Predigtthesen

vom 21.02.2010
Leben aus der Stille - Sabbatruhe
40 Tage Stille
Jakob Friedrichs

Es ist also noch eine Ruhe vorhanden für das Volk Gottes. Denn wer zu Gottes Ruhe gekommen ist, der ruht auch von seinen Werken so wie Gott von den seinen. So lasst uns nun bemüht sein, zu dieser Ruhe zu kommen (Hebr. 4,9-11a).

Einführung

Das Wort **Ruhe** kommt in der Bibel 134 mal vor – wussten Sie das? In den letzten Wochen haben wir uns in der Andreasgemeinde intensiv mit dem Thema Stille beschäftigt. Darum möchte ich die Gelegenheit nutzen, mit Ihnen heute über den Sabbat nachzudenken. Den von Gott geschenkten und verordneten Ruhetag. Wir Christen feiern diesen Ruhetag ja nicht mehr samstags wie die Juden. Fast genau 1689 Jahre ist es her, dass der römische Kaiser Konstantin ein Edikt erließ, das bis heute nachklingt. Am 3. März des Jahres 321 ließ er folgendes verkünden: „Alle Stadtbewohner, Richter und Gewerbetreibenden sollen am verehrungswürdigen Tag der Sonne ruhen!“ Stöbern wir ein bisschen in der Geschichte dieses Tages: Römer und Griechen übernahmen die ursprünglich babylonische 7-Tage-Woche und mit ihnen auch die Bezeichnungen der Tage nach den alten 7 Planeten. So hieß der erste Tag, der der Sonne gewidmet war, griechisch „hêméra hêliou“ und lateinisch „dies solis“. Als im 4. Jahrhundert die Germanen diese Wocheneinteilung einführten, übersetzten sie das althochdeutsch mit sunnûntag (woraus Sonntag wurde). Das Christentum deutete den Tag um, feierte Jesus als „das wahre **Licht**“ und die „**Sonne** der Gerechtigkeit“. Dass der Sonntag als 3. Tag nach dem Freitag zum Feiertag wurde, passte genial: an jedem Sonntag wurde an Ostern erinnert und der Sohn Gottes gefeiert. Er war schließlich „am dritten Tage auferstanden von den Toten“. Wenn Sie so wollen, wurde der heidnische Sonntag zum christlichen “Sohn-Tag“.

„Ist ja schön und gut“, sagen Sie jetzt vielleicht, „aber was hat das denn mit dem Sabbat zu tun?“ Sehen wir genauer auf den Eingangsext aus Hebr. 4: *(9)Es ist also noch eine Ruhe vorhanden für das Volk Gottes. (10)Denn wer zu Gottes Ruhe gekommen ist, der ruht auch von seinen Werken so wie Gott von den seinen.* Die Lutherbibel gibt hier nicht zu erkennen, dass im Griechischen in den Versen 9 und 10 je ein anderes Wort für Ruhe steht. In Vers 9 steht **sabbatismos**, was an den jüdischen Sabbat anklingt. Und das ist interessant. Dieses Wort kommt hier nämlich nicht nur das einzige Mal im Neuen Testament vor, es handelt sich auch um dessen erstes literargeschichtliches Auftreten überhaupt. Der Verfasser hat hier also extra ein Wort eingeführt, weil kein anderes genau ausdrückte, was ihm wichtig war. Das im nächsten Vers benutzte Wort für Ruhe, das „gewohnte“ **pausis** passte nicht. Demnach heißt es: **Es gibt noch eine Sabbatruhe für das Gottes Volk!**

Sabbat – Ruhe- und Feiertag der Juden. Was hat es damit auf sich?

