

Andrea Schwarz

Mehr leben!

Das Buch

Wir alle kennen die Situation: Aufträge und Verpflichtungen füllen unseren Tag, wir sehnen uns danach, einen Gang herunterzuschalten und aus unseren Verantwortungen auszubrechen. Das Leben bleibt dabei auf der Strecke. Andrea Schwarz lädt uns ein, uns gemeinsam mit dem Propheten Elija eine persönliche Auszeit zu nehmen. Überraschend aktuell erschließt die Autorin die biblischen Erzählungen seines Lebens: Es ist die Geschichte eines Wegs aus dem Gefühl der Erschöpfung und des Burn-out heraus zu neuem Leben. Die vierzig Impulse des Buches helfen, Lebensschritte zu finden und zu gehen – hin zu »mehr Leben«.

Die Autorin

Andrea Schwarz, ausgebildete Industriekauffrau und Sozialpädagogin, viele Jahre in der Gemeindearbeit in Viernheim bei Mannheim sowie ehrenamtlich bei Projekten der Mariannhiller Schwestern in Südafrika, ist heute als gefragte Referentin und Bibliolog-Ausbilderin tätig. Sie ist pastorale Mitarbeiterin im Bistum Osnabrück und wohnt in Steinbild im Emsland. Andrea Schwarz gehört zu den meistgelesenen christlichen Schriftstellern unserer Zeit.

ANDREA SCHWARZ

Mehr leben!

Eine Auszeit mit dem Propheten Elija



FREIBURG · BASEL · WIEN

HERDER spektrum Band 6986

Für Ulli - danke, dass du mit mir gehst



Neuausgabe 2017

© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2011

Alle Rechte vorbehalten

www.herder.de

Umschlaggestaltung: wunderlichundweigand, Stefan Weigand

Umschlagmotiv: © AlexSava/iStock

Autorenfoto: © Verlag Herder GmbH, Freiburg / Stefan Weigand
Umschlaggestaltung: Weiß-Freiburg GmbH, Graphik & Buchgestaltung

Als deutsche Bibelübersetzung ist zugrunde gelegt:

*Die Bibel. Die Heilige Schrift
des Alten und Neuen Bundes.
Vollständige deutsche Ausgabe*

AQ
DIE BIBEL

© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2005

Satz: Arnold & Domnick, Leipzig

Herstellung: CPI Books GmbH, Leck

Printed in Germany

ISBN 978-3-451-06986-4

Lieber Leser; liebe Leserin,

wer sich auf eine Auszeit einlässt, der hat in aller Regel einen Grund oder einen Anlass dafür. Vielleicht die Erkenntnis: So wie es bisher in meinem Leben ging, kann es nicht mehr weitergehen – es ist zu viel, man blickt nicht mehr durch, hat die Linie des eigenen Lebens verloren. Wenn man den Wald vor lauter Bäumen nicht mehr sieht, dann muss man einen Schritt zurück machen, um den Wald wieder zu entdecken. Wenn das Tempo zu schnell wird, muss man langsamer machen; wenn alles zu sehr Routine wird, muss man etwas ändern. Und wenn man erschöpft ist, dann muss man schauen, wo man Kraft tanken kann. Oder, kann auch sein, man hat ganz einfach nur Lust auf neue, andere Erfahrungen. Alles Grund genug, für eine bestimmte Zeit in meinem Leben etwas anders zu machen, mir sozusagen eine Auszeit zu nehmen.

Es gibt viele Formen, wie man so eine Auszeit gestalten kann – thailändische Massagen und indianische Schwitzhütten, »Wohlfühl-Hotels« und »Schlafen im Heu«, Urlaub im Kloster und Klettern im Himalaja. Ja, einige dieser Angebote mögen wirklich so eine Auszeit sein – aber auch manche Geschäftsleute haben den Markt durchaus für sich entdeckt: »Wellness« boomt. Und ob etwas wirklich hilft, nur weil man viel Geld dafür bezahlt, kann man noch mal dahingestellt sein lassen.

