



## Lass mich endlich in Ruhe!

*„Nehmt mein Joch auf euch und lernt von mir,  
denn ich bin gütig und von Herzen demütig,  
und ihr werdet Ruhe finden für eure Seele.“*

(Matthäus-Evangelium 11,29)

Wieder einmal ein hektischer Tag. Alles ist dringend, alles muss sofort erledigt werden. Termine, Telefonate, Besorgungen. Je mehr ich tue, desto weniger bin ich damit zufrieden. Schließlich mache ich Schluss. Feierabend. Aber die ersehnte Ruhe will sich nicht einstellen. Die Gedanken in meinem Kopf kreisen einfach weiter, trotz der Müdigkeit und physischen Erschöpfung.

Doch es gibt auch eine andere Ruhe. Niemand kommt, niemand scheint sich um mich zu kümmern. Diese Ruhe bedrückt und lähmt. Viele haben sie in den vergangenen Monaten als quälende Einsamkeit erlebt. Das war keine erholsame, sondern eine erzwungene und beängstigende Stille, oft verbunden mit einer seelischen Erschöpfung. An ihr leiden Menschen noch immer. Die ersten Wochen der durch Corona verursachten Stilllegungen des öffentlichen und privaten Lebens hatten etwas von einer Grabesruhe. Nur: Diese Ruhe brachte keinen Frieden.

Psychologen und Therapeuten haben zur Bewältigung solcher menschlicher Krisen vielfältige und sicher auch brauchbare Rezepte. Auch Jesus bietet ein "Rezept". Er ist ein sorgfältiger und vor allem mitfühlender Beobachter der Bedingungen, unter denen Menschen leben, und ihrer Reaktionen. Für ihn geht es nicht einfach um Entschleunigung oder Verringerung des Leistungsdrucks, sondern um eine grundlegende Neuausrichtung auf Gott hin. Nicht der Mensch soll sich mühsam den Sinn all dessen, was er tut, seiner Begründungen und Ziele zurechtzimmern, sondern ihn von Gott her sich schenken lassen.

Der Mensch ist nicht das Spielzeug Gottes, ein Experimentierfeld für dessen Leidenschaft, sondern das geliebte Du, das Gott nicht allein lassen will. Er drängt sich nicht auf gegen den Willen des Menschen ("Lass mich in Ruhe!") und macht sich nicht davon ("Gott, wo bist du?"). Jesus verkündet hier nicht einfach plakative und primitive Gottesbilder. Er weiß, wie schwer wir uns mit einem solchen Gott tun, und steht mit seinem Leben dafür ein. Nur deshalb kann er sagen: "Kommt zu mir!"

## Impuls

- Im katholischen Gotteslob unter Nr. 863 finden Sie das Lied 'Geborgen in dir, Gott, atme ich ein', [Verknüpfung](#). Im evangelischen Gesangbuch EGplus unter Nr. 111 steht 'Meine Zeit steht in deinen Händen', [Verknüpfung](#). Beide Lieder regen zum Nachdenken an über die Kraft, die ein Mensch aus dem Vertrauen zu Gott schöpfen kann.

Diese Spur wurde Ihnen gelegt von Dr. Christoph Klock

Bild: Martina Neugebauer-Renner @ [Pfarrbriefservice.de](https://Pfarrbriefservice.de)

Eine gesegnete Woche wünschen Ihnen Ihre Spurenleger

Maren Dettmers, Hans-Jörg Fritz-Knötzele, Angela Gessner, Ulrike Hofmann, Dr. Christoph, Klock, Heinz Lenhart, Elisabeth Prügger-Schnizer, Eva Reuter, Heiko Ruff-Kapraun und Dr. Hans Jürgen Steubing

KIRCHE & CO.

Kirche & Co. – ein Laden der Kirchen für die Menschen in der Stadt  
(Kirche in der City von Darmstadt e.V.) Rheinstraße 31, 64283 Darmstadt