

*„Ich wünsche dir;... Zeit zu haben zum Leben.“*

Schnell fliegen die Pfoten über das Gitter. Berühren den Grund nur um direkt wieder in den Sprung überzugehen. Genau wissend, wie der Sprung aussehen muss um den Rhythmus nicht zu stören oder-noch schlimmer- aus dem **Rad** herauszufallen. Manchmal da ist er zu langsam, da wird er nach hinter gezogen, weiter nach oben in das Rad- das bedeutet schneller laufen, die Schritte besser koordinieren, die Spreu, die Strohhalme- alles, was das Laufen stören könnte schon vorher beseitigen.

*Ich wünsche dir...Zeit zu haben zum Leben?*

Meine Füße schreiten schnell über den Asphalt. Mein Blick ist aufs Ziel gerichtet, ab und an abgelenkt durch die Nachricht, die ich im Nebenher in mein Smartphone tippe. Der Plan für diese Woche steht: Termin folgt auf Termin. Der Haushalt darf auch nicht im Chaos versinken und die sozialen Verpflichtungen sollen auch nicht zu kurz kommen. Alles ist getaktet und hat einen Platz. Und ich, ich bin ganz in Anspruch genommen von allem, was es da zu tun gibt. Auf den Wochenplan folgt der Monatsplan, all die Termine, die anstehen, die koordiniert werden müssen, vorbereitet, durchgeführt und nachbereitet. Es gibt Zeiten, da fühlt es sich gut an – da habe ich das Gefühl, dass es rund läuft. Mein Hamsterrad wohl geölt vor sich hindreht. Und dann gibt es Zeiten, da renne ich dem Plan hinterher, da ist keine Zeit, im Moment zu sein, weil das eine To-Do das nächste jagt.

*Ich wünsche dir...Zeit zu haben zum Leben?*

Wir hören eine Erzählung aus dem Lukas Evangelium:

*Off/Sebastian:*

*Jesus bei Maria und Marta*

*38Als Jesus mit seinen Jüngern weiterzog, kam er in ein Dorf. Dort nahm ihn eine Frau als Gast bei sich auf. Ihr Name war Marta.39Sie hatte eine Schwester, die Maria hieß. Die setzte sich zu Füßen des Herrn nieder und hörte ihm zu.40Aber Marta war ganz davon in Anspruch genommen, sie zu bewirten. Schließlich stellte sie sich vor Jesus hin und sagte: »Herr, macht es dir nichts aus, dass meine Schwester mich alles allein machen lässt? Sag ihr doch, dass sie mir helfen soll!«41Aber der Herr antwortete: »Marta, Marta! Du bist so besorgt und machst dir Gedanken um so vieles.42Aber nur eines ist notwendig: Maria hat das Bessere gewählt, denn niemand wird ihr diese Stunden mehr wegnehmen können.“*

Es ist eine Geschichte, die mich jedes Mal wütend macht, wenn ich sie in der Bibel lese. Da sind zwei Schwestern: Maria und Martha. //Martha ist angespannt. Sie ist die Organisatorin dieser Zusammenkunft. Sie hat Jesus zu sich eingeladen. Einen Fremden, eine Berühmtheit in ihrem Haus. Alles soll perfekt sein. Er soll den Tag in guter Erinnerung behalten. In Marthas Kopf rattert es unaufhörlich. Was muss noch getan werden, damit auch wirklich nichts schief geht? Wo kann noch gefegt werden? Welches Gefäß sollte noch auf den Tisch gestellt werden? Sind die Teppiche und Felle auch gut ausgeklopft, damit Jesus dort sitzen kann? Und überhaupt...Das Essen, das Trinken! Es soll das Beste Essen geben, das Jesus je gesehen hat! Und den hochwertigsten Wein. Martha wirbelt durch das kleine Haus. Der Putzeimer steht noch in der Ecke. Das gute Geschirr soll ja gerichtet sein. Dann ist der hohe Besuch da...aber, nein...es ist noch zu viel zu tun. Wäre Martha ein Hamster, man könnte ihr zusehen, wie ihre Pfoten sprunghaft fliegen. Wie ihr Hamsterrad sich dreht.

