



DAS VERBORGENE ZIMMER

DIE RUHE GOTTES IM ALLTAG KULTIVIEREN (LARS JAENSCH)

EIN RHYTHMUS ZWISCHEN ARBEIT UND RUHE

Sabbat, so nennt man den Ruhetag, den siebten Tag einer Woche. Für die Juden ist dies ein heiliger Tag. Er beginnt am Freitag mit Sonnenuntergang und dauert bis zum Sonnenuntergang am Samstag, da ein Tag nach dem jüdischen Kalender mit dem Abend beginnt. Gott selbst schuf diesen Rhythmus zwischen Arbeit und Ruhe, zwischen Zupacken und Loslassen, zwischen Fleiß und Entspannung und lebt ihn auch selbst:

*1. MOSE 2,2-3 Am siebten Tag hatte Gott sein **Werk vollendet** und **ruhte von seiner Arbeit**. Darum segnete er den siebten Tag und sagte: »Dies ist ein ganz besonderer, heiliger Tag! Er gehört mir.«*

Fleißige Arbeit und entspannte Ruhe sind beides eine Idee Gottes! Mit dem siebten Tag erschuf Gott zugleich auch die Ruhe! Das Bibelwort oben weist uns dabei auf drei grundlegende Bedeutungen des Sabbat hin:

1. **Er ist eine besondere Zeit exklusiv für Ruhe und Erholung.** Man darf seine Seele einfach mal baumeln lassen, ohne gleich ein schlechtes Gewissen zu haben. Frage: Weißt du, was deiner Seele wirklich gut tut? Was sie stärkt, aufbaut, ermutigt und erfrischt und nicht nur betäubt oder vollstopft? Baust du bewusst Pausen ein. Kannst du abschalten?
2. **Sabbat bedeutet auch: Innehalten, Staunen, Danken und Feiern.** Mal ehrlich: Fehler und Misserfolge wurmen uns, beschäftigen uns lange, ziehen uns runter, machen uns zu schaffen. Oder? Erfolge, vollendete Werke und erreichte Ziele - das Gute in unserem Leben - nehmen wir hingegen oft gar nicht recht wahr. Wie selten nehmen wir uns die Muse, anzuhalten und zurückzublicken, das Erreichte auch mal zu feiern.
3. **Sabbat ist die heilige Zeit der persönlichen Gemeinschaft** zwischen Gott und Mensch - ausschließlich für den Austausch mit ihm reserviert. Die Bibel nennt das übrigens Gebet.

*MATTHÄUS 6,6 Wenn du betest, **geh in dein Zimmer, schließ die Tür und bete zu deinem Vater, der im Verborgenen ist.** Dann wird dein Vater, der ins Verborgene sieht, dich belohnen.*

Ich finde, dass ist ein passendes Bild: Das verborgene Zimmer ist ein Ort, an dem man die Türe hinter sich schließt, ein Ort der Ruhe. Alles andere bleibt draußen. „Geh' in dein Zimmer und schließe die Tür hinter dir. Dein Vater ist im Verborgenen und er sieht dich. Es lohnt sich!“ Interessante Worte. Überlege mal, was dein Zimmer sein könnte: ist es wortwörtlich ein bestimmter Raum? Oder ist es vielleicht ein Spaziergang am Meer oder im Wald, das Gassigehen mit dem Hund oder die morgendliche Autofahrt zur Arbeit? Was es auch sein mag, diese Worte von Jesus sind auf jeden Fall die Einladung Gottes, ihm zu begegnen, in seine Ruhe einzutreten und es lohnt sich definitiv, dieser Einladung zu folgen und so ganz bewusst Zeiten der Sabbat-Ruhe ins eigene Leben einzubauen.

