

Verwandelt durch Erneuerung

„Gleicht euch nicht dieser Welt an, sondern lasst euch verwandeln durch die Erneuerung des Denkens, damit ihr prüfen und erkennen könnt, was der Wille Gottes ist: das Gute, Wohlgefällige und Vollkommene!“

(Röm 12,2)

Vor 30 Jahren, als wir unsere Exerzitien zur Diakonenweihe hatten, hatte sich mein Weihekurs in ein Kloster zurück gezogen.

Uns wurde damals eine Ordensschwester ans Herz gelegt, die uns auf die Weihe vorbereiten könnte.



Symbolbild, www.pixabay.com

Das Kloster lag in Köln und die Gemeinschaft sind Benediktinerinnen vom heiligsten Sakrament.

Ich hatte bislang von denen nie was gehört. Dann erfuhr ich, dass sie sich auch „Anbetungsbenediktinerinnen“ nennen, die sehr kontemplativ leben.

Sofort dachte ich an ein Kloster, irgendwo abseits gelegen, am Rande von Köln, da, wo „Hase und Igel sich ‚Gute-Nacht‘ sagen“.

Doch als wir nach Köln fuhren, führte uns der Weg Richtung Innenstadt. Zuerst dachte ich, wir hätten uns verfahren, aber wir waren auf dem richtigen Weg.

Das Ziel war die „Brühler Str. 74“, unweit des Raderthalgürtels, in der Nähe des Vorgebirgsparks. Wer sich in Köln auskennt, weiß, dass das knapp 20 Minuten fußläufig von der Altstadt entfernt ist.

Wir fuhren durch eine zweispurige Straße, dicht bebaut mit Wohnungen, Handwerksbetrieben und Geschäften ...

Hier sollte ein kontemplatives Kloster sein?

Und dann sahen wir das Grundstück, eingezäunt mit einer halbhohen Ziegelmauer, die ein hohes Gitter krönte. Das Tor war offen und wir fuhren auf einen asphaltierten Platz, vor uns eine Front des Klosters aus dem 1890er Jahren.

Geradeaus eine alte Holztür, einige Fenster und links eine weitere Holztür, welche der Zugang zur Kapelle war.

Wir klingelten, eine freundliche Ordensfrau öffnete uns die Tür und bat uns herein.

Wir standen in einer kleinen neugotischen Halle, mit einigen Türen, davon **eine doppelflügelige Tür mit der Aufschrift „Klausur“** und eine Treppe, die nach oben führte.

Es roch, wie es in so alten Gebäuden gewohnt ist, zu riechen, etwas auch nach Bohnerwachs.

... dann schloss sich hinter uns die Pfortentür ... und wir waren in der Stille.

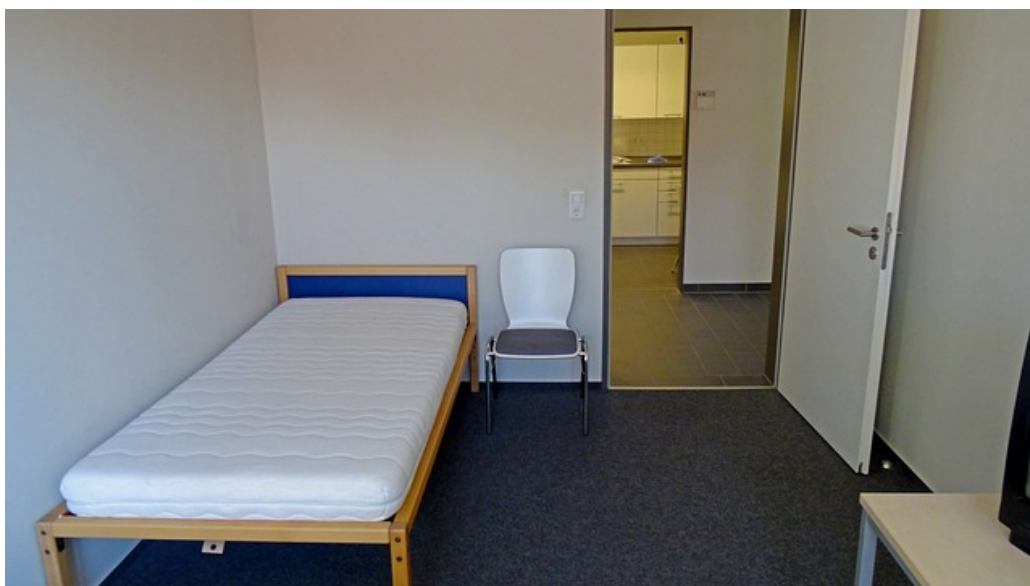
Gerade noch durch eine geschäftige Wohn- und Einkaufsstraße

gekommen, schirmte uns diese alte Tür von der Geschäftigkeit da draußen ab.

