

Notizen zur Predigt:

Komm, ich will dir Ruhe geben

ZIEL: MENSCHEN WERDEN ERMUTIGT, BEI GOTT ECHTE RUHE ZU FINDEN.

BIBELTEXTE:

- 'Sechs Tage sollst du arbeiten und alle deine Werke tun; aber am siebten Tag ist der Sabbat des Herrn, deines Gottes; da sollst du kein Werk tun; weder du, noch dein Sohn, noch deine Tochter, noch dein Knecht, noch deine Magd, noch dein Vieh, noch dein Fremdling, der innerhalb deiner Tore lebt. Denn in sechs Tagen hat der Herr Himmel und Erde gemacht und das Meer und alles, was darin ist, und er ruhte am siebten Tag; darum hat der Herr den Sabbattag gesegnet und geheiligt.' 2. Mose 20:8-11
- Matth. 5 (Bergpredigt)
- Matth 11.28; kommet alle zu mir, die ihr müde und beladen seid....
- Heb 4.1-11; Gott möchte, dass wir zur Ruhe kommen.

Predigt: Komm, ich will dir Ruhe geben

Einleitung

„Komm, ich will dir Ruhe geben!“

...das sagt Gott zu seinem Volk Israel. Und Gott gibt ihnen den Sabbat. Ein Tag in der Woche, da sollen sie ihre Arbeit ablegen. Einfach von allen Werken ruhen. Der Tag gehört Gott und sie sollen sich von allem Arbeiten und Schaffen ausruhen. Der Tag ist heilig und sie sollen bei IHM auftanken – zur Ruhe kommen.

Dasselbe sagt Jesus zu seinen Nachfolgern:“

"Kommt alle her zu mir, die ihr euch abmüht und unter eurer Last leidet! Ich werde euch Ruhe geben."
Matth. 11.28 HFA

Auch der Hebräerbrief schreibt von dieser Ruhe, die wir in Gott finden können. Die wahre Sabbatruhe hat das Volk Israel nicht gefunden, aber wir können an dieser Ruhe teilhaben. ¹

Es zieht sich wie ein roter Faden durch die ganze Bibel. Gott ruft den Menschen zu: „Komm, ich will dir Ruhe geben! Ich möchte, dass du dich bei mir entspannen kannst“.

Wenn du gestresst bist, dich gehetzt fühlst, wenn du dich immer wieder verzettelst, überall und nirgends bist, durch das Leben rast, ohne es wirklich wahr zu nehmen...

Komm, ich will dir Ruhe geben!

Unsere Gesellschaft sehnt sich nach Ruhe:

1. Die Nachfrage nach Wellness- und Spa ist in den letzten Jahren stark gestiegen².

¹ Hebräer 4:9-11 NGÜ: 'Somit wartet auf Gottes Volk noch eine Zeit vollkommener Ruhe – die ´wahre` Sabbatfeier. Denn wer an Gottes Ruhe Anteil bekommt, darf von all seiner Arbeit ausruhen, genauso wie Gott ruhte, als er alles erschaffen hatte. Setzen wir also alles daran, an dieser Ruhe teilzuhaben, und lassen wir uns den Ungehorsam jener früheren Generation als warnendes Beispiel dienen, damit wir nicht wie sie zu Fall kommen!'

² https://www.wellnessverband.de/wellness-profis/infodienste/marktdaten/20190503_global_wellness_economy_2017.php

Sonntag, 16.02.2025, Stefan Keller

2. Achtsamkeits- und Meditations-Apps (z.B. Headspace und Calm) haben eine große Anzahl von Nutzern gewonnen. Diese Apps bieten geführte Meditationen und Achtsamkeitsübungen an, die darauf abzielen, Stress abzubauen und zur Ruhe zu kommen.
3. Menschen aus sogenannten christlichen Ländern treten buddhistischen Klöstern in Thailand oder anderen asiatischen Ländern bei. Sie suchen Ruhe!
4. Flexible Arbeitsmodelle oder auch Outdoor-Aktivitäten sind hoch im Trend.

