

## Lassen und Tun. Wie lernen wir zu lernen, was dran ist?

Online-Seminar Projekt Weiter Horizont Dekanat Bad Urach-Münsingen, 5. 2.2021

Danke für die Einladung – das ist ein spannendes Thema, das derzeit an vielen Stellen in Deutschland auf dem Tisch liegt. Wir werden es in zwei Blöcken angehen, jeweils mit Unterbrechung in Gruppen vor Ort  
Seit vielen Jahren fahre ich für ein verlängertes Wochenende in die Stille. Vor dem Gästetrakt ist ein großes Ohr aus Holz: Hier geht es ums Hören. In diesen vier Tagen halte ich meine Klappe, schweige durchgehend, setze mich der Bibel aus, höre kurze Impulse dazu, nehme an den Andachten der gastgebenden ev. Kommunität teil, bete, schreibe, wandere und schlafe.

Nach einigen Jahren überraschte mich direkt zu Beginn ein Gedanke in meinem Kopf: *Du hast dich müde gemacht mit der Menge deiner Pläne*. Ich konnte diesen Satz nicht verorten, erst am nächsten Tag fand ich ihn in der Bibel, an einer mir völlig unbekanntem Stelle, in Jes 47:13. Ein Kapitel gegen den Hochmut der Großmacht Babylon, das ich nie bewusst wahrgenommen hatte. Ich habe diesen Vers dann als ein direktes Reden Gottes angenommen, ohne dass ich ihn in seinen Konsequenzen verstand.

So etwas erlebe ich sehr selten, aber ich ahnte, dass es um mein viel zu hohes Lebenstempo ging, um den Druck, den ich auf andere ausübte, um die Erschöpfung, die mich regelmäßig müde machte. Müdigkeit war eine alte Lebensbegleiterin, ich bin oft völlig platt die zwei Stunden bis zu der Reiraite gefahren und habe dort v.a. viel geschlafen.

Müde - Ja. Aber dass meine vielen schönen, faszinierenden Ideen, Pläne und Projekte damit zusammenhängen sollten? Ich konnte diesen Vers bis heute nicht abhaken. Jahre später hat mir dort ein Seelsorger gesagt: Du musst dich diesem Vers aussetzen, bis du merkst, er hat sein Ziel bei dir erreicht. Insofern begleitet er mich immer noch. Bin ich eigentlich der richtige Referent für dieses Thema? Ehrlich gesagt: Ich predige dabei zuerst mir selber.

Dazu jetzt drei Gedanken zum Lebensstil des Lassens, dann eine Austauschphase. Dann ein zweiter Impuls zu Gemeinde und Dienst für Gott, zum Tun in unserem Leben, anschließend wieder ein Gruppenaustausch.

### 1 Lassen können

#### 1.1. Lassen können braucht seine Reihenfolge

Das Team hat die übliche Reihenfolge – Tun und Lassen - umgedreht in Lassen und Tun. Das markiert einen zentralen biblischen Aspekt: Der siebte Tag, der Sabbat, an dem Gott ruht von seinen Werken, wird durch die Auferstehung Jesu am folgenden Tag, unserem Sonntag, vom Ende zum Anfang der Woche. Wir beginnen die Woche mit dem Lassen, dem Ausspannen, der Pause. Ob das im Lande des Schaffens Könnens ähnlich irritiert gehört wird wie von mir Hochaktiven? Oder sind wir längst wie die grauen Herren in Momo, die jede Minute nutzbar machen wollen?

Lassen in der Bibel ist eine Botschaft der Befreiung: Gott setzt damit kein Verbot, sondern schafft einen Freiraum. Er verhindert nicht, sondern erlaubt. ‚Du sollst‘ heißt biblisch: *du darfst*. Gott freut sich, wenn wir uns diese Pause gönnen, wenn wir den Spaten aus der Hand legen, den Display ausschalten, das eine Zimmer unaufgeräumt lassen, die vielen mails, sms, chats und posts unbeantwortet bleiben. Gott gönnt es uns. Weil er unser Bestes will.

Was ich lerne: Sonntage, Pausen und freie Zeiten sind kein Zusatz, keine Möglichkeit, wenn vielleicht noch etwas Zeit für sie übrigbleiben sollte. Gott hat uns den Sabbat geschenkt, für das zweckfreie Loben, für die Freude am Guten der Schöpfung, für die Gelassenheit angesichts von Unvollkommenheit. Der Sonntag ist das Übungsfeld, um auch von Montag bis Samstag sabbatlich, wie freie Kinder Gottes leben zu können. Mein täglicher kleiner Sabbat ist die halbe Stunde morgens, wo ich auf Gottes Wort höre und bete. Lassen lebt aus dem Sabbat.

