

Gottesdienst am Sonntag, 20.07.2008, 10h mit Of Sing
Reihe Abenteuer Alltag: „Mit Jesus allein“
Text: Jes 30:15
Johannes Beyerhaus

Videoeinspielung: „Stille?“

Liebe Gemeinde,

vielleicht haben Sie grad kein Baby zu Hause, das Ihnen nur begrenzt Freiräume für Stille gönnt. Mit dem gewaltigen Organ, mit dem unsere Kleinstern ja bereits gesegnet sind und Ihrem Anspruch auf einen 24-Stunden Sofort- und Rundumservice.

Aber: Ich könnte mir schon vorstellen, dass Ihnen manches aus dieser Szene bekannt vorkommt, wenn Sie gerade kein Baby im Haus haben. Vielleicht spüren Sie in Ihrem Innersten ab und zu mal - vermutlich nicht ganz so zwanghaft wie die junge Frau - aber doch deutlich wahrnehmbar:

Eigentlich sollte ich mir mehr Zeit für Stille nehmen.
Eigentlich sollte ich mal wieder in Ruhe in der Bibel lesen. Beten.
Meine Beziehung zu Gott etwas intensiver pflegen. Eigentlich.

Aber: Es fällt mir sooo schwer!

Ständig werde ich abgelenkt. Ob das nun Störfeuer von außen sind: Das Läuten des Telefons, das aufdringliche Brummen des Wäschetrockners oder das Rappeln am Briefkasten, wenn die Post kommt. Aufgaben, die mir plötzlich in den Sinn kommen und die viel dringlicher sind.

Es können aber auch Störungen sein, die mit meinem inneren Leben zu tun haben. Meine Gedanken schweiften ständig ab. Ich habe keine klare Vorstellung, wie ich die Zeit der Stille überhaupt gestalten könnte. Keinen Plan. Oder der Zeitpunkt ist einfach schlecht gewählt.

Und dazu kommt noch etwas anderes:

Stille ist in unserer westlichen Welt ja auch eigentlich gar nicht mehr vorgesehen. Sie wurde schlichtweg aus dem Programm gestrichen. Und zwar im wahrsten Sinne des Wortes. Ob im Radio oder im Fernsehen. Inzwischen werden wir 24 Stunden lang mit Bild und Ton befeuert. Wenn es hier keine Störungen gibt.

Sie kennen wahrscheinlich den Begriff "Sendeloch".

So nennt man eine kurzzeitige Pause, in der aus irgendwelchen Gründen nichts zu hören oder nichts zu sehen ist. Die Fußballfreunde unter uns erinnern sich noch schmerzhaft an die Sendelöcher beim Halbfinale der EM Deutschland gegen die Türkei - ein unerhörter Vorfall, der einen kollektiven Aufschrei der ganzen deutschen und türkischen Nation verursachte.

Sendeloch, so heißt das vielleicht auch, weil der Hörer sofort in ein tiefes Loch fällt, wenn der Reizpegel oder der Geräuschpegel einmal abreißt. Aber Löcher entstehen auch in den Kassen von Supermärkten, wenn sie auf Dauerberieselung verzichten. Stille ist schlecht, Musikeppich ist gut. Das weiß jeder Marketingstrategie.

Denn in der Stille wird laut, was in uns schlummert. In der Stille kommt hoch, was verdrängt wurde. In der Stille tauchen Fragen auf. Ungeklärtes, Zurückgedrängtes, Bohrendes, Anklagendes, Suchendes.

Was soll man auch damit machen, wenn es hoch kommt?
Wohin damit?

Nun sagt uns die Bibel: Den Deckel draufzumachen mit einer permanenten Geräuschkulisse oder mit unentwegter Betriebsamkeit - das ist nicht die Lösung. Die Lösung liegt vielmehr genau dort verborgen, wo

Du das *Problem* siehst. Nämlich gerade in der Stille. Vielleicht nicht grad im Supermarkt aber dort, wo ich auch zur Ruhe kommen kann. *"Wenn ihr umkehrt und stille bliebet, so würde euch geholfen, durch Stillesein und Hoffen würdet ihr stark sein"*. (Jes 30,15). Stille macht stark. Genau darum möchte der Teufel um jeden Preis verhindern, dass wir vor Gott still werden. Dass uns geholfen wird. Und seine effektivsten Waffen sind, uns ständig auf Touren zu halten und dafür zu sorgen, dass wir permanent zugedeckt werden mit Geräuschteppichen. Er will unbedingt verhindern, dass Gott zu uns redet.

Stille gibt übrigens auch unseren eigenen Worten weder neues Gewicht. Wir reden weniger dummes Zeug. In Ps 37,7 heißt es: *"Sei stille dem Herrn und warte auf ihn"*. Warten, was ER uns sagen möchte, wohin ER unsere Gedanken lenken möchte. Mit Seiner Kraft rechnen.

