

Ständig von Gott abgelenkt

Es läuft ja immer so viel! Da wollten wir mit Freunden einen Termin vereinbaren, aber wir fanden kaum ein Datum. Wie will man so denn Zeit finden fürs Gebet? Nicht dass wir Gebet als sinnlose Zeitverschwendung sehen würden – im Gegenteil. Ich weiss, ich sollte mehr Zeit für Gott oder den Sport oder die Familie haben, aber ...

Was ist das Kernproblem, dass das Leben so hektisch ist? Positiv ausgedrückt liegt es darin, dass der Lohn guter Arbeit noch mehr Arbeit ist. Man hat sich bewährt und das spricht sich herum. So fühlt man sich sogar etwas wichtig. Ich denke, das Problem liegt nicht im zuviel machen, sondern in meiner Lebensgestaltung.

Lk 10,38-40: *„Als sie aber weiterzogen, kam er in ein Dorf. Da war eine Frau mit Namen Marta, die nahm ihn auf. Und sie hatte eine Schwester, die hiess Maria; die setzte sich dem Herrn zu Füssen und hörte seiner Rede zu. Marta aber machte sich viel zu schaffen, ihnen zu dienen. Und sie trat hinzu und sprach: Herr, siehst du nicht, dass mich meine Schwester lässt allein dienen? Sage ihr doch, dass sie mir helfen soll!“* Tja, das hat man doch gerne: Ein Überraschungsbesuch! Marta ist gastfreundlich, aber sie hat nichts vorbereitet! Die Geschwister Marta, Maria und Lazarus sind Freunde von Jesus. Er soll jederzeit kommen dürfen. Und jetzt schnell noch aufräumen und etwas kochen.

Jesus redet vom Reich Gottes. Marta würde auch gerne zuhören. So höre ich es immer wieder mal von Leuten in unserer Gemeinde: „Ich würde gerne an die Mitarbeiterbibelschule kommen. Es liegt nicht an dir. Aber ich habe einfach keine Zeit.“

Dass Lazarus nicht hilft, ok, das gehörte sich so in jener Kultur. Doch Maria? Sie kommt nicht helfen. Vielleicht hat Marta schön böse Blicke in das Wohnzimmer geworfen. Vielleicht hatte sie extra laut mit Pfannen und dem Geschirr geklirrt, dass Maria es hört. Alles nützt nichts. Sie ist überzeugt, dass auch Jesus der Meinung wäre, dass Maria ihr helfen sollte. So machte sie Jesus sogar einen Vorwurf: *„Herr, siehst du nicht?“* „Jetzt muss das so laufen, wie ich es meine!“ Eine typische Reaktion von überlasteten Menschen. Im Stress kritisieren wir andere Menschen und sogar Gott. Man kann uns nicht mehr leiden und wir nerven. Und wir denken: „Niemand bedankt sich! Alle wollen etwas von mir! Dabei bin ich doch so christlich hingegen und freundlich – ja ein Vorbild“ Doch den Überdruck kompensieren wir mit harschen Reaktionen, Gewalt, sind verbittert, gereizt, verlieren die Achtung, ziehen uns zurück, werden passiv. Entsprechend brauchen wir ein Trösterchen wie Kaufrausch, oder ungesunden Fressattacken, unreine Gedanken... Andere sind schuld, dass ich so überlastet bin. Die anderen geben mir so viele Termine und Aufgaben.

Wie reagiert Jesus in unserer Geschichte? Tatsache ist, dass Jesus die Marta bisher nicht daran hinderte, zu viel zu machen. Offenbar ist es unsere Verantwortung, wieviel wir tun. Wir selbst füllen unseren Terminkalender. Selbst wenn der Chef immer noch mehr Arbeiten hinstellt. Wie reagiere ich darauf? Arbeite ich einfach länger, oder suche ich das Gespräch? Schauge ich mich sogar nach einer neuen Arbeitsstelle um?

Lk 10,41f: *„Der Herr aber antwortete und sprach zu ihr: Marta, Marta, du hast viel Sorge und Mühe. Eins aber ist not. Maria hat das gute Teil erwählt; das soll nicht von ihr genommen werden.“* „He hallo Marta, es geht doch gar nicht ums Essen! Du meinst es gut, doch will ich denn das

überhaupt?“ Dienen ist gut, aber die Beziehung zu Jesus darf nicht darunter leiden. Das Kernproblem ist also nicht das zu viel Tun, sondern dass wir unser Tun nicht so sehr von Jesus her ableiten. Was möchte Jesus eigentlich, was ich tun soll? Wie würdest du deine Zeit verbringen, wenn Gott darüber bestimmen dürfte? Marta machte etwas Gutes. Dieses Gute war aber der Feind vom Besten. Was möchte Gott wirklich, was ich tue?

Auch Jesus hatte viel zu tun. Einmal hatte er keine Zeit zu essen (Mk 6,31). Einmal schlief Jesus auf stürmischer See ein, so erschöpft war er (Mt 8,24). Obwohl er alles richtig machte, kann es dazwischen mal zu einer Überlastung kommen. Welche Werke tat Jesus? Joh 5,19.36: *„Der Sohn kann nichts von sich aus tun, sondern nur, was er den Vater tun sieht. ... Ich tue die Werke, die mir der Vater gegeben hat, damit ich sie vollende.“* Jesus hat nicht jede Aufgabe angenommen, sondern tat das, was der Vater im Himmel von ihm wollte. Einmal wollten viele geheilt werden, er aber zog sich zum Gebet zurück (Lk 5,16). Oder als die Menschen ihn suchten und fanden zog er sich in eine andere Stadt zurück, auch denen das Evangelium zu predigen (Mk 1,38). Jesus konnte „nein“ sagen, ohne schlechtes Gewissen.

