



Stille

'Denn so spricht der Herr, der Heilige Israels: Nur in Umkehr und Ruhe liegt eure Rettung, nur Stille und Vertrauen verleihen euch Kraft. Doch ihr habt nicht gewollt...'

Jesaja 30,15)

Wann waren Sie zuletzt von absoluter Stille umgeben? Möglicherweise fällt es Ihnen schwer, sich zu erinnern. Wir leben in einer lauten Welt. Ständig umgeben uns neue Reize, vielfältige Geräusche dringen auf uns ein. Auf manche von ihnen haben wir wenig Einfluss, auf andere sehr wohl. Stille kann herausfordernd sein – und so wird sie oft bewusst überdeckt.

Die Stille – sie ist ein kostbares Gut. In der Stille kann unser Geist sich sammeln aus der Zerstreuung, sich erholen, zur Ruhe kommen.

Die Sehnsucht nach äußerer und innerer Ruhe kannte auch Rainer Maria Rilke. So heißt es in einem seiner Gedichte:

*'Wenn es nur einmal so ganz stille wäre.
Wenn das Zufällige und Ungefährere
verstummte und das nachbarliche Lachen,
wenn das Geräusch, das meine Sinne machen,
mich nicht so sehr verhinderte am Wachen...'*

*Stille ist mehr als die Abwesenheit von Lärm.
In der Stille wird der Mensch auf-merksam,
kommt in Berührung mit seiner unerschöpflichen inneren Kraftquelle,
mit seiner eigenen Wahrheit,
mit Gott.*

Die christliche Autorin Käthe Wille drückt diese Erfahrung im folgenden Gebet aus:

*Herr,
es ist tröstlich
zu wissen
dass sich deine Stimme
durch das laute Gewirr
von Geräuschen
die um mich sind
einen Weg
zu mir bahnt
dass du
unausweichlich
mich meinst*

Impulse

- Gönnen Sie sich möglichst täglich eine (kurze) Zeit der Stille – gerade auch jetzt im Advent.
- Hier finden Sie ein Beispiel für eine Meditation. "Einkehr in die heilende Stille":
Verknüpfung

Diese Spur wurde Ihnen gelegt von Elisabeth Prügger-Schnizer

Bild: Oliver Mohr @ pixelio.de

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, Stefanie Sehr, Dr. Hans Steubing

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

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