Viele Christen halten die Idee des Sabbat aber nur für etwas, was zum Alten Testament, zu Israel und einem Leben nach dem Gesetz gehört, uns heute also gar nicht betrifft. Aber weit gefehlt! Auch im Neuen Testament wird uns der Sabbat als etwas sehr wichtiges und durchaus zeitgemäßes beschrieben:

*HEBRÄER 4,9-11 Es ist also noch **eine Sabbatruhe vorhanden** für das Volk Gottes. Wer zu dieser Ruhe gefunden hat, wird von aller seiner Mühe ausruhen können, so wie Gott am siebten Schöpfungstag von seinen Werken ruhte. **Wir wollen also alles daransetzen, zu dieser Ruhe zu gelangen!***

Beim Sabbatgebot geht es nicht einfach nur darum, ein Gesetz rein äußerlich und genau am richtigen Wochentag umzusetzen! Es geht nicht darum, ob der Sabbat am Samstag, Sonntag oder welchem Tag auch immer zu feiern sei. Darum ging es eigentlich nie! So ein Verständnis ginge völlig an dem vorbei, was eigentlich Gottes Intention war und ist. Man kann sich buchstabentreu an das Gebot halten - und dennoch innerlich voller Unrast und Unruhe, voll sklavischer Getriebenheit sein. Es geht vielmehr darum, dass wir es lernen, als geliebte Söhne und Töchter Gottes, unser Leben insgesamt nach dem



heilsamen Rhythmus Gottes zu leben. Gott möchte mit uns gemeinsam durch das Leben „tanzen“. Was für eine himmlische Leichtigkeit und Unbeschwertheit schimmert in diesem Bild hervor.

Vor seinem Tod rief Moses das Volk Israel zusammen. Er erinnerte sie noch einmal an ihre Befreiung aus der Sklaverei in Ägypten und an ihre Reise durch die Wüste bis hin zum Land der Verheißung, der Ruhe, in das sie nun eingehen sollten. Dieses Land ist - übrigens genau wie die Sabbatruhe auch - von Gott zwar gegeben, muss aber erst noch erkundet und eingenommen werden. Und dann rief er ihnen ein ganz besonderes Wunder aus der Zeit ihrer Wanderschaft ins Gedächtnis. In der Wüste - also in harten und schwierigen Zeiten - wurde Gott selbst zum Versorger seines Volkes, er speiste Israel mit dem sogenannten Manna - Was das genau ist, erkläre ich gleich noch:

*5.MOSE 8:3-5: Gott gab euch das **Manna** zu essen, das weder ihr noch eure Vorfahren kanntet. Er wollte euch damit zeigen, dass der Mensch nicht allein von Brot lebt, sondern vor allem von den Worten des HERRN. (...) Daran könnt ihr erkennen, dass der HERR, euer Gott, es gut mit euch meint. Er erzieht euch wie ein Vater seine Kinder.*

Drei Aussagen fallen an dieser Stelle ins Auge:

1. „Gott gab euch das Manna zu essen, das weder ihr noch eure Vorfahren kanntet“: Gott hat für sein Volk ein völlig neuartiges, bislang völlig unbekanntes Leben bereitet. Ein Leben in Freiheit und mit dem Rhythmus des Himmels.
2. Gott wollte seinem Volk zeigen, dass der Mensch nicht allein vom Brot (= Lohn der eigenen Mühen und Leistungen) lebt, sondern vor allem vom Wort Gottes. Eine gesunde und erlöste menschliche Identität gründet sich vor allem im SEIN (= Kind Gottes), nicht allein im TUN (= Sklave).
3. Er bezweckte damit, dass sein Volk eines bewusst verinnerlicht und als tiefste Identität annimmt: Wir sind keine Sklaven in Ägypten mehr, sondern freie Söhne und Töchter Gottes! Er erzieht uns wie ein Vater seine Kinder. Er meint es gut mit uns!

Das ist grundlegend anders als alles, was Religionen, der Zeitgeist und der Erfolgsdruck dieser Welt uns lehren. Wie oft versuchen wir verzweifelt, verkrampft und gebückt unter den drückenden Lasten innerer und äußerer Antreiber Anerkennung zu finden und auf diese Weise dann hoffentlich eines schönen Tages die Würde und den Wert von Söhnen und Töchtern zu erlangen. Obwohl wir in Gottes Augen genau dieses doch längst schon sind. Du brauchst Gott nicht mit Heldentaten zu beeindrucken! Er könnte gar nicht beeindruckter sein von dir. Überleg' mal: Für dich und mich zahlte er aus purer Liebe und Begeisterung den allerhöchsten Preis: Er gab sein Leben!

