

# **„Alles hat seine Zeit“**

**Die Gestaltung der Zeit  
im Familienleben**

**FAMILIENSONNTAG 2000**

**16. Januar 2000**

**Herausgeber:  
Zentralstelle Pastoral der Deutschen Bischofskonferenz  
Kaiserstraße 163, 53113 Bonn**

## Impressum:

In diese Arbeitshilfe für den Jahresschwerpunkt der Familienpastoral sind eine Reihe von Anregungen und Anliegen von Verbänden und geistlichen Bewegungen eingeflossen. Dafür haben sich besonders engagiert:

Herr Michael Griffig vom Kolpingwerk

P. Franz-Johannes Brügger und

Sr. M. Annetraud Bolkart von der Schönstattfamilienbewegung

Frau Annette Seier von der KAB

Dr. Alois Moos von der AKF

Unter dem Thema „Alles hat seine Zeit“ konzentrieren sich die folgenden Impulse und Vorschläge für die Familienarbeit auf die „Mikroebene“ der Zeiterfahrung. Sie wollen helfen der zunehmenden Schnellebigkeit, Hektik, dem Zeitmangel, der Verplanung der Zeit auf die Spur zu kommen. Sie bieten methodische Anregungen, den eigenen Alltag zu beschreiben, die „Zeitfresser“ zu finden und nach Erklärungen zu suchen. Im Lichte des Geschenks der sonntäglichen Unterbrechung wollen sie darüber hinaus Lösungsperspektiven anregen.

Wenn Christen über die Zeit nachdenken und wenn Familien ihre Zeit bewußt gestalten wollen, wird es immer auch um die Gestaltung und Pflege des Sonntags gehen. Insofern gibt es einen kräftigen Berührungspunkt mit der Arbeitshilfe zum Familiensonntag 1996. Sie war ausdrücklich und ausschließlich dem „Sonntag“ gewidmet.

Adressaten dieses Heftes sind nicht die Familien selbst, sondern Verantwortliche in der Familienarbeit (Familienkreissprecher, haupt- und ehrenamtliche Familienseelsorger etc.). Es bietet methodisch aufbereitetes Material für Gesprächsabende, Wochenenden und – in geringerem Maße – für Familiennachmittage mit Kindern.

Die vielfältigen Materialien, Information, Gedankenanstöße, Impulse und Aktionsvorschläge mögen auf den ersten Blick sehr zusammenhanglos wirken und nur durch ein äußeres Schema zusammengehalten sein. Die Redaktoren sind sich bewußt, daß Synthesen und Zusammenhänge allein durch die lebendige Arbeit in Familiengruppen oder Familienwochenenden zustande kommen können.

Das Kinderbild auf der Titelseite und dem Plakat hat Katharina Pruschek vom Norbertus-Gymnasium in Magdeburg gestaltet. Sie hat damit an dem Plakatwettbewerb des Bistums Magdeburg „Worauf ich mich verlassen möchte“ teilgenommen.

# Inhaltsverzeichnis

## Geleitwort

*Kardinal Georg Sterzinsky* ..... 7

## I. Theologische Überlegungen: Glaube und Zeit ..... 10

Das Hl. Jahr und die Zeitrechnung ..... 10

Die schöpfungstheologische Dimension des christl.  
Zeitverständnisses ..... 11

Die Bedeutung der Menschwerdung und der Erlösung für die  
Zeiterfahrung ..... 13

Christus – Alpha und Omega der Zeit ..... 15

Ende der Zeit? ..... 18

## II. Impulse für die Familienarbeit ..... 22

A – Arbeitszeit – Familienzeit ..... 22

B – Zeit zu konsumieren – Zeit zu genießen ..... 33

C – Geplante Zeit – gestaltete Zeit ..... 42

D – Gleichförmige Zeit – erfüllte Zeit ..... 51

## III. Geistliche Impulse ..... 61

A – Bausteine für den Gottesdienst ..... 61

B – Gedanken zur Predigt ..... 63

C – Wenn ich stehe ... ..... 66

D – Meditation – Das sechs-Tage Werk unserer Ehe und Familie ... 67

Hinweise auf Literatur und Materialien ..... 71

## Geleitwort

*Kardinal Georg Sterzinsky, Erzbischof von Berlin, Vorsitzender der Kommission für Ehe und Familie der Deutschen Bischofskonferenz*

Das Thema des Familiensonntages 2000 „*Alles hat seine Zeit*“ steht auf doppeltem Grund: auf dem großen Thema des Heiligen Jahres „Christus gestern, heute und in Ewigkeit – Sein ist die Zeit“ und auf den Erfahrungen und Anliegen der Familien im Umgang mit der Zeit. Die Anregungen für die Familienpastoral verbinden den Glaubensimpuls des Heiligen Jahres mit den Lebenserfahrungen und damit auch mit Problemen in den Familien. Wer sich ernsthaft damit befaßt, was der Faktor Zeit im Familienleben bedeutet, kann die Botschaft des Heiligen Jahres besser verstehen und annehmen. Und umgekehrt: Wer die Botschaft des Heiligen Jahres bedenkt, entdeckt Lösungsperspektiven für familiäre Probleme mit der Zeit.

Das Motto des Heiligen Jahres spricht auf mehreren Ebenen die Bedeutung des Glaubens für menschliche Zeiterfahrungen und für menschliches Zeitempfinden an. Der Kern des Motto „Christus, gestern, heute und in Ewigkeit“ knüpft an die Eigenart menschlichen Erlebens an, in jede Gegenwart immer zugleich Vergangenes und Zukünftiges einzubeziehen. Der Glaube an die Gegenwart Christi überschreitet jedoch jede menschliche Zukunftsperspektive in die Ewigkeit. Das erläuternde Wort „Sein ist die Zeit“ erinnert an den Geschenkcharakter des Lebens, insbesondere hinsichtlich der ungewissen Dauer jedes individuellen Lebens. Zugleich eröffnet es die Möglichkeit einer Entlastung von der Not, in die derjenige gerät, dessen eigene Lebenszeit zu einem Managementprojekt geworden ist.

Familie thematisiert eine Fülle von Erfahrungen unter dem Blickwinkel der Zeit:

- Familie ist die Gemeinschaft, in der zuerst Tage des Gedenkens und Tage der feierlichen Wiederkehr vergangener Ereignisse einen bedeutenden Stellenwert haben: Geburtstag, Hochzeitstage, Todestage . . .
- In der Familie gibt es das Bewußtsein, daß es eine Zeit ohne die Kinder gab und eine Zeit ohne die Kinder geben wird.
- Familienleben, das gelingen soll, erfordert gemeinsame arbeits- und streßfreie Zeiten. In der Familie hat das Wochenende, der Sonntag und die Ferienzeit einen hohen Stellenwert.

Schwierigkeiten werden von Familien als Aufgabe für den rechten Umgang mit der Zeit erkannt:

- Verplante Zeit: Die Einteilung der Zeit und die Struktur der Tage und Wochen sind häufig sehr eng und mehr oder weniger technisch fremd bestimmt. Die schulischen Stundenpläne – einschließlich der frei gewählten Bildung auf musikischem und sportlichem Gebiet – sind zunehmend auch das bestimmende Muster der Freizeitgestaltung.
- Knappe Zeit: Der Alltag ist oft durch das Bemühen gekennzeichnet, vorgegebene Zeiten und Fristen einzuhalten: man rennt hinter der Zeit her.
- Familien leiden unter der Hektik und Schnellebigkeit.

„Alles hat seine Zeit“ – dieses Wort ist eines der bekanntesten Wort aus der Heiligen Schrift. Es ist in unzähligen Liedern und Gedichten aufgenommen worden. Durch die ganze Glaubensgeschichte Israels und des Christentums ist es Trostwort für diejenigen, die zu resignieren in Gefahr sind. Aber es ist auch Mahnwort, die eigene Zeit bei allen Tätigkeiten und Verrichtungen zu akzeptieren und darauf gefaßt zu sein, daß Gutes zu Ende geht und Belastendes kommt. Und es ist eine Ermahnung, daß auf Erden nichts unendlich dauert und nicht alles zur gleichen Zeit erfahrbar und genießbar ist. Für uns ist es eine Aufforderung, daß wir Tätigkeiten und Zeiten verschieden gewichten und daß wir uns nicht vom gleichförmigen und fließenden Strom der Zeit mitreißen lassen, sondern ruhig auf Distanz gehen; daß wir den Zeitfluß unterbrechen und dadurch dem verbreiteten Lebensgefühl wehren, alles versinke in der unendlich fließenden Zeit und sei so eigentlich von Anfang an bedeutungslos.

#### Alles hat seine Stunde

Für jedes Geschehen unter dem Himmel gibt es eine bestimmte Zeit:  
Eine Zeit zum Gebären und eine Zeit zum Sterben,  
eine Zeit zum Pflanzen und eine Zeit zum Abernten der Pflanzen,  
eine Zeit zum Töten und eine Zeit zum Bauen,  
eine Zeit zum Weinen, eine Zeit für die Klage und eine Zeit für den Tanz;  
eine Zeit zum Steine werfen und eine Zeit zum Steine sammeln,  
eine Zeit zum Umarmen und eine Zeit, die Umarmung zu lösen,  
eine Zeit zum Behalten, und eine Zeit zum Wegwerfen,  
eine Zeit zum Zerreißen und eine Zeit zum Zusammennähen,  
eine Zeit zum Schweigen und eine Zeit zum Reden,  
eine Zeit zum Lieben und eine Zeit zum Hassen,  
eine Zeit für den Krieg und eine Zeit für den Frieden. (Koh 3,1-8)

In einigen Impulsen dieses Heftes wird die methodische Anregung gegeben, die Gegenüberstellungen des Weisheitenlehrers Kohelet zu aktualisieren, mit ihnen heutige Erfahrungen auszusagen und auf diese Weise die Mahnung für uns zu erneuern. So kann uns dieses Wort aus dem Alten Testament zur Leiter werden, die Botschaft von Christus als dem Herrn der Zeit zu erreichen. Es kann uns zur Brücke werden, über die die Botschaft vom Eintauchen Gottes in die Zeit zu uns gelangt. Sie gilt auch unseren Zeiterfahrungen, der alltäglichen Hektik und der Erfahrung, daß alles zu einem gleichförmigen Einerlei zu werden droht.

# I. Theologische Überlegungen: Glaube und Zeit

## Das Hl. Jahr und die Zeitrechnung

1. Das Jahr 2000 ist zunächst ein rundes Datum in einem Zeitrechnungssystem. Dieses setzte sich seit dem 17. Jahrhundert überall in Europa endgültig durch. „Es gehört zur Ironie der Geschichte, daß sich jene Zeitrechnung, die Christus in die Mitte der Zeit rückt, just in der Zeit der Aufklärung endgültig durchsetzte – einer Zeit also, die sich in vielen Bereichen von christlichen Überlieferungen loszulösen begann“. (H. Maier, in: „Theologisches Arbeitsbuch“ zum Hl. Jahr, 68). Der Grund seines Erfolges war a) seine Genauigkeit, die mit der gregorianischen Kalenderreform im Jahr 1582 (ebenda 65) erreicht war und b) seine Komplexität.

2. Die christliche Zeitrechnung und Kalenderordnung vereinigt eine Reihe von Zählsystemen: Die Länge des Jahres entspricht der astronomischen Zeit und bildet die zyklische Wiederkehr der biologischen Wachstums- und Ruhezeiten ab. Mit der Wocheneinteilung organisiert sie einen wohltuenden und arbeitsförderlichen Wechsel von Arbeit und Ruhe. Mit der prospektiven und retrospektiven Zählung der Jahre hat das Zeitrechnungssystem eine eminent religiöse Bedeutung. Vor allem der alten Zählweise des römischen Reiches war dieses komplexe Zeitrechnungssystem und die christliche Kalenderordnung überlegen. Die Zählung der Jahre nach dem Antritt der Regierungszeit eines Kaisers bedeutete einen mit unter sehr häufigen Neubeginn der Zählung. Die einigermaßen verlässliche Datierung vergangener Ereignisse blieb damit sehr unsicher und schwer durchschaubar.

Es gibt also sehr profane Gründe und Motive, weshalb sich die christliche Zeitrechnung heute weltweit durchgesetzt hat. Menschen, die ihre profane Nützlichkeit betonen wollen, sprechen bisweilen vom Jahr 2000 „nach unserer Zeitrechnung“.

3. Von der jüdischen Zählung unterscheidet sich die christliche Zeitrechnung und Kalenderordnung dadurch, daß sie das Jahr 0 nicht an den Anfang der Zeit legt, sondern in die Mitte. Formal ist sie damit der römischen Zählweise näher, die mit jedem Regierungsantritt eines Kaisers neu begann; in deutlichem Unterschied dazu gibt es jedoch nicht eine Vielzahl von Ursprüngen und Null-Punkten, sondern nur *einen* Ursprung der Zeit. Verstärkt wird die Bedeutung des einen Ursprungs aller Zeit noch dadurch, daß die Zeit vor Christus nicht vorwärts, sondern rückwärts gezählt

wird. Auch die Zeit vor Christus hat ihren Null-Punkt im Christuseignis. Die Zeit des ersten Bundes erscheint damit als „count-down“ auf die endgültige Erfüllung der Verheißung.

Trotz ihrer Nützlichkeit war die christliche Zeitrechnung nie unumstritten. Zu mächtig bringt sie das Grunddatum des christlichen Glaubens zum Ausdruck: die Menschwerdung Gottes, das Eintauchen des allmächtigen und ewigen Gottes in die Zeit. Wenn der ewige Gott die Zeit annimmt, dann verwandelt er damit die Zeit. Umgekehrt wird die Zeit zu einer Dimension seines inneren Lebens. Während der franz. Revolution hat man versucht, das Revolutionsjahr als neuen Nullpunkt einzuführen. Der Stalinismus hat versucht, den Sieben-Tage-Rhythmus zu verändern. Es gibt viele Versuche von Herrschern, sich selbst mit der alten römischen Zählweise zum religiösen Symbol zu stilisieren. Vielleicht bezeugen gerade diese Versuche, die christliche Zeitrechnung abzuschaffen, daß sie trotz aller profanen Brauchbarkeit nie ganz vom Glauben lösbar ist. Denn mit dem Ausbruch der Herrschaft Gottes in der menschlichen Geschichte ist jegliche Herrschaft von Menschen über Menschen eingeschränkt und relativiert. Menschliche Herrschaft ist unter die Norm der Befreiung des Menschen gestellt, so wie sie im Evangelium bezeugt ist. Das hat und wird totalitäre Herrscher aller Zeiten irritieren.

Das Jahr 2000 ist Heiliges Jahr – ein scheinbar beliebiger Punkt auf einer willkürlich vereinbarten Zeitrechnung – heilig aber durch den Ursprung dieser Zeitrechnung. Es ist Jahr des Heils und Jahr der Erinnerung, daß Gott in der Geschichte wirksam ist. Deswegen ist es immer auch Jahr der Umkehr und Befreiung von Schuld und Schulden, Jahr der Neuverteilung des Besitzes und Jahr der Erneuerung des Glaubens.

Das Jahr 2000 ist eine runde und volle Zahl. Es ist ein Anlaß zu feiern und sich zu erinnern. Es ist aber auch ein Anlaß, den Sinn und Ursprung dieser Zeitrechnung, ja den Sinn der Zeit überhaupt, zu bedenken.

## **Die schöpfungstheologische Dimension des christlichen Zeitverständnisses**

1. *Alles hat seine Zeit.* Jede Zeit und jede Wirklichkeit führt der Glaube auf Gott zurück. Alles was existiert, verdankt seine Existenz dem Schöpfungshandeln Gottes. Der Gott, den Israel und die Kirche bezeugen, ist der Gott, der Leben spendet und Leben erhält. Er will, daß der Kosmos mit

Leben erfüllt ist. Er will, daß wir leben. Leben ist der Inhalt seines Schöpfungswillens.

2. *Leben und alles Dasein auf der Erde* hat immer eine zeitliche Erstreckung. Zeit und Zeitlichkeit ist ein Grundmerkmal der geschaffenen Wirklichkeiten. In der Zeit zu existieren ist dabei zugleich das Merkmal, das die Geschöpfe von Gott unterscheidet. Sein göttliches Leben ist ewig: nicht von unendlicher Dauer, sondern in Ewigkeit, nicht von Augenblick zu Augenblick, sondern von Ewigkeit zu Ewigkeit. In Gott ist weder Werden noch Vergehen, sondern sein Leben ist reine Gegenwart. Was wir nur nacheinander wahrnehmen und erkennen können, ist in Gott zugleich gegenwärtig.

Wenn unser Gott der lebensspendende Gott ist, dieses irdische Leben aber wesentlich nur im zeitlichen Nacheinander sich vollziehen kann, dann will Gott das geschöpfliche Leben als eigenes Leben (mit einem Kunstwort der Theologen formuliert: als das Andere von sich selbst). Anders als Gott zu sein ist die göttliche Bestimmung des Menschen. Anders als Gott zu sein heißt nicht, von Gott verlassen oder fern von Gott leben zu müssen. Es heißt, die eigene Menschlichkeit und Freiheit als Gottes Willen erfahren zu können.

3. Nun ist die menschliche Zeiterfahrung zweideutig: Es gibt Zeiten des Werdens und Zeiten des Vergehens. Viele Menschen haben eine Zukunft. Sie können noch etwas erwarten, sie haben noch etwas vor sich. Aber viele Stunden des Glücks sind vergangen und vorbei. Es gibt Zeiten der Ankunft und Zeiten des Abschieds. Es gibt die Zeit der Geburt und die Stunde des Todes. Zum zeitlichen Leben des Menschen gehört, daß seine Zeit auch zu Ende geht. Widerspricht dies aber nicht dem Gott, der Leben spendet und will, daß wir leben?

Unsere Schriftsteller aus dem Buch Kohelet formuliert diese zwei Gesichter der Zeit: Es gibt eine Zeit des Gebärens und eine Zeit zu sterben; eine Zeit zu suchen und eine Zeit zu verlieren; zuerst das Wachsen und dann das Sterben – das ist die Reihenfolge und Chronologie, in der wir unser Leben wahrnehmen. Angesichts vieler Todes- und Verlusterfahrungen, so viel zeitlichen Vergängnisses, scheint das Ende unserer Zeit das letzte Wort. Schon im Entstehen und Wachsen kündigt sich der Tod an. Nach den ersten Lebensjahren eines Kindes ist ein Teil seines Lebens vergangen und kehrt nie mehr zurück. Von Anfang an gehen wir auf das Ende zu.

4. Wer den Text genau liest, entdeckt, daß in einigen Formulierungen die Reihenfolge umgekehrt ist: Es gibt eine Zeit zum Töten und eine Zeit zum Heilen, eine Zeit zum Niederreißen und eine Zeit zum Bauen, eine Zeit zu zerreißen und eine Zeit zusammenzunähen. Angesichts der Erfahrung des Verlustes und der Beendigung von Lebenszeit wirkt diese Umkehrung wie eine Verheißung auf die Erlösung von der Vergänglichkeit. Die Dauer des Lebens ist von Gott erhaltene und geschenkte Zeit. Unser Werden und Wachstum ist die Zeit, die dem Vergehen widersteht. In jedem uns geschenkten Augenblick erfahren wir den Lebenswillen Gottes. In jeder Zeit, in der wir gegen den Tod leben, beweist Gott seinen Schöpfungswillen: Leben soll sein.

