

# Jesus sagt: Kommt zu mir

14. Juni 2026 · 2. Sonntag nach Trinitatis

Predigttext: Matthäus 11, 25-30

Liebe Gemeinde,

es gibt Bibelworte, die man ein Leben lang nicht vergisst. Worte, die Menschen in schweren Zeiten begleitet haben, die auf Sterbebetten gesprochen wurden, die Trauernde getröstet und Suchende aufgerichtet haben. Zu diesen Worten gehören die Verse aus Matthäus 11, 25-30. Der erste Teil erinnert mich an den Ostermorgen. Dort werden diese Worte vom Chor gesungen. Der zweite Teil an die Feier des Abendmahls. Wir hören die Worte aus Matthäus 11, 25-30 nach der Lutherübersetzung 2017.

*Jesus sprach: Ich preise dich, Vater, Herr des Himmels und der Erde, dass du dies Weisen und Klugen verborgen hast und hast es Unmündigen offenbart. Ja, Vater; denn so hat es dir wohlgefallen. Alles ist mir übergeben von meinem Vater, und niemand kennt den Sohn als nur der Vater; und niemand kennt den Vater als nur der Sohn und wem es der Sohn offenbaren will. 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.*

Gerade die letzten Worte sind so bekannt, dass man leicht darüber hinwegliest. Doch wenn wir genauer hinhören, entdecken wir darin einen Kern des Evangeliums. Hier spricht Jesus über das Wesen Gottes, über die Beziehung zwischen Gott und Mensch und über den Weg zu einem Leben, das inmitten aller Belastungen getragen ist. Jesus dankt seinem Vater: *Ich preise dich, Vater, Herr des Himmels und der Erde, dass du dies Weisen und Klugen verborgen hast und hast es den Unmündigen offenbart.* Diese Worte lassen uns zunächst erstaunen, denn Jesus wird von den Menschen nicht ernst genommen. Viele Menschen in den Städten Galiläas haben seine Wunder gesehen und sind doch nicht umgekehrt. Sie haben seine Worte gehört und bleiben dennoch unberührt davon.

Und was tut Jesus? Er klagt nicht – so wie wir es sicher getan hätten – er dankt Gott, seinem Vater. Aber warum macht er das? Weil Gottes Reich nicht zuerst dort wächst, wo Menschen meinen, alles verstanden zu haben. Es wächst dort, wo Menschen offen werden für Gottes Geschenk.

Das Wort „Unmündige“ meint hier nicht Kinder, sondern Menschen, die wissen, dass sie Gott brauchen. Menschen, die nicht auf ihre eigene Weisheit vertrauen. Schon hier wird deutlich: Der Zugang zu Gott geschieht nicht durch Leistung, Bildung oder religiöse Verdienste, sondern durch Vertrauen und Glauben. Das ist auch eine der großen Entdeckungen der Reformation gewesen. Martin Luther hat immer wieder betont: Der Mensch wird nicht durch seine Werke gerecht, sondern allein durch den Glauben und die Gnade Gottes.

Dann sagt Jesus: *Alles ist mir übergeben von meinem Vater. Und niemand kennt den Sohn als nur der Vater; und niemand kennt den Vater als nur der Sohn und wem es der Sohn offenbaren will.* Jesus stellt sich hier nicht einfach als Lehrer oder Prophet vor, er spricht von einer einzigartigen Beziehung zum Vater. Jesus ist nicht der, der einfach den Weg zu Gott zeigt, er selbst ist der Weg. In ihm begegnet uns Gott selbst. Darum sagt er nicht: Kommt zu einer Lehre, sondern: *Kommt zu mir.* Das Christentum beginnt nicht mit einer Idee, sondern mit Jesus Christus selbst. Und nun folgt die große Einladung: *Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid.* Es geht um Menschen, die erschöpft sind: körperlich, seelisch und geistlich. Es geht um Menschen, die Lasten tragen. Dabei denken wir heute sofort an Sorgen, Krankheiten oder Probleme. Das gehört sicher dazu. Aber zunächst hat Jesus noch etwas anderes im Blick. Viele Menschen zur Zeit Jesu litten unter einer Religion, die sie als Last empfanden. Die Pharisäer hatten aus dem Gesetz Gottes ein Netz von Vorschriften entwickelt. Das Gesetz aber war ursprünglich eine Richtschnur Gottes – eine Hilfe zum Leben. Doch durch zahllose Auslegungen wurde es für viele Menschen zu einer Bürde.

Jesus sagt an anderer Stelle: „Sie binden schwere und unerträgliche Lasten zusammen und legen sie den Menschen auf die Schultern.“ (Matth. 23,4) Die Menschen damals lebten in der ständigen Angst, nicht genug zu tun, nicht fromm genug zu sein, Gott nicht zu genügen.

