



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 5 | 02.01.2023 06:55 Uhr | Heiner Redeker

Die Seele kommt nach

Tag zwei des Jahres beginnt und ein wenig Rüstzeug dafür scheint nicht zu schaden. Gerade am Jahresanfang gehört für mich dazu, noch genau auf meinen Umgang mit der Zeit zu schauen. Und daher: eine Weisheitsgeschichte aus der Zeit des Wilden Westens. Ein alter Apache ist fasziniert vom großen Stahlross des weißen Mannes. Sein innigster Wunsch ist es daher, ein einziges Mal mit einem Zug zu fahren. Eines Tages bietet sich ihm die Gelegenheit. Er wird zu einem Kongress eingeladen und soll die Strecke mit dem Zug zurücklegen. Dabei wird er von einem weißen Mann begleitet. Während der Fahrt schaut der Apache fasziniert aus dem Fenster. Sie fahren an Wäldern und Bergen vorbei. Nach einigen Stunden hält der Zug zum ersten Mal an einer Station. Der alte Apache nutzt die Gelegenheit um auszusteigen. Er setzt sich auf dem Boden in das Gras und schließt seine Augen. Verwundert fragt ihn sein Begleiter: "Darf ich Sie fragen, was Sie hier tun? Wir sind doch noch lange nicht am Ziel angelangt!". Nach einer Weile öffnet der Indianer seine Augen und sagt: Mein Körper ist an diesem Ort angelangt. Jetzt muss ich noch warten, bis meine Seele nachgekommen ist. Die Seele nachkommen zu lassen. Was für ein fantastisches Bild. Viele Menschen leiden unter der Schnellebigkeit der Zeit. Sie hetzen durch den Tag und ihre Seele hat keine Chance nachzukommen. Der Zug des Lebens fährt unbarmherzig immer weiter. Ohne Station ohne Halt. Das Leben wird für sie wie der bedrohliche Stahlkoloss in der Kurzgeschichte. Einnehmende Berufe, die modernen Kommunikationsmittel, ja sogar den Begriff Freizeitstress kennen wir heutzutage. Der Versuch, all das, was man in der Woche nicht schafft, in die freie Zeit zu packen und dabei möglichst viel zu erleben. Immer mehr Menschen versuchen aber auch, aus dem Zug des Alltags auszusteigen. Sie nehmen sich eine wohltuende Auszeit. Sie suchen für sich Zeiten der Ruhe. Für den einen kann das ein Spaziergang durch den Wald sein. Für den anderen ein Moment des Musizierens. Oder ein gutes Buch bei einer Tasse Kaffee und einem Stück Schokolade. Auch die Kirchen kennen viele Möglichkeiten, die Seele nachkommen zu lassen. Bewusste Unterbrechungen des Tages, um innezuhalten, zur Ruhe zu kommen und sich vor Gott zu stellen. Der Engel des Herrn dreimal am Tag. Um sechs, um zwölf und um 18:00 Uhr. Seit vielen Jahren nehme ich mir auch jeden Tag bewusst eine kurze Auszeit. Ich zünde eine Kerze an, spreche Gebete und lese in einem Buch. Meist ein theologisches Buch, die Bibel, oder ein anderes Buch, das mich geistig inspiriert. In einem dieser Bücher habe ich die Geschichte des alten Apachen gefunden und sie hat mir bewusst gemacht, wie wichtig diese Auszeiten im Alltag sind. Glücklich sind die, die aussteigen können, wenn der Moment es erlaubt. Das muss gar nicht mal so lange sein. Manchmal reichen schon ein paar Minuten Ruhe, um dem Stahlross des Alltags zu entfliehen und die Seele nachkommen zu lassen. Kommen Sie gut durch die erste Woche dieses Jahres. Es muss ja nicht gleich der Affenzahn sein, mit dem Sie das machen. Herzlich begrüßt aus Fröndenberg, Heiner Redeker.