

2. Vierteljahr / Woche 01.05. – 07.05.2016

## 06 / Herr, ich suche deine Ruhe

Den Sabbat als das sehen, was er ist

### ➤ Fokus

Jesus bietet uns an, bei ihm zur Ruhe zu kommen. Der Sabbat ist ein Teil dieses Angebots.

### ➤ Einstieg

#### Alternative 1

Seht euch das Video [Heaven of peace ... Oasen der Ruhe](#) solange an, bis die Gruppe zur Ruhe kommt. (Alternativ: Zeige einige Bilder mit Naturaufnahmen und spiele ruhige Musik dazu ein.) Was sind für euch Oasen der Ruhe?

Was tut ihr, um abzuschalten? Wann könnt ihr „die Seele baumeln lassen“?

Ziel: *Gedanken machen über „zur Ruhe kommen“*

#### Alternative 2

Lies der Gruppe einige Auszüge aus den [39 Melachot](#) (Sabbatgesetze) vor.

Sprecht darüber, was ihr bei diesen Ausführungen denkt und empfindet.

Versucht aber auch zu ergründen, was der Sinn dieser Gesetze ist, warum man sie sich gegeben hat und worin der eventuelle Nutzen solcher Gesetze besteht.

Ziel: *Beschäftigen mit Sabbatgesetzen, ihrem Sinn und Ursprung*

### ➤ Thema

#### • Komm zur Ruhe!

- Lest [Matthäus 11,28–30](#). Woran denkt ihr, wenn ihr von „Lasten“ und „Lasten tragen“ hört? Was beschäftigt euch zurzeit?  
Wie könnt ihr damit zu Jesus kommen? Wie kann er euch tragen helfen?
- Wann erlebt ihr den Glauben als belastend? Wann als entlastend?
- Wofür steht der Begriff „Joch“? Warum ist das Joch von Jesus leicht?
- Welches Versprechen verbindet Jesus damit, sein Joch zu nehmen?
- Wie habt ihr erlebt, dass „eure Seele bei Jesus zur Ruhe kommt“?

#### • Sieh den Sabbat als das, was er ist!

- Lest [Matthäus 12,1–8](#). Welche Sabbattraditionen kennt ihr?

- Muss eine Tradition oder Regel, die mit dem Sabbat zusammenhängt, immer schlecht sein? Oder kennt ihr auch positive? Was empfindet ihr als gut, was als schlecht und warum?
- Wann wird der Sabbat zu einer Sache von „Gesetzlichkeit“?  
Wie kann man sich davor schützen?  
Wann wird der Sabbat etwas „Beliebiges“, das sich nicht mehr groß von anderen Tagen unterscheidet?  
Wie kann man sich davor schützen?
- Wie schafft man es, den Sabbat ausgewogen zu gestalten? Sich weder an enge Regeln zu klammern noch ihn zu einem Tag wie alle anderen zu machen?
- Was meinte Jesus, als er im Zusammenhang mit dem Sabbat sagte „Ich will, dass ihr barmherzig seid; eure Opfer will ich nicht“ ([Vers 7](#))?
- Was könnte das für uns heute konkret bedeuten?
- Lest [Markus 2,27–28](#). Wenn der Sabbat für den Menschen gemacht ist, darf dann nicht jeder Mensch selbst bestimmen, wie er den Sabbat gestaltet? Ist damit das Sabbatgebot aufgehoben? Wie denkt ihr darüber? Begründet eure Meinung.
- Was könnt ihr tun, damit der Sabbat für euch zu einem tieferen, reicherem Erlebnis wird? Welche Voraussetzungen sind dafür nötig?

#### • Übernimm Verantwortung!

- Lest [Matthäus 12,9–14](#). Es kommt einem beim Lesen dieses Abschnitts fast so vor, als würde Jesus Ärger provozieren. Welche Gelegenheiten und Themen könnt ihr euch vorstellen, bei denen es Sinn macht, zu provozieren und andere damit aus ihrer starren (Glaubens-)Haltung zu reißen?  
Wie könnte dies aussehen – ohne dass man den anderen lächerlich macht?
- „Der Sabbat existiert, um das menschliche Leben zu einem besseren Leben zu machen.“ (George Knight, zitiert in Studienheft zur Bibel S. 50) Welche Konsequenzen hat so ein Satz für uns?
- Wie kann der Sabbat das menschliche Leben besser machen?
- Welcher Zusammenhang besteht zwischen dem Sabbat und der Ruhe, die Jesus anbietet?
- Was können wir dafür tun, dass der Sabbat das Leben besser macht – sowohl jeder Einzelne als auch wir als Gruppe – für uns selbst und für andere?

### ➤ Ausklang

Fasst zusammen, was euch in Bezug auf Ruhe bei Jesus und Sabbat wichtig geworden ist und was ihr davon in die Woche mitnehmen wollt. Betet dafür.

