

DIE SEELE BAUMELN LASSEN

Die Redensart „die Seele baumeln lassen“ bezieht sich meistens auf Erholung im Urlaub, in der Freizeit. Sie stammt ursprünglich aus dem Roman „Schloss Gripsholm“ (1931) von Kurt Tucholsky: „Wir lagen auf der Wiese und baumelten mit der Seele“

Die österreichische Fremdenverkehrswerbung hat 1975 Tucholskys Satz zum Werbeslogan „In der Wiese liegen und mit der Seele baumeln“ umformuliert. Seit den 1980er Jahren wurde das Seelenbaumeln also zum Synonym für jegliche Art von Entspannung.

Gerade der Sommer bedeutet für viele Ferienzeit, Ausrasten und Durchatmen. Nicht nur die Beine können im kühlen Nass eines Sees hängen, auch die Seele darf baumeln, sich ausruhen und neu stärken.

Jesus möchte seinen Jüngern nach getaner Arbeit eine Auszeit schenken:

„Die Apostel versammelten sich wieder bei Jesus und berichteten ihm alles, was sie getan und gelehrt hatten. Da sagte er zu ihnen: Kommt mit an einen einsamen Ort, wo wir allein sind, und ruht ein wenig aus! Denn sie fanden nicht einmal Zeit zum Essen, so zahlreich waren die Leute, die kamen und gingen. Sie fuhren also mit dem Boot in eine einsame Gegend, um allein zu sein. Aber man sah sie abfahren, und viele erfuhren davon; sie liefen zu Fuß aus allen Städten dorthin und kamen noch vor ihnen an. Als er ausstieg, sah er die vielen Menschen und hatte er Mitleid mit ihnen; denn sie waren wie Schafe, die keinen Hirten haben.

Und er lehrte sie lange“. (Mk 6,30-34):

Versetzen Sie sich in die Lage der Apostel, die Jesus vieles zu berichten hatten, über Begegnungen mit Menschen an fernen Orten.

Sie wollen mit ihm allein sein und bei ihren Erzählungen nicht gestört werden. Außerdem sind sie müde, ja erschöpft und sehnen sich nach etwas Ruhe. Sie durften wertvolle Erfahrungen machen

Wie mag es ihnen wohl ergangen sein, inmitten der zahlreichen Menschen, die kamen und gingen und alle etwas von Jesus hören oder ihn zumindest sehen wollten?

Jesus verhält sich wie ein Coach, der seinen Jüngern die Verschnaufpause schaffen will, die sie jetzt dringend brauchen.

Die Apostel dürfen durchatmen und „mit der Seele baumeln“. Damals und heute wird Jesus den Menschen Ruhe verschaffen; damals und heute wird er sie sättigen.

Von ihm kommt Energie und Kraft, die die Menschen gesucht haben. Diese Kraft und Energie erfahren auch



Foto: Pixabay.com

ein Leben lang.
WACHSEN

KATHOLISCHE KIRCHE
Erzdiözese Wien
KATEGORIALE SEELSORGE

heute die Menschen, die ihn suchen.
Es gibt auch noch andere Stellen in der Bibel, die aufzeigen, wie wichtig solche Erholungszeiten für die Menschen sind. Einige von Ihnen kennen Sie sicherlich:

Erholung am Sabbat

Sogar Gott selbst braucht Erholung nach anstrengenden Tätigkeiten:

„Nach der Erschaffung der Welt vollendete Gott am siebten Tag das Werk, das er gemacht hatte und ruhte am siebten Tag (...).“ (1Mose 2,2)

Zur Erinnerung daran sollen auch die Menschen am siebten Tag der Woche ruhen. In den Zehn Geboten heißt es: „Gedenke des Sabbats: halte ihn heilig! Sechs Tage darfst du schaffen und all deine Arbeit tun. Der siebte Tag ist ein Ruhetag, dem Herrn, deinem Gott, geweiht“. (2. Mose 20, 8ff;)

Ausruhen nach einer Wanderung

Nach einer langen Wanderung freut man sich auf eine erholsame Rast. Das ging den Menschen zu biblischer Zeit nicht anders. Als das Volk sich noch im Exil befand, bekam der Priester Esra eines Tages vom persischen König Artaxerxes den Auftrag, mit seinen Leuten nach Jerusalem zu reisen und dort den Tempeldienst wieder in Gang zu bringen. Doch nach dem langen Fußmarsch gingen sie nicht sofort zum Tempel, sondern gönnten sich erst einmal eine ausgiebige Erholung: „Als wir nach Jerusalem kamen, ruhten wir dort drei Tage aus.“ (Esra 8, 32)

Und auch König David brauchte Erholung nach einem nervenaufreibenden Fußmarsch und gönnte sich eine Auszeit. „Erschöpft kam der König mit allen Leuten, die er bei sich hatte, an den Jordan; dort konnte er wieder Atem schöpfen“. (Samuel 16, 14)



Foto: Pixabay.com

Seelenruhe

Lärm ist wohl ein Feind der Stille. Ihm zu entfliehen ist der erste Schritt zur Erholung. Es dauert eine Weile, bis Stille auch in der Seele Einzug halten kann.

Wer betet, weiß: Stille ist mehr als die Abwesenheit von Geräuschen, Stille ist ein innerer Seelenzustand, eine Voraussetzung dafür, dass sich die Seele öffnet.

David, von dem viele Psalmen überliefert sind, kennt die Wichtigkeit der Ruhe:

2 Bei Gott allein wird ruhig meine Seele, von ihm kommt mir Rettung.

3 Er allein ist mein Fels und meine Rettung, meine Burg, ich werde niemals wanken. (...)

6 Bei Gott allein werde ruhig meine Seele, denn von ihm kommt meine Hoffnung. (Psalm 62)

Jesus will allein sein

Auch Jesus brauchte manchmal etwas Erholungszeit für sich. Als er hörte, dass Johannes der Täufer enthauptet worden war, „zog er sich allein von dort mit dem Boot in eine einsame Gegend zurück.“

Doch die Menschen gönnten ihm die Ruhe nicht lange. „Aber die Volksscharen hörten davon und folgten ihm zu Fuß aus den Städten nach. Als er ausstieg, sah er die vielen Menschen und hatte Mitleid mit ihnen und heilte ihre Kranken“. (Mt. 14,13)

Die Seniorenpastoral wünscht Ihnen eine schöne und erholsame Sommerzeit, in der Gewissheit, dass Gott unser Begleiter nicht nur auf allen Wegen, sondern auch bei unserem Ausruhen ist; dass er Kraft und Zuversicht schenkt, ganz besonders in dieser Zeit, wo viele Menschen verunsichert sind.

Renate Moser



Foto: Heike Haumer

ein Leben lang.
WACHSEN

KATHOLISCHE KIRCHE
Erzdiözese Wien
KATEGORIALE SEELSORGE