

Birgit Schilling

# UNVOLLKOMMEN WERTVOLL

WARUM MEINE SCHWÄCHE SEIN DARF

Edition

AUFÄTMEN

**SCM**

R.Brockhaus

# SCM

Stiftung Christliche Medien

SCM R.Brockhaus ist ein Imprint der SCM Verlagsgruppe, die zur Stiftung Christliche Medien gehört, einer gemeinnützigen Stiftung, die sich für die Förderung und Verbreitung christlicher Bücher, Zeitschriften, Filme und Musik einsetzt.



© 2021 SCM R.Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH  
Max-Eyth-Str. 41 · 71088 Holzgerlingen  
Internet: [www.scm-brockhaus.de](http://www.scm-brockhaus.de); E-Mail: [info@scm-brockhaus.de](mailto:info@scm-brockhaus.de)

Soweit nicht anders angegeben, sind die Bibelverse folgender Ausgabe entnommen:  
Lutherbibel, revidiert 2017, © 2016 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart

Weiter wurden verwendet:  
Neues Leben. Die Bibel, © der deutschen Ausgabe 2002 und 2006  
SCM R.Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH,  
Witten/Holzgerlingen (NLB)  
Elberfelder Bibel 2006, © 2006 by SCM R.Brockhaus in der  
SCM Verlagsgruppe GmbH, Witten/Holzgerlingen (ELB)  
Bibeltext der Neuen Genfer Übersetzung  
Copyright © 2011 Genfer Bibelgesellschaft,  
Wiedergegeben mit freundlicher Genehmigung.  
Alle Rechte vorbehalten. (NGÜ)

Lektorat: Silke Gabrisch, Stuttgart  
Autorenfoto: © Maria Schilling  
Umschlaggestaltung: Stephan Schulze, Stuttgart  
Titelbild: Raghavendra Saralaya, unsplash  
Satz: typoscript GmbH, Walddorfhäslach  
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck  
Gedruckt in Deutschland  
ISBN 978-3-417-26939-0  
Bestell-Nr. 226.939

# INHALT

Ein Reiseführer – Vorwort von Uli Eggers .....	7
Einführung .....	11
Kapitel 1: Mein Dilemma .....	15
Kapitel 2: Wie Gott uns Menschen gemacht hat .....	29
Kapitel 3: Der Gott, der alles auf den Kopf stellt .....	43
Kapitel 4: Vom inneren Richter, inneren Spiegel und Heiligen Geist .....	57
Kapitel 5: Ganz in Gottes Gegenwart sein .....	81
Kapitel 6: Unsere Kernverletzungen und Antreiber .....	103
Kapitel 7: Tiefe Herzensklärung: lieben lernen konkret .....	125
Kapitel 8: Über Geistliche Übungen, ein Körpergebet, Stille und eine Sabbatzeit .....	141
Kapitel 9: Das Tor zur Fülle – über die Frucht, die entsteht .....	163
Kapitel 10: Auf dem Weg zu »unvollkommen wertvoll« ....	187
Nachklang .....	207
Anmerkungen .....	210
Dank .....	215

# EIN REISEFÜHRER – VORWORT VON ULI EGGERS

Neue Texte von Birgit Schilling lese ich immer mit Interesse und Erwartung. Der Grund dafür ist klar: Birgit ist ständig unterwegs zu neuem Land. Sie ist immer aktiv auf ihrer lebenslangen Entdeckungsreise, Glaube und Leben tiefer zu verstehen. Und sie ist zugleich gern Reiseführerin, will ihre Entdeckungen teilen, ihre Begeisterung für Neues, ihre Freude daran. Und ich meine hier nicht ihre Vorliebe für das Pilgern oder ihre weltweite Reiselust auf den Spuren ihrer Kinder oder geistlicher Inspiration. Ich meine ihre Entdeckungsreise zu sich selbst und zu Gott – Wege, die einem nicht einfach zufallen, sondern die man sich bahnen muss. Reisen, die man nicht buchen kann, sondern sich oft mühsam erkämpft.

