

# Jesus will dir Ruhe geben. – Komm doch zu ihm!

Matthäus 11,25-30

Sonntag, 14. Juni 2026 (2. So. n. Trinitatis)

Pfr. Daniel Liebscher

Ev.-Luth. Jakobi-Christophorus-Kirchgemeinde Freiberg

☎ 03731 696814 📧 [daniel.liebscher@evlks.de](mailto:daniel.liebscher@evlks.de)

*Audio und Video siehe: [jakobi-christophorus.de](http://jakobi-christophorus.de)*

---

*Ihr Lieben,*

ich lese euch nicht nur etwas aus der Bibel vor,

ich zitiere auch nicht bloß ein paar schöne Wort von Jesus.

**Ich höre mit euch gemeinsam, was Gott uns sagen will.**

Lasst uns besonders hinhören, wenn wir etwas von Jesus hören.

Denn Jesus ist der Sohn Gottes, ihm folgen wir!

Wir leben mit ihm und lernen von ihm.

Heute bin ich wieder überrascht, was Gott uns durch sein Wort sagt, und ich bin gespannt, wie ihr es aufnehmt.

Ich hoffe und bete, dass ihr es offen hören und mutig nutzen könnt. Dabei will ich auch einen kleinen Trick anwenden.

Ich werde einen sehr bekannten Satz von Jesus

1. im Zusammenhang lesen und 2. in einer neuen Übersetzung (NGÜ). Ich kann euch schon jetzt verraten, ich habe selbst Neues entdeckt, das ich auch neu nutzen möchte.

Hier ist der Satz von Jesus aus Mt. 11,28, wie ihn viele kennen:

**„Kommt her zu mir alle, die ihr mühselig und beladen seid;  
ich will euch erquicken.“**

Das ist die gewohnte Variante, die bestimmt vielen vertraut ist?

Überlegt mal kurz, wie ihr die Worte von Jesus versteht und nutzt?

Und jetzt hört ein paar mehr Verse und eine neue Version,  
Matthäusevangelium 11,25-30:

**25 Zu der Zeit rief Jesus aus: Ich preise dich, Vater,  
du Herr über Himmel und Erde,  
dass du das alles den Weisen und Klugen verborgen,  
den Unmündigen aber offenbart hast.**

**26 Ja, Vater, denn so war es wohlgefällig vor dir.**

**27 Alles hat mir mein Vater übergeben.**

Niemand kennt den Sohn, nur der Vater kennt ihn;  
und auch den Vater kennt niemand, nur der Sohn –  
und die, denen der Sohn es offenbaren will.

**28 Kommt zu mir, ihr alle,  
die ihr euch plagt und von eurer Last fast erdrückt werdet;  
ich werde euch Ruhe geben.**

**29 Nehmt mein Joch auf euch und lernt von mir,  
denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig.  
So werdet ihr Ruhe finden für eure Seele.**

**30 Denn das Joch, das ich auferlege, drückt nicht,  
und die Last, die ich zu tragen gebe, ist leicht.**

*Ihr Lieben,*

viele von uns kennen die vertraute Einladung von Jesus.

Sie hat uns vielleicht schon oft berührt und getröstet.

Aber sie bietet noch viel mehr.

Das können wir entdecken, -

- wenn wir sehen, in welcher Situation Jesus den Vater preist,
- wenn wir den Inhalt seines Lobpreises beachten,
- wenn wir erkennen, wer Jesus wirklich ist und was er tun kann.
- wenn wir seiner Einladung folgen,
- und empfangen, was er uns schenkt,
- wenn wir sein Joch auf uns nehmen und von ihm lernen.

Das ist es, was mich total begeistert -

und was ich unbedingt mit euch neu entdecken und nutzen will.

Die Situation war folgende:

Jesus ging mit einigen Städten hart ins Gericht, wo er gepredigt und Wunder gewirkt hatte. Er klagt sie an, weil bei den Menschen Reden und Handeln auseinanderklaffen, weil sie nicht zu Gott umgekehrt sind.

