



## 12 Jahre Ruhe

### „Erst durch die Stille im Kloster habe ich erkannt, wer ich wirklich bin“

**Z**wölf Jahre schweigen – für viele Menschen ist das unvorstellbar. Aber anders hätte ich, die wilde Studentin, wohl nicht zu mir gefunden. Eigentlich ging ich mit 27 Jahren ins belgische Kartäuserkloster Marches-les-Dames, um mich in Ruhe auf Prüfungen für mein Studium vorzubereiten. Ich war dann so fasziniert, dass ich blieb und in den Orden eintrat. Im ersten Jahr haben mich die Stille und Abgeschiedenheit extrem irritiert. Es war niemand mehr da, dem ich ausschweifend von mir und meinem Leben erzählen konnte. Meine Tage bestanden aus Gebet, Meditation und dem Studium der großen Mystiker.

Da Reize von außen fehlten, lernte ich, mich selbst ganz neu wahrzunehmen. Ich begann, intensiver zu fühlen und in mich hineinzuhören. Was will ich? Nach zwölf Jahren Ordensleben entschied ich mich, andere an meinen Erfahrungen mit der

Stille und dem Zu-sich-selbst-Kommen teilhaben zu lassen. Heute gebe ich Seminare, bin viel unter Menschen, ziehe mich aber auch gern in mein einsam gelegenes Haus zurück. In meiner Zeit der großen Stille ist eine Art Urkraft in meiner Seele entstanden, die mich gelassen und sicher durchs Leben trägt.



Miek Pot (51) aus Bree schrieb über ihre Kloster-Zeit das Buch „In der Stille hörst du dich selbst“

Sich besinnen, inneren Frieden finden – manche können das besonders gut im Wald. Oder einer Kirche. Straßenlärm und Stimmengewirr sind dort ausgeblendet. Die Größe des Raums fordert den Besucher zur Demut auf. Kerzen vermitteln Wärme. „All das sind Dinge, die die Seele ansprechen und unser Innerstes berühren“, sagt Andreas Böschemeyer. Anders gesagt: Auch wer nicht an Gott glaubt, kann in der sakralen Atmosphäre erkennen, dass es mehr gibt als das Außen. Man erlebt die Stille und begegnet sich selbst.

Das ist vielleicht der beste Rat für alle, die sich im Leben getrieben fühlen:

## Leise Gedanken werden laut

Wir werden ruhig, sobald wir aufhören, unliebsame Gedanken und ihre möglichen Konsequenzen abzuwehren. Wenn wir uns den Fragen in unserem Inneren stellen: Will ich wirklich bei meinem Partner bleiben? Diesen Job weitermachen? Oder sehne ich mich nach etwas anderem? „Wer in die Stille geht, begibt sich auf eine große Entdeckungsreise zu sich selbst“, sagt Andreas Böschemeyer. Die Stille ist nicht nur eine Kraftquelle, sie birgt auch einen Hort von Ideen. Wenn wir uns ihr anvertrauen und ruhig werden, werden wir Antworten finden auf die großen Fragen des Lebens und endlich ankommen. Ankommen bei uns selbst. <