmen Sie auf? Wo kommen Sie zur Ruhe und empfangen frische Kräfte? Mir fällt da einiges ein.

Solch ein Gottesdienst zum Beispiel. Oder Musik. Jede gute Musik hat diese Kraft, die uns aufleben lässt. Für mich gehört auch der Rätzteich, unser schönes Waldbad, dazu. Und mein Zuhause. Menschen, mit denen ich gute Gemeinschaft erlebe.

Überall dort wartet Jesus auf uns: *„Ich will euch erquicken.“*

Und an den anderen Orten? Wo wir uns ablagen. Wo wir nicht wissen, wie wir alles Nötige schaffen sollen. Wo wir enttäuscht und verletzt sind, mühselig und beladen? ... Da wartet er erst recht auf uns!

Er selbst hat gerade bittere Erfahrungen gemacht, als er die Einladung ausspricht: Er hatte verschiedene Städte besucht. Er hatte Menschen befreit, Gebeugte aufgerichtet, Verzagte lebten auf... Wunder waren geschehen. Hautnah hatten die Menschen Gottes Liebe erfahren – und machten dennoch ihren alten Trott weiter, als gäbe es keinen Gott. Für Jesus ist das bitter. Seine Liebe geht ins Leere. Gottes Liebe bleibt ohne Antwort. Bis heute bei so vielen Menschen!

Und dann lesen wir (wörtlich): *„Antwortend sprach Jesus: ‚Vater, ich preise dich...‘“*

Jesus reagiert auf die bittere Erfahrung, indem er die Verbindung zu seinem himmlischen Vater sucht. Da schwingt etwas hin und her zwischen ihm und dem Vater, zwischen Himmel und Erde. Wie bei den Glocken. Das bittere Erleben kommt mit Gott in Berührung. Das ist Jesu Raum zum Aufatmen: die Gemeinschaft mit seinem himmlischen Vater. Und diesen Raum öffnet er für uns. Er

nimmt uns hinein in diese Liebesgemeinschaft. Da finden wir Heimat. Die Glocken erinnern uns daran: Bei Gott bin ich zu Hause.

Wichtig ist, dass wir diese Verbindung suchen und pflegen: Zum Beispiel, indem wir Gott danken. Danke, Herr! – Für diese schöne Kirche. Für den freien Tag. Danke für unsere Kinder... für alles, was jetzt blüht und gedeiht... danke ... Unser Dank verbindet uns mit der Quelle des Lebens. Das Gute, das wir erleben, wird zu einem Liebesgruß des himmlischen Vaters. Das macht uns reich.

Ganz ähnlich können wir das, was schwer ist, mit Jesus teilen. „Herr, was soll bloß werden?“ – „Hab keine Angst“, sagt er, „ich bin bei dir und bei euch.“ Ein Seufzen. Wenn es sein muss, auch schimpfen über jemanden, der mir gerade Not macht. Und dann von Jesus hören: „Ja, du leidest mit mir. Komm, wir segnen diesen Menschen trotzdem.“ Und wenn ich das momentan nicht kann, dann lege ich ihn einfach Jesus ans Herz.

Meine Lasten darf ich in seiner Nähe erstmal ablegen. Und dann höre ich vielleicht, wie Jesus sagt: „Du, hier machst du es dir selbst zu schwer. Nicht alles ist nötig. Du brauchst nicht alle Erwartungen zu erfüllen. Schau, *das* ist deine Verantwortung – aber das andere kannst du getrost lassen.“ Oder er sagt: „Bitte, suche dir Hilfe. Du bist nicht allein.“ Oder: „Ja, ich weiß, das ist schwer. Ich helfe dir tragen – Schritt für Schritt. Tag für Tag.“

Jesus hatte erfahren, wie in der Verbindung zu seinem Vater ein neues Licht auf seine Enttäuschung fiel. Ihm ging auf: Es ist gut, dass nicht zuerst die Weisen und Klugen Zugang zu Gott finden, sondern diejenigen, die abhängig sind von den Starken – Kinder, Menschen mit Handicaps zum Beispiel. Sie haben oft einen ganz unmittelbaren Zugang zur himmlischen Welt.

So fällt auch auf unsere Enttäuschungen, unsere Sorgen und Lasten ein neues Licht, wenn wir damit zu Jesus kommen. Manches klärt sich. Manches verliert an Gewicht, wird also leichter. Anderes lässt unsere Sehnsucht wachsen, die Sehnsucht nach Gerechtigkeit, die Sehnsucht nach dem Reich Gottes. Und die zieht uns näher zu Gott.

