

Als Predigttext hören wir aus Markus, Kap. 2, Verse 18-22: 18 Und die Jünger des Johannes und die Pharisäer waren am Fasten, und sie kommen und sagen zu ihm: Warum fasten die Jünger des Johannes und die Jünger der Pharisäer, deine Jünger aber fasten nicht?

19 Und Jesus sprach zu ihnen: Wie können die Söhne des Hochzeitshauses fasten, solange der Bräutigam bei ihnen ist? Solange sie den Bräutigam bei sich haben, können sie nicht fa-sten. 20 Es werden aber Tage kommen, da der Bräutigam von ihnen weggenommen ist, und dann, an jenem Tage, werden sie fasten.

21 Niemand flickt einen alten Mantel mit einem Lappen aus unbehandeltem Gewebe, sonst reißt das Angefügte wieder ab, das Neue vom Alten, und der Riss wird schlimmer. 22 Auch gießt niemand jungen Wein in alte Schläuche, sonst zerreißt der Wein die Schläuche - und der Wein und die Schläuche sind verloren, sondern: Junger Wein gehört in neue Schläuche!

Liebe Gemeinde, wie sieht ein Leben aus, das der Nähe Gottes entspricht? Wir finden in unserem Predigtwort zwei Antworten auf diese Frage. Die erste Antwort geben die Pharisäer; und sie heißt: Fasten. Hier stimmen ihnen sogar die Jünger des Täufers bei: Wir können uns nur so auf die Begegnung mit Gott vorbereiten, dass wir fasten. Wer fastet, der gesteht damit ein, dass sein Leben vor Gott erst noch in Ordnung gebracht werden muss. Wer fastet, der verzichtet auf Lebensmöglichkeiten und Lebensgenüsse, um sich stattdessen ganz für Gott zu öffnen. Wer fastet, macht deutlich: wenn Gott kommt, muss ich mich darauf vorbereiten.

Fasten war eine Zeitlang verpönt. Heute ist es wieder „in“. Es gibt eine Menge Leute, die sagen: „Nur wenn ich regelmäßig faste, komme ich an meine inneren Kraftquellen heran. Wenn ich das Leben in vollen Zügen genieße, dann werde ich ganz äußerlich, dann werde ich irgendwann ein Objekt der Dinge, die mich treiben. Fasten hilft mir, zu mir selbst zu finden.“

Und so fasten sie dann. Die einen verzichten für Wochen auf das Internet, weil sie sich nicht das Denken nicht länger abnehmen, sondern endlich wieder eigene Gedanken denken wollen. Die anderen verzichten auf Alkohol und Nikotin, nicht bloß, weil es dem Körper guttut, sondern auch, weil sie den Kopf wieder frei bekommen möchten. Wieder andere machen ein stilles „Fasten“ und gehen einmal für einige Zeit in ‚Tage des Schweigens‘, weil sie nur so zu sich selbst finden können, indem sie dem Lärm um sich entfliehen. Dahinter steht jedes Mal der Gedanke: „Durch solches Fasten ebne ich den Weg zu einem tiefer gegründeten, echteren Leben.“

Bliebe es dabei, wäre dagegen überhaupt nichts zu sagen. Jedoch die Pharisäer und Johannesjünger wollen durch ihr Fasten noch mehr erreichen: „Durch solches Fasten“, sagen sie, „ebne ich mir den Weg zu Gott. Denn Fasten vergibt Sünden, sühnt Schuld und macht Gott geneigt.“

Der Weg zu Gott und mit Gott – das ist Allgemeingut vieler Religionen – er ist kein leichter Weg. Dieser Weg kostet Opfer und Anstrengungen und Verzicht.

Es ist aber so, dass auch viele Christinnen und Christen bis heute ebenso über Gott denken: „Du musst dich anstrengen und ins Zeug legen. Du musst gut sein für Gott.“ Dabei ist nicht immer wörtlich von „Fasten“ die Rede. Es gibt dazu aber inhaltliche Entsprechungen: dass man etwa meint, man müsse sich anstrengen, um Gott zu gefallen, also regelmäßig beten, in die Kirche gehen, die Bibel lesen. Wenn wir fragen würden, was denn das Wesentliche am Christentum sei, bekämen wir in vielen Fällen vermutlich die Antwort: sich an die 10 Gebote halten.

