

Glaube jenseits von Checkliste und Terminkalender

30. March 2025



Glaube, abseits von ToDo's und Checklisten.

Quelle: Unsplash/ Glenn Carstens-Peters

Viele Christen wollen im Glauben wachsen. Aber wie geht das? Sie suchen Dinge, die sie tun können – dabei entwickelt sich Glaube abseits von geistlichen ToDo's und Checklisten.

6.30 Uhr. Der Wecker klingelt. Jan schielt einen Moment auf das Handy neben dem Bett. Was ist dran? Insta? Seine Bibel-App? Oder soll er doch lieber die Snooze-Funktion nutzen und noch eine Viertelstunde dösen? Es wird die Viertelstunde. Nicht weil sich Jan bewusst dafür entschieden hat, sondern weil einfach die Schwerkraft gesiegt hat. Aber während er Zähne putzt, schnell einen Kaffee trinkt und sich dann auf den Weg zur Arbeit macht, hat er im Hinterkopf Sätze wie: Wer morgens die Stille vergisst, kann den ganzen Tag vergessen. Na, wunderbar ... Jan lächelt schief. Muss dieser Tag tatsächlich einer zum Vergessen

werden? Ist das jetzt vorprogrammiert?

Hannas Wecker klingelt bereits eine halbe Stunde vorher. Sie liest den Abschnitt in der Bibel, den sie sich vorgenommen hat, markiert sich einen Vers, der ihr wichtig wurde, und betet eine Viertelstunde. Dann startet sie so richtig in den Tag. Wenn der Satz in Jans Hinterkopf stimmen würde, hätte sie alles richtig gemacht und würde sich wahrscheinlich gut dabei fühlen, doch erstaunlicherweise ist das Gegenteil der Fall: Sie hat nur den Eindruck, dass sie ihre Routine erledigt hat, einige Haken an ihre innere Checkliste gemacht hat, aber eine Gottesbegegnung hat sie nicht gehabt.

Aktivität ist kein Massstab

Nein, die beiden Beispiele beschreiben nicht richtig und falsch, sie sollen auch keine christlichen Klischees bedienen, sondern die alltägliche Spannung zeigen, in der sich Menschen befinden, die sich an Jesus orientieren möchten und ihm nachfolgen. Diese Spannung geht damit weiter, dass sogenannte geistliche Übungen wie Beten, Bibellesen, Fasten etc. sehr sinnvolle und gute Wege im Leben mit Gott sind. Ohne sie scheint so etwas wie innere Weiterentwicklung oder geistliches Wachstum kaum möglich zu sein.

Andererseits funktioniert diese Entwicklung auch nicht *durch* diese Übungen. Ruth Haley Barton, die in den USA ein «Transforming Center» leitet, meint: «Wenn wir den Glauben wie eine Checkliste betrachten, verlieren wir den Beziehungsaspekt, den Jesus vorgelebt hat.» Es mag platt klingen, für viele ist es allerdings ein Schlüssel zur entspannten Weiterentwicklung: Du kannst täglich in der Bibel lesen und dich dadurch nicht verändern. Das Ziel ist nämlich nicht die Aktivität des Bibellesens, das Abhaken deiner Checkliste, sondern dass du dadurch verändert wirst. Spannend ist, dass du dieses Ziel nicht ohne so etwas wie geistliche Übungen erreichen wirst – dass dich die Aktivitäten selbst aber nicht automatisch voranbringen werden. Wer stundenlang in der Bibel liest, wird dadurch nicht automatisch sanftmütiger. John Ortberg warnt deshalb: «Wir verwechseln geistliche Aktivität mit geistlicher Reife.»

Warum wollen wir Checklisten?

Wenn es klar ist, dass geistliche Übungen sinnvoll und notwendig sind, sie aber keinen Wert in sich selbst haben, dann bleibt die Frage: Warum gibt es so viele Anleitungen zum geistlichen Leben? Warum bauen so viele Christen auf Checklisten und Routinen? Oft liegt es daran, dass Checklisten dir das Gefühl

vermitteln, Überblick und Kontrolle zu haben. Sie sind quasi der greifbare Beweis dafür, dass du richtig liegst. So sinnvoll Struktur ist: Glaube ist nicht mess- und kontrollierbar – er will gelebt werden. Du brauchst also nicht deine innere Liste abzuhaken – Gottesdienst besucht, Bibel gelesen, gebetet –, wenn es Gott eher um dein Werden als dein Tun geht. Dazu sind geistliche Übungen hilfreich, sie sind nur nicht «der Weg». Sie können zwar so etwas wie geistliche Produktivität ankurbeln, aber nicht Gottes Präsenz vermitteln. Wie findest du dann einen Weg für dich, um im Glauben zu wachsen? Um nicht nur Aktivitäten für Gott umzusetzen, sondern Beziehung zu ihm zu leben?

Hilfen zum Wachstum

In der Bibel wird sehr selbstverständlich von Glauben und dem Wachsen darin gesprochen. Gleichzeitig ist dieses Wachstum nicht in vier einfache Schritte zu gliedern. Es geschieht, wenn wir «die Wahrheit in Liebe leben und in allem zu Christus hinwachsen, dem Haupt der Gemeinde» ([Epheser, Kapitel 4, Vers 15](#)). Das ist ein Weg mit einem lohnenden Ziel, ohne dass du sagen könntest, dass du bereits 67 Prozent davon bewältigt hättest.

Die schon genannten geistlichen Übungen sind keine verpflichtenden ToDo's, sondern Einladungen Gottes. Wenn du dein Gebet zwangsweise durchziehst, ignorierst du, dass Gott tausend andere Möglichkeiten hat, mit dir zu kommunizieren. Er begegnet dir tatsächlich da, wo du gerade bist.

Der Kern vieler geistlicher Übungen steht dem Denken in Checklisten konträr gegenüber: nicht Aktion, sondern Ruhe, nicht Tun, sondern «Sabbat». Jedes Ausleben von Freundschaft benötigt Raum und Ruhe. Ohne eine Art von Entschleunigung – auch bei frommen Aktivitäten – ist das kaum möglich.

Typisch ist übrigens, dass die meisten, die sich auf solch einen innerlichen Weg begeben, nicht länger sieben Punkte auf einer Checkliste anbieten, sondern eher vom «Geheimnis des Glaubens» sprechen, ob das nun mittelalterliche Mystikerinnen oder moderne Gläubige sind. Nicht alles kannst du «erreichen». Nicht immer führt A zu B. Nicht jedes Mal, wenn du betest, wirst du eine Antwort bekommen. Aber Gott ist trotzdem immer da.

Zum Thema:

[«Geistliche Reife»: Im Glauben wachsen und Freude finden](#)

[Planbar oder nicht?: Geistlich wachsen in 5 Schritten](#)

[Sommer mit Gott: 5 Schritte zum geistlichen Wachstum](#)

Autor: Hauke Burgarth

Quelle: Livenet

Tags