



# Katholische Kirche im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR  
Wallrafplatz 7  
50667 Köln  
Tel. 0221 / 91 29 781  
Fax 0221 / 27 84 74 06  
[www.kirche-im-wdr.de](http://www.kirche-im-wdr.de)  
E-Mail: [info@katholisches-rundfunkreferat.de](mailto:info@katholisches-rundfunkreferat.de)

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in WDR 5 | 09.02.2026 06:55 Uhr | Regina Laudage-Kleeberg

## Schweigen

Ich will nicht wortlos gehen. Also stehe ich auf, gehe um den Tisch herum und hocke mich neben die Frau. "Es war sehr schön, mit Ihnen zu essen. Ich fahre jetzt."

Zuerst stutzt sie, und dann sagt sie mit einem kleinen Grinsen: "Ebenso, einen guten Übergang!"

Wir haben Tage miteinander verbracht und kein Wort gewechselt, im Speisesaal eines Klosters, in dem geschwiegen wird. Mit ihr und mir haben andere im Schweigen gegessen, ein Mann hat dabei viel und laut geatmet und geschnauft, eine Ordensschwester hat sich ganz klein gemacht und andere sind gekommen und gegangen. Nur die ältere Frau mit ihrem Rollator und ich waren immer da. Ich hab' mir erlaubt, ihr die Tür aufzuhalten, damit sie leichter durchkommt. Und sie hat immer wieder schmunzelnd abgewunken, die Hände erhoben und den Kopf geschüttelt. Vermutlich, um ihre Selbstständigkeit zu wahren. Es war eine stille Fröhlichkeit zwischen uns. Einmal, als niemand außer uns im Speisesaal gewesen ist, und ich ihr wieder die Tür aufhalten wollte, sagte sie: "Ist doch nicht nötig!" Und ich: "Bitte machen Sie mir diese Freude!" Sie hat die Schultern gezuckt und ist durch die geöffnete Tür gerollert. Sonst hatten wir keine Worte gewechselt.

Und das hat mich während meiner Schweigeexerzitien wieder mal herausgefordert: In einem kleinen Speisesaal mit fremden Leuten zu schweigen. Anders herausfordernd als das Schweigen am Tisch nach einem Streit, wenn keiner so richtig weiß, wie er wieder anfangen soll, ohne weiter zu streiten. Wenn Wut und Enttäuschung noch in der Luft liegen. Anders als in einer Schweigeminute, in der sich dann doch zehn Prozent der Leute räuspern. Wer mit Absicht schweigt, also mit gelassener Absicht, schweigt anders.

Man achtet aufeinander, versucht zu orten, ob der anderen Person etwas unangenehm ist, rückt Stühle, reicht Salzstreuer. Alles stumm. Man spürt, wer schon länger da ist und sich im Schweigen wohlfühlt. Man spürt, wer innerlich lautstark redet.

Als ich wieder abreise, trete ich mit einem Kaffee in der Hand in die kalte Luft vors Kloster. Ich sauge noch mal die ganze Stille in mir auf, die mich gestärkt hat, sehe mir die Bäume an und das Licht, das den Tag beginnt. "Ich wünsche Ihnen einen guten Übergang", hat die Mitschweigerin gesagt. Einen guten Übergang nach dem Schweigen hinbekommen, ist tatsächlich ziemlich schwer. Unsere Welt ist laut und schnell, das Kloster ist leise und langsam. Manchmal denke ich: Vielleicht ist es deshalb heute so schwer, religiös zu sein. Weil Glaube am Ende auch eine sehr besondere Form von Kontaktaufnahme ist: zu mir selbst, zur Welt und zu allem, was uns übersteigt. Im Kloster gelingt mir diese Kontaktaufnahme oft spielend leicht. Liegt am Schweigen. Am Wald. Am religiösen Rhythmus. Im Alltag dagegen geht mir dieser Kontakt oft verloren. Und ich frage mich, wie das andere Leute hinbekommen.

Ich bin Regina Laudage-Kleeberg aus Münster. Guten Morgen!