

# SCHWEIZER ILLUSTRIERTE

## Auszeit im Kloster

Moderatorin  
Gülsha Adilji bei  
den Schwestern  
von St. Johann.  
Das intime  
Tagebuch

## Burnout im Spitzensport

Elisa Gasparin,  
Jonas Baumann,  
Laurien van der  
Graaff: ihr Weg aus  
dem Teufelskreis

**ELIZABETH TEISSIER**

# So wird 2020

**Das grosse Jahreshoroskop!**



# Gülshas Kloster- Tagebuch

Die Schweizer Autorin, Moderatorin und Kleinkünstlerin **Gülsha Adilji** hat albanisch-türkische Wurzeln und ist bekennende Atheistin. Auf Einladung von Schwester Domenica lebte sie drei Tage im Kloster St. Johann im Naturpark Biosfera Val Müstair.

Gülsha, 34, in ihrer schlichten Zelle. «Ich genieße die dunkle, in Watte gepackte Stille.»

TEXT GÜLSHA ADILJI  
FOTOS MIRJAM KLUKA

Ich schleiche durch die dunklen und eiskalten Klostergänge. Es ist eine Szene wie aus einem Thriller, einem, der alle Klischees abgrast. Der Lichtkegel meiner Smartphone-Taschenlampe streift immer wieder ein anderes schmerzverzerrtes Gesicht mit verdrehten Augen oder komisch proportionierte Kleinkinder, die ungemütlich gehalten werden. Die Wände von meinem Zimmer bis zur Kapelle sind tapeziert mit Gemälden, die mich auch bei Tag eher verwirren, um 5.25 Uhr morgens sind sie massiv verstörend. Jeder Kleiderhaufen oder Stuhl ist im halbschummrigen Licht irgendwie Furcht einflössend – nach Friedhöfen sind Kirchen und Klöster die absoluten Olympiasieger in der Gruslig-im-Dunkeln-Kategorie.

In der Kapelle ist es hell und warm. Ich bin pünktlich zum Morgengebet da, und ich glaube, ein überraschtes Augenbrauenkräuseln über Schwester Domenicas Stirn flitzen zu sehen. Ohne ein Wort weist mir eine der Schwestern meinen Platz zu. Ich sitze nicht an einem beliebigen Ort auf der kleinen Bank – nicht am Rand, ganz oben oder unten, ich sitze mittig, zwei Schwestern links von mir, eine rechts, eine vor mir und die restlichen hinter mir. Auf meinem Platz liegen bereits aufgeschlagen ein Sing- und ein Psalmenbuch. An diesen Stellen wird nachher wohl gelesen. Ich habe keinen Schimmer, was ich tun soll. Also setze ich mich hin, starre auf die Maria-Figur vor mir an der Wand und denke an nichts. So warm ist es in der Kapelle doch nicht, ich fröstle nach zwei Minuten und denke immer noch nichts.

Abwechslungsweise lesen die Schwestern die Psalme laut vor, ich lese mit. Nur im Kopf. Laut mitzulesen steht mir nicht zu, und ich will den Worten meine Absolution nicht erteilen, ausserdem bin ich nur stille Beobachterin, und überhaupt, ich bin Atheistin, das wäre Ungotteslästerung. Als wir zu einem Gebet übergehen, das nicht auf der nächsten Seite, sondern viel weiter hinten im Psalmenbuch steht, schlägt mir Schwester Clara wortlos und mit einem liebevollen halben Lächeln die richtige Seite auf. Es wirkt wie etwas Nebensächliches, ist aber unendlich aufmerksam.

Schweigend folge ich den Schwestern in den Esssaal. Wieder wird mir wortlos mein Platz zugewiesen. Hier ist es wirklich warm, und meine kalte Nasenspitze bekommt langsam wie-

#### UNESCO-WELTERBE

Das von Kaiser Karl um 800 erbaute Kloster St. Johann ist wegen seinen Wandmalereien Unesco-Welterbe. Es liegt im Naturpark Biosfera Val Müstair, einem der 18 Schweizer Pärke, die zu den ursprünglichsten Natur- und Kulturlandschaften gehören.

der Farbe. Alle setzen sich leise, fast schwebend, an den gedeckten Tisch. Zwei Schwestern bringen Brot, Butter und Konfitüre. Schwester Clara kommt mit einem dampfenden Kaffeekrug aus Chromstahl und einem ganzen Lächeln aus der Küche und schenkt mir ein. Ich genieße die dunkle, in Watte gepackte Stille, die von draussen hineinzudringen scheint. Das Val Müstair liegt so weit weg von meinem hektischen Alltag, die Luft scheint hier reiner und irgendwie süsser zu sein. Es fühlt sich unbelastet an. Hinzu kommt, dass es jede Faser in mir entspannt, da ich keinen Small Talk machen muss. Ruhig dasitzen und sich nur aufs Brotschmieren fokussieren – es ist wundervoll. Da ich die Regeln nicht kenne – es scheint sehr viele davon zu geben im Kloster –, weiss ich nicht, ob ich schon einen Schluck nehmen darf. Erst wenn alle sitzen? Gibt es eine Rangordnung, wer wann

«Sich ruhig nur aufs Brotschmieren fokussieren – es ist wundervoll»



Zum Zvieri gibts Kaffee und Kuchen. In dieser halben Stunde tauschen sich die Schwestern untereinander aus.