Gedenke des Sabbattages, dass du ihn heiligst, heißt es in den 10 Geboten. *Sechs Tage sollst du arbeiten und alle deine Werke tun. Aber am siebenten Tage ist der Sabbat des HERRN, deines Gottes. Da sollst du keine Arbeit tun, auch nicht dein Sohn, deine Tochter, dein Knecht, deine Magd, dein Vieh, auch nicht dein Fremdling, der in deiner Stadt lebt. Denn in sechs Tagen hat der HERR Himmel und Erde gemacht und das Meer und alles, was darinnen ist, und ruhte am siebenten Tage. Darum segnete der HERR den Sabbattag und heiligte ihn* (2. Mo 20,8-11). Die Schöpfungsordnung selbst ist es also, die den Sabbat der biblischen Überlieferung nach als Ruhetag begründet. In den ersten sechs Tagen haben wir Gott als kreativen und unermüdlichen Arbeiter gesehen. Aber dann lesen wir plötzlich, dass Gott auch ein Genießer ist. So sehr ihm die Arbeit Spaß gemacht hat, so genießt er nun die Ruhe. Sein Kunstwerk „Himmel und Erde“ ist vollendet. Der letzte Handgriff ist getan. Und mit den Worten: „Sehr gut!“ beginnt er den Sabbat. Weil Gott selbst Ruhe gegeben habe, soll auch der Mensch an einem Tag in der Woche ruhig sein, ausruhen, sich regenerieren. „Gott hat sich nicht ausgeruht, weil er müde war“, meint dazu die kleine Anna aus dem Buch „Hallo, Mr. Gott, hier spricht Anna“. „Er war nicht müde!. Am siebten Tag hat er die Ruhe geschaffen. Darum ist die Ruhe das allergrößte Wunder!“

Die aktiven Menschen unter uns, die Fleißigen, die etwas vorwärts bringen wollen, werden diesen Satz vielleicht unterstreichen können: Die Ruhe ist das größte Wunder. Ich selber merke das immer wieder: Es ist gar nicht so einfach, Ruhe zu geben. Wirkliche Ruhe. Einmal nichts tun. Nicht fernsehen. Nicht lesen. Nicht Radio hören. Nicht am Computer sitzen. Mir fällt das schwer. Ich muss es mir bewusst vornehmen. Aber wenn ich es schaffe, tut es mir gut. Dann dürfen Gedanken in mir aufsteigen, Melodien in meinem Kopf, Erinnerungsbilder in meinem Herzen, Träume, Gebete. Dann merke ich plötzlich, wie reich die Welt in mir ist – nicht nur die Welt um mich. Zeiten der Ruhe, der Stille – ich glaube, jeder Mensch braucht sie. Und wir heutigen, deren Leben so schnell und so voller Informationen, Anforderungen und oft auch Hektik und Stress geworden ist, benötigen so eine ruhevolle Stille – so eine Sabbatruhe – vielleicht ganz besonders. Unser Körper ist ein guter Lehrmeister. Deutlich zeigt er uns: zwischen dem Ausatmen und dem Einatmen liegt eine Atempause. Zwischen Herzschlägen liegt ebenfalls eine winzige Pause. Zwischen Zeiten des Wachseins, der Wachsamkeit und Konzentration, der Leistung und der Anspannung muss es eine Zeit des Schlafes, der Ohn-Macht, der Erholung geben. Pausenlos tätig zu sein, macht atemlos. „Wenn deine Seele keinen Sonntag hat“, hat Albert Schweitzer einmal gesagt, „dann verdorrt sie“.

