

**Predigt am 11. Oktober 2020
Übrigshausen / Untermünkheim**

„Wenn die Quelle versiegt“

Matthäus 25,1-13

Von Pfarrer Johannes Beyerhaus

In der Stadtkirche von Ehingen an der Donau, wo ich als Pfarrvikar anfang, gab es früher ein großes Wandgemälde. Es zeigte das Gleichnis von den zehn Jungfrauen und der Hochzeit aus Mt. 25:

25¹Dann wird das Himmelreich gleichen zehn Jungfrauen, die ihre Lampen nahmen und gingen hinaus, dem Bräutigam entgegen.

2Aber fünf von ihnen waren töricht und fünf waren klug. 3Die törichten nahmen ihre Lampen, aber sie nahmen kein Öl mit. 4Die klugen aber nahmen Öl mit in ihren Gefäßen, samt ihren Lampen.

5Als nun der Bräutigam lange ausblieb, wurden sie alle schläfrig und schliefen ein. 6Um Mitternacht aber erhob sich lautes Rufen: Siehe, der Bräutigam kommt! Geht hinaus, ihm entgegen! 7Da standen diese Jungfrauen alle auf und machten ihre Lampen fertig.

8Die törichten aber sprachen zu den klugen: Gebt uns von eurem Öl, denn unsre Lampen verlöschen. 9Da antworteten die klugen und sprachen: Nein, sonst würde es für uns und euch nicht genug sein; geht aber zum Kaufmann und kauft für euch selbst.

10Und als sie hingingen zu kaufen, kam der Bräutigam; und die bereit waren, gingen mit ihm hinein zur Hochzeit, und die Tür wurde verschlossen. 11Später kamen auch die andern Jungfrauen und sprachen: Herr, Herr, tu uns auf!

12Er antwortete aber und sprach: Wahrlich, ich sage euch: Ich kenne euch nicht.

13Darum wachtet! Denn ihr wisst weder Tag noch Stunde.

Der Künstler hatte die Jungfrauen schön eingeteilt in zwei Bilder. Das eine mit den 5 klugen Jungfrauen befand sich hinter der Kanzel. Also gleich beim Pfarrer. Wo auch sonst?

Die 5 törichten Jungfrauen waren auf der anderen Seite. Mit freiem Blick aufs Kirchenvolk.

Jahre später aber wurde ein Gemeindesaal direkt an die Kirche neben der Kanzel angebaut.

Dazu musste eine Seitenwand eingerissen und die Kanzel auf die andere Seite verlegt werden. Dorthin, wo die 5 törichten Jungfrauen waren. Und vielleicht schon darauf warteten, den Stadtpfarrer in **ihrer** Runde begrüßen zu dürfen.

Aber diese zweifelhafte Gesellschaft gefiel dem Pfarrer ganz und gar nicht. Und so wurden die Jungfrauen allesamt einfach weiß zugepinselt. Die klugen und die törichten.

Ich dachte damals: Schade eigentlich. Es wäre auch für uns Pfarrer eine gute Herausforderung gewesen, uns jeden Sonntag der Frage neu zu stellen: "Freund, wie steht's eigentlich mit dir? Hast du noch Feuer? Hast du noch genug Öl?"

Ich selbst hatte zu dieser Zeit viel zu selten nach meinem Ölstand geschaut. Und so war ich nach zwei Jahren Pfarrerstätigkeit schon fast ausgebrannt. Die klassischen Symptome eines „Burnout“ fingen an, sich einzustellen.

Damals hat mir unser Auftrag in Afrika ein Stück weit geholfen, mein Leben zu entschleunigen, zur Ruhe zu finden - auch weil sich uns dort neue Quellen geistlicher Stärkung erschlossen haben.

Aber: Ortswechsel ist in solchen Lebensphasen nur selten eine Lösung. Was also tun „, wenn die Quelle versiegt“ – so lautet ja das Thema unserer der heutigen Predigt.

In dem Gleichnis von den klugen und törichten Jungfrauen geht es darum, dass die Klugen anscheinend auf einen Vorrat an Öl zurückgreifen können, den die törichten nicht haben. Oder nicht **mehr** haben.

Und so können die Klugen auch noch um Mitternacht ihr Lämpchen brennen lassen, sie sind bereit, wenn es darauf ankommt.

Und jetzt die Frage: Aus welchen Quellen speisen wir denn unser Leben und unseren Glauben?

Der Mensch braucht seelische und natürlich auch körperliche Energie für sein Leben - und für seinen Glauben.

