



Hunger nach mehr

Datum: 12. Luglio 2026 | **Prediger/in:** Cornelia Roth

Serie: Einfach. Leise. Gegenwärtig. | **Bibeltext:** Psalm 73; Johannes 20,24-28

Zusammenfassung

In uns ist ein tiefer Hunger nach mehr. Egal mit was wir versuchen diesen Hunger zu stillen, gelangen wir nicht an den Punkt, dass es genug wäre. Dieser Hunger kann alleine durch die persönliche Begegnung mit dem auferstandenen Jesus gestillt werden. Erst dadurch können wir in Gottes übernatürlichem Frieden leben.

Kennt jemand noch eine dieser Snickerswerbungen? Da sind eine Freundesgruppe und eine ältere nörgelnde Frau oder ein Monster, das alles um sich zerreisst. Dann nimmt einer der Freunde ein Snickers raus und sagt etwas wie «Immer, wenn du hungrig bist, wirst du zur Diva». Der Slogan dazu ist: «Du bist nicht du, wenn du hungrig bist». Die Werbung kam gut an, warum? Weil sich die meisten irgendwie damit identifizieren konnten. Vielleicht kennst du diese Situation ja auch, von dir selbst, einem Freund, deinem Kind oder wem auch immer. Im englischen gibt es sogar einen Ausdruck dafür, hangry. Eine Kombination aus Hungrig und Wütend, also hungry und angry. Ich habe meinen Mann gefragt, ob das bei mir auch so ist, aber er hat sich nicht getraut zu antworten...war noch vor dem Essen. Nein, ich befürchte er hat ja gesagt. Sei es der Hunger, Schlafmangel oder Stress und damit verbunden fehlende Ruhe und Pausen. Wenn wir einen Mangel verspüren, kommt meist nicht die beste Seite von uns zum Vorschein. Manchmal ist uns diese Person, zu der wir dann werden, so unangenehm und fremd, dass wir gerne der Snickerswerbung zustimmen und sagen «ich bin nicht ich, wenn ich hungrig bin».

Unsere Sehnsucht

Gegen Hunger, Schlafmangel und Stress können wir aktiv etwas tun. Unser Problem ist, dass da tief in uns noch eine andere Art von Hunger ist. Auch dieser Hunger treibt uns dazu an, aktiv etwas zu unternehmen. Da ist eine Sehnsucht, die wir auf unterschiedliche Weise versuchen zu stillen. Eine Möglichkeit, die wir wählen können, ist der Aktionismus. Immer etwas erleben, immer in Bewegung. Jeder Event, jedes Abenteuer soll das Vorangegangene noch übertreffen. Eine andere Art ist der Besitz. Und diese Art zeigt sich oft subtiler, als wir meinen. Ich will kein Haus. Für mich wäre es auch ok ohne Auto zu leben und auch mein Handy muss einfach funktionieren, der Rest ist mir egal. Aber wisst ihr, wie gut es tut, ein paar Schuhe auf Zalando zu bestellen, wenn es einem gerade nicht so gut geht? Ausserdem werde ich richtig schwach, wenn es um Küchengeräte und Backutensilien geht. Und aktuell darf ich auf keinen Fall in einen Laden mit Babyartikel gehen! Wenn Besitz ein Weg ist unseren Hunger zu stillen, geht es selten um die grossen Statussymbole, sondern die kleinen Freuden, die man sich halt gönnt. Weiter kann man diesen Hunger versuchen durch Erfolge zu stillen, ein Diplom, ein Titel oder eine angestrebte Stellung im Beruf. Und last but not least versuchen wir den Hunger über Beziehungen zu stillen. Das kann die Beziehung zu den Eltern, zu Kindern oder Enkelkindern, dem Partner oder einem guten Freund einer Freundin sein. Wir versuchen dann diese Person an uns zu binden und aus dieser Beziehung genug herauszuholen, um den inneren Hunger zu stillen. Das Problem dabei ist aber bei all diesen Möglichkeiten, werden wir



niemals genug bekommen. Es muss nicht einmal eine Krise kommen, aber egal wieviel wir von diesen Dingen haben, genug ist es erst, wenn wir ein wenig mehr haben. Sei einmal ganz ehrlich mit dir selbst, was ist es in deinem Leben, was noch fehlt, bis es ausreichend ist?

