

Predigt am Sonntag Exaudi, 17. Mai 2026  
in der Rostocker Ufergemeinde – Schmarl/Groß Klein  
**über Johannes 7, 37-39**  
(Pastor Jörg Utpatel)

Liebe Schwestern und Brüder!

Durst zu haben: Das ist etwas Herrliches! Aber nur wenn ein durstlöschendes Getränk greifbar ist.  
Für den einen wäre das ein kühles Bier.  
Andere trinken lieber natürliches Mineralwasser.  
Und wieder andere brauchen etwas mit Kohlensäure.  
Vielleicht auch etwas Süßes.

Wenn es draußen heiß ist. Vielleicht hast du lange im Garten gearbeitet. Dann gehst du ins Haus zum Kühlschranks. Und du stellst dir vor: Das wird eine herrliche Erfrischung.  
Ich selbst mag kein Bier.  
Aber ich amüsiere mich köstlich, wenn der Hamburger Komiker Dittsche in seinem Bademantel bei Ingo am Tresen steht und seinen ersten Schluck Bier nimmt. Dann setzt er die Flasche ab und sagt:  
„Oh, das perlt – wie ein Wasserfall von innen!“  
Dann ist Durst köstlich: Wenn er gelöscht werden kann.

Im Propheten-Buch Jesaja im Alten Testament lesen wir:  
**Wenn du in deiner Mitte niemand unterjochst  
und nicht mit dem Finger zeigst und nicht übel redest,  
sondern den Hungrigen dein Herz finden lässt  
und den Elenden sättigst ...  
dann wirst du sein wie ein bewässerter Garten  
und wie eine Wasserquelle, der es nie an Wasser fehlt.** (Jes. 58, 9-11)

Man kann diesen Gedanken auch von hinten her ausführen:  
Wenn du sein möchtest wie ein bewässerter Garten  
und wie eine Wasserquelle, der es nie an Wasser fehlt das –  
dann musst du den Hungrigen dein Herz finden lassen  
und den Elenden sättigen.

Das bedeutet in diesem Zusammenhang: Ein sinnvolles Leben ist wie ein bewässerter Garten. Ein sinnvolles Leben, von dem du am Ende sagen kannst: Es war gut.  
Ein bewässerter Garten aber braucht einen Zufluss. Nur dann kann das Leben beginnen.

Die Bibel sagt also schon im Alten Testament: Dein Lebensgarten braucht als Zufluss Nächstenliebe. Den Hungrigen dein Herz finden lassen. Als Bewässerung.  
Die Fähigkeit zur Nächstenliebe – das ist das, was uns als Menschen ausmacht.  
In der Andacht bei unserer letzten Kirchengemeinderatssitzung wurde uns das deutlich gemacht:

Herrschende und Reiche sprechen oft von der natürlichen Auslese. So wäre das nun mal im Leben. Der Stärkere setzt sich eben durch. Das sei ein Naturgesetz.  
Ja, das stimmt – bis hin zum Menschen. Gott hat uns Menschen anders gewollt. Nämlich mit der Fähigkeit zur Nächstenliebe. Die Schwachen nicht untergehen zu lassen.  
Auch ihr Durst nach Leben soll gelöscht werden. Wer das leugnet und verhindert: Der zeigt sein unmenschliches Gesicht.

Jesus greift das Bild vom bewässerten Garten unseres Lebens sinngemäß auf:

**Wen da dürstet, der komme zu mir und trinke.  
Wer an mich glaubt, von dessen Leib werden Ströme lebendigen Wassers fließen.**

Vielleicht habt Ihr schon gemerkt: Ich liebe dieses Jesus-Wort. Zum Abschluss des Abendmahls sage ich es oft und gern weiter.

Wie ein Marktschreier macht Jesus Werbung für sein Produkt. Ähnlich ruft er an anderer Stelle:

**Kommt her zu mir alle,  
die Ihr mühselig und beladen seid.  
Ich will euch erquicken.**  
(Matthäus 11,18)

Diese Worte machen Durst auf das Leben. Wer möchte nicht, dass von seinem Leib Ströme lebendigen Wassers fließen?

Dieses Bild ist so voller Leben. Voller Frische.

Ich jedenfalls bekomme bei diesen Worten Durst nach Leben. Ich freue mich über so eine Erfahrung. Ströme lebendigen Wassers. Herrlich!