Ich lese Birgits Texte gern, weil sie reales Leben atmen – ihre Entdeckungsreisen führen selten in den Staub der großen Bibliotheken, sondern meistens in den Dschungel des Alltags. Dabei ist sie immer mit sich selbst und anderen im Dialog – und mit Gott, der in ihrem Leben ein so starker Kraft- und Ruhepol ist. Aber auch Geheimnis und Rätsel, heilig fern und naher Freund, das große Gegenüber ihres Lebens.

Birgit spürt man immer ab, ob sie gerade bergauf lebt – oder bergab. Ob es im Moment Wüstenstrecken oder erklommene Gipfel sind, die hinter ihr liegen. Sie ist oft mittendrin in irgendwas, das sie bewegt und beschäftigt – oder auch mal quält und infrage stellt. Meistens läuft irgendein innerer Prozess, der sich und sie bewegt zu neuen Gedanken und Einsichten. Der am Ende zum Startplatz wird für neue Fragen – und manchmal ganz neuen Einsichten und

Gedankenwelten, an denen sie mit Begeisterung und Leidenschaft Anteil gibt.

Und so sehe ich sie denn bildhaft vor mir, mitten im Dschungel der Gedanken und Empfindungen. Mit der Machete in der Hand, leidenschaftlich, unruhig, ungeduldig, sehnsüchtig, erschöpft, glücklich – eine Kämpferin, die sich tieferes Verstehen und neue Erfahrungen erobert. Und das zieht mich an. Denn wie sie bin ich überzeugt, dass sich das gute Leben nicht einfach so ereignet, sondern dass man nach ihm suchen muss, darum ringen und sich Wege erkämpfen. So soll das Leben sein.

Und zugleich weiß Birgit, dass Kampf und Leidenschaft und Vorwärtsdrang eben längst nicht alles ist. Sondern dass wir als Menschen auch Ruhepunkte finden müssen, einen Frieden und Ausgleich, den die Bibel mit dem großen Wort »Shalom« bezeichnet. Dass wir – egal, wie wir als Persönlichkeit gestrickt und geworden sind – mitten in allem Unterwegssein Geborgenheit brauchen, ein Zuhause – den Platz, wo wir sein dürfen. Einfach nur sein – ohne Leistung und Kampf. Da sein, wo wir gerade sind. Wir selbst sein, wie wir es gerade in all unserer Widersprüchlichkeit empfinden.

In dieses Thema hinein zielt dieses Buch und vereint auf diese Weise Birgit Schillings Weg und Ziel: im Einklang mit meinem Ich leben. Mich selbst immer besser verstehen lernen. Mich Gott immer vorbehaltloser hinhalten. Ihm nahekommen und in seinem Geheimnis Geborgenheit finden. Frieden ... Der dann wieder Sprungbrett werden kann für neues Unterwegssein und Werden. Nicht zwanghaft, sondern aus Entdeckerfreude und wachsendem Vertrauen. Aus Neugierde auf gelingendes Leben, gute Beziehungen und bleibenden Segen. Im Einklang leben mit sich und Gott. Sein dürfen im Werden. Das gute Leben.

Hier hat Birgit eine besondere Geschichte. Eine Prägung, sich das Leben erleisten zu müssen, sich Liebe und Anerkennung zu ver-

dienen bei Menschen und Gott – und nicht zuletzt bei sich selbst, bei den inneren Stimmen, die Forderungen stellen. Manchem Müssen, von dem man sich befreien möchte – und das ja in jedem Leben ganz anders aussehen kann. Wie auch immer Ihr persönlicher Weg und Ihre Prägung aussieht: Sie werden Nutzen ziehen aus diesem Buch!

