

Stille finden in der Großstadt

07.07.2024

In einer Zeit, in der Follower, Klicks und Likes gefeiert werden, reizt mich die Reduzierung. Deshalb habe ich mich mit dem Theologen und Unternehmer Otto Ziegelmeier verabredet, der behauptet: Eine Verringerung der Reize sorgt für mehr Lebensqualität. Er sucht sie allerdings nicht an Meditationsstätten und Ruheorten in fernen Ländern, sondern will mir einen Platz in der Nähe zeigen, nicht weit von seiner Wohnung in Frankfurt am Main. Für den Weg in die Stille muss ich nichts mitbringen: keine Fitnessstöcke, Gebetbücher, Räucherstäbchen, keine Klangschale, noch nicht einmal eine Yogamatte. Ziegelmeiers Ort der Stille liegt nun aber auch nicht - wie es manchmal heißt - „direkt vor der Haustür“.

Denn dort, vor seiner Haustür, fahren Linienbusse und Autos vorbei. Die Haustür, an der wir uns treffen, ist aber der Ausgangspunkt für unsere Expedition in die Stille.

Ziegelmeier: Ja, es ist hier mitten in der Stadt, aber zum Glück auch gleich draußen.

Autor: Man geht hier schon an Bäumen entlang.

Ziegelmeier: Man merkt, es geht ins Grüne.

Autor: Wir können hier ja schon auf Erde gehen.

Ziegelmeier: Viele nutzen einfach hier das Grün, aber es ist so weitläufig, also man steht sich nicht auf den Beinen, sondern kann die Ruhe genießen.

Otto Ziegelmeier kommt ursprünglich aus Bayern, ist wegen seiner Frau nach Hessen gezogen, lebt mit ihr seit langem in Frankfurt am Main und ist evangelischer Pfarrer. Er steht jedoch auf keinem kirchlichen Gehaltszettel, sondern verdient sein Auskommen als Berater, Lektor und Autor. Es ist nicht so, dass ihn Reichweite, Klicks und Follower überhaupt nicht interessieren. Im Gegenteil! Als Webmaster der Internetseite Theology.de informiert er seit mehr als 25 Jahren über Kirche, Theologie, Glaube, Religion. Viele Millionen Besucher hat seine von ihm ehrenamtlich betriebene Webseite.

Jeden Monat verschickt der Pfarrer einen Newsletter. Trifft er in meinem Postfach ein, lese ich gleich seine sehr persönliche, oft verblüffende Rubrik „Angedacht“. In ihr geht es etwa um „Käthes Lehre“, „ein makabres Experiment“, „die Botschaft der Schneeflocke“ oder „Über die besten Waffen gegen den Hass“. Auf die Rubrik erhält er Reaktionen von mehreren Kontinenten, sagt er. Und doch hat er eine Schwäche fürs Nahe, engagiert sich in Bockenheim, dem Frankfurter Stadtteil, in dem er lebt.

Das macht mich neugierig, weil ich schon länger dem Verdacht nachgehe, dass das Wesentliche womöglich im Verborgenen blüht. Ich brauche es dann also nicht auf großen Bühnen zu suchen.

Es zeigt sich am Rand, auf Nebenpfaden, im Mikrokosmos, vielleicht sogar auf dem Terrain, das viele als Abseits belächeln. Liegt das Ziel unserer tiefen Wünsche am Ende sogar so nahe, dass man Gefahr läuft, darüber hinwegzublicken?

Otto Ziegelmeier jedenfalls erreicht seinen Platz, an dem er tiefe Ruhe findet, nach sechs Minuten: Eine Gruppe aus Sitzbänken im Niddapark, dem ehemaligen Bundesgartenschauengelände in Frankfurt am Main.

Ziegelmeier: Da vorne ist sie auch schon, unsere Bank.

Autor: Oh!

Ziegelmeier: Ja. Erhöht geht es zu der kleinen Baumgruppe,

Autor: Drei Stufen.

Ziegelmeier: Hm. Fast wie in manchen Kirchen - zum Hochaltar.

Autor: Setzen wir uns mal hin.

Ziegelmeier: Ja.

Man hört tiefes Atmen, das Rauschen der Blätter, ferne Auto Geräusche

Autor: Obwohl es nur einige Stufen sind, habe ich seltsamerweise doch auch ein Gipfelgefühl. So eine leichte Erhöhung. Liegt vielleicht auch an dem Bergwind, der hier weht.

