

*Mit unseren Impulsen möchten wir GOTTES Wahrheiten in Ihr Herz säen.
Möge in Ihnen die Saat aufgehen und Frucht bringen!*

Ruhe für die Seele

JESUS:

**„Kommt her zu MIR, alle, die ihr mühselig und beladen seid;
ICH will euch erquicken. Nehmt auf euch MEIN Joch und lernt von MIR;
denn ICH bin sanftmütig und von Herzen demütig;
so werdet ihr Ruhe finden für eure Seelen.
Denn MEIN Joch ist sanft, und MEINE Last ist leicht.“**

Matthäus 11, 28-30

Liebe Freunde,

er kam nicht zur Ruhe. Unruhig wälzt er sich von einer Seite auf die andere. Wenn er doch endlich einschlafen würde ... Unerwartetes war geschehen und vieles ging ihm durch Kopf und Herz. Auf das meiste wusste er - zumindest jetzt - noch keine Lösung. Er hatte mehr als genug von Problemen und Herausforderungen. Er sehnte sich so nach einer ruhigeren Zeit. Und dann dies ...

Ruhe

Wir sehnen uns nach Ruhe und meinen damit, dass es ruhig wird. Dass wir in Ruhe gelassen werden - zumindest von Problemen. Wir meinen, dann geht es uns gut.

Das klingt wie nach Urlaub, den wir herbeisehnen und genießen möchten. Sind diese ruhigen Phasen jedoch wirklich nur Erholung für uns?

Da ist der Arbeitslose, der schon länger keine Arbeit mehr hat. Das klingt doch nach einem ‚ruhigen Leben‘, mit dem er zufrieden sein könnte. Für manche oder zu bestimmten Zeiten mag das passend sein. Doch ein solcher Mensch kann im sogenannten ‚Nichts-tun‘ sehr unruhig und unglücklich sein. Er hat sich sein Leben anders gedacht und gewünscht. Nun nagt Unzufriedenheit an ihm.

Ein Kranker braucht Ruhe, damit sich sein angeschlagener Körper erholen und genesen kann. Ihm fehlt die Kraft, um etwas zu tun. Die Ruhe jetzt nimmt er an, um zu gesunden. Und doch sehnt er sich danach, dass alles wieder ‚normal‘ und er wieder fit ist.

Die Schonzeit während einer Krankheit ist vorübergehend. Wer aber die Schonhaltung zu lange beibehält, schwächt damit seinen Körper statt ihn lebensstüchtig zu machen. Ebenso sind äußere Ruhe oder eine Auszeit nicht automatisch erfüllend; sie kann sogar schwächen, wenn es beim Rückzug bleibt.

Ruhezeiten haben ihren Platz. Auf jeden Tag folgt die Nacht, so hat es GOTT eingerichtet, damit wir uns von den Lasten des Tages erholen, uns ausruhen und so dem neuen Tag begegnen.

Ruhe für die Seele

JESUS spricht in dem obigen Bibelvers von der ‚Ruhe für die Seele‘. Das zeigt uns eine tiefere, umfassendere Qualität. „Unser Herz ist unruhig, bis es Ruhe findet in DIR“, sagt der Kirchenvater Augustinus. Äußere Ruhe ist ein Weg, um die Ruhe des Herzens zu finden. Diese Herzensruhe ist aber nicht automatisch die Folge jeder ‚äußeren Ruhe‘, vor allem wenn sie unerwünscht ist. Die Ruhe für die Seele ist einerseits ein Geschenk und doch auch ein Weg des Umdenkens.

In seinem Buch ‚Die Hütte‘ schreibt W. P. Young den tief sinnigen Satz aus GOTTES Sichtweise: „Das kannst du nur, wenn du MICH gut genug kennst, um MIR zu vertrauen und zu lernen, in MEINER grenzenlosen Güte zu ruhen.“ (S. 155). Hier ist wunderbar ausgedrückt, wie die Seele zur Ruhe findet. Glauben und vertrauen wir wirklich, dass *alles* in GOTTES grenzenlose Liebe eingeschlossen ist?

Ebenfalls in obigem Buch steht wieder aus der Sicht GOTTES: „... Der wahre, grundlegende Makel in deinem Leben ist, dass du MICH nicht für gut hältst. Wenn du wüsstest, dass ICH gut bin und dass *alles* - die Mittel, die Resultate und alle Vorgänge des individuellen Menschenlebens - in MEINE Güte eingeschlossen ist, dann würdest du zwar MEIN Handeln nicht immer verstehen, aber du würdest MIR vertrauen.“ (S. 144).

Ruhe der Seele hängt mit Vertrauen zusammen. GOTT will uns das erleben lassen. Unser Teil ist es, uns danach auszustrecken.

Leben aus der Ruhe der Seele

Unsere Seele sehnt sich nach Zeiten der Ruhe, um sich neu füllen und ausrichten zu lassen. In der Ruhe wird deutlich, was wirklich wichtig ist. Aus dieser Ruhe *kann* Neues wachsen. Sie ist wie guter Boden, auf dem Gesätes keimen kann. Handeln aus *dieser* Ruhe heraus bringt Frucht.

Diese Ruhe ist nicht träge oder schwach. Sie ist voll Leben! Dieses Leben fließt von innen heraus!

Menschen, die so in GOTT ruhen leben oft ein randvoll gefülltes Leben. Schauen Sie Abraham, Paulus, Petrus, ja JESUS selbst an! Wie oft betete JESUS nachts und wirkte bei Tag. Menschen, die von dieser tiefen Liebe GOTTES berührt sind, bewirken unwahrscheinlich viel! Aus diesem Ruhem in GOTT heraus haben sie die Kraft all das zu tun, was sie als Auftrag für ihr Leben erkennen.

Impuls:

Lassen Sie Ihre Seele erfassen, dass „*alles* in GOTTES grenzenlose Liebe eingeschlossen ist“. Leben Sie aus diesem tiefen Vertrauen in GOTT Ihre Möglichkeiten.

GOTT segne Sie!

Irmgard Ott
Seelsorgerliche Beraterin

