

## **Evensong vom 1. September 24 «Abschalte»**

### **Psalm 131**

*Ich liess meine Seele still und ruhig werden; wie ein kleines Kind bei seiner Mutter (Ps 131,2)*

Im Frühling bin ich in de Ferie gsi, - und ich has total gnosse: S'Meer, en anderi Kultur, en unerfahreni Umgäbig und natürlich s'Esse. Mir nennt dä Prozess au abschalte: Ich schalte ab, vo däm, wo mi sosch so umetriibt. Mir nimmt sich use, us däm, wo eim belastet. Mer loht los, was eim im Griff het.

Und eso hani mi total tüüfenentspannt am Endi vo mine Ferie uf d'Heimreis begeh.

Aber denne hets irgendwie scho uf em Flughafe agfange. Die erste Gedanke, wo alles Mögliche möchte plane und alles Unmögliches wettet ordne. Ich bin nämli ned nur guet im Ab-, sondern au im Anschalte.

Und well d'Problem bim Danke bzw. bim Wälze wachsed – wird' ich empfänglich für das, wo au no chönnti sii und wo mer unbedingt sötti berücksichtige. Es giht nämli so viel, wo mir sich muess drum kümmern: D'Termine vo nächst Woche, d'Arbeit mit allne Eventualitäte, d'Post im Briefchaste und d'Mails in de Box. Das muess ALLES berücksichtiget, klärt und geordnet werde, demit die kommendi Woche en glingendi und de Obe vor em Start en ruhige wird.

Wenn ich de ame bi de Planig vom Wältfrie de aglangt bin (öpper muess ihn jo plane), merk' ich: Ich mag eifach nüme. Mini Seel isch schwer und s'Herz isch müed. Ich chan ned alles abschätze, vorausplane, ordne und strukturiere. Das, wo uf mich zuechonnt isch grösser wie ich.

Es isch en langi Reis gsii. Wäg us em Land vo de Rued – hii in dHeimat vo de Rastlosigkeit. Deheime acho, griff' ich zu mim Losigsbuech, wo chli verwaist die letschte Täg uf em Chuchitisch gfristet het und wirfe ein Blick uf de Tag vo hüt.

Und ich stuune – well: Au d'Bäterin het en Reis hinter sich – aber en umgekehrti. Sie chert vom Land vo de Rastlosigkeit zum Kern vo ihrere Rued zrug: Ihri Seel het Friede gfonde.

«Ja – ich liess meine Seele still und ruhig werden, wie ein kleines Kind bei seiner Mutter».

Und no bim Läse überchonnt mi en Sanftheit und en Chraft – en Form vo Rued, wo mini Gedanke bis hii zum sälber konzipierte Wältfrie de liebevoll umgiht. Ned um mich z'underdrücke – sondern um mich z'öffne, gägenüber minere eigete Unvollkommeheit und Unzuelänglichkeit. Jo – ich bin richtiggehend über de Psalm 131 gstolperet. Es isch es Stolpere gsi, well's de Lauf vo mine Gedanke unterbroche und d'Sehnsucht nach däm Friede gweckt het.

Am Schluss vo däm churze – aber so kuschlig intime Psalm – outet sich die Bäterin denne au, vo wo ihri Geborgeheit chonnt: Sie fuehlt sich Gott zueghörig. «Harre auf den Herrn», was mer au mit «Los uf Gott» übersetze chönnt.

Und lose – tüend mir uf die, zu däne mer ghöred. Lose bedüütet also «Zueghörig-Sii». Wer de Sorg ghört, lost uf ihri Stimm und macht, was sie seit. Öisi Bäterin het en andere Fokus: Wie es Chind bi de Muetter – beruhigt sich ihri Seel. Wahrschiinli händ au sie Gedanke und Sorge umetriibe, aber sie händ ned sletschte Wort. Ihri Seel isch nämli amene bombesichere Ort: Bi Gott.

Und eso hani de Losigstext vom Tag wieder zugg uf de Chuchitisch gleit. Und vo minrer Glaubensschwöster hani glehrt – es geht meh uf däre Wält als s'Mache. Ich ha a die Minute, Stunde, Tage und Woche dänkt, wo no folged, und Gott um es festes Herz bittet. Es Herz, wo de Wäg aus de Hektik vo de Leistig findet und sich öffne chan, för das, wo jetzt isch und die, wo jetzt sind.

AMEN