*Der Glaube an den Schöpfergott, der Leben spendet und verheißt, realisiert sich in dem Zeitgefühl, daß jeder Augenblick unseres Lebens geschenkt ist. Das wird besonders intensiv von denjenigen Menschen erfahren, die einer großen Not entkommen sind, einen schweren Unfall oder eine Krankheit überstanden haben. Es ist nicht selbstverständlich, daß wir leben. Unser Leben, auch unsere Aktivitäten und unsere Arbeit, durch die wir unser Leben erhalten, sind das Erfahrungsfeld, auf dem wir Gottes Schöpfermacht erfahren. Jede Wirklichkeit ist „ohne Ausnahme auf Gott zurückzuführen. Er ist der Herr über Zeit und Raum. Er ist nicht der Gott nur eines Tages, sondern der Gott aller Tage des Menschen“ (Dies Domini 14).*

## **Die Bedeutung der Menschwerdung und der Erlösung für die Zeiterfahrung**

1. Dieses Zeitgefühl, daß Gott in jedem Augenblick meines Lebens mich erhält und ich leben soll, wirft eine radikale Frage auf: Was ist mit denen, die nicht aus schwerer Krankheit gerettet werden? Was mit denen, die sterben mußten und in vielen Fällen mitten aus dem Leben herausgerissen wurden? Oder was ist mit denen, die durch schuldiges Handeln oder Versäumnis anderer Menschen den Tod erleiden müssen?

Das Heilige Jahr erinnert die Christen daran, daß Gott Mensch geworden ist, als Mensch gelebt hat und durch alle Höhe und Tiefen des menschlichen Lebens hindurchgegangen ist. Er blieb seinem Handeln und seiner Verkündigung der frohen Botschaft vom Reiche Gottes treu – bis in den Tod am Kreuz. Er hat die Todesangst durchlitten und bewahrte selbst im Tod seine besondere und einmalige Beziehung zu Gott, dem allmächtigen und guten Vater. In der Auferweckung vom Tod erweist sich der Vater als

der Gott, der Leben spendet und Leben erhält. In der Auferweckung des Gekreuzigten vom Tod bestätigt Gott seinen Schöpfungswillen.

2. *Dieses Ereignis des Kreuzestodes und der Auferstehung Christi* ist noch nicht die Beantwortung der Frage, warum Menschen sterben, ihre Zeit vergeht und mit ihrem Tod alles vorbei zu sein scheint. Eher verschärft der Glaube an die Erlösung in Christusereignis diese schmerzliche Frage: Warum müssen Menschen noch immer sterben, nachdem Jesus von den Toten erstanden ist?

Aber der Blick auf *Kreuz und Auferweckung* zeigt, daß der lebensspendende und zeitgewährende Gott auch im Tod den Menschen nahe ist. Und weil er der allmächtige und ewige Gott ist, der die Treue zu seinem Sohn bewiesen hat und ihn nicht im Tod beließ, deswegen ist der Tod verwandelt. Denn das Kreuz hat sein Leben, sein Wirken und seine Verkündigung nicht vernichtet, sondern im Lichte der Auferstehung ist im Kreuz Leben, Wirken und Verkündigung Jesu vollendet. So ist das Kreuz zu einem Ereignis geworden, daß den lebensspendenden und zeitschenkenden Gott auch in der Todessituation und in der Verlusterfahrung bezeugt. Im Kreuz ist das Leben Christi nicht vernichtet, sondern verwirklicht.

3. *Durch das Kreuz* hat die Rede vom Lebensende einen neuen Sinn erfahren. Das Leben ist nicht vergangen und vorbei, sondern in seiner vollen Gestalt, in seinem Sinn und Ziel verwirklicht. Allein, weil in einem Fall eines Menschen der Schöpfungswille des allmächtigen Gottes realisiert ist, deswegen gilt für alle Menschen: Trotz des Todesschicksals geht keine Sekunde unseres Lebens verloren. Am Ende ist das Leben nicht vorbei, sondern vollends erschienen. In die Zeit des Vergehens hat sich definitiv die Zeit, die dauert und die bewahrt bleibt, geschoben: Endgültig für alle Menschen durch Kreuz und Auferstehung Christi, vollgültig am jüngsten Tag, dem Tag der Auferstehung der Toten. Fließen bisher in der Sanduhr des Lebens die Augenblicke jeder Gegenwart ins bodenlose, so hat nun die Sanduhr einen Boden bekommen: Alles was je geschah, ist geborgen in seiner Hand.

4. Für uns bleiben diese Zeiteindrücke gegensätzlich:

- a) Die Zeit vergeht und ist unwiederbringlich dahin und
- b) die mögliche Lebenszeit eines Menschen ist am Ende seines Lebens endgültig auf der Erde erschienen und in Wirklichkeit verwandelt. Ineinander verwoben bleiben diese Zeitgefühle gegensätzlich. Unsicher bleibt auch, ob nicht die Zeit, die alles zum Verschwinden bringt, die Oberhand behält.

Diese Gegensätzlichkeit wird ausgetragen und zugespitzt, wenn sich Menschen erinnern. Im Eingedenken der Toten, aber auch im erinnernden Festhalten der vielen Glücksmomente des Leben zeigt sich, daß die vergangenen Augenblicke *nicht nur* vergangen sind. Weil sie aber erinnert werden müssen, sind sie immer *auch* vergangen und nicht gegenwärtig. Sie sind nur als vergangene gegenwärtig. Es mangelt ihnen an vollgültiger Gegenwart. Denn diese ist immer mehr als ein Erinnerungsbild im Gedächtnis eines Menschen, zumal die Erinnerungsfähigkeit der Menschen so schwach ist: Vieles geht ihr verloren. Viele Erinnerungsanstrengungen werden durch Oberflächlichkeit und Mangel an Solidarität versäumt. Aber im Eingedenken machen wir die Erfahrung, daß die Vergangenheit nicht einfach nur nichts ist, sondern vergangene Gegenwart. Alles was je geschah, hat einen Zeitindex, hat ein Datum, trägt in sich, einen Augenblick gegenwärtig gewesen zu sein.

## Christus – Alpha und Omega der Zeit

1. „Im Christentum kommt der Zeit eine fundamentale Bedeutung zu. Innerhalb ihrer Dimension wird die Welt erschaffen, in ihrem Umfeld entfaltet sich die Heilsgeschichte, die ihren Höhepunkt in der ‚Fülle der Zeit‘ der Menschwerdung und ihr Ziel in der glorreichen Wiederkunft des Gottessohnes am Ende der Zeiten hat. In Jesus Christus, dem fleischgewordenen Wort, wird die Zeit zu einer Dimension Gottes, der in sich ewig ist.

Die Jahre des Erdendaseins Christi stellen im Licht des Neuen Testaments tatsächlich die *Mitte der Zeit* dar. Diese Mitte hat ihren Höhepunkt in der Auferstehung. Denn wenn es auch wahr ist, daß er vom ersten Augenblick der Empfängnis an im Schoß der heiligen Jungfrau menschgewordener Gott ist, ist es doch auch wahr, daß seine Menschlichkeit erst durch die Auferstehung vollständig verklärt und verherrlicht wird und so seine göttliche Identität und Herrlichkeit voll offenbart. Paulus wendet in seiner Rede in der Synagoge von Antiochia in Pisidien sehr treffend die Aussage von Psalm 2 auf die Auferstehung Christi an: „Mein Sohn bist du, heute habe ich dich gezeugt“ (V. 7). Genau aus diesem Grund stellt uns die Kirche in der Osternachtfeier den auferstandenen Christus als „Anfang und Ende, Alpha und Omega“ vor. Diese Worte, die vom Priester gesprochen werden, während er in die Osterkerze die Zahl des laufenden Jahres einritz, machen offenkundig, daß Christus der Herr der Zeit ist; er ist ihr Anfang und ihre Erfüllung; jedes Jahr, jeder Tag und jeder Augenblick

werden von seiner Menschwerdung und seiner Auferstehung umfassen und befinden sich auf diese Weise in der Fülle der Zeit“. (Dies Domini 74)

2. „*Da der Sonntag das wöchentliche Ostern ist, wo der Tag in Erinnerung gerufen und vergegenwärtigt wird, an dem Christus von den Toten auferstanden ist*, ist er auch der Tag, der die Bedeutung der Zeit offenbart. Es besteht keine Verwandtschaft mit den kosmischen Zyklen, in welchen Naturreligion und menschliche Kultur bestrebt sind, die Zeit dem Rhythmus anzupassen, wobei sie sich vielleicht dem Mythos von der ewigen Wiederkehr hingeben. Der christliche Sonntag ist etwas völlig anderes! Aus der Auferstehung hervorgehend, zerteilt er die Zeiten des Menschen, die Monate, die Jahre, die Jahrhunderte, wie ein Richtungspfeil, der sie durchdringt und auf das Ziel der Wiederkunft Christi ausrichtet. Der Sonntag nimmt den Endtag vorweg, den Tag der *Parusie*, wie er im Geschehen der Auferstehung von der Herrlichkeit Christi angekündigt wird. Der Christ weiß nämlich, daß er auf keine andere Heilszeit zu warten braucht, sondern daß die Welt, wie lange ihre zeitliche Dauer auch währen mag, bereits in der Endzeit lebt.

Denn alles, was bis zum Weltende geschehen wird, wird nur eine Ausweitung und Verdeutlichung dessen sein, was an dem Tag geschehen ist, an dem der gemarterte Leib des Gekreuzigten durch die Macht des Geistes auferstanden und seinerseits für die Menschheit zur Quelle des Geistes geworden ist. Der Christgläubige weiß deswegen, daß er auf keine andere Zeit der Erlösung warten muß, und die Welt, wie lange sie auch zeitlich noch dauern wird, sich bereits in der Endzeit befindet. Vom verherrlichten Christus wird nicht nur die Kirche, sondern der Kosmos und die Geschichte unablässig geführt und geleitet. Es ist diese Kraft des Lebens, die Schöpfung, die „bis zum heutigen Tag seufzt und in Geburtswehen liegt“ (Röm 8,22), die zielstrebig auf ihre endgültige Erlösung treibt. Von diesem Weg kann der Mensch nur eine dunkle Ahnung haben; die Christen besitzen die Chiffre und die Gewißheit dafür, und die Heilung des Sonntags ist ein beredtes Zeugnis, das zu geben sie aufgerufen sind, damit die Zeiten des Menschen immer von der Hoffnung getragen sind“. (Dies Domini 75)

3. *Der Sonntag ist das wöchentliche Ostern der Christen.* Es ist der Tag, an dem die Auferstehung Christi bleibend eingestiftet ist in die Zeit der Geschichte und in die Lebenszeit eines jeden Menschen.

Durch den Wechsel von Alltag und Sonntag, durch die regelmäßige gemeinsame Unterbrechung der Arbeitszeit, der abfließenden und verge-

henden Zeit, ist der Sonntag nicht nur der Tag, an dem Ostern *bewußt* wird, sondern an dem Ostern unter den Bedingungen menschlichen Lebens *erfahrbar* wird. Durch die wirkliche Unterbrechung der Arbeitszeit schiebt sich die Erlösungszeit wirklich in die fließende und vergehende Zeit hinein.

Die *Einhaltung des Sonntagsgebots* erzeugt eine Distanz zum normalen Zeitempfinden. Nach unserem „normalen“ alltäglichen Zeitgefühl „fließt“ die Zeit; unaufhörlich verrinnt sie in der Vergangenheit. Das Verrinnen und Verschwinden wird am Sonntag unterbrochen. Durch den anderen Zeitrhythmus und eine besondere Zeitstruktur ermöglicht dieser Tag die Erinnerung und die symbolische und mentale Vergegenwärtigung vergangener Ereignisse.

4. In der kurzen Erläuterung der christlichen Zeitrechnung und Kalendereordnung war von deren Komplexität die Rede. Die Zeitrechnung nach Christus vereinigt viele Zählssysteme: Die durch die Kreisbewegung der Gestirne vorgegebenen und wahrnehmbaren Zeiteinheiten wie Stunde, Tag, Monat und Jahr und die Zeiteinheiten, die keiner kosmischen Wahrnehmung entsprechen wie die Sekunde, die Woche, die Lebenszeit und die Geschichtszeit.

Vor allem der *Rhythmus der sieben Tage* paßt nicht die verschiedenen Zählungen der Sonnenzeit hinein. Vier Wochen und X-Tage sind ein Monat, mehr als 52 Wochen ein Jahr etc. Die Woche sammelt die zerstreuten Tage und Stunden des Menschen und bündelt sie zu einem Ganzen. Zugleich überbrückt sie den Graben zwischen den kleinen Zeiträumen der Tage, der Stunden und Minuten und den großen Zeiträumen des Jahres. Ein Jahresereignis oder Fest des Lebens zu erwarten ist sehr schwer und verlangt eine hohe Abstraktionskraft. Was kann nicht alles passieren bis zu den Ferien, bis zum Geburtstag oder bis Weihnachten? Angesichts dieser Erfahrung ist es um so bemerkenswerten, daß die mittlere Zeitstruktur der Wochen und Monateinteilung immer schwächer wird. Die Diskussion um die Sonntagsarbeit zeigt einen schleichenden Verlust der mittleren, erreichbaren Zeitunterteilung. Alles, was früher an Wünschen, Hoffnungen, Vorhaben und Begegnungen auf den Sonntag projiziert wurde, müssen nun die Ferien erfüllen. Zwar gibt es einen Trend, nicht nur einmal im Jahr Ferien zu machen, jedoch können nach unserer Überzeugung die Ferien nur sehr schwer die Funktion des Sonntags übernehmen.

Das hat Konsequenzen dafür, wie die kleineren Zeiträume der Tage und der Stunden erfahren werden. Das sonntägliche Korrektiv wird im Leben

vieler Menschen immer schwächer. Der Fluß der Stunden, Minuten und Sekunden wird gewissermaßen entfesselt. Wie bei einem langsamen Abbröckeln eines Dammes gewinnt der Fluß der Zeit zunehmend an Geschwindigkeit und um so mehr Geschwindigkeit er bekommt, um so schneller erodiert der Damm. Und diejenigen, die mitten im Fluß der Zeit leben, brauchen immer mehr Kraft und Anstrengung, um zum Alltag Distanz zu gewinnen, zurückzuschauen und vorauszublicken. Weil die Distanzierung ohne den Sonntag immer schwieriger gelingt, deswegen fehlt auch die Voraussetzung dafür, Zeit zu gestalten, und möglicherweise der eigenen Lebenszeit eine neue, vielleicht bessere Richtung zu geben.

## Ende der Zeit?

1. Kurz vor seiner Selbsttötung schrieb Jean Amery, der durch die Qualen im KZ zutiefst an Leib und Seele verwundet wurde: „Irgendwann einmal, so sagte ich es jüngst, wird alles sein, als wär' es nie gewesen. Geschichtliche Entropie wird alles Geschehene gleichsam im Wärmetot erstarren lassen. Mörder und Ermordete werden kahl und kalt im Nichtigen nebeneinander sein, die einen nicht schlechter als die anderen. Kosmische Indifferenz, niedergelegt in Ansammlungen, . . . wird alles umfassen: Geschichte wird das Geschichtete sein, Mensch und Gegenmensch ruhen dann in der Grabesstille des Abgelebten“.

Seit der Entwicklung der Atombombe, etwa seit den frühen 50er Jahren, ist die Selbstvernichtung der Menschheit real möglich. Wäre nach dem Einsatz der overkill-Kapazitäten die Welt zu Ende? Wohl hätten die Menschen ihre Geschichte aus eigener Macht und Verfügungsgewalt über Leben und Tod beendet. Möglicherweise wäre *alles* Leben, auch das von Viren und Bakterien, auf der Erde ausgelöscht. Aber hört dann die Erde auf, sich zu drehen und die Sonne zu umkreisen? Vielleicht geht es so weiter, als ob nichts passiert wäre. Die objektive kosmische Zeit fließt weiter, indifferent gegenüber menschlichem Leben und menschlichem Bewußtsein.

Nicht, daß das Leben der Menschen endet, ist die Katastrophe sondern die schlimmste Katastrophe besteht darin, daß es so weitergeht.

2. Die Vorstellung, daß nach einer denkbaren und technisch *möglichen Selbstvernichtung* der Menschheit die Zeit einfach so weitergeht, steht in doppeltem Gegensatz zur *christlichen Zukunftshoffnung*: Erstens hoffen und glauben die Christen, daß die Geschichte der Menschheit auf ein gu-

tes Ziel zusteuert. Und dazu gehört auch die sittliche Verpflichtung aller Menschen, auf das gute Ziel hinzuarbeiten. Die Herbeiführung dieses guten Endes ist aber allein Gott vorbehalten. Christus wird ein zweites Mal kommen und alles, was durch menschliche Sünde beschädigt ist, wieder herstellen. „Die Schrift bezeichnet diese geheimnisvolle Erneuerung, die die Menschheit und die Welt umgestalten wird, als ein ‚neuen Himmel und neue Erde‘“ (2 Petr 3,13; vgl. Offenbarung 21,1) „Der Ratschluß Gottes, ‚das All in Christus wieder unter ein Haupt zu fassen, alles, was im Himmel und auf Erden ist‘ (Eph 1,10), wird sich dann endgültig verwirklichen“. Wenn Gott „alles neu“ macht (Offb 21,5), im himmlischen Jerusalem, wird er seine Wohnung unter den Menschen haben. „Er wird alle Tränen von ihren Augen abwischen: Der Tod wird nicht mehr sein, keine Trauer, keine Klage, keine Mühsal, denn was früher war, ist vergangen.“ (Offb 21,4; vgl. Offb 21, 27)“ (KK 1043 und 1044) Ein Ende der Menschheit, das durch einen Atomkrieg verursacht ist, wäre so das komplette Gegenteil von dem Ende, das Gott verheißen hat.

3. Der zweite Widerspruch besteht darin, daß die *Wiederkunft Christi am Ende der Geschichte* die ganze Schöpfung erneuert. Es besteht eine innige „Schicksalsgemeinschaft“ zwischen dem menschlichen Leben und der materiellen Welt. Wohl ist die kosmische und mit der Uhr gemessene Zeit eine Bedingung, unter der menschliches Leben, Arbeiten und Feiern abläuft. Und mag es naturwissenschaftlich und philosophisch unentscheidbar sein, ob die Materie von sich aus unendlich dauert (weil die menschliche Vernunft ihre Eigenschaft darin hat, über jede Grenze hinausfragen zu müssen), so ist dem Lichte des Glaubens und der christlichen Zukunftserwartungen die kosmische Zeit nicht unendlich. Gerade für den Glauben ist jeder Augenblick singulär; wäre er die unendliche Wiederholung des Gleichen, wäre auch in moralischer Hinsicht das menschliche Handeln und Leben beliebig.

Diese innige Schicksalsgemeinschaft zwischen menschlichen Leben und materieller Welt formuliert Paulus in seinem Brief an die Römer: „Ich bin überzeugt, daß die Leiden der gegenwärtigen Zeit nichts bedeuten im Vergleich zu der Herrlichkeit, die an uns offenbar werden soll. Denn die ganze Schöpfung wartet sehnsüchtig auf das Offenbarwerden der Söhne Gottes. Die Schöpfung ist der Vergänglichkeit unterworfen, nicht aus eigenem Willen, sondern durch den, der sie unterworfen hat; aber zugleich gab er ihr Hoffnung: Auch die Schöpfung soll von der Sklaverei und Verlorenheit befreit werden zur Freiheit und Herrlichkeit der Kinder Gottes. Denn wir wissen, daß die gesamte Schöpfung bis zum heutigen

Tage seufzt und in Geburtswehen liegt. Aber auch wir, obwohl wir als Erstlingsgabe den Geist haben, seufzen in unserem Herzen und warten darauf, daß wir mit der Erlösung unseres Leibes als Söhne offenbar werden.“ (Röm 8, 18-23)

„Das sichtbare Universum ist somit ebenfalls dazu bestimmt, umgewandelt zu werden, damit die Welt, in ihren anfänglichen Zustand zurückversetzt, nunmehr unbedingt im Dienst der Gerechten stehe“ (Irenäus Haer 5,3,2,1) und so an der „Verherrlichung im auferstandenen Jesus Christus teilhabe.“ (KK 1047)

4. Daß es so weitergeht und die Zeit unaufhaltsam fließt, egal was passiert, wieviel Menschen sterben und wie hoch die Leichenberge durch menschliche Schuld noch angehäuft werden, ist die Schreckensvision mancher Mitmenschen. Und in der Reaktion des Erschreckens und der Trauer über die gedachte Möglichkeit steckt eine tiefe Wahrheit: Es soll nicht sein, daß alles im Wärmetod der Evolution untergeht, und letztlich alles egal sein wird.