Für mich war das eine krasse Erfahrung: so sang- und klanglos standen wir buchstäblich in der Stille, nur die einladenden Worte der Klosterfrau war zu vernehmen.

Wir bekamen unsere Zimmerschlüssel und stiegen zwei Stockwerke hinauf.

Gut 30 Ordensschwestern sollen hier in diesem Kloster leben – doch wir hörten nichts, nicht einmal irgendwo Schritte oder Türen. Und von draußen drangen auch keine Geräusche ins Kloster.



Symbolbild, www.pixabay.com

Mein Zimmer – es war eher eine kleine Zelle mit einem Bett, einem Tisch, einem Stuhl, einem Schrank und einer Waschstelle – lag direkt unter dem Dach. Eine Dachgaube gab den Blick frei in den **Innenhof des Klosters, der vom Kreuzgang begrenzt** wurde. Spatzen tschirpten und Mauersegler flogen über das Dach.

Wir erfuhren, dass die Kontemplation (Betrachtung) und das Gebet Mitte der Spiritualität dieser Benediktinerinnen sei.

Sie haben dort einen großen Garten, damals noch eine eigene Kuh, bestreiten ihren Unterhalt durch eine Hostienbäckerei und durch Herstellung von Paramenten (liturgische Textilien) für

Gottesdienste.

Dazu bieten sie noch geistliche Begleitungen an.

Ordensfrauen, die mitten in der Welt sich in die Stille zurückziehen.

Ist das Weltflucht?

Auf dem ersten Blick könnte es so aussehen, als wollten sie mit „denen da draußen nichts zu tun haben“, zumal sie auch nicht ohne Erlaubnis der Oberin das Kloster verlassen durften. Nur die Nonne an der Pforte pflegte den Kontakt nach draußen.

Doch ich erfuhr, dass diese Ordensschwestern sehr wohl und sehr gut informiert waren darüber, was da draußen los war. Sie waren vollständig und sehr genau im Bilde, was die Themen der Nachrichten und der Menschen in der Zeit waren.

Das imponierte mich sehr.

Damals begleitete uns durch die Exerzitien Sr. **Otgera Krämer OSB**. (Und wir entschieden uns, auch ein Jahr später unsere Exerzitien zur Priesterweihe wieder dort zu halten.)

Nach meiner Priesterweihe wurde Otgera für einige Jahre meine geistliche Begleiterin.

Diese Erinnerungen kamen mir in den Sinn, als ich über das Wort des heiligen Paulus in der heutigen Lesung nachdachte.

„Gleicht euch nicht dieser Welt an, sondern lasst euch verwandeln durch die Erneuerung des Denkens, damit ihr prüfen und erkennen könnt, was der Wille Gottes ist: das Gute, Wohlgefällige und Vollkommene!“ (Röm 12,2)

Für mich sind diese Benediktinerinnen von Köln-Raderberg ein Beispiel, wie man die Worte des hl. Paulus ins heutige Leben übertragen kann.

Nun ist es weder mir noch Ihnen gegeben, so klaustriert zu leben, wie die Schwestern in Raderberg.



www.pixabay.com

Aber dennoch können sie für uns ein ermutigendes Beispiel sein, was es heißt, sich nicht dieser Welt anzupassen, sondern **sich verwandeln zu lassen durch die Erneuerung im Denken, um zu erkennen, was der Wille Gottes ist.**

Die Herausforderungen der Christ:innen in der Welt

Unsere Herausforderung ist es, mitten in der Hektik des Alltags und den Erfahrungen der Welt um uns herum, in der Welt und auch bei den Menschen zu sein, aber zugleich einen heilsamen Abstand zur Welt zu gewinnen, damit wir immer wieder auch Raum lassen können, um nach dem Willen Gottes zu fragen.

Was die Frauen des Benediktinerinnen-Klosters in strenger Form und Tag für Tag leben, das können wir auch in unserem Alltag versuchen:

- Inseln des Rückzugs zu finden, wo wir uns Räume und Zeiten schaffen, um Abstand von der Welt zu bekommen.
- Zeiten und Zeiträume zu sichern, um uns ins Gebet oder in die Betrachtung zurück zu ziehen. Dabei können uns auch geistliche Impulse helfen, die wir in Büchern finden oder auch im Internet.
- Rituale zu entwickeln, die wir einzig und allein für diesen Rückzug reservieren: eine Kerze oder ein Räucherstäbchen zu

entzünden, ein religiöses Bild hinzustellen oder gar einen festen Platz in unserer Wohnung einzuräumen, meditative Musik einzuschalten, in Familien ein Schild „bitte nicht stören“ aufzuhängen, ein Fenster zu öffnen, um den Gesang der Vögel wahrzunehmen, oder auch ein Fenster bewusst zu schließen, um Geräusche von außen auszuschließen, ... und viele andere Rituale mehr, die wir für uns selber finden und die uns gut tun.

