

## Orte der Stille

Reinhard Körner OCD, Birkenwerder b. Berlin

Einen Artikel soll ich schreiben. Auch das noch! Hab ich nicht schon genug zu tun, mehr als genug? Also wieder einen Sonntag am Schreibtisch verbringen und mindestens eine „Nachtschicht“ in den nächsten Tagen! Ins Kloster müsste man gehen, sag ich mir in solchen Momenten; ins Kloster, um all dem Stress zu entfliehen ... Nur: Im Kloster bin ich schon. In einem Kloster, in das jährlich über 2.000 Menschen kommen – um sich für ein paar Tage aus dem Alltagsleben zurückzuziehen. Sie suchen die Stille, und sie scheinen sie zu finden; sonst kämen sie ja nicht wieder, die meisten Jahr für Jahr, viele auch öfter. Nur ich, denke ich manchmal, nur ich, der Gästepater, muss sehen, wo ich bleibe ...

„Orte der Stille“ heißt das Thema. Ich soll darüber schreiben, wie notwendig diese Rückzugsmöglichkeiten heute sind und welche Bedeutung sie haben. Vor allem für Religionslehrerinnen und Religionslehrer. Die sind in der Tat nicht selten unter den Stillesuchern (wenn sie gerade mal Schulferien haben). Aber was soll ich ihnen sagen? Und überhaupt: Kann man denn über Stille reden?

Ein Wort des Papstes, das mir – dem Himmel sei Dank! – genau in diesen Tagen in die Hände fiel, wird mir aus der Patsche helfen. Beim Angelusgebet am 19. November 2006 hat Benedikt XVI. gesagt:

*„Angesichts des weitverbreiteten und von vielen Menschen verspürten Bedürfnisses, aus der Alltagsroutine der großen städtischen Ballungszentren auszubrechen und nach Orten zu suchen, die der Stille und der Meditation förderlich sind, bieten sich die Klöster des kontemplativen Lebens als ‘Oasen’ an, in denen der auf Erden pilgernde Mensch besser aus den Quellen des Geistes schöpfen und auf dem Weg seinen Durst löschen kann. Diese scheinbar nutzlosen Orte sind daher im Gegenteil so unentbehrlich wie die ‘grüne Lunge’ einer Stadt: Sie tun allen gut, auch denen, die sie nicht besuchen oder die vielleicht nicht einmal etwas von ihrer Existenz wissen.*

*Liebe Brüder und Schwestern, danken wir dem Herrn, der in seiner Vorsehung die Klausurgemeinschaften für Männer und für Frauen gewollt hat. Lassen wir es ihnen nicht an unserer geistlichen und auch materiellen Unterstützung fehlen, damit sie ihren Auftrag erfüllen können, der darin besteht, die sehnsüchtige Erwartung der Wiederkunft Christi in der Kirche lebendig zu erhalten.“<sup>1</sup>*

Eigentlich ist damit schon alles gesagt. Recht hat er, der Papst. Wer mehr lesen will über den Wert der Stille oder nach Adressen von Orten sucht, an denen er Stille finden kann, braucht nur in die nächste Buchhandlung zu gehen oder sich durchs Internet zu googeln: Noch nie in der langen Geschichte der christlichen Spiritualität sind so viele Bücher über die Stille und das Schweigen geschrieben worden wie heute<sup>2</sup>, und Klosterführer<sup>3</sup> und einschlägige Prospekte gibt es, in Web- und in Printversion, in Hülle und Fülle ...

---

<sup>1</sup> L'OSSERVATORE ROMANO, dt. Wochenausgabe 47/2006, 1.

<sup>2</sup> Ein „Klassiker“ in der Sprache der Menschen von heute ist nach wie vor: Henri J. M. Nouwen, ICH HÖRTE AUF DIE STILLE. Sieben Monate in einem Trappistenkloster, Neuauflage: Freiburg i. Br. 2004.

Freilich, ein bisschen genauer hinschauen muss man wohl schon: Wie ist das wirklich mit den *Oasen* und den *grünen Lungen* und mit dem *Durstlöschen auf dem Weg des pilgernden Menschen*? – Wenn es denn also sein soll, hier ein paar am Papstwort entlang formulierte Gedanken eines Zeitgenossen, der tagein, tagaus darum bemüht ist, Religionslehrern und anderen Stillesuchern Stille zu ermöglichen.