Die christliche Rede vom Ende der Zeit steht in engem Zusammenhang mit der *Hoffnung auf die Auferstehung der Toten*. Sie ist eigentlich eine notwendige Folge der Verheißung, daß der Tod nicht mehr sein wird. Alles was geschieht, ist in Gott geborgen. Und das wird für alle Menschen am Ende der Zeit sichtbar und offenbar – an Seele *und* Leib erfahrbar. Die Beendigung der Zeit ist ein Handeln Gottes an der Geschichte und an jedem einzelnen menschlichen Leben. Und „beenden“ heißt dem nicht, daß Lebenszeit vergeht und in der Vergangenheit verschwindet. Sondern das Ende der Zeit ist jener Augenblick, an dem das Vergehen, das Abfließen der Zeit unterbrochen und beendet wird. Die Zeit wird von ihrer tödlichen Signatur befreit; im Gedächtnis Gottes ist jeder Augenblick, der je in die Vergangenheit verschwand, gegenwärtig.

Ich möchte einmal  
sagen können:  
Es ist vollbracht!  
Und ich darf hoffen,  
daß mir dies  
hinter Jesus her gelingt,  
daß meine Geschichte  
an seiner Geschichte  
zu einer Heilsgeschichte wird.

So will ich versuchen,  
mein Leben vollzubringen,  
zu füllen wie er  
mit geteiltem Brot,  
mit brüderlicher Umarmung,  
mit gestiftetem Frieden,  
mit geschenkter Vergebung,  
mit erwiesener Gerechtigkeit,  
mit erwirkter Freiheit,  
mit gehaltener Treue,  
mit redlicher Wahrhaftigkeit,  
mit Liebe zu denen,  
die mich brauchen.

So will ich versuchen,  
mein Leben vollzubringen,  
zu füllen wie er  
unter der Last der Konflikte,  
in der Zwickmühle von  
Spannungen,  
unter der Bürde von  
Verantwortung,  
in den Zwängen der Probleme,  
unter dem Druck der Leistung,  
in den Stunden der Leiden,  
unter dem Kreuz,  
dem ich nicht ausweichen kann.

So will ich versuchen  
mein Leben vollzubringen,

zu füllen wie er  
im aufmerksamen Bewußtsein,  
im ständigen Hören,  
im immer wieder aufgenommenen  
Gebet,  
im liebenden Gehorsam  
zu Gott,  
der allein mein Leben  
richten und ins Recht setzen  
kann.

Noch kann ich dieses Wort  
nicht wagen:  
Es ist vollbracht.

Aber heute  
ist die Zeit,  
in der ich umkehren kann,  
heute kann ich  
das Wort des Friedens sagen,  
heute kann ich  
Verzeihung anbieten,  
heute kann ich  
auf den Nächsten zugehen,  
heute kann ich  
einen Unerwünschten annehmen,  
heute kann ich  
meine Stimme für Rechtlose  
geltend machen,  
heute kann ich  
meine Wahl abgeben,  
heute kann ich  
mich verlieren,  
um das Leben zu gewinnen.  
...  
Jetzt entscheidet sich,  
worauf es ankommt,  
wenn Er kommt.

Alois Albrecht

## II. Impulse für die Familienarbeit

### A. Arbeitszeit – Familienzeit

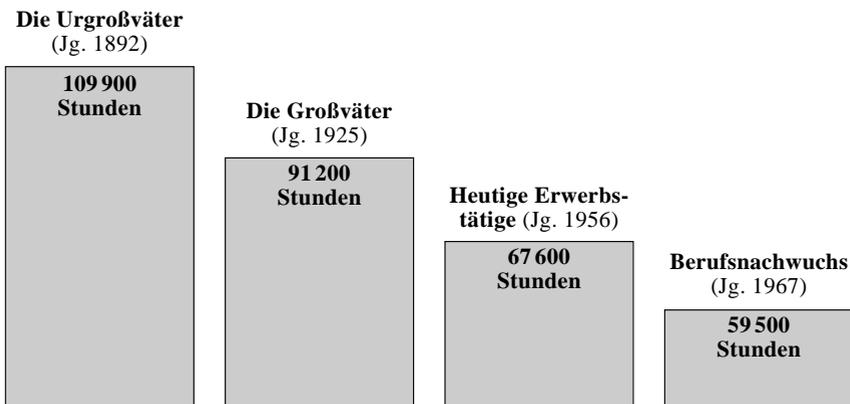
#### 1. Beobachtungen

##### 1.1

Arbeitszeit schränkt die Familienzeit äußerlich ein. Die Zeit, die Familien zusammen verbringen können, ist davon abhängig, wieviel Zeit die einzelnen Familienmitglieder außer Haus in Arbeit und Schule gebunden sind.

Das war früher sehr viel mehr. Das Verhältnis von Arbeitszeit und frei verfügbarer Zeit hat eine Geschichte. Es scheint sich immer noch zugunsten der frei verfügbaren Zeit zu verändern. Arbeitete im letzten Jahrhundert ein Industriearbeiter 6 Tage in der Woche jeweils bis zu 14 Stunden, so ist in einer Reihe von Branchen die tägliche Arbeitszeit an 5 Wochentagen unter die Acht-Stundengrenze gesunken. Sehr gut bezahlte Stellen zeigen jedoch einen umgekehrten Trend: um so verantwortungsvoller und besser bezahlt die Arbeit, um so umfangreicher die Arbeitszeit. Auch bei denjenigen, deren tariflich festgelegte Arbeitszeit in den letzten Jahren gesunken ist, wird die Zeitersparnis teilweise durch vermehrte Überstunden und längere Wege zum Arbeitsplatz aufgeessen.

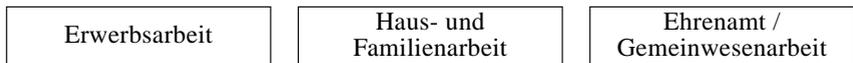
So lange werden während ihres Erwerbslebens arbeiten bzw. haben gearbeitet:



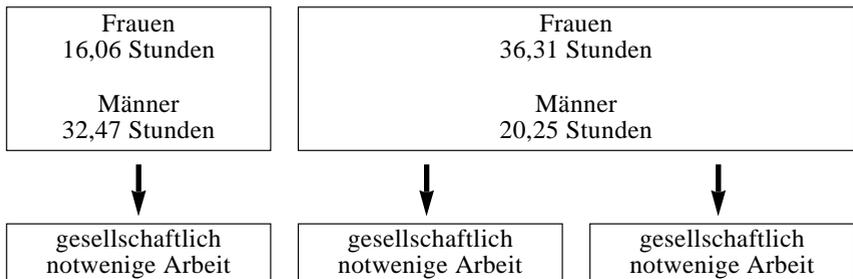
Arbeit ist jedoch mehr als Erwerbsarbeit. Viele Menschen engagieren sich in Vereinen, Parteien, karitativen Organisationen und in den Kirchengemeinden. Dort wird nicht nur Freizeit verbracht, sondern auch Arbeit investiert. Viele bringen ihre beruflichen Fähigkeiten in die ehrenamtliche Tätigkeit ein; andere freuen sich, solche Arbeiten leisten zu können, die ihnen in ihrer beruflichen Laufbahn verwehrt blieben. Auch diese Arbeit findet normalerweise außer Haus statt.

Arbeit findet jedoch auch in der Familie statt. Haushalt, Garten etc. kann man als eine Schnittmenge von Arbeitszeit und Familienzeit auffassen. Gemeinsame Instandhaltung von Gebrauchsgütern, Renovierung der Wohnung, Putzen, Gartenarbeiten, Essenzubereitung und Kindererziehung sind einige der Arbeiten, die den Komplex Familienarbeit bilden:

### Die drei Säulen der Arbeit



#### Durchschnittliche Wochenarbeitszeit



**Bezahlung**

**Soziale Sicherung** (bei Krankheit, Erwerbsarbeitslosigkeit, im Alter)

(aus: Arbeitshilfe der KAB Westdeutschlands – Sehen)

*Methodische Anregung:*

1. Benennen Sie Ihre wöchentlichen Arbeits- bzw. Tätigkeitsbereiche nach Art und Umfang und ordnen Sie sie den Spalten zu!

	Erwerbsbereich	Std.	Familienarbeit	Std.	Ehrenamt	Std.	freiverfügb. Zeit	Std.
<b>Mo</b>	z. B. Kranken- pflege	38,5	Hausaufgaben der Kinder be- aufsichtigen	6,0	Vorstand des Verein xy	1,5	Basteln	1,0
<b>Di</b>								
<b>Mi</b>								
<b>Do</b>								
<b>Fr</b>								
<b>Sa</b>								
<b>So</b>								

2. Arbeit ist mehr als Erwerbsarbeit: Unterstreichen Sie alle Tätigkeiten, die Sie der „Arbeit“ zurechnen!
3. Welchen Stellenwert hat diese Arbeit für Sie selbst?
4. Welchen Stellenwert hat diese Arbeit für andere/für die Gesellschaft?

Erwerbsarbeit, ehrenamtliche Arbeit und Familienarbeit sind jedoch ungleich verteilt.

### Unterschiedlicher Alltag

Wer als Berufstätige/r abends müde ins Bett fällt und noch einmal den Tag an sich vorüberziehen läßt, wird nicht selten einen Seufzer ausstoßen: Wie rasch ist bloß die Zeit vergangen; ich hatte mir doch noch dieses und jenes vorgenommen und habe es wieder einmal nicht geschafft. – Wo die Zeit geblieben ist, darüber kann das Statistische Bundesamt Aufschluß geben. Bei den Männern in West- und Ostdeutschland sieht der Tagesablauf von Montag bis Freitag fast identisch aus. Sie werden vom Beruf (einschließlich Arbeitsweg) annähernd neun

Stunden in Anspruch genommen. Dreieinhalb Stunden haben sie Zeit für andere Dinge -Kultur, Sport, Geselligkeit. Neuneinhalb bis zehn Stunden gehen für Nahrungsaufnahme, Körperpflege und für den verdienten Schlaf drauf. Bei den Frauen gibt es deutliche West-Ost-Unterschiede. Berufstätige West-Frauen arbeiten nur gut vier Stunden, Ost-Frauen dagegen gut siebeneinhalb Stunden (Teilzeitarbeit ist in den neuen Ländern bisher nur wenig verbreitet). Deshalb haben die Frauen im Osten weit weniger Zeit für Kinderbetreuung und Hausarbeit. Und auch ihre Freizeit fällt spärlicher aus als jene der Frauen im Westen.

Statistische Angaben: Statistisches Bundesamt

Globus

*Gesprächsimpuls:* Wie ist die Familienarbeit in unseren Familien verteilt?

- Wird die Familienarbeit komplett von einem der Erwachsenen geleistet, weil der andere einer zeitaufreibenden Erwerbsarbeit nachgeht (Montage...)?
- Sind beide Elternteile an der Bewältigung der Familienarbeit beteiligt? Gibt es in der Familie eine Art Arbeitsteilung (die Küche als das Reich der Frau, Keller und Garten allein in männlicher Zuständigkeit)?
- Sind die Kinder einbezogen?
- Verteilungsgerechtigkeit (aus der ehemaligen DDR stammt das Stichwort der Doppelbelastung der Frau. Die meisten Frauen hatten eine Arbeitsstelle; jedoch blieb im traditionellen Rollenschema mehr oder weniger die gesamte Haus- und Erziehungsarbeit an ihnen hängen)?

Arbeit, Zeit außer Haus, ganz allgemein die Zeit, die die Familienmitglieder getrennt voneinander verbringen, ist nicht in jedem Fall eine Einschränkung des Familienlebens, sondern kann auch eine Entlastung sein. In der heute üblichen Kleinfamilie kann man sich auch bei zu großer Nähe auf die Nerven gehen. Ununterbrochen hochemotionale Beziehungen zu leben, kann überanstrengen – ein möglicher Grund, weshalb sich Kinder und Eltern nach den Ferien wieder auf die Arbeitskollegen und die Schulkameraden freuen, – ein möglicher Grund dafür, weshalb es Hausfrauen und Hausmänner es oft genießen, wenn morgens alle aus dem Haus sind.

### *Gesprächsimpuls:* Die Suche nach dem rechten Maß

- Ist die Familienzeit nur noch eine zufällige Zwischenzeit zwischen den aushäusigen Projekten der einzelnen Familienmitglieder?
- Oder ist es dringend Zeit, daß jedes einzelne Familienmitglied stabile Außenkontakte aufbaut: im Verein, in der Gruppe, Clique, Gemeinde?
- Oder sind Außenkontakte ungleich verteilt: Der Mann pflegt sie im Beruf oder bei der Übernahme öffentlicher Aufgaben. Die Frau sitzt zu Hause und wartet...? Lösungsperspektiven?

#### 1.2

Arbeitszeit schränkt die Familienzeit nicht nur äußerlich ein. Viel entscheidender sind die Wirkungen der Arbeitsbelastungen auf das Familienleben. Die Belastungen bestehen auch darin, daß Arbeitsvorgänge eine bestimmte zeitliche Struktur aufweisen, in einer bestimmten Geschwindigkeit ablaufen, ein bestimmtes Zeitmanagement erfordern... Die Geschichte der Arbeit in diesem Jahrhundert ist geprägt durch eine zunehmende Teilung von Arbeitsvorgängen. An Fließbändern wird die Arbeit in sehr kleine Vorgänge zerlegt. Dauernde Wiederholung einundderselben Bewegung ist ein entscheidendes Merkmal dieser Arbeit. Derartige Arbeit ist in vielen Fällen ersetzbar durch Maschinen.

Zerstückelung der Arbeit geschieht in einer anderen Hinsicht durch zunehmende Spezialisierung. Bei hochspezialisierter Arbeit ist der Zuständigkeitsbereich eines einzelnen Arbeitnehmers minimal.

Eine wichtige Form der Belastung durch Arbeit besteht in der dauernden Beschleunigung bzw. Erhöhung des Tempos der Arbeit. Aufgrund von Kostendruck, Steigerung der technischen Effizienz, besserer Arbeitsorganisation werden die Arbeitserträge in immer kürzeren Zeiten erbracht. Und eine solche fortwährende, schier ins unendliche gehende Beschleunigung ist eine bestimmte Zeiterfahrung, die Auswirkungen auf das ganze Leben und Lebensgefühl haben kann.

Im industriellen Sektor spielen sog. Kontrolltätigkeiten eine große Rolle. Die automatisierte und computerisierte „Arbeit“ der Maschinen muß kontrolliert werden; das erfordert eine dauernde Aufmerksamkeit bei gleichzeitiger Untätigkeit. Das Belastungsprofil von Kontrolltätigkeiten wird von vielen Menschen als sehr asymmetrisch beklagt.

### 1.3

Seit einigen Jahren ist vom Wandel der Industriegesellschaft zur Dienstleistungs- und Informationsgesellschaft die Rede. Arbeitnehmer beobachten und erfahren viele Veränderungen im Bereich der Arbeit. Die zentrale Erfahrung in diesem Zusammenhang ist die Flexibilisierung der Arbeitszeit.

Die neu entstandenen Tätigkeiten und Arbeitsformen (Wartung, Kontrolle etc.) lassen sich kostengünstiger durch kleine selbständige Firmen erledigen. Das bedeutet für viele, die sich selbständig machen, sowohl einen Gewinn an Lebensqualität und Steigerung der Qualität der Arbeit als auch verdeckte Verluste.

Wartungsfirmen müssen eine Anzahl von Mitarbeitern rund um die Uhr verfügbar halten. Es gibt nichts direkt zu tun, aber es könnte. Bereitschaftsdienst gehört zu den Tätigkeitsprofilen neuer modernen, flexibler kleiner Firmen.

Ein besonders krasses Beispiel für die Flexibilisierung der Arbeitszeit ist die Teleheimarbeit. Sie ist möglich, seitdem Computer über große Entfernungen vernetzt sind. Durch die Computerisierung werden völlig andere Kommunikations- und Arbeitsstrukturen geschaffen. Teleheimarbeit scheint für die Arbeitnehmer einen Vorteil zu bringen; man ist zu Hause und kann in der Nähe der Kinder sein. Jedoch wird dieser Vorteil mit einem erheblichen Nachteil erkaufte; man muß sowohl jederzeit erreichbar und verfügbar, als auch arbeitsfähig sein.

Und diese dauernde Bereitschaft bildet eigene Beanspruchungen aus. Die Arbeit universalisiert sich. Sie umgreift den ganzen Alltag, sie ist nie zu Ende.

*Gesprächsimpuls:* Das Thema Arbeit gehört in jeden Familienkreis.

- Wenn Familien und Familienkreise ihren heimlichen Zeitgebern und Zeitfressern auf die Spur kommen wollen, muß die Arbeit mitbedacht werden.
- Die einzelnen Mitglieder des Familienkreises berichten über ihre Arbeit. Dazu reicht sicherlich ein Treffen nicht aus. In KAB-Familienkreisen ist es üblich, diese Informationen über Arbeit und Beruf schon in der Kennenlern-Phase auszutauschen.
- Wichtig bei den Schilderungen der eigenen Arbeit sind auch subjektive Erfahrungen: Welches sind die Belastungen, die mir die Arbeit auf-

erlegt? Welches Maß an Freude bereitet mir die Arbeit? Was ist der Sinn meiner Arbeit?

- Für einen Familienkreis kann es eine Herausforderung sein, wenn ein oder mehrere Mitglieder arbeitslos sind. Deswegen aber dieses Thema auszulassen, wäre eine falsche Art von Rücksichtnahme: Von der Arbeitslosigkeit erfahren werden die anderen doch. Und statt hinter dem Rücken des Betroffenen zu reden, ist es das Beste, einzuüben, miteinander darüber zu sprechen.
- In vielen Fällen ist es möglich, einzelne Gruppenmitglieder am Arbeitsplatz aufzusuchen – gewissermaßen das Gruppentreffen in die Firma oder an den Arbeitsplatz zu verlegen. Solche „kleinen Betriebsbesichtigungen“ sind in vielen Firmen nicht nur erlaubt, sondern geradezu erwünscht. Das ist immer auch ein intensives Stück Außen-darstellung einer Firma.

*Gesprächsimpuls:* Wie verarbeitet man die Belastungen, die die Arbeit dem Einzelnen auferlegt?

- Wirken sich Zerstückelung der Arbeit, Spezialisierung, Beschleunigung und dauernde Aufmerksamkeit auf das Familienleben aus?
- Welche Spuren hinterlassen derartige Belastungen in der Familie und in den Beziehungen zwischen den Familienmitgliedern?
- Ist das Familienleben genauso zerstückelt wie die Arbeit? Gehen die großen Perspektiven und Zusammenhänge verloren?
- Oder kompensiert das Familienleben die Zerstückelung der Bewegungen und Abläufe? Hat ihre kompensatorische Funktion zur Folge, daß nur noch große und ferne Ziele im Blick sind? die kleinen Dinge des Alltags nur als Fortsetzung von Arbeit erscheinen und damit des Familienlebens unwürdig verachtet werden?

## 2. Impulse aus der Glaubensgeschichte

### 2.1 Was ist der Mensch?

I  
Wäre Zeit wie ein Kleid,  
dann könnte ich in sie hinein-  
schlüpfen  
einmal in die Arbeitszeit,

dann in die Freizeit,  
in die Mußestunden,  
in die Sommerzeit,  
oder in den Urlaub.  
Ich würde sie tragen

wie einen Arbeitsanzug,  
wie ein Partykleid,  
wie eine Küchenschürze  
oder einen Smoking.

Wäre Zeit wie ein Kleid,  
dann könnte ich auch  
leicht wieder aus ihr heraus.  
Wie herrlich wäre das!  
Aus der Schulzeit,  
aus der Wartezeit,

aus der Ölbergstunde,  
aus der Leidenszeit,  
aus dieser mir manchmal so  
schrecklichen  
heutigen Zeit,  
aus der Todesstunde.

