

Zu Ruhe und Erholung fordert Jesus im heutigen Evangelium seine Jünger auf. Einen besseren Bibeltext kann es zum Ferienbeginn garnicht geben. Es kommt einem vor wie eine Art "Coaching". Die Jünger, die zur Mission ausgesandt worden waren - wir hörten am letzten Sonntag davon - kehren zum Meister zurück und berichten von ihren Erfahrungen. Da fällt der berühmt gewordene Satz: "Kommt mit an einen einsamen Ort, wo wir allein sind, und ruht ein wenig aus"(Mk 6,31).

Die Stelle fällt aus dem Rahmen der sonst sehr strengen Anforderungen, die im Neuen Testament an einen Jünger gestellt werden. Praktisch ohne jede Ausrüstung werden sie losgeschickt (Mk 6,8), dürfen sich nicht einmal von ihrer Familie verabschieden (Lk 9,62), und müssen wie "Schafe unter Wölfe" gehen (Mt 10,16).

Nun hören wir einmal das Gegenteil von solcher Strenge. Die Jünger werden zum Ausruhen eingeladen und zu einer anständigen Mahlzeit. Bemerkenswerterweise überliefert diese Begebenheit nur der Evangelist Markus, während die rigorosen Anforderungen bei allen Evangelisten zu finden sind.

Manche Bibeltheologen erklären das damit, daß strenge Askese im Urchristentum einen hohen Rang hatte und die ersten Christen viel von sich selbst verlangten. Das heutige Evangelium bezeugt nun, daß es bei Jesus auch die andere Seite gibt, daß er kein "Schleifer" und "Schinder" war, sondern ein Menschenfreund auch den eigenen Jüngern gegenüber. Fanatische Askese paßt nicht zum Christentum.

Im Gegenteil wissen gerade Christen um die Begrenztheit unserer Natur, die doch mit all ihren Grenzen eine Schöpfung Gottes ist. Schließlich hat schon der Schöpfer selbst am 7.Tag eine Ruhepause eingelegt (Gen 2,3). Es geht dabei um Pausen für Leib und Seele. Zuerst kommt der Leib: Im heutigen Evangelium verlangt Jesus ausdrücklich eigene Zeiten zum Essen (Mk 6,31) und man darf ergänzen auch zum Schlafen.

Wir sind keine Maschinen, die unaufhörlich laufen können. Wer sich nicht das Recht nimmt - und es notfalls erkämpft! - zu ruhigen und regelmäßigen Mahlzeiten, ausreichendem Schlaf und täglichen Ruhepausen, der versündigt sich an der eigenen, von Gott geschaffenen Natur. Diese Art von Sünden gegen den eigenen Körper sind uns leider viel zu wenig bewußt. Vielleicht zeigt sich hier ein Rest von Leibfeindlichkeit.

Für die Erholung der Seele hat sich die Kirche dagegen immer zuständig gewußt. Die in unserem heutigen Evangelium beschriebene Bootsfahrt "an einen einsamen Ort, um allein zu sein" (Mk 6,32), wurde treffend als "notwendiger Weg in die Jahres-exerzitien" bezeichnet.(1).

Jesus will seine Jünger in der Einsamkeit seelisch und geistlich aufbauen - genau das, was wir "Exerzitien" nennen. Viele Bibelstellen überliefern übrigens, daß Jesus auch für sich selber immer wieder einsame Ort aufsucht, um mit Gott allein zu sein und zu beten, oft nach Ereignissen, wo er besonders gefordert war. Regelmäßige Exerzitien können auch heute nur empfohlen werden als konkrete Umsetzung des heutigen Evangeliums ins Leben.

Ruhezeiten, um nicht im Alltag aufzugehen oder womöglich sogar unterzugehen, braucht es aber täglich. Da sind gute Gelegenheiten die bewährten "täglichen Gebete". Vielleicht ist die Unterbrechung des gewohnten Tageslaufs jetzt in den Ferien besonders gut geeignet, um auch die Hilfe von täglichen Gebets-"unterbrechungen" neu zu entdecken? Der Theologe Johann Baptist Metz definierte Religion überhaupt als "Unterbrechung"(2) - Unterbrechung von allem, was sonst nie hinterfragt wird, Unterbrechung von Leistungsdruck im Hamsterrad.

Als besondere Unterbrechung dient hier natürlich der Sonntag als der allgemeine Ruhetag in unserer Kultur. Er muß als solcher heute verteidigt werden gegen die immer weiter ausufernden Bestrebungen, auch noch die letzten Lebensbereiche dem Kommerz unterzuordnen. "Ohne Sonntag ist jeden Tag Werktag" - dieser Satz ist ein Nachdenken wert.

Höhepunkt am Sonntag aber sollte die Feier der Eucharistie bleiben gewissermaßen als wöchentliches "Sonderangebot", um sich Gott zuzuwenden und die eigene Mitte neu zu finden. Entsprechend sollten Sonntagsgottesdienste gefeiert werden. Jesus macht - um zur Ruhe zu kommen - mit den Jüngern eine längere Bootsfahrt. In der zukünftigen Kirche werden wohl auch wir für Sonntagsgottesdienste längere Fahrten auf uns nehmen müssen. Aber es lohnt sich.

---

(1) Klaus Berger: Jesus München 2004 S.190

(2) Johann Baptist Metz: Glaube in Geschichte und Gesellschaft Mainz 1992 S.166