Menschen in diesem Entdeckungs-Modus sind ein Glücksfall für einen Verleger, wenn sie, wie Birgit Schilling, anderen Anteil geben wollen an ihren Reisen. Die Bibel spricht davon, dass Eisen Eisen schärft (Sprüche 27,17). Dass wir wachsen und reifen können durch das Zeugnis und die Erfahrung, die Wegführungen und Hindernisse anderer. Dass wir uns identifizieren und auf gute Weise vergleichen und messen können an anderen. Die Bereitschaft zur Transparenz und das Austauschen von Wissen und Erfahrung wird so zu dem, wozu uns der Apostel Paulus in Römer 12,1 auffordert: unsere Leiber als lebendige Opfer zu geben. Damit ist nicht nur körperlicher Einsatz gemeint, sondern auch das Opfer, meine – oft schmerzlich errungenen – Erfahrungen in Offenheit zu teilen.

So verstehe ich das Schreiben: als ein Anteilgeben an dem Segen, den man unterwegs erfahren hat. Als Ermutigungs-Schatz der »Wolke von Zeugen« (Hebräer 12,1), die mit und vor uns mit Jesus unterwegs sind oder waren. In diesem Sinne ist Birgit eine »arbeitende Werkstatt«, die mich anzieht und mit Freude und Respekt erfüllt. Denn das ist etwas von dem guten Leben, das wir alle suchen, wenn jemand versöhnt und mit Dank aber auch mit Ambition für Veränderung und Wandlung unterwegs ist. Solch ein Leben hat Verbindungs- und Gemeinschafts-Potenzial – weil wir alle mit unseren je eigenen Wunden und Blessuren und Persönlichkeitslöchern auf der Reise sind.

Ich bin überzeugt, dass Birgit im Unterwegs-Modus bleibt – es ist noch so viel Lebens- und Glaubens-Dschungel übrig. So viele

Bereiche des Lebens, in die ich mit wachsendem Alter, anderen Lebensumständen, neuen Impulsen tiefer eindringen kann. In denen ich das Geheimnis meines eigenen Wesens entschlüssele und Gottes Geheimnis berühre, ihm näherkomme und neues, tieferes Vertrauen entwickle. Danke für diesen Reisebericht!

*Ulrich Eggers*

*Verleger und Geschäftsführer SCM Verlagsgruppe*

# EINFÜHRUNG

Das Mutigste, was wir in unserem Leben tun können, liegt nicht in etwas, was wir tun können, sondern darin, dass wir uns selbst so annehmen, wie wir wirklich sind. Der Pater und Autor Henri Nouwen bemerkte einmal, dass das tiefste Dilemma der Menschen ihre schier grenzenlose Fähigkeit zur Selbstablehnung sei.<sup>1</sup> Gott beruft uns dazu, ihm mit unserem ganzen Dasein, unserer ganzen Person nachzufolgen. Er nennt uns seine Söhne und Töchter. Er liebt uns als »Komplettpaket«.

All das weiß ich. Ich bin seit vielen Jahren mit Gott unterwegs. Ich habe seine Liebe und seinen Zuspruch erlebt. Und doch hätte der Titel dieses Buches zu den meisten Zeiten meines Lebens ein reflexartiges »Aber« in mir ausgelöst.

Ja, ich bin unvollkommen, *aber* auf dem Weg der Besserung. Ich arbeite an mir und strengte mich an, vollkommener zu werden!

Ja, ich bin wertvoll, *aber* andere Menschen werden besonders durch meine Existenz bereichert, wenn ich Leistung bringe und an meinen Schwächen arbeite!

Doch in den letzten fünf Jahren hat sich einiges in meinem Inneren verschoben. In diesem Buch beschreibe ich meine existenziellen Lebens- und Glaubenserfahrungen der letzten Jahre. Die Prozesse, von denen ich erzähle, nennen manche »Läuterung«, andere »Heiligung« oder »Verwandlung« oder »Ganzwerdung« und wieder andere »Menschwerdung«, je nachdem, aus welcher Tradition sie kommen. Immer wieder geht es darum, das loszulassen, ja, sterben zu lassen, was ich von Gott her gar nicht bin, was seinem Wirken und Leben in mir entgegenwirkt. Und stattdessen verbunden mit Gott zu leben, wie die Rebe am Weinstock. Das ist nicht nur ein

»theologisches Konstrukt«, sondern darf gelebte Alltagswirklichkeit werden.

