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 WDR 3 | 15.10.2019 07:50 Uhr | Ingelore Engbrocks

# Stille to go

Coffee to go. Seit vielen Jahren für mich ein selbstverständlicher Begleiter im Alltag. An jeder Ecke wird Coffee to go angeboten. Und den nehme ich gerne mit – nicht nur dann, wenn ich morgens verschlafen habe. Kaffee ist das Getränk, was mich den ganzen Tag über fit und wach hält, um den Anforderungen des Alltags gerecht zu werden. Wie einfach! "To go“ heißt: Ich gehe mit dir mit. Ich bin bei dir.
Es gibt noch etwas anderes, was ich den Tag über gut als Wegbegleiter brauchen kann, um am Arbeitsplatz fit und in der Freizeit entspannt zu sein: es ist Ruhe und Stille. Quasi eine kurze Auszeit, ab und zu einen Moment, der leer und frei von Gedanken und Aufgaben ist. Es ist vermutlich kein Zufall, dass die Space–Taste am Computer die größte ist: Ohne Leerräume funktioniert kein Text, ohne Leerräume macht ein Gespräch keinen Sinn, ohne Leerräume gibt es keine Musik. Und ohne Leerräume kann ich meinen Alltag nicht bewältigen.
Findige Menschen haben dementsprechend längst ein anderes Produkt to go entwickelt: Stille to go. Was das ist? Ein kleines Holzkästchen, in das gerade ein Teelicht hinein passt, und das an nahezu jedem Ort einen Moment der Besinnlichkeit schaffen soll durch das Kerzenlicht. Ok. Diese Art von Stille passt in meinen Alltag nicht wirklich hinein. Ruhemomente im Alltag zu bekommen, das schaffe ich auch ohne solch ein Kerzen-Kästchen. Aber als mir einmal eine Zettelbox mit der Aufschrift RUHE in die Hände fiel, wurde ich neugierig. Auf jedem Zettel in der Box steht ein Sinnspruch, der mich nachdenklich werden lässt. Die Zettelbox steht jetzt auf meinem Schreibtisch. Und immer, wenn ich einen Schmierzettel brauche, spricht mich so ein Sinnspruch an. Einige dieser Sinnsprüche lassen mich nachdenken, verschaffen mir wirklich Ruhe und inspirieren meinen Alltag. Manche lerne ich dann sogar auswendig. Einen Spruch habe ich mir gemerkt, weil er zu dem heutigen Gedenktag passt, den die katholische Kirche begeht: den Gedenktag der heiligen Theresa von Avila. Die hat im 16. Jahrhundert gelebt und ist eine große Mystikerin, bekannt durch ihr sogenanntes inneres Beten. Sie war eine Frau, die mit der Stille lebte. Und sie sagt:
"Still werden, einfach nur da sein. Einmal nichts wollen, tief ausatmen, mich öffnen, offen sein für Gott in mir.“[1]
Genau das ist es, was ich zwischendurch brauche: Einfach nur da sein, eben eine "Stille to go“. Und warum sollte ich da nicht auch Gott in mir finden, von dem Christen sagen, dass er ein Gott bei den Menschen ist? Stille to go – weil Gott immer schon mitgeht.
Den Mut zur Stille wünscht Ihnen Ingelore Engbrocks aus Oberhausen

[1] Zitiert nach:
https://pg-utting.de/Download/download/content/node-945-zeit-stille-texten-heiligen-mystikern/zeitderstillejuni2015teresavonavila.pdf.