Im Kern geht es Gott mit dem Sabbatgebot also darum, dass wir eines wirklich lernen und verinnerlichen: Ich bin mehr als das, was ich mache und leiste. Meine Identität und Würde liegt von A bis Z darin, dass ich - ganz unverdient - ein geliebtes Kind Gottes bin. Ich bin schon hier eingeladen, im Rhythmus Gottes zu leben und etwas von der Lebensqualität des Himmels zu schmecken.

DER SABBAT - ZUM WOHL DES MENSCHEN GEMACHT

Eines Tages ging Jesus am Sabbat durch ein Kornfeld. Seine Jünger hatten Hunger und zupften ein paar Ähren ab. Einige Pharisäer sahen das und waren zutiefst empört: »Das dürfen sie nicht! Das ist gegen das Gesetz! Am Sabbat darf man nicht arbeiten und Getreide ernten.«. Jesus beantwortete ihren religiösen Aufschrei mit einem Ereignis, welches in 1.Samuel 21,2-7 nachgelesen werden kann:

David war mit einigen Begleitern auf der Flucht vor dem eifersüchtigen König Saul und musste sich vor seinen Verfolgern verstecken, die ihm das Leben nehmen wollten. Hungrig kamen sie an der Stiftshütte im kleinen Ort Nob vorbei. Da David und seine Gefährten Hunger hatten, ließen sie sich dort das heilige Brot aus dem Heiligtum geben und aßen es mit Genuss - obwohl dies, so hatte Gott es angeordnet, allein und exklusiv den Priestern vorbehalten war. Das war ein Sakrileg, ein Verstoß gegen das Gesetz. Eigentlich hätte sie sofort ein Blitz aus dem Himmel treffen müssen. Aber eigenartigerweise blieben sie am Leben. Und nicht nur das: mit der Erwähnung genau dieser Geschichte durch Jesus wird Davids Verhalten auch im Nachhinein noch durch Gott selbst legitimiert und gelobt. Das aber ist ein Unding für gesetzliche und pharisäerhafte Menschen, für die Donnersöhne aller Zeiten. „Und was ist nun die Moral von der Geschicht?“ Jesus beschließt seine Worte mit einem ganz bemerkenswerten Satz, der uns das grandiose, einzigartige Herz Gottes aufleuchten lässt. Seine Aussage gilt im Übrigen nicht nur an dieser Stelle, sondern auch für alle anderen Gebote Gottes:

MARKUS 2,27 Gott hat den Sabbat zum Wohl des Menschen gemacht, nicht den Mensch um des Sabbats willen.

Die besondere Zeiten der Ruhe hat Gott also zu deinem und meinem Wohl geschaffen und eingesetzt. Alles was Gott sagt, dient wirklich unserem Wohl! Sabbat bedeutet, dass Gott selbst uns einen Raum der Ruhe eröffnet und uns dort, also im Verborgenen, den völlig anderen himmlischen Lebensrhythmus beibringt: beschwingt, zuversichtlich, frei und lebensfroh, statt ängstlich, hektisch und getrieben. Wie bei jedem Tanz müssen wir dieses neuartige Leben nun aber ganz praktisch einüben. Es ist so anders! Kommen wir nochmals zum ‚Manna‘ zurück. Die wörtliche Bedeutung des Wortes Manna lautet: „Was ist

das denn?“ Es ist ein Ausruf des Erstaunens. Mit dem Leben aus Glauben ist es wie mit der göttlichen Versorgung durch das Manna. Wir sind es noch nicht gewohnt von Gott als Söhne und Töchter geachtet, behandelt und von ihm versorgt zu werden. Das klingt zu schön, um wahr zu sein. In dieser Welt gilt nur das erbarmungs- und gnadenlose Prinzip des ‚Karma‘: ‚Du bekommst immer das, was du verdient hast („Geschieht dir völlig recht!“). Das aber ist das genaue Gegenteil von Sabbat, von Frieden, von Erlösung und Gnade. Aber weil unser Denken so unter dem Einfluss des Zeitgeistes und der Philosophien dieser Welt steht, fällt es uns ein Umdenken ziemlich schwer. Das ist wie beim Volk Israel nach der Befreiung aus der Sklaverei in Ägypten. Jemand sagte einmal: Für Gott war es ein leichtes, das Volk Israel aus Ägypten zu holen; ein wirklich hartes Stück Arbeit war es, Ägypten aus den Köpfen Israels zu holen.

