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 1Live | 11.10.2018 floatend Uhr | Christina Ossenberg-Gentemann

Einladung zur Ruhe

Gestern saß ich im Wartezimmer meiner Ärztin.

Ich kam einigermaßen abgehetzt dort an und ließ mich auf einen Stuhl fallen. Obwohl ich genau pünktlich zum Termin kam, musste ich länger warten als gedacht.

Na toll.

Ich überlegte gerade, wie sich meine Tagesorga verschieben würde und kramte schon mein Smartphone heraus, um Nachrichten zu schreiben und Öffnungszeiten zu prüfen.Da fiel mein Blick auf die Überschrift eines Flyers an der Pinnwand mir gegenüber.

Einladung

Ruhe und Entspannung, die Quelle jeder Kraft.

stand da.

Wie passend. Ich lehnte mich zurück. Ruhe und Entspannung! Wie gern mache ich mir selbst vor, dass ich mir die Entspannung über gute Methoden wie Yoga und so weiter einkaufen kann.

Dabei kann ich die Ruhe immer wieder nur zu mir einladen. Mich dafür bereit machen, wie, wenn ich eben einen Gast erwarte. Und ganz wichtig: Ich muss mir selbst Freiräume schaffen.

Wenn ich dann warte, höre, schweige, tue ich nichts anderes als Frauen und Männer aller Religionen es schon seit Jahrtausenden tun. Und manchmal kommt dann dieser besondere heilige Gast:

Die Ruhe!

Die mich manches erkennen lässt, was im Lärm nicht wahrnehmbar ist.

Ich nehme mir vor, öfter mal so eine Gastgeberin zu sein.

Sprecherin: Alexa Christ