

Das Leben als „Kriegsdienst“ am Beispiel von Work-Life-Balance

(5. Sonntag i. J.; Lg.: Ijob 7,1-4.6-7; Ev.: Mk 1,29-39)

Ist nicht Kriegsdienst des Menschen Leben auf der Erde?

Es ist ein recht martialisches Wort, das wir in der 1. Lesung aus dem Munde Hiobs gehört haben. Unser ganzes Leben – Kriegsdienst. Es liegt auf der Hand, dass es hier nicht um das Kriegshandwerk geht, sondern um den geistlichen Kampf, der sich im Inneren eines jeden Menschen abspielt. Bei Hiob war es die Frage, wie er umgehen sollte mit seinem unerträglich gewordenen Leben. Alles hatte er verloren – seinen Besitz, seiner Kinder, zuletzt seine Gesundheit. Seine Frau war ihm mehr Ärgernis als Unterstützung in diesem inneren Kampf. Gott ins Angesicht zu fluchen, war ihr Rat; den Gott zu verlassen, der ihn, Hiob, so schmähschwerlich verlassen hatte.

Und die Rede seiner Freunde ist nicht besser. Eine verborgene große Schuld suchten sie ihm einzureden. So von allen Seiten bedrängt und in die Enge getrieben, erlebt Hiob sein Leben als einen inneren und äußeren Krieg. Daher dieses vor diesem Hintergrund nur allzu verständliche Wort.

Was hat es mit diesem „Kriegsdienst“ auf sich? In meiner Jugend konnte man den Wehrdienst bei der Bundeswehr noch verweigern. Anders verhält es sich mit dem geistlichen „Kriegsdienst“, von dem Hiob spricht. Diesen kann niemand jemals verweigern. Ob es uns bewusst ist oder nicht – täglich, stündlich, ja minütlich stehen wir in diesem Kampf, weil wir uns zu entscheiden haben: zwischen Wahrheit und Lüge, Versöhnung und Unversöhnlichkeit, Barmherzigkeit und Unbarmherzigkeit, Fleiß und Faulheit, Glaube und Unglaube, Liebe und Hass, Wohlwollen und Gleichgültigkeit ... Dieser Kampf oder Krieg zwischen den verschiedenen Optionen, die wir in unserem Denken, Reden und Handeln beständig haben, spielt sich in unserm Inneren ab, wird dann aber zu einer Tat, einem Wort oder auch einer Unterlassung, in denen sich unsere innere Entscheidung äußerlich manifestiert.

Über ein Feld dieses geistlichen Kampfes möchte ich nun aber im Blick auf das Evangelium sprechen.

Work-Life-Balance ist eines der Modewörter unserer Zeit. Es ist offensichtlich, dass es eine Problemanzeige enthält, sonst gäbe es dieses aus dem Englischen importierte neudeutsche Wort nicht.

In der Tat, es scheint etwas aus der Balance geraten zu sein in unserer Zeit. Psychische Erkrankungen durch Überbelastung, Burnout, Depression zählen zu den häufigsten Ursachen für vorübergehende Arbeitsunfähigkeit. Statistiken besagen, dass Frauen ungefähr doppelt so oft betroffen sind wie Männer. Die Zahl geht in die Millionen. Männer beugen sich oft dem enormen Druck, den eine Firma vor allem bei denen ausübt, die voran kommen und Karriere machen wollen und arbeiten bis zum Umfallen.

Bei Frauen, vor allem, wenn sie Familie haben, spielt eine Rolle der große gesellschaftliche Druck, spätestens ein Jahr nach der Geburt eines Kindes wieder möglichst Vollzeit zu arbeiten, um nur ja dem Wirtschaftsstandort Deutschland zur Verfügung zu stehen. Der eigene Anspruch, eine gute Mutter zu sein, zugleich einen hervorragenden Job zu machen, außerdem den Haushalt tiptop in Ordnung zu halten und zuletzt auch noch allzeit entspannt, gutgelaunt und möglichst attraktiv zu sein, führt bei nicht wenigen zu einer Dauerüberforderung.

Work-Life-Balance – die Kunst, Arbeit und Ruhe, Spannung und Entspannung, Pflichterfüllung und Freizeit zu einer inneren Ausgewogenheit zu bringen, ist für unsere seelische Gesundheit von herausragender Bedeutung und will durchaus erlernt und eingeübt sein.

