

22.07.2021 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von
Irmela Büttner,
Evangelische Pfarrerin, Offenbach-Bieber

Was hilft, wenn alles zuviel wird

Wenn ich das Gefühl habe, alles stürzt auf mich ein, alles wird mir zu viel, dann will ich am liebsten einfach nur weg.

Jona hat einen Auftrag von Gott

Der Prophet Jona in der Bibel macht das tatsächlich. Er hat von Gott einen Auftrag bekommen. Er soll nach Ninive reisen, eine große Stadt mitten im Land, und dort den Menschen erzählen, dass sie auf einem falschen Weg sind.

Jona gefällt das nicht

Anderen die unbequeme Wahrheit sagen, das gefällt Jona nicht. Er sagt: „Sie werden sowieso nicht auf mich hören. Sie werden sich nicht ändern. Am Ende werden sie sogar noch wütend auf mich.“ Dazu hat er die Kraft nicht.

Jona haut ab

Also haut er ab. Er fährt zur Küste und besteigt ein Schiff. Das Schiff gerät in einen Sturm: Jona merkt, der Sturm kommt von Gott, Gott möchte ihn zurückholen. Er lässt sich über Bord werfen. Ein großer Fisch verschluckt ihn. Er

sitzt im Bauch des Fisches irgendwo in der Tiefe des Meeres. Weg vom Fenster. Drei Tage lang, erzählt die Bibel.

Jona im Bauch des Fisches

Drei Tage Dunkelheit. Nichts sehen und nichts hören können. Abgeschnitten von der Welt. Jona im Fisch betet zu Gott. Er begreift: Gott, vor dem ich fliehen wollte, ist auch hier in der Tiefe. Gott verlässt mich nicht. Meine Aufgaben sind zwar groß, aber Gott ist an meiner Seite. Die Kraft für das, was ich zu tun habe, wird sich schon einstellen.

Die Bibel erzählt: Nach drei Tagen spuckt der Fisch Jona an Land. Er hat wieder festen Boden unter den Füßen und geht die Sache neu an.

Durchatmen, beten und vertrauen

Wenn ich denke: Hilfe, ich gehe unter in all den Aufgaben!, dann hilft mir so ein Stopp. Mich rausnehmen. Nicht gleich drei Tage lang. Aber für einen Moment die Augen schließen, um zur Besinnung zu kommen. Eine Runde raus – laufen, oder die Augen weg vom Bildschirm und aus dem Fenster schauen.

Durchatmen, beten und vertrauen: Gott ist an meiner Seite. Auch wenn gerade alles viel ist, die Kraft kommt schon.