Was also tun wir, damit unsere seelischen, und körperlichen und geistlichen Energiequellen nicht versiegen? Wie, wann und wo tanken wir auf?

Fangen wir an mit dem Gefäß für das Öl, das überhaupt erst die Voraussetzungen dafür schafft, dass die Flamme brennen kann.

Was ist dieses Gefäß? Ganz einfach: Unser Körper! Paulus sagt: *Wisst ihr nicht, dass euer Leib ein Tempel des heiligen Geistes ist, der in euch ist und den ihr von Gott habt, und daß ihr nicht euch selbst gehört?* (1. Korinther 6, 19)

Wie wir mit unserem Körper umgehen, das geht nicht nur uns selbst etwas an. Es geht auch den Heiligen Geist etwas an! Unser Leib - Tempel des Heiligen Geistes. Sein Haus.

Nun haben Sie vielleicht schon mal den Ausdruck gehört: "Haus unter neuer Leitung"?

Im Hotelgewerbe bedeutet das: Leute, ab jetzt läuft hier einiges anders, und zwar besser. Ein Haus braucht zum Beispiel eine neue Leitung, wenn es abgewirtschaftet wurde.

Wenn Reinold Würth irgendwo ein verfallenes Schloss aufkauft, um daraus ein Restaurant zu machen, dann kann man ziemlich sicher sein, dass da bald ein anderer Wind weht. Und der Heilige Geist kann noch deutlich mehr bewirken, als Reinhold Würth.

Der Heilige Geist legt Wert darauf, dass wir mit seinem Tempel sorgsam umgehen. Dass deutlich wird: Unser Leben steht unter einer neuen Leitung. Und das heißt auch: Unser Leib in seiner Ganzheit. Samt unseren Energievorräten, den seelischen, geistlichen und körperlichen.

Denn was ist die Folge, wenn wir das nicht tun? Wenn das Erschöpft sein zu einem Dauerzustand wird?

Etwas ganz Fatales geschieht: Wir ziehen uns als Folge davon oft ausgerechnet aus den wichtigsten Bereichen unseres Lebens zurück: Nämlich aus Beziehungen. Als erstes bekommt das oft die eigene Familie zu spüren. Und wir kürzen dann auch unsere Gebetszeiten. Wir haben keine Energie mehr, Sport zu treiben. Und damit verlieren wir die Kontrolle über uns Leben.

Umgekehrt: Je sorgfältiger wir auf unseren Energiehaushalt achten, desto größer die Chance, dass wir das werden, was Gott aus uns und unserem Leben machen will.

Viele verfeuern ihr Öl im Beruf oder auch in ehrenamtlichen Aufgaben weit über ein vernünftiges Maß hinaus und verausgaben sich so stark emotional und mental und auch körperlich, dass - wenn sie heimkommen - all ihre Energie verbraucht ist und sie ausgerechnet dort zusammenklappen, wo das wichtigste im Leben passiert: Zu Hause. In der Familie.

Bier raus, Füße hoch, Fernseher an. Kein Interesse mehr für das, was in der Familie abläuft, keine Kraft mehr dort, noch etwas zu steuern.

Schauen wir uns mal an, was die Alarmzeichen dafür sind, dass unsere Energiequellen zur Neige gehen.

1.: Beginnen wir mit dem Körper an. Wie zeigt es sich, wenn er ausgelaugt ist?

Allgemeine Erschöpfung. Kopfschmerzen oder Schmerzen in Nacken und Schultern

Um dem Körper Gutes zu tun, gibt es viele Möglichkeiten: Gymnastik, Spaziergänge, Jogging.

Für mich war lange Zeit ein sehr hilfreiches Mittel, mit depressiven Verstimmungen zu überwinden: Mich warm anziehen, 20 Minuten joggen und dann kalt duschen, wie oft hat das Wunder bewirkt!

Wesentlich mehr Wasser trinken (2.5 - 3 Liter am Tag). Und immer wieder tief durchatmen. Loslassen. Wir müssen die Lungen richtig füllen und dann zweimal so lange ausatmen, wie einatmen. Mindestens 7 Stunden schlafen

Und dafür feste Rituale schaffen! Es braucht 90 Tage, bis etwas zur Gewohnheit wird - 90 Tage, um im Leben eine dauerhafte Veränderung zu erreichen.

2.: Kommen wir zur Seele. Hier geht es um die **Gefühle (a)** = (emotional) und das **Denken (b)** = (mental).

Wie zeigt es sich, wenn wir **emotional, also gefühlsmäßig, erschöpft** sind? Ungeduld, kritischer Geist, defensive Haltung, leicht frustriert, zurückweisend.

