

# idea Spektrum

Nachrichten und Meinungen aus der evangelischen Welt

## Stille braucht Wille



Christoph und Karin Erb vom Haus zur Stille und Einkehr in Wildberg erklären, warum es sich gerade in der Adventszeit lohnt, aus der Hektik auszubrechen. Seite 7

**5 Flüchtlingshilfe** Denise Kehrer wechselt zur SFH | **16 Sexualität** Freikirchen stellen sich den neuen Herausforderungen | **19 Nacht des Glaubens** Knatsch um Bewilligungsverfahren  
**26 Theologie** Bitte nicht vergessen: Jesus Christus wird wiederkommen!

# Einmal still werden – ohne Handy

**DER WELT DIENEN** Wer zur Ruhe kommen will, muss sich dafür entscheiden. Und auf das Handy verzichten. Das betonen Christoph und Karin Erb, Leiter des Hauses zur Stille und Einkehr Wildberg. Gerade im Advent lohne es sich, aus der Hektik auszubrechen. Von Andrea Vonlanthen



*Angenommen, ich bin ein Manager mit einem 16-Stunden-Tag und fühle mich kurz vor Weihnachten völlig ausgebrannt. Wie können Sie mir auf dem Wildberg helfen?*

**Karin Erb:** Sie müssen bereit sein, in die Stille zu kommen. Wir können Ihnen ein Zimmer anbieten, und dann bestimmen Sie selber, wie Sie zur Ruhe kommen wollen. Sie können die drei Tagzeiten-Gebete der Kommunität besuchen, zusammen mit uns essen und vielleicht auch ein Kursangebot nutzen, um sich auf Weihnachten einzustimmen. Und sie sollten den Alltag bewusst zurücklassen.

*Warum kommt heute der Mensch, nicht nur der Manager, kaum mehr zur Ruhe?*

**Christoph Erb:** Es ist zuerst ein Willensakt, wenn man zur Ruhe kommen will. Ganz bewusst muss ich in meiner Agenda einen Strich ziehen und mich von äusserem und innerem Leistungsdruck lösen. Dieser Willensakt fällt den meisten Menschen nicht leicht. Sie sind vom Alltag gefangen und versuchen einfach zu funktionieren, solange es nur geht.

*Wie wirkt sich die pausenlose Betriebsamkeit und Hektik auf unsere Gesellschaft aus?*

**Karin:** Viele Menschen erleben die Arbeit und auch die Freizeit nur noch als ein Müssen: Ich muss, ich muss ... Die Seele kommt zu kurz. Auch der Körper reagiert und kann plötzlich einen Zusammenbruch erleiden.

## Die Gastgeber

Das Haus der Stille und Einkehr Wildberg wird seit Juli 2014 von Christoph und Karin Erb geführt. Christoph Erb, 58, hat ein veterinärmedizinisches Studium in Bern als diplomierter Tierarzt abgeschlossen. Er war 13 Jahre Leiter der militärischen Pferdeklinik in Bern und Instruktionsoffizier der Veterinärtruppen. Ebenfalls 13 Jahre wirkte er danach als Geschäftsführer der Tierversicherungsgesellschaft in Lausanne. Karin Erb, 59, ausgebildete Sekundarlehrerin, ist seit 1984 Familienfrau. Sie erteilte viele Jahre Privatunterricht in Stimmbildung/Gesang und Französisch und wirkte auch als Katechetin. Zusammen mit ihrem Mann leitete sie acht Jahre die IVCG-Gruppe Bern. Sie haben drei erwachsene Kinder und zwei Enkel. Zur Kommunität Wildberg gehören auch Sr. Evelyne Stocker (geistliche Leitung), Sr. Edith Bruggmann (Hausdienst) und Agathe Rub (Hauswirtschaft und Hebamme).

**Christoph:** Das hat auch mit den Werten unserer Gesellschaft zu tun. Heute ist die erste Frage meist: Was für einen Job hast du? Was machst du? Erwartet wird, dass ich erfolgreich bin. Ich muss brillieren, damit ich gesellschaftlich akzeptiert bin. Damit lasse ich mich in ein Hamsterrad drängen. In diesem Hamsterrad habe ich nur Erfolg, wenn ich weiterlaufe. Wenn ich aussteige, bin ich ein Nobody. Wer will das schon sein? Man sieht den Menschen nicht mehr als Menschen, sondern als Leistungserbringer.

