EVANGELISCHES RUNDFUNKREFERAT NRW / KIRCHE IM WDR

Ev. Rundfunkreferat NRW / Kirche im WDR - Hans-Böckler-Str. 7 - 40476 Düsseldorf
TELEFON: 0211-41 55 81-0 - buero@rundfunkreferat-nrw.de - www.kirche-im-wdr.de

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

Kirche in WDR 5 | 14.09.2026 06:55 Uhr | Inga Waschke

# Masche für Masche

Guten Morgen.
Fast ein Jahr lang liegt die Wolle schon da in ihrer Kiste. Zwar kurz mal ausgepackt und ausgiebig bewundert und einmal die Nase reingesteckt, weil ich den Geruch so heimelig finde. Aber dann wieder zurückgelegt. Einmal umgezogen. In den Schrank in der neuen Wohnung gepackt. Ganz vergessen habe ich sie aber nie, meine Idee von meinem ersten selbstgestrickten Islandpulli in Rosenholzfarben.

Eine Freundin von mir hat mich auf die Idee gebracht. Ihr selbstgestrickter Islandpulli sieht große Klasse aus! Bisher habe ich nur Socken und Kleinigkeiten gestrickt, keinen Pulli und auch keine Muster. Aber ich wollt´s versuchen. Allerdings: Die Anleitung ist auf Englisch und sieht mehr wie ein Morsecode aus. Und so ist meine Begeisterung verpufft und die Wolle wieder im Schrank gelandet.

Und jetzt stehe ich da wieder vor der Kiste und ärgere mich. Über mich selbst, dass ich bei so einem kleinen Hindernis schon aufgebe und lieber am Handy kleben bleibe, statt meine Hände zu nutzen. Ist es nicht absurd? Man weiß, dass eine Sache guttut und macht es trotzdem nicht. Stricken erdet mich, es entschleunigt, Masche für Masche einen Faden zu einer Socke oder einem Pullover werden zu lassen. Es ist eigentlich nicht kompliziert, wenn man den Dreh einmal raushat. Beim Stricken komme ich runter. Ich sitze und meine Hände zaubern und meine Gedanken können kreisen wie sie wollen. Irgendwann lässt der Stress nach, chaotische Gedanken werden strukturierter, der Atem fließt ruhiger. Ich denke an die Schafe, denen diese Wolle gehört hat. An die Farben und wie sie entstanden sind. An meine Uroma, die immer gestrickt hat. An die Menschen, die entdeckt haben, dass man Wolle zum Faden spinnen kann. Und an die, die das Stricken erfunden haben.

Für mich ist Stricken wie eine Meditation mit den Händen. Ich konzentriere mich auf eine Sache, kann nicht ans Handy gehen und daddeln, bin bewusst im Hier und Jetzt.

Und dann, irgendwann, ist in meiner Seele auch wieder Ruhe nach dem Alltags- und Arbeitsstress. Ruhe und Raum für mehr. Ich habe plötzlich die Ruhe, über Gott nachzudenken. Über meinen Glauben. Darüber, wie faszinierend diese Welt ist. Wie aus einem winzigen Samenkorn eine Tomate wird. Dass nach dem Sommer der Herbst kommt. Dass Vögel ihre Flugrouten spüren. Dass man aus der Wolle von Schafen kunstvolle Kleidung herstellen kann.

Zufall? Oder ist da eine kreative Macht im Spiel, frag ich mich.

Und so fühle ich Masche für Masche wie mein Glaube an Gott Raum in der Seele einnimmt. Ruhe und Frieden ziehen ein, während die Stricknadeln klappern.

Daran erinnere ich mich, als ich jetzt vor dem Schrank in der neuen Wohnung stehe und die Kiste mit der Wolle raushole. Ich frage meine Freundin, ob sie mir bei der komplizierten Anleitung helfen kann. Masche für Masche fange ich an. Bisher bin ich ungefähr in der Mitte. Und sehr glücklich!
Welche Aktivität sorgt bei Ihnen für Ruhe und Frieden? Und wann haben Sie sie zum letzten Mal gemacht?

Starten Sie. Noch heute.

(Ende WDR 4, Verabschiedung für WDR 3 und 5: )

Alles Liebe aus Köln,
Ihre Pfarrerin Inga Waschke.

Redaktion: Landespfarrerin Petra Schulze