

Zacharias Heyes

DER  
KLEINE  
MÖNCH  
UND DIE  
SACHE MIT  
DER  
STILLE



Die Geschichte des kleinen Mönchs  
wird erzählt von Matthias E. Gahr



Zacharias Heyes



DER  
KLEINE  
MÖNCH  
UND DIE  
SACHE MIT  
DER  
STILLE

*Vier-Türme-Verlag*



**Die Suche . . . . . 11**

BENEDIKTINISCHE TRADITION:

**DIE SCHWEIGSAMKEIT . . . . . 15**

**DIE STILLE . . . . . 21**



**Aus freiem Entschluss . . . . . 39**

BENEDIKTINISCHE TRADITION:

**AUS FREIEN STÜCKEN . . . . . 50**



**Ruhe-Störung . . . . . 63**

BENEDIKTINISCHE TRADITION

**UMGANG MIT EMOTIONEN . . . . . 73**



**Nur keine Panik! . . . . . 81**

BENEDIKTINISCHE TRADITION:

**DER WÄCHTER . . . . . 95**



**Stille Präsenz . . . . . 109**

BENEDIKTINISCHE TRADITION:

**ICH BIN . . . . . 117**



**Ruhe bewahren –  
Tipps zum Abschluss . . . . . 126**

Durch das Fenster in der kleinen Küche des Klosters fielen die ersten warmen Sonnenstrahlen des Sommers. In ihnen tanzten ein paar Staubflöckchen, die der kleine Mönch zu fangen versuchte. Eigentlich war er gerade dabei, im Waschbecken aus dem großen Topf die letzten Krümel des Mittagessens zu spülen. Klappernd fiel dabei der schwere Griff des Kessels von einer Seite auf die andere, und diesen Rhythmus aufgreifend begann er fröhlich zu singen. Er wippte von einem Bein aufs andere – da schaute der Abt über die Schwelle in die Küche.



»Vater Abt!«, rief der kleine Mönch freudig, »Vater Abt, wie schön, dass Ihr mich besuchen kommt! Hätte ich das gewusst, hätte ich Fruchtbrot gebacken und Kaffee gekocht! Seid Ihr durstig? Mögt Ihr ein Glas Milch? Von der Nachspeise sind noch ein paar Nüsse übrig. Oder mögt Ihr einen Apfel?«

Der Abt kam näher, nickte, setzte sich an den kleinen Holztisch und nahm eine Nuss. »Ich bin gekommen«, sagte er langsam, »um zu sehen, wie es deiner Stille geht.«

»Oh«, machte der kleine Mönch. »Die Stille, ja, natürlich.« Er schämte sich ein bisschen, dass er vorher so laut gesungen hatte.

»Stille ist wertvoll«, fuhr der Abt fort. »Du solltest sie gut behüten!«

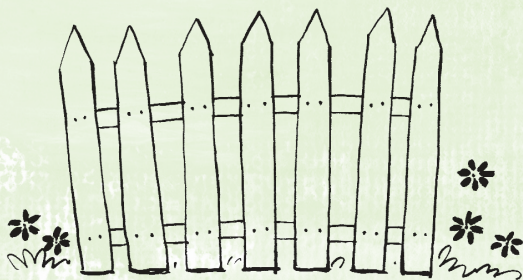
Während der kleine Mönch über die Worte des Abtes nachdachte, nahm dieser sich noch eine Nuss,



stand auf, neigte kurz den Kopf zum Gruß und ging zur Tür hinaus in den Klostergarten.

Der kleine Mönch erwachte aus seinen Gedanken, sprang ihm rasch hinterher und erwischte ihn, als er noch kurz beim Olivenbäumchen stehenblieb.

»Vielen Dank, Vater Abt«, sagte der kleine Mönch, »für Euren Besuch!« Er verneigte sich tief, und der Abt bog um die Ecke der hohen Gartenmauer, hin zum Erdbeerfeld.









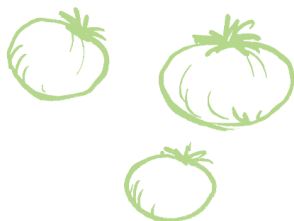
## DIE SUCHE

Seit vielen Jahren lebe ich nun schon in einem Kloster zusammen mit vielen anderen Mönchen. Tagein, tagaus besteht mein Leben aus einem gleichmäßigen Rhythmus: aufstehen, beten, frühstücken, arbeiten, beten, Mittagessen, arbeiten, beten, Abendessen, beten, schlafen.

