

## Stille - Ort des Segens und des Friedens

**Texte: 1 Könige 19, 11 - 13** (*Einheitsübersetzung*)

Dort ging er (Elia) in eine Höhle, um darin zu übernachten. Doch das Wort des Herrn erging an ihn: Was willst du hier, Elija? [10](#) Er sagte: Mit leidenschaftlichem Eifer bin ich für den Herrn, den Gott der Heere, eingetreten, weil die Israeliten deinen Bund verlassen, deine Altäre zerstört und deine Propheten mit dem Schwert getötet haben. Ich allein bin übrig geblieben und nun trachten sie auch mir nach dem Leben. [11](#) Der Herr antwortete: Komm heraus und stell dich auf den Berg vor den Herrn! Da zog der Herr vorüber: Ein starker, heftiger Sturm, der die Berge zerriß und die Felsen zerbrach, ging dem Herrn voraus. Doch der Herr war nicht im Sturm. Nach dem Sturm kam ein Erdbeben. Doch der Herr war nicht im Erdbeben. [12](#) Nach dem Beben kam ein Feuer. Doch der Herr war nicht im Feuer. Nach dem Feuer kam ein sanftes, leises Säuseln. [13](#) Als Elija es hörte, hüllte er sein Gesicht in den Mantel, trat hinaus und stellte sich an den Eingang der Höhle.

**Lukas 18, 10 - 14** (*Einheitsübersetzung*)

Einigen, die von ihrer eigenen Gerechtigkeit überzeugt waren und die anderen verachteten, erzählte Jesus dieses Beispiel: [10](#) Zwei Männer gingen zum Tempel hinauf, um zu beten; der eine war ein Pharisäer, der andere ein Zöllner. [11](#) Der Pharisäer stellte sich hin und sprach leise dieses Gebet: Gott, ich danke dir, dass ich nicht wie die anderen Menschen bin, die Räuber, Betrüger, Ehebrecher oder auch wie dieser Zöllner dort. [12](#) Ich faste zweimal in der Woche und gebe dem Tempel den zehnten Teil meines ganzen Einkommens. [13](#) Der Zöllner aber blieb ganz hinten stehen und wagte nicht einmal, seine Augen zum Himmel zu erheben, sondern schlug sich an die Brust und betete: Gott, sei mir Sünder gnädig! [14](#) Ich sage euch: Dieser kehrte als Gerechter nach Hause zurück, der andere nicht. Denn wer sich selbst erhöht, wird erniedrigt, wer sich aber selbst erniedrigt, wird erhöht werden.

## Einleitung

Kommunikation - Übermittlung von Worten und Bildern - ist in unserer Zeit ein Schlüssel, eine magische Angelegenheit: Ein hochspezialisiertes Fachgebiet, eine Domäne, in der Milliarden investiert und auch gewonnen werden. Einer der grössten Businesszweige überhaupt, vom Fernsehen zum Internet zum Mobiltelefon. Und Werbung überall. Worte, Bilder, Musik, Filme. Wenn wir nicht bombardiert werden so werden wir berieselt, ständig, fast ohne Unterbruch. Unsere Umgebung ist ge-

füllt mit Lärm und wir merken es kaum mehr. Stille kann fast unheimlich sein, oder auch sehr wohltuend, aber so oder so ist sie rar.

Wir Mennoniten gehören zur protestantischen Tradition des Wort-Gottesdienstes. Das Heil wird per Wort übermittelt. Kommunikation ist alles, oder fast. Der Glaube kommt aus der Predigt, sagt Paulus, das heisst aus dem gesprochenen Wort. Wir sind wort-gläubig, wenn nicht auch Lärm-gläubig. Abgesehen von der Lärmsucht vieler Menschen: Es müssen immer viel Dezibel sein.

### **Lärm und Stille in der Bibel**

Die Bibel bezeugt, dass Gottes Wort, durch welches seinerzeit die Welt erschaffen wurde, Fleisch geworden ist in Jesus Christus. Das relativiert bereits die allein seligmachende Bedeutung des gesprochenen Wortes. Die Welt wurde zwar laut biblischen Bericht durch das gesprochene Wort erschaffen, doch gerettet wurde sie durch das Mensch gewordene Wort. Von Jesus, dem Mensch gewordenen Wort, dem Messias, wird gesagt: *Er schreit nicht und lärmt nicht und lässt seine Stimme nicht auf der Straße erschallen. (Jes 42,2)* Zwar sollen diejenigen, die Jesu Jünger sein wollen, auf seine Worte hören. Doch das Heil liegt nicht allein in den Worten, sondern in der Gegenwart, in der Berührung, und in der Tat.

