

Generalsuperintendentin
Ulrike Trautwein
Evangelische Kirche Berlin-Brandenburg-schlesische Oberlausitz
Wort des Bischofs für Radio 88,8
18. Juli 2015

Liebe Hörerinnen und Hörer!

Ferienbeginn... - schon seit Wochen freue ich mich darauf. Der Urlaubstermin leuchtet bereits rot in meinem Kalender: Endlich Ruhe und dem eigenen Rhythmus folgen.

Bald ist es auch für mich soweit: Der Urlaub kommt und äußerlich stellt sich Ruhe ein.

Aber innerlich abzuschalten, das ist schon schwieriger.

Wenn wir früher als Familie mit Freunden zusammen verreist sind, gab es in den ersten Tagen öfter kleine Konflikte. Es erfordert einfach Geduld wirklich runterzukommen. Es braucht Übung. Der neue Rhythmus muss sich einspielen. Jesus war gut darin, mit seinen Jüngern diese ungewohnte Ruhe einzuüben: Als die Jünger so richtig überarbeitet waren, kamen sie zu Jesus und berichteten ihm atemlos und stolz, was sie alles geschafft hatten in den vergangenen Tagen. Sie hatten sich um zahllose Menschen gekümmert und ihnen geholfen, hatten zugehört und ihnen von Gottes Reich erzählt. Jetzt waren sie vollkommen erschöpft.

Darauf reagiert Jesus und sagt zu ihnen: "Geht ihr allein an eine einsame Stätte und ruht ein wenig."

Diesen kleinen Wortwechsel übersieht man in der Bibel schnell. Dabei finde ich wichtig zu lesen, wie Jesus seinen Jüngern den nötigen Abstand verschafft und Ruhe ermöglicht. Klar ist das toll, wenn man viel schafft. Man ist ja auch stolz darauf, aber man übersieht dabei auch oft seine Grenzen und geht über sie hinaus. Das tut auf Dauer nicht gut. Jesus holt die Jünger wieder zu sich selbst zurück: „Geht und ruht ein wenig!“

Er selber konnte gut auf Abstand gehen und nach getaner Arbeit ruhen.

Er legte immer wieder Pausen ein, sie waren ihm heilig. Gerade wenn er mit vielen Menschen zusammen gewesen war, mit ihnen gesprochen und ihnen geholfen hatte. Mir gefällt, das.

Wenn bei mir im Kalender der Urlaub naht, dann wird es in der Regel nochmal so richtig stressig, von Ruhepausen keine Spur. Klar, dass die ersten Urlaubstage sich dann merkwürdig anfühlen.

In diesem Jahr werde ich darauf vorbereitet sein, dass die innere Ruhe vielleicht auf sich warten lässt. Auch Abschalten braucht eben seine Zeit! Aber ich bin mir sicher: Die ersehnte Ruhe wird kommen - zusammen mit dem, was sie mit sich bringt: gut schlafen, bummeln, spielen, sich bewegen, in die Landschaft gucken, die Gedanken schweifen lassen, sich an schönes erinnern, sich auf wunderbare Weise langweilen, neue Eindrücke sammeln. Und einfach Kraft schöpfen!

Die gelassenen Worte von Jesus werden mir dabei helfen. Mit ihnen wünsche ich auch Ihnen einen gesegneten Sommer: "Geht und ruht ein wenig!"