

# NDR 2 Moment mal

Montag bis Freitag 18:15 Uhr, Samstag und Sonntag 9.15 Uhr



Maria Schmidt vom Erzbistum Hamburg

Donnerstag, 28. September 2023

---

Das Einzige, was ich höre, ist das Rauschen des Windes in den Bäumen und das Singen der Vögel. Hin und wieder knackt ein Ast. Ansonsten ist es still. Ich wandere gerade im Elbsandsteingebirge und muss nichts weiter tun, keinen Smalltalk, keine E-Mails und das Smartphone liegt tief unten in meinem Rucksack. Ich darf einfach nur sein. Langsam spüre ich, wie ich innerlich zur Ruhe komme.

Ich schaue mich um und lasse diese wunderschöne Umgebung, Gottes Schöpfung, auf mich wirken. Auf einmal erfüllt mich eine tiefe Dankbarkeit und Gottverbundenheit. Ich fühle mich irgendwie eins mit der Welt.

Solche Momente kann man nicht machen. Sie werden einem geschenkt. Wir können sie auch nicht festhalten. Aber wir können ganz im Augenblick sein. Ablenkungen weglassen. Und ich glaube, dass Stille uns Menschen guttut. Sie uns wieder erdet und zur inneren Quelle führt. Ich will ihr wieder mehr Raum in meinem Alltag geben. Neben meinem Büro ist eine Kirche. Auch sie ein Ort der Stille.