

Vorwort

Das vorliegende Buch ist während eines Sabbatjahres entstanden. Die (seinerzeit noch existierende) Ev.-Luth. Landeskirche Mecklenburgs räumt ihren Mitarbeitenden, die mindestens zehn Jahre beschäftigt sind, die Möglichkeit ein, unbezahlt Urlaub zu nehmen. So erlebte ich ein dreiviertel Jahr ohne meinen Dienst als Gemeindepastor mit viel Zeit für mich selbst, für Partnerschaft und Familie, für ausgedehnte Wanderungen, Musik und Sport, aber auch für Meditation und Stille. Es ist also kein rein theoretisches Interesse gewesen, das mich das Thema Sabbat entdecken ließ, sondern handfeste Erfahrungen mit den Segnungen des Sabbats, dem ich diese für mich so erholsame und fruchtbare Zeit zu verdanken hatte.

Für mich brachte das Sabbatical eine ganze Reihe von solchen heilsamen Erfahrungen: Ich durfte – durchaus auch ein wenig schmerzlich – erleben, dass es auch ganz gut ohne mich geht, dass die Gemeinde durch meinen engagierten Vertreter bestens versorgt war. Eine Erkenntnis, die nach meiner Beobachtung besonders uns Männern schwerfällt. Der Sabbat als Einübung in die Ersetzbarkeit.

Außerdem wurde mir erst in der Auszeit bewusst, in welchem Maß ich körperlich überanstrengt war. Als hätte er in all den Jahren der Berufstätigkeit Bedürfnisse gesammelt, forderte mein Körper zunächst massiv Erholung und Ruhe ein, später vor allem Bewegung und frische Luft. Der Sabbat als Gelegenheit, für Körpersignale achtsam zu werden.

Schließlich stellte ich zu meiner eigenen Überraschung fest, wie problemlos, ja überaus angenehm ich ohne Arbeit leben konnte. Konditioniert durch die Erziehung und die gesellschaftlichen Normen schien ich darauf programmiert zu sein, dass ich vor allem in der Berufsarbeit Erfüllung finde. Der Sabbat als Chance, die Arbeit als maßgeblichen Lebenssinn zu entthronen.

Bei meiner Suche in biblischen und jüdischen Quellen war ich schnell fasziniert, welche reiche Tradition sich vor mir auftut. Sabbat und Sabbatjahr vereinen eine schier unerschöpfliche Breite an Aspekten. Und die allermeisten dieser zahlreichen Gesichtspunkte sind geeignet, Impulse für unsere Zeit zu geben, ja beweisen eine erstaunliche Aktualität. Dankbar bin ich für zahlreiche Anregungen der Tagung „Sabbat und Sonntag“ der Evangelischen Akademie im Rheinland im Februar 2014 und des Kurses „Sabbat.

Religion als Unterbrechung“ des Theologischen Studienseminars der VELKD in Pullach im Juli 2017.

Ich versuche jeweils zunächst einen der in meinen Augen wichtigsten Aspekte des Sabbats von ihren biblischen, jüdischen oder kirchengeschichtlichen Grundlagen her zu beleuchten, ehe ich einige sich meines Erachtens daraus ergebende Impulse für die Gegenwart benenne.

Den inhaltlichen Schwerpunkten entspricht dabei in den ersten fünf Kapiteln die Ideengeschichte des Sabbats: Die Themen „Schöpfung“ und „soziale Gerechtigkeit“ entstammen den Ursprüngen aus der Hebräischen Bibel, Hintergrund des Kapitels „Gotteslob“ ist das Frühjudentum, unter „Sabbat und Heilung“ ist Jesu Haltung zum Sabbat im Fokus und das fünfte Kapitel „Sabbat und Sonntag“ umfasst schließlich Aspekte aus der Geschichte der Kirche.

