

Sicher: Früher gab es mehr Backpacker. In den Sommermonaten waren viele junge Leute mit ihren Rucksäcken nicht nur in Europa unterwegs. So auch ich. Vor 40 Jahren bereiste ich so mit einem Freund den Südwesten der USA und Mexiko. Der Rucksack war schwer, es war heiß, und dann drückten die Riemen besonders hart auf den Schultern. Bis wir dahin kamen, wo wir frisches und kühles Wasser fanden. Wir setzten die Rucksäcke ab, das Wasser tat uns gut. Wir atmeten freier, der Puls ging ruhiger. Die Rast kam wie gerufen. Eine Labsal für Leib und Seele. Dann konnte es weiter gehen. Die Last trug sich wieder leichter.

Es gibt aber auch einen anderen Rucksack. Der lässt sich nicht so einfach absetzen. Der ist vollgepackt mit dem, was das Leben so im Laufe der Jahre eingesammelt hat an Last und Fracht. Das sogenannte „Packerl“, das Menschen tragen, das Paket an Sorgen: in Krankheit und Alter, in Schwierigkeiten in der Familie, an Belastungen und Überforderung in Beruf und Alltag.

Im Evangelium ist davon die Rede, wie Jesus diese Menschen sieht mit ihren Nöten und Belastungen, er sieht, wie sie ihr Vertrauen auf Gott setzen. Diesen Menschen, die niedergedrückt sind, die klein gehalten werden, denen soll durch die Religion nicht noch eine weitere Last auferlegt werden. Denn damals gab es eine Vielzahl religiöser Gesetzen, die den Alltag bestimmten. Es war kaum möglich sich darin auszukennen. Und nur wer diese Regeln beachtete, konnte sicher sein, Gott wohl zu gefallen.

Jesus aber wendet sich dagegen, die Menschen noch zusätzlich mit einem ausgeklügelten Regelwerk zu belasten. An einer anderen Stelle des Matthäusevangeliums warnt er vielmehr vor den falschen Gesetzeslehrern, die schwere moralische Lasten schnüren und sie anderen auf die Schultern packen, selber aber keinen Finger rühren, um sie tragen zu helfen.

Diesen „Lastenschnürern“ setzt Jesus seine Botschaft entgegen, die nicht von den Weisen und Gesetzesklugen aufgenommen wird, sondern von denjenigen, die bereits unter der Last des Lebens leiden.

Ihnen und allen Beladenen gilt die Einladung Jesu: Kommt, ich werde euch Ruhe verschaffen. Im Urtext ist wörtlich von Erquickung die Rede. Jesus begegnet uns hier als der gute Hirte, der an das Wasser des Lebens führt. Er will uns erfrischen und uns so zur Ruhe führen.

Damit legt uns der Glaube keine weiteren Lasten auf – wie es wohl manche in der judenchristlichen Gemeinde so wollten –, sondern er ruft uns in heilende Nähe – dorthin, wo Jesus selbst aus der Nähe zu Gott lebt. Und so ist er auch uns nahe: Es hilft doch viel, wenn ich weiß, einer geht mit, der um mein Leben weiß, der das Leben mit uns Menschen geteilt hat. Das macht den Weg, das macht die Last leichter.

Zudem ruft uns das Evangelium auf, von Jesus zu lernen: Wer gerecht ist und den Menschen, nicht das Gesetz, in den Mittelpunkt stellt, wer gütig ist und sanftmütig, wer auf Gewalt verzichtet und einen Menschen nicht verurteilt, dessen Leben wird gelingen.

In der Nachfolge Jesu werden wir Manches gänzlich aus unserem Lebensrucksack herausnehmen können, manche selbstgemachte Last vielleicht. Anderes werden wir weiter tragen – die Sorge um die Menschen, die uns anvertraut sind, die Lasten im Beruf und Alltag. Diese Last ist mir nicht genommen – aber ich werde sie anders tragen, freier vielleicht und gelassener. Dann, wenn ich mich von seinem Vorbild leiten lasse, sieht manches ganz anders aus: Manches relativiert sich, Anderes wird ernster:

Vor 75 Jahren, am 2. Februar 1945, wurde der Jesuit Alfred Delp wegen seines Widerstands gegen Hitler in Berlin-Plötzensee erhängt. Nach seiner Verurteilung durch den „Blutrichter“ Freisler hatte er im Januar in sein Tagebuch geschrieben:

*„Alles, was ich an Sicherheit und Schläue mitbrachte, ist unter der Wucht und Härte der Widrigkeiten zersplittert. Und doch sind viele Wunder geschehen. Gott hat diese Sache ganz in seine eigene Regie genommen. Jetzt bin ich ja erst Mensch geworden, innerlich frei und viel echter und wahrhafter, wirklicher als früher.“<sup>1</sup>*

Alfred Delp konnte sich Gott ganz überantworten, weil er sich von ihm getragen wusste. Er hat das befreiende, das lösende Wort für sich erfahren können, dieses Wort, welches das Herz braucht, um zur Ruhe zu finden, zur Kraft um weiterzugehen: „Nehmt mein Joch auf euch und lernt von mir.“ Und so hat Pater Delp unter dem Joch von Sanftmut und Güte zur inneren Ruhe gefunden, und das in einer ihn nahezu erdrückenden Situation.

---

<sup>1</sup> Delp, Alfred: Gesammelte Schriften in 5 Bänden, hg. v. Roman Bleistein, Bd. 4: Aus dem Gefängnis, Frankfurt/M. (Knecht), 1984.

Fürbitten:

Lasst uns beten zu Jesus Christus, bei dem wir Ruhe finden und frei werden können von dem, was uns belastet:

- Wir bitten für alle, die unter schweren Lasten zu tragen haben, sei es im Beruf, durch Arbeitslosigkeit, in Krankheit und Not.

Christus, höre uns. – A: Christus, erhöre uns.

- Wir bitten für eine Ordnung in unserer Gesellschaft, in der die Lasten gerecht verteilt sind.

Christus, höre uns. – A: Christus, erhöre uns.

- Wir bitten für alle, denen die Auflagen unter den Bedingungen der Corona-Pandemie eine große Last sind.

Christus, höre uns. – A: Christus, erhöre uns.

- Für alle, die sich im Glauben festmachen und nach Befreiung suchen.

Christus, höre uns. – A: Christus, erhöre uns.

- Für unsere Verstorbenen, dass sie Ruhe finden in dir.

Christus, höre uns. – A: Christus, erhöre uns.

Denn du, Herr, bist gütig und von Herzen demütig; dein Joch ist sanft und deine Last ist leicht. Dir sei Lob und Ehre in Ewigkeit.

Amen.