

## Predigt

Thema: Stille  
Bibeltext:  
Datum: 29.11.2009  
Verfasser: Raphael Vach

Liebe Gemeinde,

Sie haben es eben beim Theaterstück gemerkt. Mit der Stille ist es nicht so einfach. Trotzdem wagen die Freien evangelischen Gemeinden und viele andere christliche Organisationen, das neue Kirchenjahr als „Jahr der Stille“ auszurufen. Das haben wir als Hauskreis zum Anlass genommen, im Trubel der Adventzeit damit zu beginnen. Na bravo. Aus jedem Laden dudelt Weihnachtsmusik. Die Menschen sind noch mehr in Bewegung als sonst – klar Weihnachtsgeschenke, Festvorbereitung, Verwandtenbesuche – Zeit für harmonisches Zusammensein. Advents- und Weihnachtsfeiern, wo hin das Auge schaut – Kindergarten, Schule, freiwillige Feuerwehr und Schachverein. Und Nikolaus habe ich schon ganz vergessen.

Stille. Stille bedeutet erst einmal nicht Reden. Stille bedeutet daher meistens Einsamkeit, da es uns kaum möglich ist, in Gemeinschaft den Mund zu halten. Stille bedeutet vor allem aber auch keine Bewegung. Wenn sie im Herkunftswörterbuch unter Stille nachschlagen, stellen sie fest: Stille kommt von Stellen und meint ursprünglich soviel wie „stehend, unbeweglich“. Wenn wir uns das noch einmal kurz verinnerlichen: Stille kommt von Stellen, bedeutet unbeweglich. Was empfinden sie dabei?

Vielleicht geht es ihnen wie mir: Stille im Sinne von seine Ruhe haben kann ja ganz nett sein. Die Kinder reden nicht dauern auf die Mutter ein. Stille – schön und gut. Oder Stille im Sinne von Einsamkeit hat auch etwas, wenn man z. B. von einer Party kommt und erst einmal keinen Menschen mehr braucht.

Aber Stille gleich „Stellen“ – „Unbeweglichkeit“. Wer will unbeweglich sein in einer flexiblen Welt? Stillstand ist doch tot! Wem sag ich das in der Wirtschaftskrise? Totenstille, Friedhofsstille kann keiner gebrauchen. „Stillgestanden“ – jeder der beim Militär war, weiß dass das nicht einfach ist. Und wer saß in der Schule gerne still? Oder wer liegt schon gerne still im Krankenbett und kann nichts machen?

Mit der Stille ist es nicht so einfach. Dass Stille eine ungeheure Herausforderung ist, wurde mir klar, als ich mir vor acht Jahren in Südafrika ein College anschaute. Ein Lehrer stellte uns vor, was die Schule alles für besondere Projekte neben dem Normalprogramm an Fächern und Sport bot. Für diese Projekte bekam man noch besondere Auszeichnungen. Ein paar habe ich mir gemerkt: Z.B. ein Jahr lang jeden Morgen in den eisigen Schulseespringen – das fördert Disziplin. Mit anderen Schülern unter Zeitdruck ein Baumhaus bauen – das fördert Teamgeist und Kooperation.

Ein Projekt werde ich aber nie vergessen: 48 Stunden alleine in einer ein Quadratmeter großen Zelle zu verbringen. Hier haben sie die Stille: Ruhe, Einsamkeit, Bewegungsarmut. 48 Stunden. Das ist eine Herausforderung, für die es eine Einzelauszeichnung gibt.

Ich habe mich gefragt, ob es mittlerweile schulischer Projekte bedarf, dass wir uns dieser Herausforderung stellen. Scheuen wir die Stille? Haben wir deshalb dauernd Musik in den Ohren? Der Jogger hat die Stöpsel in den Ohren, genauso wie der Schüler in der Straßenbahn. Es gibt Menschen bei denen läuft Tag und Nacht das Radio oder der Fernseher. Furcht vor der Stille, dem Stillstand? Trotzdem lohnt es sich Stille zu wagen. Drei Punkte sind mir dazu gekommen.

