



Sharela Koch

Sharelas TAGEBUCH

Aus dem Alltag
einer Christin



Sharela Koch

Sharelas TAGEBUCH

Aus dem Alltag
einer Christin



Sharela Koch

Sharelas Tagebuch

Aus dem Alltag einer Christin

BookRix GmbH & Co. KG
81371 München

rechtliche Hinweise

Alle Bibelzitate stammen aus der gemeinfreien Lutherbibel 1912.

Texte + Bilder: © Sharela Koch

Cover: © VercoDesign, Unna

Kontakt: sharela.koch@gmail.com

Vorwort: Wie alles begann

Alles begann 2015 mit dem Start eines kleinen Selbstversuchs. Damals setzte ich mir das Ziel: Ich will keine Christin als Papiertiger sein. Ich will Taten statt leeres Blabla!

Aber was macht Christen aus? Kann man sie im Alltag überhaupt erkennen? Unterscheidet sich ihr Leben von dem Leben eines Nicht-Christen? Und wie finde ich als Christin näher zu Gott?

Getreu dem Motto "Bitte habt Geduld, Gott arbeitet noch an mir." veröffentlichte ich in den folgenden Wochen, Monaten und schließlich Jahren in einem Online-Tagebuch meine Gedanken über „Gott und die Welt“ und teilte die Anekdoten aus meinem Alltag mit interessierten Lesern und Leserinnen.

Unter Pseudonym kann ich Euch meine persönlichen Glaubenserfahrungen, Ansichten und vor allem meine Erlebnisse ganz konkret erzählen, ohne meine direkten Mitmenschen "auf dem Präsentierteller" zu servieren. Ich bin einfach die Christin von nebenan.

In diesem Buch habe ich die beliebtesten Blogbeiträge von vier Jahren für Euch zusammen gefasst und mit privaten Tagebucheinträgen ergänzt.

Das schaff ich mit links - oder mit beiden Händen

Meine heutige Tat der Nächstenliebe bestand darin, an andere zu denken und für sie zu beten.

Mittlerweile bekomme ich regelmäßig von Bekannten Mails oder kleine Zettel zugesteckt mit Notizen, wofür ich für sie beten soll: für sie selbst, für kranke Nachbarn, für das Mädchen in der Grundschule, ... Ich bin wirklich überrascht, wie viele Leute möchten, dass man für sie und ihre Familie betet.

Heute nahm ich mir deshalb bewusst eine Auszeit, um konzentriert den Gebetsanliegen nachzukommen. Neben einem Rosenkranz half mir heute das "5-Finger-Gebet" dabei, dass ich niemanden vergesse und alle Fürbitten gewissenhaft vor Gott trage.

Das 5-Finger-Gebet geht so:

Bei diesem Gebet zeigt der Daumen der gefalteten Hände ganz nah zu mir. Deshalb bete ich zuerst für alle, die mir nahestehen: Freunde und Familie.

Der Zeigefinger steht für alle, die mich belehren: Lehrer, Trainer, Vorgesetzte, Ärzte.

Der Mittelfinger ist der größte Finger und deshalb bete ich für alle Führungskräfte und Entscheider, die große Verantwortung tragen: z.B. Regierungen, Politiker, Vorstände.

Mein Ringfinger ist relativ klein, also bete ich für Arme, Traurige, Kranke und Schwache.

Zu guter Letzt kommt der ganz kleine Finger: Er ist ganz winzig und symbolisiert mich selbst. Ich bete also abschließend auch für mich selbst. So kann ich niemanden vergessen.



Gott ist der beste Coach: Er motiviert und zeigt Chancen auf

Heute freue ich mich wirklich, dass ich von einer weiteren Tat der Nächstenliebe berichten kann:

Wer mich kennt, der weiß, dass ich chronisch ungeduldig und immer unter Zeitdruck bin. Deshalb bin ich stolz, dass ich das heute über Bord geworfen habe. Ich habe mir heute richtig Zeit für eine ehemalige Nachbarin genommen, die ich zufällig beim Einkaufen traf.

