



Oberflächlichkeit, Innerlichkeit und das Land der Ruhe

Oberflächlichkeit, Innerlichkeit und das Land der Ruhe. Die Ansprache von Bischof Stefan Oster zur Jahresschlussandacht 2016 im Pasauer Stephansdom.

Liebe Schwestern, liebe Brüder,
dieser Lesungstext (1 Joh 2,18-21) aus der heutigen Liturgie spricht von der letzten Stunde. Die Tradition der Kirche sagt, der Text stamme vom Apostel Johannes, von dem, der sich in seinem Evangelium immer als den Jünger beschreibt, den Jesus liebte. Offenbar schreibt er den Brief mit dem heutigen Textabschnitt als älterer Mann, der mit seiner Gemeinde tief verbunden ist. Und er gibt am Anfang des Briefes ein sehr starkes Zeugnis davon, dass er selbst Jesus, den er das das Wort des Lebens nennt, gesehen und sogar mit Händen angefasst hat.

Auf dem Weg in das Land der Ruhe

Johannes ist ein Zeuge Jesu, er schreibt, er habe Gemeinschaft mit ihm und deshalb auch mit dem Vater im Himmel. Und er habe daran auch richtige Freude und er wolle auch anderen in diese Freude helfen. Aber Johannes sieht seine Gemeinde nun auch bedroht. Es gibt einige, die obwohl sie einmal gläubig waren und aus ihrer Mitte kamen, den Glauben jetzt bekämpfen würden.

Es seien „Antichriste“, schreibt er – und daran würde man nun erkennen, dass die letzte Stunde sei. Wie kann man so einen Text heute lesen und verstehen, bald 2000 Jahre nachdem er damals von der letzten Stunde schreibt, die gekommen sei?

Innerlichkeit oder Oberflächlichkeit?

Zunächst einmal bin ich der Überzeugung, dass der Text aus der Haltung einer sehr tiefen Innerlichkeit geschrieben ist. Innerlichkeit möchte ich verstehen als das Gegenteil von Oberflächlichkeit. Und mit Oberflächlichkeit können wir alle etwas anfangen, weil jeder von uns eine Seite hat, die dahin neigt: Wir sind sehr oft überaus interessiert an der schnellen Befriedigung unserer Bedürfnisse. Wir sind oft nicht so gut darin, mit Geduld und Gelassenheit die Dinge anzugehen, wir bilden uns allzu oft ein schnelles Urteil, vor allem über andere und vor allem auch gerne ein negatives.

Wir hängen uns leichtfertig an Dinge, die es nicht wert sind, dass sie uns so sehr beanspruchen. Ja, wir neigen zu Süchten aller Art, wir tun Dinge, die wir nachher bereuen, wir verschwenden Zeit mit unnützem Zeug. Und wir sind oft nicht beständig in unserer Fähigkeit zur Treue und flatterhaft in unseren Gefühlen und vieles andere mehr.

Das Gegenteil: Das Land der Ruhe

Liebe Schwestern und Brüder, ich sage so etwas zunächst einfach als Beschreibung nicht zuerst als Anklage. Es ist so etwas wie eine durchschnittliche Darstellung des Menschen, der vor allem und zuerst in dieser sichtbaren Welt lebt – mit all ihren Schönheiten, aber auch mit ihren Gefährdungen und Versuchungen. Wenn ich nun im Gegensatz zu Oberflächlichkeit von Innerlichkeit rede, dann denke ich an Menschen, die zu tiefen und tragenden Überzeugungen gefunden haben; die sich nicht schnell aus der Ruhe bringen lassen, weil sie in sich ruhen.

Menschen, die sich nicht zum schnellen Urteil hinreißen lassen, weil sie um die Komplexität der Welt und der Menschen wissen – und damit auch wissen, dass ein schnelles Urteil über einen anderen meist verkehrt ist. Innerlichkeit bezieht sich auf Menschen, die in sich stärker geeint sind, deren Denken und Reden und Handeln ineinander greift und stimmig ist.

Man spürt, diese Person ist irgendwie authentisch und verlässlich. Sie hat ihren Halt in sich. Und sie kann es auch gut mit sich selbst aushalten. Sie braucht nicht beständig Ablenkung. Und deshalb ist sie auch freier als andere, sie muss sich nicht dauernd an Dinge und Menschen festklammern, eben weil sie selbst in sich ruht. Aber sie kann auch echter und ehrlicher lieben genau deshalb, weil sie weniger klammern muss.

Auf dem Weg ins Land der Ruhe: Wie finden wir zu uns selbst?