Ich habe auf ganz neue und viel tiefere Art erlebt, dass Gott mir dabei geholfen hat, zu mir zu finden und – immer mehr – einfach Birgit zu sein. Ich fühle mich – endlich – im Einklang mit mir, authentisch, so wie ich wirklich bin. Und das schließt ein, dass ich gelassener damit lebe, dass ich auch ein Geheimnis bin und bleibe, so wie Gott (auch) ein Geheimnis ist. Heute weiß ich, dass meine tiefste Identität die der Tochter Gottes ist und dass ich nur von dort her mein »So-Sein« als Birgit neugierig entdecken und leben kann und darf.

Inspiziert haben mich auf diesem Weg besonders das Evangelium von Jesus und die Erfahrungen der »Mystiker«. Das waren und sind Männer und Frauen, bei denen nicht die gedachte, sondern die gelebte Dimension des Glaubens im Vordergrund steht.<sup>2</sup> Sie lassen sich existenziell auf die persönliche Beziehung zu dem verborgenen und doch gegenwärtigen dreieinigen Gott ein. Jesus hat uns das vorgelebt: diese tiefe Verbundenheit mit dem Vater im Heiligen Geist und dem Leben in seiner Gegenwart, von Moment zu Moment. In den Schriften der Mystiker habe ich mich immer wieder tief verstanden gefühlt.

Im Laufe der Prozesse, von denen ich in den folgenden Kapiteln berichten werde, hat es mich zutiefst ergriffen: Ich bin unvollkommen wertvoll – ohne Wenn und Aber. Ich darf lebendig sein – mit Stärken und mit Schwächen, mit Gaben und Grenzen, mit Macken und Kanten. Ich darf authentisch sein, einzigartig, Birgit. Das lässt mein Herz aufatmen und laut jubeln.

Ich möchte dich einladen, mit mir auf Entdeckungsreise zu gehen und dich auf manchen neuen Prozess und manche neue Sichtweise einzulassen. Die Impulsfragen im Text können dich dabei unterstützen. Noch intensiver wird es, wenn du dich mit

anderen zusammen aufmachst. Das gemeinsame Erarbeiten und Lernen geht so viel tiefer, als wenn man es allein macht. Deshalb gibt es ein paralleles Kleingruppenmaterial, das in zehn Einheiten die Inhalte dieses Buches aufgreift und für eine Gruppe erlebbar macht.

So oder so: Einen großen Gewinn wirst du haben, wenn du das Buch langsam liest und dabei immer wieder zu deinem eigenen Herzen hinsturzt. Achte auf die Resonanz. Was regt sich in ihm? Alles, was sich zeigt, ist kostbar. Komme von dem Standpunkt aus mit Gott ins Gespräch, wo du tatsächlich gerade bist – nicht von da, wo du deiner Meinung nach sein solltest. Ich bin überzeugt: Je mehr wir uns an Gott wenden, während wir in unserem wirklichen Leben verankert sind, umso vitaler und lebendiger wird unsere Begegnung mit ihm sein. Und umso tiefer werden wir begreifen, dass wir unvollkommen wertvoll sind.

## Kapitel 1

# MEIN DILEMMA

In diesem Kapitel berichte ich, wie mir mein Zustand der Überforderung und meine Herzensabgründe bewusst wurden. Ich beschreibe mein Erschrecken über mein Lebensmotto: »Stark sein und leisten müssen« und erste Schritte in unbekanntes, neues Land.

