

Kirche in WDR 3 | 07.03.2014 07:50 Uhr | Johanna Krumbach

## Klostertage

Guten Morgen, liebe Hörerin, lieber Hörer!

Manchmal wird einem alles zu viel - alles kommt zusammen: die Arbeit, die Familie, die unterschiedlichen Anforderungen im Alltag – man verliert den Überblick und scheint in einer Welle unterzugehen, die über einem zusammenschlägt. Dann sollte man die Notbremse ziehen.

Ich habe das vor wenigen Wochen gemacht und mir auf den guten Rat eines Freundes ein paar Tage Auszeit in einem Benediktiner-Kloster genommen. Man muss nicht katholisch sein, um hier Rast vom Alltag zu machen. Da ist ein evangelischer Abiturient. Der bereitet sich auf seinen Physik-Leistungskurs vor. Eine katholische Therapeutin will einfach mal abschalten und in Ruhe Fachliteratur lesen. Ein evangelischer Berater möchte sich beruflich neu orientieren und braucht Zeit zum Nachdenken. Ein katholischer Theologe bereitet sich hier auf sein kommendes Priesteramt vor und dann bin da noch ich, eine evangelische Gemeindepastorin.

Wir alle genießen die Gastfreundschaft im Kloster. Sie geht auf die Regel des Heiligen Benedikt zurück, wo es heißt: "Alle Fremden, die kommen, sollen aufgenommen werden wie Christus; denn er wird sagen: `Ich war fremd, und ihr habt mich aufgenommen.`" (53. Kapitel des Regelwerkes des hl. Benedikt / Matthäus 25,35)

Wir leben hier im Kloster nach der Weisung "Ora et labora – bete und arbeite". Vier Stundengebete unterbrechen den Tag mit seiner Arbeit. Wir Gäste können daran teilnehmen. Mir tut der Wechselgesang zwischen einem Mönch und der Gemeinde gut. Er führt mich in die innere Ruhe. So schafft das gemeinsame Gebet vier Oasen im Arbeitstag. Das wirkt - auch wenn man nicht tiefgläubig ist. Innehalten im Alltag tut jedem gut.

Ich habe den festen Rhythmus im Kloster genossen: Zeit zum Arbeiten und Denken, Zeit zum Gespräch mit Gott, Zeit zum Essen und zum Gespräch mit anderen. Und sonst nichts, was einen ablenkt. Kein Fernseher, kein Handy, kein unnötiger Luxus auf dem Zimmer, einfaches geschmackvolles Essen. Man hat Zeit, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren. Die eigenen Gedanken bekommen Zeit und Raum. Und nach und nach zieht Ruhe in Leib und Seele ein.

Gerade in den Ruhephasen kamen mir plötzlich viele Ideen. Die Zeit war da, sie reifen zu lassen – ganz ohne Druck.

Und auch ein Blick auf das einfache Leben der Mönche hat sich gelohnt. Beten und Arbeiten. Ein stetiger Rhythmus, auf den man sich verlassen kann. Die Kleidung der Mönche besteht aus einfachen Kutten. Ich habe mich gefragt: Muss ich mich wirklich nach jedem neuen Modetrend richten? Muss ich immer Sorge haben, gut auszusehen? Es geht auch anders; und das ist entlastend.

Natürlich bleibt die Zeit im Kloster etwas Besonderes. Ich habe aber etwas mit in den Alltag gerettet: Seit meinem Besuch im Kloster gönne ich mir im Alltag regelmäßige Zeiten, in denen ich Luft holen kann. In denen ich meinem Geist die Möglichkeit gebe, sich zu entfalten. Und ich denke öfter darüber nach, ob ich dieses oder jenes wirklich zum Leben brauche oder ob ich gut darauf verzichten kann.

Lieber Hörer, liebe Hörerin. Habe ich Sie vielleicht auf den Geschmack gebracht? Versuchen Sie es doch auch einmal. Bestimmt gibt es auch in Ihrer Nähe ein Kloster – ganz gleich ob ein katholisches oder ein evangelisches.

Was auch immer Sie tun, ich wünsche Ihnen dann und wann eine Unterbrechung des Alltags. Gott befohlen! Ihre Johanna Krumbach, Pfarrerin in Augustdorf.

Informationen:

<http://www.benediktiner-damme.de>

<http://www.evangelische-kommunitaeten.de/angebote/kloster-auf-zeit-mitleben/>

<http://www.evangelische-kommunitaeten.de/startseite/>