Du sollst den Feiertag heiligen. Dieses Gebot, das vierte der 10 Gebote, will uns zu einem vernünftigen Lebensrhythmus verhelfen. Es will uns helfen, Balance zu halten zwischen Arbeit und Erholung, zwischen weltlichem und geistlichem Leben. Es will eine Atempause schaffen, eine Art Luftöffnung, durch die Gottes Geist in unser Leben strömen kann, um uns mit frischer Energie zu versorgen. Und - vergessen wir das nicht - es ist ein Gebot. Es ist nicht in unsere Beliebigkeit gestellt, nach dem Motto: "Das ist ja nett, lieber Gott, dass Du mir einen freien Tag in der Woche schenken möchtest, aber irgendwann muss ich schließlich auch meine Buchführung machen." Wir werden nicht gefragt, ob wir den freien Tag wollen oder nicht, er wird uns vorgeschrieben. Und das ist auch gut so. Denn unsere Ruhe ist zerbrechlich. Das weiß jeder. Noch eine kurze Fußnote. Eins ist im biblischen Schöpfungsbericht besonders bemerkenswert: Gott schafft für sich und zu unserem Gedenken am Ende einen extra Tag, um anzusehen, was er geschaffen hat und um zu sagen: Siehe, es war sehr gut. Das gefällt mir. Neben all unseren sonntäglichen, gut evangelischen Sündenbekenntnissen schafft Gott demnach im Sabbat auch Raum für einen Rückblick auf das, was wir unter seinem Segen und seiner Gnade ganz anständig gemacht haben. Dann darf es auch bei uns ruhig mal heißen: „Und siehe, es war sehr gut.“ Oder wenigstens: “Und siehe, es war einigermaßen gut…?“ Aber eben gut und nicht nur schlecht!

Vielleicht erwidern Sie nun: Aber Christen feiern den Sabbat doch gar nicht. Das stimmt. Bereits von den ersten Christen in Jerusalem heißt es ja, dass der erste Tag der Woche zu ihrem besonderen Feiertag wurde. Eben der Tag, an dem Jesus von den Toten auferstanden war – der „Sohn-Tag“. Doch damit wurde das Sabbatgebot ja nicht aufgehoben. Aber wenn der Sabbat für Christen zum Sonntag wurde, verbirgt sich auch dahinter ein Geheimnis: Im alten Bund war der Ruhetag am 7. Tag der Woche – er musste sich erst durch 6 Tage harte Arbeit verdient werden. Im neuen Bund der Auferstehung, dem Gnadenbund, wird der Sonntag zum Ruhetag: Der 1. Tag der Woche. Und symbolisiert damit die neu angebrochene Zeit: Du musst dir Gottes Segen und Ruhe für Deine Seele nicht erst verdienen. Es wird Dir geschenkt. Und mit dieser Kraft kannst Du dann erfrischt in die neue Woche gehen. Der erste Tag der Woche, der Sonntag also, ist nicht etwa bloß ein verschobener Sabbat, sondern ein völlig neuer. Der erste Tag einer neuen Heilszeit. Was interessanter Weise mit der zweiten Begründung korrespondiert, die im Alten Testament für das Sabbatgebot genannt wird. Die 10 Gebote tauchen ja an zwei Orten auf und jedes Mal wird interessanter Weise bzgl. des Sabbats anders argumentiert: Die Fassung der 10 Gebote in 5. Mose 5 hängt den Sabbat nicht wie eben gehört an die Schöpfungstat, sondern an das 1. Gebot, d.h. an Gottes Befreiung seines Volkes aus der Sklaverei. Da lesen wir: *Du bist Sklave gewesen im Lande Ägypten und der Herr, dein Gott, hat dich von da herausgeführt mit starker Hand und ausgerecktem Arm. Darum hat dir der Herr, dein Gott, geboten, den Ruhetag zu halten* (5. Mose 5, 15). Das heißt: Weil ich Dich befreit habe, weil ich dein Erlöser bin, darum hast Du Grund Sabbat zu feiern. Zurück zur Exodus-Fassung des 4. Gebots:

Gedenke des Sabbattages, dass du ihn heilighaltest…

Hier müssen wir aufpassen und sorgfältig lesen. Normalerweise liest man das so, wie es zB auch Luther im Kleinen Katechismus schrieb: „Du sollst ... den Feiertag heilig halten." Aber das steht da nicht. Die eigentliche Aufforderung ist nicht den Sabbat zu heiligen, sondern des Sabbattages zu **gedenken**. *Gedenke des Sabbattages, dass du ihn heilighaltest.* Anscheinend geht das Gebot davon aus, dass so ein Gedenken die Heiligung zur Folge hat. Ein feiner aber folgenschwerer Unterschied. Denn im ersten Fall ist man bestrebt, die Regeln dieses Tages einzuhalten – es dem Sabbat recht zu machen, ihn zu heiligen. Und im zweiten liegt die Betonung darauf dem Sinn des Ganzen nachzuspüren, sich damit zu verbinden – sich darauf zu konzentrieren, was Sabbat bedeutet. Dem Sabbat gedenken. **Gedenke** heißt ja: Denke an das, was du eigentlich schon weißt oder wissen könntest, was dir aber vielleicht nicht richtig bewusst ist. **Sabbatgedenken** bedeutet nun: nimm wahr, was passiert im Wechsel bei dir und im Wechsel von Tag und Nacht, Sonne und Regen, Sommer und Winter, Feier- und Werktagen. „Alles hat seine Zeit" und alles hat Wert je auf seine Weise. Erinnere dich daran: Du bist Gottes Geschöpf, sein Ebenbild. Du und auch die Menschen um Dich herum. Eigentlich weißt du das und damit das Wesentliche, das Denk-Würdige, das Wahre. Weil du das Entscheidende immer schon Wissen könntest und solltest - darum die Aufforderung „Gedenke!" Das Wunder bist du selbst zwischen all den Wundern um dich herum. Denke **daran**. Noch genauer müssten wir „gedenke!" übersetzen: denke **dankbar** an all das. Da ist Grund zum Feiern im Gedenken. Und noch genauer: Denke dankbar an **mich**, deinen Schöpfer und Befreier. Und das ist ernst: Wo solches Gedenken aufhört, erkaltet die Beziehung. Der Beter in Psalm 6 fleht Gott an: *Gedenke deiner Treue. Tust du das nicht, dann ist dein Gnadenbund mit uns dahin und dann bin ich selbst am Ende…* Man könnte sagen: Für beide Bundespartner gilt (frei nach Descartes): **ich gedenke, also bin ich.**

Ein arbeitsfreier Tag allein ist noch kein biblischer Sabbat. Es ist durchaus viel wert, den Rhythmus von Arbeit und Erholung zu pflegen. Aber "den Tag heiligen" meint mehr als ausschlafen. "Heiligen" bedeutet, etwas für Gott auszusondern. Gott möchte uns begegnen – jeden Tag. Und doch ist es gut, wenn wir ihm an einem Tag der Woche einen besonderen Raum dafür schaffen. Das ist vielleicht ähnlich wie bei einem Ehepaar: Nach vielen Jahren des Zusammenlebens wird manches so selbstverständlich, dass man sich kaum mehr wahrnimmt. Dann muss man sich besondere Momente schaffen miteinander, einmal schön Essen gehen, bewusst die Zeit zum Reden nehmen, damit man sich wieder wirklich begegnet und die Beziehung wieder Flügel bekommt. So ist das mit Gott auch. Er ist immer da. Aber es ist wichtig, dass wir ihm bewusst begegnen. Im Gottesdienst. In den alten Worten, denen wir nachspüren. In den Gesängen, die Menschen vor uns gesungen haben. Im Geschmack von Brot und Wein. Oder wenn wir einander kennen lernen und Anteil nehmen an unserem Leben.