Jesus ist enttäuscht und traurig und zornig, ja, er leidet darunter. Doch dann heißt es: Zu der Zeit, gleichzeitig, in dem Moment fängt Jesus an seinen himmlischen Vater zu loben und zu preisen. Vater, ich preise dich, denn du bist Herr über Himmel und Erde. Wie passt das zusammen?

Für mich sind das zwei Blickrichtungen:

**Wenn Jesus die Menschen sieht, ergreifen ihn Schmerz und Zorn. Aber wenn er auf Gott sieht, erfüllen ihn Freude und Lobpreis!**

Er lobt seinen Vater, der im Himmel und auf Erden regiert. Im Lobpreis ist er ganz eng mit dem Vater verbunden, er ist von Herzen von seiner Herrschaft überzeugt und bekennt sie. Und er erkennt die Ursache der Lage, die ihn so traurig macht.

Gott hat sich nicht den Klugen und Weisen offenbart, sondern den Unmündigen. Gottes Wirken ist nicht erkennbar für diejenigen, die sich für intelligent und gebildet halten, es braucht keine menschlichen Voraussetzungen oder Leistungen, um zu erkennen, was Gott tut. Im Gegenteil, es ist ein Geschenk:

**Die Bedürftigen können Gottes Gnade empfangen.**

Menschlicher Ruhm und Vorzüge bringen nichts, sondern jeder, der sich mit kindlichem Gemüt für Gott öffnet, kann sein Wirken erkennen und seine Gnade erfahren.

**Was gering ist vor der Welt und was verachtet ist, das hat Gott erwählt, was nichts ist. 1. Kor 1,28**

Lasst uns hier schon mal innehalten, um festzuhalten, was wir mitnehmen können.

Ich finde, wir müssen auch wissen, dass es zwei Blickrichtungen gibt, und uns entscheiden, wo wir hinschauen wollen.

Es heißt nicht, zu ignorieren, was uns traurig macht und schmerzt.

Aber es ist wichtig, dass wir auch auf Gott schauen,  
damit uns Freude erfüllt und wir ihn loben und preisen.

**Der Lobpreis lässt uns kindlich die Wahrheit erkennen,  
dass Gott regiert und sich Gott denen offenbart,  
die ihm vertrauensvoll ihr Herz öffnen.**

Kennt ihr Christen, die in schwierigen Situationen Gott loben  
und sogar dankbar und glücklich sein können, weil Gott regiert,  
weil er ihnen seine Wahrheit offenbart und seine Gnade schenkt?  
Besser noch: Seid ihr Christen, die das erfahren und leben?

Es ist möglich, wenn wir unsere Blicke heben,  
von den menschlichen Möglichkeiten und Machenschaften  
hin zu Gottes Liebe und Macht, die wir nur kindlich empfangen  
können.

*Ihr Lieben,*

lasst uns das von Jesus hören und lernen.

Es reicht nicht, wenn wir wissen, was Jesus gesagt hat,  
es ist wichtig, dass wir hören und tun, was er sagt und tut.

Ich preise dich, Vater, Herr des Himmels und der Erden,  
weil du dich den Unwissenden zeigst  
und nicht denen, die denken, sie sind die Schlausten.

Dabei können wir von Jesus gewaltige Geheimnisse entdecken,  
auch das Geheimnis seines Wirkens.

Mir fällt oft auf, dass Menschen zu Jesus distanziert bleiben,  
weil sie sagen, er war schließlich Gottes Sohn, wie ein Superheld  
mit ungeahnten Möglichkeiten.

Doch Jesus bekennt, dass ihm alles vom Vater geben wird.

Hier liegt sein Geheimnis, der Grund seiner Vollmacht,  
er war ganz eng mit dem Vater verbunden,  
der Vater konnte ihm alles geben und durch ihn wirken.