Die Sehnsucht nach Entspannung und Ruhe ist groß. Aber sich entspannen und zur Ruhe zu kommen scheint für viele Menschen heute nicht einfach zu sein... Es braucht mehr als nur einfach keine Arbeit erledigen zu müssen. Man kann auch eine Woche Urlaub haben, aber im Kopf kommt man nicht zur Ruhe. Da rattert es voll weiter...

Und vermutlich wissen wir alle, dass dauerhafter Stress krank macht. Das kann unsere physische, wie auch unsere physische Gesundheit stark belasten! Und das sehen wir heute bei Jung und Alt.

Das beschäftigt mich persönlich auch....

Gott sagt dem Mensch, er sagt dir: Komm zu mir, ich will dir Ruhe geben! Ich will dich vom Stress in die Ruhe führen.

Ist das nur eine billige Werbung? Etwas, womit man die Leute einfängt?

Vor mehreren 1000 Jahren hat Gott seinem Volk einen Ruhetag geschenkt – den Sabbat.

Der Sabbat für das Volk Israel

Es sind 2 Monate vergangen, seit das Volk Israel aus Ägypten befreit wurde. Sie waren frei, nicht mehr Sklaven unter den Ägyptern. Und am Fuß des Berges Sinai gibt Gott seinem Volk das Gesetz.

Das hat Daniel in seinen letzten Predigten ja schön ausgeführt.

Heute schauen wir das Gebot des Sabbats an. Je nach Zählung ist es das 3. oder das 4. Gebot³:

'Sechs Tage sollst du arbeiten und alle deine Werke tun; aber am siebten Tag ist der Sabbat des Herrn, deines Gottes; da sollst du kein Werk tun; weder du, noch dein Sohn, noch deine Tochter, noch dein Knecht, noch deine Magd, noch dein Vieh, noch dein Fremdling, der innerhalb deiner Tore lebt. Denn in sechs Tagen hat der Herr Himmel und Erde gemacht und das Meer und alles, was darin ist, und er ruhte am siebten Tag; darum hat der Herr den Sabbattag gesegnet und geheiligt.' 2. Mose 20:8-11

Da gibt es viele spannende Beobachtungen zu diesem Gebot, wo wir sehen, wie es Gott mit seinem Gebot für sein Volk meint:

1. **Alle sollen ruhen:** Am Sabbat sollen alle ausruhen, die Männer und Frauen, die Armen, die Sklaven und sogar die Tiere! Das zeigt die Fürsorge Gottes für alle. Sogar Tierschutz ist hier drin! Das ist sehr außergewöhnlich für das damalige Umfeld!
2. **6 Tage arbeiten:** Der Fokus dieses Gesetzes liegt auf dem Ruhen, gleichzeitig sagt Gott aber auch, dass alle 6 Tage arbeiten sollen. Dies galt auch für 5% der Gesellschaft, die es sich eigentlich leisten konnten NICHT zu arbeiten (am Berg Sinai gab es solche reichen Leute kaum, aber dann später...). Auch die ganz Reichen sollen arbeiten! Arbeiten ist etwas Gutes, das soll jeder tun.
3. **Verboten:**

³ Gemäß der katholischen Zählweise ist es das 3. Gebot und gemäß der reformatorischen und Jüdischen Zählweise ist es das 4. Gebot. S17

- a. Pflügen, Säen, Ernten und das Tragen von Lasten (2. Mose 34:21, 5. Mose 5:12-15, Jeremia 17:21-22).
- b. Feuer entzünden (2. Mose 35:3).
- c. Sammeln von Nahrung wie Manna oder anderen Nahrungsmitteln (2. Mose 16:22-30).
- d. Verlassen des Wohnortes über eine gewisse Distanz hinaus (2. Mose 16:29).
- e. Es scheint, das Volk musste gezwungen werden, sich auszuruhen...

Was heißt das für uns heute?