Vor ungefähr fünf Jahren wurde mir schmerzlich bewusst, dass ich trotz jahrzehntelanger Jesus-Nachfolge immer noch getrieben und häufig gestresst lebte. Immer wieder war alles »zu viel«. Wann war genug wirklich genug? Ich wusste es oft nicht und folgte daher innerlich öfter der Stimme: »Ach, das schaffst du noch! Stell dich nicht so an!« Zeitgleich gab es in meinem privaten Umfeld und in der Gemeindeleitung besondere Herausforderungen, die mich über lange Zeit enorm forderten.

Immer häufiger musste ich SOS-Gebete loswerden: »Herr, hilf mir! Ich schaffe es nicht.« Und Gott erhörte meine Gebete und half. Ich erlebte die Führung und Kraft Gottes in dem, was eigentlich zu viel für mich war. Und das über Monate. Doch das bemerkte ich

damals nicht. Ich bekam nicht mit, wie es mir in der Tiefe wirklich ging.

In diesem Zustand machte ich mich zu einer Kurswoche für werdende geistliche Begleiter und Begleiterinnen im Haus der Stille auf. Am ersten Abend sollten wir mit Mosaiksteinen in verschiedenen Farben unser aktuelles Ergehen darstellen. Ich wählte Orange, Rot, Gelb ... Denn ich erlebte ja Freude und Kraft – inmitten der Herausforderungen! Da war viel Segen!

Am nächsten Morgen wurde es stiller in mir und dann fing ich an zu weinen und hörte zwei Tage nicht mehr damit auf. Die Tränen liefen unaufhörlich. Ich stand wie neben mir und dachte: »Was ist denn nur los? Warum weine ich?« Ich konnte es nicht sagen, sondern bemerkte nur: Ich weinte immer weiter. Da saß ich beim Mittagessen und spürte tiefen Trost darüber, dass jemand für mich gekocht hatte und mir diente – und meine Wangen wurden feucht. Ich setzte mich auf die Schaukel im Garten des Stillehauses und wollte nur noch dasitzen und nichts tun, während weiter die Tränen liefen. Beim Beten des Herzensgebets spürte ich tiefen Trost darüber, dass ich »nur so dasaß und nichts tat« und Jesus mich anrührte.

Ich konnte mein Erleben zunächst nicht einordnen, weil ich zwar weinte und doch gleichzeitig in meinem Inneren Wohlbefinden spürte. »Wie passt denn das zusammen?«, fragte ich mich. Dass ich ein kompliziertes Wesen bin, weiß ich schon lange. Und Seelenvorgänge zu verstehen, gehört eigentlich mit zu meinem Beruf als Beraterin und Supervisorin. Doch meine eigenen Regungen konnte ich nicht deuten. Während eines Spaziergangs kamen mir Worte von Psalm 23 in den Sinn: »Er erquicket meine Seele.« Und da wusste ich plötzlich: »Genau das ist es, was ich erlebe. Meine Seele wird gerade erquickt. Ich werde lebendig in Tiefen, die sich erst in der Stille zeigen, nicht im Alltag. Jesus spricht mir liebevoll

Worte in meine ermattete Seele hinein. Ja, nun verstehe ich es: Ich bin ermattet! Ich bin völlig fertig! Oder ... bilde ich mir das nur ein? Ist es gar nicht so schlimm?«

Doch die Signale meines Körpers waren eindeutig – die Tränen, die unaufhörlich liefen. Die bildete ich mir nicht ein. Ich dachte an Worte von Johannes vom Kreuz: Gottes Sprache ist seine Wirkung in der Seele.<sup>4</sup>

Wie gut war es, hier im Haus der Stille einen Ort zu haben, wo ich mir erlaubte, ehrlich zu sein und auch meine Schwäche und Bedürftigkeit zuzulassen. Und so bat ich um ein Gespräch mit der Kursleiterin. Diese hörte mir zu und sagte: »Birgit, du hast über lange Zeit viel gegeben. Du hast Kraft gelassen, viel Leid gehört, und das sitzt dir in den Knochen. Nun darfst du loslassen und es zulassen, selbst erquickt zu werden.«