## II

Aber Zeit ist mir näher  
als ein Kleid,  
näher sogar als meine Haut,

als meine Hand,  
als mein Fleisch,

als mein Blut,  
als mein Herz.

Sie ist kein Ding,  
keine Sache, kein Besitz,

den ich haben kann,  
kaufen kann, erwerben kann.  
Ich habe nicht Zeit:  
*ich bin zeitlich!*

Ich bin in der Zeit,  
seit dem Tag, da ich lebe.  
Ich bin  
von gestern auf heute,  
von heute auf morgen.

Ich werde,  
ich wachse,  
ich bin unterwegs,  
ich verändere mich,  
ich entwickle mich,  
ich reife,  
ich altere,  
ich bin zum Tode.

Ich werde nicht mehr sein,  
wenn die Zeit für mich  
abgelaufen ist.

Ich bin als Mensch zeitlich,  
das ist meine Definition,  
meine Bestimmung,  
meine Begrenzung,  
meine Voraussetzung.

Alois Albrecht

### *Gesprächsimpuls:*

- Drückt der Text mein Zeitgefühl aus? In welcher Zeile oder Passage des Textes finde ich mich wieder?
- Empfinge ich die verschiedenen Zeiten wie Kleider, derer ich mich entledigen kann?
- Wie stark oder schwach ist in mir das Gefühl, selbst zeitlich zu sein, gewachsen zu sein, mich immer wieder zu verändern, auf ein Ziel hin ...?

- Veränderung, Wechsel, Unterscheidung gibt es nur, wenn es etwas Bleibendes gibt, das sich durchträgt. Belasten mich die verschiedenen Rollen meines Lebens so sehr, daß ich in eine Anhäufung von verschiedenen Personen zerfalle?
- Was hält sich durch? Inwiefern bin ich bei der Arbeit und in der Familie derselbe?
- Was ist das Eigene und Besondere meiner Arbeitszeit, was das Eigene und Besondere der Familienzeit?

## 2.2 Alles hat seine Zeit

### *Methodische Anregung:*

„Für jedes Geschehen unter dem Himmel gibt es eine bestimmte Zeit: Eine Zeit zum Gebären und eine Zeit zum Sterben, eine Zeit zum Pflanzen und eine Zeit zum Abernten der Pflanzen...“ (Koh 3, 1b-2). Die Gruppe aktualisiert den Koh-Text. Zunächst formuliert jeder einzelne für sich die Unterschiede zwischen seinen verschiedenen Zeiten. Seine speziellen Tätigkeiten bei der Arbeit und in der Familie sollten dabei plastisch zum Ausdruck kommen. Es gibt eine Zeit zu schrauben und eine Zeit Staub zu saugen. Es gibt eine Zeit, Anträge zu bearbeiten und eine Zeit ohne jeden Antrag zu kommunizieren. Es gibt eine streng eingeteilte Zeit und eine Zeit, die man sich gönnt. Es gibt eine Zeit der Konzentration und eine Zeit, die Gedanken fliegen zu lassen...

Anschließend kann der Familienkreis den Versuch unternehmen, die einzelnen Formulierungen zusammenzufügen und in eine sinnvolle Reihenfolge zu bringen.

Die Kunst ist, das rechte Maß zwischen Arbeit und Freizeit zu finden. Die einzelnen Gruppenmitglieder verfertigen einen Stundenplan, in dem die verschiedenen Zeiten im Erwerbsbereich, der Familie, dem Ehrenamt und der freiverfügbaren Zeit unterschieden werden (siehe oben). Diesmal aber nicht, um die Realität wiederzugeben, sondern um sich eine realisierbare Veränderung der eigenen Zeiteinteilung vorzunehmen.

## 3. Aktion

In der jüdisch-christlichen Tradition ist die Unterscheidung zwischen Arbeitstagen und Sonntag, den Tagen des Schaffens und dem Tag der Ruhe, eine entscheidende Übung, um Gott als den Herrn der Zeit auch in der je

einzelnen Lebenszeit erfahren zu können. Der christliche Sonntag wird nun immer mehr ausgehöhlt. Durch die Ausdehnung der Arbeitszeit auf die Sonn- und Feiertage wird der Sonntag immer mehr dem Alltag angeglichen.

Als Argument für die Ausdehnung der Arbeitszeit auf den Sonntag und die Flexibilisierung der Arbeitszeit und Familienzeit wird häufig genannt, daß auch am Sonntag gearbeitet werden muß. Dabei weist man auf Krankenhäuser, Elektrizitätswerke, Verkehrsbetriebe und nicht zuletzt auf Pfarrer und Geistliche hin. Schließlich wird das Argument genannt, daß die Familie auch am Sonntag etwas zu essen haben wolle. Wenn man jedoch genau hinschaut, so kann man noch beobachten, daß sonntags irgendwie anders gearbeitet wird, wenn es sich denn um unvermeidliche Arbeit handelt...

**KAB will Sonntag retten  
Bezirksvorstand gegen  
Ladenöffnung und Arbeit am Feiertag**

Main-Kinzig. Gegen die Bestrebungen, die Sonn- und Feiertage rein wirtschaftlichen Scheinvorteilen zu opfern, wehrt sich die KAB Main Kinzig. „Der arbeitsfreie Sonntag ist ein Symbol der Freiheit und der Menschenwürde“, betont KAB-Bezirkssekretär Roland Ber. Die KAB wendet sich massig gegen die Forderung der Arbeitsgemeinschaft der Verbraucherverbände, die Ladenschlußgesetze völlig abzuschaffen. Eine solche Forderung habe nichts mit den Kundenwünschen zu tun, betroffen seien vielmehr Arbeitnehmer/innen, Angestellte und deren Familien, auf deren Rücken sich eine Rund-um-die-Uhr-Gesellschaft austoben werden.

„Mit solchen Ladenöffnungen an Sonn- und Feiertagen geraten die Sonntage als gemeinsame arbeitsfreie Tage zunehmend in Gefahr. Das Kulturgut Sonntag wird dabei massiv zerstört. Wir fordern daher alle Verantwortlichen in Politik, Wirtschaft Kirche und Gesellschaft auf, von jeglichen Versuchen Abstand zu nehmen, die Vorschriften des Ladenschlußgesetzes und des Sonntagsarbeitsverbotes zu unterlaufen“, so der Hanauer Bezirkssekretär resümierend.

*Gelnhäuser Tageblatt,  
17.6.1999*

## **Widerstand gegen Sonntagsverkauf Unterschriftenaktion des Kolpingwerkes**

Der Ladenschluß am Sonntag bleibt umstritten, aber im Kolpingwerk formiert sich der Widerstand. Die „Initiative für den arbeitsfreien Sonntag“ in Kassel will ein bundesweites Netzwerk aufbauen, mehrere Diözesanverbände haben gegenüber den Parlamenten ihren Protest über die Aufweichung des Sonntagsschutzes zum Ausdruck gebracht. Aber der massivste Widerstand geht jetzt vom Westfalenland aus.

In Ahaus startete der mitgliederstärkste Diözesanverband Münster des Kolpingwerkes eine Unterschriftenaktion. Alle 27 Diözesanverbände sind von den werteorientierten Westfalen angeschrieben worden. Es ist zu erwarten, daß die Aktion auf große Resonanz trifft, denn viele Diözesanverbände haben bereits protestiert. Außerdem waren die Reaktionen auf dem Kolping-Diözesantag im westfälischen Ahaus vielversprechend: Nahezu alle Teilnehmer hatten sich dort in die Unterschriftenlisten eingetragen.

Wie der Sekretär des Kolpingwerkes DV Münster, Karl Schiewerling in seinem Rundschreiben mitteilte, soll der Eindruck, der in den Medien als „Abstimmung mit den Füßen“ vermittelt wurde, widerlegt werden, der verkaufsoffene Sonntag sei ein breiter Wunsch der Bevölkerung. Die Unterschriftenaktion soll einen „breiten gesellschaftlichen Konsens“ erreichen“, beschreibt Diözesansekretär Karl Schiewerling. „Der Text ist so abgestimmt, daß er auch von denjenigen, denen der Sonntag auch aus nichtreligiösen Gründen wichtig ist, mit unterschrieben werden kann.“ So heißt es in der Aufforderung unter dem Motto „Der Sonntag gehört allen“: „Wir wollen verhindern, daß eine Zweiklassengesellschaft entsteht, in der einige zu jeder Zeit dem Konsum nachgehen können, und andere jederzeit mit ihrer Arbeitskraft verfügbar sein müssen. Wir wollen verhindern, daß der Druck auf die kleinen Einzelhandelsgeschäfte, ihre Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen, noch größer wird.“ Vielmehr, so die Initiatoren, sollen möglichst viele Menschen den Sonntag allein oder gemeinsam mit anderen gestalten wollen.

<http://www.kolping.de/zentral/news/aktinfos/unterschrift.htm>

## **B. Zeit zu konsumieren – Zeit zu genießen**

### **1. Beobachtungen**

#### 1.1

Das Wort Konsum bezeichnet eigentlich den Verbrauch von Gütern: Essen und Trinken, Benutzung von Werkzeugen und Verkehrsmitteln, das Tragen von Kleidung etc. Es ist nun seltsam und bedenkenswert, daß wir unter Konsum immer mehr den Erwerb von Konsumgütern verstehen. Der Konsum verlagert sich vom Eßzimmer, vom Wohnzimmer in die Geschäfte, Ausstellungshallen, Supermärkte. Das Wort „Konsum“ bezeichnet immer weniger den Bereich des Verbrauchs und immer mehr den Bereich des Handels und der Verteilung.

#### 1.2

Der Konsum in diesem Sinne ist eine typische Verrichtung der Familienarbeit. Der Einkauf wird nicht bezahlt, ist aber auch kaum der Erholung und der Feier zuzurechnen. Es handelt sich um notwendige nicht bezahlte Arbeit. Früher war der Einkauf eine regelmäßige Tätigkeit und bot vor allen den Frauen stabile tägliche Sozialkontakte.

#### 1.3

Seitdem am Rand der Städte die Supermärkte wie Pilze aus dem Boden schießen, wandelt sich das Konsumverhalten. Der Einkauf findet seltener statt und wenn er stattfindet, dann braucht er sehr viel mehr Zeit. Es gibt eine Tendenz vom kurzen Tageseinkauf zum langen ausgedehnten Wochenendeinkauf, von vielen Spezialeinkäufen zum Einkauf unter einem Dach. Früher ging nur die Frau evtl. mit den Kindern, heute geht die ganze Familie einkaufen.

#### Gesprächsimpuls:

- Gibt es Veränderungen in unserem Konsumverhalten?
- Welche Ursachen können für derartige Veränderungen namhaft gemacht werden?
- Ökonomische Gründe? Im Supermarkt ist es einfach billiger!
- Wollen wir mit dem Wochenendeinkauf Zeit sparen?

#### 1.4

Die wichtigste Veränderung besteht sicherlich darin, daß der Konsum immer weniger als Arbeit, sondern als Freizeit und Erholungszeit aufgefaßt

wird. Nicht mehr, was man braucht und kauft, spielt eine Rolle, sondern was man sieht und ausprobiert. Konsum kann auch darin bestehen, einfach nur die Fülle des Angebotes zu erleben. Für viele scheint es auszureichen, sich anzuschauen, was sie kaufen könnten – wenn sie das entsprechende Geld hätten.

### Der ruhelose Konsument

Und weil wir in Zukunft immer höhere Konsumansprüche stellen, nimmt das Gefühl von Zeitknappheit zu. Was haben wir schon von einem Einkaufsbummel, wenn wir ihn nicht in Ruhe genießen können? Im gleichen Maße, wie die Produktivität der Arbeitszeit steigt, versuchen wir auch die Konsumzeit zu steigern und immer mehr in gleicher Zeit zu erleben. Konsumwünsche werden miteinander kombiniert: Der Einkaufsbummel mit dem Treffen von Freunden, das Essengehen mit dem Knüpfen geschäftlicher Verbindungen oder die Urlaubsreise mit dem Erlernen neuer Sportarten. Auf diese Weise nimmt die Konsumproduktivität zu, aber die freie Verfügbarkeit von Zeit ab.

In ein Bild gebracht: Der gestreßte Arbeitnehmer trinkt nach dem Feierabend ein Glas Bier, raucht dazu eine Zigarette, knabbert Kartoffelchips, schlägt die Zeitung oder Illustrierte auf, sieht sich die Tageschau an und unterhält sich dabei mit der Familie, während er noch in Gedanken bei der Arbeit weilt – alles zur gleichen Zeit mit unterschiedlicher Intensität und ganz unterschiedlichem persönlichem Gewinn. Wir umgeben uns mit einem dichten Dschungel von Konsumgütern – von Zweitauto und Drittfernseher, Video und Sportgeräten und vergessen dabei oft, daß es Zeit erfordert, davon Gebrauch zu machen. Wir entwickeln uns zu ruhelosen Konsumenten, die für sich selbst, zur Entspannung, zur Selbstbesinnung oder auch zum nachdenklichen Lesen kaum noch Zeit finden

Horst Opaschowski in: Freizeit und Reise

### *Gesprächsimpuls:*

Können Sie ähnliche Bilder aus Ihrem Arbeits- und Freizeitleben beschreiben?

### 1.5

Dieser Konsum bringt auch eine bestimmte Zeiterfahrung mit sich. Dinge die man kaufen kann, gibt es im Überfluß. Es gibt mehr als man verbrauchen kann. Insofern entsteht das Gefühl der Unübersichtlichkeit. Man kann nicht mehr alles überblicken, was es gibt. Man hat nicht mehr genügend individuelle Lebenszeit, um alles, was es gibt, zu betrachten und zu genießen. Zeitmangel wird zu einem Grundcharakteristikum eines Lebens, daß seine Höhepunkte im Konsum sucht.

### 1.6

Die Erfahrung von Zeitknappheit angesichts eines Überangebots stellt sich auch in anderen Bereichen der Freizeit ein: Beim Fernsehen, bei kommerziellen Freizeitangeboten wie Vergnügungsparks, angesichts der Kultur- und Bildungsangebote etc.

#### *Methodische Anregung:* Bestimmungsgrößen von Freizeit

Das Bild der Freizeit, sowohl für den Einzelnen als auch für die Gesellschaft insgesamt, wird von mindestens drei Bestimmungsgrößen geprägt: 1. von der zur Verfügung stehenden Zeit, 2. von dem zur Verfügung stehenden Geld, 3. von der Wertschätzung von Arbeit und Freizeit.

Die Arbeitszeit ist in den letzten Jahren weiter zurückgegangen. Spüren Sie die Auswirkungen auf Ihre eigene freie Zeit? Was ist für Sie „freie Zeit“?

Begrenztes Geld – Wie gebe ich es aus?

Ordnen Sie die folgenden Begriffe nach Ihrer Wichtigkeit:

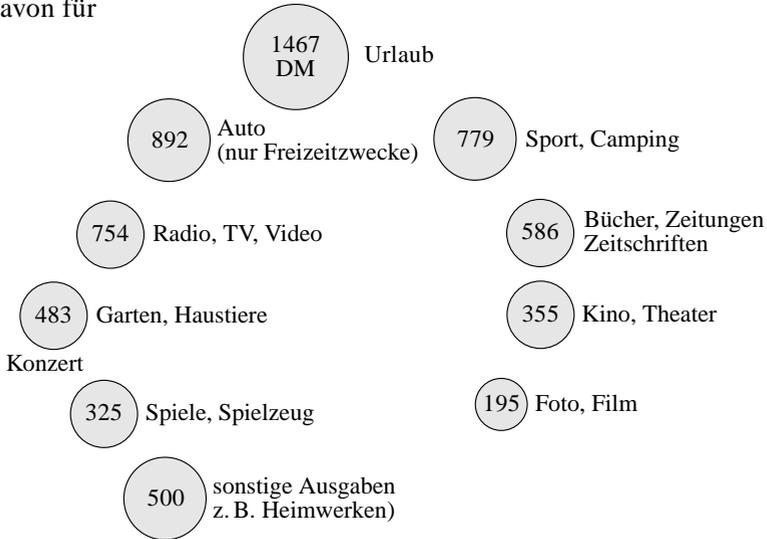
- Auto
- Garten, Haustiere
- Zeitungen, Zeitschriften, Bücher
- Kino, Theater, Konzert
- Foto, Film
- Urlaub
- Radio, TV, Video
- Spiele, Spielzeug
- Sport, Camping
- Sonstiges (z.B. Heimwerken, Hobby)

Ordnen Sie diese Begriffe den einzelnen Kugeln zu und vergleichen Sie Ihr Ergebnis mit dem nachfolgenden Globus-Schaubild:

## Das Freizeit-Budget 1987

Jahresausgaben von Arbeitnehmerhaushalten mit mittlerem Einkommen  
(insgesamt 6336 DM)

davon für



Vergleichen Sie die Wichtigkeit und Kosten von Freizeitaktivitäten. In welchem Verhältnis stehen sie zueinander?

### Wertschätzung von Freizeit und Arbeit

Faßt man die in den westlichen Industrieländern erkennbaren Veränderungen in der Einstellung zur Arbeit und Freizeit zusammen, so zeichnet sich folgender Prozeß ab:

- die Arbeit hat ihren Mythos verloren – der Absolutheitsanspruch der Berufsethik hat sich überlebt. Unverändert bleibt auch der Wunsch nach sinnvoller Selbstverwirklichung – in der Arbeit ebenso wie in der Freizeit.
- Die sinnlose Arbeit hat ihren Sinn verloren, nicht aber die Arbeit an sich. Die Freizeit bringt die Menschen auf den Geschmack, selbst-

bestimmt leben und weniger entfremdet arbeiten zu wollen. Die Freizeit verändert das berufliche Anspruchsniveau der Menschen. Die Ansprüche an die Qualität und Humanisierung des Arbeitslebens werden größer.

- Das Leistungsprinzip als soziale Norm ist fragwürdig geworden, nicht aber die Leistung an sich. Ein Wandel von der sozialkonformen zur individuell-autonomen Leistungsorientierung ist feststellbar. Das Bedürfnis, sich selbst etwas zu leisten, was Spaß macht und Sinn hat, ist unverändert groß. Das Leistungsprinzip wird entidealisiert, aber die große Leistungsverweigerung findet nicht statt.
- Die Freizeit erweist sich als der eigentliche Motor des Wertewandels. Sie verändert das individuelle Bewußtsein und bringt das gesellschaftliche Wertesystem – auch in der Arbeitswelt – in Bewegung. Spaß und Lebensgenuß werden als genauso wertvoll betrachtet wie Leistung und Besitz. Und Lebensfreude und Offenheit werden als ebenso lebenswichtig eingeschätzt wie Fleiß und Pflichtbewußtsein.

aus: Horst W. Opaschowski. Wie leben wir nach dem Jahr 2000? Hamburg 1988, S. 15

### *Gesprächsimpuls:*

- Stimmen Sie mit diesen Aussagen überein?
- Welche Bedeutung haben für Sie „Arbeit“ und „Freizeit“?

