



Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken. Nehmt auf euch mein Joch und lernt von mir; denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig; so werdet ihr Ruhe finden für eure Seelen. Denn mein Joch ist sanft, und meine Last ist leicht.

Mt 11, 28-30

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

Kommentar des Hl. Johannes Chrysostomus

Mt 11, V.28: „Kommet zu mir alle, die ihr mühselig und beladen seid, und ich will euch erquicken.“

Nicht dieser oder jener nur, nein, alle, die in Sorgen, in Kummer, in Sünden leben. Kommet, nicht damit ich Rechenschaft von euch fordere, sondern um euch von euren Sünden zu befreien. Kommet, nicht weil ich des Ruhmes von euch bedürfte, sondern weil mich nach eurem Heile verlangt. „Denn ich will euch erquicken.“ Er sagt nicht bloß :Ich will euch retten, sondern, was viel mehr ist: Ich will euch vollkommene Ruhe und Sicherheit verschaffen.

V.29: „Nehmet mein Joch auf euch und lernet von mir, denn ich bin sanftmütig und demütig von Herzen; und ihr werdet Erquickung finden für eure Seelen.

V.30: Denn mein Joch ist süß und meine Bürde ist leicht.“

Fürchtet euch nicht, will er sagen, wenn ihr das Wort „Joch“ hört, denn es ist süß; erschreckt nicht, wenn ich von einer Bürde gesprochen, denn sie ist leicht. Wie konnte der Herr aber da früher sagen: „Eng ist die Pforte und beschwerlich der Weg“?¹ . Das ist dann der Fall, wenn du nachlässig und lau bist: befolgst du hingegen meine Worte, so wird die Last leicht sein; deshalb hat er auch hier sie also bezeichnet. Wie befolgt man aber seine Worte? Dadurch, dass du demütig wirst und sanftmütig und bescheiden. Denn diese Tugend ist die Mutter aller Weisheit. Deshalb hat er auch sie an den Anfang seiner göttlichen Satzungen gestellt. Ebenso tut er hier wieder dasselbe und setzt für sie den höchsten Lohn fest. Denn nicht bloß anderen nützezt du dadurch, so sagt er, sondern auch dich selbst erquickst du vor allen anderen. „Denn ihr werdet Erquickung finden für eure Seelen.“ Ja, er belohnt dich dafür, bevor du noch den Himmelslohn erhältst, und hält deinen Siegespreis bereit, und macht dadurch, sowie durch den Hinweis auf sich selbst als Vorbild, dass seine Rede willige Annahme findet.

Was fürchtest du denn eigentlich, so fragt dich der Herr? Du könntest gering geschätzt werden, wenn du demütig bist? Blicke auf mich und alle meine Taten; von mir lerne, dann wirst du klar erkennen, welch großes Gut die Demut ist. Siehst du also, wie er sie auf jede Weise zur Demut anleitet? Durch sein eigenes Beispiel: “Denn lernet von mir, ich bin sanftmütig”; durch ihren eigenen Vorteil: “Denn ihr