### **1. Stille als Chance der Selbstbegegnung**

Der dänische Religionsphilosoph Søren Kierkegaard hat in einer Zeit gesagt, in der es noch keine A40 und keine Düsenjäger am Himmel gab: „Der heutige Zustand der Welt, das ganze Leben ist krank. Wenn ich Arzt wäre und man mich fragte, was rätst du? – Ich würde antworten: Schaffe Schweigen! Bringe die Menschen zum Schweigen.“

Hat er Recht? Ich denke ja. Würde die Welt schweigen, würde sie merken, dass die Welt krank ist. Stille böte die Chance der Selbstbegegnung.

Ich weiß nicht, inwieweit sie Stille praktizieren. Ich weiß nicht, wie lange am Stück sie schon einmal still waren: Minuten, Stunden, Tage? Ich nehme an, dass die erste Erfahrung, die ich mit Stille gemacht habe, der Ihrigen durchaus ähnelt.

In der Stille erfährt man, dass man nicht still ist. In der Stille erfährt man, dass man nicht still ist.

Da sind zum einen die scheinbar banalen Erfahrungen: Man stellt fest, dass man verkrampft sitzt. Man hört plötzlich Geräusche, die man vorher nicht gehört hat. Man merkt plötzlich, wie der Schlaf über einen fällt. Aber sind diese Erfahrungen immer so banal? Warum bin ich so verkrampft? War ich vorher nicht ganz Ohr, nicht ganz da? Warum fällt die Erschöpfung so über mich? Sehnt sich der Körper nach Stillstand? Sie merken, wenn jeder für sich, der Ursache dieser Erfahrung nachspüren würde, wir würden viel über uns erfahren.

In der Stille erfährt man, dass man nicht still ist. Man macht die Erfahrung des Psalmeters: „Was betrübst du dich, meine Seele und bist so **unruhig** in mir?“ (Psalm 42,6.12; 43,5). Das hebräische Wort maham, das der Beter hier für „unruhig“ benutzt, wird auch für Kriegslärm gebraucht, für tosende Wellen, für eine pulsierende Stadt. Was pulsiert in uns? Welche Kräfte sind dort am Tosen und Brausen? Wer führt da Krieg?

Gehen sie in die Stille und sie werden es erfahren. Vielleicht der erste Mönch der Christenheit – Antonius zieht als Zwanzigjähriger in die Wüste. Hinaus aus dem Lärm der Stadt. Er will allein sein mit Gott. Aber er begegnet vor allem auch sich selbst und den Kräften, die ihn zutiefst bestimmen. Er erfährt diesen Krieg. Er erfährt diese Unruhe der Seele. Er spricht von Gedanken, die über ihn fallen. Er spricht von Dämonen.

„Was betrübst du dich, meine Seele und bist so unruhig in mir?“ Stellen sie diese Frage, ihre Seele, wenn sie unruhig ist.

- Warum jagt mir Dieses oder Jenes vom Tag durch den Kopf?
- Warum ertappe ich mich dabei, dass ich Streitgespräche in Gedanken mit anderen ausfechte?
- Warum denke ich mit Traurigkeit an frühere Zeiten?
- Warum vergleiche ich mich oder denke an die Meinungen anderer über mich?

- Warum steigt bei mir die Angst vor dem Morgen auf, vor dem Übermorgen, vor der Zukunft und was aus mir bloß wird?
- Warum fallen mit tausend Tätigkeiten ein, die ich noch zu tun habe?
- Warum habe ich Lust so viele andere Dinge zu tun – Telefonieren, Post schauen, Fernsehen. Warum habe ich zu nichts Lust, nicht einmal zur Stille?

„Was betrübst du dich, meine Seele und bist so unruhig in mir?“ fragt der Psalmbeter. Ja, in der Stille merken wir, was uns umtreibt. In der Stille begegnen wir uns selbst und was uns im Tiefsten bewegt und umtreibt. Was treibt mich um?

Ist es meine Arbeit, die bei Erfolg mir Anerkennung oder Sicherheit bringt? Sind es meine vielen Beziehungen, die Aufmerksamkeit und Liebe, die mir durch sie zuteil wird? Wie geht es mir, wenn das E-Mail-Konto leer ist, der Briefkasten nur Werbung enthält? Warum denke ich gerade an dieses oder jenes? – Weil es enorme Bedeutung hat!?