Der wahre Hunger

Doch woher kommt dieser unstillbare Hunger? Ich habe zwei gute Nachrichten für dich. Erstens, du bist nicht alleine. Du kannst die Bibel aufschlagen und musst gar nicht so lange lesen, bis du zu den ersten beiden Herrschaften kommst, die fast alles hatten und es doch nicht genug war. Danach kannst du alle paar Seiten spätestens wieder jemand finden, bei dem dieses Phänomen auftritt. Um es kurz zu sagen, es ist ein roter Faden, der sich durch die Bibel zieht. Es ist eine Sammlung von Personen, die nach mehr suchen. Zweitens ist dieser Hunger nicht das Ergebnis unserer sündigen Natur. Ich glaube im Gegenteil sogar, dass Gott persönlich diesen Hunger in uns hineingelegt hat. Und genau dieser Hunger birgt ein riesiges Potential, im Guten, wie im Schlechten. Falls du schon ein paar Gottesdienste besucht hast in deinem Leben oder sogar im kirchlichen Umfeld aufgewachsen bist, weisst du natürlich, dass alleine Jesus unsere Sehnsüchte stillen kann. Sehr gut, du hast gut aufgepasst. Aber ganz ehrlich, erleben wir das im Alltag so? Du glaubst an Jesus und deine Sehnsüchte sind wie weggeblasen?

Der hungrige Thomas

Ich möchte dich mitnehmen in die Geschichte eines jungen Mannes aus der Bibel. Ok, es ist mehr einfach eine Frequenz aus seiner Geschichte, aber eine, die es in sich hat! Es ist jemand, auf den wir sehr gerne herunterschauen, obwohl viele von uns sich eigentlich in ihm wiederfinden. Es geht um Thomas. Er ist einer der zwölf Jünger von Jesus und dementsprechend über Jahre hinweg einer der engsten Begleiter von ihm. Thomas hat Zeichen und Wunder gesehen und sass bei so mancher Predigt von Jesus in der ersten Reihe. Thomas war sehr loyal Jesus gegenüber. Als es nämlich darum ging zu Lazarus nach Betanien zu gehen, versuchten die Jünger Jesus von dieser Idee abzubringen, da Betanien direkt neben Jerusalem liegt und Jesus kurz zuvor dort fast gesteinigt worden wäre. Nur Thomas sagte frei heraus, er würde mitgehen, auch wenn er sterben würde. Eine klare Ansage. Spulen wir jedoch ein paar Wochen nach vorne, sehen wir plötzlich einen anderen Thomas. Einen hungrigen Thomas. Sein Jesus wurde gekreuzigt und ins Grab gelegt. Alles scheint verloren und jegliche Hoffnung ausgelöscht. Er ist nicht mehr sich selbst und zieht sich von allen zurück. Aus diesem Grund ist er auch nicht dabei, als der auferstandene Jesus den anderen Jüngern begegnete. Wir lesen in Johannes 20 davon. *«Thomas aber, einer von den Zwölfen, genannt Zwilling, war nicht bei ihnen, als Jesus kam. Da sagten die anderen Jünger zu ihm: Wir haben den Herrn gesehen. Er aber sprach zu ihnen: Wenn ich nicht in seinen Händen das Mal der Nägel sehe und meine Finger in das Mal der Nägel lege und lege meine Hand in seine Seite, so werde ich nicht glauben.»* (Johannes 20,24-25 ELB). Thomas hat so viel mit Jesus erlebt und doch scheint dies nicht genug zu sein. Er hat eine Sehnsucht in sich, und zwar eine Sehnsucht danach den auferstandenen Jesus mit allen Sinnen selbst zu erleben. Vergessen wir auch nicht, dass die anderen Jünger gut reden können. Sie haben den Frauen erst auch nicht geglaubt, als diese vom leeren Grab erzählten, erst als sie ihn selbst sahen. Du kannst an Jesus glauben, an sein Leben, seinen Tod und das leere Grab. Du kannst dich an Gottes Gebote halten und dein Leben lang das Richtige tun. Trotzdem kann da ein Hunger in dir zurückbleiben, wie bei Thomas. Und früher oder später wird dieser Hunger uns in einen Zweifel hineintreiben. Die Frage ist, wie wir damit umgehen. Unterdrücken wir diesen Zweifel bis an den Punkt, dass wir uns von Gott abwenden oder können wir ihn frei und offen äussern wie Thomas?



