

14.04.2024 um 07:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Jan Michel Zschörnig,

Evangelischer Pfarrer, Kassel

Sieben Tage Kloster

Weniger ist manchmal mehr – Das habe ich am eigenen Körper gespürt. Ich habe etwas gemacht, was ich mir schon lange vorgenommen habe: Ich bin für eine Auszeit ins Kloster gegangen.

Sieben Tage bei Benediktinermönchen

Sieben Tage bei Benediktinermönchen – am Anfang war das für mich gar nicht so einfach. Um fünf Uhr morgens klingelt mein Wecker zum Gottesdienst. Mittags esse ich im mittelalterlichen Speisesaal. Da sitze ich zwischen Mönchen in schwarzen Kutten. Schweigend, denn beim Essen reden sie nicht. Mein Handy liegt ausgeschaltet im Nachtsch. Und ich, ich will eigentlich nur weg von diesem Ort, weil alles so anders ist als zuhause.

Was die Zeit im Kloster bewirkt

Aber mit der Zeit merke ich: Das Kloster tut mir richtig gut. Ich sitze für viele Stunden im Klostergarten und schaue den Bienen beim Fliegen zu. Nichts lenkt mich ab: keine Serie flimmert im Fernsehen, kein Telefon vibriert und keiner quatscht mich an. Nur die Gebetszeiten geben meinem Tag Struktur. In der Stille komme ich zur Ruhe und tanke Kraft.

Auch Jesus brauchte Auszeiten

Auch Jesus hat sich Auszeiten genommen, erzählt die Bibel. Bevor er öffentlich auftritt, zieht er sich vierzig Tage in die Wüste zurück. Er besinnt sich, nimmt sich Ruhe, um mit Gott zu sprechen, zu beten. Sammelt so Kraft für seine Aufgaben. Mittlerweile kann ich das total verstehen.

Anregungen für den Alltag

Weniger ist mehr, um sich zu finden und die innere Stimme zu hören, vielleicht auch die Gottes.
Zurück im Alltag möchte ich das gerne aus dem Kloster mitnehmen: Zeit für mich, ohne Handy und einen Rückzugsort für meine Seele. Vielleicht finde ich den auch heute im Gottesdienst.