Sicher haben Sie nun schon gemerkt, liebe Schwestern und Brüder, dass im Grunde viele Weltanschauungen, Religionen, esoterische Lehren, Wellness-Angebote in diese Richtung zielen: „Gönn Dir Ruhe, komm zu Dir selbst, finde in deine Mitte.“ So lauten die Verheißungen. Und es gibt einen riesigen Markt dafür in unserer Gesellschaft, der vorgibt, den Menschen zu größerer Innerlichkeit zu helfen, zum Ruhen in sich selbst.

Vermutlich gibt es diesen Markt deshalb, weil die Nachfrage so sehr da ist, weil viele Menschen tatsächlich spüren, dass sie so sehr im Außen leben, das sie sich sehr ablenken lassen oder so sehr der vordergründigen Bedürfnisbefriedigung nachjagen, oder sich abhängig machen in Beziehungen, in Konsum oder Süchten und anderes mehr. Da ist das Angebot:

„Komm zu Dir selbst, komm in Deine Mitte“, nur zu verlockend.

Ich, ich, ich

Das Riesenproblem ist: Es funktioniert meistens nicht. Denn meistens wird eine innere Freiheit und Ruhe angezielt, die am Ende auch wieder nur aus dem eigenen Ich kommt. Ich brauche die Ruhe, ich muss mich endlich selbst verwirklichen. Und dann gehe ich in mich – aber dort finde ich am Ende doch nur denselben unruhigen Typen vor, der ich vorher auch schon war. Und gerade an diesem Ich kann ich mich so schlecht festhalten oder gelassen werden. Im Grunde ist es wie bei Münchhausen und dem eigenen Schopf: Das unruhige Ich in mir will sich selbst zur Ruhe bringen und landet doch nur bei sich selbst – in der eigenen Unruhe.

Ich meine, dieser Weg kann im Grunde gar nicht klappen, aber dennoch wächst der Markt dafür und vielleicht wächst er genau deshalb: Weil man hofft, es dann vielleicht mit dem nächsten Angebot und der nächsten Methode doch noch zu erreichen. Wenigstens ein bisschen. Aber das unruhige Ich kann sich seine eigene innere Ruhe nicht verschaffen. Es ist wie mit einem Menschen, der sich selbst zum Einschlafen zwingen will – und dauernd überlegt und wahrnehmen will, ob er schon schläft. So ein Mensch schläft nie ein.

Loslassen können

Schlafen kann im Grunde nur einer, der sich überlassen kann, der sich selbst loslassen kann. Einer, der vertraut, dass er sich nicht selbst verliert, wenn er sich überlässt. Und so ist es mit der inneren Ruhe, mit der Innerlichkeit insgesamt. Wenn wir uns selbst loslassen können, wenn ich darauf verzichten lerne, dauernd nur auf mich zu schauen.

Wenn ich nicht dauernd selbst die Kontrolle behalten will, wenn ich mich überlassen kann, dann im Grunde nur deshalb, weil ich vertrauen gelernt habe, dass ich schon getragen bin. Weil ich vertrauen kann, dass ich innerlich nicht in die große Leere falle. Kleine Kinder schlafen meistens am besten. Sie wissen intuitiv, dass sie von Mamas und Papas Fürsorge umgeben sind.

Das Land der Ruhe: Der Glaubende kann sich überlassen

Liebe Schwestern, liebe Brüder, der wichtigste Akt, in dem, was wir Glauben nennen, ist das Vertrauen, das Sich-überlassen. Es ist das Zutrauen, dass ich gehalten bin von einem, der größer ist als ich selbst. Und zwar nicht von etwas, von einer kosmischen Energie, von der Natur und ihrer Bewegung, sondern von einem Jemand. Der, dem ich vertrauen kann, ist ein Jemand. Es ist in unserem Glauben einer, der mir angeboten hat, mit mir in vertrauensvoller Beziehung zu leben, wie mit einem Freund.

Wir sind noch in der Weihnachtszeit, wir feiern ein kleines Kind, das zeitlebens Kind des Vaters geblieben ist. Das kostbarste, das tiefste, das schönste Wort, das aus dem Mund Jesu gekommen ist, war Vater; Abba, Papa. Er hat einzig und allein aus dem Willen des Vaters gelebt und gehandelt. Er hat sich eins gewusst mit dem Vater. Und er hat gesagt: Wer mich sieht, sieht den Vater. Das heißt: Jesus war innerlich ganz und gar daheim. Er war der innerlichste Mensch, der je über die Erde gelaufen ist. Und er konnte genau deshalb so weit hinausgehen, in den Abgrund der Sünde steigen, in den Abgrund der Verlassenheit, in die größte Not, in die größte Krankheit, in die äußerste Verlorenheit. Er war ja im Vater, der Vater bei ihm.

