

Predigt Hebräer 12,1-3

Palmsonntag 28.3.2021

„Langstreckenlauf des Glaubens“

Thomas Steinbacher im ZOOM-Gottesdienst

Einheitsübersetzung

1 Da uns eine solche Wolke von Zeugen umgibt, wollen auch wir alle Last und die Fesseln der Sünde abwerfen. Lasst uns mit Ausdauer in dem Wettkampf laufen, der uns aufgetragen ist,

2 und dabei auf Jesus blicken, den Urheber und Vollender des Glaubens; er hat angesichts der vor ihm liegenden Freude das Kreuz auf sich genommen, ohne auf die Schande zu achten, und sich zur Rechten von Gottes Thron gesetzt.

3 Denkt an den, der von den Sündern solchen Widerstand gegen sich erduldet hat; damit ihr nicht matt werdet und den Mut nicht sinken lasst.

Liebe Gemeinde,

Runter vom Sofa. Weg vom Schreibtisch.

Raus aus der Bude, aus dem Homeoffice, weg vom Bildschirm.

Sportschuhe anziehen und dann: **loslaufen.**

Die ersten paar hundert Meter traben sich noch ganz locker. Aber dann: Der Atem wird knapp. Die Beine schwer wie Blei.

Ein Blick zur Uhr: Was, erst fünf Minuten?

Seitenstechen. Schweiß auf der Stirn, der läuft in die Augen. Die Brille beschlägt.

Warum tue ich mir das eigentlich an?

Dieser blöde Asphalt. Und jetzt fängt es auch noch an zu nieseln.

Ich habe mich eben zu lange nicht aufgerafft.

Ich glaub, ich höre liebe auf.

Liebe Gemeinde,
der Hebräerbrief vergleicht das Leben in der Nachfolge Jesu Christi mit einem solchen Dauerlauf, und zwar mit einem heftigen Dauerlauf.

Das ist nicht nur ein lockeres Jogging nach Feierabend, sondern das ist ein Wettkampf, der alle Kraft und Geduld erfordert.

Ein Marathonlauf, der bis an die Grenzen geht.

Irgendwo im großen Römischen Weltreich gegen Ende des 1. Jh. gab es eine christliche Gemeinde – oder war es sogar eine ganze Kirche? – die pfiß sozusagen auf dem letzten Loch. Die Hände schlaff, die Knie wankend – wie es an anderer Stelle im Hebr.-Brief (12,12) heißt.

Wie großartig und voller Elan hatte einst alles begonnen! Doch jetzt waren sie an diesem toten Punkt, den jeder Langstreckenläufer kennt.

Man quälte sich und kämpfte sich so durch, doch eigentlich war den Christen damals nach Aufgeben zumute. Zudem schlug ihnen noch ein heftiger Gegenwind ins Gesicht. Sie wurden wegen ihres Christseins, wegen ihrer Art miteinander zu leben, angefeindet und ausgegrenzt. Sie erlebten, dass sie immer weniger wurden, weil viele das Interesse am Glauben verloren. Sie kamen sich vor, als liefen sie immer im Kreis. Lauter Einzelkämpfer.

Sie fragten sich:

Lohnt es überhaupt noch?

Bringt es noch was?

Oder hat sich die Sache mit Jesus totgelaufen?

Hand aufs Herz, liebe Schwestern und Brüder,

kennt Ihr solche Fragen? Vielleicht gerade jetzt – in diesen Zeiten des Corona-Langstreckenlaufs??

Kennst du diese Zeiten, wo du nur noch auf dem Zahnfleisch krauchst? Wo du mit deinem Glauben am toten Punkt angekommen bist.

Deine Gebete reichen nur noch bis zur Zimmerdecke.

Deine Hoffnung hat sich davongemacht.

Nichts geht mehr, du funktionierst nur noch, läufst nur noch im Kreis, wie ein Pony im Zirkus, wie ein Hamster im Rad. Kennt ihr diese Lust, dann alles aufzugeben, sich einfach fallen zu lassen?

Der Hebräerbrief predigt gegen dieses geistliche K.O.-Gefühl an - mit Menschen- und mit Engelszungen.

Nicht wie ein *schlechter Trainer*, der einfach nur Anweisungen über den Platzt brüllt, sondern wie ein *guter Trainer*, der weiß, dass der eigentliche Kampf sich im Kopf abspielt, nicht in den Beinen:

Haltet durch! flüstert er uns ins Ohr.

Gebt nicht auf! Überwindet den toten Punkt.ü

Denn ihr kämpft den einen sinnvollen Kampf.

