

DONNERSTALK

Daten gehen alle an

Welch überflüssige Aufregung um die Vorratsdatenspeicherung, die nun in Kraft getreten ist! Da wird von einem Eingriff in die Privatsphäre gefaselt, gar von der Einschränkung der persönlichen Freiheit. Selbst der Sicherheitsaspekt dieses großartigen Gesetzes, der doch nun wirklich jedermann einsichtig sein müsste, wird angezweifelt. Wo doch selbstredend die meisten Gauner und Terroristen ihre Untaten per SMS ankündigen. Der Liebsten noch rasch »Geh



Foto: Ingo Pertramer

Alfred Dorfer lobt den neuen Service, der den Bürgern von dem Überwachungsstaat angeboten wird

mich jetzt sprengen« zu simsens ist sogar gängige Praxis unter Selbstmordattentätern. Und überhaupt: Wer nichts zu verbergen hat, dem kann es doch nichts ausmachen, dass der Staat auch über sein elektronisches Liebesgeflüster Bescheid weiß. Mit Ausnahme bei Affären vielleicht, die nach Diskretion verlangen. Aber es ist ja die moralische Pflicht des Staates, jedwedes sündige Treiben auszumerzen. In Zeiten zunehmender Überalterung und damit verbundener Vergesslichkeit hilft die neue Überwachung sogar aus mancher Notlage: Irrtümlich gelöschte SMS können jetzt beispielsweise bei der zuständigen Behörde nachgefragt werden. Auch für ältere Personen, die mit der neuen Technik nicht mehr Schritt halten können, kommt dieses Gesetz gerade recht. Wer etwa bei seinem Smartphone den Weckdienst nicht zu aktivieren vermag, muss sich nun nur an das Innenministerium wenden. Der zuständige Vorratsdatenspeicher holt dann sicherlich die Senioren gerne rechtzeitig zur Jause aus dem Schlaf. Ein Ministerium für Weckrufe also – wo soll da bitte das Problem sein?



Das Kapuzinerkloster in Irdning bietet eine radikale Form der Erholung: Schweigen

Bruder Rudolf Leichtfried hat die Augen geschlossen, sein Kopf wiegt sanft hin und her. Er kniet auf einem Teppich und erklärt, auf was es in den nächsten Tagen ankommt. »Achtsam sein, spüren, fühlen und hören – sonst gar nichts«, sagt er mit seiner raumerfüllenden Stimme. »Habt keine Erwartungen, was euch in der Stille erwartet, lasst euch einfach darauf ein.«

Zwölf Frauen und sieben Männer, zwischen 30 und 80 Jahre alt, sitzen in einem Kreis im Refektorium, dem Speisesaal des Kapuzinerklosters Irdning im Ennstal. In einer Ecke tickt eine

Pendeluhr. Wer hierherkommt, lässt sich auf eine radikale Form der Ruhe ein: die Tage der Stille. Von Donnerstag bis Sonntag werden wir nicht sprechen, lesen, fernsehen und unseren Tagesablauf völlig in die Hand des 58-jährigen Kapuzinerbruders legen. Wir drücken gleichsam die innere Pausentaste.

»Es geht um die Frage, was von einem selbst übrig bleibt, wenn alle Einflüsse von außen wegfallen«, erläutert Bruder Rudolf die Idee der Meditationstage: »Man wird mit seinem Innersten konfrontiert, mit den Sehnsüchten, den verborgenen Wünschen und auch mit den dunklen Seiten.« Life-



Radikale Stille

style-Touristen verirren sich selten zu ihm, wer ihn aufsucht, will nicht bloß ein paar Tage ausspannen bei ein bisschen Psycho-Wellness. Schon bei der Anmeldung muss ein Fragebogen ausgefüllt werden. Wer angibt, lediglich »Urlaub« machen zu wollen, wird erst gar nicht angenommen.