1 Mt 7,14

werdet Erquickung finden für eure Seelen“; durch seine Gnadengaben: “Denn auch ich werde euch erquickern“; dadurch, dass er es ihnen leicht macht: “Denn mein Joch ist süß und meine Bürde ist leicht.” Ebenso macht es der hl. Paulus, wenn er sagt: “Die augenblickliche und leichte Trübsal wird euch eine alles Maß übersteigende, ewige und schwerwiegende Herrlichkeit verschaffen”². Allein, fragst du, wie soll die Last leicht sein, wenn er sagt: Wenn jemand nicht hasset Vater und Mutter“, und: “Wer nicht sein Kreuz auf sich nimmt und mir nachfolgt, ist meiner nicht wert“, und: “Wer nicht allem entsagt, was er hat, kann mein Schüler nicht sein“³, wenn er sogar befiehlt, sein eigenes Leben hinzugeben? Der hl. Paulus möge dich belehren, der da sagt: “Wer wird uns trennen von der Liebe Christi? Trübsal? Bedrängnis? Verfolgung? Hunger? Blöße? Gefahr? das Schwert?“⁴. Und: Die Leiden dieser gegenwärtigen Zeit sind nichts im Vergleich zur Herrlichkeit, die in uns wird geoffenbart werden”⁵. Belehren mögen dich auch die Apostel, die nach Empfang unzähliger Geißelhiebe aus dem Synedrium der Juden weggingen und sich freuten, dass sie gewürdigt worden waren, für den Namen Jesu Schmach zu leiden⁶. Wenn du aber beim Hören der Namen “Joch” und “Bürde” immer noch Furcht hast und zitterst, so ist nicht die Sache an sich Schuld daran, sondern deine eigene Verzagtheit; wärest du dagegen bereitwillig und mutig, so würde dir alles leicht und erträglich. Christus wollte eben zeigen, dass auch wir selber Mühsal ertragen müssten, und deshalb hat er nicht bloß das Angenehme erwähnt und dann geschwiegen, auch nicht bloß das Schwere allein, sondern beides. Er hat vom Joch geredet, es aber angenehm genannt; er erwähnte die Bürde, fügt aber hinzu, sie sei leicht. Er will eben, dass du sie weder als zu beschwerlich fliehst, noch als etwas ganz Leichtes geringschätzest.

Wenn dir aber auch nach all dem die Tugendübung noch schwer vorkommt, so bedenke, dass die Schlechtigkeit noch viel beschwerlicher ist. Das wollte auch der Herr andeuten und sagte darum nicht gleich: Nehmet mein Joch auf euch, sondern zuerst: Kommet zu mir, die ihr mühselig und beladen seid“; damit zeigt er, dass auch die Sünde Mühsal verursacht und eine schwere, nicht leicht zu tragende Last ist. Er sagt ja nicht bloß: “Die ihr mühselig seid“, sondern fügt noch hinzu: “Und die ihr beladen seid.“ Dasselbe sagt auch der Prophet, da er die Natur der Sünde beschrieb: “Wie mit einer schweren Last haben sie mich beladen”⁷. Auch Zacharias sagt in seiner Beschreibung der Sünde, sie sei wie eine Tonne Blei⁸. Das bestätigt auch die Erfahrung selbst. Denn nichts beschwert ja die Seele so sehr, nichts lähmt so sehr den Geist und drückt das Gemüt hinunter, als ein schuldbeladenes Gewissen; und nichts

2 2 Kor 4,17

3 Lk 14,26.27.33

4 Röm 8,35

5 Röm 8,18

6 Apg 5,41

7 Ps 37,5

8 Zach 5,7

erleichtert und erhebt dasselbe so sehr, als der Besitz der Rechtschaffenheit und Tugend. Bedenke aber, wendest du ein: Was ist schwerer als nichts zu besitzen, die andere Wange darzureichen, und wenn man geschlagen wird, nicht wieder zu schlagen, ja selbst einen gewaltsamen Tod zu erleiden? Und dennoch, **wenn wir die Sache richtig betrachten, so ist all dies unbedeutend und leicht und eine Quelle der Freude.** Doch laßt euch nicht in Verwirrung bringen: prüfen und behandeln wir vielmehr eines nach dem andern ganz genau, und wenn es euch recht ist, zuerst das, was die meisten für besonders beschwerlich erachten. Sag mir also, was ist wirklich schwerer und härter, nur für einen einzigen Leib zu sorgen, oder von tausend Ängsten geplagt zu werden; mit einem Gewande bekleidet zu sein, ohne nach mehreren zu verlangen, oder deren viele zu Hause zu haben und jeden Tag und jede Nacht sich abzuquälen, weil du wegen ihrer Bewachung Furcht hast und zitterst, und weil die Sorge dich quält und ängstigt, es könnte der Wurm dazu kommen, oder es könnte ein Diener sie nehmen und forttragen? Doch mag ich sagen was immer, bloße Worte werden niemals dieselbe Wirkung haben wie die tatsächliche Erfahrung. Deshalb wünschte ich, es wäre einer von jenen zugegen, die auf diese Höhe der Weisheit gelangten; dann würdest du klar erkennen, wie angenehm die Sache ist, und wie keiner von jenen, die die Armut lieben, einwilligen möchte, wenn man ihm auch ungezählte Reichtümer anböte. Aber, fragst du, haben denn diese hier jemals eingewilligt, arm zu werden und ihre Sorgen von sich zu weisen? Und was verschlägt das? Das beweist ja nur ihre Torheit und die Schwere des Übels, an dem sie leiden, nicht aber, dass der Besitz etwas Angenehmes sei.