Ist das wirklich so weit entfernt von uns heute? Auch heute leben viele Menschen unter einem ständigen Druck – nicht unbedingt religiösem Druck. Vielmehr ist es der Druck, funktionieren zu müssen, erfolgreich, gesund und attraktiv zu sein. Man muss doch jedem neuen Trend mithalten und sich selbst verwirklichen und das kann belastend sein. Irgendwann wird die Last zu schwer. Und in diese menschliche Verzweiflung spricht Jesus: *Kommt zu mir. Nehmt auf euch mein Joch*. Dieses Bild war den Menschen damals geläufig. Aber was ist ein Joch? Ich habe eins auf dem Dachboden des Kirchengebäudes gefunden. Ein Joch war ein hölzernes Querholz, das auf die Nacken von Zugtieren gelegt wurde. Meist wurden zwei Ochsen unter dasselbe Joch gespannt und so zogen sie gemeinsam den Pflug. Das Joch hatte zwei Bedeutungen. Einerseits war es ein Zeichen der Bindung und andererseits war es eine Hilfe zur Lastenverteilung.

Im Judentum sprach man auch vom „Joch des Gesetzes“ Damit meinte man die Verpflichtung, nach Gottes Geboten zu leben. Wenn Jesus nun von seinem Joch spricht, sagt er damit: auch die Nachfolge hat Verbindlichkeit. Christsein bedeutet nicht Beliebigkeit. Jesus lädt nicht in ein Leben ohne Bindung ein, sondern er bietet sie uns an.

Nun kommt die eigentliche Überraschung: *mein Joch ist sanft, und meine Last ist leicht*. Wie aber kann ein Joch leicht sein? Der Schlüssel dazu liegt im Verhältnis von Gesetz und Evangelium. Das Gesetz sagt: „Du sollst“ und „Gott fordert“ – das Evangelium verkündet, was Gott schenkt. Natürlich bleibt auch der Christ ein Mensch mit Verantwortung. Er soll lieben, vergeben, dienen und Gott gehorchen. Aber er tut das nicht, um Gottes Liebe zu verdienen, sondern weil er Gottes Liebe bereits empfangen hat. Das ist der entscheidende Unterschied. Christlicher Glaube beginnt deshalb nicht mit unserer Leistung, er beginnt mit Gottes Gnade und darum wird das Joch Jesu leicht. Nicht weil es keine Anforderungen gibt, sondern weil wir sie nicht allein tragen müssen.

Jesus sagt: *Lernt von mir; denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig*. Jesus beschreibt hier sein eigenes Wesen. Nur an dieser Stelle im Matthäusevangelium öffnet er gewissermaßen sein Herz. Und was finden wir dort? Nicht Macht oder Härte oder Stolz, sondern Sanftmut und Demut.

Die Kirchenväter haben darin ein großes Geheimnis gesehen. Der allmächtige Gott offenbart seine Herrlichkeit in Liebe. Nicht im Beherrschen, sondern im Dienen. Der Weg Jesu führt deshalb nach Jerusalem ans Kreuz. Dort wird sichtbar, wie Gott rettet. Nicht durch Gewalt, sondern durch Selbsthingabe. Wer von Jesus lernt, lernt deshalb einen neuen Lebensstil. Da geht es nicht um Selbstbehauptung um jeden Preis oder ständiges Kämpfen um gesehen zu werden, sondern um Glauben und Vertrauen.

Und schließlich spricht Jesus von einer Verheißung: *So werdet ihr Ruhe finden für eure Seelen*. Gemeint ist hier Frieden und Geborgenheit bei Gott.

Der Kirchenvater Augustinus von Hippo hat dies so ausgedrückt: „Unruhig ist unser Herz, bis es Ruhe findet in dir.“ Genau das ist die Sehnsucht des Menschen. Wir suchen Ruhe an vielen Orten. Wir suchen Ruhe im Erfolg, im Besitz, der Anerkennung und Sicherheit. Doch wir stellen schnell fest, dass diese vermeintliche Ruhe nicht lange anhält, denn keine dieser Quellen kann die tiefste Unruhe des Herzens stillen. Der Mensch ist auf Gemeinschaft mit Gott hin geschaffen und erst dort findet die Seele ihr Zuhause. Diese Ruhe bedeutet nicht, dass alle Probleme verschwinden. Die Christen der ersten Gemeinden hatten Verfolgung zu ertragen. Viele haben schwere Leiden erlebt und dennoch berichten sie von einem Frieden, der tiefer war als ihre Not. Die Ruhe und den Frieden, den Christus schenkt, ist nicht die Abwesenheit von Schwierigkeiten, sondern die Gegenwart Gottes mittendrin in allen Sorgen, und Ängsten. Am Ende des Predigttextes steht keine Forderung, sondern eine Einladung: „Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken.“ Amen