Wie erholen wir uns emotional? Mehr Zeit mit Menschen verbringen, die uns Energie

zuführen. Sie wissen selbst: Manche saugen alles Öl aus uns raus, andere füllen uns auf.

Mehr Zeit mit Dingen beschäftigen, die unseren emotionalen, seelischen Tank befüllen: Musik, ein gutes Buch lesen.

Fernsehen gehört übrigens nicht zu den Energielieferanten, es macht nur träge und wir fühlen uns leer.

Und dann: Negative Bilder im Kopf, in der Seele ändern. Ein negatives Bild oder eine emotionale Stimmung verschwindet aber nur, wenn es durch positive Bilder ersetzt wird.

Unser geistliches Leben hängt eng mit unserem emotionalen Haushalt zusammen, denn zur Frucht des Geistes gehören nach Gal 5, 22 auch *Freude, Friede, Geduld, Freundlichkeit, Güte, Sanftmut*.

Wenn aber unser emotionaler Tank leer ist, dann können wir nur schwer freundlich, geduldig sein und Freude verbreiten.

Wenn die klugen Jungfrauen in dem Gleichnis sagen: *"Wir können euch leider nichts von unserem Öl abgeben"*, dann hört sich das ziemlich unchristlich an.

Aber die Realität ist, dass letztlich jeder selbst dafür verantwortlich ist, ob die Flamme des Glaubens durch die Sorgen und Ablenkungen und Beanspruchungen des Alltags erstickt wird oder nicht.

Wie zeigt es sich, wenn wir **mental (also gedanklich)** aus dem Gleichgewicht sind?

Wir laufen ständig der Zeit hinterher, uns fehlt jede Kreativität, wir bekommen nichts richtig vorbereitet, wir verzetteln uns ständig.

Welche Wege können uns helfen, mental wieder gesund zu werden?

Wir müssen besonders darauf achten, dass wir weniger und das dafür konzentrierter tun. Streulicht hat keine Kraft, gebündeltes Licht, ein Laserlicht, kann Stahl durchschneiden.

Wichtig ist es auch, in Intervallen zu arbeiten. Gott hat das Leben so angelegt, dass alles wirkliche Leben in Schwingungen verläuft. Jedes EKG vom Herzen, oder auch der Blutdruck, alles in unserem menschlichen

Leben verläuft in Wellenform.

Das einzige, was linear verläuft, ist oft, wie wir selbst unsere tägliche Arbeit und oft auch Teile unseres Lebens gestalten.

80% unserer Zeit verbringen wir zudem in einer Umgebung, die wir Menschen quadratisch gemacht haben. Der rechteckige Bildschirm, der rechteckige Schreibtisch, die quadratischen Fenster, die viereckigen Schränke. Umso wichtiger ist es, immer wieder rauszugehen in die Schöpfung Gottes, wo eine ungleich größere Vielfalt von Formen und Farben und Geräuschen und Düften unsere Seele heilsam beeinflusst.

Quadratisch kann auch praktisch und gut sein. Aber einfach linear sollte nichts im Leben sein.

Es ist so wichtig, in Intervallen zu arbeiten: Anstrengung – Erholung / Arbeiten – Feiern / Fasten – Genießen / Bildschirm – Rauschauen, einen Vogel beobachten / volle Konzentration – bewusste Entspannung

Sie wissen, was los ist, wenn ein EEG linear verläuft? Dann ist das Leben vorbei.

Wir hätten so oft tagsüber 2 Minuten, wo wir für kurze Zeit einfach mal etwas ganz anders machen könnten.

Und wie zeigt es sich, dass wir in **einem geistlichen (= auf Gott bezogenen) Ungleichgewicht** leben?

Zum Beispiel, dass wir ein Gefühl der Leere in uns tragen. Dass wir das Empfinden haben, dass die Welt uns etwas schuldet oder auch umgekehrt, dass wir uns ständig mit Schuldgefühlen plagen.

Wenn wir geistlich leerlaufen, macht sich das oft auch in mangelnder Empathie bemerkbar, in Teilnahmslosigkeit am Leben anderer.

Der Apostel Paulus sagt: *Freut euch mit den Fröhlichen und weint mit den Weinenden (Römer 12, 15)*.

Aber das können wir nicht, wenn wir geistlich leergelaufen sind. Was also tun? Dorthin gehen, wo wir geistlich auftanken können. Darum beten, dass Gott uns neu füllt mit seinem Heiligen Geist. Für uns beten lassen.

