

01. NOVEMBER 2020

# DAS SCHAFFEN MÜSSEN SEIN LASSEN

- Simi Speck-

## BIST DU NEU IN DER CHRISCHONA FRAUENFELD?

Wenn du zum ersten Mal in unseren Gottesdienst gekommen bist, dann laden wir dich ein, nach dem Gottesdienst zur Info-Theke zu kommen. Wir möchten dich kennenlernen und dir ein Willkommensgeschenk machen. Besuche auch unsere Webseite

[www.chrischona-frauenfeld.ch](http://www.chrischona-frauenfeld.ch)

oder ruf uns an unter 052 721 24 61.

Sonntag	01. Nov	09:00 09:15 10:45  16:00	Gebet für unsere Gottesdienste 1. Gottesdienst 2. Gottesdienst mit Kinderhüeti, KidsTreff  IKT Interkultureller Gottesdienst
Montag	02. Nov	09:00	Stadtgebet
Dienstag	03. Nov	14:15	Senioren-Bibelkreis
Donnerstag	05. Nov	16:15	Kids Fussball-Training (Schulanlage Langdorf)
Freitag	06. Nov	19:30 19:30	Gebet für Jugend TC - Teenagerclub
Sonntag	08. Nov	09:00 09:15 10:45	Gebet für unsere Gottesdienste 1. Gottesdienst 2. Gottesdienst mit Kinderhüeti, KidsTreff



CHRISCHONA  
FRAUENFELD

# DAS SCHAFFEN MÜSSEN SEIN LASSEN

## CHALLENGE #101

Seit einer Reihe von Jahren erscheinen immer wieder neue Bücher mit Titeln, die alle so ähnlich heissen wie: »101 Sachen, die du tun musst, bevor du stirbst«. »1001 Bücher, die Sie lesen sollten, bevor das Leben vorbei ist«. Aber was für ein Gedanke und Denken steckt hinter solchen Büchern? Da hat sich offenbar etwas verschoben: von der Dankbarkeit für alles, was man erleben durfte, hin zum Bedauern all dessen, was man verpasst hat. Eine Art Trauer wegen all des Ungetanen. Als sei das Leben an sich nicht bedeutungsvoll genug, fühlt man sich gezwungen, all die Bücher zu betrauern, die man nicht gelesen hat. »Wenn du einen Menschen glücklich machen willst, dann füge nichts seinen Reichtümern hinzu, sondern nimm ihm einige von seinen Wünschen«, sagte schon Epikur, ein griechischer Philosoph, der etwa 300 Jahre vor Christus lebte. Er stützte sich auf Schriften, in denen die Begrenzung als Befreiung gefeiert wurde. Es gibt so viel, was man nicht muss und noch nicht einmal braucht.

## DAS SCHAFFEN MÜSSEN SEIN LASSEN

Ich treffe immer mehr Menschen, die von sich behaupten, dass sie den Anforderungen, die an sie gestellt werden, nicht genügen. Nicht als Eltern, nicht als Partner, weder zu Hause noch im Beruf. Und vor allem nicht gleichzeitig zu Hause und im Beruf. Wenn es an der einen Stelle

funktioniert, dann ist an der anderen Not am Mann, und beim tiefen Ausatmen kommt der Seufzer: »Ich schaff's einfach nicht.« Aber wer hat uns den Gedanken eingepflanzt, dass wir »es schaffen« müssen? Und wer hat überhaupt festgelegt, was »schaffen« und »genügen« heisst?

Vor langer Zeit, wirklich langer Zeit als die Israeliten aus Ägypten geführt wurden, hatten sie den Status „Sklave“. Alles, was sie kannten, war „Sklaven zu sein“. Sie waren für 400 Jahre Sklaven. Da ist also eine Gruppe von Menschen, die nichts anderes kannte als zu arbeiten. Schlafen Arbeiten, Schlafen Arbeiten usw... Im alten Ägypten gab es vielleicht 2-3 Feiertage im Jahr, sonst mussten die Sklaven jeden Tag arbeiten. Und als Sklave tust du was man dir sagt und wenn nicht, dann stirbst du. Dies hatte tiefgreifenden Einfluss darauf, wie die Israeliten sich selbst und die Welt, die sie umgab, betrachteten. Sie wurden angetrieben von Sklavenmeistern und so in ein angstmotiviertes Denken und Handeln gepresst. Mehr Ziegelsteine, mehr Ziegelsteine, mehr produzieren... und wenn nicht, gab es die Peitsche... Aber Gott befreit sie aus diesem Land und lehrt sie einen neuen Weg: Mensch zu sein, ein neuer Weg um in der Welt zu leben und einen Platz in ihr zu finden. Denn bisher war die einzige Art zu leben die Art als Sklave zu leben. **Aber am siebenten Tage ist der Sabbat des HERRN, deines Gottes. Da sollst du keine Arbeit tun, auch nicht dein Sohn, deine Tochter, dein Knecht, deine Magd,**

dein Vieh, auch nicht dein Fremdling, der in deiner Stadt lebt. (2. Mose 20, 10) Wer mag denn so einen Gott nicht!? Einer seiner Top Ten Regeln ist: „Mach ein Tag frei.“ In Ägypten arbeiteten sie jeden Tag ohne Unterbrechung und wurden wie Dinge behandelt, die man ausnutzt, und nicht wie Menschen. Der Sabbat ist ein Gebot, einen Tag in der Woche zu nutzen, um sich daran zu erinnern, dass man nicht mehr in Ägypten ist, dass man nicht deshalb wertvoll ist, weil man viele Ziegelsteine herstellt. Man ist nicht wertvoll, weil man produziert. Der Sabbat, also Gott, sagt: "Nein! Ruh dich heute aus und erkenne, dass du geliebt und geschätzt wirst. Du bist es wert, nur weil du bist - nicht auf Grund dessen, was du tust. Der Sklavenmeister sagt: "Dein Wert basiert auf dem, was du produzieren kannst" Gott sagt: Du bist geliebt, nur weil du bist! Gott hat seinen Menschen auf dem elementarsten Level gelernt ihm zu vertrauen. Eine Art zu leben, die auf vertrauensbasierendem Denken und Handeln funktioniert. Eine Art zu leben bei dem Entscheidungen vertrauensmotiviert getroffen werden.