#### 1.2 Lassen braucht seine Balance

Sabbatlich leben hat einen weiteren Aspekt: Wir sind dazu geschaffen, Gott durch unsere Freude zu preisen. Und das geht nicht mit erschöpften, ausgepowerten, müden Seelen. Es geht nur, wenn die Freude als Grundmelodie unseres Lebens klingt, sich neu vernehmbar macht. Wenn Sie das Gleichnis vom vierfachen Ackerfeld (Mk 4par) noch im Ohr haben: Im Alltag gibt es genug Wegpicker, Zertrampler, Flachbohrer und Freudenräuber, die die Samen der Freude rauben, überdecken oder verdorren lassen. Jesus sagt: Frucht entsteht aus dem Hören, der Aufmerksamkeit für Gott, der Rückkehr zu seiner Balance.

Wissen Sie, wo Ihre Freudenpotentiale liegen? Vermutlich in dem, was Sie gerne machen, wo Motivation, Gabe und Aufgabe zusammentrifft. Oder in dem, was Ihrer Seele und Ihrem Leib guttut. Also etwas Schönes erfahren wie eine wunderbare Musik, einen spannenden Film, eine berührende Lektüre. Oder etwas Gutes für Ihren Leib: ein schönes Essen genießen, mit gutem Wein. Zwei Stunden Langlauf im tief verschneiten Wald. Oder auf

dem Sofa liegen und nur faul sein dürfen ... Jesus sagt zu seinen Jüngern: Ruht ein wenig (Mk 6:31). Er war mit ihnen auf einer Hochzeit, und hat dort Quantität wie Qualität des Weines erheblich angehoben. Als sie bei Zachäus aßen, hat es vermutlich nicht nur trockenes Brot gegeben. Lassen heißt: Der Freude Raum geben, die Schöpfung genießen, das schlechte Gewissen dem überlassen, der uns zur Freude geschaffen hat. Lassen bewirkt eine wichtige Balance gegen die Freudenräuber.

### 1.3 Lassen führt über Grenzen hinaus

In Grenzsituationen sind wir Menschen meist unsicher, etwa beim Schritt in unbekanntes Gelände, bei Tätigkeiten ohne Vorerfahrung. Aber Grenzen können auch neue Freiräume erschließen: Wenn wir dann etwas erleben, was unser Leben bereichert – hätten wir uns nicht an die Grenzen gewagt oder darüber hinaus, würde es fehlen. Ich musste im letzten Jahr fast jede Woche ein neues digitales Programm lernen: zoom, MS teams, padlet, videoscribe, slack, mentimeter, wonder.me und noch einige andere. Meist hatte ich nur die Alternative abgehängt zu werden, dann habe ich mich durchgestümpert – aber diese Grenzerfahrungen waren schließlich wichtig.

An Grenzen nicht verzagen? Was mir hilft, um mit Grenzen umzugehen, ist eine ermutigende Gemeinschaft: geduldige Andere, die mir etwas erklären. Meine Unterstützerinnen und Befähiger, die mich locken, mir helfen, mich einweisen, mir vom Freiraum jenseits der Grenze verlockend erzählen. Andere haben Gaben, die ich nicht habe, die ich aber nutzen darf – und umgekehrt. Andere ergänzen meine Defizite – und ich ihre. Im Kontext einer tragenden Gemeinschaft verlieren Grenzen ihre Bedrohung, können zur Bereicherung werden.

Lassen heißt: Ich muss längst nicht alles können, andere unterstützen mich. Lassen heißt: Ich muss längst nicht alles allein machen, andere sind neben mir. Lassen heißt: Jesus schenkt mir Geschwister, die mich wie ein Netz umgeben können.

Ich habe drei Akzente mit Ihnen geteilt: Lassen braucht eine Reihenfolge, braucht den Sabbat für die Arbeit, es braucht seine Balance der Freude. Und es führt über Grenzen hinaus

Frage für die Gruppen: *Welche Erfahrungen mit dem Lassen haben wir? Erzählt einander, wo, wie oder von wem ihr etwas Wichtiges zum Tun und Lassen gelernt habt.*

## 2. Tun können, was dran ist

Ich habe in den letzten 10 Jahren bundesweit in vielen Kirchenbezirken gearbeitet: Es hat immer Spaß gemacht, denn es waren die Engagierten, die etwas ändern wollten, die Aufbruchsbreiten. Gemeinden in Ost und West, Nord und Süd unterscheiden sich durchaus. Aber eines hatten sie gemeinsam: Sie waren schneller bereit, etwas Neues anzufangen als etwas Altes zu lassen. Beginnen macht mehr Spaß als Beenden, Aufsatteln ist leichter als zurücklassen. Ein neues Projekt mit Charme hat größere Verlockung als ein altes, das mit Anstand beendet werden muss. Aber wir wissen alle: In einem endlichen System kann man nicht nur wachsen, muss man auch beenden. drei Impulse dazu, wie das Tun im Gleichgewicht bleiben kann.