Die ältere Dame kenne ich seit Jahren. Aber seit sie im betreuten Wohnen untergebracht ist, sehe ich sie kaum noch. Körperlich war sie fit wie eh und je. Sie raste mit ihrem Fahrrad den Jugendlichen neben sich voraus. Ohne e-Bike wohlgemerkt! Aber als ich mit ihr sprach, war ich bestürzt, wie wirr und dement sie erschien. Die Sachen, die sie erzählte, waren oft aus dem Kontext gerissen und einige Erzählungen erschienen ein bisschen abwegig. Sie tat mir echt leid. Vor allem als sie sagte, dass viele ihrer Bekannten sie nicht mehr einladen und ihr erklärten, sie solle die Klappe halten, weil sie spinne. In dem Moment schien ihr Verstand plötzlich so klar und ihre Betroffenheit und ihr Kummer waren so echt. Also setzte ich mich spontan mit ihr in ein Café und hörte ihr einfach 30 Minuten lang zu. Egal, was sie erzählte, ob klare Momente dabei waren oder Flunkereien.

Ihre strahlenden Augen beim Abschied zeigten mir, dass ich alles richtig gemacht habe. Ich bin froh, dass ich mir die Zeit genommen habe und nicht an ihr vorbeigeeilt bin.

Wie schön, dass Gott mich nicht nur zu guten Taten motiviert, sondern mir auch Wege zeigt, meine Vorsätze umzusetzen.

Trau dich, gut zu sein!

Gestern hörte ich eine Radio-Predigt zum Thema „Nächstenliebe“. Dabei fiel der Spruch: "geben bis es schmerzt". Ganz so schlimm war es heute bei mir nicht, sondern meine gute Tat dauerte nicht mal eine halbe Minute. Trotzdem spürte ich deutlich, dass Nächstenliebe auch bedeutet, über den eigenen Schatten zu springen. Heute kostete es mich zum ersten Mal richtig Überwindung. Und das kam so:

Ich verbrachte meine Mittagspause im Stadtpark und war anfangs komplett in meine Lektüre vertieft. - Bis mir eine Frau auffiel, die leise telefonierte. Zuerst dachte ich mir nichts dabei. Sie saß ruhig auf einer Bank, war ordentlich gekleidet. Nichts Auffälliges. Irgendwann bemerkte ich ihre seltsame Körperhaltung. Sie verdrehte ihren Oberkörper ungewöhnlich in die andere Richtung. Ich war irritiert. Ab und an hob sie ihre linke Hand in Richtung Gesicht. Erst da begriff ich: Die Frau saß leise weinend auf der Bank. Es wäre so leicht gewesen, sie einfach zu ignorieren. Man hörte nicht mal ein Schluchzen. Für einen Moment hatte ich sogar gedacht, ich hätte mich getäuscht. Also, was tun?

Ich möchte ganz bestimmt keiner Fremden ein Gespräch aufzwingen. Besonders nicht, wenn sie alles daran setzt möglichst unauffällig zu sein. Und wie würde ich wohl selbst reagieren, wenn ich weinend hier sitzen würde? Ich wusste wirklich nicht, wie ich mich als Christin verhalten sollte. Andere bewusst zu „übersehen“ kann aber auch nicht die Lösung sein.

Ich habe also eine Packung Taschentücher genommen und als ich dabei war den Park zu verlassen, lief ich zu ihr. Ich schaute in ihre Augen und überreichte ihr beim Weitergehen einfach stumm die Taschentücher als Zeichen des Trosts. Mit ihrem "danke" und überraschtem Lächeln hatte ich nicht gerechnet. Darauf hatte ich nicht zu hoffen

gewagt. Es zeigte mir aber, dass sich meine Überwindung gelohnt hatte.

Mein Fazit: Trau Dich Gutes zu tun! Es lohnt sich!

Was man von einem Kieselstein lernen kann

Heute beschlich mich ein heimtückischer Gedanke: Nimmt die Welt meine guten Taten eigentlich wahr? Kann ich mit meinen kleinen Handlungen ernsthaft gegen all das Böse auf der Welt ankämpfen und wirklich einen Beitrag zu Gottes Ehre leisten?

Die Antwort auf diese Zweifel folgte kurz darauf. Da heute so schönes Wetter war, hatte ich sommerliche Sandalen an. Prompt pikste mich ein winziger, spitzer Kieselstein. Da dachte ich mir: „Wenn ich schon so einen winzig kleinen Stein deutlich spüre, dann müssen doch auch meine winzigen guten Taten für mein Umfeld spürbar sein.“

Fazit: Steter Tropfen höhlt den Stein.