Stille vor Gott ist die Chance, unser Leben täglich neu vor Gott zu ordnen. Oder besser: ordnen lassen. Und zwar um IHN herum - als unser Zentrum. Raus aus der gewohnten Geschäftigkeit, aus dem Lärm, dem Materialismus, all den Dringlichkeiten. Still werden vor Gott.

Eine große Chance übrigens auch, ihm alles zu überlassen, was in uns brodelt. Unsere Ratlosigkeit, unsere Ängste, unsere Schwächen, unser Ehrgeiz, unsere eigensinnigen Pläne, unser Versagen, unsere Erschöpfung, Verletzungen, Minderwertigkeitsgefühle, verpasste Chancen, die immer noch in uns bohren.

Stille: Das bedeutet Rückzug aus der täglichen Routine der vielen Worte, der vielen Beziehungen, der vielen Aufgaben, des Zerfließens in alle Richtungen und uns ganz Gott zuwenden.

Fuß weg vom Gas, Hand vom Steuer.
Schweigen.

Abgeben, loslassen. Unseren Blick auf IHN richten, unser Herz IHM hinhalten und hören, was ER uns sagen möchte. Was sein Wort uns zuspricht. Was er uns an guten Gedanken eingibt. Übrigens war das gar nicht so verkehrt, was die junge Frau in einem Fall gemacht hat, als ihr plötzlich etwas in den Sinn kam. Das sie nämlich gleich dafür gebetet hat.

Man kann aus einer Not auch eine Tugend machen.
Wenn uns in der Stille plötzlich bestimmte Menschen in den Sinn kommen, dann könnten wir gleich für sie beten. Ich habe in meiner stillen Zeit auch meistens meinen Kalender bei mir, weil mir grad dann oft Dinge einfallen oder Menschen, mit denen ich Kontakt aufnehmen sollte. Das schreibe ich dann auf. Und kann mich dann später darum kümmern. Und vielleicht war es ja sogar Gott selbst, der mir da etwas aufs Herz legen wollte.

Aber in jedem Fall gilt: Still zu werden - das will eingeübt werden. Und Stille braucht auch Zeit. Wer glaubt ohne auszukommen, der ist wie ein Autofahrer, der glaubt, schneller an seinen Urlaubsort zu kommen, wenn er aufs Tanken verzichtet.

Und darum sollten wir Zeiten mit Gott genauso einplanen, wie wir andere und oft weniger wichtige Dinge unseres Lebens ja auch planen. Unser Frühstück zum Beispiel. Bei uns ist sogar das Ei am Sonntag eingeplant. Oder wann die Biotonne und wann die Papiertonne und wann der gelbe Sack rausmuss.

Wie viel wichtiger ist es, Zeit mit Gott fest einzuplanen!
Und auch all den Abfall und verbrauchten Verpackungen da drinnen auch rauszustellen.

Machen Sie die Zeiten der Stille nicht von Ihrer Lust und Laune abhängig. Es ist außerordentlich hilfreich, nicht jedes Mal von neuem darüber grübeln zu müssen: „Mach ich´s oder mach ich´s nicht“. Einfach machen! Das entlastet und hilft uns auch durch trübe Zeiten hindurch.

Aber wählen Sie die Zeit gut. Nicht, wenn Sie schon fix und fertig sind. Auch die äußeren Rahmenbedingungen müssen in etwa stimmen.

Nun gehöre ich nicht zu denen, die glauben, dass die Qualität eines Christenlebens direkt daran ablesbar ist, wie viele Minuten Stille Zeit jemand täglich verbringt.

Aber: Sogar Jesus suchte und brauchte die Zeit der Stille und ungestörten Gemeinschaft mit seinem Vater. An einsamen Orten, irgendwo in der Natur, wo er nicht ablenkt wurde. *"Am nächsten Morgen verließ Jesus lange vor Sonnenaufgang die Stadt und zog sich an eine abgelegene Stelle zurück. Dort betete er."* (Mk 1,35)

Stille ist wichtig für unseren Glauben. Wir kommen ohne sie nicht aus. Wer glaubt, ohne sie auskommen zu können, überschätzt sich selbst gewaltig und verrät damit zugleich, dass er letztlich nicht wirklich mit Gott rechnet. Mit seiner Kraft, mit seinem Eingreifen, mit seiner Leitung.

Auf Stille zu verzichten ist Ausdruck einer Einstellung, die davon ausgeht: Das wichtigste im Leben ist das, was ich selbst plane und tue und gebacken bekomme. Ist es aber nicht. Gott kann mehr als ich! Viel mehr. Außerdem: Christen wissen, dass es im Leben nicht wirklich um sie selbst geht, sondern um Gott!

Nun glauben nicht wenige Menschen, dass ihre Kleingruppe, ihr Hauskreis der Ort sein könnte, wo das mit dem Bibellesen und Beten abgedeckt wird. Und viele halten es gar nicht aus, sich allein der Stille auszusetzen.

