Jeder von uns hat Ideale in seinem Kopf. Sie sind der Maßstab, ob wir unser Leben als gelungen ansehen oder nicht. Solche Ideale können von den eigenen Eltern stammen, die wir in uns aufgenommen haben. Sie können auch aktuell von anderen Menschen an uns herangetragen werden. Höher, schneller, weiter. Im wahren Leben funktioniert das nicht. Vor allem, wenn die Leistungsfähigkeit abnimmt.

Christen haben dabei einen entscheidenden Vorteil. Das Evangelium sagt uns: Du lebst von dem, was Jesus Christus schenkt. Es ist ein Leben mit und in der Kraft des Heiligen Geistes. Das will geübt sein. Ein Leben lang. Dazu gehört es, Stille und Ruhe als etwas Gutes für unser Leben zu entdecken.

Warum? Hier kommt die Antwort:

Und so vollendete Gott am siebenten Tage seine Werke, die er machte, und ruhte am siebenten Tage von allen seinen Werken, die er gemacht hatte. Und Gott segnete den siebenten Tag und heiligte ihn, weil er an ihm ruhte von allen seinen Werken, die Gott geschaffen und gemacht hatte. (1. Mose 2,2-3)

An den ersten sechs Schöpfungstagen werden die Erde, Sonne, Mond und Sterne, die Tiere und zum krönenden Abschluss der Mensch geschaffen. Jetzt könnte Gott sagen: „So, jetzt bin ich fertig, ich habe mir eine Pause verdient.“ Dann legt er sich aufs Ohr. Nein! Ganz anders. Erst mit dem 7. Tag wird Gott fertig. Gott vollendet alles am Ruhetag.

Vollenden heißt so viel wie fertigstellen. Erst am Sabbat, so heißt der Ruhetag, stellt Gott seine Schöpfung fertig. Gott gestaltet die ganze Welt und kommt dann zur Ruhe, weil sein Wort weiter wirkt. Er kann sich am Himmel und der Erde erfreuen. Er ist zufrieden und weiß: Alles gut gemacht und nun kann ich ausruhen. Gott schenkt uns seinen Ruhetag!

Das nimmt Druck aus deinem Leben! Ordne deinen Tag mit genügend Schlaf, deine Woche mit einem Feiertag mit Gott. Und natürlich dein ganzes Jahr. Gott hat Ruhen und Feiern verordnet. 9 große Feste hat das Volk Israel jedes Jahr gefeiert und manche davon mehrere Tage lang.

Vielleicht ist es in deinem Leben dran, Pausen und Ruhe zu planen. Dazu gehören auch die Zeiten, wo du allein mit deinem Gott bist. Probier es aus. Ich kann es nur empfehlen. Aus der Stille erwächst die Kraft für unser Leben.

Ich wünsche euch allen spannende Erfahrungen mit Ruhe und Stille.

Pfarrer Michael Ahner