



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
E-Mail: info@katholisches-rundfunkreferat.de

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

Kirche in 1Live | 30.11.2017 floatend Uhr | Martin Kürble

Nichts tun

In Südkorea gibt es einen Wettbewerb fürs - Nichtstun. 72 Teilnehmer in einem Park, denen immer wieder der Puls gemessen wird. Stillsitzen und atmen. Das ist die Aufgabe. Eine Künstlerin, die an Burn-out litt, hat diesen Wettbewerb ins Leben gerufen und ein deutscher Journalist hat sich für eine Reportage ins Rennen gestürzt. Die ersten Versuche zuhause sind schon nach wenigen Augenblicken kläglich gescheitert. Trotzdem wollte er lernen, nicht zu tun. Zu meditieren, zu entspannen. Ungefähr einen Monat haben Yoga-Lehrer, Stressforscher, Apnoe-Taucherin und der entspannte, polnische Onkel ihn fit gemacht für dieses Abenteuer am anderen Ende der Erde. Alltag hinter sich lassen, Umwelt abschalten, Gedanken treiben lassen und dann - Atmen. Ist das überhaupt möglich?

Am Wettkampftag in Seoul geht alles schief, Jetlag und Hektik treiben den Puls hoch, aber dann sitzt er auf seinem Anglerstühlchen, umgeben von Zuschauern, Reportern und Juroren und – atmet. Es geht! Und während ein Teilnehmer nach dem anderen disqualifiziert wird, weil er sich bewegt oder der Puls zu hoch ist, hält der entspannte Journalist bis zum Schluss durch. Gewinner wird er zwar nicht. Den Sieg tragen drei gechillte Jugendliche davon, die einen Grashalm beobachtet haben. Aber er ist unter den ersten 10. Seine Reportage darüber ist unglaublich spannend und unterhaltsam. Aber vor allem bekomme ich wirklich Bock darauf heute Abend nichts zu tun. Weil auch Nichtstun etwas ist.

Martin Kürble, Düsseldorf