Ziegelmeier: Es ist zwar nicht der Berg Sinai oder der Berg der Seligpreisungen, aber es hebt ein bisschen rauf. Und man hat einen anderen Blickwinkel. Ich sehe hier mein Zuhause und habe doch eine gewisse Distanz. Wenn die Blätter weg sind, sehe ich auch den „Ginnheimer Spargel“, den Fernsehturm. Wenn ich um die Ecke blicke, dort drüben, dort sind Wohnungen für Geflüchtete gebaut. Also man hat hier vieles, was neue Impulse setzt. Man hat hier die Natur, man hat hier den Himmel. Es ist einfach wohltuend. Inspirierend und nachdenklich machend zugleich.

Autor: Das Erstaunliche, finde ich, dass das so nah ist und schon alles, wie man es kennt - und doch ist es anders!

Ziegelmeier: Ja, das ist die Paradoxie, die man hier erlebt, die auch eine gewisse Spannung aufbaut. Man weiß, man könnte gleich zuhause sein, aber man muss es nicht. Es gibt hier mehrere Routen, inzwischen kennen wir, seitdem wir hier seit circa 30 Jahren leben, fast jeden Winkel, möchte ich behaupten. Aber immer wieder kamen wir hier bei dieser Bank vorbei, sind hier eingekehrt, haben uns hingesezt, einen Moment Stille gehalten. Wie so eine Art Stammplatz.

Autor: Ja, so ein Stammplatz, aber irgendwie auf der Grenze?

Ziegelmeier: Da spielen vielleicht die bayerischen Wurzeln rein von Stammtisch - wo man hier seinen Stammplatz hat, wo man sagt: Ja, da komme ich immer wieder hin.

Es ist nicht so, dass hier ein Fähnchen steht: Reserviert für mich, nein, das nicht. Aber wo man sagt, irgendwo hat man eine Beziehung dorthin.

Auffällig: Die insgesamt fünf Sitzbänke bilden einen Halbkreis, wirken wie eine Einladung, sich mit anderen auszutauschen. Oder nach innen zu schauen. Und doch regt der Ort dazu an, über sich hinauszuschauen. Denn die Bänke bilden eben keinen vollständigen, in sich geschlossenen Kreis. Die andere Seite ist frei, der Blick öffnet sich.

Ziegelmeier: Man hat den Blick in die Weite, ja, weil gegenüber sitzt niemand, gegenüber ist quasi die große, weite Welt. Und die ist auch ein Stückchen weit weg. Da sind vorher noch ein paar kleine Bäume. Da ist die Wiese, der Bolzplatz. Wieder Bäume, eine Wiese. Und dann erst kommen Häuser und dahinter sieht man Teile von der Skyline.

Ich habe mich auch immer gewundert, warum Jesus auf einen Berg gegangen ist. Oder aufs Wasser gegangen ist. Oder in den Garten gegangen ist. Interessanterweise waren das immer Orte in der Natur, also es gibt da wenig Rückzug in die Bibliothek oder sonst wo – sondern raus! Ich spüre auch, dass diese Orte wohltuend sind, ein Neu-Orten. Nur das Geräusch im Hintergrund hören, die Autobahn aus der Ferne. Oder das Rauschen der Blätter, einfach mal ganz piano, einfach mal nichts tun. Runterkommen. Und vielleicht dann noch mal neu über Dinge nachzudenken und neu Antworten zu finden. Oder einfach zu sagen: Ich schnaufe jetzt mal durch und sammle neue Kraft. Tief durchatmen, mal nichts tun. Und ich merk: mit diesem Abstand oder mit dieser neuen Kraft gelingt es besser.

Autor: Diese Ruhe, dieses Wohlbefinden. Würdest du auch sagen, das ist – oh, das Postauto kommt sogar auch! (Postauto wendet, fährt wieder weg) Ist das auch, würdest du sagen, das kann auch so eine Art Gebet sein, dich hier hinzusetzen?

Ziegelmeier: Ja, nicht nur eine Art Gebet. Ach ja: Vor dir stößt manches Stoßgebet auf. Doch. Das ist auch ein Punkt, wo ich sage: Hier kann ich mich zurückziehen, hier bin ich quasi bei mir beziehungsweise eben dann auch bei Gott. Wo ich meditieren kann – vielleicht zu hoch gegriffen. Aber einfach mal die Seele schweifen lassen kann und natürlich auch beten kann.