Das Sabbat Gesetz musste strikt eingehalten werden. Sogar bis hin zur Todesstrafe (4. Mose 15:32-36).

- Heißt das jetzt für uns, dass wir am Samstag kein Feuer machen dürfen? Israel durfte das am Sabbat nicht.
- Dürfen wir heute Nachmittag nicht mit einem Rucksack wandern gehen? Israel durfte das am Sabbat nicht.
- Straft Gott, wenn wir den Sabbat nicht einhalten?
- Warum feiern wir am Sonntag Gottesdienst und nicht am Samstag?

Jesus redet über die 10 Gebote

Das Sabbat-Gesetz ist nicht wie die anderen 9 Gesetze, die Moses am Sinai bekommen hat. Um das klar aufzuzeigen, schauen wir am besten, wie Jesus mit den 10 Geboten umgegangen ist und wie das Neue Testament den Unterschied aufzeigt:

Einige der 10 Gebote hat Jesus in seiner Bergpredigt aufgegriffen und drastisch verschärft:

- „Du sollst nicht töten“: Wenn du jemandem zum Beispiel sagst: „Du Schwachkopf“ bist du ein Mörder (Matth 5:21-22)
- „Du sollst nicht die Ehe brechen“: Schon wer eine Frau mit begehrlischen Blicken ansieht, der hat im Herzen mit ihr die Ehe gebrochen.) ...und dasselbe gilt natürlich auch für die Frau. (MATTH 5:28)
- ... und so weiter.

Jesus zeigt hier in der Bergpredigt, dass der Versuch, Gott durch das Einhalten von den Geboten gefallen zu wollen, elendiglich scheitert. ...und Jesus geht noch weiter:

Jesus sagt:

'Wenn dich also dein rechtes Auge zur Sünde verführt, dann reiß es heraus und wirf es weg! Besser, du verlierst eins deiner Glieder, als dass du unversehrt in die Hölle geworfen wirst. 'Und wenn dich deine rechte Hand zum Bösen verführt, so hack sie ab und wirf sie weg! Es ist besser, verstümmelt zu sein, als unversehrt in die Hölle zu kommen.« Matthäus 5:29+30

Ich habe in meinem Leben viele tausende von Christen kennengelernt, aber ich habe noch niemanden gesehen, der sein Auge ausgerissen hat, noch seine Hand abgehauen, weil er gesündigt hat – Gott sei Dank! Da hätte man die Aussage von Jesus total falsch verstanden.

Jesus sagt hier, wenn du durch das Einhalten des Gesetzes Gott gefallen möchtest, endet das in Selbstverstümmelung. Du wirst dich kaputt machen. Du wirst dir vielleicht nicht das Auge ausreißen oder die Hand abhacken, aber du wirst dich sonst selber bestrafen, weil du nicht gut genug bist. Wenn du dich unter das Gesetz stellst, und durchs Einhalten des Gesetzes Gottes Wohlwollen suchst, wirst du das nicht finden. Das Gesetz ist gut und ist von Gott und ist immer noch gültig, aber es ist NICHT dazu da, damit du durchs Einhalten des Gesetzes Gott gefallen kannst. Ich denke, da sind wir in der Gefahr, das Gesetz falsch zu verstehen.

Es gibt nur einen Weg, wie du Gott gefallen kannst: VERTRAUE JESUS. Vertraue Jesus, dass sein Werk am Kreuz für dich reicht. Du bist total heilig gemacht durch das Blut Jesu. ALLEINE IN DEM DU GOTT VERTRAUST, kannst

du Ihm gefallen und du kannst nichts dazu tun. Auch wenn du die Gebote noch so genau einhältst, kannst du ihm nicht mehr gefallen. Gott durch das Einhalten von Geboten gefallen zu wollen kann sogar Schaden anrichten.

Das war nicht nur an dem Tag so, als dir Jesus begegnet ist und du dich entschieden hast ihm nachzufolgen, sondern das gilt auch noch heute.

