

JÖRG AHLBRECHT

# Gelassen im Sturm

Auf der Suche nach dem Frieden,  
den Jesus verspricht

# SCM

Stiftung Christliche Medien

SCM R.Brockhaus ist ein Imprint der SCM Verlagsgruppe, die zur Stiftung Christliche Medien gehört, einer gemeinnützigen Stiftung, die sich für die Förderung und Verbreitung christlicher Bücher, Zeitschriften, Filme und Musik einsetzt.



© 2022 SCM R.Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH  
Max-Eyth-Straße 41 · 71088 Holzgerlingen  
Internet: [www.scm-brockhaus.de](http://www.scm-brockhaus.de) · E-Mail: [info@scm-brockhaus.de](mailto:info@scm-brockhaus.de)

Soweit nicht anders angegeben, sind die Bibelverse folgender Ausgabe entnommen:

NeÜ bibel.heute © 2010 Karl-Heinz Vanheiden, [www.derbibelvertrauen.de](http://www.derbibelvertrauen.de) und Christliche Verlagsgesellschaft Dillenburg, [www.cv-dillenburg.de](http://www.cv-dillenburg.de).

Weiter wurden verwendet:

Lutherbibel, revidiert 2017, © 2016 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart. (LUT)

Elberfelder Bibel 2006, © 2006 by SCM R.Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH, Witten/Holzgerlingen. (ELB)

Neues Leben. Die Bibel, © der deutschen Ausgabe 2002 und 2006 SCM R.Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH, Witten/Holzgerlingen. (NLB)

Lektorat: Annalena Pabst

Umschlaggestaltung: Stephan Schulze, Holzgerlingen

Titelbild: Giga Khurtsilava, unsplash

Autorenfoto: © Jörg Ahlbrecht

Satz: τ-lexis, Heidelberg

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Gedruckt in Deutschland

ISBN 978-3-417-00007-8

Bestell-Nr. 227.000.007

# Inhalt

<b>Einführung</b> ≈ Gelassen im Sturm – Mein Weg .....	7
--	---

## Teil 1

### Mitten im Sturm – Mehr als nur meine Geschichte

<b>1. Kapitel</b> ≈ Nicht Unordnung, sondern Frieden .....	14
<b>2. Kapitel</b> ≈ Der perfekte Sturm .....	23
<b>3. Kapitel</b> ≈ Mit Jesus im Sturm .....	33
<b>4. Kapitel</b> ≈ Die Frommen und der Frieden – Beziehungsstatus: Es ist kompliziert! .....	47

## Teil 2

### Gelassenheit trotz der Spannung zwischen Herz und Kopf

<b>5. Kapitel</b> ≈ Augen im Kopf und Augen im Herz .....	62
<b>6. Kapitel</b> ≈ Das Fotobuch meines Glaubens .....	78
<b>7. Kapitel</b> ≈ Der relaxte Jesus – Nachfolge in die Gelassenheit ...	89

## Teil 3

### Gelassenheit durch Berührung – Der kontemplative Zugang

<b>8. Kapitel</b> ≈ Bitte nicht berühren! .....	108
<b>9. Kapitel</b> ≈ Das Gottesgeschenk des Jetzt .....	120
<b>10. Kapitel</b> ≈ Eintauchen in das Schweigen Gottes .....	132

<b>11. Kapitel</b> ≈ Frieden und die Verwandlung der Welt .....	150
<b>12. Kapitel</b> ≈ Gelassen auch angesichts des Todes? .....	155
<b>Zum Abschluss</b> ≈ Eine Karikatur .....	163
Dank .....	173
Anmerkungen .....	175

# 1. Kapitel

## Nicht Unordnung, sondern Frieden

»Es herrschte das nackte Chaos!«

Was das aufschwingende Garagentor an Durcheinander in unserer Garage offenbarte, war mir zwar irgendwie bewusst gewesen und dennoch: Ein Teil von mir hatte es einfach nicht wahrhaben wollen.

Ich hatte es jahrelang erfolgreich verdrängt, ignoriert, einfach ausgeblendet. Doch immer mit der leisen Ahnung: »Irgendwann wirst du dich diesem Chaos einmal zuwenden müssen. Irgendwann kommt die Zeit, diese Garage aufzuräumen.« Über die Jahre ist ein bunter Mix aus Gartengeräten, alten Blumentöpfen, Fahrrädern und Werkzeug entstanden. Eine völlig überladene Werkbank, ein uralter, verrotteter Schrank voller Trödel, alten Farbdosen und vergilbten Behältern, mit irgendwelchen Substanzen, deren Etiketten schon vor vielen Jahren nicht mehr zu entziffern waren – bei einigen ist allerdings noch alt-deutsche Frakturschrift zu erkennen.

