

# Still sein und (er)warten

## Psalm 37,7

Gottesdienst: 10. Dezember 2017

Bibeltext: Psalm 37,7

Reihe: Jahresthema

Die Novemberausgabe des Magazins «Focus» trug einen spannenden Titel. Er lautete: Sehnsucht nach Stille, warum wir in einer Welt des Lärms leiden und wie Körper und Seele neue Kraft gewinnen. Auf dem Cover ist eine junge Frau zu sehen, die auf einem Felsen stehend über eine weite Landschaft blickt. Um sie herum scheint es still zu sein. In den einzelnen Artikel wurden dann verschiedene Aspekte von Stille bzw. still sein aufgegriffen. So war von Schweigeseminare, akustischer Städteplanung, Lärmbelastung und persönlichen Erfahrungen die Rede. Und immer wieder kam folgendes zum Ausdruck: In allen Menschen, nicht nur bei Christen, ist offenbar eine Sehnsucht nach Stille vorhanden. Jeder ist von dieser Sehnsucht betroffen und trägt sie in sich. Auch die Adventszeit ist ein Ausdruck dieser Sehnsucht. Wir besinnen uns, werden still und warten dabei gespannt, was Gott tut. Klar, in der Praxis sieht die Sache oft anders aus. Der gute alte Weihnachtsstress. Er gehört eigentlich verboten, doch wer kennt ihn nicht. Da bleibt nicht wirklich Zeit für Stille. Und abgesehen davon, man kann ja auch nicht immer still sein. Das wäre unrealistisch. Und doch bleibt diese Sehnsucht nach Stille. Und weil diese Sehnsucht bleibt, möchte ich für einen guten Umgang mit ihr werben. Denn ich persönlich bin sehr von dieser Sehnsucht fasziniert und auch selber immer wieder herausgefordert, gut mit ihr umzugehen. Das letzte Mal wurde mir so richtig bewusst, als ich kurz vor dem Abschluss meines Studiums mit meiner Klasse in eine stille Woche gehen durfte. Wir gingen hierfür extra in ein katholisches Frauenkloster, um richtig still zu werden und auf Gottes Stimme zu hören. In dieser Woche merkte ich aber, dass es gar nicht so einfach ist, diese Sehnsucht wirklich zu stillen. Es war laut in mir. Ich beschloss dann, mich in der vorhandenen Zeit ein wenig in erbauliche Literatur rund um das Thema Gebet zu vertiefen und natürlich selber zu beten. Dabei fand ganz neu gefallen an der Stille. Einige meiner Klassenkameraden bekundeten aber ernsthafte Mühe und wussten nicht recht, was sie mit der vorhandenen Zeit anfangen sollten und das sogar unter Idealbedingungen. Dieses Erlebnis zeigte mir: offenbar ist die Sache mit der Stille doch nicht ganz so einfach, vor allem in einer so lauten Welt, wo auch das eine oder andere schiefläuft.

## David als Beispiel

In einem Psalm von David erfahren wir mehr über diese Sehnsucht und den Umgang mit ihr. Wertvolle Impulse finden sich in Psalm 37. Als David diesen Psalm verfasst, ist er bereits älter und spricht mit seiner ganzen Lebenserfahrung (Vers 25). Er hat viele Höhen und Tiefen erlebt und musste miterleben, wie Menschen mit bösen Absichten Erfolge verbuchen konnten. Darüber hinaus griff er auch in seinem eigenen Leben mal daneben und war als Kriegsherr und König sicher gut beschäftigt. Von daher unterscheiden sich seine Erfahrungen im Prinzip nicht von den unsrigen in der heutigen Zeit. Im Psalm 37 lässt er vieles Revue passieren. Er meditiert, betet, denkt nach oder einfach ausgedrückt: er ist mit Gott im Gespräch. Sein Psalm ist von daher primär keine abstrakte Abhandlung von intellektuellen Gedankengängen. Ganz im Gegenteil, Davids Psalm ist eigentlich ein Gedicht. So folgen die ersten Buchstaben der Verse dem hebräischen Alphabet. Das ist ideal, um ihn zu verinnerlichen. So, dass die darin enthaltenen Einsichten tief in unsere Herzen einsinken und fest werden. Denn der ganze Psalm ist sowohl ein persönlicher Zuspruch als auch eine Verheissung an uns. Eine Verheissung die sagt, dass trotz

den Spannungen, Ungerechtigkeiten und viel Betrieb in unserem Leben, Stille möglich ist und zwar für jeden. Unsere Sehnsucht muss also nicht auf der Strecke bleiben.