Leben mit Erfüllung.

Mit Liebe und Freude.

Mit Musik und Freunden und Familie.

Mit Gottesnähe.

Und in seiner Schöpfung.

Jesus macht Appetit darauf. Und er verspricht: Ich kann euch diesen Durst löschen.

Beim Propheten Jesaja hörten wir die Bedingung dafür.

**Du musst den Hungrigen dein Herz finden lassen  
und den Elenden sättigen.**

Jesus führt diesen Gedanken weiter: Das Leben wird fließen. Es perlt in dir wie von einem inneren Wasserfall. Und nur eins ist dafür von Nöten:

Euer Gottvertrauen.

Und der Evangelist Johannes erklärt: Jesus meint damit Euer Vertrauen, dass Gott Euch seinen Geist zur Seite stellen wird.

Ja, es gibt manche Durststrecke im Leben. Und damit es keine Missverständnisse gibt: Natürlich sind Durststrecken nichts Wunderbares. Das erleben wir.

Sie können schrecklich sein. Abgesehen von den politischen Durststrecken. Es gibt sie auch im persönlichen Leben. In unseren Familien. In unseren Freundschaften. Und bei manchen leider auch im Portemonnaie.

Die schlimmsten aber sind die seelischen Durststrecken. Sie lähmen innen und außen. Dazu gehören nicht nur Depressionen. Dazu gehören auch Streit und Neid und Sprachlosigkeit. Viele von uns kennen solche Schief lagen und Tiefen.

Nicht **das** ist das Wunderbare. Das Wunderbare ist: Jesus hat das auf seinem Weg mit uns im Blick.

Und er will uns herausholen aus solchen Tiefen. Aus solchem Durst. Wenn wir mühselig und beladen sind. Dann braucht es Gottes guten Geist.

Er kommt von Gott; daher nennen wir ihn heilig. Wir sprechen auch von Gottes Geistkraft – eine weibliche Kraft, wie in der hebräischen Bibel.

Wichtig ist:

Aus welcher Quelle diese Kraft gespeist wird. Wann sie zu sprudeln beginnt. Zu Perlen wie von einem inneren Wasserfall.

Liebe Schwestern und Brüder!

Jesaja nennt die Nächstenliebe als Gottes Bedingung. Jesus gibt sogar umsonst. „**Dein Glaube hat dir geholfen!**“ – Das sagt er oft sogar denen: Die er gar nicht in ihrem Glauben geprüft hat. Bedingungslos heilt er. Hier aber hören wir ihn sagen:

**Wer an mich glaubt,  
von dessen Leib werden Ströme lebendigen Wassers fließen.**

Im Sinne und im Geiste Jesu aber ist das keine Bedingung. Es ist die Feststellung: Ohne Deinen Glauben bemerkst Du Deine Erlösung gar nicht. Sie nützt Dir auch nichts, wenn du kein Herz für deinen Nächsten hast. Sie nützt dir auch nichts, wenn Du kein Gottvertrauen aufbringst.

Vertrauen heißt nämlich manchmal: Warten können. Und hoffen.

In der Gewissheit: Gott wird's wohl machen. Er wird es gut machen – für mich und für andere Menschen. Es wird heilsam sein und heilsam werden. Erfrischend und neu.

Liebe Schwestern und Brüder!

Vertrauen und Warten: Das ist nicht die leichteste Übung.

Denn schließlich wissen wir selbst doch am besten: Dies und das wäre jetzt gut und das richtige für mich. Dann einfach loszulassen: Das ist nicht leicht.

Einfach zu vertrauen und zu sagen: Er weiß es!

Und dann? Dann wird Gottes Geist zu erspüren sein.

Und warum? Weil du dann merkst: Wie von deinem Leib, durch Mark und Bein und Seele Ströme lebendigen Wassers fließen.

Was für eine Wohltat ist das! Nach einer Durststrecke: Endlich trinken können. Erfrischt zu sein. Körper und Seele erholen sich wieder.

Trauen wir ihm das zu, dem guten Geist Gottes! Seiner Geistkraft! Mit oder ohne Kohlensäure und Sprudel.

Gehen wir hinein in das Pfingstfest: In das Fest der Ausgießung dieses Heiligen Geistes: Mit Gottvertrauen und Vorfreude. Perlende Erfrischung ist uns zugesagt. Wie von einem inneren Wasserfall.

**Amen.**