



APOSTOLISCHE
GEMEINSCHAFT

„Auszeiten“ - Sonntagsbrief für den 4. Juli 2021

Liebe Geschwister,

Reisen ist wieder möglich, viele von uns hatten schon die Gelegenheit, andere warten auf den Ferienbeginn und werden sich dann aufmachen. Wieder andere werden zuhause bleiben, teils aus Sorge vor neuen Virusvarianten oder weil einfach „Ebbe“ in der Kasse ist.

Allen gemein aber ist der Wunsch, zumindest eine Zeit lang dem Alltagstrott zu entfliehen und einfach mal etwas anderes zu machen. Neuzeitliche Schlagworte wie „Work-Life-Balance“ machen in diesem Zusammenhang schnell die Runde. Bei dem Begriff frage ich mich aber schon, warum Arbeit („Work“) nicht mehr Teil des Lebens („Life“) sein soll, so wichtig es auch ist, das Verhältnis unterschiedlicher Bereiche auszubalancieren.

Eines der ersten „Arbeitsschutzgesetze“ dieser Welt finden wir in den Zehn Geboten: *„Gedenke des Sabbattages, dass du ihn heiligst. Sechs Tage sollst du arbeiten und alle deine Werke tun. Aber am siebenten Tage ist der Sabbat des HERRN, deines Gottes. Da sollst du keine Arbeit tun, auch nicht dein Sohn, deine Tochter, dein Knecht, deine Magd, dein Vieh, auch nicht dein Fremdling, der in deiner Stadt lebt. Denn in sechs Tagen hat der HERR Himmel und Erde gemacht und das Meer und alles, was darinnen ist, und ruhte am siebenten Tage. Darum segnete der HERR den Sabbattag und heiligte ihn.“* (2. Mose 20,8-11)

Es ist Gottes Wille, dass wir in unserem Leben zu einem ausgeglichenen Verhältnis zwischen Zeiten der Aktivität und Zeiten des „zur Ruhe Kommens“, der Kontemplation und des Gebets finden. In den Zehn Geboten ist der Sabbat hierfür vorgesehen, bezogen auf die übrige Woche ergibt das ein Verhältnis von 6:1, sechs Tage Aktivität, ein Tag Ruhe und Besinnung.

Die Bibel kennt auch das „Sabbatjahr“ (2. Mose 23,10-11): *„Sechs Jahre sollst du dein Land besäen und seine Früchte einsammeln. Aber im siebenten Jahr sollst du es ruhen und liegen lassen, dass die Armen unter deinem Volk davon essen; und was übrig bleibt, mag das Wild auf dem Felde fressen. Ebenso sollst du es halten mit deinem Weinberg und deinen Ölbäumen“.* Auch hier finden wir wieder das Verhältnis 6:1. Forschungen haben mittlerweile herausgefunden, dass Ackerflächen, die man zwischendurch brach liegen lässt, auf Dauer mehr Ertrag einbringen als Flächen, die durchgehend genutzt werden.

Wenn man nun eine grobe Überschlagsrechnung macht, kommt man mit Arbeitstagen auf der einen Seite und Urlaubs-/Feiertagen auf der anderen Seite auch in die Größenordnung 6:1, uns wird erstaunlicherweise die Zeit zur Verfügung gestellt, die für unsere Regeneration wichtig scheint.

Aber, was machen wir aus diesen „Auszeiten“? Manche Formen der Freizeit- und Urlaubsgestaltung sind so exzessiv, dass von „zur Ruhe kommen“ gar nicht die Rede sein kann. Manche Menschen werden sogar nervös, wenn Freizeitangebote fehlen und sie sich der Stille ausgesetzt sehen.

Doch gerade diese Stille, das „Nichtstun“ birgt die Chance, unserem Gott näher zu kommen. In unseren Jugendlagern gab es die „Tradition“, einen „Wüstentag“ einzulegen. Einen Tag allein und abseits der Jugendgruppe und des damit verbundenen Trubels zu verbringen. Die Kids haben diesen Tag oft als ein spirituelles Geschenk erlebt, viele sind mit dem Vorsatz nach Hause gefahren, diese Zeiten der Stille regelmäßig zu wiederholen.

Wir sind eingeladen, uns einmal selber zu prüfen, wie es in unserem Leben mit dem Verhältnis von Aktivitäten und der Ruhe, gerne auch einer Ruhe mit Gott steht. 6:1? Mehr? Weniger? – Wenn wir tief in uns hineinhören, werden wir erkennen, was gut für uns ist. Lasst uns die uns geschenkten Auszeiten (auch) dafür nutzen, vor unserem Gott da zu sein, zu hören und zu beten. Es wird uns gut tun!

Mit herzlichen Grüßen aus dem Rheinland

Ulrich Keller