So richtig und wichtig das alles ist – ein Aspekt dieser zu findenden Balance zwischen Arbeit und Leben wird in unserer Zeit fast systematisch ausgeblendet – und damit wären wir beim heutigen Evangelium.

Markus lässt uns hier einen Tag und eine Nacht Jesu miterleben. Am Vormittag war er – das konnten wir letzten Sonntag hören – in der Synagoge zu Kafarnaum gewesen, hatte die Menschen lange gelehrt und einen Besessenen geheilt. Es scheint, dass er von Petrus gebeten worden war, doch noch in seinem Haus vorbeizuschauen, da seine Schwiegermutter krank darniederlag. Immerhin konnten sie sich ein wenig ausruhen, denn es heißt, dass sie, nachdem Jesus sie geheilt hatte, bediente. Dann aber gab es einen ungeheuren Andrang von Menschen mit allerlei Krankheiten und Gebrechen, die die machtvolle Predigt des Vormittags

offensichtlich angelockt hatte und denen er sich während der nächsten Stunden widmen musste – wobei wir alle wissen, wie anstrengend es ist, leidenden Menschen über Stunden hinweg Ohr und Herz zu leihen.

Wie ausgefüllt im übrigen oftmals die Tage Jesus waren, betont Markus an anderer Stelle, wenn er schreibt, dass sie nicht einmal Zeit zum Essen fanden.

Was aber macht Jesus nach diesem arbeitsreichen Tag? Markus muss es sehr wichtig gewesen sein, sonst hätte er es kaum erwähnt. Und so schreibt er: „*In aller Frühe, als es noch dunkel war, stand er auf und ging an einen einsamen Ort, um zu beten.*“ Dass Jesus gebetet hat, wird in den Evangelien immer wieder erwähnt und war etwas, das die Jünger in besonderer Weise beeindruckt hatte. Einmal, nachdem sie ihn so innig hatten beten sehen, baten sie ihn, sie ebenso beten zu lehren. Die Frucht dieser Bitte war das Vater unser, das er ihnen daraufhin schenkte.

Wir erfahren nicht, was er betete. Sicher überwiegend frei, von Herz zu Herz, von seinem Herzen zum Herzen des Vaters, vielleicht auch gelegentlich einen Psalm. Sicher hat er gedankt, aber auch all die Menschen, denen er begegnet war, seinem Vater empfohlen. Hat er auch geklagt, wie wir es vorhin in der Lesung aus dem Buch Hiob gehört haben? Man kann es sich gut vorstellen, nachdem er noch am Abend zuvor mit so viel Krankheit und Leid konfrontiert worden war. Ob er wohl auch betend gefragt hat, warum es denn so viel Schlimmes in unserer Welt gibt?

Sicher aber war sein Gebet ein Akt der Hingabe, des restlosen Vertrauens, der Liebe zum Vater im Himmel. Ganz besonders hier hat Jesus sich die Kraft geholt für all das, was seine Tage ausgefüllt hat.

Die Seele ausruhen lassen bei Gott – das hat Jesus immer wieder getan und das ist es, was gerade unserer Zeit so fehlt und nottut. Ja, es ist immer auch ein innerer Kampf, sich diese Zeit zu nehmen, sie dem Getriebe des Tages abzurufen; denn es findet sich immer etwas, was scheinbar wichtiger und dringlicher scheint als eben jetzt zu beten. Für die meisten wird die frühe Morgenstunde, noch bevor die Sonne aufgeht, nicht der richtige Zeitpunkt sein. Aber zu gewissen Zeiten, für die man sich morgens, abends oder tagsüber entscheiden muss, bei Gott auszuruhen – am Sonntag während des Gottesdienstes, immer wieder in der leeren Kirche, oder bei einem Spaziergang im Park und in der freien Natur – ist etwas unglaublich Wohltuendes. Es ist erwiesen, dass Menschen, die beten, die all ihre Sorgen immer wieder auf Gott werfen können, die dankbar sind und diesen Dank auch ausdrücken, die die Seele immer wieder dorthin erheben, wo unsere wahre Heimat ist, zu unserem Ursprung und Ziel, das Gott ist – dass sie seelisch viel ausgeglichener, viel gesünder sind; kurz: eine bessere *Work-Life-Balance* haben.

Pfr. Bodo Windolf