



## Halt die Klappe!



### Impuls

In einer Zeit in der sich die Gottgeweihten Männer mit den langen Kutten und kurzen Tonsuren schon frühmorgens stehend, sitzend, kniend im Chorgestühl zur Morgenhore versammelten und ihre heiligen Hintern immer wieder abwechselnd auf die kalten Klappsitze auf- und niederfahren ließen, da kam es vor, dass mancher Mönch im Halbschlaf vergaß, die Klappe seines Sitzes festzuhalten, was mit einem scheppernden Radau derselben quittiert und von der Kathedralenarchitektur ordentlich verstärkt wurde. Spätestens in dem Moment wurde durch den Krach auch der stillste Bruder aus seinem Dämmer Schlaf gerissen und konnte sich nun konzentriert seiner Oratio widmen. Natürlich war diese Peinlichkeit unerwünscht, denn sie störte die andächtige Stille. So kam es, dass die heiligen Männer in ihrer kurzen, verständlichen Art den müden Geistern unter ihnen folgende drei Worte zuzischten: «Halt die Klappe!«. Der historische Kontext lässt darauf schließen, dass es hier anfangs nicht darum ging den Mund zu halten, sondern die Kommunikation mit dem Schöpfer nicht durch unnütze Beschallung zu unterbrechen.



Zum Gebet braucht Mann Ruhe. Jede Ablenkung stört. Wir brauchen auch heute mehr denn je unabgelenkte Zeiten und Raum zur Konzentration sonst leidet unsere Wahrnehmung und wir verlieren möglicherweise die Zielorientierung unseres Lebens. Gebet braucht zudem Tiefe, das heißt vom Inhalt her Wesentliches. Was für einen Mann neben Bier, Fußball und Sex im Leben wesentlich ist, müssen wir hier nicht verhandeln. Mag sein, dass manche wortkarge Persönlichkeit meint, Gebet sei was für Frauen, Pastoren und »Schöne-Worte-Macher«. Das stimmt nicht. Das Gespräch mit Deinem Schöpfer gehört zum wesentlichsten Sinn Deines Lebens auch wenn "unser raffiniertes Herz immer wieder Wege findet, der Gegenwart Gottes auszuweichen" (Rolf Sons). Auch wenn der deutsche Bundesbürger laut einer Statistik nur zwei Wochen seines Lebens mit Gebet verbringt, so tragen wir doch alle die Sehnsucht nach einem Gegenüber in uns, das uns in Zeiten von Frauenquoten auch als Mann endlich einmal versteht.



### Das gute Wort aus der Bibel

Aus der Tiefe rufe ich, HERR, zu dir. Herr, höre meine Stimme! (Psalm 130,1f.)



### Gesundheitstipp

Die Sonntagsruhe ist die Gelegenheit, die Seele zu pflegen. Unter der Woche bist du ständig auf dem Sprung, ohne wirklich zu springen. Du wirst aufgescheucht und sehnst dich nach Ruhe. Diese findest du nicht im Rumhängen, sondern dadurch, dass du den Rhythmus änderst, entschleunigst, alles mit Bedacht tun, nicht einfach weiter machen wie immer. Wenn du dich außerdem noch regelmäßig bewegst (Sonntagsspaziergang) und mit den Fingern feinmotorisch aktiv bleibst (Schlips umbinden, Malen, Modellieren, Klavierspielen, Briefeschreiben, Krocketspielen, Fahrradfahren ...) wirst du laut Prof. Dr. Wildor Hollmann mit an Sicherheit grenzender Wahrscheinlichkeit keinen Alzheimer bekommen. Das sind doch angenehme Aussichten.



### Dank für

Impuls: Tobias Morsch; Gesundheitstipp: Gert von Kunhardt; Bild: bilderBox.com

### Das Kleingedruckte

Weitere Informationen zur MännerMail finden Sie unter <http://www.maennermail.de>.

Sie wollen die MännerMail empfehlen? Klasse! Interessierte können die Männermail durch Anmeldung über oben genannten Link beziehen. Wenn Sie die MännerMail nicht mehr erhalten möchten, schreiben Sie bitte ein Nachricht an [maennermail@lgv.org](mailto:maennermail@lgv.org) - Betreff: Austragung Newsletter. Die Rechte an den geistlichen Impulsen der MännerMail liegen beim Liebenzeller Gemeinschaftsverband. Sie können gerne unter Angabe der Quelle (MännerMail.de) und des Internetlinks ([www.maennermail.de](http://www.maennermail.de)) zitiert werden. © MännerMail-Team