Die beiden Textstellen, die ich gelesen habe, dienen als Hintergrund heute, nicht zum besprechen oder auslegen. Sie berichten von Ereignissen, die rund 800 Jahre auseinander liegen. Gott offenbart sich dem deprimierten und ausgelaugten Elija nicht als starker Gott, der mit Getöse und überwältigender Macht kommt und eingreift, sondern als die kleine Stimme im leisen Säuseln. Ein stiller, ruhiger, behutsamer Gott. Seine Erscheinung strahlt viel eher Zärtlichkeit aus als Macht. Es gibt andere Beispiele davon, dass Gott in der Stille zu Menschen redet: in Träumen, in der Wüste.

Ist im ersten Text die Rede der Stille Gottes, so ist im zweiten die Rede von der grundsätzlich verschiedenen Frömmigkeit von Menschen. Einerseits der fromme (und dafür bekannte) Gelehrte, der in gesalbtem, redewendigem, und wortreichem Gebet Gott dafür dankt, dass er besser dasteht als die andern. Andererseits die Randfigur, dessen Leben ziemlich vermaselt ist, und der mit nur einer handvoll Worte seiner Hoffnung Ausdruck gibt, dass Gott ihm gnädig sein wird. Es sind nicht die Worte, die entscheidend sind, sondern die Haltung. Doch die Worte sind Ausdruck der Haltung.

Der Begriff Lärm wird in der Bibel für drei Dinge verwendet:

- Erstens und meistens im Zusammenhang mit Gewalt und Krieg.
- Zweitens im Zusammenhang mit Liedern, Gebeten, Musik und Gesang derer, die zur Gemeinde gehören, der Frommen, welche aber die Ungerechtigkeit um sie herum dulden oder gar fördern.
- Drittens wird Lärm im Zusammenhang mit Trauer und Jammer gebraucht. Wer die Kultur im Nahen Osten kennt, weiss um das Laute Klagen im Fall einer Tragödie.

Lärm kommt in der Bibel also im Zusammenhang mit Gewalt, Ungerechter Frömmigkeit, Leiden und Katastrophen vor.

Der Begriff Stille hingegen wird im Zusammenhang nicht nur mit Ruhe gebraucht, sondern im Zusammenhang mit Frieden. Auch hier will ich drei Beispiele nennen:

*Denn so spricht der Herr, der Heilige Israels: Nur in Umkehr und Ruhe liegt eure Rettung, nur Stille und Vertrauen verleihen euch Kraft. Doch ihr habt nicht gewollt (Jes 30,15)*

Oder in [Ps 101,2](#) *Ich will auf den Weg der Bewährten achten. Wann kommst du zu mir? Ich lebe in der Stille meines Hauses mit lauterem Herzen.*

In Offenbarung 8,1 steht: *Als das Lamm das siebte Siegel öffnete, trat im Himmel Stille ein, etwa eine halbe Stunde lang.* - Sieben ist die Zahl der Vollkommenheit. Das siebte Siegel ist das letzte, das entscheidende, nach welchem die Herrschaft Gottes anbricht. Dieser Moment wird nicht mit Lärm und Getöse eingeläutet, sondern mit Stille. So wie Gott in die Welt kommt: nicht mit Flugzeugen sondern als Baby.

Die Vorstellung von Gott als mächtiger Herrscher, der keine Gewalt scheut und mit grossem Getöse unter Naturkatastrophen hereinbricht um seine Herrschaft aufzurichten ist weit verbreitet und hält sich hartnäckig. Es stimmt, dass dieses Bild in der Bibel vorkommt, ganz am Anfang. Doch ein näherer Blick zeigt, dass Gott sich nicht mit Lärm und Getöse offenbart. Noch entscheidet Gott die Sache der Welt und ihrer Zukunft mit Lärm einer grossen Schlacht, sondern in Ruhe und Frieden, um nicht zu sagen in Stille. Und Gott hört die stillen, unbeholfenen, aufrichtigen Gebete. Auch dazu gäbe es eine Reihe von Texten.

### **In der Stille liegt Segen (verborgen)**

Ich will es auf einen ganz einfachen Nenner bringen: In der Stille liegt Segen und Frieden: um in der Natur etwas wahrzunehmen, muss man still und aufmerksam sein. Wer Lärm macht, kann nicht aufmerksam sein. Rechtes Hören und Erkennen kann nur aus der Stille geschehen. So ist Musik, also ein Ton oder eine Abfolge und

Harmonie von Tönen und Klängen nur das was sie sind, weil sie in Stille eingebettet sind.

Die Stille ist aber kein Selbstzweck, sondern sie hilft, Gottes Gegenwart, Stimme, Wirken und Wirklichkeit wahr zu nehmen. Augustin sagte bereits: "Derjenige, der uns geschaffen und erkauft hat ... und der in uns wohnt durch seinen Geist, redet nicht zu uns innerlich, solange wir unnütz Lärm machen." Je weniger wir geübt sind in der Stille umso mehr Zeit erfordert sie. Die Disziplin und Methodik der Stille ist ein Predigtthema für sich.