Ich bin mit meinem Herzen ganz bei Martha. Kann es förmlich fühlen, diese Energie, mit der Martha durch das Haus läuft. Dieses Anliegen, dass alles schön sein soll. Diesen Druck, denn sie irgendwie von außen spürt, dass sie die Verantwortung trägt. Marthas Gefühlswelt, die liegt nah bei meiner eigenen.

Martha widmet sich dem Gast mit all dem, was sie aufbieten kann.

Auch ihre Schwester Maria widmet sich dem Gast. Aber doch ganz anders, als ihre Schwester. Maria ist glücklich: Jesus ist da. In ihrem Haus. Und sie spürt ganz deutlich: Jetzt ist die Zeit. Jetzt ist der Moment. Sie kann gar nicht anders. Sie setzt sich zu Jesus, setzt sich zu den Füßen des Herrn nieder und hört zu. Sie wirft ihren Anker aus und kommt ganz zur Ruhe.

Wie gesagt: Der Text, er macht mich eigentlich immer wütend. Warum kann Maria nicht Martha helfen und dann, dann können sie sich gemeinsam hinsetzen?, frage ich mich. Und warum ergreift Jesus Partei für Maria, obwohl doch Martha viel mehr für ihn macht. Mein Geschwister-Neid ist entfacht! Die ganze Geschichte erscheint mir jedes Mal aufs Neue ganz schön unfair.//

Aber je öfter ich ihn lesen, desto mehr wird mit klar: Darum geht es in der Erzählung eigentlich nicht. Vielmehr geht es um ganz **urmenschliche Seinsweisen**. Um Verhaltensmuster, die sich auch in 2000 Jahren nicht so richtig geändert haben. Um unsere Hamsterräder und die Frage, ob wir das Rad ab und an zum Stillstand bringen können. Es geht um diese wenn-dann-Logik, die keine Pause, kein Durchatmen zulässt. Martha lebt in dieser Logik. Sie gestattet sich keine Pause. Und dann streicht der Moment, in dem sie Ruhe finden könnte, in dem sie intensive Gemeinschaft erleben könnte, einfach an ihr vorbei. Er bleibt für sie unsichtbar. Zu gefangen ist sie in all dem, was es noch zu erledigen gilt. Und damit steht Martha vermutlich für viele von uns, die organisieren und machen und tun, und sich selbst keine Pause gönnen, weil so viel Wichtiges noch bevor steht.//

Martha ist wütend. Sie sagt zu Jesus: „Macht es dir denn gar nichts aus, dass meine Schwester mich alles alleine machen lässt?“

Aber Jesus bleibt ruhig. Langsam wendet er sich Martha zu. Und dann stoppt er ihr Hamsterrad: „Martha, du machst dir Gedanken um so vieles. Aber nur eines ist notwendig. Maria hat das bessere gewählt, das wird ihr niemand mehr wegnehmen.“/ Irgendwie harte Worte. „Nur eines ist notwendig.“ Und zugleich scheinen sie unendlich weise. Denn Jesus weiß genau, wovon er spricht. Er ist in seinem Leben unentwegt unterwegs. Ist stetig von Menschen umgeben. Er hat einen riesigen Auftrag auf der Erde, der ihn ständig auf Trapp hält. Tag und Nacht kann er dafür eintreten. Wo immer er hinkommt predigt, erzählt, spricht und heilt er. Und doch wird in den Evangelien immer wieder davon erzählt, wie Jesus sich zurückzieht. Wie er Pause macht; wie er allein bleibt, um zu Ruhe zu kommen; wie er still wird, um zu beten. Jesus durchbricht dieses vermeintliche Hamsterrad immer wieder selbst. Er bremst die Drehungen aus und kommt zur Ruhe.