Die Stille fragt uns: Was macht mich aus – wenn keiner nach mir fragt? Was macht mich aus – wenn ich nichts tun kann? Die Stille zeigt uns, wie verletzlich, selbstzentriert und unglücklich wir sind. Ich kann es daher verstehen, wenn Leute die Stille scheuen. Ich kann es verstehen, wenn man statt Stille am Abend, lieber seine Gedanken im Internet oder vor dem Fernseher auf Reise schickt, sich mit Chips und Keksen, dass gönnt, was einem eigentlich im Leben zusteht und was die da draußen einfach nicht merken, anerkennen. Ich kann es verstehen, wenn Leute die Stille scheuen.

Stille ist eine Herausforderung. Stille ist gefährlich, sie zeigt uns wer wir sind. In der Stille liegt aber auch unsere Chance. Und deshalb sollte man sie wagen. Der Psalmbeter, der seine Seele fragt: Warum bist du so unruhig in mir, kommt sich vor wie ein Hirsch, der nach frisches Wasser lechzt. Er fühlt sich ausgetrocknet. Er sucht die Quelle des Lebens. Diese Quelle des Lebens findet er in Gott. Nach ihr sucht er.

## 2. Gott in der Stille

Sich der Stille zu stellen, so haben wir es gesehen, kann grausam sein. Denn Stille zeigt uns unsere wunden Punkte. Aber diesen wunden Punkten kann man sich stellen, wenn man weiß:

Da ist einer, der mich hält. Da ist einer, der mich trägt und annimmt, mit allem, was in der Stille aufgedeckt wird. Gott ist in der Stille. Mit uns und der Stille ist es wie mit einem unruhigen Wasserglas. Wenn wir es hinstellen, legen sich die Wellen, die Oberfläche wird glatt und klar. Man kann auf den Grund schauen.

Vielleicht entdecken wir auf dem Grund nur viele Bedürfnisse. Als Christen können und werden wir aber immer wieder die Erfahrung machen: Da ist ein Gott, der uns trägt. Deshalb können wir uns auf die Stille einlassen.

In Psalm 62,6 heißt es: „Sei still und wende dich an Gott, nur er erfüllt dein Herz mit Hoffnung.“ Der Beter weiß: Äußere Stille hilft nicht nur sich selbst in den Blick zu bekommen, sondern, wenn es im Angesicht Gottes passiert, wird das Leben mit tragfähiger Hoffnung erfüllt.

Auf diese äußere Stille hat man im Tempelkult des alten Israels viel Wert gelegt. Die versammelte Gemeinde wurde durch den Priester begrüßt: „Der HERR ist in seinem heiligen Tempel. Stille vor ihm alle Welt.“ So lesen wir es z.B. in Habakuk 2,20. So haben wir es in abgewandelter Form uns eben zurufen lassen. Besser müsste man übersetzen: Psst vor ihm alle Welt! Äußere Stille als angemessene Haltung in der Gegenwart Gottes. Das hat zum einen sicherlich etwas mit Respekt zu tun, das bringt zum anderen aber zum Ausdruck, wer hier handelt und wer nicht, wer hier redet und wer schweigt. Kurz, es bringt zum Ausdruck, wer in unser Leben hineinspricht, es bestimmt.

Wenn wir in der Stille in uns hinein hören, dann dringen viele Stimmen an unser Ohr: Sie sagen uns, dass wir wer sind, wenn wir was haben: sei es Besitz, der uns besessen macht, Erlebnisse, ohne die wir uns nicht lebendig fühlen oder Erfolg, der uns verfolgt. In der Stille dringen viele Stimmen an unser Ohr.

Aber da ist noch eine andere Musik, ein anderer Rhythmus, dem wir lauschen sollen. Wir müssen nicht nach dem Takt dieser Welt marschieren. Es ist das Säuseln Gottes, das sich einen Weg zu unserem Ohr bahnt. Es ist das Säuseln in der Stille, dass der erschöpfte Elia am Berg Sinai, dem Gottesberg, gehört hat. In ihm hat er Gott erfahren und das hat ihm neue Kraft gegeben. Es sind die Worte des Gottesknechtes Jesu Christi, von dem der Prophet Jesaja sagt: „Er wird nicht schreien noch rufen, und seine Stimme wird man nicht hören auf den Gassen“ (Jesaja 42,2). Es ist die Musik der Liebe Gottes nach der wir auch tanzen können. Sie begegnet uns in der Stille.