Es gibt eine alte und durchaus bewährte Form, eine solche Auszeit zu gestalten. Das »äußere Kennzeichen« dafür ist, dass diese Auszeit 40 Tage dauert. Das ist ein Zeitraum, der über die spontane Begeisterung des »morgen« und »übermorgen«

hinausreicht – aber zugleich ein Vorhaben noch überschaubar macht. Wer sich auf »40 Tage« einlässt, der macht einerseits ernst: Einen Vorsatz, ein Vorhaben 40 Tage lang durchzuhalten, das braucht Kraft, Energie, Beharrlichkeit – und vor allem ein Ziel, für das es sich lohnt. Andererseits: »40 Tage« – das ist nicht gleich das ganze Leben! Man kann es mal probieren mit dem »anderen«, indem man auf etwas verzichtet, etwas im Leben verändert, sich bewusst Zeit für etwas nimmt.

Die Zahl »40« kommt dabei nicht von ungefähr. In der Zahlsymbolik ist es die Zahl der »Wende«, etwas wird beendet, damit etwas neu anfangen kann. Es ist die Zahl, die die Routine unterbricht. Die »40« ist die Zeit »dazwischen«, die Zeit zwischen dem, was war – und dem, was vielleicht möglich ist. »40« – damit Neues werden kann.

Das ist der Grund, warum wir in der Bibel so oft dieser Zahl »40« begegnen: Bei der Sintflut regnet es 40 Tage, 40 Jahre dauert die Wanderung des Volkes Israel hin zum Gelobten Land, und Jesus zieht sich vor seinem ersten öffentlichen Auftreten für 40 Tage in die Wüste zurück – Zeiten des Übergangs.

Auch die Fastenzeit, die Zeit der Vorbereitung auf Ostern hin, das Fest der Auferstehung, das Fest der Neuwerdung, dauert 40 Tage.

Sich selbst »40 Tage« gönnen, um die Routinen zu unterbrechen, hinzuschauen, wo man gerade ist und sich neu zu vergewissern, wo man hin möchte – warum eigentlich nicht? Manchmal ist es hilfreich und sogar notwendig, um nicht im Alltag unterzugehen, um sich selbst wieder zu finden, um einen Unterschied zu machen zu den restlichen 325 Tagen im Jahr.

»40 Tage« – es bleibt Ihnen überlassen, wann Sie sich diese Zeit für sich nehmen wollen oder auch können. Die Zahl ist symbolisch, der Zeitpunkt ganz persönlich. Vielleicht bietet sich wirklich die Fastenzeit dafür an – oder die großen Sommerferien, wenn die Kinder morgens nicht zur Schule müssen. Eventuell ist es der Urlaub – oder es sind die Wochen in der Reha-Klinik. Wichtig ist nicht »wann« und »wie«, sondern »dass« ...

Zu solchen »40 Tagen« möchte ich mit diesem Buch einladen. 40 Tage lang sich jeden Tag ein wenig Zeit nehmen, eine Auszeit mitten im Alltag ... ein Impuls, ein Gedanke, der vielleicht dabei helfen kann, den Wald des eigenen Lebens wieder zu sehen statt nur die einzelnen Bäume, einen Schritt zurück zu machen, wieder neu das Ziel und den Weg zu entdecken.

Und warum sich dann nicht zusammen mit einem Begleiter auf den Weg machen? Einem, der das Leben kennt? Einem, der Höhen und Tiefen erlebt hat? Und der seinen Weg gesucht und gefunden hat? Einem, der uns vielleicht den einen oder anderen Anstoß und Impuls für unser Leben geben kann ...? Für die Wende, das neue Ziel?

Zugegeben, der Begleiter, den ich Ihnen vorschlage, mag ein wenig ungewöhnlich sein ... der Prophet Elija. Seine Geschichte ist fast dreitausend Jahre alt – und doch menschlich so aktuell, dass sie auch heute noch gegenwärtig ist. Es ist eine Geschichte von Zumutungen und Herausforderung, von Allein-Sein und Beziehung, von Siegen und Niederlagen, von Leidenschaft und von »burn-out« – und es ist eine Geschichte vom Loslassen. Vor allem aber ist es die Geschichte eines Menschen mit seinem Gott – und die Geschichte Gottes mit einem Menschen.

»Eine Auszeit mit Elija« – 40 Tage lang, das könnte die Einladung sein, den Alltag einmal zu unterbrechen, neu auf mein Leben hinzuschauen, Perspektiven und Visionen zu entwickeln – und sie dann vielleicht Schritt für Schritt in die Realität umzusetzen.

Wer sich darauf einlässt, dem ist es ernst ... der will was. Vielleicht ganz einfach »mehr leben!«?