## Nichts mehr zu holen

Am nächsten Morgen absolvierte ich wie alle anderen Kursteilnehmenden auch eine halbe Stunde Mithilfe in Haus und Hof. Diesmal war es meine Aufgabe, das Laub um einen römischen Brunnen herum aufzukehren. Das tat ich für einige Minuten, dann zog mich der Brunnen in seinen Bann. Ich hörte auf zu kehren, hielt inne und schaute auf das übersprudelnde Wasser, das vom oberen Becken ins nächsttiefere floss. Dann traf mich unvermittelt die Botschaft: Bei diesem Brunnen floss nur das ins nächste Becken, was übersprudelte. Das obere Becken aber blieb gefüllt, weil es ebenfalls einen Zufluss hatte: Es empfing Wasser und gab Wasser ab und blieb gefüllt. Es war ein Empfangen und ein Abgeben, ein Empfangen und ein Abgeben. Wenn das obere Becken nur halb voll oder gar leer wäre, würde nichts weiterfließen.

Und dann traf mich die Erkenntnis: Ich selbst fühlte mich derzeit so, als wäre mir durch ein Abflussrohr jedwedes Wasser, jede Lebendigkeit entzogen. Mein Wasserbecken war ja völlig leer und ausgetrocknet! Gleichzeitig erinnerte ich mich an eine Frage, die mir meine Gebetspartnerin vor Kurzem gestellt hatte: »Birgit, möchtest du nicht mal ein Sabbatjahr machen?«

Einige Leute unseres Gemeindeleitungsteams hatten schon Sabbatjahre oder -halbjahre hinter sich bzw. waren gerade mittendrin. Ich hatte andere immer ermutigt, das zu tun! Denn ich wusste, wie gut ihnen eine solche Auszeit tun würde. Es gehört zu den Werten unserer Gemeinde, dass lieber Aufgaben brachliegen, als dass sich Mitarbeitende im Dienst für Gemeinde und Jesus verausgaben und einen Burn-out erleiden. Aber ein Sabbatjahr für mich? »Nein, ich brauche das nicht«, hatte ich ihr geantwortet. »Mir geht es gut!«

In den nächsten Stunden verfolgte mich diese Frage: Sollte ich vielleicht doch eine Sabbatzeit nehmen? War das, was ich gerade erlebte, vielleicht Gottes Führung? Wollte er mich liebevoll darauf hinweisen?

Doch immer wieder schien allein der Gedanke daran eine Zumutung zu sein. Warum? Weil er sich für mich nach Faulsein anfühlte, danach, mir etwas nehmen zu wollen, was mir nicht zustand, nach großer Unzulänglichkeit, einem Eingeständnis von Schwäche, Egoismus. Zwar dachte ich noch öfter darüber nach, aber immer wieder stand am Ende der Entschluss: »Nein, ich mache kein Sabbatjahr! Ich ruhe mich jetzt hier aus und dann geht es schon wieder! Stell dich nicht so an! Denk doch daran, was du am Eingangstag erzählt hast: wie du erlebst, dass Gott dich zu seiner Ehre gebraucht, und wie sehr du darüber staunst! Bleibe dabei und nicht bei dieser blöden Schwäche!«

In dieser Nacht träumte ich, dass ich in einem Supermarkt einkaufen gehen wollte. Als ich den Laden betrat, wunderte ich

mich, dass die Regale völlig leer geräumt waren. Hier war nichts mehr zu holen. Nur vor der Kasse stand noch ein kleiner Korb mit edler Schokolade. Ein Verkäufer kam auf mich zu und meinte: »Wir schließen jetzt gleich.«

Nachdenklich wachte ich auf. Die Botschaft dieses Traums schien so klar zu sein: Bei mir war nichts mehr zu holen und ich sollte meinen Laden für einige Zeit schließen.