### 2.1 Das Wichtige vor dem Dringlichen.

Viele von Ihnen sind in Leitungsgremien, etwa im KGR, CVJM-Vorstand etc. Und Sie alle kennen die Erfahrung: Die to-do-Liste füllt sich schnell und von außen. Wir stellen dann das nach hinten, was Jesus als „das eine, das zuerst Wichtige“ (Lk 10:42) bezeichnet hat: Nähe zu ihm, Hören, Stille, Beten, Nachdenken, Beziehungen. Aber schnell wird das Dringliche zum Hamsterrad: Man rennt dem Unerledigten hinterher, kommt nie an ein Ende, wo vorne eine Aufgabe erledigt wird, hängen sich hinten schon zwei neue dran. Der Soziologe Hartmut Rosa beschreibt diesen Lebensstil als zunehmende Beschleunigung<sup>1</sup>: Wir müssen das Tempo immer mehr erhöhen, nur um nicht zurückzufallen. Dieser ‚rasende Stillstand‘ macht uns und unsere Welt zunehmend kaputt.

Wir kennen Ähnliches auch in der christl. Gemeinde. Sitzungen, wertvolle Treffen, Zeit miteinander bleiben nicht leer: Aufgaben, Anfragen, Probleme strömen hinein wie in ein Vakuum. Sie alle schreien laut: Nimm mich. Mache mich zu deiner Priorität. Der engl. Gemeindeentwickler Robert Warren nennt das „die Tyrannei des Dringlichen“<sup>2</sup>: wir orientieren uns an dem Dringenden statt an dem, was wirklich wichtig ist.

Wer von Ihnen Hunde hat, weiß: Sobald man etwas zu Fressen in der Hand hat, sind sie nicht mehr abzulenken. Warren hat in England Gemeinden untersucht, die wachsen und Ausstrahlung haben. Eines der überraschenden Ergebnisse: Sie arbeiten nicht mehr als andere, aber sie sind fokussierter. Sie wollten sich auf das Wesentliche konzentrieren, das Wichtige zählt mehr als das Dringende. Sie haben gelernt innezuhalten, Bilanz zu ziehen, herauszufinden, wohin Energie und Aufmerksamkeit fließen müssen. Das Kennzeichen „They

<sup>1</sup> Hartmut Rosa, Beschleunigung, Suhrkamp 2005 u.ö.

<sup>2</sup> Robert Warren, Auf dem Weg der Erneuerung. Vitale Gemeinden entwickeln und leben, Neukirchener 2018, 34ff

do few, but do it well“ war schwer ins Deutsche zu übertragen. Wir haben diese Haltung dann so übersetzt: „Wir konzentrieren uns auf das Wesentliche. Wir wollen lieber Weniges gut tun, als uns im Aktionismus zu verlieren.“<sup>3</sup> Das Wichtige ist, was in den Augen Gottes dran ist.

## 2.2 Oasen zur Orientierung

Um das Wichtige zu finden, zu hören, wahrzunehmen, brauchen wir regelmäßig Unterbrechungen, Haltepunkte, Entschleunigungsorte. Ich nenne sie ‚Oasen‘: Ohne sie verdursten wir in den Wüsten des Alltags, an Oasen können wir regelmäßig rasten, um zur Ruhe zu kommen. Einer der schönsten Oasensprüche Jesu ist: Kommt zu mir alle, die ihr euch abmüht und belastet seid: ich will euch Ruhe schenken. Nehmt das Joch auf euch, das ich euch gebe. Lernt von mir: ich meine es gut mit euch (Mt 11:28f BB).

