

# Wort zum Sonntag, 18.07.2021

von Diakon Christoph Glaser



## Mach mal Pause

Sommerzeit - Ferienzeit, Urlaubszeit. Zeit um einmal auszuruhen von der Hektik des Alltags, Erholung, Neues entdecken. Auch Jesus spricht seinen Jüngern solche Ruhezeiten zu. Im Evangelium dieses Sonntags hören wir Jesus sagen: *„...Kommt mit an einen einsamen Ort, wo wir allein sind, und ruht ein wenig aus! Denn sie fanden nicht einmal Zeit zum Essen, so zahlreich waren die Leute, die kamen und gingen. (Mk 6,30-34)*

Habe ich das eben richtig gehört? Jesus lädt ein zu einer Pause, einem Rückzug, abseits des großen Getriebes. Keine Spur von "Müßiggang ist aller Laster Anfang" oder "wer rastet, der rostet". Jesus meint es gut mit seinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern am Reich Gottes. Selbst eine so wichtige und dringliche Arbeit wie die Verkündigung des Gotteswortes kann Pausen verkräften.

Auch wir brauchen immer wieder Momente der Ruhe, „Oasen“, wo wir ausruhen und zu uns selber kommen können. Es braucht eine Balance zwischen Arbeit und Freizeit, auch im Glauben und in der Verkündigung. Batterien müssen von Zeit zu Zeit aufgeladen oder erneuert werden. Es braucht für uns Menschen einen Rhythmus von Arbeit und Entspannung, von Einsatz und Ruhe. Für mich ist nicht nur die langersehnte Urlaubszeit, sondern auch jeder Sonntag wie eine Lunge, die mich atmen lässt, eine Entspannungszeit, in der ich aufatmen- und bei Jesus zur Ruhe kommen kann.

Können Sie das noch, sich entspannen? In zwei Wochen beginnt auch bei uns die Ferienzeit und viele werden unterwegs sein, aber ob sie erholt zurückkehren ist fraglich.

Mir tut es jedes mal gut, wenn ich diese Episode lese! Ich stelle mir vor, wie entspannt, gelöst und froh die Apostel mit Jesus während der Überfahrt im Boot waren - voller Vorfreude auf die ruhigen Stunden. Aufmerksame Leserinnen und Leser werden jetzt denken: Aber Jesus selbst kam ja wohl nicht zur Ruhe. Im Evangelium heißt es doch, dass er Mitleid mit den vielen orientierungslosen Menschen hatte, und dass er sie lange lehrte.

An vielen anderen Stellen hören wir aber immer wieder, dass Jesus die Einsamkeit und Stille suchte, vor allem zum Zwiegespräch mit seinem Vater im Himmel. Diese Momente der Zurückgezogenheit waren ganz eindeutig seine Kraftquellen. In der Stille und im Gebet schöpfte er Kraft, um dann wieder zu den Menschen zu gehen, ganz für sie, für ihre Bedürfnisse und Nöte dazu sein.

So lädt uns jeder Sonntag, aber auch die vor uns liegenden Urlaubstage, Sommertage ein, Leben zu genießen, uns Zeit zu nehmen für uns selbst und das, was wir gern tun ohne Zweckbindung; uns Zeit zu nehmen für unsere Familien und Freunde, Beziehungen zu pflegen um des Menschen willen; uns gegenseitig zu beschenken durch unser Dasein und Zeit-Haben. Urlaubstage laden uns auch ein, uns Zeit zu nehmen für Gott, ihn neu im Staunen über die Schönheiten der Natur zu entdecken und uns mehr Zeit zu nehmen zum Danken für unser Leben.

Ein Lied fällt mir dazu ein, das mich seit vielen Jahren immer wieder neu berührt und inspiriert: „Ich sammle Farben für den Winter“ von Role Kalkbrenner. Falls Sie Internet haben, hören Sie doch mal rein und lassen sich auch von diesem wunderschönen Lied berühren: [www.youtube.com/watch](https://www.youtube.com/watch)

Ich wünsche Ihnen und uns allen, dass alle, die in die Ferien, in den Urlaub oder die freie Zeit gehen, diese genießen: die Sonne, die Menschen, die Erholung. Aber vor allem auch immer wieder den Gott, der uns nahe sein will.

Christoph Glaser

Diakon im Pastoralen Raum Bad Kissingen