## **ES GIBT SO VIEL, WAS MAN NICHT MUSS**

Der Titel der Serie stammt von einem Buch „Es gibt so viel, was man nicht muss“ von Tomas Sjodin. Er formuliert darin einen Glaubenssatz für sein Leben, den er von seinen kranken Söhnen gelernt hat: „Man muss nicht genügen. Es genügt, dass man da ist. Alles, was darüber hinausgeht, ist ein Bonus.“ Können wir innehalten? Was löst in uns einen Widerstand dagegen aus? Ich glaube die Antwort ist Scham. Scham ist das höchst schmerzhafteste

Empfinden oder die Erfahrung, von Grund auf fehlerhaft, mangelhaft, wertlos zu sein und als Mensch in entscheidender Hinsicht nicht zu genügen. Und das wollen wir nicht spüren. Deshalb machen wir immer noch mehr und noch mehr. Deshalb arbeiten wir noch mehr. Stimmen werden laut:  
Ich bin nie gut genug...  
Ich bin nie wirklich sicher...  
Ich bin nie wirklich perfekt...  
Ich bin nie erfolgreich genug...

Gott möchte an diesem Punkt der Geschichte der Israeliten, ihnen auf dem elementarsten Level lernen: Ihm zu vertrauen und eine Art zu leben zu entdecken, die auf dem Glaubenssatz aufbaut: „Man muss nicht genügen. Es genügt, dass man da ist.“ Das möchte er auch uns beibringen.

## **AUSRUHEN BEDEUTET LIEBEN**

Man wird zu einem schlechteren Menschen, wenn man durch sein Leben hetzt, das lässt sich gar nicht vermeiden. Wir versuchen, noch etwas in unser bereits geschäftiges Leben zu zwingen, und wir erreichen eine Grenze. Wenn du an der Grenze bist, kannst du einfach nichts mehr rein machen, nichts mehr aufladen. Aber oft machen wir weiter und überschreiten diese Grenze. Das schönste Geschenk, das ich denen machen kann, die ich liebe - und das entdeckte ich als Ehemann und Vater immer mehr: so zu leben, dass ich nicht ständig müde und gestresst bin. Mich auszuruhen, Gott zu vertrauen, zu wissen: mein Sein alleine genügt, bedeutet also zu lieben. Deshalb gibt es so viel, was man nicht muss.

## Im Gespräch mit Bernhard Kohlmann:

„Wir sind zur Freiheit berufen oder verurteilt, und daher immer wieder genötigt, das Wirkliche aus dem Möglichen auszuwählen, gelebtes Leben und ungelebtes Leben voneinander zu sondern. Weil der Möglichkeiten immer ungleich mehr sind als sich verwirklichen lässt, übertrifft die Fülle des nicht Gelebten in unvorstellbarem Maße das kleine Reich des wirklichen Gelebten. Unvermeidlich bleiben wir daher auch immer hinter unseren Möglichkeiten zurück und können mögliche Existenz nicht verwirklichen. Wir bleiben uns selbst etwas schuldig. Das Wirkliche geht als Erlebnis, Erfüllung, als Leistung oder Werk in unsere gelebte Vergangenheit ein und erscheint so wirklicher, tatsächlicher als das Ungelebte.“ (Karl Jaspers)

### Fragen an dich:

Wo in deinem Leben hast du das Gefühl den Anforderungen nicht zu genügen? Welcher Antrieber hat dir in dieser Situation den Gedanken eingepflanzt, dass du es schaffen musst? (Personen, Vorstellungen, Glaube...?)

An welchen Punkten in deinem Leben, fühlst du dich wie ein Sklave?

Triffst du Entscheidungen angstbasiert oder vertrauensbasiert?

Was sagst du zum Glaubenssatz: „Man muss nicht genügen. Es genügt, dass man da ist. Alles, was darüber hinausgeht, ist ein Bonus.“ Was fällt dir schwer daran zu leben?

Kennst du Scham in deinem Leben? Kennst du Stimmen, die dir sagen: „Ich bin nicht genug“?

An welchem Punkt in deinem Leben willst du innehalten?



### SPENDEN VIA TWINT

TWINT ist die Bezahl-App der Schweizer Banken. Lade TWINT jetzt herunter, scanne den gewünschten QR-Code mit deiner TWINT App und spende - einfach und bequem.

Du kannst zwischen 3 Beträgen wählen. Damit nicht der falsche Betrag eingelesen wird, empfehlen wir dir, den gewünschten QR Code nah zu scannen. Es werden keine Absenderdaten übermittelt. Vielen Dank.

**FR 20.-**



**FR 50.-**



**FR 100.-**



Chrischona Frauenfeld, Ringstrasse 2, 8500 Frauenfeld, Tel.: 052 721 24 61 Email: sekretariat@chrischona-frauenfeld.ch / www.chrischona-frauenfeld.ch

Konto: Thurgauer Kantonalbank, 8570 Weinfelden, Kontoinhaber: Chrischona Schweiz, Chrischonarain 200, 4126 Bettingen, BIC: KBTGCH22XXX Gemeindep konto (allg. Ausgaben): IBAN: CH33 0078 4152 0463 8580 3