

Sabine Fürbringer

# Mutterschock

Muttersein als geistliche Erfahrung

 R. Brockhaus

Die Bibelstellen wurden der Revidierten Elberfelder Bibel © 2006,  
R. Brockhaus Verlag Wuppertal, entnommen.

© R. Brockhaus Verlag Wuppertal 2007  
Umschlag: Dietmar Reichert, Dormagen  
Satz: Breklumer Print-Service, Breklum  
Druck: Ebner & Spiegel, Ulm  
ISBN 978-3-417-24984-2  
Bestell-Nr. 224.984

# INHALT

Vorwort .....	7
1. Isolation .....	9
Gottes Handeln am eigenen Herzen verstehen .....	10
2. Gott im Alltäglichen finden .....	15
Glaubenslektionen im Alltag .....	15
Flucht aus den alltäglichen Kleinigkeiten .....	20
Die Beziehung zu Gott pflegen .....	23
3. Ehe als Team .....	37
Rollen .....	40
Verantwortung tragen .....	43
4. In der Berufung wachsen .....	49
Visionen und der reale Alltag .....	53
Die eigene Bestimmung entdecken .....	56
Herzenswünsche .....	62
Frucht bringen .....	66
Ein Erbe hinterlassen .....	73

## Vorwort

»Mütter sind für mich kein richtiges Gegenüber mehr. Die sind so abgelenkt und oberflächlich.« Vor Jahren hörte ich ganz nebenbei, wie eine Frau meines Alters, selbst noch ohne Kinder, im Small Talk auf einer Party diese Einschätzung von sich gab. Ihr Bekanntenkreis veränderte sich zusehends. In ihrem Umfeld rundeten sich bei den Freundinnen die Bäuche, und neun Monate später waren genau diese Frauen kaum wieder zu erkennen. Sie schlepten ununterbrochen ein kleines Bündelchen mit sich herum, das gurrend-glucksende Geräusche und säuerlich-feuchte Düfte von sich gab – im besten Fall. Ab und zu veränderte sich aber sowohl Geräuschkulisse als auch Duftnuance, was die Mütter in Hektik ausbrechen ließ und in den allermeisten Fällen in einen abrupten Szenenwechsel mündete.

Ich gehörte damals auch zu diesem Club der neugeborenen Mütter, und mir kam es phasenweise tatsächlich so vor, dass nicht nur unser Sohn auf die Welt gekommen war, sondern auch ich selbst. ‚Abgelenkt und oberflächlich‘, das traf schon zu. Chronisch übermüdet und unfähig, auch nur die kleinste Arbeit am Stück zu erledigen, war mir nicht nach intellektuellen Höhenflügen zu Mute. Wo ich früher noch philosophische Gedankengebäude mit anderen diskutierte, waren nun handfestere Themen interessant: Schläft deine/r schon durch? Soll ich die Impfung gegen Masern/Röteln/Mumps machen lassen oder nicht? Welche Gemüsesorten eignen sich am besten für den ersten Brei? Alles oberflächliche Themen? Klar, für den Fortbestand dieses Planeten hat die Windelmarke meines Säuglings nur eine geringe Bedeutung. Aber für diese neue Lebensgemeinschaft, die da entstanden ist, entscheiden solche Weichenstellungen über ruhige Nächte und friedliche Tage. Und diese elementaren Bedürfnisse sind mit einem Mal wieder wesentlich, weil nicht mehr selbstverständlich.