Als wir das Haus vor beinahe zwanzig Jahren gekauft haben, war auch diese halb gefüllte Garage mit dabei gewesen, voller altem Werkzeug und Geräten vom Vorbesitzer. Und natürlich habe ich »das« nicht weggeworfen. Wer weiß, wann man »das« noch mal braucht! Bei manchen Geräten war mir allerdings schon damals gar nicht klar, wofür man »das« überhaupt gebrauchen sollte. Aber egal. Wegwerfen kann man es immer noch, wir haben ja Platz.

Aber jetzt, viele Jahre später, ist die Garage ziemlich voll. Da sind angefangene Werkstücke aus Holz, die ich mal gebastelt, aber dann nicht fertiggestellt habe. Da sind Holzplatten für zukünftige Laubsägearbeiten, zwei große Rigipsplatten, die bei der Badezimmer-

renovierung übrig geblieben sind. Außerdem Regalbretter, Metallschienen, Styroporplatten zur Dämmung, Randleisten, Korkplatten ... eben alles, was in den Jahren so an Baumaterial-Resten angefallen ist. Daneben Werkzeug, das ich angeschafft, aber dann nie gebraucht habe. So viele stumme Zeugen von Plänen und Ideen, die ich zwar hatte, aber nie in die Tat umgesetzt habe. Altes Zeug, das ich übernommen, aber nie benutzt habe. Manches, das ich gut hätte benutzen können, wenn ich bloß gewusst hätte, dass ich es habe.

Und das alles ist überzogen von Schmutz. Mann, ist das hier dreckig! Wo kommt so viel Dreck eigentlich her? Die Decke und die Wände voller Spinnweben und Staub, der Boden voller Mäusedreck, altem Laub, runtergefallenen Schrauben und kleinen, abgeschnittenen Kabelresten. Gut, dass bei mir keiner weiß, wie es in der Garage aussieht. Da muss man sich ja schämen.

Da stand ich nun und ließ meinen Blick langsam über die Mischung aus Ursuppe, Resterampe, Holzwurmparadies und Mäuseklo wandern und wusste: Bisher konnte ich das verdrängen. Aber jetzt ... jetzt ist Pandemie! Jetzt ist Kurzarbeit! Jetzt habe ich keine Ausrede mehr. Jetzt muss ich dem Chaos in der Garage zu Leibe rücken.

Zwei volle Tage war ich dann damit beschäftigt, zu fegen, auszuräumen, wegzuworfen, zu sortieren, zu ordnen. Zwei Tage Chaos beseitigen, den therapeutischen Charakter dieses Unternehmens habe ich völlig unterschätzt. Denn diese Garage war viel mehr als nur ein vernachlässigter Aufbewahrungsort. Diese Garage wurde mir zu einem Spiegel meiner Seele, meines Innenlebens.

## Zeit für Inventur

Dreißig Jahre im hauptamtlichen Dienst hatte ich hinter mir, als die weltweite Pandemie über uns alle hereinbrach. Dreißig Jahre stetig ge-

fülltes Leben voller Herausforderungen, Siege, Niederlagen, Hoffnungen und Enttäuschungen. Dreißig Jahre voller Tempo. Gefühlt hatte sich die Dauer einer Woche im Laufe der Jahre mehr als halbiert.

Dreißig Jahre voller Begegnungen mit den unterschiedlichsten Menschen. Manche haben mich enorm beeindruckt und ich habe versucht, so viel ich konnte, von ihnen zu lernen. Ich habe da eine Menge »Werkzeuge« übernommen und im Lager rumliegen. Ich habe Sichtweisen, Überzeugungen, Strategien, Einsichten und Erkenntnisse angesammelt. Manche davon sind sehr brauchbar, andere nur auf den ersten Blick hilfreich. Aber ich habe das alles abgespeichert und aufgehoben.