Der Psalmeter ruft uns zu der Stille auf. In Psalm 4 heißt es, wenn nötig solle man die Nacht dazu nehmen. So lebenswichtig ist diese Stille vor Gott. In dieser Stille muss ich nicht etwas

darstellen, sondern kann sein wer ich bin und in Gottes Gegenwart erfahren, dass mich vor allem eins ausmacht: seine Liebe.

Derselbe Beter, der uns zur äußeren Stille und zur Zuwendung zu Gott ruft, verrät uns, was das mit ihm macht: „Gott wende ich mich zu, so wird es still in meiner Seele“. Bei Gott findet er einen starken Turm, das Auge im Sturm, einen bereiteten Tisch im Angesicht der Feinde. Er findet in Gott den Halt, den er braucht. Und so kann das Tosen im Wasserglas zu einem Ende kommen. Um diesen Halt geht es im dritten Punkt:

### **3. Seine Identität in Gott finden**

Letztlich erfahren wir in der Stille, wer wir sind. Christen streben die Stille nicht an um im Nichts zu enden, im Nirwana. Christen geht es auch nicht nur um körperliche Entspannung bei der Stille – das mag ein positiver Nebeneffekt sein.

Bonhoeffer sagt: „Wir schweigen nur um des Wortes willen.“ Wir Schweigen, damit Gott reden kann. So wie der Seher Samuel zu Gott sagt: „Rede Herr, dein Knecht hört.“ Schweigen dient ganz Ohr zu sein. Schweigen ist sozusagen eine Funkstille. Funkstille bedeutete bei meiner Oma immer, dass nun Zeit war zum Mittagschlaf und sie nicht gestört werden wollte. Aber dazu dient Funkstille eigentlich nicht. Funkstille dient dazu, um fähig zu sein, Notrufe aufnehmen zu können. Funkstille ist also lebensnotwendig. Und so ist das Schweigen der Christen eine Funkstille, weil sie den hören wollen, der für sie lebensnotwendig ist: Gott. Sein Wort kann die Not heilen, die in der Stille aufbricht. „Wir schweigen nur um des Wortes willen.“

Grundsätzlich gilt: Machen sie sich keine Vorwürfe, wenn sie sich nun vornehmen Stille zu üben und merken mein Kopf ist ein einziges Karussell an Gedanken und der da vorne sagt, ich könnte bei Gott eigentlich ruhig sein. Durch Stille kann man nicht erreichen, dass man von Gott mehr geliebt wird. Aber sie haben die Chance diese stärker zu erfahren.

Als Jesus Christus mit der Taufe seinen Dienst begann, hörte er von Gott: „Du bist mein geliebter Sohn.“ Dieser Satz machte seine Identität aus. Und auch wir dürfen uns Kinder Gottes nennen. Und was passierte nach der Taufe? Der Geist Gottes führte Jesus in die Stille der Wüste. 40 Tage. Und dort wurde Jesus ebenfalls von einem ganzen Karussell von Gedanken versucht, genauso wie es uns häufig geht. Auch diese Gedanken, wollten Jesus zeigen, was eigentlich wichtig für ihn sei, damit aus ihm was werde. Diese Gedanken griffen seine Identität an. Sie

lauteten: „Wenn du der Sohn Gottes bist, dann...“ Der Teufel knüpfte seine Gottessohnschaft an Bedingungen. Aber Jesus blieb dabei. Er war Gottes Sohn ohne Wenn und Aber.

Auch sie sind Gottes Kind ohne Wenn und Aber. Das macht ihr Leben wertvoll, schön und lebenswert. Egal, was ihre Gedanken ihnen sagen. Ihre Gotteskindschaft macht ihre Identität aus und kann sie ruhig werden lassen. Jesus hielt dem Teufel Schriftworte entgegen. Das taten auch die ersten Mönche. Das können sie auch.