Schließlich: Am siebten Tag sollst du keine Arbeit tun…

Was nicht arbeiten heißt, haben vor allem die Juden in den Mittelpunkt gestellt und kultiviert. Ihr Wort Schabbat und Schabbes heißt schlicht Ruhe, **Unterbrechung**. Also: jetzt mal nicht weiter das Übliche, sondern jetzt ist ohne Kompromiss wirkliche Ruhe. Heilig halten sollen wir diesen einen Tag zwischen den Werktagen. Gesondert nehmen und als Geschenk Gottes achten. Denn In der Sabbatruhe sind alle Geräusche und Erinnerungen der Woche präsent, alle Freuden und Schmerzen, alle begründeten und unbegründeten Aufregungen, aller Schweiß und alle Freuden. Die 6 Werktage sollen mit allem am Sabbat zur Ruhe kommen. Ins Licht von Gottes Angesicht, das er mit seinem Segen über uns leuchten lassen will. Durch diesen Wechsel fangen unsere Werke an, anders sortiert zu werden. Und bekommt unser Gedenken konkreten Inhalt. Gut und Schlecht treten auseinander, denn Gott selbst schaut uns gnädig über die Schulter. Und das ist im Endeffekt aufregender als alles scheinbar Aufregende der Tage davor und danach. Den Nachsatz: „Da sollst du keine Arbeit tun", der fast überflüssig klingt, verstehe ich als Aufforderung: Lauf jetzt nicht immer wieder zu kleinen Wichtigkeiten weg vor meinem Blick über deine Schulter. Halte mich und mein gutes Wort an diesen Tag wirklich mal aus. Ja ich unterbreche dich, gebiete und biete Einhalt, nehme dich mir zur Brust wie einen Säugling, der keine Ruhe findet.

Die Juden haben angefangen genau festzulegen, was denn als Arbeit gilt und was nicht. Der rechtgläubige, der ultra-orthodoxe Teil im jüdischen Volk hat sich hierbei auf hunderte von Verboten verständigt. So gilt z.B., Geld berühren oder Feuermachen als verbotene Arbeit. Deshalb isst man auch nur besondere Speisen, die in den Sabbat hinein nur noch köcheln dürfen. Reisen ist genauso verboten. Höchstens einen Kilometer darf man am Sabbat zurücklegen. Ausnahme: per Schiff auf dem Wasserweg! So soll ein Rabbi einmal einen Juden angehalten haben, der am Sabbat auf seinem Esel unterwegs war. „Ich reise über den Wasserweg!", verteidigte sich der Mann, stieg von seinem Esel und zeigte dem verdutzten Gelehrten, dass er die ganze Zeit auf einem Wasserschlauch gesessen hatte! Dagegen hat sich Jesus gewendet. Der Sabbat war zu einer Art Götze geworden. Aus dem guten Geschenk Gottes an sein Volk wurde eine schwere Last. Gegen diese Haltung ging Jesus vor. Er hat die Gläubigen seiner Zeit bewusst provoziert, indem er z.B. am Sabbat Menschen geheilt oder Ähren auf dem Feld gerauft hat – obwohl das gegen das Gebot verstoßen hat. Es gipfelte dann in dem denkwürdigen Satz: *Der Sabbat ist um des Menschen willen gemacht und nicht der Mensch um des Sabbats willen* (Markus 2, 27). Und das ist auch für uns wichtig. Es kann nicht um rigoristisches Einhalten von Sabbatverordnungen gehen. Das ist nicht der Sinn von Sabbat. Aber es steckt noch mehr im Sabbatgebot: *Aber der siebente Tag ist ein Ruhetag, dem Herrn, deinem Gott, geweiht. Da sollst du keine Arbeit tun, weder du noch dein Sohn, noch deine Tochter, noch dein Sklave, noch deine Sklavin, noch dein Vieh, noch der Fremdling, der innerhalb deiner Tore ist.* Mir gefällt, dass die Sabbatruhe die Kinder, die Sklaven und die Fremden einbezieht. Und mehr noch auch das Vieh. Damit zeigt der regelmäßige Sabbat: Gott geht es um mehr als um dich. Der Sabbat hebt schon mal zeichenhaft die sozialen Unterschiede auf zwischen Eltern und Kindern, Herren und Knechten, Einheimischen und Migranten. Ja selbst die Tiere kommen in den Blick. Der Sabbattag erinnert an Gottes Willen für seine ganze Schöpfung. Spätestens hier merken wir:

Gottes Unterbrechen ist einschneidend und revolutionär

Und von ihm auch so gemeint. Wo der Sabbat so begangen wird, da verzichtet an einem Tag der Woche jemand auf seine Macht. Da wird darauf verzichtet, mit der Arbeitskraft der anderen, den eigenen Ertrag, das eigene Einkommen zu erhöhen. Da wird an einem Tag der Woche auch darauf verzichtet, Anweisungen zu geben und Befehle zu erteilen. Da wird an einem Tag der Woche der Unterschied zwischen denen, die oben stehen, und denen, die unten sind, belanglos. Und da wird an einem Tag der Woche darauf verzichtet, aus der Natur das herauszuholen, was herauszuholen ist. Selbst die Tiere dürfen ja ausruhen. Wo an einem Tag der Woche der Unterschied zwischen oben und unten ausgesetzt wird, da wird der Traum hochgehalten an eine Welt ohne Kampf und Unterwerfung, ohne Ausbeutung und Ausnutzung. Der Sabbat lässt eine Schöpfung aufleuchten, in der die Natur nicht nur noch Material ist, dass wir verwenden, in der Menschen nicht nur Mittel sind zum Zweck. Am Sabbat wird gegenüber der Schöpfung ein Waffenstillstand gehalten. Und darum wurde der Sabbat im Judentum immer auch als Vorgeschmack der endgültigen Erlösung, als Vorgeschmack der messianischen Zeit, in der der paradiesische Frieden Wirklichkeit geworden ist, angesehen. Der Sabbat lässt etwas von diesem Frieden aufscheinen, weist über sich selbst hinaus. Und ist damit eine Vorausschau auf das was kommt, wo Gott mit dieser Welt hin möchte. In 3. Mose 25 bezieht Gott sogar auch das Land der Bauern in den Sabbat mit ein. Alle 7 Jahre soll es brach liegen bleiben dürfen. Und mehr noch: Nach 7 x 7 Jahren soll mit lauten Blashörnern das Jubeljahr, das Erlaßjahr angekündigt werden. Dann werden - wie beim Auszug aus Ägypten - die Sklaven freigelassen, die Schulden erlassen und gerechte Verhältnisse beim Landbesitz wieder hergestellt. Das bringt zwar noch nicht tatsächlich den Himmel auf die Erde, aber wie der wöchentliche Sabbat alle 50 Jahre einen kräftigen Vorgeschmack darauf. Die Message: **Gottes Unterbrechung des Üblichen ist gut für alle.**

Ich fasse zusammen.

Die Idee des Ruhetags, des Sabbats ist Gottes Geschenk an Sie. Aber natürlich auch eine Aufforderung ernst damit zu machen. Nicht schematisch, rigoristisch, sondern begeistert über einen Gott, der Ihnen Ruhe und Ausruhen schenken will um ihm, sich selbst und uns anderen zu begegnen. Fünf Themenbereiche leuchten in der göttlichen Sabbatruhe auf: **1. Sabbat ist Unterbrechung**: Unserer gewohnten Wege, unseres eingefahrenen, erprobten Alltags. **2. Sabbat ist ausruhen, erholen** – von unserer Arbeit und allem, was uns die Lebensenergie stiehlt. **3. Sabbat ist Staunen und Feiern.** Sich an der Schöpfung freuen, sich an dem freuen, was man geleistet hat und diese Freude mit anderen teilen. Am Sabbat darf, nein soll gefeiert warden! **4. Sabbat schafft Raum für „Gedenken".** Für das an Gott denken, daran, dass er der Befreier und Schöpfer ist. Daran, dass er etwas mit Ihnen zu tun haben möchte. Gedenken um Liebe zwischen Ihnen und ihm hin und her zu schicken. Und **5. Sabbat ist Vorschattung der Ewigkeit.** Die Erinnerung daran, dass Ungerechtigkeit und Gewalt, Versagen, Leid, Trauer und Schmerzen nicht das letzte Wort haben werden. Und ein Symbol dafür, dass Gott auch mit Ihnen ist. Es „bleibt dem Volke Gottes eine Sabbatruhe übrig", lasen wir am Anfang. Ich wünsche Ihnen, dass diese für Sie greifbar wird. Vielleicht gerade wenn wir uns in der nächsten Woche als Gemeinde unterbrechen lassen. Amen.