

12.04.2025 um 00:01 Uhr

hr2 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Andrea Wöllenstein,

Evangelische Pfarrerin, Marburg

Lass gut sein

Bei uns zu Hause wurde früher am Sonntag nicht gearbeitet. Nicht, weil alle Arbeit getan war. Meine Eltern hatten einen landwirtschaftlichen Betrieb. Da gab es immer was zu tun. Viel zu tun. Aber Sonntag war Sonntag. Da wurde morgens das Vieh gefüttert, und dann war Pause.

Am Sonntag war Pause

Morgens sind wir zur Kirche gegangen. Am Nachmittag gab es immer leckeren Kuchen und manchmal haben wir einen Ausflug gemacht. Wenn unsere Eltern sehr müde waren von einer arbeitsreichen Woche, haben sie Mittagsschlaf gemacht und wir Kinder durften fernsehen. Sonntags kam die Augsburger Puppenkiste. Das hat uns gefallen.

Sonntagsruhe - auch zur Erntezeit

Wenn zur Erntezeit alle im Dorf auch am Sonntag aufs Feld gefahren sind, weil schlechtes Wetter angekündigt war, sind bei uns die Maschinen still geblieben. Als Jugendliche fand ich das manchmal ein bisschen übertrieben mit der Sonntagsruhe. Die Sturheit meiner Eltern war mir peinlich. Wie das bei Jugendlichen in dem Alter manchmal so ist, dass die Eltern einfach nur peinlich sind.

Eine konsequente Haltung

Später habe ich verstanden: Mit ihrer konsequenten Haltung haben sie nicht nur das christliche Feiertagsgebot erfüllt. Sie haben auch für sich gesorgt, sich selbst etwas Gutes getan. Ohne den

freien Sonntag hätten sie viel weniger Zeit gehabt für sich und für unsere Familie. „Es muss auch mal gut sein“, hat mein Vater dann gesagt.

Auch Gott ruhte aus

„Es muss auch mal gut sein“. Ganz ähnlich wird das Feiertagsgebot in der Bibel begründet. Die Schöpfungsgeschichte erzählt, wie Gott nach jedem Tag sein Werk anschaut und sieht: Es ist sehr gut. Und nach sechs Tagen lässt er es gut sein. „Gott ruhte am siebten Tag von allen seinen Werken, die er gemacht hatte. Und Gott segnete den siebten Tag und heiligte ihn.“ (Genesis 1,2,3)

Es liegt an mir, ob ich es gut sein lassen kann

„Es gut sein lassen“. An diesen Ausspruch denke ich, wenn ich spüre: Es reicht jetzt. Mach Pause. Lass mal gut sein! Denn: Dass etwas gut ist, ist die eine Seite. Ob ich es gut sein lasse, die andere. Da komme ich ins Spiel mit meiner Entscheidung.

Durch die Ruhe kann etwas entstehen, dass unter Druck nicht erreicht werden kann

Ich lasse etwas. Mein Tun und Machen. Ich lasse etwas sein. Akzeptiere das, was ist. Und: Ich lasse es gehen. Wie ein Hefeteig nach dem Kneten eine Ruhezeit braucht, damit er locker und lecker wird. So geht nach einer Pause, nach einem entspannten Wochenende, manches viel besser. Nicht nur, weil ich dann ausgeruht bin, sondern weil in der Ruhe etwas entsteht, das ich durch Druck und immer mehr Aktivität nicht erreiche.