

Predigt 16. Sonntag im Jahreskreis B - 18. Juli 2021

Müde und erschöpft wie Schafe, die keinen Hirten haben

(Pfarrer Sven Johannsen, Lohr)

Liebe Schwestern und Brüder

Warum steigen wir auf Berge?“ -

„Weil er da ist“, so antwortete der Alpinist George Mallory auf die Frage nach seiner Motivation, den Mount Everest zu besteigen. Reinhold Messner soll geantwortet haben: „Weil Männer keine Kinder bekommen können“ (vgl. SZ v. 3. Juli 2021 „Warum wir auf Berge steigen“)

Menschen verausgaben sich beim Wandern, Bergsteigen, Joggen, Radfahren und vielen anderen sportlichen Betätigungen oft bis zur Erschöpfung, nicht nur Wettkämpfer, sondern „normale“ Menschen nach der Arbeit, am Wochenende oder im Urlaub. Vernünftig erscheint das nicht, oder? Ist es nicht viel erholsamer, auf der Couch zu liegen und zu lesen oder auf der Terrasse Kaffee zu trinken und Kuchen zu essen, einfach mal die Seele und die Füße baumeln zu lassen?

Das reicht vielen nicht. Das Ausschöpfen der eigenen Möglichkeiten oder sogar das Verschieben der Grenzen wird manchmal tatsächlich zu einem Wahn, meist aber ist es mit ganz anderen, positiven Erfahrungen verbunden. Abends bis zur Erschöpfung zu laufen, Rad zu fahren oder am Wochenende die Berge der Rhön wie eine Achterbahn abzulaufen, lässt viele Menschen von alltäglichen Sorgen, beruflichem Stress oder persönlichen Problemen abschalten. Weil ich mich bis zur Erschöpfung verausgabe, lasse ich dem, was die Seele quält, keinen Raum mein Denken zu beherrschen. Das gibt mir die Möglichkeit, mich zu erholen. Sich erschöpfen, um auftanken zu können, das motiviert Menschen, auf Berge zu steigen oder tagelang durch den Schwarzwald zu wandern, obwohl die Füße schon blutig sind.

In vielen Unternehmen kehren die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nach einer langen Phase im Homeoffice wieder an ihre Arbeitsplätze zurück. Viele sind froh, wieder mit Kolleginnen und Kollegen im Großraumbüro zusammensitzen und sich als Team zu erfahren. Für andere wird es zur Quelle der Erschöpfung, weil sie keine Möglichkeit mehr zum Rückzug haben. Alles geht wieder in erhöhtem Tempo vor sich, ständig kommt jemand am Schreibtisch vorbei und will noch schnell Smalltalk halten oder eine Idee besprechen. Was im Homeoffice gut gelang, die eigene Privatheit zu schützen und die Kontrolle über Kontakte und Termine zu behalten, geht nicht mehr. Das führt zu Stress und Erschöpfung, weil so viele Unvorhergesehenes passiert, und lässt Menschen sich leer und überfordert fühlen. Erschöpfung ist oft der Ausdruck des Burn-out-Syndroms. Es geht einfach nichts mehr. Niedergeschlagenheit, Stress, Nervosität, Müdigkeit, fehlende Motivation,

Gereiztheit - Erschöpfung, weil die Kräftespeicher der Seele sich nicht mehr auffüllen, zeigt sich in vielfältiger Weise. Sich leer und ausgebrannt empfinden, ist schon längst eine Volkskrankheit geworden.

Auf Facebook postet das THW Bilder von hochmotivierten Helfern unserer Ortsverbände in MSP, die sich aufmachen, um in den Krisengebieten in NRW und Rheinland-Pfalz zu helfen. Wie sie sind aus dem ganzen Land freiwillige Helfer vom Roten Kreuz, den Feuerwehren und anderen Hilfsdiensten unterwegs, um den Menschen in den Katastrophengebieten zur Seite zu stehen. Sie wissen genau, dass ihr Einsatz ihnen viele Kräfte abverlangen wird. Nach fünf Tagen, so eine Sprecherin des THW, müssen die Teams ausgewechselt werden. Aber das hält sie nicht zurück, Dämme zu sichern, Menschen zu retten, die ihre Häuser verlassen müssen, oder Straßen zu räumen. Solidarität, die bis zur Grenze geht, aber am Ende nicht leer sein lässt. Es ist in dieser furchtbaren Katastrophe auch ein großes Zeichen der Menschlichkeit, dass Menschen, die nicht direkt betroffen sind, mit all ihren Kräften denen helfen, die jetzt alles verloren haben, sogar Angehörige, die in der Hochwasserkatastrophe umgekommen sind. Hilfe, die keine Grenze kennt, motivierte ehren- und hauptamtliche Helfer und ein gemeinsames Anpacken, um nicht die Verzweiflung siegen zu lassen. Auch hier droht Erschöpfung, aber nicht Resignation. Wer hilft, kann mitunter Kräfte freisetzen, die sie oder er sich gar nicht zugetraut haben.