### **Deutschland im Gaudi-Boom, oder: Flucht in den Erlebnispark**

„Das Paradies war schön. Optimales Klima, freundliche Flora und Fauna (außer einer Schlange). Doch der Mensch wußte diese Schöpfung nicht zu schätzen und wurde aus dem Paradies vertrieben. Seitdem erfährt jede neue Generation, daß unsere Welt fehlerhaft ist. Der Mensch aber strebt nach Vollkommenheit, deshalb wurde er zum Weltenschöpfer und schuf den Erlebnispark – ein vollklimatisiertes Ersatzparadies von immer perfekter werdender Illusion.“

„Erlebniswelten erfreuen sich rasant zunehmender Beliebtheit. Die 56 Freizeitparks in Deutschland locken inzwischen über 22 Millionen

„Erlebniskonsumenten“ an, dreimal mehr als die Spiele der Bundesliga. Sie werden in diesem Jahr rund eine Milliarde Mark ausgeben, um aus dem Alltagstrott auszuscheren, Langeweile zu beseitigen und den ultimativen Kick zu finden.“

„Man will Anteil nehmen am theatralischen Leben, das urbanes Milieu simuliert. Man will Spaß, weil der Alltag doch schon hart genug ist. Gaudi-Genuß wird zum sozialen Statement, zum gesellschaftlichen Zugehörigkeitsausweis. Mögen Kritiker über inhaltsfreie Ästhetik und mystische Entleerung sinnieren. Die Pilgerreise ins bereits verloren geglaubte Paradies wird das nicht aufhalten.“

(Tagesspiegel 25.7.99)

### *Gesprächsimpuls:*

Sicherlich hat jede Familie schon einmal an einem Wochenende einen Freizeit- oder Erlebnispark besucht. Nun können die Eltern über den pädagogischen Sinn und Unsinn derartiger Freizeitaktivitäten klagen; sie können sich bewußt machen, daß die Nutzung kommerzieller Freizeitangebote relativ teuer ist; es bleibt der harte und kaum wegzudiskutierende Wunsch der Kinder. Was macht die Kinder so wild auf derartige Freizeitangebote?

- Geschwindigkeitssteigerung
- Reiseerhöhung
- Sinnersatz
- Macht „*süchtig*“?
- Und die Erwachsenen?

## **2. Impulse aus der Glaubensgeschichte**

### 2.1 Sinn für den Augenblick

Ob wir Zeit haben oder keine Zeit haben, kommt auf die Art und Weise an, wie wir leben. Es kommt darauf an, wofür wir uns entscheiden. Unsere Entscheidung, was wir in unserer Zeit tun, geht aus von dem Wert, den wir einer Sache beimessen.

Wir können Zeit gewinnen, wenn wir anspruchsloser leben. Wenn wir unterscheiden lernen zwischen Dingen, die wir wirklich brauchen, und solchen, die uns nur belasten und Arbeit machen, also unsere Zeit beanspru-

chen. Dazu gehört der Mut zum Weglassen. Von unserer Entscheidung für das jeweils Richtige, Wichtige und Nötige hängt es mit ab, ob wir Zeit haben oder nicht.

Im Augenblick, und nur in ihm, ist unser Leben jeweils da. Der letzte ist vergangen, der nächste noch nicht gekommen. Was bleibt, ist das schmale Jetzt zwischen vorhin und gleich, zwischen Vergangenheit und Zukunft. Das Wort Augenblick geht vom Blick der Augen aus auf das, was jetzt ist. Sich für das Jetzt zu entscheiden, das scheint eine Einschränkung, ein Verzicht zu sein. Der Augenblick lehrt uns unser Maß. Er hilft uns finden, was jeweils möglich ist. Der Augenblick ist gewissermaßen die anspruchsvollste Zeit unseres Lebens, weil es gar keine andere Zeit für uns gibt, weil er fordert, ganz in ihm anwesend zu sein, ganz bei dem zu sein, was jetzt ist. Der Augenblick übersteigt sich immerwährend selbst in die Zukunft hinein. „Die Augenblicke, in denen wir die Zeit vergessen, werden wir nie vergessen“. Sind wir ganz in dem, was wir im Augenblick leben, bricht in ihn Ewigkeit ein. Denn „jetzt ist der Tag des Heils“ (2 Kor 6,2).  
Theresia Hauser

## 2.2 Verschenkte Zeit

Termine jagen einander.  
Der Zeitdruck nimmt zu.  
Ich komme einfach nicht nach.  
Der Berg wächst und erdrückt mich.  
Ich bin kein Mensch mehr.

Da klopfst du an meine Tür.  
Du willst mich, meine kostbare Zeit.  
1000 Ausreden liegen bereit.

Ich schäme mich ihrer.  
Jetzt bist du dran:  
Deine Not, dein Vertrauen in mich.  
Komm herein.  
Ich bin für dich da.

Du packst aus, und ich vergesse die Zeit.  
Ich vergesse alle Termine.  
Ich bin einfach ganz da,  
und du füllst mein Herz.  
Deines wird leichter.  
Das hilft dir – schon das.

Als du aufstehst zum Gehen,  
ist uns beiden geholfen.  
Die verschenkte Zeit war Gewinn.  
Der Zeitdruck ist von mir genommen.  
Ich habe keine Zeit verloren.  
Der Herr hat sie mir durch dich  
angeschlossen ans Zeitlose.  
Ich atme befreit.

Kyrilla Spiecker

## 2.3 Der geschenkte Tag

Gerade Eltern kleiner Kinder bleibt sehr wenig Freiraum in der Gestaltung ihrer Freizeit. Persönliche Wünsche und Bedürfnisse müssen zurückgestellt werden, manchmal so weit, daß es schwerfällt, sie überhaupt noch bei sich wahrzunehmen.

*Methodische Anregung:* Zeit: ca. 1 ½ – 2 Stunden, Hilfsmittel: Papier und Bleistift

Verlauf:

### 1. Einzelarbeit

„Stellen Sie sich vor, daß zur Korrektur des Kalenders in dieser Woche ein Tag angehängt werden muß. Weder Fernsehanstalten noch Dienstleistungsbetriebe oder andere öffentliche Einrichtungen waren darauf vorbereitet. Ihr Arbeitgeber hat diesen Tag auch nicht einkalkuliert. Sie müssen also nicht arbeiten, haben keinerlei Freizeitprogramm zur Verfügung, und wenn Sie möchten, stellen Sie sich noch dazu vor, daß die Kinder versorgt sind. Was werden Sie mit diesem zusätzlichen Tag anfangen?“

Jede/r kann zunächst für sich überlegen und aufschreiben, wie sie/er gerne diesen Tag verbringen möchte.

2. Der anschließende Austausch in der Gruppe steht unter folgenden Leitfragen:

- Welche Ideen sind mir gekommen?
- Ist es mir leicht gefallen, diesen Tag zu füllen?
- Sind mir Dinge eingefallen, die ich im Alltag nicht tue?  
Warum? Was hindert mich daran?
- Welche Beschäftigung ist die, an der mir am meisten liegt?
- Läßt sich etwas von diesen Träumen vielleicht doch im Alltag verwirklichen?  
Wie?

## 3. Das gemeinsame Mahl als Teil der Familienkultur

### 3.1 Konsum und Genuß sind nicht dasselbe

„Der Konsum verführt uns dazu, daß wir uns mit den Möglichkeiten, etwas genießen zu können, begnügen. Durch die Überfülle des Warenange-

bots erzeugt er das Gefühl, immerzu etwas zu verpassen. Er erzeugt das Gefühl der Zeitknappheit. In der Hetze vom Supermarkt zum Einkaufszentrum, von Regal zu Regal, bleibt für das Einzelne wenig Zeit. Weil wir alles haben wollen, können wir nichts mehr genießen.“

Falls in dieser düsteren Kritik des Konsumismus nur ein Körnchen Wahrheit enthalten sein sollte, dann ist die Einübung von Genußfähigkeit und der sinnvolle und aufmerksame Gebrauch der Dinge schon eine Art Widerstand gegen den Konsumismus.

### 3.2 Das Essen ist ein zentraler Bereich des Familienlebens

Neben der Versorgung der Familienmitglieder mit der lebensnotwendigen Nahrung dient es vor allem dem Gespräch miteinander. Durch die Trennung von Arbeitsplatz und Wohnort sowie die vielfältigen Aktivitäten der einzelnen Familienmitglieder außer Haus wird die Familienzeit im Sinne gleichzeitiger Anwesenheit aller immer geringer. So erhalten die gemeinsamen Mahlzeiten einen besonderen Stellenwert.

Bei Tisch besteht Gelegenheit, miteinander zu sprechen. Erfahrungen auszutauschen, Probleme einzubringen und zu lösen und sich in dem Beziehungsgeflecht Familie zu erleben. Eine gemeinsame Mahlzeit pro Tag trägt dazu bei, der Vereinzelnung vorzubeugen und den roten Faden Gesprächskultur nicht abreißen zu lassen. Auch wenn dies nicht täglich möglich ist, sollte eine gewisse Regelmäßigkeit eingehalten werden. Das ausgiebige Frühstück am Samstag oder das sonntägliche Fest-Mahl ragen aus der Reihe der alltäglichen Mahlzeiten heraus.

Neben der Pflege der Gesprächskultur gilt es auch auf eine gewisse „Eßkultur“ zu achten. Dazu gehört z.B. der gedeckte Tisch und das ansprechende Servieren der Speisen. Die Grundregeln des Benehmens am Tisch werden den Kindern in mühevoller Kleinarbeit (und mit ständiger Rückfallgefahr) beigebracht, mal mehr und mal weniger streng. In christlichen Familien gehört das Tischgebet selbstverständlich (?) zur Mahlzeit. Es markiert nicht nur den gemeinsamen Beginn des Essens, sondern macht vor allem deutlich, daß wir diese Speise- und letztlich unsere Existenz – einem liebenden Schöpfergott verdanken.

### 3.3 Gemeinsames Essen im Familienkreis und unter Freunden

Die Erfahrung, daß alle etwas mitbringen und das Mitgebrachte wieder neu verteilt wird, daß die Eltern Zeit zum ausgedehnten Gespräch haben, die Kinder nach dem früher beendeten Essen bereits spielen können – dieses und viele andere kleine Akzente sind vielleicht die eindrucksvollsten

Erfahrungen in den vielen Familienkreisen, die es im kirchlichen Raum gibt.

Gemeinsames Kochen mit den Kindern und anschließendes festliches Essen.

Vorschläge zur Gestaltung von Mahlzeiten austauschen.

### 3.4

*Das Mahl ist in der Glaubensgeschichte der Juden und der Christen ein herausragendes religiöses Symbol. Die Kirche, die die Einheit der Menschen untereinander und mit Christus auf ihrem Weg durch die Geschichte realisiert, wird zentral im eucharistischen Mahl erfahren.*

Wer wirklich genießen kann, wird im Genuß des Brotes und des Weines den Wunsch verspüren, daß niemand ausgeschlossen ist. Und wer die Eucharistie feiert, dem wird die Unterscheidung zwischen Konsum und Genuß wichtig, der begnügt sich nicht mit den vorbeifließenden Waren.

## C. Geplante Zeit – gestaltete Zeit

### 1. Erfahrungen und Beobachtungen

#### 1.1

Es gibt viele Versuche, der Verknappung der Zeit mit ausgeklügelten Methoden und Techniken zu begegnen. Eine geläufige Form besteht darin, möglichst genaue Pläne zu machen, die Zeit in möglichst kleine Einheiten aufzuteilen und die Tätigkeiten genau zeitlich zu fixieren, damit man nichts verpaßt.

#### Im Netz der Zeit

Nicht nur dieser rasche Wandel, sondern auch eine merkwürdige Zerstückelung unserer Zeit läßt uns diese als knapp bemessen erscheinen. Sobald der Wecker uns – immer zu früh – aus dem Schlaf gerissen hat, beginnt die Herrschaft der Abfahrzeiten, Öffnungszeiten, Anfangszeiten, Arbeitszeiten, Pausenzeiten, Essenszeiten bis zu den geheiligten Ladenschlußzeiten und schließlich den Sendezeiten des Fernsehens, den strengsten Zeitgebern der Gegenwart, und den Garzeiten vom Fünf-Minuten-Reis. Fahrpläne, Stundenpläne, Dienstpläne bilden ein feinmaschiges Zeitnetz über unserem termingeleiteten Leben. Das Ge-

setz zur Pflegeversicherung berechnet die Zuwendung zu den Hilfsbedürftigen exakt nach Pflegeminuten. Wie oft müssen wir alle im Lauf eines Tages auf die Uhr sehen, um Verabredungen oder Termine einzuhalten. „Die Uhr schlägt. – Allen Menschen!“ Die Uhr hat uns zu pünktlichen Menschen mit hoher Zeitdisziplin erzogen. Unpünktlichkeit, so haben wir es als Kinder lernen müssen, führt zu Schaden. Die Zeit steht uns nur noch in Abschnitten zur Verfügung, es ist eine eingeteilte Zeit zwischen zwei Terminen. Was verpaßt wird, ist verloren. Und so beeilen wir uns eben im Zeittakt am Fließband, dem fast-food-Mittagessen bis zur hektischen Suche nach der last-minute-Reise.

Maria Eilers

## 1.2

Wie erfolgreich unser Bildungssystem in der Vermittlung von Wissen, Bewußtsein und Fertigkeiten ist, ist sehr schwer zu sagen. Eins scheint jedoch sicher: Das Zeitmanagement in Form des Stundenplans prägt die Schule dem Leben aller Menschen unserer Gesellschaft ein. Und dieser heimliche Lehrinhalt wird immer erfolgreicher. Wie ist es sonst zu erklären, daß die Stundenplantechnik immer weiter in die Freizeit und Erholung hinein wandert. Nach der staatlichen Schule kommt die Musikschule, kommen die Trainingszeiten beim Sportverein, die Ballettstunde. Die Freizeit steht unter Verschulungsdruck. Nur noch jene Freizeittätigkeiten scheinen – vor allem für die Kinder – sinnvoll zu sein, in denen auf schulische Weise etwas gelernt wird.

### Alles geht nach der Uhr

„Alles geht nach der Uhr“, sagt Frau Ureburegurli. „Um ein Uhr haben die Kinder gegessen, bis zwei Uhr arbeiten sie an den Schulaufgaben, bis fünf Uhr dürfen sie spielen, um halb sechs essen sie Abendbrot, danach lernt die Großmutter noch mit den Kindern, und von abends sieben bis morgens sieben schlafen sie. Um acht Uhr gehen sie zur Schule, und um zwölf Uhr dreißig sind sie wieder zu Hause.“

„Ich bin gespannt“, sagt Frau Lustibustigiero, die Nachbarin, „wie lange es dauert, bis Ihre Kinder nur noch tik tak sagen“.

Irmela Wendt, Tik Tak, in: Hans Joachim Gelberg (Hrsg.), Geh und spiel mit dem Riesen, Weinheim: 1971, 14.

### 1.3 Über die Organisationsleistung der Familie

Familien stehen heute unter der besonderen Aufgabe, Zeit zu synchronisieren, verschiedene Zeiten und Zeitrhythmen anzugleichen, um so Zeit für das Miteinander, für „Sozial-Zeit“/Beziehungs-Zeit zu finden.

„Die Gemeinsamkeit in der Familie herzustellen, ist eine stetige Gestaltungsaufgabe aller ihrer Mitglieder. Analytisch lassen sich die Aufgaben der zeitlichen Synchronisation und der sozialen Integration unterscheiden. Synchronisation ist sowohl für die zeitliche Abstimmung von gemeinsamen Freizeitaktivitäten wie auch zwischen diversen Obligationszeiten der Familie, die an die Arbeits-, Öffnungs- und Nutzungszeiten wirtschaftlicher, gesellschaftlicher und politischer Institutionen gebunden sind, erforderlich.“ (Garhammer/Gross, Synchronisation)

Die verschiedenen gesellschaftlichen Teilbereiche haben mit ihrer wachsenden Verselbstständigung ihren je eigenen Zeittakt, eine je eigene Zeitsprache entwickelt. So haben die Familien, das Bildungswesen, die betrieblichen Produktionen, die Politik, die Kirche weithin ihre spezifische Zeitordnung, mit der sie ihre internen Abläufe strukturieren. Diese primär mit Blick auf die inneren Erfordernisse eines Teilbereichs entwickelten Zeitordnungen sind deswegen auch kaum untereinander abgestimmt. Das Zeitmanagement in den Haushalten muß auffangen und versöhnen, was die Betriebe und Institutionen an starren und nicht abgestimmten Zeiterfordernissen an die Familienmitglieder herantragen.

Auch die heute vieldiskutierte „Flexibilisierung der Arbeitszeit“ trägt ambivalente Züge. Sie kann einerseits die Spielräume der Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer in der Zeitgestaltung erhöhen und es ihnen erleichtern, die Verpflichtungen aus den verschiedenen Lebensbereichen leichter und besser aufeinander abzustimmen und so insbesondere die Vereinbarkeit von Familie und Erwerbstätigkeit ermöglichen. Flexibilisierung der Arbeitszeit kann jedoch auch (insbesondere wenn die Flexibilität nicht auf die Bedürfnisse des Arbeitnehmers, sondern nur auf die betrieblichen Anforderungen hin definiert wird) die Zeitorganisation erschweren, da sie auch noch die Planbarkeit, die in den starren Arbeitszeiten des „Normalarbeitsverhältnisses“ lag, untergräbt und die Abstimmung zwischen verschiedenen Lebensbereichen nahezu unmöglich macht.

Die zeitlichen Anforderungen der sozialen Umwelt unter einen Hut zu bringen, ist jedoch nur *eine* Aufgabe, vor der sich Familie gestellt sieht.

„Hinzukommt, daß der Tages- Wochen- und Lebenslauf in der Familie durch eine eigene familiäre Zeit strukturiert wird. Am stärksten spüren das die Eltern nach der Geburt eines Kindes: Der Tages- und Nachtablauf in der Familie wird fast völlig durch den Rhythmus des Kleinkinds vorgegeben“. (Garhammer/Gross, Synchronisation)

Beziehung braucht Zeit, Liebe hat ihre Zeit, Kinder haben und brauchen ihre Zeit: Paare und Familien müssen (wieder) lernen, daß sie ihre Zeit, die sie für sich und für ihr Miteinander brauchen, nicht als „Zeit-Luxus“ verschämt von der Arbeitszeit, der Schulzeit, der Kirchenzeit abknapsen und mit schlechtem Gewissen auch an sich denken, sondern daß ihnen mit Recht diese Zeit zukommt, daß ihre Zeit ebenso wichtig ist wie die Arbeitszeit, Schulzeit, Gesellschaftszeit ...

In diesem Sinne ist die familiäre Zeitorganisation, die Zeitkultur von Beziehungen, die Entdeckung, daß alles seine Zeit hat und braucht, nicht nur eine Sache persönlicher und familiärer Lebensgestaltung, private Aufgabe und Not, sondern eine politische Angelegenheit.

Es hat zu tun mit dem Thema „Familie und Arbeitswelt“, mit Themen wie „Flexibilisierung und Wochenendarbeit“, „Ladenschlußzeit und Verkehrsplanung“ usw.

Was nützt es, wenn das Band im Betrieb ohne Pause weiterlaufen kann, um Produktivität zu erhöhen und Kosten zu sparen, wenn dafür das „Band“ in der Ehe, das „Familienband“ stillsteht oder stillstehen muß? Das II. Vatikanische Konzil hat in seiner Konstitution über die Kirche in der Welt von heute gesagt, die Nöte, Ängste und Hoffnungen der Menschen von heute seien auch die Ängste und Fragen der Christen. Wenn das so ist, dann berührt uns das Thema „Zeitkultur“ nicht nur privat und persönlich, sondern auch als Christen und Zeitgenossen. Alle Religionen so auch das Christentum, seine Theologie und Spiritualität haben eine reichhaltige Kultur der Entschleunigung entwickelt: Gebet, Meditation, Liturgie, geistliche Methoden zu unterscheiden, was jetzt wichtig und was unwichtig ist. In ihnen ist die Erfahrung tradiert, daß nicht Haben und Erleben alles ist – denn „Gott allein genügt“.

*Wenn wir als Christen uns neu auf diese heilenden Kräfte unserer spirituellen Kultur besinnen und lernen, anders zu leben, können wir damit auch einen heilsamen Dienst tun und einen Lebensimpuls setzen für unsere Mitmenschen und Zeitgenossen.*

„Leben in Fülle braucht Zeit. Wer rastlos sein Leben mit Aktivitäten füllt, ist bald nur noch Sklave seiner zerinnenden Zeit. Wer aber seine Tage durch Besinnungspausen gliedert und den Ruhetag der Woche zur Sammlung benutzt, gewinnt Lebensfülle hinzu und wird frei zum Teilen der Zeit mit anderen Menschen“ (aus: 5 Thesen zu einem neuen Lebensstil, Arbeitsgemeinschaft Christlicher Kirchen in der Schweiz).