Uns selbst die Verheißungen Gottes laut zu sprechen und Zeit für die Anbetung nehmen.

Wichtig ist aber auch, dass wir uns zunächst nur eine einzige Sache vornehmen, die wir ändern wollen. *"Der Dummkopf ist mit seinen Gedanken überall und nirgends"* heißt es in Sprüche 17,24.

Also: Erstmal nur eine Sache angehen, die mir Energie zuführt.

Zeiten der Stille mit Gott morgens oder auch abends sollten für Christen zum Lebensstil gehören. Aber vielleicht ist Ihnen da etwas abhanden gekommen?

Stellen sie die Zusagen des Wortes Gottes gegen ihre eigenen negativen, selbstzerstörerischen Gedanken, mit denen sie sich selbst, aber auch andere klein machen.

Die Bibel hat etwa 7000 Verheißungen. Davon kann man ein bisschen auswendig lernen und als Antwort parat halten, wenn wir von negativen Gedanken geplagt werden.

Wie oft reden wir uns das ein: "Ich schaff das nicht, ich kann das nicht, ich mag nicht mehr". Damit tun wir uns nichts Gutes. Das saugt den Tank leer.

Richten Sie Ihre Gedanken darauf, was Sie tun, nicht in erster Linie darauf, was sie dabei fühlen

Kein Raucher fühlt sich wohl, wenn er nach dem Frühstück die Zigarette weglässt. Und doch ist es gut. Kein Sportfan fühlt sich wohl, wenn er ein Spiel verpasst, um mit seiner Familie was zu unternehmen.

Aber verlieren Sie nicht das große Ziel aus den Augen.

Öl war zur Zeit Jesu eine wichtige Handelsware und ein Teil des Vermögens, das jemand besaß. Und deswegen war neben der Frage: „Wo bekomme ich Öl her“, vor allem auch die Frage wichtig: „Wofür soll mein Öl eingesetzt werden“?

Wofür lohnt es sich?

Im übertragenen Sinn: **Wofür lohnt es, zu leben, zu arbeiten, zu kämpfen, zu lieben, zu leiden? Wofür lohnt es sich, zu hoffen?**

Die Jungfrauen waren nicht deswegen klug, weil

sie einen so hohen Intelligenzquotienten hatten. Klug ist in der Bibel nicht jemand, der ein besonders schlaue ist, sondern der die Prioritäten im Leben richtig setzt. Der sein Leben für das Richtige, für wirklich Wertvolles einsetzt. Für das Reich Gottes.

Vielen Menschen fehlt es an einem klaren Lebenssinn, der ihnen die Motivation geben würde, nach vorne zu schauen. Etwas in den Blick zu nehmen und sich für etwas einzusetzen, was über ihre eigene kleine Welt hinausreicht.

Und so sind viele vor allem mit sich selbst beschäftigt. Sie machen sich Gedanken und Sorgen über dieses und jenes. Sie lassen sich von ihren Bauchgefühlen und ihren depressiven Verstimmungen leiten. Und so verschwindet all ihre Energie wie in einem schwarzen Loch.

Es gibt es sehr erfolgreiche Therapieversuche mit Jugendlichen, die keinen Sinn mehr im Leben sahen und daher selbstmordgefährdet waren. Sie wurden bei Einsätzen der Küstenwache und der Bergwacht eingesetzt, wo sie schließlich sogar unter Einsatz ihres eigenen Lebens andere aus gefährlichen Situationen retten mussten.

Diese jungen Menschen wurden dadurch gezwungen, das ständige Kreisen um sich selbst zu beenden. Das hat den meisten von ihnen sehr gut getan und ihnen wieder geholfen, Energie und Perspektive für ihr Leben zu bekommen - und natürlich hat es denen gut getan, die in Seenot gerettet wurden, oder von Schneelawinen verschüttet waren.

Die klugen Jungfrauen hatten einen klaren Blick dafür, wofür es sich lohnt, ihr Öl einzusetzen. Sie haben ihr Ziel nicht aus dem Auge verloren und sie haben dafür Sorge getragen, dass sie genügend Öl haben, wenn der Bräutigam kommt. Sie wollten unbedingt bei der Hochzeit dabei sein.

Und sie haben sich auch dadurch nicht irritieren lassen, dass es lange Nacht war. Sie hatten ein Ziel vor Augen. Die Hochzeit. Das große Fest.

Darum haben sie dafür gesorgt, dass Ihre Ölbehälter voll bleiben. Sie wussten: Es lohnt sich! Amen