*Was geht in Ihnen vor, wenn Sie vom Selbstmord eines Swisscom-Chefs oder eines Bankmanagers lesen?*

**Karin:** Ich denke: Schade, dass sie die Stille nicht gekannt haben. Wir kennen jemanden, der befreundet war mit dem Swisscom-Chef. Er war ein grosser Menschenfreund, doch er hat die richtige Balance nicht gefunden und es auch nicht verstanden, zu sich selber zu schauen.

**Christoph:** Ein Freund hätte ihn fragen müssen: „Merkst du eigentlich, wie es dir geht? Wäre es nicht an der Zeit, dass du einmal zu dir schaust?“ Viele Leute in der Wirtschaft haben nur Freunde, die sie nach ihren Erfolgen fragen.

*Was muss ich hinter mir lassen, um zur Stille zu finden?*

**Christoph:** Ich muss bereit sein, all das, was mich „tattet“, zurückzulassen. Das kann nur schon heissen, das Natel abzustellen und für einmal nicht online zu sein. Ich muss mich entscheiden, gewisse Sachen für ein paar Tage unerledigt zu lassen.

*Gibt es auf dem Wildberg ein Handy-Verbot?*

**Christoph:** Es gibt kein Handy-Verbot und kein PC-Verbot! Wir haben sogar Wireless eingerichtet. Unsere Gäste sollen sich selber bewusst dazu entscheiden, in die Stille zu kommen. Doch wenn ein Gast sehr gestresst wirkt, fragen wir ihn gerne, ob er das Natel abgeben möchte.

*Wie viele Tage sollte der innerlich sehr unruhige Gast auf dem Wildberg verbringen, um den Segen der Stille gewinnen zu können?*

**Karin:** Das hängt vom einzelnen Gast ab. Wenn man Angst hat vor der Stille und nur mit grosser Skepsis zu uns kommt, empfehlen wir, einmal einen Tag bei uns zu verbringen. Wer diesen Tag gut erlebt, macht dann vielleicht ein Wochenende daraus. Einige Gäste kommen





einmal im Jahr eine ganze Woche. In die Stille kommen heisst ja nicht unbedingt, dass man nicht mehr reden darf. Es gibt Kursangebote, bei denen wirklich 24 Stunden geschwiegen wird. Viele Gäste nutzen aber auch die Möglichkeit zum beratenden Gespräch. Schnuppern – Freude an der Stille bekommen – eine Regelmässigkeit einbauen: So stimmt es für viele unserer Gäste.

**Christoph:** Entscheidend ist auch, mit welcher Gesinnung ein Gast in die Stille kommt. Wer mit einer langen To-do-Liste kommt, wird Mühe haben, die Stille zu finden. Das Geheimnis der Stille liegt im Loslassen. Nur so kann etwas passieren. Die Stille hat einen Gastgeber: Jesus. Und dieser Gastgeber sagt einfach: „Sei jetzt einmal ganz bei mir. Ich will dir helfen.“ So kann ich zu einem neuen, tiefen inneren Frieden kommen.

*Wie gestaltet sich der Tag für den ausgebrannten Manager oder auch für die erschöpfte Familienfrau in Ihrem Haus der Stille und Einkehr?*

**Christoph:** Es geht zuerst einmal um das Ankommen und dann einfach um das Dasein. Einige nutzen den ersten Tag, um zu liegen, zu schlafen, zu laufen und mit uns zu essen. Anschliessend suchen sie dann meist eine Struktur. Wir laden zu den drei täglichen Gebetszeiten der Kommunität ein. Es gibt die Möglichkeit zum persönlichen Gespräch, zur sportlichen Betätigung, zum Malen. Doch für stark erschöpfte Menschen ist es gut, einfach einmal nichts zu machen und auf Gott zu hören.