Das ist die Einladung dieses Buches und die Einladung des Propheten Elija ... »mehr leben«. Und ich glaube, das ist das einzige Ziel überhaupt, für das es sich lohnt, 40 Tage lang sein Leben ein bisschen zu verändern, und sei es nur mit einem Impuls am Tag, zehn Minuten: »Mehr leben!«

Die Einladung steht. Mehr leben.

Jetzt liegt es an Ihnen, ob Sie mitkommen mögen.

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Andre Schwarz". The signature is fluid and cursive, with "Andre" on top and "Schwarz" below it.

Inhalt

1	Elija – ein Name ist Programm	11
2	Vor die Wahl gestellt	17
3	Stehen vor Gott	20
4	In die Wüste geführt	26
5	Herausgefordert	29
6	Aufbrechen, weggehen, sein	33
7	Hinabsteigen	39
8	Sich verbunden fühlen	43
9	Mit den Ärmsten der Armen	46
10	Am Du zum Ich	49
11	Entschieden für das Leben	53
12	Gott kommt unerkannt	56
13	Bilder zerbrechen lassen	60
14	Zurück ins Leben	64
15	Wenn jeder gibt, was er hat	67
16	Das Letzte geben	70
17	Zusage	73
18	Die drei Bälle des Lebens	77
19	Sich zeigen	81
20	Die Begegnung	86
21	Das Volk schweigt	89
22	... und ein Stier will nicht	93

23	Beim Suchen helfen	96
24	Raue Zartheit	99
25	Möge mein Leben kostbar sein	103
26	Im Geheimnis wohnen	107
27	Eine Kleinigkeit zu viel	109
28	Am Ende sein	112
29	Ausgebrannt	116
30	Vom Engel berührt	119
31	Wenn Engel Federn lassen	123
32	Steh auf und iss	128
33	Ein Schrei der Sehnsucht	131
34	Plötzlich: Stille	134
35	Gott ist ganz anders	138
36	Noch zu neu	142
37	Von Gott geliebt	145
38	Nicht viele Worte	148
39	Lassen lernen	152
40	Mit Zorn und Zärtlichkeit	159
	Statt eines Nachworts	163
	Bibelstellen	164
	Quellenverzeichnis	166

Elija – ein Name ist Programm

Elija, der Tischbiter aus Tischbe in Gilead

1 Könige 17,1

Manchmal, wenn man einem Menschen zum ersten Mal persönlich begegnet, bringt man ja sozusagen schon etwas mit ... und das ist mit Ihnen und Elija vielleicht nicht anders. Gar nicht unwahrscheinlich, dass Sie schon irgendetwas über ihn gehört haben, möglicherweise fallen Ihnen irgendwelche Geschichten ein oder Bilder, die Elija darstellen. Oder sogar Musik? Ja, das kann alles sein!

Kein Wunder: Neben Abraham und Mose ist Elija die Gestalt des Alten Testaments, die im Neuen Testament am häufigsten erwähnt wird. Zusammen mit Mose ist Elija dabei, als Jesus verklärt wird. Als Jesus seine Jünger fragt, für wen die Leute ihn halten, ist eine der Antworten: Für Elija. Und sogar bei seiner Kreuzigung, als Jesus nach Gott ruft, was in seiner Sprache »Eli« heißt, glauben manche, er ruft nach Elija. Manche kennen die Geschichte von Elija unter dem Ginsterstrauch, als er sich den Tod wünscht – und ihm ein Engel Brot und Wasser hinstellt. Andere erinnern sich vielleicht an die Szene auf dem Berg Horeb, als Gott dem Elija nicht im Feuer, nicht im Erdbeben und nicht im Sturm erscheint, sondern in einem sanften Säuseln. *Marc Chagall, Sieger Köder* und viele andere Künstler haben eindrucksvolle Bilder von Elija gemalt

– und *Felix Mendelssohn-Bartholdy* hat die Geschichte des Elija musikalisch in einem Oratorium zum Ausdruck gebracht.

Auch als Vorname ist »Elija« in den letzten Jahren etwas populärer geworden (übrigens: Namenstag ist der 20. Juli) – und er ist der Patron, also der Schutzheilige, der Flieger.

Elija taucht im 1. Buch der Könige im 17. Kapitel vollkommen unvermittelt auf. Es geht keine Berufungsgeschichte voraus. Elija ist plötzlich einfach da. Ein Mann, ein Prophet, voll Leidenschaft für Gott, in einem Moment unsagbar erfolgreich – und dann plötzlich »burn-out«, am Ende.

