



## 6. Woche - STILLE

*Ich will sitzen und will schweigen und will hören, was Gott in mir redet. (Meister Eckhart)*

Liebe 7-Wochen-mit-Leserin, lieber 7-Wochen-mit-Leser, geht es uns nicht fast allen so:

Das Leben - schnelllebig und ruhelos, kaum noch Zeit innezuhalten. Lärm um uns herum, immer mehr strömt pausenlos auf uns ein, Handeln und Reaktionen auf alles und jedes/n werden erwartet, und zwar möglichst sofort.

Oft kommt der Wunsch auf, sich zu befreien vom Jagen, Hetzen, endlos Planen und ständig-reagieren- müssen. Doch Zeit für Stille und Einkehr, Zeit für ein Hineinhorchen in das eigene Ich findet sich nur selten. Anders da Maria: sie „aber behielt alle diese Worte und bewegte sie in ihrem Herzen“ (Lk 2,19). - sie, die durch die unerwartete Schwangerschaft, die widrigen Umstände der Geburt, die bevorstehende Flucht nach Ägypten durchaus Anlass gehabt hätte, deutliche Reaktionen, ja auch Unmut zu zeigen, bleibt nach außen hin ganz ruhig und „bewegt die Worte in ihrem Herzen“. Können wir da(s) nicht von Maria lernen? Dass wir nicht alles verstehen und im Kopf herumwälzen müssen, nicht gezwungen sind, sofort zu reagieren, sondern ruhig und still bleiben. Gleichwohl wie Maria mit dem Herzen sehen, das heißt auch: sich von Gott bewegen zu lassen. Wenn wir jedoch darin glaubwürdig sein wollen, gelingt es nur, wenn wir uns auch immer wieder in der beschriebenen Haltung Marias üben: wenn wir (zu)hören, was Gott zu uns sagt, wenn wir versuchen, uns Gottes Worte zu Herzen zu nehmen. Maria führt uns vor Augen, dass Wirken mehr als Handeln ist. Ich wünsche besonders in diesen Wochen Augenblicke der Stille für mich, die inneren Frieden aufkommen lassen, nur – für mich – da sein, nicht aktionistisch handeln, nichts im Kopf hin- und herschieben, sondern im Herzen bewegen, Stille nicht nur irgendwo in der räumlichen Abgeschiedenheit finden, sondern unmittelbar in mir selbst.

„Stille ist, wenn sich die eingekrampfte, zerknitterte Seele ausbreitet“ (Susanne Breit- Kessler). Momente dieser Stille in unserem Alltag einzubauen und die Dinge in unseren Herzen zu bewegen, das wäre doch einmal den Versuch wert!

Das 7-Wochen-mit-Team

Impulsfragen:

- Wälze ich Dinge im Kopf hin und her oder bewege ich sie in meinem Herzen?
- Was hilft mir, still zu werden?
- Was passiert mit mir, wenn ich still werde?
- Wo und wann breitet sich meine zerknitterte Seele aus?