Jetzt aufgeben hieße: alles verlieren!

Tatsächlich, liebe Gemeinde, wir stehen in einem Kampf, einem Wettkampf, einer Art Langstreckenlauf.

Nicht erst seit Corona.

Und der Schreiber des Hebräerbriefes nennt mehrere Gründe, warum es sich unbedingt lohnt, diesen Kampf niemals aufzugeben.

1. **Es geht um ein großes Ziel.**
2. **Wir sind keine Einzelkämpfer, sondern kämpfen vor vielen Zeugen.**

3. **Wir dürfen ablegen, was uns am Laufen hindert.
Und**
4. **Wir fokussieren unsern Blick auf Jesus.**

1. Es geht um ein großes Ziel

Liebe Gemeinde,

Beim einem Konvent vor eine Weile hat mir eine Frau aus einer anderen Gemeinde ganz stolz erzählt, dass sie am Berlin-Marathon teilgenommen hat. Ich hab gestaunt: sie als völlig normale, nicht mehr ganz junge Frau hat da mitgemacht. Hut ab! Was für eine Power-Frau!

Der Berlin-Marathon hat sich ja in den letzten Jahren zu einem riesigen Volksfest entwickelt, an dem neben den Weltklasse-Profi-Marathon-Läufern tausende einfache Hobby-Läufer teilnehmen, Männer und Frauen, Junge und Alte.

Im Grunde kann mitmachen, wer auch immer sich das zutraut. Allerdings muss man sich, so erzählte diese Power-Methodistin, registrieren lassen, man muss sich ein Jahr vorher anmelden, wenn man am Ende das Teilnahmezertifikat haben möchte.

Du kriegst eine Startnummer und dann kannst du mitlaufen.

Für die meisten Läufer und Läuferinnen ist nicht wichtig, **wann** sie das Ziel erreichen, sondern **dass** sie es erreichen.

Es gibt ja diese Redensart „Der Weg ist das Ziel“ – doch die gilt nicht beim Marathonlaufen.

Du brauchst schon ein Ziel vor den Augen, um dir diese Strapazen anzutun.

Wer an einem solchen Wettkampf teilnimmt, trifft eine bewusste Entscheidung. Viele trainieren lange dafür.

Liebe Gemeinde,
 Wenn wir das auf den Lauf unseres Lebens, auf den
 Kampf unseres Glaubens übertragen:
 Auch da ist es nicht wichtig, wann und wie, sondern nur
dass du ans Ziel gelangst.
 Ob du diesen Lauf mitmachst, entscheidest Du.
 Es mag ja sein, dass – wie man so schön sagt – viele
 Wege nach Rom führen, oder dass vielen Menschen das
Ziel ihres Lebens völlig egal ist, Hauptsache, sie erleben
unterwegs möglichst viel und möglichst intensiv,
 Hauptsache sie nehmen viel mit und haben jeden Tag 'ne
 Menge Spaß.
 Da ist dann tatsächlich der Weg das Ziel...

Doch nicht so beim Langstreckenlauf des Glaubens!
 Da geht es um das wichtigste Ziel, das man sich denken
 kann, um den schönsten Preis, den man gewinnen kann.
 Das ist der Lauf, **an dessen Ziel du Gott schaust, in
 seinen Armen, in seinem Herzen ankommst**. Nicht
 dass wir uns dieses Ziel erkämpfen könnten oder dass
 nur die Erstplatzierten den Siegespreis kriegten.
 Nein, entscheidend ist, ob du *dabei* bist, ob du mitläufst!
 Oder bist du nur ein teilnahmsloser Zuschauer?
 Bei Gott gilt: Dabeisein ist alles.

2. Der zweite Grund, warum es sich lohnt, in diesem
 Wettkampf unbedingt durchzuhalten und nicht
 aufzugeben, ist das, was der Hebräerbrief „*die große
 Wolke von Zeugen*“ nennt.

Eine Wolke von Zeugen feuert euch an.

Was ist mit diesem merkwürdigen Begriff gemeint?

Der Hebräerbrief sagt: die Nachfolge Jesu gleicht einem
 Langstreckenlauf. Aber denkt nicht, ihr würdet einsam in
 einem menschenleeren Stadion eure Kreise ziehen.

Denkt nicht, ihr müht euch ab, ohne dass jemand davon Notiz nimmt.

(So ungefähr, wie jetzt die Spiele der Fußball-Bundesliga wegen Corona in menschenleeren Stadien stattfinden müssen...)

