

Volker Kessler

Der Befehl zum Faulenzen

Den Sabbat wiederentdecken



Über den Autor:

Dr. Dr. Volker Kessler ist verheiratet mit Martina und hat 4 Kinder. Der Mathematiker und Theologe war lange in einem Großunternehmen tätig. Seit 1998 ist er Leiter der Akademie für christliche Führungskräfte sowie seit 2002 Studienleiter der Gesellschaft für Bildung und Forschung in Europa. Seine zahlreichen Publikationen erschienen im In- und Ausland. Zu erreichen ist er unter der E-Mail Adresse *volker.kessler@acf.de*.

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen
Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet
über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-86827-047-1

Alle Rechte vorbehalten

© 2008 by Verlag der Francke-Buchhandlung GmbH

35037 Marburg an der Lahn

Umschlaggestaltung: Verlag der Francke-Buchhandlung /

Christian Heinritz

Satz: Verlag der Francke-Buchhandlung GmbH

Druck & Bindung: CPI Moravia Books, Korneuburg

www.francke-buch.de

Inhaltsverzeichnis

Ein Wort vorab	5
I. Der Fluch der Ruhelosigkeit	7
II. Der Segen des Ruhetags	13
1. Ein ganz besonderer Tag	13
2. Zeichen einer besonderen Beziehung	16
3. Erinnerung an geschenkte Freiheit	19
4. Schutz der abhängigen Arbeitskräfte	21
5. Nachahmen der Schöpfungsrufe Gottes	23
6. Gegen die Sinnlosigkeit des pausenlosen Durcharbeitens	26
7. Wertschätzung der Arbeit	27
8. Ein Fest für den Herrn	28
9. Ein Tag der Freude	29
10. Vorgeschmack auf die zukünftige Ruhe	31
III. Dreitausend Jahre Ringen um den Sabbat	36
Zur jüdischen Sabbatpraxis vor und nach dem Exil	36
Jesus und der Sabbat	39
Sabbat und Sonntag in der Alten Kirche	44
Polemik gegen den Sabbat	47
Unterschiedliche christliche Positionen zum Ruhetag	50
Die Sabbatliebe im späteren und heutigen Judentum	55
IV. Durch den Ruhetag zur Ruhe kommen	60
Ein Plädoyer für den Ruhetag heute	60
Tipps für die Gestaltung des Ruhetags heute	66
Anmerkungen	95
Literaturverzeichnis	100
Bibelstellenregister	105
Dank	109

Ein Wort vorab

Wie entrinnt man dem „Fluch der Ruhelosigkeit“? Manche sehnen sich nach Ruhe – und haben gleichzeitig Angst vor ihr. Angeblich soll die Grenze zwischen Arbeit und Privatleben mehr und mehr verschwinden. Vielen gefällt dieser Gedanke.

In den zehn Geboten dagegen lesen wir: „Sechs Tage sollst du arbeiten, am siebten Tag sollst du ruhen.“ *Gott gibt den Befehl zum Faulenzen!* Ein geniales Gebot! Einmalig in der damaligen Zeit!

Es gibt teure Seminare, die Wege anbieten, um Ruhe zu finden. Der Tipp, den Ruhetag einzuhalten, klingt dagegen fast banal und zu einfach. Und dennoch ist er sehr wirksam – bis heute.

Mit diesem Buch werden Sie den Segen des Ruhetags neu entdecken – als effektive Methode gegen den Fluch der Ruhelosigkeit. Das erste Kapitel beschreibt das – gar nicht so neue – Phänomen der Ruhelosigkeit.

Das zweite Kapitel zeigt Ihnen den Hintergrund und Sinn des Ruhetages auf. Was ist mit dem Ruhetag eigentlich gemeint? Welcher Segen ist mit ihm verbunden? Welche Lebensqualität können wir dadurch gewinnen?

Diese praktischen Fragen werden im letzten Kapitel vertieft und für das Leben heute konkretisiert: Was bedeutet der Ruhetag für mich als Mitarbeiter/in, als Führungskraft, als Selbstständigen, als Familienfrau/mann, als Student/in ... im 21. Jahrhundert? Wie kann ich in meinem Lebensumfeld den Ruhetag so gestalten, dass ich an seinem Segen teilhabe und mich darauf freue?