Das »oberflächlich« hat mich nicht losgelassen und erscheint mir als Widerspruch. Sicher, das Muttersein birgt diese Gefahr in sich – wie so viele andere Lebensaufgaben auch. Aber könnte es nicht sein, dass Gott gerade mittels durchwachten Nächten, ausgelassenem und

zweckfreiem Herumtollen, Angebundensein ans häusliche Umfeld oder dem Balanceakt entlang der eigenen Grenzen etwas in uns heranzubilden möchte, das Tiefgang heißt? Eine Tiefe, die sich zunächst nicht in Worte fassen lässt, die auch nicht auf die Schnelle zu haben ist, sondern die sich in den unzähligen kleinen Erfahrungen des Alltags heranzubildet. Gott, der auch ein Gott der kleinen Dinge, der unspektakulären Routine ist, möchte gerade da zum Zuge kommen, sich offenbaren und seinen Geist ausgießen. Er möchte unser Potential entwickeln, Dinge zum Vorschein kommen lassen, die wir uns nie erträumt hätten. Er reinigt uns in diesen Prozessen und pflanzt neue Fertigkeiten. Und das Beste daran ist: All dies geschieht in einem Umfeld, in dem wir die Menschen grundsätzlich schon lieben.

Damit diese Veränderungen geschehen können, braucht es dazu meine Einwilligung und meine aktive Bereitschaft, in ebendiesen Kleinigkeiten einen langen Atem zu haben, Gott zu suchen, ihm immer und immer wieder zu vertrauen, dass er über den Wäscheberg hinüber ins Gelobte Land sieht und mich dorthin bringen wird. Die Bibel ist voll von Menschen, mit denen Gott diese Wege gegangen ist. Einige haben eingewilligt und waren bereit, ihm ganz zu vertrauen und in manchmal unverständlichen Phasen dennoch an ihm festzuhalten. Dadurch wuchs die Intimität ihrer Beziehung zu Gott und Früchte wurden daraus sichtbar. Andere widersetzten sich von Anfang an oder stiegen unterwegs aus. Ihr Leben kam nie zu der Fülle, die Gott ihnen eigentlich hätte zukommen lassen wollen.

Dieses Buch soll Mut machen. Es ist für Frauen geschrieben, insbesondere Familienfrauen – und vielleicht auch für ihre Männer –, die sich in ihrem Alltag nach der Gegenwart Gottes sehnen. Frauen, die bereit sind, Veränderung an sich zuzulassen. Elf Jahre Muttersein liegen hinter mir. Die inneren Turbulenzen waren immer wieder heftig, Hochs und Tiefs haben sich abgewechselt. Doch über allem steht die feste Gewissheit, in diesen Jahren Gott näher und dem wahren Leben ein Stück mehr auf die Spur gekommen zu sein. Und diesen Schatz möchte ich mit Ihnen teilen.

## 1. Isolation

Kennen Sie das Gefühl, das sich einstellt, wenn sich Ihre schlimmsten Befürchtungen zu bewahrheiten beginnen? Ohnmacht breitet sich aus, weil Sie sich in einer Sackgasse gefangen glauben, aus der Sie in all Ihren vorhergehenden Überlegungen keinen Ausweg gefunden haben. Und jetzt sind Sie drin!

Mein Start in die neue Aufgabe als Mutter fühlte sich in vielem wie eine Sackgasse an. Doch am schlimmsten war, dass ich mich von Gott betrogen fühlte, weil er mich überhaupt so weit gebracht hatte, dass ich das Wagnis einer Familiengründung einging.

Meine Bilder über das Muttersein waren zwar nicht negativ, doch ich hatte den Eindruck, dass sich das »wirkliche« Leben – oder zumindest das, was es interessant macht – nicht hinter dem Kochherd, am Wickeltisch oder in einer Krabbelgruppe abspielt. Da gab es diese tiefsitzende Angst, mit dem Ausscheiden aus dem geliebten Arbeitsleben in das Loch des langweiligen, einsamen, unattraktiven Haushalts zu fallen und dort zu versauern. Diese Ängste habe ich mit Jesus besprochen. Sein »Ich bin das Leben« war die Antwort und hat die Angst vertrieben. Das Leben ist nicht in Karriere oder Familie, nicht in Ansehen oder befriedigenden Aufgaben zu finden, sondern Jesus selbst ist das Leben. Wenn er mehr Raum in uns gewinnt, breitet sich mehr Leben in uns aus. Er ist unabhängig von äußeren Umständen. Vielmehr sind es manchmal äußere Umstände, die uns in Beschlag nehmen und uns im Weg stehen, das wahre Leben zu erfassen.