Was mein Glaube mit Parcouring gemeinsam hat?

Ich finde es faszinierend, wie geschmeidig und akrobatisch Sportler beim Parcouring querfeldein ihre Wege suchen, finden und gestalten. Ohne Barrieren im Kopf. Und scheinbar auch ohne Barrieren in der Realität.

Daran musste ich heute wegen der vielen Baustellen auf meinem Arbeitsweg denken. Ich kam mir fast wie solch ein Sportler vor, als ich meine Fußwege irgendwann über Mauern abzukürzen begann.

Spannend finde ich in diesem Zusammenhang den Psalm 18 aus der Bibel. Der besagt, dass ich mit meinem Gott über Mauern springen kann. Das tat ich heute im wahrsten Sinne des Wortes. Und es fühlte sich fantastisch an! Ich freute mich dabei wie ein kleines Kind!

Ich glaube, ich selbst starre in meinem Leben viel zu oft auf Hindernisse vor mir. Statt dass ich die Wege und Möglichkeiten vor meiner Nase entdecke.

Gut, dass mir mein Gott das heute wieder bewusst gemacht hat.

Gott ist unser Hirte. Und wir machen Arbeit!

Heute wurde mir richtig bewusst, wie viel Zeit, Geduld und Mühe Gott in uns alle investiert und welche Strapazen er für uns in Kauf nimmt.

Auf meinem Weg kam ich an einer Schaf- und Ziegenherde vorbei. Ein Hirte stand in der Eiseskälte (sechs Grad sind für meinen Geschmack schon viel zu kalt!) mit einem stolzen Schäferhund dabei. Der Hirte erklärte mir, dass die Schafe weitaus mehr Arbeit verursachen als seine Ziegen. Das wusste ich bisher nicht. Ich hatte mich bisher auch nie dafür interessiert. Aber es brachte mich zum Nachdenken.



Oft vergleicht Jesus uns mit einer Schafherde, deren Hirte er ist. Er vergleicht uns nicht mit Ziegen.

Nein, Jesus vergleicht uns mit aufwendigen Schafen.

Ich erfahre, dass die als Herdentiere bekannten Schafe auch ganz schön stur sein können und tatsächlich nicht immer bei der Gemeinschaft bleiben wollen. Sie sind

erkundungsfreudig, büxen ab und zu aus - ohne an die Folgen zu denken. Die Arbeitstage des Schäfers sind lang. Abends muss der Weidezaun versetzt werden, dass am nächsten Tag wieder frisches Gras für die Tiere zur Verfügung steht.

Ich bin wirklich froh und dankbar, dass ich heute durch diese Begegnung ein bisschen besser verstehe, wie viel Gott in jeden Einzelnen von uns investiert! Er macht sich richtig Arbeit, dass es uns gut geht.

Begegnung mit einem Engel

Heute bin ich einem Engel begegnet. Also, zumindest einem herrlich glücklichen Menschen, der seine komplette Umgebung fasziniert und beglückt. Der ältere Herr ist bei uns in der ganzen Stadt bekannt. Ich kenne seinen Namen nicht, aber er ist wirklich ein Phänomen. Davon möchte ich Euch erzählen:

Dieser Rentner grüßt ausnahmslos jeden Fußgänger, lächelt ihn herzlich an und wünscht einen schönen Tag. Jedem Autofahrer winkt er zu. Er scheint - trotz seines fortgeschrittenen Alters - fit wie ein Turnschuh, immer ausgeschlafen und fröhlich. Er ist niemals aufdringlich. Und absolut alle Menschen, die ihm begegnen, lächeln danach. Sie schauen dann alle viel fröhlicher aus.

Und heute Morgen hatte ich das Glück, dass er mir auf dem Arbeitsweg begegnet ist. Ich habe keine Ahnung wann er seinen Spaziergang beginnt. Er ist immer schon sehr zeitig unterwegs. Schon als ich ihn von der Ferne sah, besserte sich meine Laune und ich fing an zu grinsen. Ich konnte gar nicht anders. Dieses glückliche Gefühl hielt heute den ganzen Tag an.

Gott nennt mich beim Namen!