Eingeschoben ist ein Kapitel über das Ringen der Juden und der Christen um den Sabbat in drei Jahrtausenden: Was bedeutet der Sabbat für den Juden? Hat Jesus nicht den Sabbat abgeschafft? Warum tun sich manche Christen so schwer mit dem Ruhetag? Können wir hier etwas von den Juden lernen?

Sie werden darüber staunen, wie viele Vorbehalte gegen den Ruhetag schon zweitausend Jahre alt sind. Wer es eilig hat und schnell die praktischen Anwendungen kennen lernen will, mag das dritte Kapitel überspringen. Wer dann die Tipps des vierten Kapitels wirklich umsetzt, findet sicher bald Muße, auch das dritte Kapitel zu lesen. Es lohnt sich!

I. Der Fluch der Ruhelosigkeit

In die Sprechstunde kam der Mann mit drei Handys. Ungläubig verfolgte Henri Chenot, Chef des Kurhotels „Palace“ in Meran, wie der Unternehmensberater die Geräte am anderen Ende seines Schreibtisches aufbaute und sofort losschnaubte: „Die Dinger einstecken? Unmöglich! Ich brauche alle drei: das eine fürs Büro, das andere für die Familie. Und das hier ist reserviert für meine Freundin!“¹

Wie kommt ein Mann mit diesem Lebenstempo zur Ruhe? Einerseits suchen Manager Ruhe in luxuriösen Ruheoasen, andererseits haben sie Angst vor der Ruhe, Angst, die Verbindung nach außen, zur „Welt“ zu verlieren. Was macht man eigentlich, wenn man mit sich allein ist, ohne Möglichkeit zur Zerstreuung?

„Handy darf am Pool nicht fehlen“ ist die Überschrift eines Berichts über den Kölner Rechtsanwalt Stefan Seitz, der Sportgrößen wie Fußballtrainer Christoph Daum und Fußballmanager Reiner Calmund vertritt². Auf die Frage, wie viel der Vater von drei Kindern arbeitet, weicht er aus: „Das würde nur abschrecken. Sagen wir so, ich habe keinen freien Tag.“ Entspannung findet Seitz im Familienurlaub. Aber auch da gilt: „Ich ziehe den Stecker nicht raus. Vielmehr gehört es dazu, dass ich klischeehaft mit dem Handy in der Hand am Pool sitze. Mich belastet die Arbeit nicht.“

Gelingt diesem Rechtsanwalt schon, was der US-amerikanische Managementlehrer Lance Secretan als erstrebenswerte neue Wirklichkeit schildert? Dem alten

Denken „Arbeit und Privatleben sind getrennte Dinge, das Privatleben muss einen Ausgleich zum Berufsleben schaffen“ stellt Secretan das neue Denken gegenüber: „Die Grenze zwischen Arbeit und Privatleben wird verschwinden, unser Leben wird ganzheitlich, nahtlos und integriert sein.“³ Diese Vision erscheint auf den ersten Blick sehr verlockend und Secretan will seine Leser für diese Vision begeistern. Der Nachteil dieser Vision: Da Arbeit und Privatleben eins sind, arbeitet man irgendwie immer – und kommt nie wirklich zur Ruhe. So verlockend der Gedanke sein mag, wenn jeder Werktag wie ein Sonntag wird: Es ist dann eben auch jeder Sonntag wie ein Werktag.

Meine Frau und ich haben das Privileg, unser Geld mit einer Arbeit zu verdienen, die wir gerne tun, die uns begeistert und die wir in der tiefsten Bedeutung des Wortes als Berufung erleben: Wir sind gemeinsam engagiert in der Leitung der Akademie für christliche Führungskräfte (AcF). Wir sind so begeistert von dieser Aufgabe, dass wir Tag und Nacht darüber reden könnten: Im Büro, beim Mittagessen, beim Abendessen, beim Spaziergang am Sonntagnachmittag, ... Doch die Gefahr dabei ist: Wir ruhen nie aus von der Arbeit. Zumindest unser Schlafzimmer haben wir schon vor Jahren als „AcF-freie Zone“ deklariert. Allerdings müssen wir uns gelegentlich gegenseitig daran erinnern.

Ruhelosigkeit findet man nicht nur bei Managern. Grundsätzlich wird das Tempo am Arbeitsplatz immer schneller. Und auch die Familienfrau oder der Familienmann, die/der einen Mehrpersonenhaushalt managt, hat Schwierigkeiten, eine ruhige Minute zu finden.