Ein Beispiel für solch ein Leben mit Gott ist Valentins Taufspruch: *„Ich aber werde bleiben wie ein grünender Ölbaum im Hause Gottes; ich verlasse mich auf Gottes Güte immer und ewig.“ Psalm 52,10*

„Ich ABER...“ – Zu Beginn ein großes Aber. Der Mensch, der hier betet, ist bedroht. Von Tyrannen. Leute, die großen Gewinn auf Kosten der Schwächeren machen, die ohne Skrupel ihre egoistischen Interessen durchsetzen. Die Unheil anrichten ohne schlechtes Gewissen.

Auch wir leben in einer bedrohten Welt, selbst wenn wir keine persönlichen Feinde haben. Hass und Lüge, Krieg und Teuerung und vieles andere bedrängen uns.

„Ich ABER – ein grünender Ölbaum im Haus Gottes.“ Ein trotziges Aber. Dieser Mensch ist zu Hause bei Gott. Jesu Nähe ist ein Schutzraum. „Tobe, Welt und springe, ich steh hier und singe in gar sicherer Ruh.“¹ Trotziges Gottvertrauen.

Kennt ihr das: Geschützt sein bei Jesus?

Ich erinnere mich an eine meiner ersten Beerdigungen als Gemeindepfarrerin. Ein junger Mann hatte sich mit Benzin übergossen und verbrannt. Die Menschen im Dorf waren verstört. Auf dem Friedhof wehte der Sturm, kalter Regen peitschte – es war extrem ungemütlich. Nach der Beisetzung zogen die Trauernden zur Kirche. Eine schlichte, kleine Kirche. Ich stand vor dem Altar – heilige Stille umgab mich, der Sturm tobte draußen. Es war mehr als nur Schutz vor dem schlechten Wetter. Es war Zuflucht bei Gott. Aufatmen. Trost. Raum zum Leben trotz alles dessen, was so schwer ist.

¹ Aus dem Lied „Jesu, meine Freude“, EG 396,3.

Der Ölbaum grünt trotz Hitze und Dürre. Er wird zwar knorrig in den Stürmen. Aber seine Wurzeln reichen tief und erreichen die Wasser führenden Schichten in der Erde. Die Lebensverbindung mit dem himmlischen Vater lässt unsere Wurzeln tief wachsen. Gerade in den Zeiten, in denen wir „mühselig und beladen sind“: wenn wir da Jesu Nähe suchen, immer wieder, dann gewinnen wir solch trotziges Gottvertrauen. *„Ich aber, ich verlasse mich auf Gottes Güte immer und ewig – ein grünender Ölbaum im Haus Gottes.“*

„Kommt her zu mir alle, die ihr mühselig und beladen seid“, ruft Jesus, „ich will euch erquicken.“

Und weil wir Erwachsenen es manchmal schwer haben mit dem Gottvertrauen, möchte ich uns zum Schluss ein Bild vor Augen stellen: Es ist ein Altar in einem Friedwald auf dem Schwanberg bei Würzburg, gestaltet von Irene Dilling, mit einem Text:



Wenn es nur sein könnte, / dass ich liefe in deine ausgebreiteten Arme.

Wenn es nur sein könnte, / dass ich zu deinen Füßen säße / und alles Fragen hätte ein Ende.

Wenn es nur sein könnte, / dass ich käme in meinen alten Tagen / und erreichte die Heimat / und wäre bei dir.

Wenn es nur sein könnte, / dass meine Augen dich schauen / und ich stehe und glaube / wie ein Kind.

Wenn es nur sein könnte / dass du mich birgst in deinem Mantel / wenn ich ausgeliefert und hilflos bin.

Wenn es nur sein könnte... / du hörst meine langen Fragen / und sprichst nur ein Wort / und du sagst zu mir: / Komm!²

Und der Friede Gottes, der all unser Denken und Begreifen übersteigt, bewahre unsere Herzen und Sinne in Christus Jesus, unserem Herrn. Amen.

© Brigitte Seifert

² Irene Dilling, in: Geheimnis des Glaubens, S. 66 (hergestellt vom Oberfränkischen Ansichtskartenverlag Boullion Bayreuth o.J.). Foto: Brigitte Seifert