Je intensiver ich die Quellen studierte, desto schwerer verständlich wurde mir, welche geringe Rolle das Thema Sabbat in Kirche und christlicher Theologie der Gegenwart spielen. Sicher hat dies viel mit der hoch problematischen Geschichte von zwei Jahrtausenden christlichem Antijudaismus zu tun. Umso dringender scheint es mir geboten, den biblischen Schatz des Sabbats wieder neu zu entdecken. Denn er gehört nicht nur zum Herz des Judentums, sondern wird auch von Jesus hoch geschätzt und ist deshalb christlicherseits der Jahrhunderte währenden Verdrängung zu entziehen. Zudem birgt das Gottesgeschenk des Sabbats aber auch Segnungen für alle Menschen, unabhängig von deren Religion, ja für Gottes gesamte Schöpfung.

Einführung

Am Sabbat lebt der Mensch, als hätte er nichts, als verfolge er kein Ziel außer zu sein, das heißt seine wesentlichen Kräfte auszuüben – beten, studieren, essen, trinken, singen, lieben. (Erich Fromm)

Wir leben in einer überhitzten Gesellschaft. Die Bedrohung auszubrennen wächst von Jahr zu Jahr. „Burnout“ ist zu einem Phänomen geworden, das für fast alle eine mehr oder weniger vertraute Erfahrung darstellt und doch medizinisch nicht exakt zu beschreiben ist. Äußere und innere Überforderung führen zu völliger Erschöpfung und Antriebslosigkeit verbunden mit verschiedensten körperlichen Symptomen. Wer nach den Ursachen für das Burnout fragt, stößt notwendiger Weise auf die Ansprüche der 24-Stunden-Lebensweise. Als moderner Mensch, so lauten die ungeschriebenen Gesetze, muss ich jeder Zeit online sein, ständig per Handy erreichbar, stets in Echtzeit informiert über alles Wichtige, technisch auf dem neuesten Stand und aktuell nach der immer schneller wechselnden Mode ausgestattet. Eine Vielzahl von Menschen scheint von der dauernden Angst getrieben zu sein etwas zu verpassen; in der Tiefe ist dies wohl die Angst vor der Leere. Dazu kommt der unbarmherzige gesellschaftliche und intrinsische Anspruch, sich dauernd selbst optimieren und perfektionieren zu müssen, die eigene Effizienz zu steigern und sich zu beschleunigen.

Die einst deutlich von der Arbeitszeit abgegrenzten Zeitabschnitte – Feierabend, Wochenende, Urlaub – werden in steigendem Maß von Druck und Stress der Arbeit geprägt. Zeiten der Anspannung, der verpflichtenden Beschäftigung, fressen sich schleichend in die Freizeit. Als Arbeitnehmerin und als digitaler Konsument soll ich rund über die Uhr verfügbar sein. Das Berufs- und zunehmend auch das Privatleben scheinen uns mehr und mehr ein pausenloses Dasein zu verordnen. Die „work-life-balance“ ist so sehr gestört, weil Arbeit und „Leben“ immer mehr verschwimmen, kaum mehr voneinander zu trennen sind. Zum Symbol dieser Rastlosigkeit ist in unseren Tagen ausgerechnet der Kaffee geworden, einst Inbegriff der Gemütlichkeit und zweckfreier Kommunikation, heute als „coffee to go“ bevorzugt telefonierend am Steuer genossen.

Lea Fleischmann, der von Frankfurt am Main nach Jerusalem übersiedelten Jüdin, ist unbedingt zuzustimmen, wenn sie schreibt: *Wir modernen und fortschrittlichen Menschen haben die Rube verloren. So*

gar in der Freizeit, die uns in immer größerem Maße zur Verfügung steht, stellen wir die innere Unruhe nicht ab. Im Gegenteil: Das Freizeitangebot an Unterhaltung und Beschäftigung wächst in dem Maße, in dem die Freizeit zunimmt. Hektisch entfliehen wir der stillen Einkehr, gefangen in der rastlosen Bewegung, süchtig nach Zerstreung und Amüsement zerstören wir nicht nur die Natur, sondern das Wichtigste unseres Menschseins, unsere Seele. Arbeits- und Freizeitstress lösen einander ab und verbinden die entscheidende Frage: Wem dient diese stressige Hetzerei?

