

Die Radiopredigten

Auf Radio SRF 2 Kultur und Radio SRF Musikwelle gehört, zur Ergänzung notiert.
Es gilt das gesprochene Wort

Vreni Ammann, röm.-kath.

21. August 2016

Unterbrechung

Gen 2, 2-3 ; Mk 4, 3-8

Liebe Hörerin, lieber Hörer

Darf ich ihnen kurz Anne vorstellen? Anne hatte in der Halbzeit ihrer Ferien eine Einsicht, die ihr bis ins Innerste guttat. Nämlich: "Der Abstand vom Alltag macht mich so frei. Mich einmal aus den eingespielten Gewohnheiten ausklinken tut unendlich gut. Ja, ich erhalte einen neuen Blick auf meine Vielseitigkeit, wenn ich mich in einer anderen Umgebung wahrnehme. Es tut mir gut, wenn ich mich mehr bewege, genügend schlafe und das Essen so richtig geniesse. Es ist schön Zeit zu haben für Gespräche und keine Nervosität zu spüren, wenn es nicht läuft wie geplant. Ich bin innerlich viel ruhiger ohne regelmässig Mails zu lesen und mit der Zeit vergesse ich sogar den ständigen Blick aufs Handy." Fast feierlich vereinbarte Anne während ihren Ferien mit sich selber: „Wenn ich zurück bin teile ich meinen Alltag anders ein. Ich will dieses Gefühl von Freiheit, nicht nur eine kurze Zeit im Jahr erleben, sondern auch daheim. Ich will für das, was mir wichtig ist Zeit haben, auch im Alltag.“ Entschlossen notierte sie sich einige Vorsätze:

- Während der Mittagspause für Anrufe un erreichbar sein.
- Einen Abend in der Woche frei halten.
- Mit Freunden, die ich schon länger wieder einmal treffen wollte, vereinbare ich einen konkreten Termin.
- Das Auto lasse ich öfter daheim und schenke mir mehr Bewegung.
- Wenigstens eine Viertelstunde im Tag halte ich Stille mit einem besinnlichen Gedanken.

Und dann waren die Ferien vorbei. Anne tauchte wieder in ihren Alltag ein. Zurück am Arbeitsplatz, musste sie sich zuerst einmal einen Überblick verschaffen: Post erledigen, die wichtigsten Eckpunkte mit den Mitarbeitenden besprechen. Der erste Arbeitstag dauerte länger als geplant. Für den Einkauf musste sie das Auto nehmen, um vor Ladenschluss im Supermarkt zu

sein. Die Schlange an der Kasse war lang, die Heimfahrt im Feierabendverkehr stockend. Anne kam erst spät nach Hause. Müde wie sie war, nahm sie sich etwas aus dem Kühlschrank und setzte sich aufs Sofa. Zeit für die Tagesschau. Der anschliessende Krimi brachte nicht viel Entspannung, doch wenigstens etwas Unterhaltung. Vor dem Einschlafen dachte Anne ironisch und etwas frustriert: „Willkommen zurück im Alltag!“

Liebe Hörerinnen und Hörer. Auch wenn Anne eine erfundene Figur ist, muss ich zugeben, ich kenne ähnliche Prozesse. Zum Beispiel während Exerzitien. Das sind Besinnungstage in der Stille, begleitet durch geistliche Impulse. Während solchen Tagen durfte ich immer wieder erfahren, wie gut es ist Innezuhalten und die vertiefte Begegnung mit Gott zu suchen. So oft bin ich dann mit vielen Vorsätzen nach Hause gekommen. Ich wollte etwas von dem wohltuenden Rhythmus weiterführen. Den Rhythmus in dem sich Besinnung die Aktivität abwechseln. Doch der Alltag hat meine guten Absichten wie aufgesogen und ziemlich schnell war es wie immer. Das heisst, ich liess mich treiben durch das viele um mich herum, von Dingen, die offenbar sofort erledigt werden mussten. Aus diesen Erfahrungen kann ich gut verstehen, was Jesus im Gleichnis vom Sämann beschrieb. Der Sämann säte Samen aus. Dieser ging schnell auf, doch das Erdreich war nicht tief genug und der Samen verdorrte. Oder es waren Dornen, die die Samen am Aufgehen hinderten, oder gar Vögel, die sie wegpickten. Schade, denn was ausgesät wurde, wäre zweifelsfrei gut. Ähnlich wie die Saat, die keinen geeigneten Boden fand um sich zu verwurzeln und zu wachsen, verstehe ich meine Erfahrungen aus den Exerzitien oder den Ferien: Sie sind wie Samen mit dem Potential Frucht zu tragen, dem Alltag Ermutigung, Sinn, Tiefgang und Lebensfreude zu verleihen. Doch das Gesäte findet nicht den nötigen Platz um wirklich zu wachsen. Oft habe ich mir die Frage gestellt: Wie schaffe ich Raum, um in meinem Alltag mehr von dem einbringen, was mir in den längeren Auszeiten so guttut? Wie kann etwas von dem weiterwachsen, was ausgesät worden ist? Was kann helfen, damit nicht alles von den Sorgen und Pflichten des Alltags überwuchert wird?