*Kann man Gott auf dem Wildberg besser hören als zu Hause?*

**Karin:** Ja! Auf den Wildberg kommen Menschen ganz bewusst, um Ruhe zu suchen. Wirkliche innere Ruhe kann ich nur in Gott finden. Man versucht, die alltäglichen Sorgen hinter sich zu lassen. Hier muss niemand kochen oder haushalten. So öffnet sich ein grosses Fenster, um Gott begegnen zu können: im Gebet, in der Bibellese, in einem

Bild, einer Beobachtung in der Natur. In unserm Haus wird seit über 60 Jahren regelmässig gebetet, dreimal täglich auch in unsern Tagzeitengebeten. Das ist spürbar. Christoph: Das Gebet ist das Geheimnis für den Frieden in unserem Haus. Im Kommunitätsgebet wird auch bewusst für Gäste vor und während ihres Aufenthaltes gebetet. Wir nehmen auch gerne ihre Gebetsanliegen auf.

## „Viele Menschen erleben die Arbeit und auch die Freizeit nur noch als ein Müssen.“

*Auf welche Exerzitien, also geistliche Übungen, legen Sie besonderen Wert?*

**Christoph:** Für mich ist das die Meditation. Ich konzentriere mich ganz bewusst auf ein Wort von Gott. Ich lasse mich dabei von nichts ablenken. Ich verwende gerne den Begriff „verkosten“. Ich „kaue“ ein Wort so lange, bis ich merke, was mir Gott damit sagen will.

**Karin:** „Exerzitien“ ist ein furchterregendes Wort. Für einen Mann kann das nach militärischem Drill tönen. Aber „Exerzitien“ heisst nichts anderes als „üben“. Es geht um einen Übungsweg, um Ebenbild Gottes zu werden. Ich möchte einfach Mut machen, diesen Weg auszuprobieren.

*Wie kann die Familienfrau nach dem Abstecher auf den Wildberg Stille auch im Alltag üben?*

**Karin:** Ich empfehle ihr, eine Perle, eine Erfahrung vom Wildberg, mit nach Hause zu nehmen und dort umzusetzen. Zum Beispiel ein Bild, das besonders zu ihr gesprochen hat, am Badezimmerspiegel aufhängen als tägliche Erinnerung. Der Alltag holt einem bald wieder ein! Stille erleben ist ein Weg, den man zu Hause weiter üben oder bei einem späteren Besuch auf dem Wildberg vertiefen

kann. Auf diesem Weg kann ich immer besser zu mir finden und auch zu Jesus hinwachsen.

*Was lernen wir denn von Jesus, wenn wir zur Ruhe kommen wollen?*

**Christoph:** Jesus zog sich oftmals zurück von den Menschen und von seinen Verpflichtungen, um mit seinem Vater im Gespräch zu bleiben. Vor ganz wichtigen Aufgaben zog er sich häufig auf einen Berg oder auch in die Wüste zurück, um zu beten. Gestärkt und klar ausgerichtet nahm er danach seine Aufgaben wahr.

*Kann ich den Wildberg mit gutem Gewissen einem Kollegen empfehlen, der nicht an Gott glaubt?*

**Karin:** Bestimmt! Unser Haus ist für jedermann offen nach dem Motto „Gott liebt alle Menschen“.

**Christoph:** Es gibt Gäste, die schon mehrmals kamen, obwohl sie mit dem Glauben wenig am Hut haben. Wir laden alle ein, weil auch Jesus alle Menschen einlädt, lassen aber keine Zweifel darüber aufkommen, dass Er der Hausherr ist.




„Auf dem Weg der Stille kann ich immer besser zu mir finden und zu Jesus hinwachsen.“

*Auch junge Menschen leiden an mancherlei Nöten. Was haben Sie ihnen zu bieten?*

### Das Haus der Stille und Einkehr

Die Geschichte des Wildbergs beginnt mit der Kindergarten-Diakonie des Schweizer Zweigs der deutschen Nonnenweiherschwestern. 1954 bezog die Schwesternschaft das neue Mutterhaus in Wildberg im Zürcher Oberland, auf 650 Meter über Meer gelegen. Während 14 Jahren wurden hier unter der Leitung von Sr. Marta Albrecht Seminaristinnen ausgebildet. 1967 folgte der erste Anbau an das zu klein gewordene Diakonissenhaus. Bald meldeten sich keine jungen Frauen mehr als Diakonissen an. So wurden freie Kindergärtnerinnen ausgebildet. 1973 übernahm das Diakonissenhaus Riehen das Diakonissenhaus Wildberg, dessen Schwesterngemeinschaft sich auflöste. Im Wildberg entstand eine Schwesternzelle, die hier bis 2013 ein Haus der Einkehr und Stille führte. Aus finanziellen Gründen erfolgte die Schliessung. 2014 bildete sich die neue Kommunität Wildberg, die Anfang 2015 offiziell die Führung des Hauses übernahm. Damit verbunden war die Loslösung von der Kommunität Diakonissenhaus Riehen. Das Haus der Einkehr und Stille Wildberg umfasst heute 25 Gästezimmer mit 32 Betten.