Ich nahm also Gottes Berufung an, Mutter zu werden. Ich hatte sein Versprechen erhalten und wollte nun dem wahren Leben noch mehr auf die Spur kommen.

Aber so hatte ich mir das nicht vorgestellt. Als die erste Geburt hinter mir lag und ich am Stillen war, hatte ich nur noch eine Sehnsucht: Schlafen. Und genau das war mir nicht mehr vergönnt. Nie zuvor hatte ich mich derart erschöpft gefühlt. Das physische Ausgebranntsein zeigte bald auch psychische Auswirkungen. Erhöhte Reiz-

barkeit, Unkonzentriertheit, Desinteresse oder depressive Verstimmungen sind bei vielen Müttern die Folge, und so war es auch bei mir. Mit der neuen Rolle veränderte sich auch mein Beziehungsnetz. Es verflüchtigte sich. Die Arbeitskollegen und -innen waren außer Reichweite, es gab keine Beziehungen am Wohnort, da wir gerade frisch umgezogen waren, die Herkunftsfamilie befand sich in einer anderen Stadt und unsere neu gegründete Gemeinde war im damaligen Stadium ausgesprochen familienuntauglich. Was die direkte Nachbarschaft betrifft, war ich von Rentnern umgeben, in einer zwar ruhigen und grünen, aber völlig überalterten Wohnsiedlung. Hatte ich vorher sogar das Büro mit meinem Mann geteilt, sahen wir uns jetzt erst am Abend, was auch für unsere Partnerschaft eine ganz neue Situation mit sich brachte. Seine täglichen Telefonanrufe hielten mich über Wasser, war er doch oft der einzige erwachsene Gesprächspartner, den ich in diesen Anfangsmonaten hatte. Wie dankbar war ich, wenn ich in der Waschküche des Mietshauses mal jemanden traf. Da nahm ich auch einen Schwatz über Arthritis oder das Wachstum der Salatgurken im Schrebergarten in Kauf.

Wie war das noch gleich mit Jesus, der das Leben ist? Ich konnte ihn nicht mehr finden. Die Hormone trugen wohl auch noch ihren Teil dazu bei, und ich wurde zusehends frustrierter und verlor die Lebensfreude. Da war etwas schief gelaufen. Ich hielt einen gesunden, herzigen, unkomplizierten Jungen in den Armen, den ich über alles liebte. Aber ich schaffte die Umstellung in meinem Inneren nicht.

## Gottes Handeln am eigenen Herzen verstehen

Isolation und Einsamkeit ist ein häufiges Problem, dem junge Mütter, vor allem nach der Geburt des ersten Kindes, begegnen. Unser Leben spielt sich in verschiedenen Welten ab, die teilweise keine Berührungspunkte mehr miteinander haben. Der Übergang in die Mutter- und Hausfrauenwelt kann einen regelrechten »Kulturschock« auslösen.

Zeiten der Isolation, in denen ein Mensch von seinem tragenden sozialen Netz abgeschnitten wird, in denen sich Beziehungen verflüchtigen und sogar Gott sich zurückzuziehen scheint, sind aber keine Erscheinung der Moderne. Zugegeben, durch die Vereinzelung in unserer außerordentlich individualistischen Gesellschaft ist sie zu einem Massenphänomen geworden. Doch in der Bibel begegnen wir immer wieder Menschen, die durch Zeiten größter Einsamkeit gingen. Offensichtlich will Gott in diesen Phasen etwas in uns reifen lassen, das nur in der Einsamkeit keimen kann.