RÖMER 12,2: Passt euch nicht den Maßstäben dieser Welt an, sondern lasst euch von Gott verändern, damit euer ganzes Denken neu ausgerichtet wird. Nur dann könnt ihr beurteilen, was Gottes Wille ist, was gut und vollkommen (= zum Ziel führend) ist und was ihm gefällt.

Es ist ein riesiger Unterschied, ob du etwas tust, um geliebt zu werden - oder weil du geliebt bist und dich geliebt weißt! Der Sabbat macht eines klar: Du musst nicht wie ein Sklave schuften, quasi stets ‚funktionieren‘ und immer alles richtig tun, um dann hoffentlich Anerkennung zu finden. Du bist bereits, durch den Glauben an Jesus, sein geliebter Sohn oder seine geliebte Tochter.

VON DEM BEWUSSTSEIN ERFÜLLT ...

Gott war es übrigens besonders wichtig, dass auch Jesus selbst seinen Dienst hier auf der Erde in genau diesem Bewusstsein antrat! Daher gab Gott ihm von Anfang an etwas mit auf den Weg:

MARKUS 1,10+11 Als Jesus nach der Taufe aus dem Wasser stieg, sah er, wie der Himmel aufriss und der Geist Gottes wie eine Taube auf ihn herabkam. Und aus dem Himmel sprach eine Stimme: »Du bist mein geliebter Sohn, an dir habe ich von ganzem Herzen große Freude. Dir gilt meine Liebe, dich habe ich erwählt. An dir habe ich Wohlgefallen.«

Wieviel Wert, Würde und Gelassenheit erfüllt unser Leben, wenn wir die Realität dieser Worte für uns persönlich entdecken! „Stimmt, das sind ja auch wunderschöne und echt zu Herzen gehende Worte“, wendest du jetzt vielleicht ein. „Die galten Jesus - und das ist ja auch kein Wunder. Ich meine, der ist ja auch tadellos, gerecht, vollkommen und wird darum natürlich von seinem Vater heiß und innig geliebt! Ich aber bin gar nicht so großartig!“ Okay, dann halte dich gut fest und höre, was Jesus dazu meint:

JOHANNES 20,21+22 »Friede sei mit euch! Wie mich der Vater gesandt hat, so sende ich jetzt euch!« Nach diesen Worten hauchte er sie an und sprach: »Empfangt den Heiligen Geist!

Siehst du, hier passiert genau dasselbe, wie nach der Taufe von Jesus. Diese Worte des himmlischen Vaters gelten tatsächlich ganz genauso auch dir und mir - und der Heilige Geist öffnet uns die Augen dafür! Daher nochmals: Wie viel Wert, Würde und Gelassenheit kommen in unser Leben, wenn wir die Realität und Tragweite dieser Worte für uns persönlich entdecken und sie verinnerlichen! Später lesen wir davon, wie sehr Jesus diese Worte verinnerlicht hatte, wie sehr sie ihn prägten. Während eines Abendessens stand Jesus auf, goss Wasser in eine Waschschüssel und fing an seinen Schülern die Füße zu waschen. Jesus lebte und diente ganz erfüllt von dem Bewusstsein der Gegenwart Gottes und seiner Würde als Sohn und mit dem ganz bewussten Blick auf die Fülle und Gunst des Himmels. Es heißt:

JOHANNES 13,3 Jesus war von dem Bewusstsein erfüllt, dass der Vater ihm alles in seine Hände übergeben hatte und dass er aus Gottes Gegenwart gekommen war und wieder in die Gegenwart Gottes zurückkehren würde.