*Hans-Jakob Weinz*

## 1.6

Bei dieser ungeheuren Synchronisierungsleistung, die heute die Familie zu erbringen hat, kann man scheitern. Die harmlosere Form des Scheiterns im Abstimmen der verschiedenen Stunden und Zeitpläne aufeinander liegt dann vor, wenn es alle merken: In jeder Schulklasse befinden sich einige Kinder, von denen die Lehrer meinen, daß die Eltern zuhause es nicht „gebacken“ bekommen. Dauernd kommen die Kinder zu spät zur Schule – irgend etwas klappt im Umgang mit den Plänen nicht.

Es gibt aber eine verdeckte und deswegen gravierendere Form des Scheiterns: Familien degenerieren zu Taxiunternehmen, Eltern werden zu den Refaleuten ihrer Kinder, „das Heim wird zum Boxenstop“ (Horst W. Opaschowski).

## 2. Meditation

Die Fülle der Woche – Licht und Schatten

Die folgende Übung fand am ersten Abend eines Familienwochenendes zum Thema „Zeit haben – Zeit gestalten – sich Zeit nehmen“ statt. Die Teilnehmer/innen hatten sich um einen Tisch versammelt, auf dem sich eine Menorah, ein mit Kerzen bestückter siebenarmiger Leuchter, befand. Die vorgetragenen Gedanken – zu meist als Fragen intoniert – sollten den Anwesenden ermöglichen, innerlich anzukommen, ruhig zu werden, das bisherige Tagesge-

schehen hinter sich zu lassen und Rückschau zu halten auf die zurückliegende Zeit, auf die vergangene Woche.

Sieben Personen erhielten jeweils ein Streichholz, mit dem sie nach und nach – Tag um Tag – die sieben Kerzen entzündeten, bis der Leuchter seine volle Lichtkraft entfaltet hatte und den dunklen Raum erleuchtete.

Im Anschluß fand ein Rundgespräch statt, ein gemeinsamer Austausch über Gedanken und Gefühle während der Meditation, über das, was den Anwesenden aufge-

gangen war und was sie innerlich beschäftigt hatte.

### Sonntag

(die erste Kerze wird entzündet)  
Ein Sonntag, ein Tag voller Sonnenschein – ein Familientag – ein Tag des Ausruhens – ein Tag des Herrn – Tag der Auferstehung – ein Tag, an dem neues Leben gefunden, an dem Leben erneut gefunden wurde – ein Festtag – ein herausragender Tag – ein Tag des Auftankens für die kommende Woche – ein Tag des Unterbrechens von Alltag und Routine.

### Montag

(die zweite Kerze wird entzündet)  
Wochenstart – wieder Alltag – ist mir der Übergang gelungen – hatte ich Schwierigkeiten – war es ein „blauer Montag“ – habe ich noch etwas vom Sonntag gespürt, mitgenommen – habe ich mich auf die Arbeit gefreut – erschien sie mir lästig – war ich froh, daß es wieder losging.

### Dienstag

(die dritte Kerze entzündet)  
Tag des Dienstes der Arbeit – Tag des Dienens – welche Dienstleistungen habe ich in Anspruch genommen – wem habe ich geholfen, gedient – wer hat mich unterstützt, ist auf mich eingegangen.

### Mittwoch

(die nächste Kerze wird entzündet)  
Mitte der Woche – gab es einen

Höhepunkt an diesem Tag – gab es einen Mittelpunkt der Woche – habe ich meine innere Mitte gespürt, gefunden, gesucht – war ich mitten im Leben – habe ich mich am Rande gefühlt – war ich (nicht) mit mir selbst in Einklang.

### Donnerstag

(die fünfte Kerze wird entzündet)  
Tag des Donar, Tag des Donners – gab es an diesem Tag Krach, Ärger, Konflikte – bin ich aus mir herausgegangen – war ich voller Kraft, Temperament – habe ich Gewalt gespürt, gesehen, wahrgenommen.

### Freitag

(die sechste Kerze wird entzündet)  
Ein freier Tag – Tag der Freiheit – habe ich mich frei gefühlt an diesem Tag – in welcher Situation war ich frei, unbeschwert, eins mit mir selbst – wo habe ich mich eingengt, unfrei gefühlt – war ich frei für andere, frei für meine eigenen Anliegen und Bedürfnisse.

### Samstag/Sonnabend

(die letzte Kerze wird entzündet)  
Wochenende – ausschlafen – Auto waschen – Vorbereitungen für den Sonntag treffen – zur Ruhe kommen – die Arbeit liegen lassen – den Garten bearbeiten – spazieren gehen – die ersten Strahlen des kommenden Sonntags aufsaugen.

Thomas Kroll

### 3. Gestaltungsideen

#### 3.1 Rituale im Alltag

Rituale sind eine andere Art, der Zeitknappheit und dem Zerfließen der Zeit etwas entgegenzusetzen. Rituale sind keine Pläne, Ritualisierung ist keine Verplanung und kein Zeitmanagement!

Rituale im Familienalltag einzuhalten, gelingt nur, wenn sie nicht immer wieder neu eingeführt werden müssen. In einer Zeit der Einführung sind Rituale sicherlich geplant und gewollt; zu wirklichen Ritualen werden sie jedoch erst dann, wenn sich alle aus freien Willen, ohne sich jedes Mal neu entscheiden zu müssen, daran halten.

Schon seit Jahren gibt es die Idee, daß sich z. B. *alle Familienmitglieder an der Gestaltung des Sonntags beteiligen*. Gemeinsame Gestaltung des Sonntags heißt genau nicht, daß die Eltern den Kindern die Gestaltung überlassen und sonntags ausnahmsweise einmal machen, was die Kinder wollen. Noch heißt es, daß die Eltern einfach bestimmen, was für alle gut ist? So erstaunlich es klingt: Rituale, die gleichsam wie von selbst ablaufen und vielen Außenstehenden als erstarrte und verfestigte bloße Gewohnheiten erscheinen, bedürfen der Zustimmung aller. Wohl sind sie nicht vorentworfen, noch in einem Zeitraster geplant, sie sind tradiert, sie ergeben sich aus der guten Erfahrung. Sie sind weder immer wieder etwas Neues, noch immer wieder das Gleiche. Ein Ritual ist wie ein Spaziergang, der immer wieder zum gleichen Ort führt, den man aber immer besser kennenlernt, an dem man immer mehr sieht und entdeckt. Ein Ritual ist dann der immer gleiche Blick in die Landschaft, durch den diese sich jedoch weitet. Genau darin unterscheiden sich Rituale vom Konsum: Die Familie, die den Sonntag mit einigen Ritualen gestaltet, entdeckt beim Vollzug des Rituals etwas Neues, die Familie, die konsumiert, will von Sonntag zu Sonntag neue Vergnügungsmöglichkeiten erleben und tut doch eigentlich immer das Gleiche.

#### 3.2 Wie beenden Sie mit den Kindern den Tag?

Was in den ersten Lebensjahren des Kindes ein Schlummerlied, ein Kuscheltier, ein kleines gelbes Auto oder ein Föhn leistet, wird mit zunehmendem Alter komplexer. Rituale mit mehreren sich wiederholenden Elementen können entstehen. Immer ist es ein wechselseitiger Prozeß zwischen Kind und Eltern, Mutter und/oder Vater. Es lohnt sich, diesen Prozeß einmal Revue passieren zu lassen.



Eine Frage könnte auch sein: Wie gehen wir damit um, wenn der Abend anders abläuft, jemand/wir später nach Hause kommt/kommen, jemand zu Besuch da ist (und die Kinder ins Bett bringen will) usw.?

Der Fragenkatalog und die Fragen zum Gespräch können selbstverständlich auch auf andere Rituale übertragen werden, z. B. Weihnachten, Geburtstage, Familienereignisse.

### 2.3 Spielideen für einen Familiennachmittag

- Sonnenuhr oder Sanduhr bauen
- Puls fühlen: In 60 Sekunden gibt es ungefähr 60 Pulsschläge
- Strecke von 100 Metern gehen  
Nach der Ankunft schätzen, wieviel Zeit man gebraucht hat
- Zeitmaschine  
In eine sehr große Kiste (Containergröße) gehen an der einen Seite der Reihe nach Kinder und Erwachsene hinein und kommen um Jahre gealtert oder verjüngt wieder heraus. Diesen Effekt kann man erzielen durch die Möglichkeit, sich in der großen Kiste zu verkleiden bzw. auf alt oder jung geschminkt zu werden.
- Zeitlupenfest (möglichst langsam mit einem Fahrrad eine bestimmte Strecke zurücklegen, möglichst langsam eine Schüssel Pudding essen, möglichst langsam dieses oder jenes tun).
- Jahreskreis malen (an eine große Wand oder als Zusammenfügung von vielen einzelnen Bildern oder als großes Pflasterbild – etwa bei einem Pfarrfest o.ä.)
- Baumscheiben betrachten  
Versuch die Jahresringe zu identifizieren
- Redewendungen zu Zeit und Zeitmetaphern (Das Rad der Zeit) sammeln
- Redewendungen und Zeitmetaphern pantomimisch darstellen und raten lassen (das kann man auch aufwendiger machen nach dem Dalli-Klick-Schema).  
Wenn kleinere Kinder dabei sind, reicht es auch, Wörter, die mit Zeit zu tun haben, zu sammeln und darzustellen.
- Für einen solchen Familiennachmittag lassen sich bei der Durchsicht von gängigen Liederbüchern eine ganze Reihe von Liedern finden, die sich mit Zeitempfinden, Zeiterfahrung, manchmal auch mit dem gläubigen Umgang mit der Zeit befassen.

## D. Gleichförmige Zeit – erfüllte Zeit

### 1. Erfahrungen

#### 1.1 Hektik und Langeweile

Die Hektik, mit der wir uns in dem Kapitel B auseinandergesetzt haben, scheint eine Schwester zu haben: die Langeweile. Oder hängen sie noch enger zusammen: Vermag sich die Hektik blitzartig wie ein Chamäleon in Langeweile zu verwandeln?

Daß an der behaupteten Verwandtschaft von Hektik und Langeweile etwas dran ist, belegt folgende Beobachtung: Viele Mitmenschen verbringen täglich einige Stunden vor dem Fernseher – Tendenz steigend. Seit der Verkabelung und dem Entstehen vieler privater Sender erzeugt das Fernsehen Entscheidungsstreß: Die Fernsehzeitung wird immer unübersichtlicher, dauernd steht man vor der Entscheidung, welches Programm das interessanteste ist. Man hat Angst, irgend eine Supersendung, die sich hinter einem nichtssagenden Programmtitel verbirgt, zu verpassen. Und ist der Fernseher einmal kaputt, bedeutet dies nicht Befreiung vom Entscheidungsstreß, sondern ... gähnende Langeweile. Den Notfallstationen der Krankenhäuser gleich gibt es einen Notfallservice der Fernseh- und Radiogeschäfte. Innerhalb von kurzer Zeit stellen sie einen Ersatzfernseher zur Verfügung, damit ihre Kunden nicht zu lange dem Horror der leeren Zeit ausgesetzt sind und damit sie nicht in das Zeitloch hineinfallen, das der Ausfall des Fernsehers hinterläßt.

Drastisch drückt diese Empfindung die Redewendung „die Zeit totschlagen“ aus. Nicht zu arbeiten, nichts zu erleben, keine Reize zu empfinden, führt dazu, daß die Zeit als leer erfahren wird. Mit sinnlosen Tätigkeiten werden die leeren Sekunden totgeschlagen. In dieser Funktion sind diese Tätigkeiten jedoch genauso leer wie das, was sie beseitigen sollen.

Vor allem bei Jugendlichen gibt es das Phänomen der „Sonntagslangeweile“.

#### **„Wenn die Decke auf den Kopf fällt“: Die Angst vor der Langeweile.**

Langeweile nimmt spürbar zu: Nach einer Repräsentativbefragung des Allensbacher Instituts für Demoskopie klagten im Jahre 1953 über das Gefühl der Langeweile 18 Prozent der Bevölkerung. Das B.A.T. Freizeitforschungsinstitut hat 1981 in einer Repräsentativbefragung von

2000 Personen ab 14 Jahren nachgewiesen, daß der Anteil inzwischen 34 Prozent beträgt, was fast einer Verdopplung in knapp 30 Jahren entspricht. Jeder dritte Bundesbürger langweilt sich heute in seiner Freizeit.

Die Gewohnheit fernzusehen, ist nicht nur eine Frage des Programms, sondern auch die Folge von Langeweile. Der Fernseher ist der Langeweile-Killer Nr. 1, ermittelte das B.A.T. Freizeitforschungsinstitut in einer Repräsentativumfrage 1983. Zusammen mit dem Joggen oder Schwimmen entfielen auf diese drei Beschäftigungen die meisten Antworten auf die Frage „Was tun Sie, wenn Ihnen zu Hause die Decke auf den Kopf fällt?“ Bemerkenswert immerhin, daß 82% der Befragten das Gefühl der Langeweile vertraut ist, während nur 18% Langeweile gar nicht kennen. Zur letzteren Gruppe gehören vor allem Menschen mit aktivem, voll ausgefülltem Berufsleben.

aus: Horst W. Opaschowski, Arbeit, Freizeit, Lebenssinn?  
Opladen 1983, S. 56 ff.

### *Gesprächsimpuls:*

- Was tun Sie, wenn Ihnen zu Hause die „Decke auf den Kopf fällt“?
- Was ist eigentlich Langeweile?

„Zunächst könnte man wohl sagen: Wir haben nichts zu tun. Aber dieses Nichts-zu-tun-haben ist wohl nicht der Grund der Langeweile. Denn sehr oft haben wir nichts zu tun und langweilen uns keineswegs. Es gibt Menschen, die können stundenlang an einem See sitzen und hinausschauen und in sich hinein, und oft vergeht gerade ihnen die Zeit ganz besonders schnell. Langeweile entsteht, wenn wir nichts zu tun haben, während wir meinen, eigentlich etwas tun zu müssen. Dies eröffnet die Kluft, aus der die schreckliche Lähmung aufsteigt.“

(aus: Zeit zum Leben)

Assoziationen zu einem problemgeladenen Begriff

Die spontanen und freien Assoziationen, die mit dem Begriff Langeweile verbunden sind, sind ebenso vielfältig wie zwiespältig:

- *Gefühl der Leere*. Die Angst vor der eigenen Leere („horror vacui“) dominiert. Das persönliche Nicht-ausgefüllt-Sein bedrückt. Sich selbst innere Leere einzugestehen, ist deprimierend.

- *Angst vor dem Stillstand.* Wer kann schon in Ruhe die Seele baumeln lassen? Viele können (insbesondere plötzliche) Ruhe nicht ertragen, können nicht (bei sich) verweilen. Dahinter verbirgt sich eine Art Ur-Angst vor dem Stillstand des Lebens.
- *Unfähig zur Selbstbeschäftigung.* Wer mit sich selbst nichts anfangen kann, ist für Langeweile besonders anfällig. Es fehlt der eigene Schwung, sich zu etwas aufzuraffen. Und die Fähigkeit, in sich hineinzuhören, selbst eigene Ideen und Einfälle zu haben und nicht nur auf Impulse von außen oder von anderen zu warten.
- *Gewöhnung an das Vorleben-Lassen.* Die passive Konsumhaltung, ständig auf Angebote zu warten und selbst nichts auf die Beine zu stellen, bleibt nicht folgenlos. Die Gewöhnung an das Vorleben-Lassen, statt selbst zu leben, macht unfähig zur Freizeit in Eigenregie. Das Eigenleben kommt zu kurz. die Gewöhnung an die Angebotsfülle steigert die Angst, überhaupt selbst einmal etwas zu beginnen.
- *Verunsicherung durch Freiräume.* Nicht eingeplante zeitliche Freiräume verunsichern, blockieren das eigene Tun, machen beinahe unfrei. Schon das bloße Verweilen zwischen zwei Beschäftigungen wird als Herausforderung empfunden. Jede Pause muß durch sinnvolle Beschäftigung gefüllt werden, jede Tätigkeit muß persönlich wichtig und nützlich sein. Alles andere gilt als Zeitverschwendung, produziert Schuldgefühle.
- *Lähmender Erwartungsdruck.* Die Freizeit muß es bringen. Die Erwartungen und Sehnsüchte an Feierabend und Wochenende sind hoch. Werden sie nicht erfüllt, ist die schlechte Laune da. Das Schlimmste: Man hat kaum Einfluß auf die eigene Gefühlsstimmung. Die große Enttäuschung folgt der überhöhten Erwartung auf dem Fuße. Diese Erfahrung kann sich zur Angst steigern –

(aus: Horst W. Opaschowski, Arbeit, Freizeit, Lebenssinn?  
Opladen 1983, S.59)

### 1.3 Gleichförmigkeit der Zeit

Im Alltag wird alles gleich und unterscheidbar. In der Freizeit wird alles gleich spannend, gleich neu, gleich überraschend. Jeder Kick ist eine Wiederholung des vorhergehenden.

### „Es muß feste Bräuche geben“

Auf seiner Reise über den Planeten Erde begegnete der kleine Prinz eines Tages dem Fuchs. Der Fuchs will vom kleinen Prinzen gezähmt werden; deshalb soll der kleine Prinz ihn jeden Tag zu einer vereinbarten Stunde besuchen ...

Am nächsten morgen kam der kleine Prinz zurück.

„Es wäre besser gewesen, du wärst zur selben Stunde wiedergekommen“, sagte der Fuchs. „Wenn du z. B. um vier Uhr nachmittags kommst, kann ich um drei Uhr anfangen, glücklich zu sein.“

Je mehr die Zeit vergeht, um so glücklicher werde ich mich fühlen. Um vier Uhr werde ich mich schon aufregen und beunruhigen; ich werde erfahren wie teuer das Glück ist. Wenn du aber irgendwann kommst, kann ich nie wissen, wann mein Herz da sein soll ... Es muß feste Bräuche geben.“

Was heißt fester Brauch?“ sagte der kleine Prinz.

„Auch etwas in Vergessenheit Geratenes“, sagte der Fuchs. „Es ist das, was einen Tag vom anderen unterscheidet, eine Stunde von den anderen Stunden. Es gibt zum Beispiel einen Brauch bei meinen Jägern. Sie tanzen am Donnerstag mit den Mädchen des Dorfes. Daher ist der Donnerstag der wunderbare Tag. Ich gehe bis zum Weinberg spazieren. Wenn die Jäger irgendwann einmal zum Tanze gingen, wären die Tage alle gleich und ich hätte niemals Ferien.“

So machte denn der kleine Prinz den Fuchs mit sich vertraut ...

Antoine de Saint-Exupéry (aus: Der Kleine Prinz. Düsseldorf:  
Karl Rauch Verlag)

#### 1.4 Zeit darf nicht gleich Zeit werden

##### *Methodische Anregung* (für Gruppen, die aus Paaren bestehen)

Jedes Paar erhält ein Wochenschema und zeichnet möglichst exakt ein, von wann bis wann sie *gemeinsame* Zeit erlebt haben in der vergangenen Woche, beginnend mit dem Tag gestern vor einer Woche. Auch punktuelle, kurze Kontakte! (z. B. ein kurzer Telefonanruf ...)

ZEIT:	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag

Anschließend Paargespräch: Wie geht es uns als Paar mit unserer Zeit? Welche positiven Erfahrungen machen wir? Was ist schwierig? Was wünschen wir uns anders?

Nach etwa 15 Minuten Austausch im Plenum: Möchten wir etwas aus unseren Erfahrungen den anderen mitteilen?

Jeder Tag hat 24 Stunden mit je 60 Minuten. Das ist viel Zeit. Trotzdem leben wir oft mit dem Gefühl, keine Zeit zu haben. Damit eine Beziehung lebendig bleibt, brauchen wir aber Zeit füreinander: Zeit zum Erzählen, Zeit zum Zuhören, Zeit zum Zärtlichsein, Zeit zum Feiern.

Gemeinsam verbrachte Zeit kann von unterschiedlicher Qualität sein.