Deshalb finde ich, dass man ihn ruhig auch zum Patron der ehren- und hauptamtlichen kirchlichen Mitarbeiter ernennen sollte – mit Leidenschaft für die Sache Gottes eintreten – und doch manchmal am Ende sein, nicht mehr weiterwissen!

Und dann ein neuer Anfang, ein neuer Beginn, ein neuer Auftrag – weil Gott ganz anders ist.

Irgendwie – ein interessanter Mensch, dieser Elija.

Vielleicht können wir ihn noch einmal ganz neu entdecken, wenn wir ihn auf seinem Lebensweg begleiten, wenn wir aus den Mosaiksteinen, aus dem, was wir bisher über ihn gehört haben, ein Bild entwerfen – und wenn wir ihm erlauben, uns damit auf unserem Weg zu begleiten.

Nach herkömmlichen Maßstäben wissen wir nicht viel über Elija. Er kommt aus Tischbe in Gilead, das liegt im heutigen Jordanien. Die Bibel berichtet von seiner Begegnung mit König Ahab – der regierte 875 bis 854 v. Chr., das kann man rekonstruieren –, also hat wohl auch Elija im 9. Jahrhundert vor Christus gelebt.

Wenn er denn überhaupt gelebt hat ... manche Exegeten sagen, dass Elija so sehr die Idealgestalt eines Propheten dar-

stellt, dass er gar nicht historisch war, sondern sozusagen »das konstruierte Idealbild«.

Aber bevor Sie das Buch jetzt schon enttäuscht zur Seite legen: Ganz ehrlich gesagt – es hat auch den kleinen Prinzen und den Fuchs (die aus dem Buch von *Antoine de Saint-Exupéry*) nicht gegeben. Und doch gibt es sie irgendwie ... und auch wenn ihre Geschichte nie wirklich so geschehen ist, so ist sie doch trotzdem wahr.

In früheren Zeiten, als es noch kein Fernsehen und kein Internet und keine Handys gab, hat man menschliche Erfahrungen nicht in irgendwelchen Lehrsätzen zusammengefasst, sondern sie in Geschichten, in Märchen gekleidet. Und wenn man abends am Lagerfeuer diese Geschichten erzählt hat, dann wurden damit zugleich diese Lebenserfahrungen weitergegeben. Und das gilt auch noch heute: Aus Lebensgeschichten lernt man mehr als aus knochentrockenen, offiziell amtlichen Lehrmeinungen.

Zugegeben, der Fuchs und der kleine Prinz – die hätten heute in den Nachrichten keine Chance, da sind knallharte Fakten gefragt. Ein kleiner Prinz und seine Liebe zu dem Fuchs als Meldung in den Nachrichten? Undenkbar! Und doch gibt es sie, diese so wunderschöne Geschichte! Und irgendwie ist sie ja doch wahr – wenn auch anders wahr ...

Also – ganz egal, ob Elija faktisch gelebt hat oder nicht – seine Geschichte hat eine Botschaft für uns. Diese Botschaft ist in eine Geschichte eingekleidet, die teilweise auf historisch belegbare Ereignisse und Personen zurückgreift wie zum Beispiel auf König Ahab und Isebel, seine Frau.

Aber die eigentliche Wahrheit dieser Geschichte ist eine andere.

Deshalb ist es vielleicht auch gar nicht so entscheidend wichtig, was wir von Elija zu diesem Zeitpunkt wissen – zumindest die Bibel hält es nicht für notwendig, uns mehr darüber zu erzählen.

Die Frage ist, ob wir uns zusammen mit Elija auf einen Weg machen, bei dem wir ihn besser kennenlernen werden – und vielleicht auch uns selbst.

Übrigens: Elija stellt sich indirekt schon selbst vor – nämlich mit seinem Namen. »Elija« heißt: »Mein Gott ist JAHWE (JHWH)«, in seinem Namen ist bereits sein Bekenntnis zu Gott enthalten – sein Name ist zugleich sein Programm.

»Ich bin JHWH, dein Gott, der dich aus dem Sklavenhaus herausgeführt hat ...«

Exodus 20,2

Die Schlüsselerfahrung der Geschichten des Alten Testamens ist der »Exodus«, der Aufbruch der Israeliten aus Ägypten, und der Bund Gottes mit seinem Volk.