„Erschöpft sein“ - Menschen sind es auf unterschiedliche Arten.

- Manchmal ist es Ausdruck von fehlender Kraft und Rat- und Sinnlosigkeit im eigenen Leben.
- Manchmal ist es der Wunsch, an die eigenen Grenze zu gehen, um so den Kopf freizubekommen für neue Ideen.
- Manchmal ist es Zeichen für die Bereitschaft, alles für die zu tun, die unsere Hilfe brauchen.

Wir müssen uns also mitunter sogar erschöpfen, um wieder körperlich zu Kräften zu kommen oder seelisch im Gleichgewicht zu sein.

Erschöpfte Menschen begegnen uns heute auch im Evangelium: Die Apostel und die Menschen, die Jesus nachlaufen. Die Apostel strahlen die „kraftvolle“ Müdigkeit von Helfern aus. Sie haben viel erlebt: Jesus hatte sie ausgesandt, gleichsam als seine Nachfolger auf Erprobung. Sie haben vom Reich Gottes erzählt und Kranke geheilt. Sie wirken nicht niedergeschlagen und kraftlos, auch wenn ihnen die Zeit zum Essen fehlt und Ausruhen jetzt gut tut. Sie sind abgeschafft und hungrig, aber nicht kraftlos und niedergeschlagen. Sie sind erschöpft, aber nicht leer, denn sie haben die Erfahrung gemacht, dass sie fähig sind, im Dienst des Evangelium bestehen zu können. Es gibt also viel zu erzählen von ihren Begegnungen, Erlebnissen, Erfolgen und Misserfolgen. Das kennen wir selbst von uns gut. Es gibt Situationen, in denen

wir bis an die Grenzen gehen und dennoch das Gefühl haben, auch wenn es jetzt gut ist, auszuruhen, noch genügend Kraftreserven und Motivation für weitere Taten zu haben, nicht nur nach dem Wandern, sondern v.a. auch nach gelungenem Einsatz für eine gute Sache oder andere Menschen.

Das ist die Schlüsselfrage zur Unterscheidung zwischen positiver und negativer Erschöpfung: **Für wen mache ich das?**

Die Menschen, die Jesus nachlaufen, sind rat- und rastlos geworden. Sie hungern nach Sinn und Orientierung. Brot werden sie auch brauchen, wie die nachfolgende Erzählung von der wunderbaren Brotvermehrung sehr realistisch anerkennt, aber im Vordergrund steht der Hunger nach Antworten, denn Markus erklärt nicht lange, sondern berichtet selbstverständlich davon, dass Jesus die Menschen lehrt. Bruder David Steindl-Rast meint, dass es drei Fragen gibt, um die wir Menschen nicht herumkommen, wenn es um unser Leben geht: Warum? Was? und Wie? Er führt aus:

„Das Warum fragt nach den Wurzeln, dem Ursprung von allem und führt uns so hinunter in den unaussprechlichen Abgrund des Seins – ins Geheimnis als Schweigen. Das Was fragt nach dem innersten Wesen der Dinge und hört es am Ende heraus aus der geheimnisvollen Art und Weise, in der jedes Ding seine Einmaligkeit ausspricht, indem es selbstet – Geheimnis als Wort. Das Wie fragt nach dem dynamischen Aspekt, nach der Kraft, die das Leben antreibt. Aber diese Kraft lässt sich von außen nur beobachten. Verstehen können wir sie nur, indem wir sie in uns selbst erfahren, indem wir „das Leben leben“ – Geheimnis als Verstehen durch Tun...“ (CiG 29 / 2021)

Die Tatsache, dass die Jünger wohl schon erste Antworten auf diese Fragen gefunden haben, unterscheidet ihre Erschöpfung von der jener Menschen, die noch ohne Perspektive sind und meist nur vage von einer glücklichen Zukunft träumen, in der sie dies oder jenes erreicht, erlebt oder getan haben könnten.

