

Still werden vor Gott

(2025)

Verschiedene Arten des Schweigens

Das lateinische Wort für das Schweigen ist „*silere*“; nichts sagen, lautlos sein, still sein. Schweigen führt zum Nachdenken. Im Innern läuft das Gespräch weiter. Ganz still war es, so vermuten die Astrophysiker etwa vor 13,82 Jahrmilliarden, als das Universum entstanden ist. Es dauerte bei diesen unvorstellbaren Zeitdimensionen, nur 380.000 Jahre, bis die ersten stabilen Atome entstanden sind; bis die ersten Sterne leuchteten, deren stille Strahlen wir bis heute sehen können. Der Weltraum ist ein schallfreier Raum, ein Ort, über dessen unheimliche Stille wir staunen.

Theodor Itten (Geb. 1927) Schriftsteller, auf den ich mich hier beziehe, sagt: „Unsere Zivilisation ist nicht ruhe- und stillfreundlich. Dennoch: Der Wert der Stille, des Ruhens und die Fähigkeit zu schweigen sind weiterhin unbestritten.“ Inspiriert

durch das Buch „Silence“ von John Cage (1912-1992) hat, er selbst ab Sommer 2016 über sein eigenes Schweigen und Stille bewusst nachgedacht. Konkret: Spüren, was es bedeutet einander anzuschweigen, einen stillen Augenblick zu generieren und dem noch nicht Gesagten, bevor man redet zu lauschen. Seine Erfahrung: (Zitat) „In der Stille liegt seelische Kraft und der Mut zu schweigen.“

Als Beispiel nennt er den bekannten dänischen Philosophen Sören Kierkegaard (1756-1838). Sören, der viel unter Angst litt, spazierte täglich den gleichen Weg, zur gleichen Zeit, in Kopenhagen. Es war ein wichtiger Teil seiner Lebenslinie, damit seine innere Ruhe einkehren konnte.

Scham und Schweigen

Der französische Psychiater und Neurologe Boris Cyrulnik (geb. 1937), beschäftigt sich mit der Stille beim *Verschweigen*. Er sieht im Verschweigen einen Schutz vor Entblößung

der eigenen Seele. Scham beeinflusst unsere Beziehung zu anderen. Die Umstände eines besonderen, unangenehmen Ereignisses kann dazu beitragen, dass wir nicht darüber sprechen wollen. Scham verhindert und schützt uns, um das Unsägliche (Cyrulnik) nicht erzählen zu müssen. Es ist schwierig zu schweigen, aber es ist möglich, nichts zu sagen, so Cyrulnik. (2011, S. 5,9.10)

In der Psychotherapie ist es möglich ein innerseelisches Geständnis abzulegen, welches den Tatsachen des Erlebten entspricht. Da tauchen heftige Fragen auf, wie: „Beherrsche ich mein Schicksal durch Schweigen, oder werde ich gleichsam **durch** das Schicksal beherrscht?“ Das Gefühl einer schamvollen Stummheit ist lenkbar. Zum Beispiel mit Verdrängung oder Leugnung. Wenn Leugnung nach innen geht, wird nach außen etwas vorgespielt. Das falsche Leben nimmt seinen Lauf... (Vgl. Itten, 2028, S. 47-48)

Zwischenbemerkung: Als Psychologin habe auch ich solche Patienten in meiner Praxis (Zürich) betreut. Wenn sie praktizierende Katholiken waren,

so habe ich ihnen empfohlen, auch zur Beichte zu gehen.

Schweigen als aktive Erfahrung

Itten sagt: Schweigen ist ein Ereignis. Es ist eine aktive Erfahrung, die unser Bewusstsein für das Hören schärft. So hat zum Beispiel Benedikt von Nursia (5.Jhd.) Einsiedler und Ordensgründer, in seiner sechsten Klosterregel, speziell die Tugend der Stille betont. Es ging ihm neben den Gehorsam und Demut auch um das Einüben der Mönche, schweigend die Klosterregeln zu akzeptieren.

Schweigen hat mehrere Bedeutungen. Wenn wir die innere Prüfung dessen erkennen, was wir dürfen und was wir nicht dürfen sagen, so schweigen wir zur rechten Zeit. Wir *verbleiben* in der Stille. Stille und Zurückgezogenheit unterstützen einander.

Der Benediktiner David Steindl-Rast (geb. 1926) sieht auch in der **Stille der Ordnung**

eine besondere Dynamik. Etwa die Stille einer Kerzenflamme, die in vollkommener Ruhe brennt, oder eines Rads, das sich so schnell dreht, dass es stillzustehen scheint.