„In der ersten Zeit unseres Zusammenseins sprachen wir gern und viel. ... Wir sprachen über unsere Empfindungen. Wir sprachen über das, was wir am anderen entdeckt haben. Wir ließen einander spüren, daß wir füreinander wertvoll waren. Wir hatten das Bedürfnis, dem anderen mitzuteilen, was unser Herz bewegt.

Als wir dann beieinander wohnten, war für solche Gespräche des Herzens ja immer noch Zeit. Wir verschoben sie auf später. *Das Alltägliche beherrschte das Feld.*

In vielen Ehen endet das Gespräch ... mit der Hochzeit.

Es gibt unter Menschen verschiedene Gesprächsweisen und Gesprächsebenen. Ein Gespräch über alltägliche Dinge ist *eine* Sache. Und ein Gespräch, in dem ich dem Partner persönlich begegne, ist eine *andere*.“

(Beller, Tilmann: Familie – lebendiges Heiligtum Nr. 1, S. 18)

In unserem Miteinander gibt es Zeiten von unterschiedlicher Intensität:

Zeiten des *alltäglichen Miteinanders*: gemeinsame Mahlzeiten, Haus- oder Gartenarbeit, Urlaubsplanungen, Besuche, Fernsehen usw.

Zeiten, die wir als *wert-voll*, als *er-füllt* erlebt haben: Stunden, in denen wir von uns selbst erzählen konnten und uns vom anderen verstanden fühlten, Augenblicke, in denen wir spürten: wir können uns aufeinander verlassen, Zeiten, in denen wir miteinander etwas geleistet haben und erlebten: wir sind gut als Team, wir ergänzen uns, Momente, in denen wir wußten: wir tragen unsere Sorgen gemeinsam, wir sind nicht allein.

Innerhalb dieser wertvollen Zeiten gibt es Momente, die außergewöhnlich „dicht“ waren: „*Sternstunden*“ in unserem Miteinander, die wir nie vergessen werden, Augenblicke, in denen die Zeit gleichsam für uns stillstand:

- der erste Kuß, der Augenblick, in dem wir einander das Jawort gaben, Erlebnisse aus der ersten Zeit unseres Miteinander, als wir noch richtig verliebt waren, ...
- die Erfahrung: du verzeihst mir, nimmst mich an – trotz allem was war,
- Zeiten, in denen wir etwas Schweres, ein Leid miteinander durchge- standen haben – und das hat uns tiefer miteinander verbunden ...

*Methodische Anregung*: Zur Sensibilisierung für verschiedene Zeit- Qualitäten

Jeder Teilnehmer bekommt drei Kärtchen:

Alltag	Wertvolle Zeit	Sternstunden
--------	-------------------	--------------

In einer stillen Phase notiert jeder für sich auf der Rückseite ein oder mehrere Erfahrungen aus der gemeinsamen Zeit als Paar seit dem Kennenlernen.

Anschließend Austausch im Paargespräch.

Nach etwa 15 Minuten Austausch im Plenum: Möchten wir etwas davon als Beispiel den anderen erzählen?

## 2. Glaubensleben

### 2.1 „Sternstunde“ – ein Stück Himmel

„Sternstunden“ des Miteinander kann man nicht „machen“. Sie sind ein Geschenk, Gnade. Da öffnet sich gleichsam der Himmel und Hauch von Ewigkeit berührt uns.

Verliebte machen diese Erfahrung: Die Zeit um uns steht still – die Welt um uns versinkt. Nur wir beide – Du und ich – im Jetzt.

Was wir in diesen „Sternstunden“ nur punktuell erleben und immer wieder verlieren, wird im Himmel, in der Ewigkeit einmal endgültig bleiben – des Jetzt. Die Ewigkeit des Himmels ist nicht eine unendliche Linie von aufeinander folgenden Zeitabschnitten, sondern Verdichtung des Erlebens, Fülle der Beziehung zwischen Gott und Menschen und der Menschen untereinander in einem dauernden Jetzt.

Einen Vorgeschmack, eine Vorahnung davon haben wir in unseren „Sternstunden“ erlebt – auch wenn uns das nicht bewußt war. In der Liebe des Partners wird die Liebe Gottes für uns erfahrbar:

„Niemand hat Gott je geschaut; wenn wir einander lieben, bleibt Gott in uns, und seine Liebe ist in uns vollendet“ (1 Joh 4,12).

„Gott ist die Liebe, und wer in der Liebe bleibt, bleibt in Gott, und Gott bleibt in ihm“ (1 Joh 4,16b).

Ehesakrament bedeutet: Gott hat uns füreinander gedacht. Er will uns durch den Partner seine Liebe erleben lassen: im Einander-gut-Sein, in kleinen Aufmerksamkeiten, im Gespräch, in Zärtlichkeiten, in der Treue, die sich in schweren Stunden bewährt, bei Krankheit, angesichts des Todes.

## 3. Gestaltungsideen: Zeit für uns

### 3.1 „Ofenbank“

Es gibt Paare, die bewußt eine Zeit in ihrem Tagesablauf, einen Abend in ihrer Woche füreinander einplanen. Ehepaare berichten:

„Eigentlich ist es sehr einfach. ‚Du ich leg noch was nach‘, so ist meistens der Beginn. Wir legen noch Holz im Kamin nach. Wir setzen uns hinüber in unser gemütliches Eck im Wohnraum und erzählen einander vom Tag. Wir holen etwas Gutes zum Knabbern oder Trinken. Wir

sprechen vom Beruf, von den Kindern, von den Anrufern und von uns selber, wie es uns bei all dem ergangen ist. Dazwischen ist es still. Wir genießen das Gefühl füreinander Zeit zu haben...“

(FAB 1/99, S. 19).

Das Stichwort „Ofenbank“ ist für manche Paare wichtig geworden – auch wenn die eigene Wohnung mit Zentralheizung erwärmt wird. „Ofenbank“ kann heißen: ein Spaziergang zu zweit, gemeinsam im Garten im Lehnstuhl sitzen, miteinander singen, ausgehen zu zweit, gemeinsam beten...

„... Wir haben einen Weg gefunden: Wir beide gehen am Abend immer wieder gern einmal ins nahegelegene Café. Das ist unser Abend mit Zeit fürs Gespräch über uns, über unsere Kinder, über wichtige Themen...“

(FAB 2/99, S. 14)

Wichtig ist, daß man diese gemeinsame Zeit füreinander „verteidigt“ gegen andere Meinungen und Interessen – auch den eigenen Kindern oder Verwandten und Freunden gegenüber.

„Bei einer Veranstaltung von *Energy for Family* ... hat ein Ehepaar ein Beispiel erzählt: Jeden Tag haben sie ihren Fixpunkt. Gleich bei der Heimkehr von der Arbeit setzen sie sich als erstes zu einem Kaffee zusammen. Das dauert eine viertel oder halbe Stunde. Die Kinder krabbeln in der Gegen herum, und die beiden erzählen einander vom Tag: Was los war, was sie beschäftigt hat und wie es ihnen bei all dem ergangen ist. – Zufällig kommen zu diesem Zeitpunkt manchmal die Schwiegereltern vorbei. Sie staunen dann und sagen: ‚Ihr habt wohl gar nichts zu tun?!‘ –

#### *Impuls für ein Paargespräch:*

- Wir überlegen anhand des oben erstellten Wochenplanes:
- Gibt es in unserem Tages- oder Wochenablauf auch „Zeit für uns“, die wir bewußt miteinander leben?
- Welche Zeit im Tagesrhythmus ist für uns günstig? Gibt es einen Abend oder einen Nachmittag (Vormittag) in der Woche, den wir „für uns“ nehmen möchten?

### 3.2 Was man feiert, sieht man besser!

#### Ein kurzer Blick auf das silberne Ehejubiläum

Wir erinnern uns noch gut: 1995 – Berlin – Reichstagsgebäude. Christo und Jean-Cloude hatten es erreicht. Der Reichstag. Der Reichstag wurde verhüllt. Und sie kamen zwei Wochen lang – die zig Tausende täglich, um das „Kunstwerk“ zu sehen, zu diskutieren, zu fotografieren und oder einfach dabeizusein. Die Geschichte dieses schicksalsträchtigen Gebäudes wurde bei all dem für Millionen lebendig. Man hörte und sah in den Medien, was es denn mit dem Reichstag auf sich hat, der rd. 200 Jahre Deutscher Geschichte hin zur heutigen demokratischen Verfassung und nationalen Einheit in sich schließt. Die Bilder gingen um die Welt. Und die Philosophie des Verpackungskünstlers Christo ging tatsächlich auf: *Was man verhüllt, das sieht man besser.*

*Um besser die Geschichte zu sehen*, Menschen, Ereignisse, Umstände und Entwicklungen reicher in den Blick zu bekommen, gibt es auch die andere, uns vertrautere Weise, nämlich die des Feierns. *Was man feiert, sieht man besser.* Genau so sind unsere Erfahrungen: das Gefeierte kommt neu auf uns zu, bringt Erinnerungsfetzen zusammen und weckt Erlebnisse auf. Vergangene Zeiten geben noch einmal frei, was sie in ihrem Schoß tragen, und lassen nach Sinn Ausschau halten.

Eheleute erleben das stark, wenn sie ihr silbernes Ehejubiläum begehen. Glückliche Stunden des Feierns bringen bewegende Augenblicke, lichtvolle Bilder. Was bewegt, ist das Erleben von gefüllter Zeit, die die Familie trägt und so und nicht anders und deshalb köstlich ist.

Israel kannte diese Art, mit seiner Geschichte zu leben, indem es alle sieben Jahre das „Sabbatjahr“ und nach sieben mal sieben Jahre das „*Jobeljahr*“ beging. Die Zahl sieben erinnert an den siebten Tag im Schöpfungsbericht (Gen 1,1ff), an dem Gott ruhte, sein Werk vollendete und segnete (vgl. Lev 25,1ff). Das *Jobelhorn* (davon der Name „*Jobeljahr*“ und unser „*Jubiläum*“) wurde zur Ausrufung dieses besonderen fünfzigsten Jahres geblasen. Man erinnerte sich an die großen Heilereignisse der Befreiung aus Ägypten und des Einzuges in das gelobte Land, indem man ganz sinnenfällig seine eigenen Sklaven freiließ und verpachtetes Land der Familie wieder zurücknahm und Schulden erließ. So wurde die einzigartige Erfahrung des Bundes zwischen Israel und seinem Gott neu aktualisiert. Jesaja spricht von diesem *Jobeljahr* mit seinen familialen und gesellschaftlichen Brauchtümern als Bild für die Verheißung eines Gnadenjahres zur erlösenden Erneuerung des Bundes Gottes mit seinem Volk. (Jes 61,1 ff)

Es fällt nicht schwer, diese alte Glaubenstradition sinngemäß mit der *Feier eines christlichen Ehejubiläums* zu verbinden, das nach der halben Zeit von fünfzig Jahren begangen wird. Man hält inne, schaut zurück und in die Zukunft. Indem zwei Menschen sich mit ihrer gemeinsamen Geschichte befassen, wird neu spürbar, was sie einander bedeuten, was sie sich geschenkt und wie sie einander herausgefordert haben. Man kann auf einfache Weise in diese Geschichte vordringen, indem man in ein größeres Wegdiagramm Namen, Ereignisse, Symbole, Zahlen, Orte, Gebäude ... einträgt und darüber miteinander ins Gespräch findet. Es ist erstaunlich, was dabei wach wird und zur Sprache kommt. Was im Trauritus gesagt wurde: „Ich verspreche dir die Treue in guten und in bösen Tagen, in Gesundheit und Krankheit. Ich will dich lieben, achten und ehren ...“ das hat nach 25 Jahren eine bewegende Konkretheit. Man weiß von einander und von sich selbst mehr und anders als am Anfang des gemeinsamen Weges. Oder besser: Man schätzt einander und sich selbst wahrer und anders. Bewährtes, was das Leben gefordert hat, und auch das, was es zusammenbrechen ließ, taucht auf; – auch die Frage, was mit dem anderen schwer gewesen ist und womit man selbst den anderen gestört und belastet haben könnte. Diese Erfahrungsfäden beherzt in die Hand zu nehmen, erschließt nach 25 Jahren neue Nähe und tiefere Affekte von Dankbarkeit und Verstehen.

Das Ehejubiläum läßt natürlich den *Blick auch in die Zukunft* richten. Auch dabei gilt, daß Feiern besser sehen läßt. Die gewachsenen Perspektiven, Träume und Ängste und Hoffnungen werden deutlicher erkennbar. Es ist erstaunlich, wie hilfreich es ist, diese Ängste und Träume sich bewußt zu machen und darüber mit dem Partner ins Gespräch zu kommen.

Die Feier von 25 Jahren Ehe ist eine beachtliche Chance. Wenn man die eigene Geschichte zu sich sprechen läßt, sie ins gemeinsame Gespräch und ins Gebet hineinnimmt, wird vieles – auch ihre Zukunft neu sichtbar, denn *was man feiert sieht man besser*.

# III. Geistliche Impulse

## A. Bausteine für den Gottesdienst

### Einführung

Heute ist Familiensonntag. Er steht unter dem Schriftwort „Alles hat seine Zeit“

Im Familienleben gibt es mannigfache Probleme mit der Zeit. Oft ist der Alltag von Hektik geprägt. Die Zeit ist knapp. Sie vergeht zu schnell. Oft haben wir das Gefühl, keine Zeit zu haben. Den Heranwachsenden dagegen kann sie manchmal nicht schnell genug vergehen. Sie haben Langeweile. Und dennoch: Wir leben in der Zeit, wir verleben unsere Zeit.

Aber das Familienleben ist auch der Ort, an dem Eltern und Kinder Zeit füreinander haben. Geburtstage und Hochzeitstage werden gefeiert. An Todestagen bewahren wir das Gedächtnis unserer verstorbenen Verwandten.

In diesem Jahr begeht die ganze Christenheit ein großes Jubiläum. Im Heiligen Jahr denken wir besonders daran, daß Gott in die Zeit gekommen ist und uns dadurch erlöst hat. Christus ist der Herr der Zeit. Seine befreiende und erlösende Herrschaft gilt auch unserem Zeitverhältnis: den vielen Terminen, dem verplanten Alltag und der Zeitknappheit.

Wenn wir nun das Gedächtnis seines Todes und seiner Auferstehung feierlich begehen, dann feiern wir zugleich, daß Gott heilend und erlösend auch in unseren Zeitnöten wirkt.

### Kyrie

Jesus Christus, du bist für uns gestorben und von den Toten auferstanden. Du hast den Fluß der Zeit, der alles zum Verschwinden bringt, unterbrochen.  
*Herr, erbarme dich.*

Jesus Christus, du bist der Herr der Zeit. Du hast uns Zeit in Fülle verheißen.  
*Christus, erbarme dich.*

Jesus Christus, du wirst wiederkommen am Ende der Zeit und deine Herrschaft vollenden.  
*Herr, erbarme dich.*

## **Fürbitten**

Laßt uns beten zu Christus, der in die Welt gekommen ist und dessen Herrschaft gestern, heute und in Ewigkeit währt.

- Wir beten für alle, die an Zeitknappheit und Hektik leiden. Laß sie schon jetzt teilhaben an der Fülle der Zeit, die du allen Menschen verheißt hast.
- Wir beten für alle, die von Beruf und Arbeit zeitlich stark in Anspruch genommen sind. Laß sie das rechte Maß zwischen Arbeitszeit und Familienzeit finden.
- Wir beten für alle, deren Leben regiert wird von Stundenplänen und Terminkalendern. Gib ihnen Kraft, ihre Zeit selbst zu gestalten.
- Wir beten für alle, deren Alltag in ein gleichförmiges Einerlei zu versinken droht. Hilf ihnen, Abstand vom Alltag zu finden.
- Wir beten für die Kirche, insbesondere für die Familiengruppen und Familienverbände. Stärke sie im Engagement für ein christliches Familienleben.
- Wir beten für die Verantwortlichen in Politik und Gesellschaft. Laß sie den Wert des Sonntags erkennen, damit er als Tag der Unterbrechung der Arbeit und des Konsums erhalten bleibt.
- Wir beten für die Verstorbenen. Bewahre ihr Leben in deinem Gedächtnis.

Gepriesen seist du Gott und Vater unseres Herrn Jesus Christus: du hast beschlossen, die Fülle der Zeiten heraufzuführen, in Christus alles zu vereinen, alles, was im Himmel und auf Erden ist.

## **Lieder**

Gotteslob: 157, 158, 131, 134, 220, 225, 270, 289, 621, 622, 623, 642, 644, 657, 666-671 (Morgenlieder)

Troubadour für Gott: 15, 29, 31, 35, 50, 74, 80, 103, 287, 378 2. und 9. Strophe, 457, 483, 510

## B. Gedanken zur Predigt (Evangelium Joh 1,35-43)

1. Kritiker bezeichnen unsere Gesellschaft als Überflußgesellschaft. Und in der Tat gibt es in den reichen Ländern Europa und Nordamerikas mehr zu essen, als die Menschen zum Sattwerden brauchen. Die hochveredelten Nahrungsmitteln enthalten mehr Kalorien, als unserer Figur gut tut.
2. Aber der Überfluß beschränkt sich nicht auf die Nahrungsmitteln, die wir uns leisten können. Wir leben in einer Zeit der Reizüberflutung. Es gibt mehr zu sehen und zu hören, als wir verarbeiten können. Es gibt mehr zu erleben, als wir genießen können.
3. Diese *Disharmonie*, die in der Überflußgesellschaft steckt, hat Auswirkungen auf unser Zeitgefühl: Es gibt mehr Erlebnismöglichkeiten, als uns Lebenszeit zur Verfügung steht. Zwei Drittel der Menschen unseres Landes haben sicherlich so viel Geld, daß sie sich mehr leisten können, als sie Lebenszeit zur Verfügung haben. Wir haben zu wenig Zeit, um überall dabei zu sein, um alles zu sehen und erleben zu können, was angeboten und veranstaltet wird. Wir leiden unter notorischer Zeitknappheit – und das bei wachsender Freizeit.
4. Man sagt, der Überfluß an Konsum- und Erlebnismöglichkeiten zwingt uns *auszuwählen*. Er verschafft uns, ja verordnet uns die Freiheit der Wahl. Wir müssen selbst entscheiden, was wir brauchen und genießen wollen. Befürworter der Erlebnis- und Überflußgesellschaft sagen, daß zum ersten Mal in der Geschichte in den reichen Ländern für die Mehrheit der Bevölkerung Freiheit in allen Lebensbereichen Realität geworden sei.
5. Aber diese vom Markt verordnete und erzwungene Freiheit ist mehr als brüchig. Statt uns vor dem Fernsehen für ein Programm zu entscheiden, greift das Programmhopping um sich. (Nach den empirischen Erhebungen der Fernsehanstalten wird von sehr wenigen eine Sendung von Anfang bis Ende angeschaut.) Und wenn wir uns für den Kauf eines Produktes entschieden haben, werden wir selten das Gefühl los, ob es nicht doch etwas Besseres gebe. In der Flut der dauernden Neuheiten und sensationellen Angebote veralten die Dinge des täglichen Gebrauchs immer schneller. Die Mode wechselt in immer rasanterem Tempo. Statt auszuwählen und uns auf eine Sache zu beschränken, schmeißen wir die Gebrauchsgüter immer schneller weg

und kaufen neue – meistens bevor sie wirklich *verbraucht* sind. Obwohl sie viel Geld kosten, werden die Dinge immer wertloser.