 [www.kommunitaet-wildberg.ch](http://www.kommunitaet-wildberg.ch)

**Christoph:** Man könnte meinen, mit unsern traditionellen Liturgien in den Gebetszeiten könnten Junge nichts anfangen. Doch es kommen viele jüngere Menschen zu uns, gerade auch jüngere Ehepaare, die unsere Gebetszeiten und unsere Lebensweise schätzen. Was ihnen bei uns auf jeden Fall zusagt, ist die Ruhe. Die Seele unseres Hauses ist ja die Kommunität. Zu ihrem Auftrag gehören Stille, Gastfreundschaft und Gemeinschaft. Diese Elemente werden altersunabhängig geschätzt.

**Karin:** Gerade die jüngeren Singles schätzen die Gemeinschaft und das Gefühl, wie in einer Familie aufgehoben zu sein.

*Sie leiten den Wildberg nun seit zweieinhalb Jahren. Vorher war er wegen finanzieller Probleme ein Jahr lang geschlossen. Welche Perspektiven hat Ihr Haus?*

**Christoph:** Unser Haus wurde nicht wiedereröffnet, um wieder geschlossen zu werden. Unser ganzes Denken, Handeln und Beten ist ausgerichtet auf die Zukunft. Wir haben monatlich grosse Sorgen. Aber wir schauen nicht zuerst auf unsere Sorgen, sondern auf Jesus. Wir sind überzeugt, dass Er dafür gesorgt hat, dass der Wildberg durch eine berufene neue Kommunität wieder als Haus der Stille offen ist. Darum vertrauen wir darauf, dass unser Haus eine grosse Perspektive hat ...

*Was macht der Verein, der nun den Wildberg führt, denn anders?*

**Christoph:** Was der Wildberg vorher machte, war sehr gut. Wir waren lange genug als Gäste hier. Die neu gegründete Kommunität Wildberg hat eine neue Vision und einen klaren Auftrag. Gott hat eine neue Leitung berufen, um das Haus zu führen. Dieser Berufung und dem Auftrag wollen wir treu nachkommen.

**Karin:** Geändert hat sich auf dem Wildberg auch, dass es nun in der Kommunität ein Ehepaar gibt.

*Sie nennen sich nun eine „gemischte Kommunität“ ...*

**Christoph:** Wir sind in erster Linie eine ökumenische Kommunität. Zu ihr gehören zwei Riehener Schwestern, die schon lange hier sind, und neu auch eine freischaffende Hebamme mit einem 50-Prozent-Pensum. Zudem sind nun auch Männer vertreten, nämlich ein Koch und ein Mitarbeiter im Hausdienst.

*Im Wildberg wird viel gebetet – wofür beten Sie momentan intensiv?*

**Christoph:** Unser grösstes Gebetsanliegen ist eine Verstärkung unserer Kommunität mit berufenen Menschen: Frauen und vor allem auch Männer, die den Auftrag des Hauses auf dem Herzen tragen. Wir können uns auch neue Kommunitätsmitglieder vorstellen, die bei uns mithelfen, die aber ihren Auftrag nicht nur innerhalb unseres Hauses sehen. Wir wollen die Verbindung zur Welt noch viel intensiver gestalten.



*Zu Ihrem Team gehört eine Hebamme. Können Frauen auf dem Wildberg auch gebären?*

**Karin:** Das nicht gerade. Aber letzte Woche war zum Beispiel eine hochschwangere Frau bei uns, sodass wir mit allem rechneten. Unsere Hebamme bietet Wochenbettbetreuung an. Bei mancher Mutter bricht nach dem Spitalaufenthalt der Babyblues aus. Gerade diesen Müttern bieten wir eine persönliche Beratung und Betreuung bei uns an.