Nun habe ich für mich ein ansprechendes Wort entdeckt, das mir auch im Alltag hilft: Das Wort heisst: Unterbrechung. Der Theologe Johann Baptist Metz hat folgenden Satz geprägt: „die kürzeste Definition von Religion ist

Unterbrechung“. Dieser Gedanke „die kürzeste Definition von Religion ist Unterbrechung“ ist für mich zu einer Schlüsselaussage geworden. Vielleicht klingt der Gedanke im ersten Moment etwas wenig griffig. Darum meine Präzisierung: Ich verstehe das Wort Religion, als ein Zurückgebunden sein, ein sich festmachen an einen göttlichen Urgrund. Dieser göttliche Urgrund ist für mich der biblische Gott, der uns durch den christlichen Glauben vermittelt wird. Kurz zusammengefasst: Ich fühle mich verbunden mit Gott, der einmal zu Mose gesagt hat: Jahwe ist mein Name, das heisst „ich bin da“. Es ist der Gott, der seine Liebe zu den Menschen eindrücklich durch Jesus Christus gezeigt hat. Es ist der Gott, der durch die Kraft des guten Geistes heute unter uns wirkt. Ich darf mich festmachen am dreifaltigen Gott, das ist für mich die Bedeutung der Religion. Wenn nun die kürzeste Definition von Religion Unterbrechung ist, dann bedeutet das, dass jede Unterbrechung die Möglichkeit ist, mich auf Gott zu besinnen. Alle Momente in denen ich durch irgendetwas gestört, eben unterbrochen werde sind Angebote, innezuhalten. Etwas Abstand zu gewinnen zur Situation. Ich meine damit Momente, die wir alle kennen, zum Beispiel ein Gelächter um die Hausecke -das kann mich aus meinen zu ernsthaften Gedanken locken. Oder Kaffeeduft in der Nase - der kann mich einladen mich mit anderen kurz zusammenzusetzen. Hinter Unerwartetem und auch ganz Weltlichem kann ich eine Einladung Gottes vernehmen als würde er mich stupfen und sagen: Klink dich mal kurz aus. Natürlich gelingt es mir nicht, alle Unterbrechungen als Gottesbegegnung wahrzunehmen. Ich kann auch nicht jeder Unterbrechung einen grossen Raum geben, denn ich habe ja auch Verpflichtungen, denen ich nachkommen muss. Doch ich stelle manchmal rückblickend auf den Tag staunend fest wie viel Unerwartetes, Bereicherndes um mich herum ist. Für mich steht fest: Der Gedanke der Unterbrechung, der Rückbesinnung auf Gott lässt sich bereits aus der Schöpfungsgeschichte ableiten. Im ersten Buch der Bibel, im Buch Genesis steht: *Am siebten Tag vollendete Gott das Werk, das er geschaffen hatte, und er ruhte am siebten Tag, nachdem er sein ganzes Werk vollbracht hatte. Und Gott segnete den siebten Tag und erklärte ihn für heilig; denn an ihm ruhte Gott, nachdem er das ganze Werk der Schöpfung vollendet hatte.* Dieser Satz aus der Schöpfungsgeschichte unterstreicht, wie wichtig in den Augen Gottes Unterbrechungen sind. Einen ganzen Tag pro Woche will er uns dazu zur Verfügung stellen. Wir Menschen sind Teil

der Schöpfung und der Schöpfer weiss, dass seine Geschöpfe Pausen brauchen. Er gönnt uns Momente, die frei sind von Leistung, Druck und Sorge und das nicht nur während zwei, drei Wochen im Jahr, sondern viel öfter. Diese Unterbrechungen schaffen Raum, uns an ihn zu erinnern. Zu erinnern, dass wir durch die Verbindung mit ihm an eine Kraftquelle angeschlossen sind. Diese will uns stärken für die Aufgaben des Alltags. Doch nicht einfach, damit wir noch mehr leisten können, sondern damit wir die Einsicht immer wieder erhalten: ich bin Teil eines Grösseren, Teil einer Schöpfung. Zur Einsicht, dass es wohl oft auf mich ankommt, dass jedoch nicht alles von mir abhängt. Es erinnert an das Gefühl, das sich oft in den Ferien bestätigt: Einfach einmal sein, nicht immer von irgendwoher getrieben werden tut Körper und Seele, ja dem ganzen Menschsein gut. Der Sonntag, als Unterbrechungstag schlechthin, ist in den vielfältigen Freizeit- und anderen Angeboten fast etwas untergegangen. Schnell verschwindet der Raum für die Erholung im Trubel des Alltags und in unzähligen Aktivitäten, wenn wir ihn nicht reservieren und als göttliches Angebot nutzen einfach mal zu sein, ohne zu leisten.

Heute ist Sonntag. Auch wenn gerade in diesen Tagen für viele Erwachsene, Kinder und Familien nach der Sommerferienzeit der Alltag wieder begonnen hat: Nehmen Sie diesen Sonntag als geschenkte Unterbrechung! Und übersehen sie nicht die ganz kleinen Unterbrechungen während der Woche. Es sind Möglichkeiten die Kraftquellen des Lebens wahrzunehmen. Ein wenig wie einen Augenblick Ferien, mitten im Tun.

Vreni Ammann

Guisanstrasse 83, 9010 St. Gallen

vreni.ammann@radiopredigt.ch

Auf Radio SRF 2 Kultur und auf Radio SRF Musikwelle um 9.30 Uhr (kath.) und um 9.45 Uhr (ref.)

ISSN 1420-0155, Herausgeber: Katholisches Medienzentrum, Reformierte Medien. Jahresabo per Kalenderjahr zu Fr. 45.-- als PDF-Datei. Einzel-Expl. im Kopie-Verfahren für Fr. 3.-- über Radiopredigt, Postfach 1914, 4001 Basel. Alle Rechte, auch die des auszugsweisen Nachdruckes, jegliche Reproduktion sowie Übersetzungen bleiben vorbehalten. Bestellungen und Elektron. Versand: Radiopredigt c/o Reformierte Medien, Pfingstweidstrasse 10, 8005 Zürich, mail: abo@radiopredigt.ch Produktion: Reformierte Medien, Zürich