Aber ganz realistisch: Unser Leben sieht doch oft ganz anders aus! Daher brauchen wir ein göttliches Sabbat-Training! Wer in Gottes Takt tanzen will, der muss die Schritte erst erlernen und immer wieder üben! Täglich, beständig ... Erst nach und nach stellen sich dann Leichtigkeit und Eleganz ein, geht einem der Rhythmus quasi in Fleisch und Blut über. Das ist im Kern der Sinn geistlicher Übungen, wie z.B. Zeiten der Stille, von Fasten und Gebet, oder auch der persönlichen Bibellese: Üben, üben, üben ... Mit ihnen versuchen wir nicht, Gott zu beeindrucken. Vielmehr trainieren wir - im Bewusstsein, Söhne und Töchter Gottes zu sein - durch stetige Wiederholung (das ist der Schlüssel!) das göttliche Leben und die himmlisch-leichten Tanzschritte. Wenn man übt, dann bleiben aber natürlich „Fehlritte“ auch nicht aus, wie ein persönliches Beispiel zeigt. Ich habe es schon wiederholt erzählt, aber es passt an dieser Stelle besonders gut:

Als Student baute ich in den Semesterferien Kühlschränke. Meine Aufgabe war es, an einem Fließband die Kühlaggregate zu montieren. Ich wollte damals einen bestimmten Wunsch unbedingt von Gott erfüllt haben, haderte mit Gott und lag ihm damit beständig in den Ohren. Irgendwie merkte ich aber, dass er die Dinge anders sah. Also dachte ich, dass er gegen mich sei und mir etwas Gutes vorenthalten wolle. Ich versuchte es mit guten Argumenten und mit Klagen. Ich wollte unbedingt meinen Willen - und zwar sofort. Eines Tages, ich saß wieder einmal mit schlechter Laune grummelnd hinter meinem Kühlschrank, da hörte ich plötzlich und unerwartet tief in meinem Inneren eine Stimme - Gottes Stimme. Er sprach nur einen einzigen sehr kurzen Satz mit einer für mich sehr kryptischen Botschaft:

„Jesaja 30,15!“. Ich aber hatte keine Ahnung, was dort steht und konnte ja auch schlecht vom Fließband aufspringen um sofort nachzuschauen. Ungeduldig und neugierig sehnte ich die Pause herbei. Als es endlich soweit war, riss ich meine Bibel aus der Tasche, schlug sie auf und las folgende Worte:

JESAJA 30,15 Im Stillsein (= Ruhe) und Vertrauen liegt eure ganze Kraft. Wenn ihr gelassen abwartet und mir vertraut, dann seid ihr stark! Aber ihr habt nicht gewollt ...

„Im Stillsein - das ist die Ruhe Gottes, der Sabbat - und im Vertrauen liegt deine ganze Kraft! Aber du hast nicht gewollt!“ Diese Worte waren wie eine Ohrfeige, eine kalte Dusche, ein heilsamer Schock für mich. Genau das brauchte ich, um aufzuwachen und um wieder einen klaren Kopf zu bekommen. Dieses Wort brachte mich zurück auf die Spur. Ich hatte in dem Bestreben, vor Gott unbedingt meinen Willen durchsetzen zu wollen, den verborgenen Raum der Ruhe verlassen, daher kamen mein Stress und meine ständig schlechte Laune. Ohne Ruhe bleibt aber nur Un-Ruhe.

IN DIE RUHE GOTTES EINGEHEN - DAS VERBORGENE ZIMMER BETRETEN

Ohne in Gottes Ruhe, also quasi im verborgenen Zimmer gewesen zu sein, stehe ich in der Gefahr, voreilig zu handeln und vor Gott her zu laufen - was eigentlich auch nichts anderes ist, als vor ihm davon zu laufen. Wenn ich nicht auf Gottes Wort höre, dann benehme ich mich sehr schnell recht eigenwillig, eigensinnig, starrsinnig, bockig, verstockt und verhärtet - kehre der Ruhe den Rücken zu. Wenn dann aber etwas schiefgeht oder nicht so kommt wie erhofft, dann beschwere ich mich natürlich lautstark bei Gott: „Wo warst du? Warum hast du nichts getan? Warum hast du das zugelassen ...?“ Hebräer 3+4 spricht daher immer wieder davon, wie wichtig es ist, dass wir unser Herz nicht verhärten, sondern wirklich in Gottes Ruhe eingehen. Und dort wird uns auch aufgezeigt, wie dies geschehen kann: nämlich durch die Kraft des Vertrauens. Am Anfang schaut der Autor auf die wechselvolle Geschichte Gottes mit Israels zurück und zieht einen Schluss daraus: Die gute Nachricht von Gottes Ruhe nützt uns nichts, wenn wir sie nicht mit Glauben verbinden.