6. Wir haben zu wenig Zeit, wir rennen hinter den Veranstaltungsterminen her. Wir hasten von Erlebnispark zu Erlebnispark und erfahren doch immer nur das Gleiche. Wir versinken in der immer schneller fließenden Zeit. Wir müssen Prioritäten setzen. Und wir können das! Aber nicht, weil der Markt uns dazu zwingt, sondern deshalb, weil wir einen eigenen Willen haben. Wir können der immer schneller fließenden Zeit etwas entgegensetzen, weil wir zur natürlichen Freiheit begabt sind und Gott uns alle freie Menschen geschaffen hat. Und weil andere Menschen unsere Willensfreiheit anerkennen und bejahen. Nur wenn wir das Ja, das Andere zu uns sprechen und uns spüren lassen, an uns heranlassen, dann kann unsere Freiheit real werden. Reale Freiheit wird nicht durch die Überflußgesellschaft an Waren und Dienstleistungen erzwungen, sondern braucht Beziehungen, Solidarität, unbedingte Annahme. Nicht als Kunden auf dem Markt sind wir frei (dort akzeptiert man uns nur, wenn wir Geld haben), sondern als Menschen, die auch dann angenommen und bejaht sind, wenn sie wenig leisten können, mittellos, krank, arbeitsunfähig sind. Die große Schule dieser Freiheit ist die Familie.

Die Familie ist die Schule der Freiheit. Sie ist eine Voraussetzung dafür, nicht im Überfluß zu ertrinken, nicht im Strudel der Zeit unterzugehen und im beschleunigten Wechsel der Moden und Neuheiten willenlos zu werden. Aber sie ist in dieser Funktion der Subjektwerdung nicht ungefährdet: Die Schule der Freiheit kann man schwänzen. Sie kann abbrennen oder das Fach Freiheit wird aus dem Lehrplan gestrichen. Es kann durch das Fach Konsum, Erlebnis etc. ersetzt werden. Dieses nicht im Blick zu haben, wäre eine blinde und unverantwortliche Idealisierung der Familie. Aber es gibt viele Anzeichen, viele Erfahrungen, daß die Freiheit in vielen Familien gelernt wird:

- Dort, wo Familienmitglieder füreinander da sind und sich Zeit schenken.
- Dort, wo die alltägliche Hetze und der Streß unterbrochen wird und die Familie feiert.
- Dort, wo der Sonntag sich vom Alltag unterscheidet.
- Dort, wo Menschen wichtiger sind als Statussymbole, Konsumgüter und Markenartikel.

7. In dieser Funktion, Distanz zum Alltag zu schaffen, ist Familienleben immer schon ein wichtiges Stück Glaubensleben. Viele Familien ahmen wie selbstverständlich den Glauben an die Erlösung nach. Gott ist Mensch geworden. Der ewige Gott ist in die Zeit eingetaucht. In der Menschwerdung des Sohnes ist der Lauf der Zeit für einen Augenblick unterbrochen. Durch die Menschwerdung hat er in die Weltzeit die Heilszeit hineingeschoben. Durch die Auferstehung Jesu vom Tod ist die eherne Klammer vom Werden und Vergehen gesprengt. Die irdische Zeit läuft nicht mehr zwanghaft auf den Tod alles Lebendigen zu – für ihr Ende ist ewiges Leben verheißen. Christen leben die Hoffnung, daß sich am Ende des Lebens das Leben in der Nähe Gottes vollendet. Jeder Augenblick ist in seiner Güte bewahrt und wird teilhaben an seiner Ewigkeit. Das ist es, was die Kirche in diesem Heiligen Jahr feiert.

Und wo können wir dieses Geheimnis der Erlösung und Befreiung der vergänglichen Zeit durch den ewigen Gott besser erahnen, als dort, wo die kleinen Unterbrechungen des Alltags gelebt werden, wo das Abfließen der Zeit durch die Fähigkeit aufgehalten wird, sich Zeit zu schenken?

8. Im Familienleben geht es letztlich ums Ganze. Die Familie ist der Ort, an dem Leben entsteht, das Leben gehütet und umsorgt wird. Gerade die Familie ist der Ort des Beistandes in Niederlagen und Krankheiten. Sie ist der Ort der Liebe und Treue bis in die Todesstunde.

Im Evangelium haben wir eine Geschichte gehört, in der es auch ums Ganze geht. Zwei Anhänger von Johannes dem Täufer folgen Jesus nach. Es ist die Geschichte ihrer Berufung. Die Geschichte, wie sich ihr Leben durch die Begegnung mit Jesus radikal verändert. Aber, das ist keine willkürliche Wahl eines anderen Lebensstils, keine neue Mode, kein Wechsel ins Erlebnismilieu. Diese Begegnung erfüllt die uralte Sehnsucht nach Erlösung und Befreiung, die den Jüngern in der Glaubensgeschichte Israels tradiert ist. Johannes hatte Jesus erkannt als Lamm Gottes und die Jünger, die ihm nachfolgten, erkennen ihn als Rabbi, als den verheißenen Messias, als den Gesalbten. Vor dem Hintergrund der Messiaserwartung Israels geht es in dieser Begegnung mit Jesus ums Ganze.

In dieser Begegnungs- und Berufungsgeschichte ist das Thema des Heiligen Jahres brennpunktartig enthalten. Schon in der ersten Begegnung der Jünger mit Jesus erahnen sie, daß es Gott selbst ist, der ihnen im Verkündigen und Handeln Jesu begegnet. Und sie erfahren, daß es

Gott selbst ist, der das Werk der Erlösung vollbringt. Erlösung, die Gott selbst an der Menschheit bewirkt, geht aufs Ganze. Auf das große Problem des Ziels der Geschichte, des Sinns des menschlichen Lebens angesichts des Todes und des Leidens. Aber auch auf die scheinbar kleinen, aber doch dramatischen Probleme in unserem Alltag.

Im Glauben an den Herrn der Zeit können wir den Zeitzwängen widerstehen. Im Vertrauen auf den ewigen Gott verwandelt sich auch uns die Zeitknappheit in die Fülle der Zeit.

### **C. Wenn ich stehe ...**

Ein in Meditation erfahrener Mann wurde einmal gefragt, warum er trotz seiner vielen Beschäftigungen immer so gesammelt sein könne. Dieser sagte:

Wenn ich stehe, dann stehe ich,  
wenn ich gehe, dann gehe,  
wenn ich sitze, dann sitze ich,  
wenn ich esse, dann esse ich,  
wenn ich spreche, dann spreche ich.

Da fielen ihm die Fragesteller ins Wort und sagten:  
Das tun wir auch, aber was machst du noch darüber hinaus?

Er sagte wiederum:

Wenn ich stehe, dann stehe ich,  
wenn ich gehe, dann gehe ich,  
wenn ich sitze, dann sitze ich,  
wenn ich esse, dann esse ich,  
wenn ich spreche, dann spreche ich.

Wieder sagten die Leute:

Das tun wir doch auch.

Er aber sagte zu ihnen:

Nein,  
wenn ihr sitzt, dann steht ihr schon  
wenn ihr steht, dann lauft ihr schon  
wenn ihr lauft, dann seid ihr schon am Ziel ...

aus: Peter Bleeser, Geschichten für Sinndeuter, Düsseldorf 1981

## **D. Meditation – Das Sechs-Tage-Werk unserer Ehe und Familie**

*Es war am Abend eines Wochenendes für Ehepaare, die ihr silbernes Ehejubiläum vor- bzw. nachbereiten wollten. Wir saßen um einen Tisch, auf dem eine Menorah, ein siebenarmiger Leuchter, mit sieben weißen Kerzen stand. Wir hatten bereits etwas in die Geschichten einzelner Paare hineingehört. Die folgende Meditation wollte dieses Erleben weiterführen und deuten.*

*Paare wechselten sich ab, die Kerzen zu den Schöpfungstagen jeweils von außen nach innen symmetrisch anzuzünden. Die letzte Kerze in der Mitte stand für den siebten Tag, den SABBAT – den EWIGEN OSTERTAG.*

Der siebenarmige Leuchter Israels vereint in sich verschiedene Symbolgehalte. So auch den der Schöpfungsgeschichte. Er läßt die sechs Tage aufleuchten, an denen Gott seine Welt sich entfalten ließ, und den siebten Tag, an dem er das Geschaffene vollendete, an dem er ruhte und das Werk segnete. In der biblischen Schöpfungserzählung stellt sich das Geheimnis unseres Ursprungs als Tat Gottes dar. Sie schließt Entwicklung und Zielstrebigkeit in sich. Gottes Geist schwebt in ihr und stiftet Sinn. Und was im Ganzen der Schöpfung lebt und schwingt, wird auch im Teil erkennbar, auch in dem Werk-Teil, für dessen Geschichte wir selbst Zeugen sind. Wir reden von unserer Ehe, von unserer Familie. Sie ist eine einzigartige Schöpfung. Ihre Zeit kennt beides: Plan und schöpferische Initiative Gottes und – in geheimnisvoller Einheit mit ihm – unser menschliches Tun und Hinnehmen. Nichts ohne IHN und nichts ohne UNS! Ein helldunkles gottmenschliches Ganzes – die Geschichte unserer Ehe und Familie! Fünf- undzwanzig Jahre!

### **Und Gott sprach: Es werde!**

Und so geschah es. Wir kennen die Umstände, das Ungewöhnliche, das uns auf einander aufmerksam werden ließ, was tiefer traf und faszinierte. Träume stiegen auf und verhiessen Bewunderung, Verstehen, Entdecken und Schenken ... Ein Ort, ein Kleid, eine Musik, Personen, ... eine Kleinigkeit – all das und anderes hatte zu sein, damit wir uns begegneten und zu einander aufmachen konnten und uns zu lieben lernten. Lieben – anders als wir es kannten. Nie Gespürtes brach hoch und machte dankbar. Wir wurden einander wichtig und wertvoll – Geschenk und Zumutung. Wir sehen: Es war gut so.

Es wurde Abend, und es wurde Morgen: erster Tag – Tag der ersten Begegnung.

*(Die erste äußere Kerze wird entzündet)*

**Und Gott sprach:**

**Die Liebe zwischen Euch werde Ort meiner besonderen Gegenwart**

Vor dem Priester und zwei Zeugen – in festlicher Gemeinschaft sagten wir einander das endgültige Ja. Wir nahmen uns an im Vertrauen auf Gottes Wort und Führung – ganz und für immer – für gute und für böse Tage. Und das eheliche Ja wurde Fleisch in einer tiefen Vereinigung, die immer schon geahnt und verheißungsvoll zu spüren war im Leib und in der Seele – in Zärtlichkeit und Gesten. Die Zusage Gottes zu dieser Entscheidung und diesem Erleben trug uns – trägt bis heute und schuf sein wirkungsstarkes Bild in uns als Mann und Frau vereinigt – und gewährte seine stille Gegenwart. Wir sehen: Es war gut so.

Es wurde Abend, und es wurde Morgen: zweiter Tag – der Hochzeitstag.

*(Die zweite äußere Kerze wird entzündet)*

**Und Gott sprach:**

**Es werde Leben – Menschen nach unserem Gleichnis**

Und so geschah es. Unsere Liebe wurde fruchtbar – tragfähig für das erste Kind, für Kinder, die Gott uns schenken wollte. Er stellte sie in unsere Geschichte. Und wie haben diese Geburtstage uns verändert! Wie stauend haben wir das Kleine betrachtet und gehalten, gestillt und umsorgt. Unsere Liebe zu ihnen hat uns viel gekostet und viel in den Kindern geweckt. Wir erlebten uns als Mutter und Vater in einer neuen Dimension von Wirkung in fremdem Leben, das doch zutiefst mit uns verbunden ist. Und wir vermittelten jedes Kind in das ganz Große hinein, das ewiges Leben bedeutet: In Tod und Auferstehung Jesu Christi durch die Taufe. Ewiges Leben – ein Gabe von Geist und Beziehung, die uns unendlich überragt und unseren ganzen Glauben bewegt. Und je mehr wir die Kinder loslassen mußten, um so mehr blieb uns, auf diese Beziehung zu hoffen. Wir sehen: Es war gut so.

Es wurde Abend, und es wurde Morgen: dritter Tag – die Tage der Geburten und Taufen unserer Kinder.

*(Die nächste Kerze wird angezündet)*

### **Und Gott sprach: Bewährt Euch in der Arbeit, im Alltäglichen!**

Ja, wir haben gearbeitet. Freude und Leid kamen dabei eng zusammen. Oft fühlten wir uns überfordert – oft spürten wir den Stolz über Errungenes. Speise und Trank, Wohnen und Ausbildung, Freizeit und Rücklagen ... – vieles wurde möglich durch unsere Arbeit, die immer wiederkehrte, oft Routine wurde. Wir konnten teilen und verteilen. Und Sorgen machten wir uns! – manchmal zu ängstlich. Du hast uns viel zugetraut und Verantwortung gelassen. Wir sehen: Es war gut so.

Es wurde Abend, und es wurde Morgen: vierter Tag – der Alltag.  
*(Die nächste Kerze wird angezündet)*

### **Und Gott sprach: Ruht und genießt und feiert!**

Wie wichtig war uns die Chance, dem Grau und dem Druck der Routine zu entkommen. Es kamen immer wieder Sonntage und es kamen Feste und Tage des Gedenkens. Farbe mischte sich in das alltägliche Grau – Wein, Gespräch und Tanz und Landschaft. Wir wußten wieder, warum sich vieles lohnt. Sinn wurde spürbar. So blieb der Himmel über uns offen. Wir sehen: Es war gut so.

Es wurde Abend, und es wurde Morgen: fünfter Tag – die Sonn- und Feiertage.  
*(Die nächste Kerze wird entzündet)*

### **Und Gott sprach: Fürchtet euch nicht – ich bin bei euch!**

Wir erlebten unsere Grenzen und unser Versagen. Unsicherheit und Einsamkeit griffen nach uns. Ängste und Nöte kosteten wir. Wir mußten kämpfen, um uns nicht im Ansturm von harten Gefühlen zu verlieren. Wir wuchsen weiter, weiter aufeinander zu und sahen uns klarer und begrenzter. Wir suchten oft zuletzt den Blick von oben. Wie tröstlich die Botschaft von Deiner übergroßen Barmherzigkeit. Vergebung wurde möglich. Ja – wir versuchen es jetzt zu sagen: Es war gut so.

Es wurde Abend, und es wurde Morgen: sechster Tag – die Tage der Ängste.  
*(Die nächste Kerze wird entzündet)*

So wurde das Werk unserer Ehe und Familie in einer gott-menschlichen Zeit – einzig und unwiederholbar. So und nicht anders. Ein großes und ganzes Gefüge. Bis hier und heute – noch unvollendet.

## **Gott Vater, sprich noch einmal: Es werde!**

Der siebte Tag – wann und wie wird er sein? Herr, wir vertrauen auf Dein Wort. Du bist verlässlich und treu. Laß das köstliche Werk deiner Liebe und unserer Liebe gelingen und diese Geschichte sich im Sterben mit deinem Leben und deiner Ruhe vereinigen. Laß die Kraft des Segens sich an uns erweisen, mit dem du uns in Deinem Sohn schon immer gesegnet hast. Der Tag heiliger Vollendung, der siebte, ist uns durch IHN verbürgt. Er kennt keinen Abend, denn seine Sonne, Deine Liebe, kennt keinen Untergang.

*(Die siebte Kerze in der Mitte der Menorah wird entzündet)*

*Diese Meditation kann auch mit entsprechenden Anpassungen an Umstände und Personen als Predigtvorlage dienen.*

## **Hinweise auf Literatur und Materialien**

- Apostolisches Schreiben „Dies Domini“. Über die Heiligung des Sonntags (Verlautbarungen des Apostolischen Stuhls, 133)
- Arbeitsgemeinschaft Frauenseelsorge Bayern (Hrsg.): Zeit zum Leben – Zum Leben Zeit, (das Thema 23/81)
- Marianne Gronemeyer, Das Leben als letzte Gelegenheit. Sicherheitsbedürfnisse und Zeitknappheit, Darmstadt 1996
- Manfred Garhammer/Peter Gross, Synchronisation von Sozialzeit: Eine moderne Gestaltungsaufgabe der Familie, in: Universität Bamberg, Forschungsforum Bamberg, Heft 3, 1991
- Junge-Familien-Arbeit im Kolpingwerk. Eine Arbeitshilfe. Köln 1996
- „Kaufet die Zeit aus“ (Eph 5,16). Über den verantwortlichen Umgang mit der Zeit. Eine Erklärung der Kommission III „Bildung und Kultur“ des ZdK
- Kinder machen was los – Tips zur Kindergruppenarbeit. Eine Arbeitshilfe der Kolpingjugend. Köln 1996
- Lebenswege. Werkheft für Familien und Gruppen, H. 1 (1989) und H. 2: Familienkultur (1991), hrsg. von der Arbeitsgemeinschaft für Katholische Familienbildung (AKF)
- Hans Maier, Die christliche Zeitrechnung, Freiburg/Br. 1991
- Miteinander l(i)eben lernen. Ein Kurs für junge Eltern. Handbuch für die Kursleitung. Köln 1999
- Neue Gespräche. Handreichung für Familien und Gruppen, hrsg. von der AKF
- Das Erbe aus früheren Generationen, 26. Jg. (1996) H. 6
  - Erinnerung – Weg zur Quelle, 25. Jg. (1995) H. 6
  - Rituale, 27. Jg. (1997), H. 6
- Horst W. Opaschowski, Arbeit. Freizeit. Lebenssinn? Opladen 1983
- Horst W. Opaschowski, Generation @. Opladen 1999
- Iris Pieper, Kinder, Jugendliche und Freizeit, hrsg. von der Deutschen Gesellschaft für Freizeit, Erkrath 1998

Thomas Morus Akademie (Hrsg.), Zukunftsrisiko Freizeit, Bergisch Gladbach 1998

Hans-Jakob Weinz, Über die Entdeckung der Langsamkeit. Materialdienst des Referates Ehe und Familie im Erzbistum Köln, Nr. 1/1995

Wo bleibt die Zeit? Die Zeitverwendung der Bevölkerung in Deutschland, hrsg. vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend und dem Statistischen Bundesamt, Wiesbaden 1994

Die Zeichen der Zeit erkennen. Arbeit und Leben neu gestalten, Arbeitshilfe der KAB Westdeutschlands, Köln 1998

Christiane Bundschuh-Schramm, Weil Du mich siehst. Rituale und Übungen, Gebete und Lieder. Ostfildern, 1997

Anselm Grün, Geborgenheit finden – Rituale feiern. Stuttgart, 1997

## **Materialien zum Heiligen Jahr 2000**

Tertio millennio adveniente. Apostolisches Schreiben von Papst Johannes Paul II. (Verlautbarungen des Apostolischen Stuhls 119)

Incarnationis mysterium. Verkündigungsbulle des Großen Jubiläums des Jahres 2000. (Verlautbarungen des Apostolischen Stuhls 136)

Das dritte Jahrtausend kommt auf uns zu – alle sind eingeladen. Aktionsplan zur Vorbereitung und Durchführung des Heiligen Jahres 2000 (Arbeitshilfen 129)

Wohin die Reise geht. Ein Aktionsleitfaden für den Weg durch das Heilige Jahr 2000, hrsg. v. Sekretariat der Deutschen Bischofskonferenz (mit Hinweisen auf weitere Materialien)

## **Anschriften der mitwirkenden Verbände und Einrichtungen**

(Diese Verbände, Arbeitsgemeinschaften und Bewegungen halten vielfältige Materialien und Arbeitshilfen für die Familienarbeit bereit)

Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung (AKF)  
Mainzer Str. 47, 53179 Bonn  
Tel: 02 28/37 18 77, Fax: 02 28/8 57 81 47  
e-mail: Info@akf-bonn.de

Familienbund der deutschen Katholiken  
Neue Kantstr. 2, 14057 Berlin  
Tel: 0 30/32 67 56-0, Fax: -20

Katholische Arbeitnehmer-Bewegung (KAB)  
Familienpädagogisches Institut  
Annaberg 40, 45721 Haltern  
Tel: 0 23 64/1 05-0, Fax:-1 00

Kolpingwerk Deutschland  
Referat Familie und Freizeit  
Kolpingplatz 5–11, 50667 Köln  
Tel: 02 21/2 07 01-1 45, Fax: -38

Schönstatt Familienbewegung  
Berg Schönstatt 9, 56179 Vallendar  
Tel: 02 61/65 06-3 03