



21. Juli 2018

Propstehof 10 · 44137 Dortmund · Tel. 02 31 / 18 48-110
Homepage: www.katholisches-forum.de

Muße muß sein!

Mk 6, 30-34

Schwestern und Brüder,

„Kommt mit an einen einsamen Ort, wo wir allein sind, und ruht ein wenig aus“: was für ein schöner Satz, ein richtiges Urlaubsevangelium!

Der Evangelist Markus baut in seiner Erzählung eine Spannung auf zwischen den vielen Menschen, die etwas von den Jüngern wollen und deren begrenzten Leistungsfähigkeit. An dieser Stelle werden die Jünger, die schon eine Weile mit Jesus unterwegs sind und einiges mit ihm erlebt haben, zum ersten Mal „Apostel“ genannt: „Ausgesandte“. Zum ersten Mal sind sie nicht nur dabei, sondern selbst im Namen des Herrn unterwegs. Welche Erwartungen mögen ihnen wohl begegnet sein? Was für Erfahrungen haben sie gemacht? Wir wissen es nicht. Jedenfalls als sie von ihrer ersten kleinen „Missionsreise“ zurückkommen, sind sie völlig erschöpft: fertig mit der Welt.

Das Phänomen ist uralt, das Wort dazu erst jüngerer Datums: „burn-out“. So wie einem Motor der Treibstoff ausgehen kann, so kann es auch den Menschen passieren: keine Energie mehr, kein Schwung mehr. Es kann jeden treffen, gerade aber auch diejenigen, die sich von Berufs wegen um andere kümmern: Lehrerinnen, Krankenpfleger, Sozialarbeiter, Seelsorgerinnen, Familienmensen... Die Betroffenen haben das Gefühl, bis ins Mark leer zu sein, nichts mehr zu geben zu haben, sich selbst verloren zu haben.

Eigenartig, denn dies geschieht in einer Zeit, die – in der Breite gesehen – viel Freizeit hat und noch mehr Möglichkeiten, diese zu nutzen. Aber offensichtlich sind freie Zeit und Auftanken nicht dasselbe...

„Kommt mit an einen einsamen Ort, wo wir allein sind, und ruht ein wenig aus“: Was spricht Jesus da an?

Ich möchte einen Zugang versuchen mithilfe einer Geschichte¹, die rund 1700 Jahre alt ist: die ersten christlichen Mönche, die als Einsiedler in den Wüsten von Oberägypten gelebt haben, erzählten sie sich.

Es waren einmal drei Brüder. Der eine beschloß, sich um die Kranken zu kümmern, der zweite wollte sich für den Frieden einsetzen, der dritte zog als Einsiedler in die Wüste. Die Jahre verstrichen. Als sich die ersten beiden wieder einmal trafen, mußten sie eingestehen, daß sie innerlich wie leer waren: sie hatten Gutes tun wollen, sie haben viel gegeben, aber die Welt war nicht besser geworden.

So suchten sie ihren Bruder in der Wüste auf. Dieser nahm einen Krug Wasser und rührte mit einem Stock in dem Wasser. „Was seht ihr hier?“, fragte er die beiden und zeigte den Krug. „Wellen“, antworteten sie. Der Einsiedler stellte das Gefäß beiseite und wartete eine Weile, bis das Wasser ganz still war. Dann fragte er noch einmal: „Was seht ihr jetzt?“ Die beiden schauten hinein und antworteten: „Jetzt sehen wir im Spiegel des Wassers uns selber.“

„So, meine Brüder, müßt auch ihr zur Ruhe kommen, damit ihr euch selber erkennt. Erst dann könnt ihr anderen wirklich helfen.“

Drei Brüder, wie sie unterschiedlicher kaum sein könnten: der eine zieht sich zurück, die zwei anderen wollen die Welt ein Stück besser machen, sich um Kranke kümmern, sich für den Frieden einsetzen – aber auf einmal spüren sie eine große Leere.

Wie gesagt: rund 1700 Jahre ist diese Geschichte alt. Offenbar gibt es schon immer die Tendenz, vor lauter Aktivität an sich selber vorbeizuleben und eine innere Leere zu empfinden. Innere Leere macht intuitiv Angst, und daher wird sie so schnell mit anderen, weiteren Aktivitäten überlagert. Selbst in der Freizeit regiert der Druck, immer etwas unternehmen oder erleben zu müssen.