Der Faktor Gemeinschaft erlebt in unserem spirituellen Werdegang unterschiedliche Abschnitte, damit wir in das hineinfinden, was Reife in geschwisterlichen Beziehungen ausmacht. Am Beginn unseres neuen Lebens mit Gott steht eine gewisse Abhängigkeit von erfahrenen Christen, was durchaus gesund und hilfreich ist. Jemand muss uns anleiten, wie wir die geistliche Ernährung zu uns nehmen können; er muss die Milch temperieren, die Flasche geben und helfen, wenn uns etwas bitter aufstößt. Bibellesen, Gebet und das neue Leben wollen gelernt sein. Jüngerschaft setzt einen Mentor voraus. Nach und nach finden wir in eine Selbstständigkeit hinein, entdecken Gottes Geheimnisse auf eigene Faust, erleben vielleicht auch Enttäuschungen, weil die bislang bewunderten Glaubensgeschwister doch auch menschliche Schwächen haben. Es folgt eine Phase der Unabhängigkeit. Mein Gott und ich, wir kommen schon miteinander zurecht. Ist diese Zeit so richtig ausgekostet – inklusive Bruchlandungen –, sind wir reif für die gegenseitige Abhängigkeit. Ich bin mir bewusst, wer ich in Christus bin, und kenne meine Gaben und Grenzen. Ich will sie zum Wohl der Gemeinschaft einbringen und will damit dienen. Mir steht aber meine Bedürftigkeit und Abhängigkeit von den Geschwistern und unsere Ergänzungsbedürftigkeit klar vor Augen. Miteinander bauen wir Gottes Reich und werden die Ewigkeit bei Gott verbringen.

Diese Zeit der Unabhängigkeit kann mich zuweilen recht aufdringlich ereilen, ohne dass ich mir das ausgesucht hätte. Ich gerate in einen Zustand der Isolation. Anhand der Lebensberichte, die uns die

Bibel über einzelne Personen überliefert, lässt sich langsam erkennen, was denn Gottes Absicht hinter diesem vordergründig nutzlosen Leiden sein könnte und welche Früchte wir erwarten dürfen. Mir hat diese Sichtweise sehr geholfen und mich getröstet, auch wenn sich dabei an den konkreten Rahmenbedingungen vorerst nichts verändert hat.

Zunächst einmal sind Phasen der Isolation keine frauenspezifische Angelegenheit, sondern von Gott gezielt geschaffene Wüstenzeiten, in denen er an uns arbeitet und Wahrheit in unser Leben hineinbringt. Mich hat das angespornt und auch ermutigt, diese sich vor mir aufbauende Krise nicht als Gegner anzuschauen, sondern darum zu ringen, dass mir »alle Dinge zum Guten mitwirken« (Römer 8,28). Wenn ich Widerstände und Probleme zu Partnern mache, dann können sie mich nicht zerstören, sondern müssen in irgendeiner Form Gewinn für die Ewigkeit abwerfen. Und wenn ich sehe, dass andere Leute – auch Männer – in genau dieselben inneren Kämpfe geraten können, obwohl ihr Lebensumfeld ganz anders aussieht als meines, dann brauche ich nicht mehr an den Umständen arbeiten, sondern kann mich dem Kern der Sache zuwenden: Was bzw. wer hier Veränderung braucht, bin ich.

Robert Clinton, Professor für Leiterschaft am Fuller Theological Seminary, hat in seinen Vorlesungen eine zentrale Wahrheit über die Quelle des christlichen Dienstes betont: »Der Dienst fließt aus dem Sein.«<sup>1</sup> Natürlich spielen Begabung und Fähigkeit eine Rolle, manchmal ist auch die Position wichtig. Aber letztendlich geht es um das Sein. Geistliche Autorität hat ihren Ursprung in der Intimität mit Gott. Die Intimität wächst durch gemeinsame Erfahrungen mit diesem Gott. Da gehören kraftvolle Momente, in denen er seine Macht in Gegenwart dieses Menschen zeigt, genauso dazu wie die verzweifelten

---

<sup>1</sup> Diesen Kerngedanken entfaltet Robert Clinton auch in dem Buch Richard Clinton/Paul Leavenworth, *Leiterschaft – wie fange ich an?*, Oberweningen 1997

Stunden im Verborgenen. Gott gebraucht diese Isolationserfahrungen, um Dinge in und durch uns zu bewirken, die anders niemals geschehen könnten. Oft sind es gerade diese einsamen Zeiten, die als Tor in einen neuen Abschnitt dienstlicher Reife führen. Sie können darum auch in ganz unterschiedlichen Lebensabschnitten auftauchen. Am meisten profitieren wir, wenn wir trotz des Schmerzes, der die Isolation begleitet, erkennen, dass Gott durch sie an uns – vornehmlich an unserem Charakter – arbeitet.