Die Antwort von Jesus

Jesus Reaktion darauf ist einmal mehr so wundervoll. Wir lesen in den darauffolgenden Versen: *«Und nach acht Tagen waren seine Jünger wieder drinnen und Thomas bei ihnen. Da kommt Jesus, als die Türen verschlossen waren, und trat in die Mitte und sprach: Friede euch! Dann spricht er zu Thomas: Reiche deinen Finger her und sieh meine Hände, und reiche deine Hand her und lege sie in meine Seite, und sei nicht ungläubig, sondern gläubig!»* (Johannes 20,26-27 ELB). Jesus richtet sich fast unmittelbar direkt an Thomas. Und nicht nur spricht er ihn persönlich an. Er reagiert genau auf die Bedürfnisse, die Thomas zuvor äusserte. Die anderen Jünger waren bereits überzeugt. Der Startschuss, um das Evangelium in die Welt zu tragen, war gegeben. Jesus war nicht darauf angewiesen, Thomas für sich zu gewinnen. Nicht aus Eigennutz, sondern aus purer Liebe begegnet Jesus Thomas persönlich auf Augenhöhe. Um gerettet zu werden sind der Glaube an Jesus, das Kreuz und die Auferstehung ausreichend. Aus purer Liebe bleibt Jesus nicht dort stehen, sondern gibt uns die Möglichkeit, ihm persönlich zu begegnen. Denn von Anfang an ist die wiederhergestellte Beziehung zwischen Menschen und Gott das Ziel und die Frucht dieser wiederhergestellten Beziehung ist die intime Begegnung mit Gott.

Mein Herr und mein Gott

Diese Begegnung macht etwas mit uns. Von Thomas ist in der Bibel fast nichts weiter geschrieben. Trotzdem wissen wir aus anderen Quellen, dass er wohl das Evangelium bis nach Indien gebracht hat, wo er dann 72 n.Chr. den Märtyrertod gestorben ist. Er hat angekündigt, für Jesus in den Tod zu gehen und die Begegnung mit dem auferstandenen Messias hat ihm die Kraft und den Glauben gegeben diesen Weg bis zum Ende zu gehen. Was ich aber an dieser Stelle vielmehr noch herausheben will, ist das, was wir im Vers 28 noch lesen können, nämlich die Antwort von Thomas. *«Thomas antwortete und sprach zu ihm: Mein Herr und mein Gott!»* (Johannes 20,28 ELB). Es reicht Thomas Jesus zu sehen. Er muss nicht einmal mehr seine Wunden berühren. Allein die Begegnung reicht aus. Seine Antwort ist zum einen revolutionär, da Thomas der erste ist, welcher Jesus nicht nur als Sohn Gottes, sondern direkt als Gott bezeichnet. Zum anderen sagt er nicht nur «Herr und Gott», sondern «MEIN Herr und MEIN Gott». In dieser Aussage trifft Ehrfurcht auf Intimität. Das ist das Ergebnis einer persönlichen Begegnung mit Jesus. Es bringt uns auf unsere Knie aus Ehrfurcht vor unserem Gott und zugleich schafft es eine Intimität, die tiefer reicht als jede andere Beziehung.

Dein Gott, mein Gott

Thomas hat vor seinen Augen viele Taten und Wunder gesehen. Nun erlebt er, wie das Wunder in ihm passiert. Der Punkt ist, wenn du nicht persönlich Gottes Gegenwart erlebst und ihm in der Stille begegnest, bleibt dein Glaube ein Glaube der anderen. Dein Hunger, deine Sehnsucht bleiben ungestillt. Du wirst feststecken in dieser Emotion, dass es noch ein wenig mehr bräuchte, damit es genug ist. Wir bleiben rastlos im Streben, und finden weder Ruhe noch inneren Frieden. Es gibt einen ganz einfachen Massstab, anhand dessen wir erkennen, ob wir aus diesem Frieden heraus leben oder ob wir eventuell doch noch von diesem ungestillten Hunger geplagt werden. Gönnen wir unserem Gegenüber, wenn dieser hat, was wir uns von Herzen wünschen? Kannst du dich über einen Erfolg, den Besitz oder die ausgedehnten Ferien einer anderen Person freuen oder kann es sein, dass da doch ein Hauch von Neid aufkommt? Ich will dir kein schlechtes Gewissen einreden, sondern dich ermutigen, diese Gefühle nicht einfach zu verdrängen. Betrachte es als Aufforderung, dich nach Gott auszustrecken. Oh, wie gross war mein Neid in den Jahren, in denen ich alleine war und um