2. Vierteljahr / Woche 01.05. – 07.05.2016

## 06 / Herr, ich suche deine Ruhe

Den Sabbat als das sehen, was er ist

### ➤ Bibel

Kommt alle her zu mir, die ihr müde seid und schwere Lasten tragt, ich will euch Ruhe schenken.

Matthäus 11,28

### ➤ Hintergrundinfos

„Revolutionär oder fröhlicher Tabubrecher? Wer war Jesus?“, fragte [fluter](#). Das [Magazin der Bundeszentrale für politische Bildung](#). Dr. Hubert Frankemölle, Theologieprofessor an der Universität Paderborn, beantwortete die im Artikel gestellte Frage „Wie politisch war Jesus? War er ein Revolutionär?“ so: „Er lebte in einer Welt, die von der römischen Besatzungsmacht verklavt war. Er hat nicht die große Revolution gepredigt ... In diesem Sinne war Jesus nicht politisch, er wollte den Staat nicht umkrempeln.“ Und auf die Anmerkung „Aber Jesus war doch zumindest Tabubrecher“, erwiderte er: „Tabubrecher war er auf jeden Fall. Auch in Bezug auf Kinder, die er als vollgültige Mitglieder der menschlichen Gemeinschaft angesehen hat. Ebenso im Hinblick auf Frauen, die er zu seinen Jüngerinnen berufen hat. Das war damals in keiner der vielen jüdischen Richtungen üblich, auch nicht in den philosophischen Schulen. Da war er wirklich Tabubrecher.“ Gleiches gilt auch für das Thema „Sabbat“. Hier brach er mehr als einmal die damals gängigen Tabus, indem er nicht nur seinen Jüngern Dinge erlaubte, die in den Augen der Pharisäer Sünde waren, sondern auch selbst so handelte und die Konfrontation mit den Gesetzeslehrern keineswegs scheute.

### ➤ Thema

#### • Komm zur Ruhe!

- Lies [Matthäus 11,28–30](#). Welche Gedanken gehen dir beim Lesen durch den Kopf? Wann fühlst du dich müde und als ob du eine schwere Last tragen müsstest? Welche Art von Ruhe wünschst du dir, wenn es dir so geht?
- Ein Joch ist ein Geschirr, das Zugtieren hilft, eine schwere Last besser tragen oder ziehen zu können. Was kann dir helfen, besser mit deinen Lasten und Problemen fertig zu werden?

- Warum erklärte Jesus die Aussage, er will uns lehren, damit, dass er demütig und freundlich ist? Was hat das mit den Lasten und dem Joch zu tun?
- Jesus verspricht, dass unsere Seele bei ihm zur Ruhe kommt. Wie stellst du dir das vor? Wann hast du so etwas schon einmal erlebt?
- Was kannst du tun, um Jesus entgegenzukommen, wenn er dir Ruhe schenken will?

#### • Sieh den Sabbat als das, was er ist!

- Nach dem Versprechen von Jesus, uns unsere Lasten leichter zu machen, geschah etwas, das zeigt, wie viele Lasten den Gläubigen durch ihre religiösen Führer auferlegt worden waren. Lies dazu [Matthäus 12,1–8](#).
- Die Juden hatten, um bloß den Sabbat nicht zu entheiligen, unzählige Regeln aufgestellt. Einige, in unseren Augen ziemlich kuriose, Beispiele dafür findest du im [Studienheft Standardausgabe S. 70](#). Was denkst du, wenn du diese Vorschriften liest?
- Über welche Regeln, die wir für den Sabbat aufgestellt haben, könnten Gläubige einige hundert Jahre nach uns den Kopf schütteln?
- Warum sprach Jesus die Begebenheit mit David an, und dass Priester am Sabbat im Tempel Dienst tun dürfen? Was wollte er damit ausdrücken?
- Auch im Markusevangelium wird diese Begebenheit berichtet, allerdings ergänzt. Lies dazu [Markus 2,27–28](#). Was bedeutet für dich die Aussage, dass der Sabbat „zum Wohl des Menschen“ gemacht ist und nicht umgekehrt?
- Was kannst du tun, um das, was Gott dir mit dem Sabbat schenken will, zu genießen?
- Was wollte Jesus damit sagen, dass er über den Sabbat herrscht?

#### • Übernimm Verantwortung!

- Lies in [Matthäus 12,9–14](#), wie es weiterging. Was denkst du, warum die Pharisäer versuchten, Jesus mit einer Frage hereinzulegen?
- Was bedeutet die Aussage: „Es ist erlaubt, am Sabbat Gutes zu tun“, wenn du mit einbeziehst, was Jesus vorher sagte über die Lasten, die er uns erleichtern will, und dass der Sabbat für den Menschen gemacht ist?
- Welche Verantwortung steckt da drin? In Bezug auf dich selbst, deinen Mitmenschen gegenüber?
- Wie schafft man es gleichzeitig, dass diese Verantwortung nicht zu einer neuen Last wird?

### ➤ Nachklang

Nimm dir Zeit, bei Jesus zur Ruhe zu kommen. Hör dir dazu das Lied [My Rest](#) an.