Nun gehörte es zu dem Kursgeschehen, dass wir immer wieder Übungsrunden in geistlicher Begleitung miteinander durchführten. Eine begleitete die andere in Anliegen, für die sie Klärung und Gottes Führung brauchte, in der Erwartung, dass der Heilige Geist uns dabei leiten und Einsichten schenken würde. Es kostete mich große Überwindung, meine Frage als Thema einzubringen. Auch wenn ich eigentlich Gottes Willen für mein Leben erkennen und ihm folgen möchte, fällt es mir im konkreten Fall jedes Mal sehr schwer, die Kontrolle darüber, wie sich etwas entwickelt, aus der Hand zu geben. Doch nach der kurzen Übungseinheit spürte ich in meinem Herzen plötzlich eine große Klarheit: Ja, ich würde in eine Sabbatzeit gehen. Das war der Weg, den Gott mich führte. Vor allem Dienst und vor aller Aktion musste ich mein inneres Leben mit Christus schützen! Ich wollte wieder von innen her sprudeln für Jesus, als Birgit, in meinem Sein.

Ich würde für ein halbes oder ganzes Jahr die Gemeindegemeinschaft ruhen lassen und meine berufliche Tätigkeit auf die Hälfte reduzieren. Ich würde alles, was ich ohne Schaden für andere absagen konnte, absagen. Einmal die Woche würde ich mitten in der Woche einen Sabbatzeit-Tag haben. Und dieser Tag hätte nur eine Überschrift: nichts müssen! Keine Pläne. Kein Zweck. Kein Ziel. Einfach sein. Unverzweckt.

Gott gab dem Volk Israel das Sabbatgebot als Wohltat für die Menschen. Damals war es eine Revolution, einen Tag in der Woche

nicht arbeiten zu müssen. Selbst Sklaven, die damals keine Rechte hatten, sollten am Sabbat frei haben und »nichts müssen« (2. Mose

Der Mensch, der am sechsten Tag geschaffen wurde, begann sein Leben nicht mit Arbeit, sondern mit diesem »Nichts müssen«-Tag: dem Sabbat.

20,8-11). Gott selbst hatte in der Schöpfungsgeschichte (1. Mose 1-2) am Sabbat nach sechs Schöpfungstagen geruht. Der Mensch, der am sechsten Tag geschaffen wurde, begann sein Leben nicht mit Arbeit, sondern mit diesem »Nichts müssen«-Tag: dem Sabbat. Und das, ob-

wohl er keine sechs Arbeitstage hinter sich hatte. Es scheint, als wolle Gott uns Menschen damit sagen: »Die Grundlage eures Lebens ist Gnade und Geschenk, nicht euer Verdienst. Lebt aus dieser unverdienten Gnade und nicht aus eurer Leistung!«

## Im Leistungszug

Mit diesem Entschluss fuhr ich nach Hause und teilte ihn umgehend meinen Leuten im Leitungsteam mit. Zwei Monate später, nach Weihnachten, würde mein Sabbatzeit beginnen.

Während ich in den nächsten Wochen alles regelte, wechselten sich Vorfreude und Ängste ab oder waren sogar gleichzeitig da. Ich fühlte mich unsicher. Das freudige »Ja, mach das! Das ist gut! Wir unterstützen dich!« meiner Mitgeschwister in der Gemeinde erfreute mich einerseits, andererseits stutzte ich darüber, dass keiner sagte: »Du, meinst du wirklich? Ob wir das ohne dich hier alles schaffen?«

In der Vorweihnachtszeit traf sich ein Projektchor. Wir sangen einfache mehrstimmige Weihnachtslieder, alte und neue. Das Singen ließ mich aufleben und jedes Mal ging ich beschwingt nach

Hause. Schon als Vierjährige hatte ich mit meinem Bruder auf der Stockbettleiter gesessen und zweistimmig Lieder gesungen. Es waren Zeiten gewesen, in denen mein Vater, langjähriger Chorleiter seiner Gemeinde, ganz präsent gewesen war. Musik war immer Teil meines Lebens gewesen, doch später war dafür kein Raum mehr.