Der katholische Sozialethiker Friedhelm Hengsbach belegt überzeugend die äußeren, ökonomischen Faktoren für die Beschleunigung. Die Sekundenbruchteile des elektronischen Börsenhandels werden zum modernen Zeittakt: *Die informationsgestützten Finanzmärkte haben etwa mit dem Beginn des neuen Jahrhunderts einen Megaschub an gesellschaftlicher Beschleunigung angestoßen, den sie über die börsennotierten Unternehmen in die Realwirtschaft weiterleiten. Von den Konzernmanagern wird er auf die Belegschaften überwältigt. Die staatlichen Organe lassen sich von dieser Welle der Beschleunigung mitreißen, indem sie auf die Stimme der Finanzmärkte horchen und deren Interessen bedienen. Die politischen Entscheidungen werden immer kurzatmiger und hektischer.*

Dieser massive gesellschaftliche Trend hat in Hengsbachs Augen unmittelbare Auswirkungen für das tägliche Leben aller: *Private Haushalte sind die letzten Glieder einer Wirkungskette der Beschleunigung, die von den Finanzmärkten ausgeht. In der Privatsphäre löst sich das scheinbare Paradox auf, dass entwickelte Gesellschaften reich an Gütern, aber arm an Zeit sind. Güterwohlstand und Zeitnotstand sind die zwei Seiten jener Beschleunigung, die von den Finanzmärkten ausgeht und über kommerzielle und politische Zwischenglieder die Privatsphäre der Haushalte und ihrer Mitglieder kontaminiert.*

Je rasender diese Entwicklung fortschreitet, desto lauter werden jedoch auch die Rufe nach Entschleunigung, Unterbrechung, Atempausen für Leib und Seele, aber auch nach Mäßigung und Bescheidenheit. Immer mehr Menschen sehnen sich nach innerer und äußerer Ruhe. Sie möchten dem Lärm des Verkehrs und der dauernden medialen Beschallung entkommen. Und sich öffnen für ihre innere Stimme, die von diesem Lärm allzu oft zugedeckt wird. Auf diesem Weg wird ihnen oft neu bewusst, was wesentlich ist für ihr eigenes Leben.

Dieses Buch möchte zeigen, dass dabei ein biblisches Gottesgeschenk eine große Hilfe sein kann: der Sabbat. Der Sabbat ist Ziel und Höhepunkt der Schöpfung, göttlicher Erquickungsraum im Wochenrhythmus, Gegenmodell zur Arbeitszeit, Tag des Got-

teslobs und des Festes, Erholung für Mensch und Tier, für Leib und Seele. Nicht umsonst bezeichnet Erich Fromm den Sabbat als wichtigste Idee der Bibel.

Das dritte der Zehn Gebote (nach der Zählung Martin Luthers), den Sabbat zu heiligen, ist das in der Bibel am häufigsten eingeschärfte und zugleich in unseren Tagen wohl am meisten übertretene Gebot und gerade deswegen heute eminent bedeutsam. Wie alle Gebote ist es kein den Menschen beschränkendes, ihn einengendes Gesetz, sondern hilfreiche Weisung Gottes zum Leben.

Während christliche Kirche und Theologie das Sabbatgebot wenig beachtet oder umgedeutet, ja den Sabbat aktiv zurückgedrängt haben, hat das Judentum seine Identität gerade und vor allem durch das Halten des Sabbats jahrhundertlang bewahrt. Von ihm und von der reichen biblischen Bezeugung des Sabbats her ist eine christliche Neubesinnung in Bezug auf den Sabbat zu entwickeln. So gilt es in unseren Tagen, den Sabbat in seinen zahlreichen, auch überraschenden Aspekten neu zu entdecken und seine heilsame Wirkung für das eigene Leben fruchtbar werden zu lassen.