Dicke Mauern begrenzen den rund eineinhalb Hektar großen Garten des Klosters am Fuße des Grimming. In dem über 400 Jahre alten Vierkanthof wohnen heute nur noch drei Kapuzinerbrüder. Im Innenhof steht ein mit Holzschindeln überdachter Ziehbrunnen. Die langen, kalten Gänge, an deren Wänden große Gemälde

vom letzten Abendmahl oder Porträts von Franz von Assisi hängen, wirken verschlafen. Die kleinen Zellen im Obergeschoss, einst für Mönche gebaut, werden heute von Gästen benützt. Vor rund 30 Jahren sollte das Kloster mangels Nachwuchs aufgelassen werden. Doch da begann Bruder Rudolf Leichtfried Exerzitien für Laien anzubieten und füllte das Haus wieder mit Leben.

Die Schweigeseminare sind stets ausgebucht, der Gästetrakt reicht oft nicht aus. Einige Männer müssen in der Klausur untergebracht werden, die für Frauen tabu ist. Seit fünf Jahren leitet Bruder Rudolf die Exerzitien gemeinsam mit



Alle Foto: J.J. Kucek für DIE ZEIT

Links: Bruder Rudolf beim Qigong. Rechts: Der Brunnen im Innenhof des Klosters

Abseits der alltäglichen Hektik suchen immer mehr Menschen Einkehr in absoluter Klostersruhe. Wie hält man das aus? Ein Selbstversuch VON FLORIAN GASSER

Elisabeth Berger, einer Lebensberaterin aus Osttirol. Bis zu zehn Mal im Jahr findet die neuntägige Variante statt, vier bis fünf Mal die kürzere Einsteigerversion.

Die Abgeschiedenheit eines Klosters bietet Zuflucht vor der Hektik des Alltags, vor Informationsflut und Leistungsdruck. Immer häufiger versinken dort Menschen für kurze Zeit in Gebete und Meditation. Reiseführer für den Klosterurlaub gibt es längst, sogar Tourismusunternehmen, die sich auf den spirituellen Fremdenverkehr spezialisiert haben. Immer mehr Orden öffnen sich und heißen Gäste willkommen. Allein Klösterreich, der »Verein zur Förderung aller kulturellen und touristischen Aktivitäten der Klöster«, hat 21 Ordenshäuser in seinem Portfolio. Aus dem Geheimtipp Urlaub im Kloster wurde längst ein Trend.

Die Ruhe erdrückt, selbst der eigene Atem durchschneidet die Stille

Bevor das große Schweigen beginnt, erzählen alle reihum, was sie hergeführt hat. Keiner hat Hemmungen, selbst intimste Details werden preisgegeben. Es herrscht ein Gefühl der Vertrautheit und des Geborgenseins untereinander. Selbst dass ein neugieriger Journalist in der Runde sitzt, stört nicht. Jeder hier schleppt seine eigene Portion Leidensdruck mit sich herum. Manche erzählen von schweren Schicksalsschlägen, von Fragen, die sie an Gott haben. Andere haben Krankheiten überstanden oder fühlen sich im Beruf überfordert. »Ich wünsche mir Stille und habe aber Angst davor, was ist, wenn sie da ist«, sagt ein Arzt. »Ich bin auf der Suche um eine Leere in mir zu füllen«, ein Jurist. »Vielleicht suche ich ja nach Gott, ich weiß es nicht.« Und ich erzähle von meiner Angst davor, demnächst von der stetigen Kommunikation abgeschnitten zu sein, die seit Jahren meinen Alltag bestimmt.

Doch im Kloster ist der Alltag weit weg. Wer durch das schmiedeeiserne Tor tritt, gibt die eigene Entscheidungsfreiheit auf. Alles ist durchgeplant, von den fernöstlichen Qigong-Übungen um halb sieben Uhr morgens, bis zu Abendansprache um halb acht. Raum für individuelle Wünsche gibt es nicht. Neben dem Schweigen und den Meditationen, muss jeder eine Stunde täglich mit Hand anlegen: Holz hacken, Gartenarbeit, kochen. Ich bin für das Kloputzen zuständig.