Eben dies könnten uns diejenigen bezeugen, die tagtäglich wegen solcher Sorgen jammern und das Leben für unerträglich halten. Jene anderen dagegen sind nicht so. Sie lachen und sind fröhlich, und sie sind stolzer auf ihre Armut, als Könige auf ihr Diadem. Ebenso ist es bei genauem Zusehen leichter, auch die andere Wange hinzuhalten, als den anderen wieder zu schlagen; denn mit dem einen nimmt der Krieg den Anfang, mit dem anderen findet er sein Ende; auf die eine Art entflammst du sogar fremdes Feuer, auf diese Weise löschest du dagegen auch deinen eigenen Brand aus. Dass es aber angenehmer ist, nicht verbrannt zu werden, als verbrannt zu werden, das sieht jedermann ein. Wenn dies aber schon beim Leibe zutrifft, dann noch viel mehr bei der Seele. Was ist nun aber leichter, zu kämpfen oder die Siegespalme zu erhalten? den Faustkampf mitzumachen, oder den Kampfespreis entgegenzunehmen? die Sturmeswogen über sich ergehen zu lassen, oder in den Hafen einzulaufen. So ist also auch der Tod besser als das Leben. Denn der Tod befreit aus Sturm und Gefahr, das Leben hingegen vermehrt sie und setzt sich so vielen Fährlichkeiten und Nöten aus, dass du ihretwegen sogar das Leben für unerträglich hältst. Wenn du aber meinen Worten nicht glauben willst, so höre nur, was jene erzählen, die die Märtyrer zur Zeit der Verfolgung noch persönlich kannten:

wie sie trotz Geißeln und Schlägen heiter und fröhlich waren, ja sich mehr freuten und frohlockten, als jene, die auf Rosen gebettet sind. Darum sagte auch Paulus, als er im Begriffe war, aus dieser Welt zu scheiden und sein Leben durch einen gewaltsamen Tod zu beenden: "Ich freue mich und freue mich mit euch allen; in gleicher Weise sollt auch ihr euch freuen und euch freuen mit mir"⁹. Siehst du, in welcher überschwenglicher Form er den ganzen Erdkreis zur Teilnahme an seinem Glück aufruft! Für einen so großen Gewinn hielt er das Hinscheiden aus dieser Welt; für so begehrenswert, ja für lieblich und willkommen den sonst so schrecklichen Tod.