Vielleicht denkst du jetzt, das klingt gefährlich. Wenn man das sagt, dann machen die Leute doch, was sie wollen und nutzen die Gnade aus.⁴

Vermutlich gibt es Leute unter uns, die sehen immer wieder, wie sie darin scheitern Gottes Gebote zu befolgen. Vielleicht denkst du, dein Verhalten als Christ reicht nicht... Du denkst, durch dein Verhalten Gott gefallen zu müssen, hast aber das Gefühl, du schaffst es nicht. Und du verurteilst dich selbst. Deine negativen Gedanken über dich quälen dich.

Wenn du Jesus vertraust, dass er dich gerecht gemacht hat, dort am Kreuz, dann gefällst du ihm. Das, was Jesus für dich am Kreuz getan hat, reicht, damit du Gott gefällst. Das sind die Basics, die wir verstanden haben, als wir das erste Mal zu Jesus gekommen sind, und das sind die Basics, auf die wir jeden Tag zurück kommen.

Und weißt du was... das ist der Weg, wie du heute zur **Ruhe** kommen kannst!

Leidenschaft für Jesus

Wenn du versuchst, Jesus durchs Gesetz-Einhalten zu gefallen, dann wird das mit deiner Leidenschaft für Jesus schwierig. Vielleicht versuchst du, deine Gefühle in diese Richtung zu pushen oder hast schon aufgegeben...

Aber zu erkennen, dass ich Gott rundum gefalle, alleine wegen des Werkes am Kreuz, das wird eine Liebe zu Jesus entfachen.

Das Sabbat Gebot ist einzigartig

Nun aber zurück zum Sabbat...

Das Sabbat Gebot ist einzigartig unter den 10 Geboten.... Jesus wiederholt es nicht und verschärft es auch nicht, wie er das mit anderen gemacht hat. Im Gegenteil, er schwächt es sogar ab... Oder besser gesagt, er ändert die Bedeutung etwas.

- Jesus brach den Sabbat, als er Nahrung pflückte. (Matthäus 12,1-14)
 - Jesus und seine Jünger pflücken Ähren am Sabbat, was die Pharisäer kritisieren. Er hat somit Nahrung gesammelt...
 - Jesus sagt, dass er Herr über den Sabbat sei.
- Jesus brach den Sabbat, indem er jemanden heilte (Lukas 6,6-11)
 - Jesus heilt am Sabbat, was die Pharisäer wiederum kritisieren. Er betont, dass Gutes zu tun, auch am Sabbat, richtig ist.
- Jesus betont, dass der Sabbat dem Wohl des Menschen dient. (Markus 2,27-28):

⁴ Aber halt, es heißt doch in Johannes 14.21 *'Wer meine Gebote annimmt und danach lebt, der liebt mich wirklich. ...heißt das jetzt nicht, dass ich durch mein Einhalten von dem Gesetz zeige, dass ich Jesus liebe? Davor sagt Jesus: 'An jenem Tag werdet ihr erkennen, dass ich in meinem Vater bin und dass ihr in mir seid und ich in euch bin...'(V20). Die Liebe zu Gott entsteht, weil Jesus in uns ist und wir in Jesus. Und weil wir so mit Jesus verbunden sind, darum entsteht diese Liebe und seine Gesetze werden eingehalten. Aber nicht aus Druck oder Angst, sondern aus Liebe, die durch Jesus in uns entsteht. Und wer mich liebt, den wird mein Vater lieben. Auch ich werde ihn lieben und mich ihm zu erkennen geben.«'*

- „Der Sabbat ist um des Menschen willen gemacht und nicht der Mensch um des Sabbats willen. Also ist der Menschensohn Herr auch über den Sabbat.“
- 'Doch auch die Jünger ruhten am Sabbat. (Lukas 23:56)
„Dann kehrten sie zurück und bereiteten wohlriechende Gewürze und Salben; am Sabbat aber ruhten sie nach dem Gesetz.“

Jesus geht mit dem Sabbat Gesetz anders um als mit den anderen Gesetzen. Das kann etwas verwirren.

