



Die Wüste | Begegnung mit unserem Herzen

Datum: 16. Agosto 2026 | **Prediger/in:** Matthias Altwegg

Serie: Einfach. Leise. Gegenwärtig. | **Bibeltext:** Matthäus 26,36–46

Zusammenfassung

Gethsemane zeigt: Wahres Gebet beginnt nicht mit den richtigen Worten, sondern mit einem offenen Herzen. Jesus bringt seinem Vater seine Gefühle, seine Wünsche und schliesslich sein Vertrauen. Auch wir dürfen Gott alles sagen und unseren Willen in seine Hände legen. Gerade in den Wüstenzeiten unseres Lebens lässt er uns nicht allein, sondern trägt uns wie ein Vater sein Kind – Schritt für Schritt auf dem Weg des Vertrauens.

In der letzten Predigt haben wir gesehen, dass Jesus immer wieder den stillen Ort suchte. Nicht weil er den Menschen entfliehen wollte, sondern weil er die Gemeinschaft mit seinem Vater suchte.

Heute führt uns Jesus einen Schritt weiter. Die Stille ist kein Selbstzweck. **Sie hat ein Ziel. Sie führt uns an den Ort, an dem unser Herz Gott begegnet.** Und dafür gibt es keinen eindrücklicheren Ort als den Garten Gethsemane. Hier sehen wir Jesus nicht als Lehrer vor einer grossen Menschenmenge. Nicht als Wundertäter. Nicht als den König, den die Menschen feiern. Hier begegnen wir dem Mensch gewordenen Sohn Gottes in seiner tiefsten Not.

Gerade deshalb lernen wir hier etwas Entscheidendes über das Gebet. Denn wir entdecken: **Wahres Gebet beginnt nicht mit schönen Worten, sondern mit einem offenen Herzen.**

Gott lädt uns ein, ihm unser Herz auszuschütten

Matthäus beschreibt eine erschütternde Szene. Jesus geht mit seinen Jüngern in den Garten Gethsemane. Dann nimmt er Petrus, Jakobus und Johannes mit sich und sagt zu ihnen: *«Meine Seele ist zu Tode betrübt. Bleibt hier und wacht mit mir»* (Matthäus 26,38 NLB). Was für ein Satz. Jesus versteckt seine Gefühle nicht. Er überspielt sie nicht. Er sagt nicht: *«Ein Indianer spürt keinen Schmerz»* oder *«Ich muss jetzt stark sein»* oder *«Ich bin Gottes Sohn, also darf ich keine Angst zeigen»*. Nein. **Er legt sein Herz offen. Er nennt seine Gefühle beim Namen. Trauer. Angst. Tiefe Bedrängnis.**

Hier lernen wir etwas Wichtiges: Gott erwartet von uns keine fromme Maske. Wir meinen manchmal, Gebet müsse besonders schön klingen. Wir suchen die richtigen Worte. **Doch Gott sucht nicht schöne Worte. Er sucht ein ehrliches Herz.** Darum sind die Psalmen so kostbar. Mehr als die Hälfte der Psalmen sind Klagepsalmen.

David schreit. Er weint. Er klagt. Er fragt. Er ringt. Und Gott hat all diese Gebete in sein Wort aufgenommen. Warum? Weil Gott Ehrlichkeit lieber ist als Frömmigkeit. Vielleicht tragen wir Sorgen mit uns herum, über die wir mit niemandem sprechen. Enttäuschungen. Schuld. Ängste. Verletzungen.

In der Stille kommen diese Dinge oft an die Oberfläche. Viele Menschen erschrecken darüber. Sie denken: *«Ich müsste doch längst weiter sein.»* Doch vielleicht zeigt Gott uns diese Dinge gerade deshalb, weil er sie heilen möchte.



Der stille Ort ist nicht gefährlich. Er ist der Ort, an dem Gott unser Herz ans Licht bringt. Nicht um uns zu verurteilen. Sondern um uns zu begegnen.

Gott möchte auch unsere Wünsche hören

Jesus bleibt nicht bei seinen Gefühlen stehen. Er spricht seinen Wunsch aus. *«Er ging noch ein bisschen weiter, sank zu Boden und betete: 'Mein Vater! Wenn es möglich ist, lass den Kelch des Leides an mir vorübergehen.' [...]»* (Matthäus 26,39 NLB).

