

Zeitschrift:	Sonos / Schweizerischer Verband für Gehörlosen- und Hörgeschädigten-Organisationen
Herausgeber:	Sonos Schweizerischer Verband für Gehörlosen- und Hörgeschädigten-Organisationen
Band:	110 (2016)
Heft:	5
Rubrik:	Leben und Glauben

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 05.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Gefüllte Zeit

Warten Sie gerne? Nein, wahrscheinlich nicht. Die wenigsten Menschen warten gerne. Wir empfinden Warten als vergeudete Zeit. Wir sind zum Nichtstun verdammt, wir sind abhängig davon, dass das Erwartete kommt oder geschieht. Unproduktiv sein und Abhängigkeit zusammen ist zu viel der negativen Gefühle.

Wir halten Nichtstun nicht aus

Wir versuchen, die leere Zeit des Wartens zu füllen: Wir erledigen dringende SMS, führen die Agenda nach, lesen noch schnell einen Bericht, planen innerlich die nächste Zeit oder machen zwischendurch eine verordnete Körperübung. In unserem stressigen Alltag halten wir Nichtstun nicht aus. Selbst Pausen verbringen wir mit anderen Menschen, knüpfen nützliche Kontakte, lauschen, was so läuft oder melden so nebenbei unsere Bedürfnisse an.

Beim Warten immer auf dem Sprung?

Wenn wir warten müssen, sind wir auf dem Sprung: Wann geht das Leben endlich weiter? Wann passiert etwas? Wann kann ich endlich etwas tun?

Wir warten viel: Auf Bahn oder Bus, auf den Computer oder Drucker, auf Menschen oder auf Nachrichten. Soll die Zeit des Wartens immer ungemütlich und belastet von heimlicher Spannung sein? Das wäre doch schade!

Warten auf den Messias

Gibt es eine Möglichkeit, der Zeit des Wartens mit positiven Gefühlen zu begegnen, damit sie uns zur guten Zeit wird?

Ich denke an Simeon und Hanna (Lk 2, 22 – 38). Die beiden warten am Tempel in Jerusalem auf den Messias. Sie verbringen einen Lebensabschnitt mit diesem Warten. Sie lenken sich nicht ab. Sie warten aufmerksam und gelassen zugleich. Dabei wissen sie nicht einmal, ob sich ihr Warten «lohnt», ob das eintreffen wird, worauf sie warten. Sie vertrauen darauf, dass ihr Warten nicht umsonst ist. Sie vertrauen auf Gott.

Frieden im Herzen

Leider wird uns nicht berichtet, wie die beiden zu dieser Aufmerksamkeit und Gelassenheit kommen. Wir müssen spekulieren: Sie sind vom Zwang befreit, etwas tun zu müssen, weil



Foto: Fotolia

sie akzeptiert haben, dass sie nichts anderes tun können, als da sein und warten. Sie sind aufmerksam, aber nicht auf dem Sprung. Sie können diese Wartezeit als gefüllte Zeit verbringen.

Warten als gefüllte Zeit? Sie haben die Pause des Wartens nicht vorschnell mit irgendetwas zugestopft, sondern als leere Zeit wahrgenommen, einfach mal leer gelassen, damit sich innerlich das bemerkbar machen kann, worauf sie wirklich gewartet haben: den Messias. Und der steht für viel: für Frieden im Herzen und auf der Welt, für Erfüllung in ihrem Leben und Glück vom Himmel.

Das Warten von Simeon und Hanna war für sie eine gute Zeit.

Können sie Vorbilder für uns sein, dass wir unsere Wartezeiten als gefüllte, gute Zeiten erleben können? Einen Versuch wäre es doch wert!

Susanne Bieler-Arnold, Pfarrerin Hörbehindertengemeinde Bern

Wartezeit als gute Zeit erleben.