



Stille werden

„Der Herr ist in seinem Heiligen Tempel. Es sei vor ihm stille alle Welt.“

(Habakuk 2, 20)

In den österreichischen Dialekten und auch im Bayerischen werden die Advents- und auch die Weihnachtszeit "stade Zeit" – die stille Zeit – genannt. Schön wär's ja, denke ich mir so manches Mal, wenn ich in dieser Zeit durch die vom Geplärr und Weihnachtslieder-Gedudel lärmüberfluteten Innenstädte oder durch Supermärkte gehe, um etwas zu Besorgen.

Es ist schon erstaunlich, wie weit sich unsere heutige Realität offensichtlich von dem entfernt hat, für was diese Zeit des Jahres einmal stand. Umso wichtiger ist es, dass wir Inseln der Stille im Alltag für uns entdecken. Was wir brauchen ist wirksame Stille, nicht nur einfach die Abwesenheit von äußeren Geräuschen und Einflüssen, sondern Stille, die unser Innerstes erfasst. Es geht darum, stille zu werden – nicht als Wellnessmaßnahme, sondern um Gott zu ehren. Den unaufhörlichen Strom der Gedanken im Kopf zur Ruhe kommen lassen. All dem 'Ich muss aber noch ...' und 'ich sollte ...' einfach mal nicht hinterherdenken. Es Stille werden lassen – in mir selbst, in meinem tiefsten Inneren. Die Stille auszuhalten ist vielleicht am Anfang gar nicht so einfach und es mag ein bisschen Übung brauchen, um dorthin zu gelangen. Aber es lohnt sich.

Denn als ein Mönch einmal gefragt wurde, welchen Sinn das Meditieren mache, sagte er seinen Besuchern, sie sollten doch zu ihm herkommen um in den Brunnen hineinzusehen, aus dem er gerade Wasser schöpfte. "Was seht ihr?" fragte er sie. "Wir sehen nichts!" war ihre Antwort, "nichts außer der Wasseroberfläche". Der Mönch schwieg. Nach ein paar Augenblicken bat er sie, noch einmal in den Brunnen hineinzusehen. "Was seht ihr jetzt?" Die Leute blickten wieder hinunter und sagten: "Jetzt können wir unser Spiegelbild sehen!" Der Mönch sagte zu ihnen: "Meditation und Stille sind wie das Wasser, das zur Ruhe kommt und erst in dieser Ruhe können wir uns selbst erkennen". Wieder schwieg er eine Weile. Nach einigen Minuten bat er seine Besucher erneut, in den Brunnen hineinzusehen: "Schaut jetzt in den Brunnen. Was seht ihr?" Die Besucher antworteten: "Nun sehen wir sogar die Steine auf dem Grund des Brunnens." "Das ist die Erfahrung echter tiefer Stille und der Meditation" sagte er. "Wenn man lange genug wartet, sieht man den Grund aller Dinge, man begegnet Gott."

Impulse

- Wo oder wie finden Sie ihren Ruhepol, ihren Ort der Stille?
- Wann sind sie das letzte Mal dort gewesen?

Diese Spur wurde Ihnen gelegt von Dr. Hans Steubing

Bild: Dr. Hans Steubing

Eine gesegnete Adventszeit wünscht Ihnen Ihr Adventsspurenlegerteam

Nikola Beth, Agnes Doerr-Roet, Hans-Jörg Fritz-Knötzele, Ulrike Hofmann, Dr. Christoph Klock, Dr. Petra Knötzele, Heinz Lenhart, Elisabeth Prügger-Schnizer, Eva Reuter, Heiko Ruff-Kapraun, Stefanie Sehr, Dr. Hans Steubing

KIRCHE  CO.

Kirche & Co. – ein Laden der Kirchen für die Menschen in der Stadt
(Kirche in der City von Darmstadt e.V.) Rheinstraße 31, 64283 Darmstadt