Und dann sagt Jesus: **Niemand kennt den Sohn, nur der Vater.  
Und niemand kennt den Vater, nur der Sohn –  
und die, denen es der Sohn offenbaren will.**

Das ist unsere Chance, deshalb brauchen wir Jesus.

Er kann uns in die Beziehung mit dem Vater hineinziehen,  
er kann uns den Vater zeigen.

Auch hier will ich uns ermutigen, etwas mitzunehmen.  
Das Besondere an Jesus ist seine Beziehung mit dem Vater,  
in die will er uns hineinziehen, damit wir bekommen,  
was der Vater gibt.

Auch Jesus hat in der Beziehung, alles vom Vater bekommen,  
was er brauchte, um nach Gottes Willen zu leben,  
zu reden und zu handeln.

Das hat Jesus bekannt, seine Vollmacht war Gottes Geschenk,  
weil er sich in Demut dem Vater anvertraut hat.

Das ist auch für uns der richtige Weg und der einzige.

Es ist das Ziel des Vaters und des Sohnes für uns.

Deshalb lädt uns Jesus ein.

Lasst uns diese Einladung genau anschauen  
und wirklich annehmen.

Hier kann man wieder sprachlich-theologisch viel entdecken,  
hier steht nämlich kein Verb und kein Imperativ von kommen,  
kommt! Es ist kein Kommando und kein Befehl.

Hier steht einfach ein typisches Ermutigungswort,  
was früher mit **Wohlan! Auf!** übersetzt wurde.

Das ist heute gar nicht so einfach, doch umso aufschlussreicher  
und ermutigender, wenn wir es bemerken.

Jesus ruft uns, er lädt uns mit großer Herzenswärme ein:

Kommt doch zu mir! Kommt einfach, nutzt es, weil ich es bin.

**Jesus ruft dich in seine Nähe und will dich beschenken.**

Du kannst ihm vertrauen, er wirbt um dich und zieht dich.

Kannst du das annehmen, dass er so freundlich ist, gnädig?

In seiner Nähe kannst du den Vater kennenlernen

und das empfangen, was Gott für die bereit hat.

Kannst du es annehmen, dass du gemeint bist?

Oder denkst du bei den Mühseligen und Beladenen  
eher an andere?

Wer ist damit gemeint, wenn Jesus ruft, kommt doch alle zu mir?

Die ihr euch abmüht und am Ende seid, wer gestresst und kraftlos  
ist, müde und mutlos, überarbeitet und überlastet, unter Druck,  
weil zu viel von euch verlangt wird? –

Ich denke, da kann sich jeder irgendwo wiederfinden,  
und tatsächlich werden wir alle von Jesus gerufen:  
Los, kommt doch zu mir. – Ich will euch erquicken.  
So hat sich die Formulierung seit Luther fest eingepägt.  
Er hat an Psalm 23 gedacht: **Er erquickt meine Seele.**  
Und bis heute ist das ein verständlicher Wunsch,  
dass wir erquickt werden, vielleicht erfrischt  
und entspannen können,  
viele übersetzen, dass uns die Lasten abgenommen werden,  
und wir neu Kraft bekommen. Das passt, aber es steht nicht da.  
Es steht geschrieben, und Jesus sagt es immer noch:

**Ich werde euch Ruhe geben.**

Das ist sicher mit Erquickung verbunden,  
aber die Bedeutung hat noch eine viel größere Tiefe.  
Wenn wir zu Jesus kommen, mit dem wie es uns geht,  
wenn wir uns ihm anvertrauen, dann will er uns beschenken,  
mit einer Ruhe, die unvergleichbar ist  
und die uns sonst niemand geben kann.  
Ich finde diese genaue Übersetzung wichtig,  
auch weil Jesus im nächsten Vers 29 aus Jeremia 6,16 zitiert,  
wo sich die Worte wiederholen:

**Ihr werdet Ruhe finden für eure Seele.**

Im Griechischen heißt Ruhe geben **anapauo**,  
und tatsächlich kommt unser Wort Pause von griech. **pausis**,  
Das ist stark, doch Jesus gönnt uns nicht nur eine kurze Pause  
zum Verschnaufen, und dann geht der Stress weiter.  
Jesus bietet uns nicht nur eine kurze Unterbrechung an,  
sondern er will uns Aufhören schenken, die Überlastung beenden.