In der heutigen Predigt ging es darum, dass Gott uns bei unserem Namen ruft. Immer wieder gibt es Beispiele in der Bibel, in denen beschrieben wird, wie Gott seine Kinder beim Namen nennt. Er kennt jeden Einzelnen.

Da musste ich daran denken, wie oft ich bei Veranstaltungen oder Empfängen überrascht bin, wenn mich jemand mit meinem Namen anspricht. Mein Gegenüber weiß also, wer ich bin. Das macht mich stolz.

Und genauso ist es auch bei meiner Beziehung zu Gott. Ich bin ein kleines Kind Gottes unter vielen Kindern. Und trotzdem kennt Gott mich persönlich beim Namen, er kennt meine Sorgen, meine Ängste und Schwächen, aber auch meine kindliche Freude. Er kümmert sich um mich und ich bin ihm wichtig.

Diese Gewissheit gibt mir Kraft für die kommende Woche.

Plan Dir Pausen ein!

Heute hatte ich die Chance, mir Zeit für ein Rosenkranz-Gebet zu nehmen. Was für ein ruhiger Start in eine stressige Woche!

An solchen Tagen muss ich immer an die Predigt eines Priesters denken:

Er erklärte, man müsse sich jeden Tag konsequent eine Stunde Zeit für sich selbst nehmen. Nur wer auf seine eigene Gesundheit achtet, wird auch anderen dabei helfen können, gesund und glücklich zu leben. Und dann fügte er immer hinzu: Wirklich JEDEN Tag eine Stunde! Eine Ausnahme dürfe man nur an total stressigen, chaotischen Tagen machen. An solch megastressigen Tagen, da müsse man sich sogar zwei Stunden für sich selbst nehmen!

Auch bei zahlreichen Business-Seminaren hörte ich, man dürfe nur 60 Prozent seiner Arbeitszeit verplanen, denn die restlichen vierzig Prozent füllen sich mit spontanen, dringenden Angelegenheiten.

Ich schaffe es fast nie, nur 60 Prozent meines Tages zu verplanen. Vielleicht ist das der Grund, weshalb ich statt 8 Stunden oft zwischen 11 und 13 Stunden täglich arbeite?

Auch wenn die Aussage des Priesters auf den ersten Blick paradox klingt, ich glaube da schwingt viel Weisheit mit.

Gott schenkt Freude und Genuss!

Heute wurden mir der Sinn und die Notwendigkeit des Tischgebets wieder richtig bewusst.

Wie oft konsumieren wir Lebensmittel, Medien oder Produkte massenhaft, unüberlegt und unnötig?! Und ohne sie zu genießen.

Heute hatte ich einen randvollen Terminkalender und mir blieb kaum Zeit mittags etwas zu essen. Also ertappte ich mich dabei, wie ich gedankenlos neben irgendwelchen Tätigkeiten Essen in mich stopfen wollte - nur dass ich bis zum Abend nicht unterzuckere und nicht umkippe.

Wie gemein von mir! Gemein gegenüber meinem Körper, der doch ein Tempel des Heiligen Geistes (1. Korinther 6,19) sein soll. Auf den ich deshalb achten soll. Gemein auch gegenüber meiner Psyche, der ich den bewussten Genuss eines fantastischen Essens vorenthalten wollte. Gemein gegenüber all den Landwirten, Bäckern und allen, die ihre Arbeit in unsere Lebensmittel investieren. Auch ich habe ja für mein Essen gearbeitet und es mir verdient. Und gemein gegenüber meinem Gott, der mich privilegiert, dass ich keinen Hunger leiden muss. - Im Gegensatz zu so vielen anderen Menschen auf der Welt.

Als ich darüber nachdachte, fühlte ich mich wirklich schlecht, weil ich vieles so unüberlegt mache. Ohne mich an schönen Sachen zu erfreuen, sie zu genießen und dafür zu danken. Nicht nur bei Lebensmitteln, aber eben auch.

Deshalb möchte ich ab sofort noch genauer darauf achten, dass ich vor jeder Mahlzeit bete und Gott danke und dass ich auch anderen Konsum bewusst, verantwortungsvoll und dankend genieße. Dann wird auch das Kleine groß. Man wird mit der Zeit genügsamer, aber glücklicher.

Ich spreche nicht von Verzicht, sondern von bewusstem, intensivem und dankbarem Erleben alles Guten.