Joseph aus dem Alten Testament ist ein Beispiel für einen Menschen, der ziemlich unerwartet und massiv von seinem ganzen bisherigen Lebensumfeld, seinen Privilegien, Freuden und seinem Einfluss abgeschnitten wird. Gerade hat er noch stolz von seinen Träumen erzählt. Ja, er ist etwas Besonderes, er hebt sich von den Brüdern ab. Und der Vater bevorzugt ihn. Auf seinem Leben ruht eine göttliche Bestimmung, das weiß er ganz genau. Und mit diesen Zusagen Gottes für eine einflussreiche Zukunft wandert er in die Sklaverei und dann sogar ins Gefängnis. Gleich zweimal ist er betrogen. In diesen Jahren in der Fremde, im Kerker und im Sklavendienst lässt sich eine Transformation seines Charakters beobachten. Joseph hat den Glauben an seine Bestimmung nie verloren. Wie ein Licht am Horizont hat sie ihm den Weg durch die dunklen Abschnitte gewiesen. Unterwegs, in der Dunkelheit, hat Gott aber Josephs Arroganz und Selbstvertrauen erschüttert. Gott ist nie von seiner Seite gewichen und hat wiederhergestellt, was zerbrach, damit Joseph zu dem Menschen werden konnte, wie Gott ihn erschaffen hat. Das hat Josephs Vertrauen in Gott ungemein gestärkt.

Kurz vor dem ersten Geburtstag unseres Sohnes, als ich noch mitten im Dunkeln meiner Einsamkeit saß, hat mir ein Außenstehender geholfen zu verstehen, was mit mir geschah. Er gebrauchte dazu ein Bild aus den Schweizer Bergen: »Wer den Gotthard mit dem Zug durchquert, kann auf der Nordrampe eine interessante Beobachtung machen. Auf der Höhe von Wassen, dessen malerische Kirche erhöht

im Dorf steht, fährt die Bahnlinie mehrmals in den Berg hinein. In den Tunneln macht der Zug jeweils eine Kurve und gewinnt an Höhe, bis er wieder ans Tageslicht kommt und eine völlig neue Ansicht auf die Kirche eröffnet.

Es gibt Momente im Leben, da gerätst du unvermittelt in ein dunkles Loch. Du hast es nicht gesucht und schon gar nicht erwartet. Es scheint keinen Sinn zu geben. Du hast es auch nicht selbst verschuldet, und aus eigener Anstrengung kommst du nicht mehr heraus. Eine Abkürzung ist auch nicht in Sicht. Das Verrückte, das hier geschieht, ist, dass Gott dich in diesem Dunkel verwandelt und du auf einem höheren Niveau wieder herauskommst. In deiner Persönlichkeit reifst du, deine Gottesbeziehung vertieft sich, deine Motivation, gewisse Dinge zu tun, ist ein Stück mehr geläutert. Und du weißt nicht einmal genau, wie das zustande gekommen ist. Im Wesentlichen hast du gehört, wie es knirscht und quietscht, hast dich hin- und herrütteln lassen und es ausgehalten. Dein Beitrag war, nicht die Notbremse zu ziehen und davonzulaufen.«

Wenn wir davon sprechen, dass Gott uns verwandelt, dann sind es auch diese Momente, die uns zuerst elendig fühlen lassen und Ohnmacht bei uns auslösen. Und in der eigenen Kraftlosigkeit und Verzweiflung geschieht das Wunder der Transformation, die zwar in und an uns geschieht, aber ihren Ursprung allein in Gott hat.