## Davids Zweiklang

Schauen wir bei Psalm 37 genauer hin, entdecken wir eine Art Zweiklang. Er besteht aus zwei Grundtönen, die zusammen wunderbar klingen. Den einen Grundton beschreibt David in den Versen 3 und 4:

*Du aber vertrau auf den Herrn und tu Gutes. Bleib im Land, sei zuverlässig und treu. Freu dich über den Herrn, und er wird dir geben, was du dir von Herzen wünschst. (NGÜ)*

Auf Gott vertrauen und dabei Gutes tun ist grob gesagt der eine Grundton des Zweiklangs. Damit ist auch eine Freude verbunden, denn Gutes tun hat etwas Erfüllendes. Das sagt zum Beispiel auch der bekannte Prediger und Theologe Charles Spurgeon. Für ihn ist Gutes tun die beste Arznei gegen Groll. Abgesehen davon soll sich ja unser Glaube auch in guten Taten niederschlagen. Über diesen Grundton gäbe es sicherlich noch viel zu sagen. Generell lässt sich aber feststellen, dass dieser Grundton in unserer Zeit sicher überbetont wird. Auf der einen Seite haben wir sicher ein Überangebot an Möglichkeiten, wo wir uns positiv einbringen und Gutes tun können. Das führt nicht selten dazu, dass wir uns zerstreuen. Wir sind überall und doch nirgends. Und ob wir dann, wirklich noch das Gute tun ist zumindest fraglich, wenn nicht sogar fragwürdig. Wohlgemerkt, an diesem Grundton ist nichts falsch, aber es besteht die Gefahr, dass wir durch ihn den anderen Grundton übertönen. Aus dem Zweiklang droht ein Einklang zu werden. Doch was ist überhaupt der zweite Grundton des Zweiklangs? Die Antwort gibt David in Vers 7:

*Sei stille dem HERRN und warte auf ihn. Entrüste dich nicht über den, dem es gut geht, der seinen Mutwillen treibt. (Luther2017)*

Still sein, auf Gott warten und sich dabei nicht über die Menschen aufregen, die Böses tun; das ist der zweite Grundton. Und heute Morgen darf unser Fokus ruhig auf diesem Grundton liegen. Still sein und warten. Das ist eine sehr interessante Kombination, welche uns David hier nennt. Sie ist deshalb so interessant, weil das eine durch das andere unterstützt wird. Als Christen gehen wir mit einer Erwartungshaltung in die Stille. Wir erwarten, dass Gott etwas tut. Das ist kein naiver Optimismus so nach dem Motto: es wird schon alles irgendwie besser. Gott hat uns konkrete Verheissungen mit auf dem Weg gegeben. Wir wissen (ungefähr) was kommt. Auch im Rahmen unseres Jahresthemas haben wir immer wieder darüber gesprochen. Vor zwei Wochen hörten wir z.B. was es mit dem neuen Jerusalem auf sich hat und was uns dort ungefähr erwartet (z.B. keinen Kummer und keine Tränen mehr). Die Stille, welche David hier beschreibt, ist demnach nicht ziellos. Nebst dem müssen wir wissen, dass wir Stille nicht mit Lautlosigkeit gleichsetzen müssen. Das wäre beängstigend und würde ein Mensch gar nicht aushalten. Das zeigen zum Beispiel Experimente von den Orfield Laboratories in Amerika, welche in schalltoten Räumen durchgeführt wurden. In diesen Räumen ist absolut nichts zu hören da jegliche Schallwellen von den Wänden geschluckt werden und von aussen keine Geräusche eindringen können. Steckt man einen Menschen in einen solchen Raum, hält er es dort maximal 45 Minuten aus. Da er keine Geräusche mehr wahrnehmen kann, beginnt er plötzlich seinen eigenen Herzschlag, seinen Atem, seinen Magen, etc. beängstigend laut zu hören. Daneben verliert er langsam seine Körperbalance und eine Orientierungslosigkeit setzt ein. Ein wirklich beunruhigender Vorgang welcher zeigt, der Mensch ist nicht für die Lautlosigkeit gemacht. Wir dürfen uns also die Geräuschkulisse für unsere Stille aussuchen.