¹ Vgl. Lorenz Marti, Wie schnürt ein Mystiker seine Schuhe?, Freiburg 2004, 62-64.

Was wäre zu tun? Vielleicht am besten erst mal gar nichts! Vielleicht wäre genau dies erst einmal das Wichtigste: Ruhe einkehren lassen, mal etwas Abstand gewinnen. So wie der Einsiedler-Bruder das Wasser zur Ruhe kommen läßt, brauchen wir Zeiten, in denen schlicht und ergreifend einmal „nichts“ passiert; Zeiten, die ein Gegenpol zu der unerwünschten Fülle des Lebens sind, wo wir zugeschüttet werden an Erwartungen, Informationen, Eindrücken.

„Muße“ heißt das altertümliche Wort, das wir leider nicht nur aus dem Wortschatz, sondern oft auch aus unserem Erfahrungsschatz gestrichen haben. Schade, denn gerade aus der Muße heraus entstehen die goldenen Stunden, die unendlich wertvoll sind, in denen Kreativität geboren wird und aus denen wir neue Kräfte schöpfen können. Muße muß sein.²

Aber die Geschichte von den drei Brüdern spricht auch etwas an, das über diesen Gedanken hinausgeht. Ihr Geheimnis ist mehr als eine ausgeglichene „work-life-balance“, von der neu-deutsch so viel die Rede ist.

Der dritte Bruder führt den beiden anderen nicht nur die Ruhe des Wassers vor Augen – mehr noch, vor allem hält er ihnen mit der Ruhe einen Spiegel hin: Schaut euch gut an! Macht euch klar, wer ihr seid, was ihr wollt und warum ihr es wollt; anderenfalls lauft ihr Gefahr euch zu verlieren und könnt euch nicht mehr mit ganzem Herzen einbringen. Wo man den Kontakt zu sich selbst verliert, da schwinden die Kräfte.

Wer nimmt sich denn wirklich die Zeit zu warten, bis das Wasser ruhig ist, um sich dann wie in einem Spiegel selber zu sehen? In der Geschichte steht das Zahlenverhältnis zwei zu eins: zwei aktive Brüder stehen dem einen „passiven“ gegenüber. Das entspricht der Haltung unserer derzeitigen Kultur und das setzt sich in uns selber fort: in einer auf Schnelligkeit und Effektivität getrimmten Gesellschaft bleibt wenig Raum zur Besinnung. Aber eben diese Besinnung ist wichtig, das sind keine verlorenen Zeiten. Manchmal frage ich mich: Bei den vielen Dauerkonflikten, bei den vielen Dauerthemen, den sich leerdrehenden Kommunikationsmustern – egal ob Politik, Kirche oder auch persönliche Bereiche –, wie wertvoll wäre manchmal eine Unterbrechung, ein Abstand, eine Pause, um sich selbst einmal anzuschauen?

² Vgl. Wilhelm Schmid, Sinnvolle Lebensführung. Muße muss sein; Beitrag vom 28.08.2016 in Deutschlandfunk Kultur

„*Kommt mit an einen einsamen Ort, wo wir allein sind, und ruht ein wenig aus*“: Jesus möchte wohl dabei sein. Diesen Wunsch Jesu sollten wir nicht unterschätzen! Denn Besinnung muß mit Sinn in Berührung kommen. Der Glaube ist eine unendliche Ressource des Andersdenkens, des Überdenkens, des Neudenkens, auch der Vergewisserung. Was wirklich wichtig ist, meldet sich mit einer inneren Stimme zu Wort.

Die eigene Existenz im Licht Gottes zu sehen, aufmerksam zu werden für die inneren Zusammenhänge und den Sinn des Lebens: dazu macht die Kultivierung der Muße den Weg frei. Fehlt es an Muße, kann dem Leben der Sinn abhandenkommen. Dazu muß es aber nicht kommen, wenn wir uns für unser Leben durch den Wunsch Jesu erinnern lassen: „*Kommt mit an einen einsamen Ort, wo wir allein sind, und ruht ein wenig aus*“. Schon jetzt ist Zeit dafür.

P. Jürgen Heite SAC