- geistliche Schriften oder Bilder zur Hand nehmen, anhand derer wir unsere Gedanken sammeln und unser Gespräch mit Gott starten können ...



www.pixabay.com

Stille und Gebet mitten im Alltag

Stille, Gebet und Kontemplation ist in der Regel nicht anstrengend, sondern sind Räume und Zeiten, der geistigen und geistlichen Regeneration.

Sie ermöglichen uns, uns auf die Beziehung zu Gott zu konzentrieren. Dabei ist es auch hilfreich, sich konkret zu entscheiden, wer genau mein Gegenüber ist. **Gott Vater**, sein **Sohn Jesus Christus** oder der **Heilige Geist**? –

Wir Menschen haben unterschiedliche Zugänge zu einem dieser dreifaltigen Personen. Und das können wir uns zu Nutze machen.

Wenn ich heute die Sätze des heiligen Paulus lese, dann kommt mir als erstes in den Sinn, dass ein Schwerpunkt unserer

geistlichen Existenz es ist, meiner Beziehung mit Gott im Alltag Raum zu geben.



www.pixabay.com

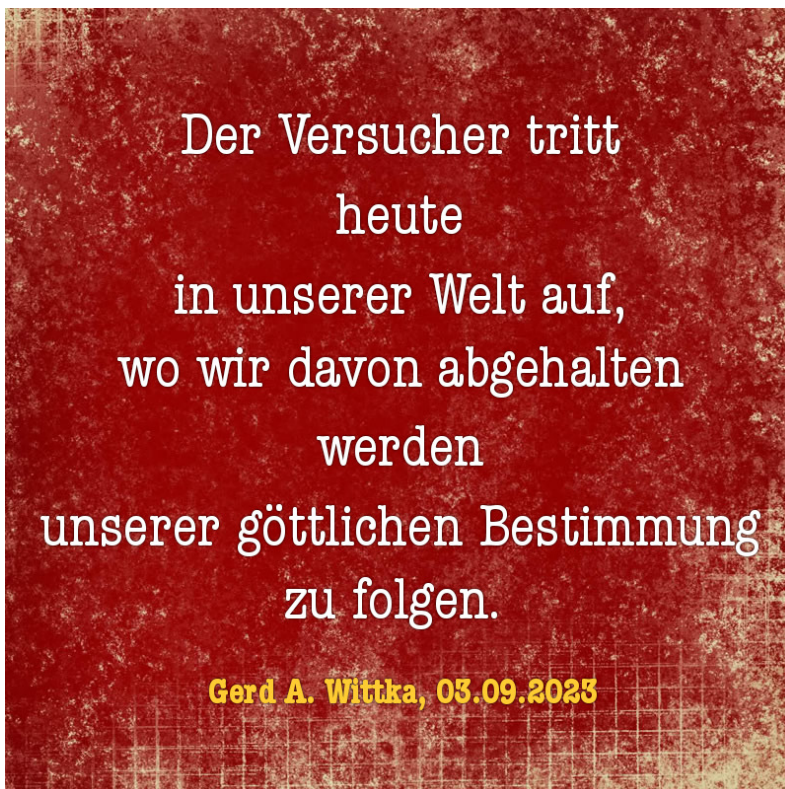
Das kann bedeuten, sich nicht der Welt anzugleichen, in der Zeit für Gott im öffentlichen Raum kaum noch vorkommt.

Mit einer Ermutigung des christlichen Philosophen Sören Kirkegaard möchte ich enden:

„... Als sein Gebet immer andächtiger und innerlicher wurde, da hatte er immer weniger und weniger zu sagen; zuletzt wurde er ganz still. Er wurde still, ja, was womöglich ein noch größerer Gegensatz zum Reden ist, er wurde ein Hörer. Er

meinte erst, beten sei reden; er lernte, dass beten nicht bloß ist schweigen, sondern hören. Und so ist es; beten heißt nicht sich selbst reden hören, beten heißt stille werden und stille sein und harren bis der Betende Gott hört...“

Søren Kierkegaard, Quelle: [Als sein Gebet immer andächtiger und innerlicher wurde, da hatte er im... \(aphorismen.de\)](#)



Zum heutigen Tagesevangelium: Matthäus 16, 21-27

Ich widme diesen Impuls der Gemeinschaft der [Benediktinerinnen vom Heiligsten Sakrament in Köln-Raderberg.](#)