Wieder andere Menschen haben mich enttäuscht oder zunehmend befremdet. Man erlebt ja nicht nur Gutes, wenn man viel mit Menschen zusammen ist. Da sind Wunden entstanden, Verletzungen, Kränkungen und Scham. Ich habe Schutzmechanismen aufgebaut, um Menschen auf Distanz zu halten, habe Denkmuster entwickelt, um Erfahrungen zu filtern und einzusortieren. Ich habe eine bestimmte Art und Weise, wie ich auf verschiedene Menschen reagiere, aufgebaut und trainiert. All das eher unsortiert, eher unbewusst, eher chaotisch.

So viele Träume, Ideen und Anfänge hat es gegeben. So viel von dem Zauber, der jedem Anfang innewohnt, wie Hermann Hesse es in seinem Gedicht *Stufen* beschreibt. Mancher Anfang hat auch wirklich zu neuen Entdeckungen und in einen neuen Lebensabschnitt geführt und wurde Teil meiner Identität, meiner regelmäßigen Gebrauchsgegenstände. Andere Anfänge sind einfach stecken geblieben, unvollendet wie ein begonnenes Werkstück, das nun achtlos auf der Werkbank liegt und bei dem man nicht weiß, ob es weggeworfen oder fertiggestellt werden sollte.

Während ich altes Material aus der Garage wegwarf, dachte ich darüber nach, was ich noch an Resten alter Überzeugungen mit mir rumtrug, für die ich schon lange keine Verwendung mehr hatte. Und warum mir eigentlich der Mut gefehlt hat, sie über Bord zu schmeißen.

Während ich mit einem Schaber den realen Müusedreck vom Betonboden kratzte, tauchte die Frage auf, was sich eigentlich in meinem Inneren über die vielen Jahre an Dreck angesammelt hat. Zwischenmenschliche Verunreinigungen, ungelöste Konflikte, weggedrückte Wunden, falsche Entscheidungen, nicht verarbeitete Enttäuschungen oder schlicht Versagen. Ich merke: Das alles hat sich als eine festsitzende Dreckschicht wie ein Panzer um meine Seele gelegt. Eine Schicht, die mich zu schützen scheint, in Wirklichkeit aber von dem Guten isoliert, das Gott für mich im Leben bereithält.

**Angestoßen von dem Chaos in meiner Garage, wendete ich mich dem Chaos in meinem Inneren zu.**

Angestoßen von dem Chaos in meiner Garage fing ich an, mich dem Chaos in meinem Inneren zuzuwenden und eine ehrliche Inventur zu machen. Wo stehe ich nach dreißig Jahren im hauptamtlichen Dienst? Wo stehe ich nach vierzig Jahren als Nachfolger Jesu?

## Der Gott des Friedens

»Gott ist nicht ein Gott der Unordnung, sondern des Friedens!« (1. Korinther 14,33; LUT). So leuchtet ein Satz in meinem Inneren auf. Und dieser Satz ist ein Echo aus meiner Jugendzeit in einer Baptistengemeinde in Kassel, der Stadt, in der ich aufgewachsen bin. Es ist irre, was über die Jahre so hängen bleibt und dann plötzlich, ganz unvermittelt, aus dem Nebel der Erinnerung wiederauftaucht.

Ich weiß noch, wie wichtig es Friedbert, unserem Jugendpastor war, dass bei Gott das Gegenteil von Unordnung nicht Ordnung, sondern Frieden ist. Wir saßen in seiner Dachwohnung bei einer Mitarbeiterschulung für unseren Teenkreis. Und Friedbert erklärte: Gott erwartet keine preußischen Tugenden. Er ist nicht ordnungsbesessen



und will, dass alles in Reih und Glied steht, schnurgerade und ausgerichtet. Das ist ein Maßstab, den eher wir Menschen anlegen und an dem wir nur scheitern können. Obwohl manche Menschen in der Gemeinde gerne diese Ordnung hätten. Aber bei Gott geht es nicht um Ordnung – (was mich im Blick auf meine Garage dann doch etwas aufatmen lässt! Danke, Friedbert.) Es geht um Frieden. Seine Antwort auf die Unordnung ist Harmonie, Ausgleich, Gelassenheit.

»Gott ist nicht ein Gott der Unordnung, sondern des Friedens.« Das passte so gut zu meiner aktuellen Lage – auch wenn sich diese Aussage

## Bei Gott geht es nicht um Ordnung. Ihm geht es um Frieden!

damals nicht in erster Linie an Garagenbesitzer richtete oder an Leute, die gerade eine Lebensinventur machten. Paulus sagte diesen Satz ursprünglich im Kontext der Gottesdienstgestaltung einer Gemeinde und für mich triggert er ein Thema, das mich schon länger beschäftigt: die Frage nach dem Frieden. Diese Frage verfolgt mich, seit ich Dallas Willard über den relaxten Jesus habe reden hören. Und diese Frage entwickelt sich mehr und mehr zu einer zentralen Frage meines Lebens.