Der Sabbat als ein Zeichen

Das Gebot des Sabbats ist speziell, weil es ein Zeichen für den Bund den Gott mit Israel am Sinai eingegangen ist. Das heißt, ein Zeichen, wie die Beschneidung bei Abraham und der Regenbogen bei Noah. Dieser Bund war nicht für uns, die wir nicht zum Volk Israel gehören, zwingend

„So sollen denn die Söhne Israel den Sabbat halten... als ewigen Bund. Er ist ein Zeichen zwischen mir und den Söhnen Israels. Ein Bund zwischen Gott und dem Volk Israel. 2. Mose 31.16-17:

Wie auch die nichtjüdischen Männer, die Jesus nachfolgen, sich auch nicht beschneiden, oder zumindest sagt das Paulus, dass sie das nicht mehr müssen, so müssen wir den Sabbat auch nicht mehr als Bundeszeichen einhalten.

Paulus und der Sabbat

Paulus sagt es ganz klar:

- 'Niemand soll euch also Vorhaltungen machen wegen dem, was ihr esst oder trinkt oder was ihr an den Festen, am Neumondtag oder am Sabbat tut. Das ist doch alles nur ein Abbild und ein Schatten der Dinge, die Gott angekündigt hatte und die in Christus Wirklichkeit geworden sind.' Kolosser 2:16-17

Müssen wir den Sabbat einhalten?

Müssen wir nun also den Sabbat nicht mehr einhalten? Ja und Nein!

Nein: nicht als eines der Gebote, so wie es das Israel im Alten Testament tun musste. Es ist für uns kein Zeichen für den Bund zwischen dem Volk Israel und Gott.⁵ *

Ja: denn Gott selber hat alles in 6 Tagen erschaffen und sich dann ausgeruht. Und wir sind sein Abbild. Er ist unser Vorbild. Also sollen wir auch 6 Tage arbeiten und einen Tag ausruhen.

Ja: denn Gott hat dich so geschaffen, dass du am besten funktionierst, wenn du 6 Tage arbeitest und etwas tust und am 7. Tag ruhst. So bist du gestrickt, so hat dich Gott geschaffen. Den 7 Tag einfach durcharbeiten wird dich krank machen. *

Und somit ruft dir Gott heute noch zu: „Komme zu mir, ich möchte dir Ruhe geben!“

Der Gottesdienst ist sicher der Kern an diesem freien Tag. Da kommen wir als seine Familie zusammen und haben Gott als unseren Mittelpunkt. Aber wenn du zum Beispiel am Sonntag im Spital arbeiten musst, dann ruhst du an einem anderen Tag aus, da gibt auch Paulus die Freiheit.

Ich habe vor 2 Wochen Herrn Ting, einen alten Freund in Thailand getroffen...

⁵ Das Zeichen im neuen Bund, wo Jesus gestorben und auferstanden ist, ist ein anderes Zeichen... (aber auch dazu mehr in der Predigtreihe „Leidenschaft für Jesus entwickeln“ Anleitung Galaterbrief.)

Der Sonntag ist einfach Geschenk Gottes an dich.

Und du kannst Ihm vertrauen, dass, wenn du an diesem Tag ausruhst, wenn du sein Geschenk annimmst, dann wirst du in den restlichen 6 Tagen mehr gut erledigen können als wenn du 7 Tage arbeitest. Davon bin ich überzeugt.

