

06.03.2020 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Dr. Elisabeth Krause-Vilmar,

Evangelische Pfarrerin, Bad Vilbel

Tiefe Ruhe

Es gibt diese besonderen Augenblicke, in denen wir merken, dass das Leben mehr zu bieten hat als das, was wir im Alltag erleben.

Wenn beim Laufen im richtigen Tempo die Gedanken zur Ruhe kommen...

Wenn beim Gitarrespielen die Musik wie von selbst spielt...

Wenn jemand beim Blick auf die Berge eine Weite erlebt, die nicht in Kilometern messbar ist.

Oder morgens beim Angeln, wenn die Welt noch ganz ruhig ist.

Oder beim staunenden Blick aufs Meer, den Sonnenaufgang oder Untergang.

Für solche Momente müssen wir nicht reisen oder unterwegs sein, wir können sie auch im Alltag, beim Kochen oder beim Aus-dem-Fenster-Schauen erleben.

Augustinus, ein bedeutender Kirchenlehrer aus dem 3. Jh., hat solche Momente mit Gott in Verbindung gebracht und dafür diese schönen Worte formuliert:

Unruhig ist unser Herz, bis es Ruhe findet in Dir.

Manche erleben auch in Krisen so etwas wie eine tiefe Ruhe, nämlich die Erfahrung, dass das Leben eine Dimension hat, die durch Schmerz und Schwäche nicht berührt werden kann.

All solche Momente sind oft kurz und flüchtig, aber wecken in uns doch eine Sehnsucht.

Diese Momente geben einen Vorgeschmack auf eine tiefe Ruhe, in der unser Herz nicht mehr umherirrt, in der unsere Gedanken mal eine Pause machen und wir Frieden finden.

Diese Momente sind auch Anlass für die großen Fragen nach dem Ziel unseres Lebens.

Für mich können diese Momente auch unser Interesse und Sehnsucht nach Gott wecken.

Ich finde es wichtig, Orte zu finden, an denen wir diese Momente der Ruhe erfahren – gerade in stressigen Zeiten.

Diese Orte müssen nicht in weiter Ferne liegen, es können auch ganz einfache kleine Orte in unsere Nähe sein.

Für mich ist so ein Ort der Ruhe auch die Kirche.

Wenn ich eine Kirche betrete, komme ich zur Ruhe.

Manchmal zünde ich eine Kerze an. Manchmal setze ich mich einfach in die Kirchenbank.