Oder sie kommen mit sich selber nicht Zurende und hoffen in der Gemeinschaft anderer Menschen, dass hier ihre geistlichen Defizite aufgefangen und ausgeglichen werden könnten. Aber Bonhoeffer hat zu Recht einmal geschrieben: *"Die christliche Gemeinschaft ist kein geistliches Sanatorium. Wer auf der Flucht vor sich selbst bei der Gemeinschaft einkehrt, der missbraucht sie zum Geschwätz und zur Zerstreuung und mag dieses Geschwätz und diese Zerstreuung noch so geistlich aussehen"* (GL, 64). *Wer nicht allein sein kann, der hüte sich vor der Gemeinschaft.*

Und zwar deswegen, weil er sich selber schadet, indem er sich - ohne eigenes Fundament - so nur in die Leere von Worten und Gefühlen stürzt. Zum anderen - und vor allem! - schadet er aber auch der Gemeinschaft. Bonhoeffer weist in diesem Zusammenhang auch auf das Bild des Apostels Paulus von der Gemeinde als Leib Christi hin. Er schreibt:

"Der einzelne muss wissen, dass auch die Stunde seines Alleinseins zurückwirkt auf die Gemeinschaft. In seinem Alleinsein kann er die Gemeinschaft zerreißen und beflecken und er kann sie stärken und heiligen. Jeder Selbstzucht des Christen ist auch ein Dienst an der Gemeinschaft. Umgekehrt gibt es keine noch so persönliche oder heimliche Sünde mit Gedanken, Wort oder Tat, die nicht der ganzen Gemeinschaft Schaden zufügt. (Deswegen auch mein Bild vom Rausstellen der Mülltonne!). Ein Krankheitsstoff gerät in den Körper, noch weiß man vielleicht nicht, woher er kommt .. aber der Körper ist vergiftet (GL 76).

Für Bonhoeffer gilt interessanterweise allerdings auch das umgekehrte: *"Wer nicht in der Gemeinschaft steht, der hüte sich vor dem Alleinsein"*. Weil die Folge davon geistliche Eitelkeit, Eigenbrödlertum oder auch Verzweiflung ist. Gemeinschaft und Alleinsein: Beides soll auf einander bezogen sein.

Und ich gebe auch sofort zu: Schweigen kann schnell auch eine Wüste um uns herum entstehen lassen. Mit all ihren Schrecken und ihrer Einsamkeit. Und wer glaubt, in der stillen Zeit immer irgendwelche geistlichen Kicks erleben zu müssen, der ist auf dem Holzweg und wird auch schnell enttäuscht werden. Die erste ausgedehnte Zeit der Stille, die Jesus nach seiner Taufe und dem Beginn seiner öffentlichen Wirksamkeit hatte, war eine Wüstenzeit. Mit heftigen Anfechtungen und Versuchungen. Aber er wusste: Auch durch so etwas muss ich durch.

Es geht in der Stillen Zeit nicht darum, dass wir mystische Höhenflüge haben. Wir sollen nicht das Erlebnis suchen, den geistlichen Kick, sondern wir sollen Gott suchen. Es geht um die schlichte Begegnung mit seinem Wort Gottes. Aber: Wir dürfen davon ausgehen, dass diese Zeit des Schweigens auf Dauer reich belohnt wird - wenn wir nur Gott erlauben, in unser Leben hineinzureden und hineinzuwirken.

"Wenn ihr umkehrtet und stille bliebet, so würde euch geholfen durch Stillesein und Hoffen würdet ihr stark sein"

Konkrete Anregungen (**PowerPoint Präsentation**) - nicht 10 Gebote, darum nur neun Punkte.

ZEIT FÜR STILLE

Ungestörten Ort suchen

Gebets-Atmosphäre gestalten:

Evtl. Kerze anzünden, oder auch Kreuz aufstellen

Konzentrationshilfe: Halblaut beten

Wichtige Gedanken, Gebetsanliegen, Gebetserhörungen aufschreiben

Wichtige Texte farblich markieren

1. Ich singe Gott (ggf. leise) mein Lieblingslied.
2. Ich atme bewusst. Bei jedem Einatmen denke ich an Gottes Liebe, die ich in mich aufnehme, bei jedem Ausatmen an das, was mich belastet und was ich abgeben will.
3. Ich sage Gott, was mich gestern beschäftigt hat und was vor mir liegt
4. Ich sage Gott, welche Schuld ich bei mir entdecke und abgeben will (*Mülltonne*).
5. Ich danke Gott für sein Eingreifen in mein Leben und in unserer Gemeinde.
6. Ich trage Gott meine Bitten/Fürbitten vor (Familie, Gemeinde, Mission).
7. Ich lese einen Bibeltext (etwa die Tageslese) und denke darüber nach, was Gott mir heute konkret sagen möchte.
8. Ich bete einen Psalm, das Vaterunser oder ein anderes fest formuliertes Gebet konzentriert und langsam durch.
9. Ich bete Gottes Größe an, nenne seine Eigenschaften und nehme diesen Eindruck mit in meinen Alltag.

"Wenn ihr umkehrtet und stille bliebet, so würde euch geholfen durch Stillesein und Hoffen würdet ihr stark sein"

Amen