Der heutige Text beschreibt nicht eine hierarchische Ordnung von Hirten und Schafen in der Kirche, sondern bringt zum Ausdruck, wer Führungsqualitäten in der Nachfolge Jesu hat. Die Weihe macht noch nicht den guten Hirten. Zwei Bedingungen sind wichtig:

Es müssen Frauen und Männer sein, die bereit sind, in guten Beziehungen mit Gott und den Menschen zu leben. Sie wissen für wen sie das tun, nicht um ihrer Selbstbestätigung willen, sondern weil sie jemanden im Blick haben: Gott und den Menschen. Es geht im Bild vom Hirten und den Schafen nicht um Strukturen, sondern um gute Beziehungen. Nur der kann, Hirte sein, der sich am Wohl der Menschen orientiert. Es geht nicht um Entmündigung, sondern um Wahrnehmen, was die Menschen brauchen. Seelsorgerinnen und Seelsorger müssen Führung in der Gemeinde übernehmen, aber sie können das nicht, indem sie Lehrweisheiten und bischöfliche Strategiepläne umsetzen, sondern durch das Hinhören, was die

Menschen in ihren Gemeinden brauchen. Was nützen uns die besten Konzepte, wenn wir nicht mit den Menschen nach Antworten auf die Fragen ihres Lebens suchen, natürlich ohne so zu tun, also ob wir schon alles wüssten. Die „guten“ Hirtinnen und Hirten denken nie nur von sich her, von ihrem Studium, ihren Ideen, ihren Zukunftsplänen und Karrierewünschen, sondern vom Leben der Menschen, das sie teilen. Wir kommen nicht mit fertigen Antworten, wir suchen oft erst in der Begegnung mit den Menschen nach den richtigen Fragen.

Ein zweiter Impuls im heutigen Evangelium ist wichtig: die Bereitschaft, die eigenen Grenzen zu erreichen. Jesus lädt die Jünger ein, auszuruhen, aber sie kommen gar nicht dazu. Schnell finden die Menschen ihn und dann ist es keine Frage, dass er sie nicht wegschickt mit der Begründung, dass er nun seinen freien Tag hat. Der gute Hirte nimmt seine Leitungsverantwortung und seine Fürsorgepflicht auch dann ernst, wenn es unangenehm und unpassend erscheint. Wir sind in der Kirche sehr schnell dabei, in eine Jobmentalität zu verfallen und sehr darauf zu achten, Ansprüche, die wir für ungerechtfertigt halten, abzuwehren. Das muss auch sein. Wir können und dürfen uns nicht zerreißen. Aber manchmal frage ich mich schon, ob nicht ein Trend da ist, zu sehr auf das eigene Wohl zu schauen. Gemeinden haben auch ein Recht darauf, dass sich ihre Seelsorgerinnen und Seelsorger in manchen Bereichen für sie erschöpfen, sicher nicht wenn es um Verwaltungskram und ewigen Debatten über Preise der Bratwurst auf dem Pfarrfest geht, aber wohl, wenn es um Ideen geht, junge und alte Menschen, Familien, Verwitwete, Kranke, Sterbenden und Senioren zu begleiten. Ich glaube, dann gehört es zum Selbstverständnis des Hirtendienstes, dass nicht die Uhr und der Kalender das Maß der Dinge werden, sondern die Leidenschaft für Gott und die Menschen. Sicher braucht auch eine Seelsorgerin / ein Seelsorger Pausen, Gebetszeiten, Stille, Freizeiten und Urlaub, sonst wird die Erschöpfung zur Leere, die nicht mehr gefüllt werden kann, aber wir sollten nicht zu ängstlich sein und schon von Anfang an auf Distanz zu den Menschen gehen, denn wir sind nicht nur Hirtinnen und Hirten, wir sind auch Teil der Herde. Wir leben als Menschen unter Menschen und teilen die gleichen Freuden und Sorgen.

Für mich ist Fleiß eine wichtige Tugend der Seelsorge und ein Anspruch, den eine Gemeinde an die stellen kann, die in ihr den Dienst der Hirtensorge hauptamtlich übernehmen. Wir sollen nicht verbrennen, aber wir sollten schon noch für irgendwen brennen. Das wird man uns anmerken. Dann werden wir nicht alles richtig machen, aber glaubwürdig sein. Es kann nicht unsere Aufgabe als Seelsorgerinnen und Seelsorger sein, sieben Tage lang, 24 Stunden rund um die Uhr, zu arbeiten, aber wohl zu erkennen, wo unsere Leidenschaft, Begeisterungsfähigkeit und Liebe uns drängen, alles zu geben. Dann werden wir spüren, dass es sich gelohnt hat, uns zu erschöpfen und selbst aus der Quelle des Geistes Gottes zu schöpfen, der Leben und Kraft schenkt. Amen.