Welch ein Gebet! Jesus bittet seinen Vater, wenn möglich einen anderen Weg zu eröffnen. **Der Kelch steht für das Leiden, das Kreuz und das Gericht Gottes über die Sünde.** Jesus weiss genau, was vor ihm liegt. Darum bittet er: *«Wenn es möglich ist ...»* Auch das dürfen wir lernen. **Wir dürfen Gott sagen, was wir uns wünschen. Manche Christen meinen, echter Glaube bedeute, keine Wünsche mehr zu haben.** Doch Jesus zeigt das Gegenteil. Er spricht seinen tiefsten Wunsch offen aus. Auch wir dürfen beten: *«Herr, ich wünsche mir Heilung.» «Ich wünsche mir Versöhnung.» «Ich wünsche mir, dass dieses Leid aufhört.» «Ich wünsche mir, dass mein Kind zu dir findet.» «Ich wünsche mir Kraft.»* Oder auch: *«Herr, ich möchte diesen Kelch nicht trinken.»* Gott erschrickt über solche Gebete nicht. Er kennt unser Herz ohnehin.

Gebet bedeutet nicht, Gott zu informieren. Gebet bedeutet, Ihm unser Herz zu öffnen. Dabei entdecken wir oft, dass unsere Wünsche widersprüchlich sind. Wir möchten Gott dienen. Und gleichzeitig suchen wir unsere Bequemlichkeit. Wir möchten vergeben. Und halten doch an unserem Groll fest. Wir möchten Christus ähnlicher werden. Und gleichzeitig unseren eigenen Willen durchsetzen. Gott kennt diese Spannung. Darum dürfen wir ihm alles bringen. Nichts muss verborgen bleiben.

Vertrauen wächst dort, wo wir unseren Willen Gott überlassen

Nun kommt der eigentliche Höhepunkt des Gebets Jesu. *«[...] Doch ich will deinen Willen tun, nicht meinen»* (Matthäus 26,39 NLB). Und etwas später: *«Mein Vater! Wenn dieser Kelch nicht an mir vorübergehen kann, dann geschehe dein Wille»* (Matthäus 26,42 NLB).

Das ist keine Resignation. Jesus sagt nicht: *«Dann ist eben alles egal.»* Er sagt auch nicht: *«Ich habe keine Wünsche mehr.»* Nein. Er hat seine Gefühle ausgesprochen. Er hat seinen Wunsch ausgesprochen. Und jetzt legt er alles in die Hände seines Vaters. Hier geschieht Hingabe. Hier gibt Jesus die Kontrolle aus der Hand. Ist das nicht einer der schwersten Schritte unseres Glaubens?

Wir möchten unser Leben kontrollieren. Wir planen. Wir organisieren. Wir sichern uns ab. Natürlich sollen wir verantwortlich leben. Aber irgendwann stossen wir an Grenzen. Wir können unsere Gesundheit nicht vollständig kontrollieren. Nicht unsere Kinder. Nicht unsere Zukunft. Nicht einmal den nächsten Tag. **Wie viel Kraft kostet der Versuch, alles in der Hand behalten zu wollen! Jesus zeigt uns einen anderen Weg. Er kämpft. Er betet. Er ringt. Und dann vertraut er. Gerade darin liegt seine Freiheit.**

Der Psalmbeter sagt: *«Überlass dem HERRN die Führung deines Lebens und vertraue auf ihn, er wird es richtig machen»* (Psalm 37,5 NLB).

Und Salomo schreibt: *«Vertraue von ganzem Herzen auf den HERRN und verlass dich nicht auf deinen Verstand»* (Sprüche 3,5 NLB).



Hingabe bedeutet nicht Passivität. Sie bedeutet: **Ich tue das, was Gott mir heute aufträgt. Und das, was ich nicht in der Hand habe, lege ich bewusst in seine Hände.** Denn mein Vater regiert. Das Kreuz bestätigt dieses Vertrauen. Als Jesus in Gethsemane betete, wusste Er noch nicht, wie die Auferstehung aussehen würde. Aber Er vertraute seinem Vater. Und der Vater liess Ihn nicht im Tod. Gerade deshalb dürfen auch wir vertrauen. Nicht weil wir den Ausgang kennen. Sondern weil wir den Vater kennen.

