

Monatswort der Seelsorgenden / August 2026

"Reif für die Insel?!"



Bild: Pixabay

Jetzt in den Sommermonaten ist für viele Mitarbeitende, auch hier am Limmi, die Zeit gekommen, in der sie ihre Ferien beziehen. Diese bedeuten eine willkommene Auszeit vom strengen Alltag.

"Ich bin reif für die Insel!", so sagen wir manchmal, wenn wir uns nach einer Pause sehnen und einen Unterbruch unseres Alltagstrotts nötig haben.

Ferien sind sozusagen "grosse" Inseln im Lauf des Jahres. Daneben gibt es aber auch "kleine" Inseln zu entdecken. Damit meine ich Orte, an die man sich zurückziehen kann, um zur Ruhe zu kommen. Das ist möglich, auch ohne dafür eine weite Reise zu unternehmen. Dies zeigt zum Beispiel die folgende Kindheitserinnerung, die ich in einem Buch gelesen habe:

"Als kleines Kind versteckte ich mich manchmal im Kleiderschrank meiner Eltern. Nur zum Spass. Später, als Schulkind, zog es mich gelegentlich dahin zurück. Immer, wenn ich mich erholen wollte von der Welt. Im Schrank roch es nach Lavendel und altem Holz."

Im Sommer drängten sich darin die schweren Mäntel. Im Winter raschelten die leichten Kleider. Ich war geborgen in seiner Stille. Die Wände dämpften jedes Geräusch."¹

Kinder haben die Fähigkeit, wohlthuende Rückzugsorte für sich ausfindig zu machen: Unter Mutters Schreibtisch, hinter dem Sofa oder eben im grossen Kleiderschrank.

Ich erinnere mich an einen solchen Rückzugsort aus meiner eigenen Kindheit. In unserem Garten stand eine grosse, alte Buche. Ihre Äste reichten zwar nicht bis zum Boden hinunter, aber mit etwas Geschick gelang es mir, auf den Baum hinauf zu klettern. Es gab dort oben eine Astgabel, in der es sich wunderbar sitzen liess. Ich liebte diesen Ort, wo mich niemand sehen konnte; da konnte ich vor mich hinträumen oder ein Buch lesen, umgeben vom grünen Blätterdach. Das war in jenen Stunden meine "Insel".

Haben Sie auch Ihre Rückzugsorte, Ihre «Inseln», wo Sie sich erholen können, wenn Sie das Alleinsein oder die Stille suchen? Gibt es einen Platz in Ihrer Nähe, der Ihnen wohltut, wenn Sie sich dort aufhalten?

Auch auf dem Spitalgelände gibt es Orte, wo man sich zurückziehen und zur Ruhe kommen kann. So laden etwa der Raum der Stille und die Spitalkapelle zum Innehalten und zum einfachen Dasein ein.

Erholsame Sommermomente wünscht Ihnen



Regula Metzenthin
Reformierte Pfarrerin
Spital Limmattal

¹ Rainer Schildberger, Das Leisewerden wagen. Eine Begegnung mit dem Schweigen, in: Martin Werlen (Hg.), Auf der Suche nach dem Eigentlichen. Zu Gast in der Stille des Klosters, Freiburg 2003.