Auch wenn man das Gefühl hat, die Zeiten würden

immer unruhiger: Ruhelosigkeit an sich ist kein neues Phänomen. Im 17. Jahrhundert beobachtete der französische Mathematiker und Philosoph Blaise Pascal (1623-1662) in seinen berühmten *Pensées* (Gedanken) „die vielfältige Geschäftigkeit der Menschen“ und „entdeckt, dass alles Unglück der Menschen von einem Einzigen herkommt: dass sie es nämlich nicht verstehen, in Ruhe in einem Zimmer zu sein.“⁴ Dies sei deshalb so schwierig zu ertragen, weil der Mensch in der Ruhe über sich selbst nachdenke: seine eigene Verfassung, seine Schwäche, seine Sterblichkeit, sein Elend.

Daher kommt es, dass die Menschen so sehr den Lärm und den Umtrieb lieben, daher kommt es, dass das Gefängnis eine so entsetzliche Strafe ist, daher kommt es, dass die Freude an der Einsamkeit etwas so Unbegreifliches ist. ... Deshalb meiden die Menschen ... nichts so sehr wie die Ruhe; es gibt nichts, was sie nicht täten, um die Unruhe zu suchen.⁵

Pascal zeigt das Paradoxon auf, dass Menschen zwar vorgeben, Ruhe zu suchen, in Wirklichkeit aber alles tun, um diese Ruhe zu verhindern.

Sie bilden sich ein, wenn sie dieses oder jenes Amt erlangt hätten, würden sie sich alsdann mit Freuden ausruhen, und sie spüren nicht die unersättliche Natur ihrer Begierde; *sie glauben, aufrichtig die Ruhe zu suchen, und suchen in Wirklichkeit nur den Umtrieb*. Sie haben einen geheimen Instinkt, der sie dazu treibt, die Zerstreuung und die Beschäftigung draußen zu suchen ... und sie haben einen anderen Instinkt, der sie erkennen lässt, dass das Glück in Wirklichkeit nur in der Ruhe liegt und nicht im Tumult; und aus diesen beiden wi-

derstreitenden Instinkten bildet sich in ihnen ein verworrener Plan, ... der sie dahin bringt, durch den Umtrieb zur Ruhe zu streben und sich fortwährend einzubilden, die Befriedigung, die sie nicht haben, werde sich einstellen, wenn sie einige Schwierigkeiten, die sie vor Augen haben, überwinden und sich dadurch das Tor zur Ruhe öffnen können.

*So verrinnt das ganze Leben: man sucht die Ruhe, indem man einige Hindernisse bekämpft; und wenn man sie überwunden hat, wird die Ruhe unerträglich.*⁶

Als Mensch des 21. Jahrhunderts fragt man sich bei der Lektüre von Pascals Gedanken: Ist es wirklich schon fast vierhundert Jahre her, dass Pascal diese Zeilen schrieb? Pascal schrieb von den Zerstreuungen des 17. Jahrhunderts. Und schon damals galt: So verrinnt das ganze Leben: Man sehnt sich – angeblich – nach der Ruhe: „Wenn ich dies und jenes erreicht habe, dann habe ich endlich Ruhe“ und hat doch gleichzeitig Angst vor der Ruhe. Wenn man also „dies und jenes“ erreicht hat, sucht man sich ein neues „dies und jenes“, das man erst erreichen will, um dann Ruhe zu haben.

Der Kölner Psychologe Stefan Grünewald beschreibt einen ganz normalen Büroarbeitstag im 21. Jahrhundert, wo man hundert Prozesse parallel bearbeitet, aber nichts richtig zu Ende führt. Man hat das Gefühl, viel getan, aber nichts wirklich verrichtet zu haben.