Dies ist das zentrale Ereignis, das alle Erfahrungen der Israeliten mit ihrem Gott bestimmt und prägt – und aus dem heraus sie alle Geschehnisse deuten.

Man kann sich das durchaus sehr konkret und plastisch vorstellen: Da gab es eine Gruppe von Menschen, die aufgrund einer Hungersnot nach Ägypten gezogen waren – und sich dort vermehrten und zahlreich wurden. Die einheimischen Bewohner aber hatten Angst vor den Fremden und zwangen sie zur Arbeit. (Falls Sie nachlesen wollen: Exodus 1,1-14.) Die Israeliten gerieten ins Elend, sie werden zu Sklaven gemacht, leiden Not, ihre neugeborenen Söhne werden getötet.

Gott aber erinnert sich des Bundes, den er mit diesem Volk geschlossen hat, er erbarmt sich seines Volkes und beruft Mose als ihren Führer. Ihm sagt er: »Ich habe das Elend meines Volkes gesehen. Darum bin ich herabgestiegen, um es aus der Gewalt der Ägypter zu befreien.« Mose fragt Gott: »Wenn ich zu den Israeliten komme und ihnen sage: Der Gott eurer Väter hat mich zu euch gesandt, und sie mich fragen: Wie lautet sein Name?, was soll ich ihnen antworten?« Gott antwortet, indem er seinen Namen priwii nennt und ihn erklärt: »Ich bin der Ich-bin-da. So sollst du zu den Israeliten sprechen: JHWH, der Ich-bin-da, hat mich zu euch gesandt« (vgl. Exodus 3,1-15).

Und was danach in der Bibel erzählt wird, ist so eine Art Krimi unserer Urururur...eltern. Mose will nicht Führer des Volkes sein – und doch ist er von Gott dazu berufen. Der Pharaon will die billigen und nützlichen Sklaven nicht ziehen lassen und muss doch erleben, dass eine machtvolle Kraft an ihrer Seite ist und für sie kämpft.

Schließlich muss er nachgeben, und er lässt die Israeliten ziehen – um gleich darauf seine Entscheidung zu bedauern und ihnen mit seinem Heer nachzusetzen. Und dann kommt es zu dieser dramatischen Szene am Roten Meer, in der Mose aufgrund der Kraft Gottes das Meer spaltet, die Israeliten unbeschadet hindurchziehen – und in dem Moment, als die Ägypter ihnen nachsetzen, das Meer wieder zurückflutet und alle Verfolger unter sich begräbt.

Gut, es braucht noch Jahre, bis das Volk Israel schließlich dort anlangt, wo es seinen Platz finden soll – und nicht immer wollen sie das, was Gott will. Aber irgendwann wird schließlich das Gelobte (das heißt versprochene) Land erreicht – und vergessen sind die Erfahrungen der Mühsal, der Wanderschaft,

des Leidens. Es bleibt die Erfahrung, dass Gott selbst sie aus der Gefangenschaft befreit hat, sie auf ihrem Weg begleitet hat, mit ihnen war – allen Feinden zum Trotz.

Und diese Erfahrung des Exodus bleibt, trägt durch alle neuen Bedrängnisse hindurch, gibt Hoffnung, schenkt Zuversicht in der größten Not. Gott hat schon einmal sein Volk aus einer schier aussichtslosen Lage befreit – er wird es wieder tun. Das ist der Glaube des Volkes Israel – und er trägt bis heute durch.

Der Gott, an den wir glauben, ist ein befreiender Gott – und jeder, der aus ihm einen Gott machen will, der sich seinen eigenen Interessen unterordnet, der hat Gott nicht verstanden. Als Zeichen für diese Unbegreiflichkeit Gottes wird der biblische Gottesname JHWH von Jüdinnen und Juden seit Jahrtausenden nicht mehr ausgesprochen (die Aussprache dürfte etwa »Jahwe« lauten), sondern umschrieben. Auch christliche Bibelübersetzungen schreiben stattdessen »der Herr«. Gott übersteigt unser Denken, er entzieht sich unserem Begreifen. Und gerade die Unbegreiflichkeit Gottes ist ein Wesensmerkmal JHWHS – er ist ein lebendiger Gott, ein Gott, der Grenzen übersteigt –, damit wir nicht an den scheinbaren Grenzen unseres Lebens stehen bleiben ...

Nun kennen Sie das Programm, das in dem Namen des Propheten Elija steckt: »Mein Gott ist JHWH« ...