Das Chaos in meiner Garage offenbarte das Chaos in meinem Inneren und zeigte eines sehr klar: Was mir fehlt, ist Friede. Innerer Friede. Was mir fehlt, ist eine Haltung der heiteren, inneren Gelassenheit. Stattdessen gibt es in mir so viel Chaos und Unordnung.

Vielleicht geht es dir ja ähnlich, egal, ob du Garagenbesitzer bist oder nicht. Ich möchte in diesem Buch der Zusage Jesu nachspüren, dass er uns Frieden geben will. Dass wir zum Frieden berufen sind. Dass wir einen Frieden haben können, der unser Verstehen weit übersteigt, und dass dieser Friede unser Herz und unsere Sinne bewahrt in der Verbindung mit Jesus.

So viele Aussagen über Frieden und Zusagen zum Frieden begegnen uns im Neuen Testament. Jesus will seine Nachfolgerinnen und Nachfolger mit Frieden ausstatten. *Seinem* Frieden. Echtem Frieden.

Frieden, den niemand sonst geben kann, aber der darum nicht weniger real ist. Aber warum spüre ich davon so wenig? Warum bin ich innerlich so unruhig? Und wenn ich mal von mir wegschaue: Warum sind wir Christen so dermaßen zerstritten? Warum suchen viele Menschen inneren Frieden lieber im Buddhismus als in der lokalen Kirchengemeinde? Warum sehe ich überall mehr Sturm als Frieden?

## Schalom – Was genau ist das für ein Frieden?

Der Frieden, der dem Chaos gegenübersteht, meint nicht in erster Linie das Fehlen von Konflikten, von Streit oder Auseinandersetzungen. Gemeint ist auch keine stoische Abgeklärtheit, die emotionslos über allem schwebt und die sich über nichts und niemanden mehr aufregen kann. Jesus war alles andere als ein Stoiker. Er lachte, er weinte, er ließ sich berühren, er konnte zornig werden und liebevoll auf Augenhöhe mit Kindern sein. Sein Frieden ist keine weltferne Abgeklärtheit.

Der Friede, von dem Jesus spricht, ist am besten mit einem alten hebräischen Wort zu fassen, dem Wort *Schalom*. *Schalom* meint als Wort Unversehrtheit und Heil.

**Schalom ist ein innerer Zustand – ein Geschenk, aus dem heraus auch das äußere Leben fließt.**

Und es umfasst Gesundheit, Sicherheit, Ruhe und Wohlbefinden.

Der jüdische Gelehrte Claude J.G. Montefiore (1858–1938) definierte Schalom als »Friede, der allein versöhnt und stärkt, der uns beruhigt und unser Gesichtsbild aufhellt, uns von Unrast und von der Knechtung durch unbefriedigte Gelüste frei macht, uns das Bewusstsein des Erreichten gibt, das Bewusstsein der Dauer, inmitten unserer eigenen Vergänglichkeit und der aller Äußerlichkeiten«<sup>1</sup>.

Schalom ist ein innerer Zustand – ein Geschenk, aus dem heraus dann auch ein äußeres Leben fließt. Es bedeutet, dass unsere Seele,

unser Wille und unser Verstand Ruhe finden im Vertrauen auf Gott, der uns und diese Welt in seiner Hand hält. Aus dieser Gelassenheit heraus können wir dann aktiv den Herausforderungen begegnen, die das Leben an uns stellt. Weil unsere Seele in dieser Zusage ruht, können wir gelassen durch das Leben gehen. Wir können loslassen, was uns Angst macht. Wir können weglassen, was uns ablenkt. Wir können uns und unser Leben der Fürsorge Gottes überlassen, weil wir wissen, dass alles auf ein gutes Ziel zuläuft. Auf Leben in überfließender Freude und Fülle.

Schalom ist ein Friede, der aus dem tieferen Verstehen der Gnade und der unfassbaren, selbstlosen Liebe Gottes erwächst. Ein Friede unabhängig von jeglichen Umständen und der mit dem Verstand deshalb nicht wirklich ergriffen werden kann, weil das unser Verständnis sprengt. Er kann nur mit dem Herzen ergriffen werden. Er kann nur mit Liebe erfasst werden. Und das Loslassen des eigenen Willens ist bei diesem Frieden der Schlüssel.

