



Miek Pot hat gelernt, wie man die innere Mitte findet, und erzählt es in einem Buch.

Foto: imago

Das Schweigen der Nonnen

Funkstille ist im Zwischenmenschlichen nicht gerade das Gelbe vom Ei. Dabei ruht, der Selbstversuch ist verlockend, allein in der Stille eine wunderbare Kraft.

Von Lilo Plaschke

Alle reden und keiner hört zu. Auch der mit dem Handy am Ohr ist eher ein Rufer in der Wüste. Und man selbst ist sich, in der Hektik der Gegenwart, irgendwie fremd. Da kann die Nähe zum Partner eine noch so gute sein: Es ist das pausenlose Reagieren auf die Reize der Umwelt, das uns den Weg zu uns selbst verstellt. Man muss nicht gleich zum Psychologen rennen oder ins Kloster eintreten. Aber ein Selbstversuch sollte es wert sein, die wohltuende Heilsamkeit der Stille auszuprobieren.

Ein abgeschottetes Plätzchen im Haus sollte sich finden lassen, ein ungestörtes Stündlein auch, fürs erste.

Also: Auf einer weichen Decke knieend, das Becken auf einem Bänkchen oder Polster abgestützt, sollte der Körper zur Ruhe finden. Stil-

le, das meint nicht nur die Abwesenheit von Lärm. Die heilende Stille kann der Mensch nur erfahren, wenn er auch seinen Körper, als Transportmittel der Seele, zur Ruhe bringt.

Bewegungslos, mit geschlossenen Augen in sich hineinhören, das meint, seine Gedanken zur Ruhe zu bringen und nicht, den Einkaufszettel weiterzuschreiben im Kopf oder den Aufstand gegen den Chef zu probieren. Ohne Gezappel erst können die reizüberfluteten Nerven zur Ruhe kommen, kann der Geist sich aufmachen in die Stille. Doch das ist das Leichte, das so schwer zu machen ist.

Vertrauen wir einfach einer Frau, die als Botschafterin der Stille durch die Welt zieht und der, wie dem Rattenfänger von Hameln, eine wachsende Fangemeinde folgt. Die ehemalige Kartäuserin Miek Pot, eine holländische Naturschönheit Jahr-

gang 1960, hat als Ordensschwester zwölf Jahre ihrer Jugend in einem Schweigekloster verbracht und dann, kurz vor dem Ablegen der Gelübde, den Weg zurück in die Welt gewagt, weil sie einen Auftrag verspürte.

Das Schweigen der Nonnen, das wäre schon ein verlockender Titel für ihr transreligiöses Anliegen, lächelt die katholische Ex-Kartäuserin, während sie sich in sommerlichem Designerlook aus ihrem Cabrio schwingt. Die Adressaten ihres Buches sind Menschen jeden Glaubens oder bar eines solchen, die auf der Suche sind nach inneren Werten in einer orientierungslosen Zeit.

Als Lebenshilfe aus Stress und Hektik ist ihr Buch im Holländischen längst ein Bestseller, gewährt es doch einmalige Einblicke in die Welt hinter Klostermauern.

In ihrer Heimat macht derzeit bereits ihr zweites Buch Furore. In dem sie un-

ter dem beklemmenden Titel „Mama stirbt“, mit ihrer Familie abrechnet. War der begüterte Clan doch recht befremdet, als die lebenslustige Studentin, ausersehen zu einer Karriere im Familienunternehmen, vor der sinnentleerten Oberflächlichkeit der Welt in ein Schweigekloster nach Südfrankreich flüchtete. Danach war die Familie erst recht befremdet, als Miek Pot nach zwölf Klosterjahren das Handtuch warf.

Da wird auf dem Kontemplationskissen ein junges Ding gekniet haben, das, einerseits, seiner Familie die Richtigkeit ihrer Entscheidung beweisen wollte, und, andererseits, aufbegehrte gegen die klösterliche Anordnung, auf den feuchtkalten Fliesen die schöne warme Unterwäsche aus Holland nicht tragen zu dürfen.

Ein umtriebige Buch, durchwoben vom Humor einer jungen Intellektuellen. Kontemplation mit Miek Pot,

das muss man erlebt haben. Wie sie tief versunken kniet, die Stirn glatt unter den blonden Strähnen, die Hände, locker im Schoß, halten sich gegenseitig wie ineinander gelegte Schalen.

Ihre Schweigeseminare sind ein begehrtes Event. Gut, es kommen auch Männer, aber Frauen sind nunmal empfänglicher und bedürftiger für dem kontemplativen Weg zu sich selbst.

Nicht nur das Kloster Zin in Werk im holländischen Vught bietet dafür beste Bedingungen: Das ungewohnte Leben in einer Klosterzelle, die respektinflößend kargen Mahlzeiten, bei denen das Refektorium unter der Stille ächzt und jedes Besteckklirren zum Sakrileg wird, die freundlichen Brüder vom katholischen Männerorden der Barmherzigkeit, die bei den schweigsamen Begegnungen lächelnd den Hauswein kredenzen. Beeindruckendes Beiwerk

rund um die tiefe Erfahrung der Kontemplation mit der schreibenden Ex-Nonne, die im Kreis der unbequem Knieenden den Gong schlägt zur Reise ins Ich.

Wer es schafft, nicht mehr zum Nachbarn zu blinzeln, die Füße unterm harten Bänkchen nicht mehr zu spüren, das Jucken hinterm Ohr zu ignorieren, den Körper loszulassen und an die unvorteilhaft gespreizten Oberschenkel keinen Gedanken mehr zu verschwenden, der kippt auch jeglichen anderen Müll aus seinem Kopf und lernt, sich ins Nichts fallen zu lassen. Wo das Selbst gespürt wird, etwas, mit dem du bekannt gemacht werden sollst, auf das du zurückgreifen kannst bei Bedarf und in der seelischen Not.

Miek Pot: „In der Stille hörst du dich selbst. Meine 12 Jahre in einem Schweigekloster“, erschienen bei Bastei Lübbe, 16,99 Euro