Gerne würde ich näher eingehen darauf, worin die Disziplin der Stille besteht und welche Annäherungen an die Stille praktisch und hilfreich sind. Das ist aber nicht möglich jetzt. Nur zwei Sätze und dann möchte ich von einer Kirche reden, deren Gottesdienst auf Stille beruht.

Eine sehr alte und verbreitete Annäherung ist das zentrierende Gebet. Es gibt dazu Schriften, die Jahrhunderte alt sind, wie auch neue, die auf dem Internet zu finden sind. Unser Gebet ist oft wie eine Zentrifuge, wo Worte von uns aus nach aussen geschleudert werden. Beim zentrierenden Gebet nähern wir uns unserem Innersten, Schicht um Schicht, um Gott in unserem Innersten zu finden und uns auf seine Ruhe und Stille auszurichten.

### **Stille in der Kirchengeschichte: die Quäker**

Die Quäker sind bei uns Mennoniten kaum bekannt, aber sie sind uns verwandt: sie sind auch eine historische Friedenskirche, das heisst, ihre Theologie ist eine pazifistische. Sie entstanden rund hundert Jahre nach den Täufern und nannten sich am Anfang "die Freunde der Wahrheit". Der Gottesdienst dieser Freunde ist im Wesen ein stiller Gottesdienst. Die Devise ist die: "Worte sind trügerisch. Lasst Euer Leben sprechen." Die Quäker Theologie geht von zwei grundlegenden Einsichten aus:

1. Gottes Gegenwart und Reden offenbart sich nicht im Lärm der Menschen, sondern in der aktiven Stille.
2. Jeder Mensch trägt in sich das kleine stille Licht - den glimmenden Docht, welchen Gott nicht auslöschen wird - welches durch Gottes Geist lebt und von Gottes Geist zum Feuer entfacht werden kann.

Für die Quäker ist die Stille dem Wirken des Geistes unabdinglich. Der Pazifismus der Quäker wurzelt sowohl in der Einsicht, dass Gott ein liebender, zärtlicher, nicht gewalttätiger Gott ist, und die Menschen deshalb auch so sein sollen, und zweitens,

dass in jedem Menschen "etwas von Gott" wohnt und das menschliche Leben deshalb unantastbar ist. Der offizielle Name der Quäker heute ist "Religiöse Gesellschaft der Freunde". Das ist nicht zufällig und das gab es also rund 360 Jahre vor Facebook: Freunde zu haben überall, ohne sie unbedingt persönlich zu kennen. Wer ein Freund ist ist kein Feind. Freunde geben ihr Leben füreinander sagte Jesus, der seine Jünger nicht als Knechte, sondern als Freunde bezeichnete.

Der Quäker Thomas F. Green schrieb 1952: "Manchmal führt das Gebet, welches der Meditation folgt, zu einer inneren Stille, zu einer tiefen Ruhe, welche der Friede Gottes ist, der jede Vernunft übersteigt. Man kann das nicht befehlen, denn es ist ein Geschenk Gottes, ein Segen, den Gott nur denen zuteil werden lässt, welche ihre Anstrengungen und ihre nervösen Wünsche einzustellen vermögen. Einige unter uns haben das leider nur selten erlebt, aber dieses Geschenk des Friedens Gottes zählt zu unseren schönsten Erfahrungen und es stellt die Grundlage dar unseres Glaubens an die Wirklichkeit der Herrschaft des Geistes Gottes." <sup>1</sup>

Dadurch, dass die Quäker die Stille gemeinsam praktizieren, wird dieser Segen aber mit allen geteilt, wenn jemand eine solche Erfahrung macht. Die Quäker waren bis nach dem 2. Weltkrieg weltweit bekannt für ihr soziales und humanitäres Wirken. Dieses entspringt ihrer Stille und ihrem Pazifismus. Ihre Arbeit während und nach den beiden Weltkriegen, bevor es all die humanitäre Organisationen gab, führte dazu, dass die Quäker 1947 den Friedensnobelpreis erhielten. Nach den 50er Jahren wirkten sie in der Vermittlung in Pakistan, Biafra, dem Nahen Osten, lange bevor man von Mediation sprach. Ich nenne diese Beispiele um deutlich zu machen, dass die Stille nicht Rückzug bedeutet in die Abgeschiedenheit. Im Gegenteil, sie führt zu überlegter, besonnener und wirksamer Arbeit zum Wohl der Menschheit. Die Quäker waren Menschen der Stille, der wenigen Worte, aber sehr präsent in der Welt. So haben sie seit Jahren Büros in Brüssel, Genf und New York. Sie haben Projekte, ähnlich wie MCC, unter den Ärmsten der Armen.<sup>2</sup>