(Quellen: David Steindl-Rast: „Auf dem Weg der Stille“, Herder-Verlag 2016 und: Theodor Itten, „Schweigen“, Springer Verlag 2018, S. 4-17 und 45-47)

Stille, die aus dem Schweigen Gottes aufsteigt

Der Prophet Elija wirkte während der Regierungszeit des Königs Ahab (870-851 v. Chr.). Von Kind an war er erfüllt mit Eifer für Gott. Er betete viel und verteidigte die Gesetze Mose überall, wo er nur auftrat. Das gefiel Isebel, der Frau von Ahab (eine phönizische Prinzessin) nicht. In der biblischen Geschichte wird sie dargestellt als diejenige, die mit der Einführung des Baal Kults (Götzendienst) begann. Sie verfolgte intensiv die Propheten Gottes, insbesondere den Propheten Elija. Da Elija um sein Leben

fürchtete, wanderte er vierzig Tage und vierzig Nächte zum Gottesberg Horeb. Dort ging er in eine Höhle, um darin zu übernachten. Dann erging das Wort des HERRN an ihn:

„Was willst du hier Elija? Er sagte: Mit leidenschaftlichem Eifer bin ich für den HERRN, den Gott der Heerscharen eingetreten; weil die Israeliten deinen Bund verlassen, deine Altäre zerstört und deine Propheten mit Schwert getötet haben. Ich allein bin übrig geblieben und nun trachten sie mir nach dem Leben. 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. Nach dem Beben kam ein Feuer. Doch der HERR war nicht im Feuer. Nach dem Feuer kam ein sanftes, leises Säuseln. Als Elija das hörte, hüllte er sein Gesicht in den Mantel, trat hinaus und stellte sich an den Eingang der Höhle (...)“ Dann sprach Gott zu Elija: „...Ich werde in Israel siebentausend übrig lassen, alle, deren Knie sich vor dem Baal nicht

gebeugt und deren Mund ihn nicht geküsst hat.“ (Quelle: AT, 1 Könige 19, 1-19)

Ich sehe es so: Äußeres Schweigen bedeutet wenig, wenn es nicht aus einem tieferen Schweigen kommt. Darunter verstehe ich eine einzigartige Stille, die uns mit Frieden erfüllt. Sie versetzt uns ins Staunen, weil wir ihre Quelle nicht kennen, nur erahnen. Sie kommt unerwartet, wie bei Elija.

Demut und Schweigsamkeit

Wie die Liebe das Leben aller Tugenden ist, so ist der **innerste Kern aller Heiligkeit die Demut**. Sie ist überhaupt eine grundlegende „Vorbedingung“ für die Echtheit aller Tugenden, etwa Anständigkeit, Redlichkeit, Zuverlässigkeit und Stärke. Sie wird auch als „Mutter und Haupt“ (*mater et caput*) genannt. Demgegenüber ist Hochmut die Urquell des Bösen; er vergiftet das an sich Gute und beraubt jede Tugend ihres Wertes vor Gott. Eine Folge davon ist „Wertblindheit“.

In Satans Ur-gestus (Gebaren) zeigte sich der absolute Hochmut, der sich gegen Gott, den Inbegriff aller Tugenden auflehnte. Dietrich von Hildebrand (1889-1977) sagt: Sehr oft wirkt sich der Hochmut darin aus, dass er beispielsweise einen unmoralischen Wert, der vor Gott als Sünde gilt, (Zitat) „auf den Thron der Werte zu setzen versucht“. Am reinsten tritt uns diese Haltung in Luzifer entgegen, der wie Gott sein möchte. Er versteht die Güte Gottes und seine Heiligkeit nicht. Er verkennt, dass Allmacht und Güte bei Gott untrennbar voneinander sind. Er möchte die Allmacht von der Allgüte loslösen und diese sich selbst aneignen. Der Hochmütige ist von einer tiefen Disharmonie erfüllt, weil schlussendlich was ihm schmeichelt, ihm keinen Frieden verleiht.

Für den Trappistenmönch und Schriftsteller Thomas Merton (1915-1968) ist Demut und Schweigsamkeit ein Mittel, um sich Gott ganz darzubieten. Er betrachtet die Stille als einen Raum für geistiges Wachstum, wo man die Gegenwart Gottes erfahren kann. (Vgl. „Die Liebe zur Einsamkeit“ 1979, 127)

Hildebrand sagt: Die Erhöhung des Demütigen ist nicht nur ein Lohn, den Gott ihm in Ewigkeit schenkt, sondern auch die Wirkung seiner Bemühungen während seines Erdenlebens. Auf welchen Lohn ein solcher Mensch hoffen kann, das hat uns schon der Prophet Jesaja angekündigt:

„Was kein Auge gesehen und kein Ohr gehört hat, und in keines Menschen Herz gekommen ist, hat Gott denen bereitet die ihn lieben“. (Jes 64,3)

Nun mit diesem Ziel vor Augen, sollten auch wir immer wieder versuchen zu dem demütigen Jesus zu beten, der im Allerheiligsten Sakrament des Altars auf uns wartet. „Jesus sanft und demütig von Herzen, mach unser Herz gleich deinem Herzen.“ (Jesu mitis et humilis corde, fac cor nostrum secundum cor tuum.)