HEBRÄER 4,2-3 Ihnen hat diese Botschaft nichts genützt; sie ist ihnen nicht in Fleisch und Blut übergegangen – was durch die Kraft ihres Vertrauens hätte geschehen müssen. So werden auch wir nur in die Ruhe Gottes hineinkommen, wenn wir im Vertrauen festbleiben ...

Durch das gewachsene Vertrauen, also der im verborgenen Zimmer gepflegten persönlichen Beziehung mit Gott, geht dir die Botschaft in „Fleisch und Blut über“. Gottes Wort und dein Vertrauen vermischen sich miteinander und so wird der Rhythmus Gottes mit der Zeit zu einem ganz natürlichen Teil deines alltäglichen Lebens ... Leben im Rhythmus Gottes - Sabbat ist also die Kunst einfach vertrauensvoll vor Gott still zu werden und ihn machen zu lassen. Aber das will geübt sein. Immer wieder, täglich neu, beständig. Aber diese Übung lohnt sich! Es ist wie eben genau wie beim Tanzen oder Sport: erst durch Gewöhnung bekommt man geübte Sinne (Hebr. 5,14). Übung macht den Meister, so sagt man zurecht.

Stillsein und Vertrauen, das sind die zwei entscheidenden Schlüssel. Ein tiefes und stilles Vertrauen, also die verheißene Sabbatrue, erschließt sich einem vorschnellen und oberflächlichen Menschen nicht. Sie entsteht nur im verborgenen Zimmer, also durch die regelmäßig gepflegte persönliche Gemeinschaft mit Gott. Das genau meint der Autor des Hebräerbriefes, wenn er sagt, dass wir alles dransetzen sollen, um in die Ruhe Gottes einzugehen. Oder um es mit den Worten von Jesus zu sagen:

MATTHÄUS 6,6 Wenn du betest, geh in dein Zimmer, schließ die Tür und bete zu deinem Vater, der im Verborgenen ist. Dann wird dein Vater, der ins Verborgene sieht, dich belohnen.

Dort „im verborgenen Zimmer“ liegt also deine Kraft. Dort macht Gott dich stark für die Herausforderungen deines Alltags. Jesus sagt, dass dein Vater im Verborgenen ist und ins Verborgene sieht. Er will gesucht und gefragt werden (Spr. 25,2). Das liebt er und das wird sich stets lohnen. Und jetzt verrate ich dir ein Geheimnis: Du betrittst also, um im Bild zu bleiben, dein Zimmer, schließt die Tür hinter dir und betest dort im Verborgenen zu deinem Vater und bist - woosh - plötzlich mitten im Thronsaal Gottes!

HEBRÄER 4,16 Darum wollen wir mit Zuversicht (Freimütigkeit) vor den Thron unseres überaus gnädigen Gottes treten, damit wir Gnade und Erbarmen finden und seine Hilfe zur rechten Zeit empfangen.

FREIE CHRISTENGEMEINDE KIEL E.V.

Im Bund Freikirchlicher Pfingstgemeinden KdöR

KONTAKT: Werftstraße 208 | 24143 Kiel | office@fcgkiel.de | +49 431-9089220
Pastor Lars Jaensch: pastor@fcgkiel.de | +49 173-2413789

GOTTESDIENST (3G!): Sonntags | 10.00-11.30 Uhr | Werftstraße 208 | 24143 Kiel
Infos zu 3G und zur Testpflicht für Ungeimpfte: www.fcgkiel.de

SPENDENKONTO: Evangelische Bank e.G.
BIC: GENODEF1EK1 | IBAN: DE18 5206 0410 0106 4072 26