Oasen sind Punkte, wo wir miteinander das Dringende nach hinten stellen, um nach dem Wichtigen zu fragen. Das gilt für unsere Alltag als einzelne, gilt für unsere Kleingruppen und Teams, gilt für Gremien und Gemeinden. Oasen können Zeiten der Stille sein, um neu nach Gott zu fragen. Klausuren und Spinn-Werkstätten, um das Laufende zu sichten, für notwendige Veränderung offen zu werden. Barcamps und Kreativ-Workshops, um eine sich rapide verändernde Gesellschaft zu verstehen. Arbeit mit Bibel und Theologie, um die Relevanz des Evangeliums anders zu erfassen, neu zu kommunizieren. Oasen entstehen über gemeinsamem Teilen der Bibel, um das Wort zu hören, das wir uns nicht selber sagen können. Fortbildungen und Inspirationen, die nicht sofort verwurstet werden müssen, sondern unseren Tank auffüllen. Spaziergänge oder Erfahrungsaustausch mit einer Fokusfrage, denn gute Gedanken entwickeln sich beim Vorangehen. Wenn sich eine Diskussion festgefahren hat, die Argumente anfangen sich zu wiederholen – warum nicht zwei Minuten der Stille: Zum Nachdenken, Beten, Hören?

## 2.3 Der menschliche Faktor

Es gibt eine interessante Erfahrung, die ich mit vielen Menschen teile. Selbst in Zeiten hoher Belastung sind zusätzliche Aufgaben dann noch möglich, wenn sie mich reizen, wenn sie mir einleuchten. Meine Motivation ist ein entscheidender Faktor, denn was mich reizt, was Spaß macht, was mir wichtig wird, empfinde ich nicht als zusätzliche Last, sondern als unerwartete Bereicherung.

Gott spricht in der Bibel oft das ‚Herz‘ an. Mit dem biblischen Wort ‚Herz‘ ist nicht die Pumpe in der Brust gemeint, sondern unsere gesamte Persönlichkeit. Das biblische Denken bezeichnet mit ‚Herz‘ die Personmitte, das Zentralorgan für drei sich ergänzende Funktionen: Im Herz kommen zusammen unser Geist (Denken), unser Gefühl (Emotion) und unser Wollen (Entscheidung). ‚Herz‘ umfasst also immer gemeinsam Denken, Fühlen und Wollen<sup>4</sup>.

Genau das ist der menschliche Faktor: Denken, Fühlen und Wollen zum Tun zusammenzuhalten. Wenn wir diese Teile trennen, dann gerät unser Tun aus dem Gleichgewicht. Man kann ein Projekt durchrechnen, bezahlbar finden – aber es löst keine Freude aus, denn die Menschen wurden nicht beteiligt, die davon betroffen sind. Man kann große Begeisterung entfachen, aber niemand hat es gründlich durchdacht. Man kann alles durchdenken, es attraktiv darstellen – aber niemand macht es sich zu eigen, niemand übernimmt die Verantwortung. Herz heißt: Denken, Fühlen und Wollen gehören zusammen.

*Denken* ist wichtig, denn Gott hat uns ein wunderbares Gehirn gegeben: Paulus schreibt den Korinthern hinein in ihre ekstatischen Gottesdienst-Erfahrungen; Seid nicht Kinder, wo es ums Denken geht (1 Kor 14:20). Unsere *Gefühle* sind wichtig: Jede Überzeugung, Reaktion will auch oder zuerst durch Emotionen angesprochen werden. Das weiß jeder, der sich schon mal verliebt hat und plötzlich Spazieren geht, obwohl er das vorher für völlig altbacken hielt. Und das *Wollen*, das Umsetzen ist wichtig: Die Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen, sich in Dienst nehmen zu lassen – auch Wollen und Vollbringen sind ein Werk des Hl. Geistes (Phil 2:13).

Wir haben überlegt, wie man tun kann, was wirklich dran ist. Meine Impulse schlagen vor: Immer wieder das Wichtige vor das Dringliche setzen; die Oasen im Alltag bewahren; den menschlichen Faktor beachten, wo Denken, Fühlen und Wollen zusammengehören.

Impuls für Ihre Gruppe: *Wo und wie fragen Sie nach dem Wichtigen? Wie kommen Sie zu dem, was dran ist? Wie verhindern Sie die Tyrannei des Dringlichen? - Fragen Sie jetzt nicht: was ist jetzt dran dran? Sondern fragen Sie: Wie können wir fördern, dass diese Frage zu ihrem Recht kommt?*

Verfasser: Hans-Hermann Pompe, Ev. Arbeitsstelle für missionarische Kirchenentwicklung und diakonische Profilbildung (midi Berlin) [www.mi-di.de](http://www.mi-di.de)

<sup>3</sup> Vgl Robert Warren, Vitale Gemeinde. Ein Handbuch für die Gemeindeentwicklung, Neukirchener 2013 u.ö. (jetzt als e-book bei Weltbild), 59-62

<sup>4</sup> Vgl. Bernd Janowski, Anthropologie des Alten Testaments. Grundfragen - Kontexte - Themenfelder, Tübingen 2019, 148 - 155.