Vertrauensvolle Beziehung

Echte Innerlichkeit, liebe Schwestern und Brüder, entsteht aus der vertrauensvollen Beziehung zu einem, der größer ist als wir selbst. Und wir haben in Jesus denjenigen, der uns diese Beziehung anbietet und in die Beziehung zu seinem Vater zurückführt. Er ist der Weg, er gibt uns seinen Geist, und der ist uns ebenfalls innerlicher als wir uns selbst.

Ja, es ist so: Wenn wir wirklich ganz ernsthaft anfangen, aus unserer Taufe zu leben, aus der Gegenwart Jesu, dann wären wir mitten in dieser Welt tatsächlich schon daheim, im „Land der Ruhe“, wie der Autor des Hebräerbriefes so schön sagt. Wir würden in uns wohnen, aber wirklich in uns bedeutet: in IHM.

Wir Christen kennen die Quelle zur Innerlichkeit

Liebe Schwestern und Brüder, ich möchte damit sagen: Wir Christen haben eigentlich die Quelle zur wirklichen Innerlichkeit, zu einer Innerlichkeit, die uns dann wirklich zur Liebe befähigt, oder zu einem gesunden Urteil über andere, oder über die Situation der Zeit. Die Quelle ist Jesus und der Weg ist das Vertrauen zu Ihm und die Liebe zu Ihm; die Fähigkeit, sich ihm ernsthaft anzuvertrauen und ihm zu überlassen.

Dann räumt er auf mit unseren kläglichen Versuchen der Selbsterlösung, aber auch mit unseren Egoismen, mit unserer Sünde und anderem mehr. Im Vertrauen mit dem Herrn gehen, lehrt frei werden und in den wirklichen Frieden finden, in den Weihnachtsfrieden. Es gibt ein schönes Wort von Ernst Jünger, dem Schriftsteller, der hat einmal in Kriegszeiten folgendes beobachtet: „In Lagen, denen gegenüber die Klügsten versagen und die Mutigsten auf einen Ausweg sinnen, sieht man zuweilen einen mit Ruhe das Rechte raten, das Gute tun. Man kann sich darauf verlassen, dass das ein Mann ist, der betet.“

Die letzte Stunde und die Salbung

Und von hier noch einmal zur letzten Stunde, die in der Lesung erwähnt wurde: Ich habe nun schon Manches gelesen in der Geschichte der Spiritualität unseres Glaubens. Und mir ist immer wieder Folgendes aufgefallen: Wo Menschen wirklich innerlich sind, wirklich aus diesem intensiven Vertrauen an die Gegenwart Jesu leben, dort empfinden sie im Grunde immer die jeweilige Zeit, die jeweilige Gesellschaft, vor allem die jeweiligen Trends einer Zeit als oberflächlich, als brüchig. Sie haben den realen Eindruck: Das Ende ist da oder kommt bald – weil sich alles um sie herum so endlich, so brüchig anfühlt – im Vergleich zu dem, was sie innerlich wirklich trägt und hält.

Und so schreibt eben Johannes in seinem Brief: „Die letzte Stunde ist da“. Er sieht um sich herum Treulosigkeit, Verrat am Glauben, Abfall, Widerstand, Irrlehren gegen Jesus – und er spürt zugleich, wie in ihm, in ihm selbst so viel „Salbung“ da ist, wie er sagt.

Worte der Innerlichkeit

Und er ermutigt seine Gemeindemitglieder, sich auf die Salbung zu besinnen. Was meint er damit? Ich denke, Salbung ist so etwas wie gläubige Gewissheit und Kraft. Wenn ein gläubiger Mensch mit tiefer Innerlichkeit spricht, weil er selbst in dem lebt, wovon er spricht, dann sind seine Worte anders, als wenn er sie nur angelernt hat oder schnell heruntergeladen aus dem Internet und dann vorliest.

Worte der Innerlichkeit haben mehr Kraft, sie kommen aus dem Vertrauen, sie haben die Salbung, sie haben geistliche Wirksamkeit. Und Johannes macht den Seinen Mut: Ihr habt die Salbung! Das heißt wohl: Ihr seid auf Jesus getauft; und Ihr habt schon einmal intensiv gespürt, zu wem Ihr gehört, bei wem Ihr wirklich daheim seid. Bleibt bei Ihm, bleibt treu, betet, vertraut, liebt – und Ihr seid in Sicherheit. Egal, was kommt.