Am ersten Morgen werden wir hinausgeschickt. Drei Stunden lang soll die Natur auf uns wirken. Wir sollen hören, sehen, riechen und keinem Gedanken nachhängen, sondern nur die der Gegenwart wahrnehmen. Ich lege mich auf eine Bank unter einem Baum, höre den Vögeln zu und sauge jedes Knarren der Äste in mich auf. Die anderen wandern durch den Garten, gehen langsam, fast wie in Zeitlupe. Es muss ein seltsames Bild sein: Fast zwei Dutzend erwachsener Menschen, schlurfen schweigend zwischen Gemüsebeeten nebeneinanderher und scheinen völlig in sich selbst vertieft zu sein. An den Mauern liegt noch eine dünne Schneedecke, durch die sich einige Schneeglöckchen gekämpft haben.

Nach einer gefühlten Stunde mache ich mich auf den Weg, auf die Jagd nach Wahrnehmungen, gehe eine Landstraße entlang und achte bei jedem Schritt auf das Knirschen der Kieselsteine unter den Schuhsohlen, höre auf jedes Auto, das vorbeifährt, nehme jeden noch so kleinen Windstoß wahr. Die Zeit scheint wie im Flug zu vergehen. Ich gehe zurück, um das Mittagessen nicht zu verpassen. Doch ein Blick auf die Kirchturmuhre zeigt, dass erst vierzig Minuten vergangen sind. Vierzig Minuten, die mir vorkamen wie drei Stunden. Ich werde nervös, unruhig, fühle mich gestresst. Kann es sein, dass ich nach so kurzer Zeit schon mit mir selbst überfordert bin? Diese Frage, auf die ich keine Antwort weiß, quält mich. Was, wenn ich mit mir alleine nicht

zurechtkomme? Die nächsten zwei Stunden erscheinen endlos. Sie sind eine Tortur. Es wird noch dauern, bis ich die Stille akzeptieren kann, bis ich nicht gegen sie ankämpfe.

Der Grundstein zum Kloster-tourismus im deutschsprachigen Raum wurde 1961 von der Benediktinerabtei im niederbayerischen Niederaltaich gelegt. Das Angebot richtete sich an »Persönlichkeiten, die an verantwortungsvoller Stelle in unserem öffentlichen Leben und in der Wirtschaft stehen« sowie an die »akademische Jugend«. Der Aufenthalt sollte »den Menschen beruhigen und verinnerlichen, soll ihn bescheidener und einfacher machen«, stand in der Einladung. Zahlreiche Klöster folgten dem Beispiel. Doch nur wenige bieten ein archaisches Programm wie Irdning. Die meisten sind spirituelle Rückzugsorte für eine kurze Weltflucht. Manche wurden zu regelrechten Wellnessoasen umgebaut, Shiatsu-Massage und Sauna inklusive. Wie für das Kapuzinerkloster in Irdning, ist der Tourismus für viele zur Rettung vor der Schließung geworden.

Je länger die Stille dauert, desto mehr tritt sie in den Vordergrund und bestimmt alles. Vor allem der Abend erscheint nicht enden wollend, wenn kein Buch, keine Musik und kein Fernsehprogramm für Zerstreuung sorgen. Durch das offene Fenster sind nur die vereinzelt zirpenden Grillen und die Autos zu hören, die über eine Bundesstraße im Tal brettern. Was alleine noch erträglich ist, wird in der Gruppe endgültig erdrückend. Wenn nach dem Essen alle an ihrem Platz im holzvertäfelten Refektorium sitzen bleiben, scheint jeder Schluck aus dem Wasserglas zu dröhnen, und selbst der eigene Atem durchschneidet die Lautlosigkeit. Manche sind in ein stilles Gebet versunken, haben die Hände vor sich gefaltet und bewegen tonlos die Lippen. Andere blicken nervös umher, warten, bis sich Bruder Rudolf endlich erhebt – das Zeichen für uns, ebenfalls aufzustehen.