Wie können wir das praktisch leben? Es beginnt damit, dass wir regelmässig unseren eigenen «Garten Gethsemane» aufsuchen. Nicht unbedingt einen Garten. Aber einen Ort der Stille. Einen Ort, an dem keine Ablenkung ist. Ein Ort, an dem wir Gott unser Herz ausschütten. Vielleicht helfen uns dabei drei einfache Schritte.

Erstens: **Bringe Gott deine Gefühle.** Nenne sie ehrlich beim Namen.

Zweitens: **Bringe Gott deine Wünsche.** Verstecke nichts vor Ihm.

Drittens: **Bringe Gott dein Vertrauen.** Sage wie Jesus: *«Ich will deinen Willen tun, nicht meinen.»*

Diese drei Bewegungen finden wir nicht nur in Gethsemane. Sie finden sich in vielen Psalmen. Klage. Bitte. Vertrauen. So betet die Bibel.

Und so dürfen auch wir beten. Zum Schluss möchte ich uns noch an eines erinnern. **Gethsemane endet nicht mit einem Gebet. Es endet mit einem Weg.** Jesus steht auf. Er geht seinem Leiden entgegen. Er trinkt den Kelch, den wir hätten trinken müssen. Er nimmt unsere Schuld auf sich. Er trägt den Zorn Gottes, damit wir Vergebung empfangen. **Darum dürfen wir heute mit jedem Kelch unseres Lebens zum Vater kommen. Denn Christus hat den schwersten Kelch bereits für uns getrunken.**

Mose erinnert das Volk Israel später an etwas Entscheidendes. Er sagt: *«Ihr habt erlebt, wie der HERR, euer Gott, euch den ganzen langen Weg durch die Wüste bis hierher getragen hat, wie ein Vater sein Kind trägt»* (5Mose 1,31 NLB).

Was für ein starkes Bild. Die Wüste war nicht nur ein Ort der Versorgung. Sie war auch ein Ort, an dem Gott sein Volk getragen hat. Durch Zweifel. Durch Rebellion. Durch Enttäuschungen. Durch Schmerzen. Und vielleicht merken wir heute rückblickend: Auch wir wären ohne dieses Tragen längst nicht mehr hier.

Es gibt das bekannte Bild von den Fussspuren im Sand. **Dort, wo wir in den schwierigsten Zeiten unseres Lebens nur eine einzige Spur entdecken, hat Gott uns nicht verlassen. Dort hat er uns getragen. Wie ein Vater sein Kind trägt.**

Darum müssen wir uns vor der Stille nicht fürchten. Ja, wir werden dort manchmal unserem Schmerz begegnen. Aber wir werden nie allein sein. Auf der anderen Seite unseres Schmerzes wartet nicht die Leere. Dort wartet unser himmlischer Vater, der uns trägt – Schritt für Schritt.

Und in Christus dürfen wir gewiss sein: Wer sein Herz vor Gott öffnet, wird niemals vergeblich zu Ihm kommen.



Mögliche Fragen für die Kleingruppe

Bibeltext lesen: Matthäus 26,36–46; Psalm 13

1. Welche Gefühle trägst du im Moment mit dir herum, die du Gott vielleicht noch nicht ehrlich ausgesprochen hast? Was hindert dich daran?
2. Wenn du Jesus in Gethsemane beobachtest: Welcher Wunsch oder «Kelch» beschäftigt dich zurzeit besonders? Wie könntest du ihn bewusst vor Gott bringen?
3. In welchem Bereich deines Lebens fällt es dir am schwersten zu beten: *«Nicht mein Wille, sondern dein Wille geschehe»*? Warum gerade dort?
4. Wenn du auf dein Leben zurückblickst: Wo erkennst du, dass Gott dich in einer Wüstenzeit getragen hat – vielleicht sogar erst im Nachhinein?
5. Wie könntest du in der kommenden Woche konkret einen persönlichen «Garten Gethsemane» schaffen – einen Ort und eine Zeit, an denen du Gott deine Gefühle, Wünsche und dein Vertrauen bringst?