Land der Ruhe: Wider die Angst

Liebe Schwestern und Brüder: es ist diese Sicherheit, dieser Friede, der aus einer authentischen Innerlichkeit kommt, die Jesus uns schenken will. Jesus weiß, dass das Haupthindernis für Innerlichkeit Ängste sind: Verlustangst, Angst, nicht dazu zu gehören, Angst vor dem Alleinsein, Angst, dass ich meine Sicherheit verliere, meine Anerkennung, meine Suchterfüller, meine Gefühlsstreichler. Wir sind von vielen Ängsten und Befürchtungen bedrängt.

Aber sehr häufig, immer wieder hören wir aus Jesu Mund im Neuen Testament die Zusicherung und Ermutigung: „Fürchtet Euch nicht. Ich bin es. Ich bin mit Euch.“ Und er sagt es vor allem an den ganz entscheidenden Stellen: Bei der Geburt Jesu sagen es die Engel den Hirten für ihn. Am leeren Grab sagt er es selbst zu den Frauen. Als das Boot auf dem See schwankt ruft er es den angstvollen Jüngern zu. Als er die Jünger aussendet, wie Schafe unter die Wölfe sagt er: Fürchtet euch nicht. Egal, was passieren wird. Ich bin mit Euch. Immer wieder: Fürchtet Euch nicht. Ich bin mit Euch, der Vater ist mit Euch. Durch Freude und Fest, aber auch durch Not, Leid und Tod: Bei mir seid Ihr daheim. Fürchtet Euch nicht.

Unruhige Zeiten

Liebe Schwestern und Brüder, wir gehen durch unruhige Zeiten. Es gibt viele Ängste und Unsicherheiten in unserem Land, in Europa. Da ist Bedrohung durch Terror, es gibt Populisten, die einfache Lösungen anbieten, es gibt die Angst vor dem Fremden. Es gibt Polarisierungen, die durch Ängste noch verstärkt werden. Es gibt die europäische Krise, die Krise des Euro, das Drama der vielen Menschen auf der Flucht.

Da ist die ökologische Krise, es gibt die Angst vor dem, was aus Amerika werden wird und anderes mehr. Vieles macht den Menschen Angst. Ich möchte daher zunächst sagen: Ängste sind nicht einfach nur schlecht. Sie sind oft einfach da und sie sind oft eine natürliche Reaktion auf eine natürliche Bedrohung. Daher geht es schon darum, sie wahrzunehmen und ernst zu nehmen. Aber wir alle wissen, dass es die Möglichkeit gibt, sich in Ängste hinein zu steigern, oder aber sie nicht zu groß werden zu lassen.

Sein Friede

Wir Christen dürfen im Grunde aus der Erfahrung leben: Wenn wir uns vertrauensvoll immer neu auf den Herrn und seine Gegenwart verlassen, kommt der Friede, sein Friede. Jesus sagt uns nicht zu, dass die Welt einen guten Ausgang nehmen wird und er sagt es auch nicht für unser eigenes Leben. Zu viele hat es in der Kirchengeschichte gegeben und gibt es heute noch, die um seines Namens willen verfolgt und sogar getötet wurden und werden.

Und die Voraussagen des Herrn für die Zukunft einer Welt, die sich mehr und mehr von ihm verabschiedet, sind auch nicht rosig, sondern er prophezeit Kriege und Katastrophen. Aber mitten da hinein spricht er auch das Wort: Keinem von denen, die zu mir gehören, wird wirklich etwas passieren. Erhebt Euer Haupt, die Erlösung ist nahe. Im selben Johannesbrief, aus dem wir den Ausschnitt von der letzten Stunde gehört haben, sagt der Autor auch: „Furcht gibt es in der Liebe nicht, sondern die vollkommene Liebe vertreibt die Furcht.“

Tägliche Übung auf dem Weg ins Land der Ruhe

Wir sind in der Lage, unsere Furcht vertreiben zu lassen, wenn wir das Wagnis der echten Innerlichkeit auf uns nehmen, wenn wir uns einlassen, mit Jesus zu gehen. Wenn wir jeden Tag ernsthaft und persönlich beten, wenn wir die Schrift zur Hand nehmen und jeden Tag das Evangelium lesen. Wenn wir ernst nehmen, dass er uns tatsächlich einlädt uns ihm vertrauensvoll zu überlassen. Vielleicht könnte das Ihr wichtigster Vorsatz für das neue Jahr werden: Geben Sie Jesus jeden Tag sehr bewusst Zeit.

