



*In jener Zeit sprach Jesus:*

*„Ich preise dich, Vater, Herr des Himmels und der Erde, weil du das vor den Weisen und Klugen verborgen und es den Unmündigen offenbart hast. Ja, Vater, so hat es dir gefallen.*

*Alles ist mir von meinem Vater übergeben worden; niemand kennt den Sohn, nur der Vater, und niemand kennt den Vater, nur der Sohn und der, dem es der Sohn offenbaren will.*

*Kommt alle zu mir, die ihr mühselig und beladen seid! Ich will euch erquicken. Nehmt mein Joch auf euch und lernt von mir; denn ich bin gütig und von Herzen demütig; und ihr werdet Ruhe finden für eure Seele. Denn mein Joch ist sanft und meine Last ist leicht.“*

*Matthäus 11,25–30*

Eine Geschichte aus Indien erzählt: Bei einer Himalaya-Expedition weigerten sich die einheimischen Träger nach einem langen Marsch weiterzugehen. Sie sagten: „Wir müssen erst warten, bis unsere Seelen nachgekommen sind.“ Der Sonntag ist Ruhetag, ein Tag, an dem die Seele nachkommen kann.

In unserer leistungsorientierten Gesellschaft wird es immer schwerer, den Sonntag als Ruhetag im Bewusstsein zu halten. Der Sonntag soll ein Tag zum Ausruhen und zum Aufatmen sein. – „Kommt alle zu mir, die ihr euch plagt und schwere Lasten zu tragen habt.“ Dieser Einladung Jesu kommen wir heute nach. Bei ihm wollen wir zur Ruhe kommen. Bei ihm wollen wir die Last des Alltags abladen, sein Wort hören und mit ihm Mahl feiern. Leib und Seele möchten Ruhe finden bei ihm.

In der Eucharistiefeier haben wir auch Gelegenheit, unsere Seelen bei Jesus nachkommen zu lassen. Wir sollten auch in der kommenden Woche immer wieder die Gelegenheit suchen, in Besinnung und Gebet unsere Seele nachkommen zu lassen. Gehen wir den Weg mit Jesus, dann wird alles leicht!