Die Stille ist also weder ziel-, noch lautlos. Wir dürfen in der Stille erwarten, dass Gott zu uns redet und uns an die Hand nimmt. Jesus füllt unsere Stille aus, dass müssen wir nicht selber tun. Denn der Heilige

Geist wohnt in allen, die Jesus in ihr Herz aufgenommen haben. ER lässt sich speziell in der Stille finden und ansprechen. Die Stille wird so zur persönlichen Begegnungszone mit Gott und zu einem fortlaufenden Gespräch. Der Stille wohnt somit etwas sehr dynamisches inne, obwohl das von aussen nicht so wirkt.

Die Stille bleibt aber trotzdem eine Herausforderung für uns. Denn wie bereits gesagt, tendieren wir gerne dazu, aus dem Zweiklang einen Einklang zu machen. Und ausserdem stellt die Stille auch unangenehme Fragen an uns, gerade weil es dazu Gottes Gnade braucht. Können wir wirklich für einen Moment die Dinge beiseitelegen und Gott machen lassen? Trauen wir Gott zu, dass er mit uns spricht und halten wir es wirklich mit IHM und uns selbst aus? Die Stille ist tatsächlich ein Testfall für die Gnade Gottes. Letztendlich sind wir aber von Gott eingeladen, uns auf diesen Testfall einzulassen und uns auf diesem Weg allenfalls auch Verbündete zu suchen.

## **Eine Kerze für die Stille**

Ein Bild, welches uns helfen könnte in die Stille zu kommen, ist jenes der Kerzenflamme. Sie ist ein starkes Symbol für die Stille, von der David spricht. Denn gleich wie bei der Stille, wirkt eine Kerzenflamme von aussen her betrachtet statisch. Ihre Flamme ist zu Beginn vielleicht etwas heller und grösser, sieht aber praktisch immer gleich aus. Beim näheren Hinsehen merken wir aber, dass genau wie bei der Stille eine Kerzenflamme etwas sehr dynamisches ist. Es findet ein ständiger Verbrennungsprozess statt. Das Kerzenwachs verdampft kontinuierlich, steigt auf und entzündet sich am brennenden Docht. Das geht solange, bis entweder kein Wachs mehr vorhanden, oder der Docht komplett abgebrannt ist. Abgesehen davon schafft Kerzenlicht eine ganz besondere Atmosphäre und wirkt auf viele Menschen beruhigend. Das könnte uns ganz praktisch als Unterstützung dienen, wenn wir versuchen in die Stille zu kommen. Zum Beispiel könnten wir uns sagen: In den nächsten vier Wochen, mache ich insgesamt, für die Dauer einer brennenden Kerze stille Zeit mit Gott. Ich zünde also jedes Mal, wenn ich bewusst still werde diese Kerze an. Dabei ist es mir überlassen, wie gross meine Kerze ist. Auf jeden Fall sehe ich gut, wie weit meine Kerze nach vier Wochen abgebrannt bzw. ob ich sie überhaupt einmal angezündet habe. Was ich dann genau in dieser Zeit mache, ist mir überlassen. Ich kann Gott Fragen stellen, IHM einen Brief schreiben, die Bibel lesen oder einfach mal nur schweigen und gespannt sein was passiert. Und wie gesagt, es liegt dann an Gott diese Stille mit Leben zu füllen. Warum nicht gerade in der Adventszeit ein solches Experiment wagen? Denn die Chancen stehen gut, dass wir entdecken, wie gnädig Gott ist und wie ER sich darüber freut, wenn wir Zeit mit ihm verbringen wollen.

AMEN

Michael Bont

## **Umsetzung in den Kleingruppen**

Bibeltext lesen: Psalm 37,1-7

1. Wie sieht in deinem Leben der Zweiklang aus Psalm 37 aus?
2. Wie ist dein persönlicher Bezug zur Stille?
3. Wie machst und erlebst du deine stille Zeit mit Gott?
4. Welches sind und waren deine persönlichen Vorbilder in Sachen Stille?