

# 14. Sonntag im Jahreskreis

## Das Joch auf sich nehmen



*Bild: Internetforum Zugtiere*

### **Ankommen / zur Ruhe kommen**

Wir kommen aus einer Woche. Arbeit, Familie, Umgebung – vieles findet schon wieder statt.

Was war schön in der vergangenen Woche und habe ich als Erinnerung gerne an diesem Wochenende dabei?

Was war schwierig in der vergangenen Woche und würde ich am liebsten einfach nur zurück lassen.

## **Sonntagsevangelium Mt 11,25-30**

In jener Zeit sprach Jesus: Ich preise dich, Vater, Herr des Himmels und der Erde, weil du das vor den Weisen und Klugen verborgen und es den Unmündigen offenbart hast. 26 Ja, Vater, so hat es dir gefallen. 27 Alles ist mir von meinem Vater übergeben worden; niemand kennt den Sohn, nur der Vater, und niemand kennt den Vater, nur der Sohn und der, dem es der Sohn offenbaren will. 28 Kommt alle zu mir, die ihr mühselig und beladen seid! Ich will euch erquicken. 29 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. 30 Denn mein Joch ist sanft und meine Last ist leicht.

### **Gedanken zum Evangelium**

Jeder hat im Leben so Punkte die schwierig sind, an denen man aber arbeiten muss. Sei es beruflich, privat, im eigenen Umfeld oder auch in der eigenen Persönlichkeit verankert. Diejenigen, bei denen alles easy hip und einfach ist, denen nehme ich das nicht ab. Die Sinus-Milleu-Studie würde sie wohl unter die modernen Performer einordnen.

Jesus bezeichnet das, was wir in unserem Leben mit uns mittragen als Joch. – Ein Bild das die Menschen damals sofort verstanden haben. Ein Joch haben Tiere bekommen um landwirtschaftliche Geräte zu ziehen. Das ist ein auf der Stirn bzw dem Nacken aufliegender Teil des Zuggeschirrs bei als Zugtieren eingespannten Ochsen oder Kühen. Dass sich das nicht angenehm anfühlen kann liegt ja quasi auf der Hand. Somit steht das Joch auch für etwas, dem man unterworfen ist und wodurch die eigene Freiheit stark eingeschränkt ist.

Wofür verwendet also jetzt Jesus den Begriff Joch:

- Für berufliche Herausforderungen und Probleme, die mich belasten.
- Für private Konstellationen, die nicht immer einfach sind.

- Für Dinge im Lebensumfeld, die mir mein Leben eher schwerer als leichter machen.
- Und auch für persönliche Charakterzüge, mit denen man selber nicht glücklich ist, aber mit denen man leben muss – man muss sich ja quasi selber aushalten.

Und so begegnen wir Menschen einander mit all diesen Dingen. Und das ist auch etwas spannendes, weil wir uns ja nicht nur selber aushalten müssen, sondern auch den anderen – und ich muss auch selbst ausgehalten werden.

Hoffentlich gibt es immer wieder Menschen im Umfeld, die mich mit meinem Joch so nehmen und wissen was bei mir noch so dabei ist. Die würde man wohl als Freunde bezeichnen. Oder in einer Partnerschaft als Liebende. Diese Menschen werden ein bisschen mein Joch mitziehen – und diese Menschen unterstützt man auch gerne bei ihrem Joch.

Und dann gibt es diejenigen, die haben die Begabung, ihr Joch mir auch noch mitzugeben. Wenn ich unter deren Joch dann auch noch gehe, dann halse ich mir selber noch mehr auf. Und das hat dann nichts mit Empathie, Nächstenliebe, Freundschaft oder Zuneigung zu tun, sondern nur etwas mit Blödheit.

Denn genau so wenig, wie ich mein Joch loswerden kann, kann ich einfach eines von anderen übernehmen – der oder die wird es deswegen trotzdem nicht los. Man verschleiert nur was.

Und auch Jesus sagt nicht – passt auf ich nehme euch alles ab. Er war nie eine Friede, Freude, Eierkuchen-Prediger. Er weis genau, dass die Menschen ihres selber tragen müssen und dass sie auch ihr Leben selber gestalten und in der Hand haben müssen. Er sagt aber – ich gehe mit, Ich lass dich nicht allein. Und – ich gönne dir Momente der Ruhe und der Entspannung.

Und diese Momente dürfen wir uns auch nehmen. Auch spirituelle Momente. Momente in den Ich einfach Ich sein darf. Momente in denen ich dem nachgehe was mir guttut, was nur für mich ist.

Ich möchte Euch und Sie einladen, der Einladung Jesu zu folgen – Kommt zu mir, die ihr mühselig und beladen seid. Und versuchen, dass was Du / das was Sie mit ihrem Joch verbinden auch einfach mal gut sein zu lassen.

**Kommt alle zu mir, die ihr euch plagt und schwere Lasten zu tragen habt. Ich werde euch Ruhe verschaffen (...) so werdet ihr Ruhe finden für eure Seele.**

### **Vorsatz:**

Irgendwann in den kommenden Tagen mache ich etwas, auf das ich einfach Lust und Freude habe. Etwas das mir guttut und das ich richtig genießen kann.

Was ist das was ich da tue? Und wann genau nehme ich mir das vor?

### **Vater Unser**

### **Segen**

Ich bin gesegnet  
in all meinem Ringen und Aufbegehren  
in all meiner Sehnsucht und Hoffnung  
in all meiner Verzweiflung und Angst.  
Ich bin gesegnet gesegnet  
jeden Tag neu  
in meiner Einmaligkeit und Stärke  
in meiner Einzigartigkeit und Schwäche.