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 | 12.05.2023 07:50 Uhr | Franzis Niehoff

Treppenstein-Gebet

Noch drei Schritte, zwei, eins. Fertig! Erschöpft lasse ich mich auf die Stufe vor unserem Hauseingang fallen und schaue über die grünen Wiesen und Felder. Unser Hauseingang liegt im Naturschutzgebiet im westfälischen Ostbevern. Es ist Freitagmorgen und die Joggingrunde hat ihre Wirkung nicht verfehlt: Die Sonne scheint mir ins Gesicht und mein Kopf ist frei. Mit jedem gelaufenen Kilometer bringe ich am Freitagmorgen mehr Abstand zwischen mich und meinen Alltag – zwischen Arbeit und Familie.
Nicht, dass Sie mich falsch verstehen: Ich liebe meinen Job als Internats- und Schulseelsorgerin. An fünf bis sechs Tagen in der Woche tröste, bete, berate und organisiere ich sehr gerne. Und ich liebe meine Familie: Ich kann mir ein Leben ohne meine Kinder und ohne meinen Mann nicht vorstellen. Aber, wenn mal wieder bei der Arbeit die Hardware streikt und ein einfacher Druckauftrag nicht durchgeht oder, wenn binnen eines Monats zum zweiten Mal die Magen-Darm-Viren ihr Unwesen bei den Kindern treiben – dann ist mir manchmal einfach alles zu viel. Dann brauche ich Abstand.
Auf dem Treppenstein nach der Joggingrunde kann ich am besten beten und muss manchmal schmunzeln. Ein bisschen ungewöhnlich: Gott und ich treffen uns meist in diesen Momenten auf dem Treppenstein. Nach der Joggingrunde, den Blick auf die Wiesen und Felder gerichtet. Vielleicht könnte man es Treppenstein-Gebet nennen.

In der Bibel hören wir davon, dass Jesus Gott in der Wüste oder auf einem Berg gefunden hat – in einsamen und stillen Momenten. Wir hören oft davon, dass er Menschen heilte und vom Reich Gottes erzählte. Da sich seine Taten schnell rumsprachen, bildeten sich um ihn große Menschenmengen.
Zwischen Gleichnissen, Predigten und Wundertaten ist immer wieder auch die Rede davon, dass er sich zurückzieht, in die Wüste geht und betet. Alleine.
Und das ist gar nicht mal so unbiblisch. Da ist Gott auch nicht nur im Tempel anzutreffen, sondern an Orten der Einsamkeit: In der Wüste, auf Bergen, oder in einer einsamen Kammer – wie bei Maria. Jesus, hat sich immer an einen "einsamen Ort“ zurückgezogen, heißt es in den Evangelien. Er brauchte diese Auszeiten. Klar, er hat Menschen geheilt und vom Reich Gottes erzählt. Und weil er das ziemlich erfolgreich gemacht hat, sind große Menschenmengen zusammengelaufen. Aber gleich am Anfang vom Markusevangelium ist zu lesen, wie er sich nach Gleichnissen, Predigten und Wundertaten zurückzieht. An einen einsamen Ort. Alleine- auch wenn noch nicht alles getan ist.
Mein einsamer Ort ist der Treppenstein – nach der Joggingrunde am Freitagmorgen.
Wo und wie können Sie sich erholen? Das kann in einer Kirche, in einem Konzert, auf dem Treppenstein vor Ihrem Hauseingang oder an einem ganz anderen Ort sein. Ich glaube, dass es für jeden einen anderen idealen Ort gibt, um runterzufahren und sich selbst und vielleicht auch zu Gott zu finden.
Vielleicht haben sie an diesem Wochenende ja Zeit an diesem für sie perfekten Ort zu sein.
In diesem Sinne wünsche ich Ihnen aus dem Seelsorgebüro der Loburg in Ostbevern einen

guten Start ins Wochenende.