*Warum fällt es vielen Menschen so schwer, gerade in der Adventszeit zur Ruhe zu kommen?*

**Christoph:** Weil die Adventszeit immer mehr auch zu einer Leistungszeit geworden ist. Ich muss Geschenke vorbereiten, ich muss Familienfeiern vorbereiten, ich muss dies und jenes erledigen, ich muss ein Adventskonzert besuchen ... Die Agenda ist heute gerade in der Adventszeit übervoll.

**Karin:** Dazu kommen tiefe Sehnsüchte. Man sehnt sich nach Frieden und Geborgenheit. Da meldet sich plötzlich eine innere Stimme. Sie macht mich darauf aufmerksam, dass diese Hektik nicht gut ist für mich. Es fragt sich, ob ich dann aus dieser Hektik ausbrechen kann.

*Wie kann es einer Familienfrau mit drei lebhaften Schulkindern gelingen, sich in Ruhe auf Weihnachten vorzubereiten?*

**Karin:** Sie sollte versuchen, die Kinder einmal ihrem Mann oder dem Grossmami abzugeben und sich bewusst eine Zeit für sich allein zu gönnen. Sie könnte auch allein oder mit einem einzelnen Kind einen oder zwei Tage zu uns kommen und die andern Kinder den Grosseltern überlassen. Das täte dem Mami bestimmt gut!

**Christoph:** Dazu haben wir ja im Dezember spezifische Angebote wie Einkehrtage oder eine Exerzitienwoche, und wir haben vor allem auch ein Kerzenziehen. All das kann helfen, vor Weihnachten zur Ruhe zu finden.

*Was unternehmen Christoph und Karin Erb, wenn sie im Advent selber zur Ruhe kommen wollen?*

**Christoph:** Wir geniessen den Duft von Bienenwachs im Haus und beteiligen uns selber am meditativen Kerzenziehen. Wir freuen uns auf die spezielle Adventsliturgie unseres Abendgebetes. Nur schon die Vorbereitung auf diese Angebote hilft uns, zur inneren Ruhe zu kommen. Aber wir nehmen uns auch im Dezember bewusst freie Tage.



„Ich habe einen grossen Horror vor dem Kommerz in der Zeit vor Weihnachten.“

*Und wie gestalten Sie diese freien Tage?*

**Christoph:** Wir sind ganz, ganz motivierte Grosseltern. Wir werden diese Tage auch mit unsern zwei Lieblingen verbringen.

*Was darf bei Ihnen in der Vorbereitung auf Weihnachten nie fehlen?*

**Karin:** (lacht) Ganz weltlich: die „Güetzi“ und der Kerzenduft. Dann aber auch die Überlegung, welche Geschichte sich für die Familienfeier an Weihnachten am besten eignet. Dazu gehört die Vorfriede auf das Zusammensein mit der Familie.

**Christoph:** Mir ist das Bewusstsein wichtig, dass unsere Weihnacht eigentlich ein weltlicher Anlass ist, der aber eine sehr tiefe Bedeutung hat. Das Ereignis der Geburt von Jesus müssen wir immer wieder ins Zentrum stellen. Ich liebe es, wenn Karin ihre „Güetzi“ backt, das gehört dazu. Doch ich habe einen grossen Horror vor dem Kommerz in der Zeit vor Weihnachten. Ich will mich immer wieder ausrichten auf das grosse Geschenk, das uns Gott an Weihnachten macht. ☀

**Zeigen Sie  
Solidarität mit  
bedrängten  
Christen!**

**Mahnwache**

**Donnerstag**

**15. Dezember 2016**

**17.30–18.00 Uhr**

**[CSI-schweiz.ch](http://CSI-schweiz.ch)**



**Basel** Marktplatz ■ **Bern** Bahnhofplatz | neben der Heiliggeistkirche ■ **Chur** Bahnhofplatz ■ **Giubiasco** Piazza Grande | vor der Kirche ■ **Frauenfeld** Soldatendenkmal ■ **La Neuveville** Bahnhofplatz | vor dem Centre des Epancheurs ■ **Lausanne** Place St-Laurent ■ **Luzern** Torbogen beim Bahnhof ■ **Romanshorn** Ecke Alleestrasse / Rislenstrasse ■ **St.Gallen** Marktgasse Brunnen ■ **Thun** Rathausplatz ■ **Zürich** Züghusplatz vis à vis Paradeplatz