Seit einiger Zeit empfinde ich mein Leben immer wieder einmal als anstrengend. Es ist zu laut geworden. Vielleicht, weil es viele Geräusche um mich herum gibt. Immer mehr, wie mir scheint. Handy, Fernsehen, Musik – all das hat es früher im Kloster nicht gegeben. Dazu kommen die vielen E-Mails, die mich tagtäglich erreichen. Menschen bitten mich um eine Führung durch das Kloster, andere fragen nach einem Aufenthalt hier, wieder andere brauchen dringend ein Gespräch. Das sind dann zwar keine laut hörbaren Stimmen, aber Wünsche von Menschen, die an mich herangetragen werden und mit denen ich mich auseinandersetzen muss. Sie lassen mich oft eher unruhig als still werden. Wo ist nur meine geliebte Stille hin? In der Stille – so habe ich es immer empfunden – lässt sich Gott finden; das Größere, um das

es beim Mönchsein schließlich geht. Die Frage, die mich nicht loslässt, ist: Wie kann ich die Stille neu finden?

Die jungen Männer, die in unser Kloster zu Besuch kommen und einige Tage bleiben oder sogar darüber nachdenken, Mönch zu werden, sprechen ebenfalls oft von ihrer Sehnsucht nach Stille, ohne immer genau sagen zu können, was sie in der Stille zu finden hoffen. In ihnen gibt es das Gefühl: Es muss mehr als alles geben. Manche haben die Vorstellung, dass sich ihnen irgendwann in der Stille des Klosters der Himmel öffnet, ein großes Licht sie umstrahlt, sie in einen tiefen Frieden finden, alles gut ist und dieser Frieden nie mehr von ihnen weicht. Diese Vorstellung ist ein Wunschbild und hat mit dem Leben im Kloster nicht viel zu tun. Als ich selbst Novize war, hat es mir sehr geholfen, dass ich erst einmal ganz praktische Tätigkeiten verrichten musste, wie zum Beispiel Putzen und in der Gärtnerei jäten, säen und ernten. Glaube – so wurde mir damals immer gesagt – muss alltagstauglich sein. Wenn es überhaupt eine echte Stille gibt, dann muss sie auch zwischen den Putzeimern



und Kochtöpfen mitten im Alltag zu finden sein. Und nicht nur in den Zeiten des Gebets und der Meditation.

So denkt es sich der kleine Mönch ja eigentlich auch, wenn er in der Küche arbeitet, die Töpfe reinigt und dabei fröhlich singt. Das hatte er wohl etwas selbstvergesen getan und erst die Erinnerung des Abtes – »Stille ist wertvoll« – macht ihn darauf aufmerksam. Wobei die Frage bleibt, was Stille wirklich ist: die Abwesenheit von Geräuschen oder etwas ganz anderes? Kann der kleine Mönch nicht auch in den Geräuschen, die er macht, Stille finden – einen Raum, in dem er das Größere, um das es geht, entdecken, spüren, indem er ihm nahe sein kann?

Aber nicht nur die jungen Männer, die über ein Leben als Mönch nachdenken, kommen mit dieser Sehnsucht nach Stille. Auch in Gesprächen mit den anderen Gästen des Klosters höre ich immer wieder, dass sie sich endlich mehr Zeit für Ruhe wünschen, um bei sich selbst anzukommen. Im Kloster wollen sie dann damit beginnen. Ich habe den Eindruck, dass diese Sehnsucht in letzter Zeit stärker geworden ist und immer mehr Menschen nach der Stille suchen. Ihr Leben ist oft bestimmt von äußeren Anforderungen, von Dingen, die getan werden müssen: Kinder anziehen, Brotzeit richten, zur Arbeit gehen, nach Hause kommen, einkaufen, kochen, Hausaufgaben mit den Kindern machen. Und am nächsten Tag

das Gleiche. Da bleibt nicht viel Zeit für anderes – schon gar nicht für die Stille. Allein deshalb, weil man den ganzen Tag mehr oder weniger gezwungen ist zu kommunizieren, damit der fragile Tagesablauf nicht zerbricht und alles im Chaos endet.

Für viele stellt sich dann die Frage: Ist das, dieser immer gleiche Alltag, wirklich das Leben?

Was ich aber auch immer wieder merke, die Menschen, die zu uns kommen, können eines gar nicht leiden: schnelle Antworten, egal von wem. Sie wollen ihre eigenen finden. Dabei darf ich Berater sein, Zuhörer, Spiegel, aber kein Dogma, kein »Antwortomat«, der ihnen vorgibt, wie es gehen soll, was sie denken sollen. Immer häufiger hat das auch in mir ausgelöst, dass ich darüber nachdenke, welches der erste Schritt auf der Suche nach Stille, nach der auch ich mich wieder sehne, für mich sein könnte.

Wie so oft hat mir dabei geholfen, dass die Gemeinschaft, in der ich lebe, eine so lange Tradition hat und dass es beinahe immer hilft, auf unsere eigenen Wurzeln zu schauen: die monastische Tradition und die Schriften unseres Ordensgründers Benedikt von Nursia.