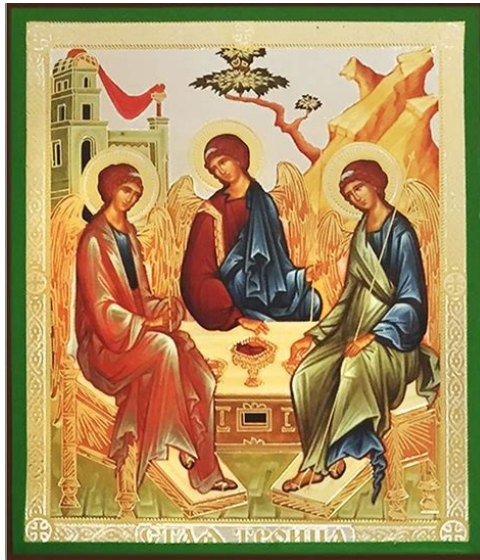
Dass aber das Joch der Tugend angenehm und leicht ist, läßt sich auch sonst noch aus vielfachen Gründen erweisen. Doch fassen wir jetzt, wenn es euch gefällt, auch das Beschwerliche der Sünde ins Auge. Nehmen wir die Habsüchtigen als Beispiel, die Verkäufer und Wiederverkäufer schamloser Schuldverschreibungen. Was könnte es doch Härteres geben als ein solches Geschäft? Wieviel Trauer, wieviel Sorgen, wieviel Mißhelligkeiten, wieviel Gefahren, Feindschaften und Streitigkeiten entstehen nicht Tag für Tag aus solchem Erwerb? Wieviel Verwirrung und Unruhe? Wie man das Meer niemals ohne Wellen antreffen kann, so trifft man auch eine solche Seele niemals ohne Sorgen, Kämpfe, Furcht und Verwirrung; vielmehr löst eine Sorge die andere ab und folgen immer neue, und ehe noch diese verschwunden, tauchen schon wieder andere auf. Oder möchtest du die Seelen der Streitsüchtigen und der Zornmütigen schauen? Aber was gibt es Schlimmeres als diese Folter? Was Schmerzlicheres als diese innerlichen Wunden? Was Brennenderes als diesen immer brennenden Glutofen und dieses Feuer, das niemals erlöscht? Oder wolltest du die Seelen derer schauen, die der Fleischeslust und den irdischen Lebensfreuden ergeben sind? Was gäbe es aber wohl Schwereres als diese Sklaverei? Sie leben ein wahres Kainsleben, wandeln im ewigen Zittern und in Furcht und beweinen im Tode eines jeden Geliebten mehr noch als in dem ihrer Angehörigen ihr eigenes Ende. Und was gibt es Unruhigeres und Wilderes als die Hochmütigen? Denn "lernet von mir", sagt der Herr, "ich bin sanftmütig und demütig von Herzen und ihr werdet Ruhe finden für eure Seelen". **Die Geduld im Leiden ist eben die Quelle alles Guten. Fürchte dich also nicht und fliehe nicht ein Joch, das dich von all diesen Leidenschaften befreit; nimm es vielmehr voll Mut auf dich, dann wirst du erst seine Süßigkeit wirklich erkennen.** Es drückt deinen Nacken nicht, es ist dir nur der Ordnung wegen auferlegt, damit es dich den rechten Weg einhalten lehre, dich auf der königlichen Straße führe und dich vor den Abgründen zu beiden Seiten des Weges schütze und bewirke, dass du mit Leichtigkeit den engen Pfad wandelst. Da also sein Nutzen so groß ist, so groß die Sicherheit, die es dir bietet, so groß das Glück, so wollen wir

dieses Joch mit ganzer Seele, mit allem Eifer tragen¹⁰, um nicht bloß hienieden Ruhe und Friede für unsere Seele zu finden, sondern auch diese zukünftigen Güter zu erlangen durch die Gnade und Liebe unseres Herrn Jesus Christus, der die Ehre und die Macht besitzt jetzt und immer und in alle Ewigkeit. Amen!



www.gott-ist-gebet.de

10 wörtlich: ziehen



Lasst uns zu Gott umkehren, er liebt uns:

Denn so sehr hat Gott die Welt geliebt, dass er seinen eingeborenen Sohn gab, damit jeder, der an ihn glaubt, nicht verlorengeliebt, sondern ewiges Leben hat. Denn Gott hat seinen Sohn nicht in die Welt gesandt, damit er die Welt richte, sondern damit die Welt durch ihn gerettet werde.

Joh 3, 16-17

Kommet her zu mir alle, die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken. Nehmet auf euch mein Joch und lernet von mir; denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig; so werdet ihr Ruhe finden für eure Seelen. Denn mein Joch ist sanft, und meine Last ist leicht.

Mt 11, 28-30

Lasst uns unsere Wege prüfen und erforschen und umkehren zum HERRN!

Klg 3, 40

So seid nun nicht halsstarrig wie eure Väter, sondern ergebt euch dem HERRN und kommt zu seinem Heiligtum, das er auf ewig geheiligt hat, und dient dem HERRN, eurem Gott, so wird sich die Glut seines Zorns von euch wenden!

2 Chr 30, 8

Tut Buße, denn das Reich der Himmel ist nahe herbeigekommen!

Mt 3, 2

Glaube an den Herrn Jesus, und du wirst gerettet werden, du und dein Haus.

Apg 16, 31

Ich bin der gute Hirte; der gute Hirte lässt sein Leben für die Schafe.

Joh 10, 11