Nein, bei euch ist es anders. Das Spiel eures Lebens ist ein Heimspiel im ausverkauften Stadion. Ihr lauft euren Wettkampf vor einem riesigen Publikum, das nur eines möchte: euch siegen sehen!

Die besagte Marathon-Frau erzählte, wie unglaublich toll und motivierend es beim Berlin-Marathon ist, wie da zehntausende Leute an der Strecke stehen und jedem Läufer und jeder Läuferin zujubeln, da werden Plakate mit den phantasievollsten Durchhalteparolen hochgehalten, da werden kleine Becherchen mit Erfrischungsgetränken hingehalten usw. usf.

Und das - das gibt einen unheimlichen Auftrieb.

So ähnlich beschreibt es der Hebräerbrief. Es ist eine riesige „Wolke von Zeugen“, die euch anfeuert, die euch Mut macht, die mit euch leidet, wenn ihr stolpert und mit euch jubelt, wenn ihr ins Ziel einlauft.

Diese Wolke von Zeugen - das ist sozusagen ein himmlisches Publikum, es sind eure Mütter und Väter, die Brüder und Schwestern, die vor euch schon den guten Kampf des Glaubens gekämpft haben und nun bei Gott sind.

Sie bezeugen: Es ist möglich! Bleib dran! Halte durch!

Ich musste an die Frau denken, die auf dem zweiten Bildungsweg ein schweres Studium gemacht hat. Sie musste am Ende eine dreitägige große Prüfung über Rechtsfragen absolvieren und hat beim Pauken immer das Bild ihres Vaters über den Schreibtisch gehängt, der schon vor einiger Zeit mit erst 60 Jahren verstorben war.

Sie sagte, sie tut das, weil ihr Vater sie motiviert, das alles durchzustehen. „Es ist, als ob mir mein Papa von da oben sagt: Mach das mal, das schaffst Du schon!“

Liebe Gemeinde,
wer ermutigt dich, wer ermutigt uns, den guten Kampf des Glaubens zu kämpfen?

Wer motiviert uns, durchzuhalten, nicht aufzugeben?

Der Hebräerbrief redet von jener großen Wolke der Zeugen, die uns umgeben. Gemeint sind Menschen, die im Glauben ans Ziel gekommen sind. Sie umgeben uns. Sie feiern mit uns Gottesdienst.

Sie feiern mit uns das Leben.

Ja, liebe Schwestern und Brüder, wir sind viele...

Für den Hebräerbrief ist das eine zwar unsichtbare, doch ganz ernstzunehmende Realität.

Ein Kapitel zuvor wird eine lange Reihe von Vätern und Müttern des Glaubens aufgezählt – lauter biblische Gestalten, Vorbilder des Glaubens, Helden – und doch Menschen wie du und ich. Und wir dürfen uns auch noch unsere persönlichen Glaubensvorbilder dazu-denken: für den einen ist es die eigene Mutter, die so beeindruckend und schlicht gelebt und geglaubt hat, für andere ist es eine Lehrerin des Glaubens wie Dorothee Sölle oder Helden wie Sophie Scholl, Dietrich Bonhoeffer oder Nelson Mandela. All die sind uns Zeugen. Sie bezeugen: Es geht! Und sie feuern uns an für unseren Lauf.

Liebe Gemeinde, wir brauchen den Ansporn und den Trost unserer Geschwister, wir brauchen die Erinnerung an die, die vor uns geglaubt und gekämpft haben. Und wir brauchen die Verbindung mit denen, die mit uns glauben und kämpfen – vielleicht in derselben Gemeinde, vielleicht auch auf der anderen Seite der Erdkugel.

Du bist nicht allein.

3. Legt Ballast ab!

Da uns eine solche Wolke von Zeugen umgibt, wollen auch wir alle Last und die Fesseln der Sünde abwerfen.

Das ist ein Punkt, wo ich mich sehr kurz fassen kann, denn das haben wir in dieser Passionszeit, dieser Zeit des Fastens schon besprochen:

Es geht darum, loszulassen, was uns behindert, was uns fett und träge macht...

Manche Lasten muss man sicher tragen.

Aber es gibt auch Lasten und Hemmnisse, die Gott uns nicht tragen sehen will. Alles, was uns am Langlauf der Nachfolge hindert, gilt es abzulegen.

Was kann das sein?

Wie gesagt, darüber haben wir schon geredet - und da können wir *für uns* nochmal weiterdenken – jede und jeder für sich: was muss ich loslassen, ablegen, abspecken, damit ich ungehinderter laufen kann?