An unserem letzten Chorabend überkam mich die unglaubliche Idee: Ich nehme in meiner Sabbatzeit wieder Klavierunterricht. Einfach so für mich! Der Chorleiter, auch Klavierlehrer, sagte zu. Eine wunderbare Fügung.

Mit Weihnachten begann meine Sabbatzeit mit drei völlig arbeitsfreien Wochen. Nachdem die Kinder und Schwiegerkinder wieder abgefahren waren, fiel es mir unendlich schwer, keine Projekte zu haben, die meinem Leben Struktur gaben. Oft konnte ich mit der vielen Freizeit nicht umgehen. Und manchmal fiel ich in ein tiefes Loch und fühlte mich innerlich verloren. An einem Tag war ich so verzweifelt, dass ich alle Gardinen abhängte, wusch und wieder aufhängte.

Im neuen Jahr besuchte ich wie immer die Gottesdienste meiner Gemeinde. Ich merkte, dass alles gut weiterging: Predigten, die Gottesdienstleitung, die Programme in der Woche. Sollte ich nicht doch wenigstens im Segnungsdienst während der Gottesdienste mitbeten? Aber warum wollte ich da überhaupt mitmachen? Was trieb mich an?

Ich fühlte mich wie im Entzug: im Leistungsentzug und im Bestätigungsentzug durch andere. Keiner lobte mich mehr für eine gelungene Predigt oder bedankte sich für meine seelsorgerliche Hilfe.

Ich nahm diese verzweifelten Herzensregungen in mir wahr. Dann atmete ich ein und atmete aus. Ich gründete mich im Hier und Jetzt in Jesus und versuchte das zu tun, was ich bei den Glau-

bensvätern und -müttern in meiner Weiterbildung gerade lernte: nüchtern wahrnehmen, was wirklich ist. Und was war die nüchterne Sichtweise? Ich hatte über eine lange Zeit viel gegeben und mich eingesetzt. Und nun tat ich nichts. Dieser Wechsel fiel mir schwer. Und ich hatte für meinen hohen Einsatz von den Beteiligten und der Gemeinde viel Bestätigung erhalten. Ich war ja so wichtig gewesen! Und nun, wo dies wegfiel, wurde mir schmerzlich bewusst, dass ich aus dem Gebrauchtwerden meine Lebensberechtigung gezogen hatte. Und die fiel nun weg. Das fühlte sich scheußlich an. Und doch: Zeigten nicht gerade diese inneren Regungen der Verzweiflung, wie wichtig diese Sabbatzeit war und werden würde? Denn Gottes Ziel für mich war ja die Freiheit und nicht das Abhängigsein von meinem Tun und meiner Wirkung auf andere.

Und so nahm ich während der Gottesdienste, in denen ich keine Aufgabe mehr hatte, mein Herz wahr. Und spürte dort Sorge und Angst, nicht mehr zu genügen. Wenn ich das merkte, stand ich auf und ging während der Lobpreiszeit zu den Leuten, die für diejenigen beteten, die es »nötig« hatten. Denn nun war ich es, die es nötig hatte. Und andere durften das sehen. Ich war eine Bedürftige, die Hilfe und Gebet brauchte. Ich sagte dem Segnenden: »Ich bin in meiner Sabbatzeit. Ich fühle mich wie in einem Leistungszug. Das Nichtstun fällt mir so schwer. Hier im Gottesdienst nichts beizutragen, fühlt sich ätzend an.« Wenn ich mich demütig dazustellen, fielen das Gebet und die Segnungsworte tief in mein bedürftiges Herz und richteten mich auf.

Ich erinnerte mich daran, dass Jesus die Worte: »Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken« (Matthäus 11,28) auf dem Marktplatz ausgesprochen hatte, wo jeder sehen konnte, wer denn da bedürftig zu diesem Jesus ging. Das waren schon damals keine Worte für das stille Kämmerlein gewesen, auch wenn ich mir das immer so vorgestellt hatte.