Autor: Das ist ja auch so ein Eingeständnis: Alleine bekomme ich es nicht hin.

Ziegelmeier: Das ist ein Eingeständnis. Man kann auch sagen: Blamage: Ich schaff es alleine nicht. Ich sehe das gar nicht so, ganz im Gegenteil. Ich habe hier eine Möglichkeit, mir helfen zu lassen. Ich bin hier, war oft auch mit meiner Frau auch hier, ich spüre auch ihre Nähe und manchmal bin ich da im Zwiegespräch mit ihr. Und kann sie fragen: Wie würdest du das sehen? Wie würdest du das beurteilen? Welche Lösung siehst du? Und das tut mir einfach auch gut. Sonst würde ich nicht immer wieder freiwillig hierher kommen.

Autor: Ja, dieses Guttun, Sich-Neu-Ausrichten, Ruhe-Finden, das geht halt auch zu zweit?

Ziegelmeier: Das geht sehr gut zu zweit, und ich weiß auch, wir haben hier zu unserer Hochzeit auch Fotos gemacht, in Zweisamkeit und deswegen ist dieser Ort immer mit vielen Erinnerungen oder Eindrücken positiv aufgeladen – und denke ich gern daran zurück. Oder ich muss nicht mal hier sein, sondern wenn ich nachts nicht einschlafen kann, denke ich an den Ort und merke: Es tut mir gut.

Das ist eine besondere Fährte, die Otto Ziegelmeier bei unserer Expedition in die Stille Frankfurt legt: Es gibt Orte, an denen man spürt: Hier ist es gut. Aber darüber hinaus ist es offenbar möglich, die Beziehung zu solch einem Platz so sehr zu pflegen, dass er irgendwann zu einem Ort in mir wird: eine Art heiliges Zelt, das beweglich ist und ich überall mitnehmen kann. Das erinnert mich an die Stiftshütte, das Offenbarungszelt. Die Israeliten führten es während ihrer Wüstenwanderung mit sich, wie die Bibel erzählt. Ein Vorläufer des Tempels, der leicht aufbaubar und wieder abbaubar war. Dort kommt Gott zu Besuch und Mose spricht mit ihm wie mit einem Freund.

Wobei so ein inneres Zelt noch viel beweglicher ist. Sekundenschnell lässt es sich aufschlagen, wenn man sich gehetzt, angegriffen oder schutzlos fühlt. Dann wird es in mir ganz still und ich habe das Gefühl, niemand kann dieses Zelt in mir zerstören. Solch eine mobile Einkehrstätte versetzt mich in Gedanken sofort an einen Platz, der mir Ruhe gibt. Was ziemlich praktisch ist. Denn Unruhe, Lärm und Nervosität können einem überall begegnen, nicht nur in der Stadt. Genauso aber ist es möglich, dass ich den Weg in die Stille überall beginnen kann: in mir selbst, auf dem Land - oder auch in einer Stadt wie Frankfurt am Main.

Otto Ziegelmeier

Das ist wuselig, das ist sehr geschäftig, das ist umtriebiger. Stimmt alles. Aber ich habe auch erlebt: Frankfurt ist ein Konglomerat von vielen Dörfern, die zusammengeplumpst sind. Es gibt hier keine sechsspurigen Highways, die durch die Stadt gehen. Es sind viele kleine Straßen. Machen zwar auch viel Lärm, Verkehr. Aber es ist doch beschaulich. Es gibt hier Kopfsteinpflaster, kleine Häuser, kleine Geschäfte - und man kann auch Orte finden, die sehr geruhsam sind. Und es sind vielleicht nicht nur Orte, es gibt auch die Momente. Frankfurt ist berühmt für seinen Äpfelwoi und dass man sich hier auch immer mal trifft und einen Schoppen zusammenpetzt, wie es so schön heißt.

Es gilt das gesprochene Wort.

Musik dieser Sendung:

1.- 6. The Collected Recordings of Hélène Grimaud

Redaktion: Pfarrer Martin Vorländer (martin.vorlaender@gep.de)

Weitere Sendungen, Informationen, Audios und mehr finden Sie unter:
<http://rundfunk.evangelisch.de/kirche-im-radio/deutschlandfunk/am-sonntagmorgen>
Facebook: <https://www.facebook.com/deutschlandradio.evangelisch>