Der vierte Coaching-Tipp des Hebräerbriefes:

4. Fokussiert den Blick auf Jesus.

Lasst uns auf Jesus blicken, den Urheber und Vollender des Glaubens; er hat angesichts der vor ihm liegenden Freude das Kreuz auf sich genommen, ohne auf die Schande zu achten, und hat sich zur Rechten von Gottes Thron gesetzt.

Denkt an den, der von den Sündern solchen Widerstand gegen sich erduldet hat; damit ihr nicht matt werdet und den Mut nicht sinken lasst.

Ist das nicht interessant, liebe Schwestern und Brüder:
Unser Seh-Sinn ist so beschaffen, dass wir immer nur
eine Sache anschauen können.

Man kann ja zur Not durchaus mehrere Dinge gleichzeitig
hören, auch riechen, tasten und schmecken.

Aber Anschauen braucht Entscheidung: das oder das!

Wer den Blick zu Jesus erhebt, wer sich auf Jesus
fokussiert, der muss anderes aus dem Blickwinkel
verschwinden lassen.

Hinschauen auf Jesus ... – denn was wir anschauen,
gewinnt Macht über uns. Wenn wir aufschauen zu Jesus,
sehen wir den Urheber und Vollender unseres Glaubens.
Er hat angefangen – auch mit dir und *in* dir.

Und jeder Anfang ist ihm so wertvoll, dass er nicht ruht,
bis zur Vollendung. Das ist sein Interesse.

Liebe Gemeinde, die Karwoche beginnt heute.

Gedenkt an den, meditiert den, fokussiert euren Blick auf
den, der für uns ans Kreuz gegangen ist. Der den totalen
Widerspruch erduldet hat, mit voller Wucht und mit allen
Konsequenzen...

Dieses Anschauen von Jesus am Kreuz, dieses Sich-
Vor-Augen-Halten, dieses Meditieren des Kreuzweges
Jesu – das hat eine Wirkung: es vertreibt die Ermüdung,
es verhindert, dass wir „in der Seele schlaff werden“.
Jesus anschauen verändert uns.

**Lasst uns also loslaufen, das Ziel vor Augen,
die Wolke von Zeugen um uns herum.**

Lasst uns Unnötiges weglassen.

**Und auf Jesus blicken, den Urheber und Vollender
unseres Glaubens.**

Amen.

Jesus Christus,
du hättest vor Schmerzen und Tod fliehen können.
Aber du hast dich für uns entschieden.
Du kommst zu uns,
aber wir haben keine Palmzweige.
Unsere Hände sind leer.
Wir halten dir nur unsere Bitten hin.

Wir bitten dich für unsere Kinder und Enkel.
Wir halten dir ihre Ängste hin.
Wir halten dir ihre Müdigkeit und ihre Sehnsucht hin.
Wir bitten dich für die Kinder,
die hungern, geschlagen und versklavt werden.
Wir halten dir ihre Schmerzen hin.
Jesus Christus, auch du warst ein Kind.
Komm und erbarme dich.

Wir bitten dich für die Menschen,
deren Entscheidungen über das Leben vieler bestimmen.
Wir halten dir ihre Ratlosigkeit hin.
Wir halten dir ihre Überforderung hin.
Wir bitten dich für die Wissenschaftlerinnen und
Wissenschaftler, für alle, die ihre Kräfte für andere
hergeben.
Wir halten dir ihren Dienst und ihre Hingabe hin.
Jesus Christus,
auch du hattest Geduld mit denen, die dir vertrauen.
Komm und erbarme dich.

Wir bitten dich für uns in unserem Dauerlauf der
Hoffnung in unserem guten Kampf des Glaubens.
Hilf uns, schenke uns Kraft und Geduld.
Wir bitten dich für unsere jüdischen Geschwister,
die heute mit dem Passafest beginnen.
Wir bitten dich für deine weltweite Kirche,

für alle, die in diesen Tagen
dein Leiden bedenken und deine Nähe suchen.
Wir halten dir den Glauben deiner Gemeinde hin.
Wir haben keine Palmzweige.
Wir haben nur unsere Hoffnung.
Wir haben unser Lob.
Auch in diesem Jahr loben wir dich
mit unseren Gebeten,
mit unserem Hören,
mit unserem Sorgen und unserer Liebe.
Jesus, du bist der Anfänger und Vollender unseres
Glaubens.
Du hast dich für uns entschieden.
Komm und erbarme dich –
Heute und morgen und an jedem neuen Tag.
Gemeinsam beten wir:
Unser Vater im Himmel...