

In Balance sein

Work-Private-Balance

Von Work-Life-Balance hört man viel, manchmal hat man den Eindruck, Work müsste sich auf wenige Zeitfenster in der Woche beschränken, damit genügend Raum für Life bleibt. Besonders spannend wird es, wenn Jugendliche oder Berufsanfänger diese WLB beim Vorstellungsgespräch als vorrangiges Ziel einbringen. Man könnte auch denken, dass die Arbeit eigentlich gar nicht mehr zum Leben gehört. Nun habe ich einen Begriff gelesen, der vielleicht ein bisschen besser klingt: Work-Private-Balance! Obs so wirklich besser ist, ist die Frage. Es gibt noch ein schönes Wort, das in Pflege- und Sozialberufen einen hohen Stellenwert hat: Selfcare!

Im Evangelium wirkt es so, als brauche Jesus selbst eine solche Balance, um seiner Sendung treu zu sein und zu bleiben. Wo immer Jesus auftritt, kommen anscheinend große Menschenmengen zusammen. Dann fährt er schon mal mit dem Boot auf den See, um von dort aus zu predigen, oder er zieht sich auch ganz zurück und sagt: Niemand soll von einer Heilung oder einer Begegnung erfahren. Bei Markus ist aber gleich „die ganze Stadt“ vor seiner Tür versammelt. Er versucht, seinen Freiraum zu schaffen: In aller Früh, noch in der Dunkelheit, entzieht er sich: er geht an einen einsamen Ort, um zu beten. Manchmal geht er auch auf einen Berg – kostbare stille Zeit, um wieder Kraft zu schöpfen. Wer kennt das nicht: Bei all dem, was den ganzen Tag um mich herum ist, verliere ich manchmal die Mitte, den Überblick: Was zuerst bei all dem, was unerwartet kommt? Welche Herausforderung zuerst? Was ist jetzt wirklich wichtig und zielführend? Eine alte Weisheit lautet: *Bete jeden Tag eine Stunde – und wenn du ganz besonders viel zu tun hast, bete zwei!*

Heilung: In Balance bringen

Und dann heilt Jesu wieder, verschiedene Beispiele heute im Evangelium: vielleicht fühlte sich Jesus bei dem Getümmel von Menschen auch manchmal reduziert auf einen Wunderheiler. Das wollte er nicht sein: er wollte Menschen wieder in Balance bringen, mit ihrer Mitte in Kontakt bringen. Daher sehnte er sich immer danach, dass sein Tun im Menschen etwas anstößt: z.B. Dankbarkeit, Umkehr, Nachfolge.

Die Schwiegermutter des Petrus (aha: die Apostel waren verheiratet!) wird geheilt von dem, was sie bettlägerig macht. Heilen heißt: zur Ganzheit bringen. Ihre Heilung bewirkt, dass sie ihnen dient – das ist nicht nur Essen kochen, da geht es vom Wort her um Ähnliches wie: Ich will Euch zu

Menschenfischern machen: Sie stellt sich in den Dienst der Sache Jesu. Die Begegnung mit dem Heiland löst eine Nachfolgebereitschaft aus.

Und die Dämonen? Wir sprachen schon von den Aber-Geistern, von dem, was mich hin- und herwirft. Da bin ich aus dem Lot, aus dem Gleichgewicht. Jesus stellt die Mitte wieder her bzw. er bewirkt, dass die Menschen ihre Mitte, ihr Gleichgewicht wieder finden.

Gleichgewicht im Alltag?

Im Palliativbereich spricht man von den verschiedenen Dimensionen des Menschseins: körperlich, psychisch, sozial, spirituell. Vielleicht geht es bei dieser spirituellen Dimension um die Mitte:

- Was hält mich bei all dem, was mir oft den Boden unter den Füßen wegzieht, damit es mich nicht umhaut? (vgl. Hoffnungslosigkeit von Ijob)
- Was trägt mich in Zeiten, da ich mich erschöpft und kraftlos fühle, um aufzustehen und den nächsten Schritt zu gehen?
- Was bringt mich wieder ins Lot, wenn sich grade soviel im Leben verändert, mit dem ich kaum umgehen kann?

Blasius-Segen: Gebet um Balance

Wenn wir heute den Blasius-Segen empfangen, dann ist das keine alternative Heilmethode in dem Sinn, dass da ein böser Halskrankheiten-Geist ausgetrieben werden soll. Es handelt sich nicht um Magie, sondern um Gebet, um Segen. Es geht um die Bitte, dass wir Menschen die Fähigkeit in uns spüren dürfen, mit den Widrigkeiten des Lebens, auch mit Krankheiten gut umzugehen, damit sie uns nicht aus dem Lot, aus dem Gleichgewicht bringen. Deutlich wird das in dem schönen Wort „SHALOM“: es bedeutet Frieden rundherum, nicht nur im Gegensatz zum Krieg, sondern auch Frieden mit mir selbst, mit dem, was nicht zu ändern ist. Und so ein Frieden kann auf manche Situation ein neues Licht werfen, die mir möglicherweise einen dicken Hals bereitet!