Das Geschenk des Sabbats zusammengefasst

1. Wenn du denkst nichts tun, oder ganz viel Freizeit macht dich glücklich, dann stimmst du nicht mit der Bibel überein. Wir sind gemacht um kreativ zu sein, etwas Gutes zu tun, zu arbeiten, auch wenn der finanzielle Lohn vielleicht nicht immer passt...
 - a. Vielleicht bist du pensioniert, hast aber noch Kraft und Energie, dann mach etwas. Sei das bei uns in der Gemeinde, bei Enkeln, oder sonst etwas Kreativem, was etwas Gutes hervorbringt.
 - b. Vielleicht bist du in einer finanziell guten Situation, wo du nicht unbedingt arbeiten musst. Das ist ein riesiger Segen, frag' Gott, wo er möchte, dass du für Ihn arbeitest.
 - c. Zu viel Life Work Balance, wo der Fokus auf „Life“, oder eben auf Freizeit und nichts tun ist, ist zwar sehr Mode, aber nicht wirklich das Leben, zu dem uns Jesus ermutigt.
2. Die Herausforderung zur Ruhe zu kommen:
 - a. Stress von außen: Was macht dich unruhig, hektisch, zerstreut, durcheinander, ...? Vielleicht braucht es einfach eine Anpassung im Lebensstil, dass du zur Ruhe kommst.
 - b. Stress durch Leistungsdenken: Wenn ich denke, dass ich leisten muss, um Gott zu gefallen, werde ich diese Ruhe, von der Gott spricht, nicht finden. Ich gefalle Gott, wenn ich ihm vertraue und an ihn glaube – das reicht. Die Schuld für meine Fehler hat er schon bezahlt. Gott will mich nicht strafen für meine Schuld, die Strafe hat Jesus für mich auf sich genommen. Und je mehr ich das verstehe, desto mehr komm' ich bei Gott zur Ruhe. Ich weiß, er ist für mich. Im NT finden wir die Ruhe in Christus. Er in mir und ich in ihm. ...und dann entsteht eine echte Leidenschaft von innen nach außen, und in der Kraft des Heiligen Geistes kommen die guten Werke.
 - c. Vertrauensfrage, die Arbeit wegzulegen: Es ist auch unter anderem eine Frage des Vertrauens, einfach einmal keine Arbeit zu verrichten. Ich vertraue dann, dass nicht alles an mir hängt. Ich vertraue dann, dass 6 Tage Arbeit auch reichen können und Gott mich mit 6 Tage arbeiten so segnen kann, dass das Leben gelingt. Es gibt eine gesunde Gelassenheit, die durch das Vertrauen zu Gott wachsen kann. Das kann innere Ruhe geben.

Gebet

Mögliche Fragen für die Kleingruppen:

(wähle Fragen aus, die für deine Gruppe relevant sein könnte)

1. **Überblick über die Bedeutung des Sabbats (in der Predigt formuliert)**
 - a. Wie behandelt Jesus das Sabbat Gebot anders als die meisten anderen Gebote?
 - b. Warum ist der Sabbat ein spezielles Gebot?
 - c. Für was ist das Gesetz gut? Wir schaffen es ja nicht, es einzuhalten, wie Jesus es deutet (Matt. 5)
 - d. Was passiert, wenn ich Gott gefallen möchte, indem ich das Gesetz einhalten möchte?
 - i. Geht das?
 - ii. Wo besteht die Gefahren?
 - e. Warum lehrt Jesus, dass man sich das Auge herausreißen soll, oder die Hand abhacken, wenn diese einem zur Sünde leitet? Was will Jesus mit dieser verrückten Aussage?
2. **Wie kommst du zur Ruhe?**

- a. Wie kommst du ganz praktisch zu der Ruhe, zu der dich Jesus ruft?
 - b. Was hindert dich zur Ruhe zu kommen?
 - c. Wie gehst du mit dem „Sabbat“ um?
 - i. Was tust du bewusst nicht?
 - ii. Was tust du?
 - iii. Wie suchst du dir Ruhe bei Jesus an diesem Tag?
- 3. Bist du herausgefordert vielleicht mehr zu arbeiten?**
- a. Eine Aufgabe in der Gemeinde?
 - b. Sonst etwas Gutes, dass du tun könntest?
 - c. Vielleicht könntest du noch mehr in einem Beruf arbeiten?
- 4. Was ist die größere Herausforderung für dich:**
zur Ruhe zu kommen, oder hättest du noch Kapazität etwas zusätzlich zu tun?