Nochmal: die Stille ist nicht Selbstzweck, sondern Mittel, sich Gott zu öffnen. Es handelt sich um eine entleerte, forschende, aktive und lebendige Stille. Es geht also nicht nur um äussere, sondern auch und ganz besonders um innere Stille. Also

---

<sup>1</sup> Der Quäker Pierre Lacout schrieb 1969: In der aktiven Stille erwacht das innere Licht. Es ist ein kleiner Funke. Das subtile Argumentieren und das Geschwafel der Gefühle muss aufhören, damit sich eine grosse Flamme entfachen kann. Durch die von Liebe erfüllte Aufmerksamkeit erlauben wir dem inneren Licht, aufzulodern und unsere Wohnung auszuleuchten. So kann nach und nach aus unserem ganzen Sein ein Ort werden wo sich dieses Licht ausbreitet.

<sup>2</sup> Der Quäker William Penn, nach dem Pennsylvanien benannt ist, hatte mit den Indianern einen Friedensvertrag ausgehandelt. Die Quäker waren auch die ersten, die in den USA die Sklaverei ablehnten.

nicht drauflos beten, sondern warten. Die Quäker brauchen dieses Wort oft und gerne: Warten auf das Reden des Geistes. Das ist es, worin der Quäker Gottesdienst besteht.

### **Die Notwendigkeit der Stille heute**

Wie es äussere und innere Stille gibt, so gibt es auch äusseren und inneren Lärm. Den äusseren Lärm kann man in Dezibeln messen, zB mit dem iPhone. Die ständig hohen Dezibel unserer Umwelt ist auch eine Art von Verschmutzung. An Lärm gewöhnt man sich aber auch. Wir sind so sehr an unseren inneren Lärm gewohnt, dass wir ihn oft gar nicht wahrnehmen. Ich argumentiere mit mir selbst. Ich bin fast ständig mit mir selbst im Zwiegespräch, manchmal auch im Streitgespräch. So sind manche versucht, die äussere Stille zu vermeiden, weil sie den inneren Lärm nicht ertragen. Gerade diesen inneren Lärm gilt es jedoch, bewusst wahrzunehmen, ihm auf die Spur und den Grund zu kommen, um ihn dann, zumindest vorübergehend abzuschalten oder auszublenden, um für den Geist offen zu werden und Gott reden zu hören.

Dazu braucht es Stille. Doch Stille ergibt sich nicht von selbst, man kann sie nicht konsumieren wie Espresso oder Coke. Stille muss erlernt und eingeübt werden. Das braucht Zeit und Disziplin, die wir nicht leicht aufbringen. Es gibt so viele Ablenkungen von aussen, Ungeduld und Lärm von innen. Unsere vielfältigen Verängstigungen, und unsere nervösen Wünsche, wie der Quäker Thomas Green sie nannte.

Jesus ging in die Wüste (Ort der Stille) zum Hören. Wir müssen wir uns Orte der Stille schaffen in unserer so lärmigen Welt.

Wir alle haben Erfahrungen mit Stille. Im Unterschied zu den Quäkern wird Stille meist individuell gesucht und praktiziert. Ich wünsche mir, dass heutige Christen die kollektive Stille wieder entdecken und wertschätzen. Das Gute, Kreative, das dabei entstehen könnte, ist nicht abzuschätzen. Gebet und Gottesdienst, wie wir sie kennen sind nicht unbedingt Stille. Die Propheten berichten mehr als einmal, wie Gott die Lieder und Gebete der Frommen als Geplärr und Lärm abtut, weil sie der Ungerechtigkeit und Gewalt zusehen oder zuarbeiten (zB Amos 5,23). Wir dürfen uns nicht einreden, vor dieser Gefahr seien wir ganz geschützt. Jesus selber sagt: Nicht alle, die zu mir sagen Herr, Herr, sondern die den Willen tun meines Vaters. (Mt 7,21) Und die Erkenntnis und die Kraft dazu, sagen die Quäker, kommt nicht aus den Worten, sondern aus der Stille.

## **Zusammenfassung**

- In der Bibel ist Lärm mit Gewalt - ausgeübt oder erlitten - assoziiert; Ruhe und Stille mit Frieden.
- Die Stille ist nach der Bibel der Ort, wo Gott sich offenbart: Träume, Wüste, Säuseln
- Stille ist nicht Selbstzweck, sondern ein Weg, sich dem Geist Gottes zu öffnen. Dabei ist die innere Stille nicht weniger wichtig als die äussere. Im Gegenteil...
- Rechte Frömmigkeit macht nicht Lärm, sondern sie kommt aus der Stille und sie ist beharrlich, kreativ und praktisch.