Aber heute vielleicht prägender ist eine Einstellung, die man sozusagen als ein „weltliches Fasten“ bezeichnen kann. Der Grundgedanke vieler Zeitgenossen ist doch der, dass der Mensch sich ins Zeug legen muss, sich tüchtig bemühen, Leistung bringen, damit er in dieser Welt bestehen kann. Wir leben ja in einer Zeit, in der „Selbst-Optimierung“ zum großen Leitwort geworden ist, welches uns einen besonderen Lebensstil abverlangt:

- Wir sollen effizienter arbeiten,
- gesünder leben,

- produktiver sein,
- uns ständig weiterentwickeln,
- und bitte dabei noch glücklich wirken.

Und wenn wir das nicht schaffen, fühlen wir uns schnell ausgebrannt, verbraucht, wie ein altes Kleid. Denn es ist ja furchtbar, wenn ein Mensch nur noch über seine Leistung definiert wird — oder über den Verlust seiner Leistung. Die es dennoch mit dem dauernden Optimieren versuchen, reagieren oft sehr dünnhäutig auf Einwände, denn ihr Leben ist ja nur noch ein Projekt, das aus ständiger Steigerung und Verbesserung besteht. Sie kennen es gar nicht mehr anders.

Im Evangelium wird Jesus gefragt, warum seine Jünger nicht fasten wie die anderen. Die Frage ist im Kern eine Leistungsfrage an seine Nachfolger: „Warum haltet ihr euch nicht an die religiösen Standards? Warum seid ihr nicht so diszipliniert wie die anderen?“

Jesus antwortet nicht mit Regeln, sondern mit einem Bild: „Neuer Wein gehört in neue Schläuche.“ Jesus sagt: Ihr könnt das Neue, das ich bringe, nicht in die alten Muster pressen. Nicht in alte Erwartungen. Nicht in alte Leistungslogiken. Nicht in ein System, das Menschen nach ihrer religiösen oder moralischen Performance bewertet.

Das Evangelium ist kein Optimierungsprogramm. Es ist eine Befreiung. Dazu malt Jesus das schöne Bild einer Hochzeit: „Wenn der Bräutigam da ist, dann wird Hochzeit gefeiert.“ Er sagt damit nicht mehr und nicht weniger als das: „In mir ist diese heilige Hoch-Zeit und Heilszeit schon da. Wer mit mir lebt, der wird einmal ein Fest ohne Ende feiern. Wer mit mir feiert, der hat keinen Grund mehr, ängstlich zu fasten und sich so vor Gott erst lieb Kind machen zu müssen. Wer bei mir steht, der ist schon in der Gegenwart Gottes, der schmeckt schon sein Heil und atmet schon den Geist der Freiheit.“

Darum heilt Jesus Kranke, darum vergibt er Sünde, darum richtet er Traurige auf, darum gibt er einer Witwe ihr Kind zurück, darum schenkt er Mutlosen neue Kraft. Jetzt geht es los mit der Hoch-Zeit des Lebens! Wer ihm mit offenen Händen und einem fragenden Herzen entgegenkommt - der erfährt bei ihm eine Hoch-Zeit nach der andern.

Das ist die Haltung, zu der uns Jesus führen will: dass wir in der Freude leben, weil wir in seiner Gegenwart schon alles empfangen, was man zum Leben braucht: Frieden und Glück, Freundschaft und Vergebung, Mut und Versöhnung, Hoffnung und den langen Atem, der den Weg durch die Welt im Vertrauen auf Gott gehen lässt.

Gelassenheit ist die Haltung, zu der uns Jesus verhelfen will. Diese Gelassenheit ist nicht Gleichgültigkeit. Sie wird geboren aus Vertrauen. Sie entsteht, wenn ich begreife:

- Ich muss mich nicht beweisen.
- Ich muss mich nicht permanent verbessern.
- Ich muss nicht alles im Griff haben.
- Ich darf sein, wie ich bin — weil Gott mich hält.

Gelassenheit ist die Weite, die entsteht, wenn der Druck weicht. Sie ist der neue Schlauch, in den der neue Wein passt.