Wenn Sie darin Anfänger sind, fangen Sie mit einer Viertelstunde an, das ist nicht viel von den 24 Stunden des Tages. Aber täglich 15 Minuten, wenn Sie diese Zeit treu dem Herrn schenken, dann werden das Vertrauen und die Freundschaft wachsen – und die Innerlichkeit.

Nur wie?

Wie soll man das machen? Suchen Sie sich einen ruhigen Ort in Ihrer Wohnung, und stellen Sie sich am Anfang bewusst unter Gottes Blick: Er wartet auf Sie und er liebt Sie. Egal, wie Sie kommen. Werden Sie ruhig. Dann sagen Sie Ihm, was Sie gerade beschäftigt, in Ihren Beziehungen, in Ihrer Arbeit, in Ihrem eigenen Leben. Danken Sie Ihm für das Gelungene, bitten Sie ihn um Vergebung für Misslungenes. Lesen Sie einen kurzen Abschnitt aus dem Evangelium, langsam, vielleicht mehrmals. Bleiben Sie innerlich bei dem, was Ihnen auffällt.

Vielleicht kommen Sie auch auf etwas, was Sie selbst tun können. Beten Sie für die, die Ihnen wichtig sind, aber auch für solche, die Sie nicht mögen oder die Ihr Gebet brauchen. Schließen Sie die Gebetszeit mit einem Vater Unser ab und mit einem Gruß an die Mutter Gottes. Ich bin der festen Überzeugung: Wenn Sie treu sind, dann könnten das die täglich wichtigsten 15 Minuten Ihres Lebens werden.

Ein bisschen Glauben gibt es nicht

Ich habe vor ein paar Tagen einen Mann kennen gelernt, einen Reporter der Bild Zeitung, der in sehr schlimmen Krisengebieten als Berichterstatter war: z.B. 2010 als ein gewaltiges Erdbeben Haiti erschüttert und über dreihunderttausend Tote gefordert hat. Der Mann hat dort begonnen, mit den Überlebenden zu beten. Und er hat mitten in diesem Elend Jesus entdeckt und die Kraft, die aus ihm kommt.

Seither betet er, liest täglich in der Bibel, bekennt öffentlich den Glauben und hat ein Buch geschrieben mit dem Titel: Ein bisschen Glauben gibt es nicht. Er lebt aus der Erfahrung: Wenn es Gott tatsächlich gibt und er wirklich mit mir in Beziehung sein will, wie könnte es dann sein, dass es eine Beziehung gäbe, die wichtiger wäre als diese? Und er sagt hinzu: Seither fühlt es sich richtig an und wahr und ich bin in Frieden.

Ankommen im Land der Ruhe

Liebe Schwestern und Brüder, der Mann ist gewissermaßen angekommen im Land der Ruhe. Und die Einladung dahin ergeht von unserem Herrn an jeden von uns. Ich bin überzeugt, dass ein beträchtlicher Teil der Unruhe und Ängste in unserer Gesellschaft auch daher rührt, dass wir nicht daheim sind, dass wir unsere Ruhe dort suchen wollen, wo sie nicht zu haben ist, dass wir verlernt haben, uns vertrauensvoll unserem Gott zu überlassen. Dem, der zu uns gekommen ist – als ein Kind in der Krippe. Damit wir freier werden von schlechten Bindungen, von Sünden, von Ängsten und negativen Eigenschaften.

Er ist gekommen damit wir mit ihm wachsen, im Vertrauen und in der Freundschaft – und so ins Land der Ruhe finden. Und das wünsche ich Ihnen und uns allen vor allem für das nächste Jahr: Dass wir wieder einen Schritt machen können, dass wir wieder mehr Vertrauen fassen und uns überlassen können. Dass wir als Christen so auch zur Besonnenheit und zum Frieden in unserem Land beitragen können und zum Dienst an den Menschen. Und dass wir dann nach und nach und immer mehr ein berühmtes Wort des Heiligen Augustinus nachvollziehen können, das da heißt: „Unruhig ist mein Herz, bis es Ruhe findet in Dir.“ Amen.

Erfüllte Zeit – Die Ansprache von Bischof Stefan Oster zur Jahresschlussandacht des Vorjahres finden Sie [hier](#).

Die Predigt zur Jahresschlussandacht 2017 finden Sie [hier](#).