Bild unten: Abgeschieden. Im Kloster St. Johann bei den Benediktinerinnen entdeckt Gülsha eine Kultur der Genügsamkeit.

Bild unten links: Morgengymnastik im Hof. Die bisherige Priorin Domenica Dethomas nimmt Gülsha in die Gemeinschaft mit.



essen und trinken darf? Ich beobachte so unauffällig es geht, was um mich herum geschieht, sehe endlich die anderen in ihr Brot beissen und nehme einen Schluck vom besten Kaffee der Welt.

**Beim Essen gilt** Stillschweigen. Nur während des Mittag- und Abendessens ertönt scheppernd ein Hörbuch im Hintergrund. Ich kann der Geschichte nicht folgen. Sie spielt irgendwo in Amerika, und ein Hurrikan kommt vor. Eine monotone Stimme erzählt unaufgeregt von irgendwelchen Vorkommnissen in Massachusetts, man weiss wirklich nie, wann es prekär, lustig oder romantisch wird. Ähnlich wie bei meinem Aufenthalt im Kloster.

Das Frühstück kommt mir militärisch kurz vor. Aus falscher Scham und obwohl Schwester Clara noch mal mit dem Brotkorb vorbeikommt, nehme ich nur ein Stück und habe so meinen Hunger lediglich aus dem Schlaf geweckt. Schwester Domenica flüstert nach dem Frühstück in ihrem bezau-



Vor der Mahlzeit verneigen sich die Schwestern zum Gebet. Während des Mittag- und Abendessens ertönt scheppernd ein Hörbuch.

**Bild rechts:** Gülsha und die Klosterkatze geniessen am Tor in aller Ruhe die Wintersonne.

**Bild links:** Schwester Domenica erklärt Gülsha die Wandmalereien in der jahrhundertealten Klosterkirche.



«Die Luft scheint hier reiner und irgendwie süsser zu sein»

bernden Bündner Dialekt, dass ich jetzt meine Zähne putzen könne und, wenn ich wolle, wir uns in 45 Minuten wieder in der Kapelle treffen würden zur Messe. Gott sei Dank habe ich noch Nüsse in meinem Rucksack, und wie um Himmels Willen finde ich jetzt in mein Zimmer zurück?

**Die Kapelle ist** während der drei Tage mein wichtigster Orientierungspunkt, von ihr aus finde ich den Weg in meine Zelle und in den Esssaal. Zelle, so nennt es Schwester Domenica und erklärt mir mit einem verschmitzten Grinsen, dass es nichts mit Gefängnis zu tun hat, sondern aus dem Latein komme. Putzen, abwaschen oder sonstige Arbeiten verrichten, das muss ich nicht. Fünfmal am Tag beten und singen, essen und schlafen. Mehr wird von mir nicht verlangt. Eigentlich wird noch nicht mal das von mir verlangt.

Das ist angenehm. Sehr. Niemand fordert von mir, dass ich etwas erzähle, auch nicht während der Kaffee- und Kuchenzeit am Nachmittag, der halben Stunde, die dafür vorgesehen ist, dass sich die Schwestern untereinander austauschen und plaudern. Niemand fragt, was ich denn jetzt genau mache, oder äussert einen Kommentar zu irgendwas, was er mal in einer Zeitung über mich aufgeschnappt hat. Die Schwestern scheinen keine Ahnung zu haben, wer ich genau bin und wieso ich sie im Kloster besuche. Es hat keine Relevanz für unser Zusammensein. Ich bin nicht hier, um frischen Wind reinzubringen oder wegen ihrer Neugier über mein Leben oder das Leben ausserhalb der Klostermauern. Ich bin nicht wegen MIR hier, ich bin nicht wegen IHNEN hier. Ich bin einfach hier. Ohne Absichten von ihrer oder meiner Seite. Ein Gefühl, das ich, wenn ich es mir recht überlege, gar nicht kenne.

**Meine Anwesenheit ist** sonst irgendwie immer gebunden an einen Güteraustausch. Niemand besucht mich, um schweigend auf meinem Sofa einen Apfel zu essen, und geht dann irgendwann wieder. Man will immer irgendwas voneinander. Entweder etwas geben oder nehmen. Man braucht Geborgenheit, Aufmerksamkeit oder will unterhalten werden. Man möchte etwas besprechen, eine andere Meinung hören oder die Gewissheit haben, dass man nicht einsam ist.

Das bedingungslose Koexistieren im Kloster ist das Gegenteil von jeglichem Beisammensein, das ich kenne. Die Schwestern sind nur indirekt aufeinander angewiesen, denn alles, was sie tun, tun sie für Gott. Das ist für mich schwer bis gar nicht nachvollziehbar, aber die Genügsamkeit, die dies hervorbringt, sollten wir ruhig auch in unserem eigenen Leben zur olympischen Disziplin machen. Das würde uns wohl allen guttun. ■