Die Lautlosigkeit erfüllt den Kopf mit dröhnendem Baustellenlärm

Mehrere Stunden täglich verbringen wir in dem Meditationsraum, an dessen Wand ein Gemälde von Maria mit dem Jesuskind und ein großes Kreuz über einem offenem Kamin hängen. Bruder Rudolf und Elisabeth Berger geben die Übungen vor, die Konzentration auf den Atem oder auf die Handflächen, den Gesang oder das Herzensgebet, bei dem ununterbrochen der Name Jesus angerufen wird. Zwischen zwei Einheiten wird das Schweigen kurz unterbrochen, alle erzählen, wie es ihnen ergeht. Manche weinen, berichten von Traurigkeit und Gefühlsausbrüchen, die sie scheinbar grundlos übermannen. Einer erzählt, wie ihm die Stille zu laut wird und es im Kopf wie auf einer Baustelle dröhnt. Eine andere hat bereits aufgegeben und ist nach Hause gefahren. Fast froh bin ich, als eine Frau von ihrer größten Angst erzählt, die auch mich bedrückt: »Was ist, wenn ich mich mit mir selbst langweile?«

Erst am zweiten Tag stellt sich eine Art Routine ein, die Stille wird zum angenehmen Begleiter. Das ausgeschaltete Mobiltelefon in der Tasche unter dem Bett verschwindet aus den Gedanken, die Nachrichten, die versäumt werden, erscheinen immer unwichtiger. Das Sein in der Gegenwart, ohne Ablenkung, wirkt nicht mehr wie eine abstrakte Vorgabe, auch wenn immer wieder Gedanken an die Familie oder an die Arbeit im Kopf herumschwirren. Auch das Schweigen in der Gruppe erdrückt nicht mehr. Wir kommunizieren mit Blicken, einem leichten Schulterklopfen oder einem Kopfnicken und haben dabei das Gefühl, uns schon ewig zu kennen, obwohl die meisten noch kein Wort miteinander gewechselt haben. Die Stille ist Teil der Gruppe geworden. Sie verbindet uns.

Am letzten Abend setze ich mich mit einer Flasche Bier in den Garten. Ab morgen dürfen wir wieder sprechen, das Handy wird wieder läuten, und E-Mails werden eintrudeln. Jeder hat die Tage anders erlebt, jeden haben sie anders geprägt; unberührt ließ die radikale Ruhe keinen. Den einen gab sie emotionalen Halt,

andere konnten aus ihrer Alltagshektik ausbrechen, und einige fanden zurück zu Gott. Mich hat keine Spiritualität übermannt, ich habe in der Stille auch nicht meinen Glauben gesucht. Trotzdem tat es gut, ein paar Tage einfach die Klappe zu halten und mit mir selbst klarzukommen. Das ist schwierig genug.

Fliegerherzschrittmacher.



IWC
SCHAFFHAUSEN
SINCE 1868

«Schaut doch gleich besser aus.»



Fliegeruhr Chronograph TOP GUN. Ref. 3880: Selbst das Herz eines erfahrenen Piloten schlägt bei jedem Start und bei jeder Landung ein bisschen schneller. Denn das sind die Momente, in denen das Können eines Fliegers immer wieder auf die Probe gestellt wird. Auch unsere Uhrmacher konnten sich mit dieser IWC wieder einmal beweisen: Mit dem manufaktoreigenen Chronographenkaliber im 46 Millimeter grossen Keramikgehäuse und dem auch bei Druckabfall sicher sitzenden Saphirglas gehört der Fliegeruhr Chronograph TOP GUN die Lufthoheit bereits am Boden. **IWC. Engineered for men.**

IWC Manufaktur-Chronographenwerk | Stoppfunktion Minute und Sekunde | Datumsanzeige | kleine Sekunde mit Stoppvorrichtung | Flybackfunktion | Weichen-Innengehäuse zur Magnetfeldabschirmung (Bild) | Entspiegeltes Saphirglas, bei Druckabfall sicherer Glassitz | Wasserdicht 6 bar | Edelstahl