**Jesus hebt uns in die Ruhe bei Gott.**

Dafür gibt es auch eine Verheißung in Hebräer 4,9:  
**Es ist noch eine Ruhe vorhanden für das Volk Gottes.**  
Hier steht geschrieben, ein **Sabbatismos**, ein **Sabbat**,  
das ist das was Gott am siebenten Tag tat, er hörte auf, er ruhte,  
und das ist das, was wir jeden Sonntag einüben dürfen.

Und Jesus sagt noch in Vers 29 und 30:

**Nehmt mein Joch auf euch und lernt von mir,  
denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig.  
So werdet ihr Ruhe finden für eure Seele.  
Denn das Joch, das ich auferlege, drückt nicht,  
und die Last, die ich zu tragen gebe, ist leicht.**

Wenn wir zu Jesus kommen, nimmt er uns nicht nur unsere Lasten ab, sondern er fordert uns auf, sein Joch auf uns zu nehmen. Klingt das nicht doch wieder ein bisschen nach Druck und Last? Nein, denn Jesus sagt es extra dazu, es ist leicht und drückt nicht. Das liegt vor allem an Jesus selbst: Er, dem alles von Gott gegeben ist, alle Macht im Himmel und auf Erden, der ist gleichzeitig sanftmütig und demütig. Er hat sich seine Macht nicht mit Gewalt durch, und er ist den Weg der Demut vor Gott und durch das Leiden bis zum Kreuz für uns gegangen.

Als Jesus damals die Worte gesagt hat, war die Bedeutung klar, er befreit von der Last des Gesetzes, das uns nicht retten kann, und bietet uns sein Joch an, dass wir uns ihm anvertrauen und mit ihm gemeinsam unseren Weg gehen bis zum Ziel.

**Nur mit Jesus können wir jetzt schon Ruhe finden  
in allem Stress in aller Überanstrengung und Überforderung.**

Nur mit Jesus können wir das Ziel Gottes erreichen, die endgültige Ruhe und Frieden für unsere Seele bei Gott. Ich glaube, bis heute und auch für erfahrene Christen ist es immer wieder aktuell, dass wir nur bei Jesus die Last abgenommen bekommen, wenn wir unter Druck sind, der uns rundherum gemacht wird, und den wir uns oft genug immer noch selbst machen, mit dem, was wir alles schaffen wollen, es aus eigener Kraft versuchen, es jemandem beweisen wollen...

Wie geht es euch? Ehrlich? Bist du mühselig und beladen?  
Und worauf schaust du? Was belastet und bedrückt dich,  
was bringt dich an den Rand deiner Kräfte und nimmt dir die Ruhe?  
Lasst uns von Jesus lernen und seiner Einladung folgen!  
Lasst uns unsere Blicke auf Gott richten,  
der im Himmel und auf Erden regiert.

**Die Freude am Herrn ist eure Stärke.**

Neh. 8,10. Oder Phil 4,4:

**Freuet euch in dem Herrn allewege  
und abermals sage ich: Freuet euch!**

Der Vater hat Jesus alle Macht übergeben.  
Und durch ihn dürfen wir den Vater erkennen.  
Jesus lädt uns ein, er will uns befreien und beschenken  
mit dem, was wir nicht selbst schaffen können,  
**er hebt uns in die Ruhe bei Gott** jetzt und in Ewigkeit.

Amen.