Es ist ein Friede, der aus dem Erkennen Gottes erwächst. In dieser Erkenntnis steckt sowohl das Verstehen, was wir mit unserem Verstand fassen können. Es enthält aber auch das Verstehen, das in unserem Herzen stattfindet. Das »Sich-verbinden-mit«: das Wissen, das aus der Vereinigung entsteht, aus dem Erleben, aus der Nähe. Es ist ein Friede, der aus dem Wunder erwächst, dass Gott meine Seele berührt.

Frieden, der den Dingen im Leben ihren Platz gibt, nicht preußisches Ordnungsideal, nicht alles in Reih und Glied, stattdessen Harmonie. Verbindung. Alles hat seinen Platz. Alles hat sein Recht. Und alles hat seinen Rang. Die wertigen Dinge sind wertig und die unwichtigen Dinge unwichtig. Ein Friede, der mir einen festen inneren Halt gibt. Ein Friede, der mich trägt, auch und gerade wenn es wie jetzt um mich herum stürmisch ist. (Ich schreibe dieses Buch, während die dritte Welle der Pandemie langsam abschwilt und alle darauf hoffen, dass es nach mehr als einem Jahr Ausnahmezustand bald endlich wieder

ein bisschen mehr so etwas wie Normalität gibt.) Ein Friede, in den ich mich zurückziehen kann, der aber auch von mir ausgeht. Ein Friede, der mich nicht kämpferisch und rechthaberisch jeden Andersdenkenden als Bedrohung empfinden lässt, sondern mir eine innere Gewissheit gibt über das, was ich denke und worauf ich mein Leben baue.

Wie finde ich diesen Frieden? Wie kann ich dem Chaos so etwas entgegensetzen? Wie helfe ich meiner Seele, so zu leben, wie es ihrem wahren Wesen entspricht – in Gelassenheit und Ruhe?

## Seinen Frieden suchen durch Nachdenken

---

Suchet den Frieden und jagt ihm nach.

*Psalm 34,15; LUT*

---



Ich schreibe dieses Buch als ein Suchender. Denn der Friede, den Jesus uns verspricht und uns auch wirklich gibt, will immer wieder neu gesucht werden. Es ist die innere Haltung des Suchenden, die wir brauchen, um den Frieden finden zu können. Wie alles, was Gott uns geben möchte, stülpt er uns seinen Frieden nicht einfach über oder drängt ihn uns auf. Indem wir uns auf die Suche nach ihm machen, ändert sich etwas Wichtiges in uns selbst: Wir werden aufnahmebereit für das, was wir suchen. Wir schaffen quasi Raum für den Frieden, indem wir uns auf die Suche begeben. Die innere Haltung eines Suchenden ist wichtig. Denn Gott bezieht uns immer ein in das Geschehen. Indem wir uns auf die Suche machen, bekunden wir sozusagen unsere Bereitschaft, seinen Frieden auch wirklich zu empfangen.

Frieden ist nie Verfügungsmasse, die wir einfach aus dem Schrank holen wie eine Jacke, um sie dann überzuziehen. Der Frieden ist nichts,

was wir ein für alle Mal finden, dann besitzen und jederzeit hervorholen können. Der Frieden will, genau wie Gott selbst, immer wieder neu gefunden, immer wieder neu gewollt, immer wieder neu ersehnt werden. Wir bleiben unser Leben lang Suchende. Suchende, die immer wieder etwas finden, was sie in diesem Moment berührt. Und die doch immer wieder weitersuchen müssen. Denn der Frieden wird uns zwar zugesprochen, aber er ist nicht verfügbar. Wir haben ihn nicht unter Kontrolle. Wir können ihn nicht beherrschen. Wir können ihn nur immer wieder neu empfangen.

Ich rede als Suchender über meine Suche und auch darüber, was ich gefunden habe. Aber ich tue das nicht, um es an dich weiterzugeben. Denn so funktioniert es nicht. Ich tue das, um dir Mut zu machen, selbst zu einer oder einem Suchenden zu werden. Denn den Frieden kann jeder und jede von uns nur für sich selbst finden, als Ergebnis der eigenen, persönlichen Suche. Das, was andere gefunden haben, gibt uns keinen Frieden, es kann nur unsere eigene Suche anspornen.