Mit dem Handy und dem Laptop als mobilem Büro haben wir uns von den räumlichen und zeitlichen Zwängen befreit. Wir können arbeiten, telefonieren und Geschäfte abschließen, wo immer wir wollen. ... Aber auch diese Flexibilisierung ist teuer erkaufte. ... Selbst am Feierabend gelingt es nicht vollkommen ab-

zuschalten. *Wir befinden uns seelisch immer im Standby-Modus:* Jederzeit kann uns der Kunde anrufen, und noch beim Ausschalten des Computers kurz vor dem Schlafengehen kann ein dringendes Mail uns wieder aus unserer mühsam erreichten Kissenseligkeit aufschrecken. Auch die Grenzen innerhalb der Arbeitszeiten verschwimmen. ... Während des Meetings werden via Laptop Mails gecheckt und Termine disponiert. Während man einen Bericht verfasst, wird telefoniert oder per Internet der nächste Urlaubsflug gebucht.⁷

Man produziert eine unentwegte Betriebsamkeit, hat aber nicht das Gefühl, unter dem Strich wirklich mehr zu leisten. Aus dieser Unzufriedenheit heraus sehnt man sich nach „Entschleunigung“. Zeitsparprodukte boomen. Ratgeber für Ruhelose verkaufen sich. Der Kapitalismus zeigt seine Stärke: Er schafft mit dem Aufruf „schneller, schneller, schneller“ Probleme, lässt so Sehnsüchte nach Ruhe entstehen, und es entsteht ein neuer Markt, wo man mit Geld Ruhe erkaufen kann. Noch nie war Ruhe so teuer wie heute!

Ich bin überzeugt davon, dass viele Ratgeber zum Zeitsparen, zur zielorientierten Lebensweise sehr nützliche Ratschläge enthalten. Ich bin aber genauso überzeugt davon, dass diese Ratschläge auf die Dauer nichts nützen, wenn man nicht zur eigentlichen Ruhe kommt, jener Ruhe, von der die Bibel berichtet. Und ich bin sicher, dass man sich manch teures Managementseminar sparen kann, wenn man den einfachen biblischen Ratschlag befolgt, jede Woche einen Ruhetag zu halten.

Der Brief an die Hebräer widmet sich in den Kapiteln 3 und 4 intensiv dem Thema Ruhe: Ruhe erscheint als Segen, als Heilsgut; Ruhelosigkeit dagegen als Fluch. Heb-

räer 3-4 greift dabei Psalm 95 aus dem Alten Testament auf. Dieser Psalm endet mit einem Gerichtswort über das wandernde Volk Israel: „Darum schwor ich in meinem Zorn: Sie sollen nicht in meine Ruhe eingehen“ (Psalm 95,11)⁸. Hebräer 3-4 verweist in einem kleinen Abschnitt von vierzehn Versen viermal auf diesen Vers:

3,11 So schwor ich in meinem Zorn: *Sie sollen nimmermehr in meine Ruhe eingehen!*

3,18 Welchen aber schwor er, dass *sie nicht in seine Ruhe eingehen sollten*, wenn nicht denen, die ungehorsam gewesen waren?

4,3 Wir gehen nämlich in die Ruhe ein als die, die geglaubt haben, wie er gesagt hat: So schwor ich in meinem Zorn: *Sie sollen nimmermehr in meine Ruhe eingehen!* Obwohl die Werke von Grundlegung der Welt an geschaffen sind.

4,4 Denn er hat irgendwo von dem siebten Tag so gesprochen: „Und Gott ruhte von allen seinen Werken.“

4,5 Und an dieser Stelle wiederum: „*Sie sollen nimmermehr in meine Ruhe eingehen.*“

Durch diese häufige Wiederholung betont der Brief an die Hebräer: Es ist eine Strafe, wenn man nicht zur Ruhe kommen kann. *Ruhelosigkeit ist ein Fluch*. Die Menschen haben keine Ruhe. Dabei hat Gott die Ruhe schon am Anfang geschaffen.

II. Der Segen des Ruhetags

Dieses Kapitel beschäftigt sich mit Texten aus dem Alten Testament, um Sinn und Bedeutungsvielfalt des Ruhetags zu erfassen. Was war das Besondere am Sabbat? Was bedeutete er? Wie wurde er gefeiert? Eine Besinnung auf diese zweieinhalbtausend Jahre alten Texte hilft uns, den Sabbat und seine Segnungen für unser Leben heute neu zu entdecken. Jeder Abschnitt schließt mit einer praktischen Anwendung für heute, die in einem gesonderten Textfeld hervorgehoben ist.