Du selbst füllst deine Termine in die Agenda – das geschieht nicht einfach. Überlege dir mal: Wieviele Abende musst du von zu Hause weg sein? Willst du das überhaupt? Was möchte Gott von dir, was du tun sollst? Eph 2,10: *„Wir sind sein Werk, geschaffen in Christus Jesus zu guten Werken, die Gott zuvor bereitet hat, dass wir darin wandeln sollen.“* Wir sollen die 80%, die Gott für uns schon vorbereitet hat, vollenden. Das ist unsere primäre Aufgabe. Das bedeutet, dass wir gezielt darauf hören, welche Aufgaben uns Gott gibt. Wir füllen unsere Zeit mit dem, wozu er uns berufen hat. Welches ist deine Berufung? Was gehört da wirklich dazu? Oft ist es das, was dir trotz aller Arbeit Freude macht und dich ausfüllt. Konzentriere dich darauf. Die anderen Dinge versuche zu reduzieren. Lerne es, nein zu sagen. Sprich mit deinem Vorgesetzten, welches deine Aufgaben sind. Und wenn du etwas Neues annimmst, überlege gleichzeitig, was du abgeben kannst.

Meist füllen die dringenden, wichtigen Aufgaben unsere Zeit. Für unsere grundsätzliche Berufung bleibt dann aber oft keine Zeit mehr. Das sind die Dinge, die dich persönlich entwickeln. Dazu gehört auch das Gebet, das Lesen der Bibel, oder die Weiterbildung im biblischen Bereich. Darum führe ganz bewusst eine Agenda. Trage dort nicht nur deine Arbeit ein, sondern auch Familientermine, Ehetermine, deine Freizeit und auch die Zeit mit Gott. Auch das sind Termine! Dann kannst du bei einer Anfrage sagen, du hättest bereits einen Termin. Trage Tage oder Stunden ein, in denen du dich der längerfristigen Berufung widmen kannst. Wenn du deine Stille Zeit mit Gott nur machst, wenn noch Zeit übrig ist, machst du es nie. Und wenn mal Zeit da wäre, bist du so erschöpft, dass es nur noch für die TV Fernbedienung reicht. Was ist dir wichtig, aber du findest keine Zeit? Plane diese Zeiten ein! Sonst entwickelst du dich kaum mehr, was zur Unzufriedenheit führt. Oder überlege dir, wann im Tagesverlauf deine produktivste Zeit ist. Achte darauf, dass du dann vor allem die Dinge tust, die deiner Berufung am ehesten entsprechen.

Wichtig ist, dass du noch heute damit konkret beginnst, sonst schiebst du das wieder auf die lange Bank. Und sperre deinen freien Tag vor Arbeit und ziehe deine Ferienwochen konsequent ein. Achte auf genügend Schlaf, Sport und gesunde Ernährung. Du selbst muss etwas ändern, nicht dein Umfeld. Überlege dir auch, was du dich aussetzt. Was raubt dir deine Zeit sonst noch? Medienkonsum, News, soziale Medien? Das sind alles sehr kurzfristige Infos, die dein Leben kaum weiterbringen. Mache dazwischen mal einen Tag ohne Medien, dann hast du vielleicht plötzlich viel Zeit. Und wenn du dir schon Zeit zum Gebet mit Gott nimmst: Werden deine Gedanken oft abgelenkt? Es ist für mich ein Zeichen, dass zu viel läuft. Kurzfristig kann da helfen, dir Notizen

dieser Gedanken anzulegen, damit du diese Gedanken schnell beiseitelegen kannst. Zuweilen hilft sich zu überlegen, wo man Dinge delegieren kann, oder zumindest, dass dir jemand hilft. Zu Beginn bedeutet dies einen Mehraufwand, aber längerfristig hilft es dir. Oder wäre eine Reinigungskraft zu Hause eine Entlastung?

Wenn dein Tank nicht fast leer ist vor Überlastung, bist du eine andere Persönlichkeit. Dann bist du gut drauf, kannst dir Zeit für Gemeinschaft nehmen, du spürst Gott realer und hörst seine Stimme eher. Du bist präsenter, liebst Menschen eher, bist kreativer, ausgeglichener, Gott hingeebener, lebst mehr in der Berufung und bist humorvoller. Und wenn eine Krise kommt, bist du resistenter. Da war doch der Bruder von Marta und Maria, Lazarus, gestorben (Joh 11). Wie reagieren die beiden Schwestern? Marta hat trotz Jesu Gegenwart keinen Glauben, dass Lazarus jetzt auferstehen würde. Maria hingegen wusste, dass Jesus alles möglich ist.

Wenn wir uns Zeit nehmen, mit Jesus zusammen zu sein, prägt dies unser Leben. Baue deine Zeit mit Gott fest in deinen Terminplan ein. Bei einigen ist das am Morgen; andere müssen eh schon früh raus. Vielleicht steckst du dir im Zug zur Arbeit Ohrhörer rein und liest so deine Bibel. Oder du nutzt die lange Mittagszeit für dich Oder du schickst deine Kinder nach dem Mittagessen in ihre Zimmerstunde. Da machst du dann nicht den Haushalt, sondern nimmst dir die Zeit für Gott. Finde heraus, wie du vor allem deine Beziehung mit Gott pflegst und plane diese Zeit in den Tag ein, egal ob das mehr durch Lobpreis ist, Bibellesen, Gebet, Natur, Gespräch ist. Lasse dir diese Zeit nicht durch ständiges Ablenken rauben. Gib deiner Zeit mit Gott durch Gebet, im Lesen der Bibel und dem Besuch von biblischen Seminaren hohe Priorität, denn es wird dein Leben langfristig prägen.