

## Ruhe

Sie begegnet mir eigentlich immer unverhofft, sie ist auf einmal da.

Präsent.

Spür- und greifbar.

Und bleibt, verweilt.

Mal kürzer, mal länger.

Manchmal sehe ich ihr nach und wundere mich darüber, warum sie sich jetzt gerade diese Situation ausgesucht hat.

Und heute, in diesem einen Moment der Ruhe erschlossen sich mir auf einmal die Menschen, die Ruhe manifestieren in Form einer Handlung oder einer Berührung, indem sie Yoga betreiben oder Baumstämme umarmen oder auf vielfältige Art und Weise Ruhe ein Gewand, ein Gesicht geben. Sie lassen Ruhe zu einem Zustand werden, der sich erstellen, hervorrufen, reproduzieren lässt.

Für mich ist Ruhe ein Gast mit vielen Gesichtern, der sich nie so wirklich anmeldet und dann auch einfach aufsteht ohne große Worte der Verabschiedung. Schön, dass sie, die Ruhe, mich immer wieder findet.

Ich mag sie gerne.

Wenn sie da ist, gerät alles in einen Slowmotionmodus, manchmal auch mit Weichzeichner. Das mag ich am liebsten.

Unüberbietbar ist für mich die unerwartete, mit einem Menschen gemeinsam erlebte Ruhe in einer alltäglichen Situation. Sie zeitgleich mit einem anderen Menschen zu erfahren, ist wohl eher selten. Glaube ich. Es ist die unausgesprochene Übereinkunft über diesen geteilten Moment von Ruhe und dem mitschwingenden „Es ist gut so!“, die sich wie ein dicht geknüpfter Teppich für den Bruchteil von Sekunden um zwei Menschen legt.