mich herum alle in einer Beziehung, verlobt und verheiratet. Und wieder als gefühlt alle um mich herum schwanger waren und Kinder bekamen und wir Monat um Monat nicht schwanger wurden und dann auch noch zwei Kinder verloren haben. Beide Male war es ein Prozess. Du kannst diese tiefe, innige Begegnung mit Jesus nicht erzwingen. Auch bei Thomas, war es Jesus, der zu ihm kam und nicht umgekehrt. Trotzdem können wir uns danach ausstrecken. Es ist an uns, Jesus von ganzen Herzen zu suchen und unsere Sehnsucht darauf auszurichten seine Gegenwart zu erleben. Ich erlebe das im Kleinen immer wieder in meinem Alltag, aber wie bereits erwähnt, gab es Momente in meinem Leben, in denen ich besonders intensiv mich auf diesen Prozess einlassen musste. Beide Male war es nicht mit zwei drei Gebeten erledigt. Es waren Stunde und Tage im Gebet, ein Ausharren über Wochen und Monate hinweg. Für mich ist darin David ein grosses Vorbild. Von ihm sagt Gott persönlich, er sei ein Mann nach seinem Herzen. Von David selbst können wir in den Psalmen immer wieder lesen, dass er von ganzem Herzen Gott suchte. Er strebte mit seinem ganzen Sein danach, Gottes Herrlichkeit zu sehen. Ich freue mich, dass wir später auch noch ein Lied zu einem dieser Psalmen, dem Psalm 63, singen werden. Es gibt keine Gebrauchsanleitung und kein Geheimrezept, aber es gibt sehr wohl einige hilfreiche Tools. In den vergangenen Wochen und Monaten haben wir auch schon viel dazu gehört. Ich möchte euch zum Abschluss gerne mitgeben, was sich für mich besonders bewährte in diesen Prozessen und vielleicht auch für dich eine Hilfe sein kann. Zum einen waren es die bereits erwähnten Psalmen. Gerade der Psalm 63 wurde für mich zum persönlichen Gebet, welches ich jedes Mal betete als Start zu meiner Stillen Zeit. Zum anderen war es das Fasten. Das Fasten öffnet deinen Geist auf eine besondere Weise für die Gegenwart Gottes und ausserdem übst du mit deinem Körper ein, deine weltlichen Bedürfnisse hintenanzustellen. Und zu guter Letzt war es das Gebet, besonders die Anbetung in der Gemeinschaft aber auch zuhause für mich alleine. Ich habe gelernt Gott nicht nur in vorgegebenen Liedern am Sonntagmorgen anzubeten, sondern ganz einfach mit meinen eigenen Worten, zu jeder Tageszeit, an jedem Ort, alleine oder gemeinsam mit anderen. Das hat mir in dieser Zeit den Himmel geöffnet. Von ganzem Herzen wünsche und sehne ich mich immer wieder nach der persönlichen Begegnung mit dem Auferstandenen. Genauso sehr wünsche ich jedem einzelnen in diesem Saal und zuhause vor dem Bildschirm diese persönliche Begegnung und dass du den Mut und die Ausdauer hast, dich mit Sehnsucht auf die Suche nach dieser Begegnung zu machen und erleben darfst, wie dein tiefster Hunger darin gesättigt wird.

Mögliche Fragen für die Kleingruppe

Lest gemeinsam den Psalm 73 oder die Verse aus Johannes 20,24-28

1. Kennst du deine Mechanismen, mit denen du jeweils versuchst, deinen inneren Hunger zu stillen? Welche sind es? (Aktivität, Erfolg, Besitz, Beziehungen)
2. Gibt es Dinge, bei denen es dir besonders schwerfällt, sie deinem Gegenüber zu gönnen?
3. Wie sieht es in deinem Herzen aktuell aus? Ist der Glaube aktuell mehr eine Kopfsache, oder lebst du aus der persönlichen, intimen Beziehung zu Jesus heraus?
4. Welche Tools helfen dir jeweils dich nach der persönlichen Begegnung mit Gott auszustrecken?
5. Was setzt du in den nächsten zwei Wochen konkret um, um die Gegenwart Gottes zu suchen?