Manche Menschen unterscheiden zwischen „biblischen“ und „praktischen“ Themen. Diese Unterscheidung führt zu der – *falschen* – Einschätzung, die Bibel sei unpraktisch. Ich halte die Bibel für ein enorm praktisches Buch. Sie bietet Antworten auf die Frage: Wie sollen wir denn leben? Diese praktische Lebensbedeutung erschließt sich aber nicht immer beim ersten Lesen eines Bibeltextes. Wer über die Bibel meditiert, der entdeckt große Schätze, die letztlich für das praktische Leben viel nachhaltiger und wertvoller sind als manch so genannter „praktischer“ Ratgeber. Ich lade Sie ein, mit mir diese Reise zu machen und die Schätze im Alten Testament über den Ruhetag zu heben.

1. Ein ganz besonderer Tag

„Sabbat“ (hebräisch *Schabbat*) bezeichnet den Ruhetag der Juden. Der Name leitet sich ab von dem hebräischen Verb (*schabat*) für „aufhören, ausruhen“. Zehnmal wird das

Sabbatgebote in den fünf Büchern Mose überliefert.⁹ Eine Kurzfassung bietet 2. Mose 34,21a: „Sechs Tage sollst du arbeiten, aber am siebten Tag sollst du ruhen.“ Ein Ruhetag in dieser Regelmäßigkeit war in der damaligen Zeit neu und unbekannt!

Das Sabbatgebote ist eins der Zehn Gebote, die Gott Israel am Berg Sinai gab. Obwohl es nur ein Gebote ist, umfasst es textmäßig etwa ein Drittel aller Worte auf den beiden Gesetzestafeln. Es ist also besonders ausführlich beschrieben. Dies spiegelt sich auch in der Verseinteilung wider: Beide Auflistungen des Gesetzes, 2. Mose 20, 2-17 und 5. Mose 5,6-21, geben zehn Gebote in sechzehn Versen wieder, also statistisch 1,6 Verse pro Gebote. Beide Male beziehen sich jeweils vier Verse auf *ein* Gebote: das Sabbatgebote.

Für uns heute erscheinen Gebote wie „Du sollst nicht töten“, „Du sollst nicht stehlen“ wesentlicher als das Sabbatgebote. Helmut, ein befreundeter Pfarrer, fragt regelmäßig seine jeweilige Konfirmandengruppe, was wohl das wichtigste und das unwichtigste der Zehn Gebote sei. Bezüglich des wichtigsten Gebots gibt es unterschiedliche Antworten. Bezüglich des unwichtigsten Gebots sind sich alle Konfirmandengruppen einig: das Sabbatgebote.

Für Israel war aber gerade das Sabbatgebote ein ganz besonderes Gebote, das sogar stellvertretend für die ganzen Gebote stehen kann: „Und deinen heiligen Sabbat hast du ihnen verkündet und hast ihnen Gebote und Ordnungen und ein Gesetz geboten durch deinen Knecht Mose“ (Neh 9,14).

Der Sabbat wird hier „heilig“ genannt. Dies geht zurück auf die Formulierung in 1. Mose 2,3: „Und Gott seg-

(Für die Anwendung der biblischen Botschaft benutze ich im Folgenden die „Du“-Form, wie sie in den biblischen Texten üblich ist, ansonsten bleibe ich beim „Sie“.)

2. Zeichen einer besonderen Beziehung

Das Sabbatgebot ist deshalb für Israel ein besonderes Gebot, weil es ein Zeichen für die besondere Beziehung zwischen Gott und dem Volk Israel ist (2Mo 31,12-17). So wie Gott den Sabbat als heilig erklärt, erklärt er das Volk Israel als heilig (2Mo 19,6). Israel ist ein besonderes Volk, weil Gott mit ihm – und zunächst mal nur mit ihm – einen Bund schließt. Der Sabbat ist somit ein heiliger Tag für ein heiliges Volk, Zeichen eines besonderen Bundes. „Und auch meine Sabbate gab ich ihnen, dass sie ein Bundeszeichen seien zwischen ihnen und mir“ (Hes 20,12a; ähnlich auch Hes 20,20).

