

Kraft der Stille

Mein Alltag ist überfüllt mit Terminen und Trubel
und ich bin mitten drin,
nichts wünsche ich mir sehnlicher,
als dass es doch einmal ruhig und still sei.

Dann ist sie endlich da, die Stille,
und ich bin mitten drin
und merke, wie schwer sie auszuhalten ist,
schwerer als der Trubel und Lärm.
Da kommen Gedanken, Bilder, Gefühle,
und mitten drin bin ich.

Ich habe mich mir immer ganz anders vorgestellt,
anders als das, was ich in der Stille von mir entdecke.
Ich bin erstaunt, ja, erschüttert,
was sich in mir alles zeigt.
Da gibt es nicht nur angenehme Seiten,
auch tiefe Abgründe tun sich auf,
schmerzliche Seiten,
denen ich am liebsten ausweichen möchte.

Ich brauche Mut, um mir selbst in der Stille
nicht aus dem Weg zu gehen.
Wenn ich zulasse, in der Stille dort anzukommen,
wo ich ganz alleine bin,
dann spüre ich, dass da jemand ist,
ein Gegenüber, das mir so vertraut ist,
dass ich »Du« sagen kann.

Mit ihm ist es ein wenig leichter,
mein Inneres anzuschauen,
die Stille auszuhalten,
nicht wegzulaufen,
denn er zeigt nicht mit dem Finger auf mich,
er hält mir seine Hand hin.
Dann wird die Stille auf einmal warm,
sie füllt sich,
nein, nicht mit Lärm, nicht mit Tönen,
nicht einmal mit Worten.
Die Stille füllt sich mit Trost.
Und dann wandelt sich der Trost in Leben.

Aus: Cäcilia Kittel, Sei stille dem Herrn. Impulse zur Eucharistischen Anbetung. Don Bosco Verlag, München 2006.