Ich sage mir z.B. jeden Abend: „Siehe der Hüter Israel schläft und schlummert nicht.“ Und weil ich dann schlafen gehe und mich nicht mehr sorgen kann und auch will, gebe ich ihm meine Sorgen ab und den Zorn, der sich vielleicht über den Tag gestaut hat, aber auch meine Schuld. Ich halte ihm das in der Stille hin: Sorgen, Zorn und Schuld kommen automatisch hoch und ich lasse das Wort Gottes auf diese einwirken. Bonhoeffer: „Wie schweigen nach dem Hören des Wortes, weil das Wort noch in uns redet und lebt und Wohnung macht.“ In der Stille sackt das Wort Gottes vom Kopf ins Herz, Schritt für Schritt, Tag für Tag. Und hier und da kann man wie Jesus das Wunder erleben, dass die Versuchung aufhört und die Engel kommen und einem dienen: man wird ruhig. Vielleicht nur für ein paar Minuten, vielleicht aber auch auf wundersame Weise für den ganzen Tag. Man spürt, ich muss nicht nach dem Rhythmus der Welt marschieren, sondern kann nach der Liebe Gottes Tanzen. Herrlich ist das.

Jesus war Gottes Sohn, aber er wurde uns in allem gleich, nur ohne Schuld. Er hatte auch unsere Gedanken. Und so brauchte er auch täglich die Stille. Er schlägt seinen Jüngern vor zum Beten ins stille Kämmerlein zu gehen und täglich das Vater Unser zu beten. Jesus selbst zieht sich regelmäßig zurück. Auch er sucht die äußere Stille, um vor Gott innerlich still zu werden. Diese Stille vor Gott hat für ihn höchste Priorität. Würden sie 5000 Menschen nach Hause schicken um Stille zu haben, 5000 Menschen, die sie brauchen? Würden sie ihre engsten Freunde schon einmal allein in den Sturm schippern lassen, weil sie Stille brauchen? Für Jesus hat Stille vor Gott Priorität. Wir sollen nicht nur ins Kämmerlein gehen, sondern die Tür abschließen. Schließen sie ab? Hat ihr Gebet feste Zeiten? Wer hat Priorität in ihrem Leben?

Jesus lebt aus der Stille, weil er dort still wird. Jesus sucht regelmäßig die Einsamkeit um sich zusagen zu lassen: „Du bist mein lieber Sohn.“ Das braucht er um den nächsten Tag zu bestehen. Brauchen wir als Sünder das weniger?

Es ist für mich kein Zufall, dass der Jesus der die Stille sucht, der einzige ist, der im Sturm die Ruhe bewahrt. Es ist für mich kein Zufall, dass der Jesus, der die Stille sucht, den Sturm zum

Stillen bringt. Nur wer aus der Stille vor Gott lebt, wird still. Der erste Schritt dazu ist still zu werden.

In der Vorbereitung, schoss mir der Gedanke durch den Kopf, dass das Stillen der Kinder von Stille kommt. Daher das Herkunftswörterbuch. Und tatsächlich: Säuglinge müssen still werden, wenn sie satt werden wollen. Gut, richtige Stille ist das meistens bei Kindern auch nicht, sie schmatzen, manche summen – es ist eher wie im Alten Testament eine säuselnde Stille, die von tiefen Angenommensein zeugt. Psychologen sagen: Da entsteht Urvertrauen. Auch wir müssen vor Gott still werden um satt zu werden. Auch wir werden erfahren, wie die Liebe Gottes uns satt macht und den ungesunden Hunger nach Erfolg, Anerkennung und Liebe durch Andere beendet. Es wird auch bei uns Vertrauen entstehen, nämlich zu Gott der uns still macht. Dafür wird ein anderer Hunger aufbrechen: Ein Hunger auf Gott wird entstehen, eine Erwartung an den Gott, der alle unsere Bedürfnisse einst endgültig stillen wird. Advent ist die Zeit der Erwartung. In ihr können wir still werden, dass tun was im Leben wirklich zählt, alle falschen Erwartungen in der Stille bei Seite lassen. Wer vor Gott still wird, kann gestillt werden und wird wirklich still. Eben wie bei Säuglingen. Gott sei Dank.

Amen.