Weil der Sabbat ein Zeichen des Bundes ist, ist ein Brechen des Sabbats gleichzusetzen mit dem Brechen des am Sinai geschlossenen Bundes! Deshalb wird für das Brechen des Sabbats die Todesstrafe angedroht: „Jeder, der am Tag des Sabbats eine Arbeit verrichtet, muss getötet werden“ (2Mo 31,15b). Sie wird später beispielhaft vollzogen, als jemand am Sabbat Holz aufliest (4Mo 15,32-36)! Jemanden für das Holzsammeln am Sabbat mit dem Tode zu bestrafen, erscheint uns vermutlich unverhältnismäßig hart. Diese harte Konsequenz ergab sich für Israel daraus, dass ein solches Verhalten den Bund mit Gott bricht – und damit wäre die Existenz des ganzen Volkes bedroht gewesen!

Wenn ein Israelit im Alten Testament den Sabbat brach,

hatte dies die gleiche symbolische Bedeutung, wie wenn heute ein Ehepartner dem anderen den Ehering vor die Füße wirft! Man zeigt damit: Der Bund mit dir ist mir nichts mehr wert. Wie sehr gerade der Sabbat für das besondere Verhältnis zwischen Gott und Israel steht, illustriert eine spätere Aussage von Rabbi Jose bar Chanina, der gar nicht will, dass Nicht-Juden den Sabbat halten, weil die Sabbatfeier ein Treffen zwischen Gott und seiner Braut Israel sei. „Darum macht sich der Heide, welcher kommt und sich zwischen beide drängt, ohne zuvor die Beschneidung empfangen zu haben, des Todes schuldig.“¹³

Aus der alttestamentlichen Anordnung der Todesstrafe für das Brechen des Sabbats erklärt sich auch das spätere Verhalten der Pharisäer, die gerade da zum ersten Mal auf die Idee kommen, Jesus zu töten, als er – gemäß ihrer Auslegung – den Sabbat bricht (Mt 12,1-14, Mk 2,23-3,6).

So wie der Sabbat Gott und Mensch (Israel) verbindet, so verbindet er auch im Rahmen der Zehn Gebote die zwei unterschiedlichen Arten der Gebote miteinander. Die Gebote vor dem Sabbatgebot beziehen sich auf das Verhältnis zu Gott, sie sind vertikal gerichtet, die Gebote, die dem Sabbatgebot folgen, beziehen sich auf das menschliche Miteinander, sie sind horizontal gerichtet. Das Sabbatgebot ist zwischen beiden Gruppen platziert und verbindet diese auch inhaltlich, weil es eine vertikale und eine horizontale Komponente hat.

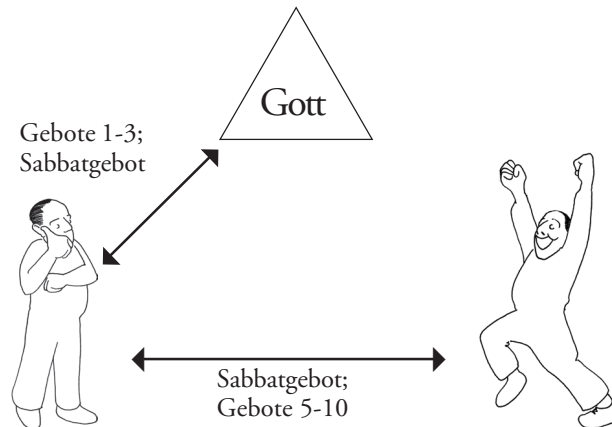


Abbildung 1: Sabbatgebote innerhalb der Zehn Gebote

An dieser Stelle ein Hinweis zur Zählung der Zehn Gebote: Das Sabbatgebote wird je nach kirchlicher Prägung als drittes oder viertes Gebote gezählt. Denn es gibt zwei unterschiedliche Zählweisen für die Zehn Gebote. Die jüdische Tradition sieht das Bilderverbot (2Mo 20,4-5) als eigenständiges Gebote und somit als zweites Gebote an. Die römisch-katholische Tradition verbindet das Bilderverbot mit dem ersten Gebote und teilt dann den letzten Vers („Du sollst nicht begehren“, 2Mo 20,17) in zwei eigenständige Gebote auf.¹⁴ Die lutherische Kirche folgt der katholischen Zählweise, die reformierte Tradition der jüdischen.¹⁵ Dies führt dazu, dass das Sabbatgebote in katholischen¹⁶ und lutherischen Schriften als drittes und in jüdischen und reformierten Schriften als viertes Gebote gezählt wird. Ich benutze die jüdische bzw. reformierte Zählweise, die wohl die ursprünglichere ist.