Die Geschichte von Maria und Martha endet abrupt. Wir erfahren beim Lesen nicht, wie Martha auf Jesus Worte reagiert. Ob sie wütend ist? Verletzt? Ob sie das Gefühl hat, dass ihr Tun abgewertet wird? Oder ermöglicht Jesus ihr durch seine Worte, ihr Hamsterrad zu durchbrechen? Rauszukommen aus dem ganzen wenn-dann, aus der endlosen To-Do-Liste, die sie fortwährend abarbeitet?

„Mach mal Pause“, so haben wir den Gottesdienst überschrieben. Wer Pause macht, der nimmt sich Zeit. Zeit, um ganz im Moment zu sein. Der lässt das eigene Rad langsamer werden, bremst behutsam und wird ruhig. Und oft passiert genau dann, wenn die Pause

unseren Kopf und unser Herz durchlüftet das wirklich Schöne. Das, woran wir uns später gerne erinnern. Und: selten geht die Welt unter, während wir nicht da sind. Selbst Jesus, der den Menschen die wichtigste Botschaft von allen überbracht hat, hatte nicht das Gefühl, dass die Welt untergeht, wenn er mal kurz abschaltet.

Dabei sind die Pausen ganz unterschiedlich. Marias Pause, die besteht aus gebanntem Zuhören und dem Genießen von Jesu Anwesenheit. Für einen anderen bedeutet Pause vielleicht die Tasse Kaffee auf der Terasse und für den nächsten das schnelle Rennradfahren durch den Kaiserstuhl. Für den einen Gesellschaft, für die andere Einsamkeit.

„Mach mal Pause.“ Jesus macht Pause. Maria macht Pause. Und auch Gott pausiert. Ruht am siebten Tag. Der große Schöpfer, er vertraut am siebten Tag darauf, dass seine Schöpfung gut ist. Er gönnt sich eine Auszeit und schöpft Kraft. **Pause zu machen, das ist ein Geschenk Gottes. Sein Vermächtnis. Sein Gebot.**

Wenn es selbst dem großen Gott, der die ganze Welt im Blick hat und sie mit seinem Sein umspannt möglich ist, eine Pause zu machen, warum fällt es uns dann oft so schwer? Warum türmt sich manchmal so viel auf, dass wir uns keine Pause gestatten, sondern immer und immer weiter arbeiten, die Sprünge im Hamsterrad optimieren, bis wir überhaupt nicht mehr können?

Vielleicht brauchen wir in unserem Leben immer wieder Menschen wie Jesus. Menschen, die uns, vielleicht auch mal streng anschauen und sagen: „Du machst dir Gedanken um so vieles, aber jetzt, jetzt ist es an der Zeit, tief durchzuatmen und ganz im Moment zu sein.“ /“Jetzt ist die Zeit, dir Zeit zu nehmen und zu beten.“/“Jetzt ist die Zeit, um die Seele ganz unverzweckt baumeln zu lassen.“ Da braucht es manchmal die Stimme von außen und manchmal die Stimme im Innern, die uns erinnert.

Ich hoffe für Martha, dass Jesus sie aus ihrem Trott herausgeholt hat. Dass ihr sein offener Blick und seine Anwesenheit gut getan haben und sie zur Ruhe kommen konnte. Ja, dass sie ankern konnte, so dass all das andere ihr nichts mehr anhaben konnte. Vielleicht brauchen wir alle in unserem Leben immer wieder Menschen, die uns sagen: Wenn selbst der große Gott ruht und Pause machst, dann darfst du, sein Kind, sein Geschöpf das allemal. Pause zu machen, das ist Gottes Geschenk.

Ich wünsche uns, gerade in diesen letzten Sommerwochen, dass wir dieses Geschenk Gottes annehmen können.

Ich wünsche uns Zeit für Pause.

Momente, in denen das Hamsterrad ganz still steht.

Vielleicht sogar zur Hängematte umgewandelt wird.

Ankerpunkte und Zufluchtsorte zum Still werden, das wünsche ich uns. Amen.

*Pfarrerin Octavia von Roeder, 28. August 2022*