Der Abschnitt aus dem heutigen Evangelium ist vielleicht einer der fröhlichsten Texte der Bibel. Jesus beschreibt Situationen, die so unsinnig sind, dass man dabei laut auflachen möchte: Da ist einmal ein Mensch, der ein altes, dünnes, löchriges Kleid nimmt und dann einen unbehandelten Lappen darauf näht, dessen Stoff nicht festgewalkt ist, wodurch die Fäden sofort wieder auseinandergehen. Ergebnis: Spätestens beim nächsten Waschen reißt der Flicker das Loch noch größer. Und dann ist da ein anderer, der Federweißen in brüchige, alte Lederschläuche füllt. Jeder weiß: Die Dinger werden platzen. Der gärende Wein läuft aus. Der Schlauch ist ruiniert. Und der Besitzer steht da — pitschnass, klebrig, ratlos.

Das ist Humor, der aus dem Alltag kommt und den Jesus aufgreift, um uns eine einfache Wahrheit einzuprägen: Das Neue, das er bringt, passt nicht in die alten religiösen Formen. Und wer dennoch versucht, das Evangelium in alte Denkmuster zu pressen, der steht am Ende genauso dumm da wie der Mensch mit dem platzenden Weinschlauch. Auch mit witziger Rede steht Jesus also im Gegensatz zum religiösen Perfektionismus. Er lädt ein zu Leichtigkeit, zu Frohsinn, zu einem Glauben, der frei atmet. Sein Evangelium ist eine frohe Botschaft, die nicht bedrückt, sondern befreit.

Sein Glaube ist ein Glaube, der nicht verkrampft, sondern lebendig macht. Wir haben in ihm einen Heiland, der nicht nur tröstet und herausfordert, sondern uns auch zum Lachen bringen möchte. Sein Frohsinn ist freilich nicht die oberflächliche Fröhlichkeit mancher Comedians und zielt auch nicht unter die Gürtellinie. Sein Frohsinn ist vielmehr zugleich eine Form des Widerstands gegen eine Welt, die uns einredet, wir seien nie genug.

Jesu Frohsinn sagt: Ich freue mich, weil Gott mir das Leben schenkt — und zwar nicht erst, wenn ich es perfekt gemeistert habe. Verbunden ist seine Fröhlichkeit mit der Freiheit, zu feiern, obwohl nicht alles perfekt ist. Jesus widerspricht damit den religiösen Kritikern, die sagen: „Du musst erst besser werden, bevor du dich freuen darfst.“

Schaue ich auf das Evangelium von heute, so lautet darum die wichtigste Frage nicht:

- Wie kann ich noch effizienter werden?
- Wie kann ich mich noch besser organisieren?
- Wie kann ich noch mehr aus mir herausholen?

Sondern die wichtigste Frage lautet vielmehr:

- Wo darf ich loslassen?
- Wo darf ich gelassener werden?
- Wo darf ich mich freuen, ohne mich vorher zu rechtfertigen?
- Wo darf ich den alten Schlauch — alte Erwartungen, alte Selbstbilder — endlich ablegen?

Die Jünger des Johannes und die Pharisäer zeigen uns beispielhaft, wie ein Leben aussieht, das in Regeln gezwängt wird. Wenn alles nur noch um rituelle Pflichten kreist, dann erschöpft sich sogar ein religiöses Leben, das doch in Kontakt mit Gott stehen möchte. Wie schnell wird es dann zu Flickschusterei, weil man gar nicht immer allem nachkommen kann!

Jesus lehrt uns die Befreiung davon. Darum ist das Evangelium genau das: Ein freundliches, befreiendes Wort mitten in einer Welt, die uns ständig antreibt. Und es lautet: „Du musst nicht alles schaffen. Du darfst leben. Du darfst atmen. Du darfst dich freuen.“

**Predigt zum 2. Sonntag nach Epiphanias, 18.01.2026, im
Gemeindehaus der Erlöserkirche (Winterkirche)**

Das Neue, das Jesus bringt, ist so lebendig, dass es die alten Schläuche sprengt — und damit alles, was hart, spröde und brüchig ist. Nicht nur in der Religion, sondern auch in unserem modernen Leistungsdenken. Jesus sprengt die Zwänge und lädt uns ein zu einer Denkweise, die offen ist für Gott.

Einen Gott, der da spricht (wie es in der Jahreslosung 2026 heißt): „Siehe, ich mache alles neu!“

Amen.