1. Auch ich liebe die Stille, und ich brauche sie. Deshalb bin ich vor 25 Jahren ins Kloster gegangen. In ein *Kloster des kontemplativen Lebens*, wie Papst Benedikt sich ausdrückt. Der männliche Zweig des Teresianischen Karmel gehört zwar nicht zu den „rein kontemplativen“ Orden, sondern, nach dem Wunsch der Gründerin Teresa von Ávila (1515-1582), zu den kontemplativ-seelsorglichen Gemeinschaften in der Kirche; aber das Schweigen und die Stille haben doch einen beachtlichen Platz im Tageslauf. Und auch die Gottesdienste, das gemeinsame Stundengebet und die Betrachtungszeiten (täglich zwei) sind in den Karmelklöstern vom Geist der Stille, der Einfachheit und der Besinnung geprägt. Ins Kloster eines solchen Ordens bin ich eingetreten, weil ich genau dieses Maß und diese Art von Stille brauche. Um Mensch zu sein. Ich würde Achten rennen und mehr gelebt werden als leben, hätte ich sie nicht. Ich weiß auch, aus Erfahrung, dass zwischen Gott und mir nicht viel laufen würde, gäbe es in meinem Lebensalltag nicht die Zeiten des Schweigens und der stillen Zurückgezogenheit. Ich würde dann, auch das weiß ich aus persönlicher Erfahrung, in Seelsorge und Glaubensverkündigung von einem Gott reden, den ich selbst nicht kenne, und das möchte ich keinem Menschen antun.

Anderen mag es anders gehen. Mir geht es so. Ich brauche einen Ort der Stille. Zum Leben. Und um authentisch zu sein. Zweimal im Jahr, für drei Wochen und für eine Woche, verlasse ich deshalb sogar das Kloster und ziehe mich aus meinem sehr gefüllten Arbeitsalltag in die Stille zurück.

2. In der Tat: Das von vielen Menschen verspürte Bedürfnis, aus der Alltagsroutine der städtischen Ballungszentren auszubrechen, ist groß. Wenigstens am Wochenende wollen viele das quirlige Großstadtleben hinter sich lassen, um „Atem zu holen“ in einer ruhigen Gegend. Meine Ordensmutter Teresa glaubte noch, damals im Spanien des 16. Jahrhunderts, es sei wichtig, kontemplative Klöster möglichst inmitten der großen Städte zu gründen, um den Menschen nahe zu sein. Sie hatte recht, und auch heute sind geöffnete Kirchen und betende Gemeinschaften ein Segen für jede Stadt. Doch jetzt, im 21. Jahrhundert, im Zeitalter der zunehmenden Städteflucht und der allgemeinen Mobilität, würde Teresa mit ihren Schwestern und Brüdern wohl vor allem in gut erreichbare, aber eher abseits gelegene Orte gehen, dorthin, wohin es auch die geistlich Suchenden heute zieht: an Orte, die der Stille und der Meditation förderlich sind, an denen der auf Erden pilgernde Mensch besser aus den Quellen des Geistes schöpfen und auf dem Weg seinen Durst löschen kann. – Warum ist das Bedürfnis nach Abgeschiedenheit und Stille so groß? Wohl, weil es so vielen Menschen ähnlich geht wie mir. Und nicht nur solchen, die in großstädtischen Ballungszentren leben. Kleinstädter und Dorfleute machen den Hauptanteil der Stillesuchenden aus, auch in unserem Kloster. Selbst Mönche und Nonnen aus kontemplativen Klausurorden ziehen sich hierher zurück. Aus allen Berufen kommen sie, und Religionslose, vor allem hier aus dem Osten Deutschlands, sind ebenso darunter wie Religiöse mit und ohne konfessionelle Bindung. Dass sie fast alle regelmäßig wiederkommen, zeigt, dass auch sie die Stille lieben. Und sie brauchen. Der

---

<sup>3</sup> Zum Beispiel: Petra Altmann, ATEM HOLEN IM KLOSTER. Ein Reiseführer für Körper, Geist und Seele, Ausburg 2006; KLOSTERFÜHRER. Christliche Stätten der Besinnung im deutschsprachigen Raum, Mainz 2006. – Im Internet: [www.kath.de/gruenewald/kloster](http://www.kath.de/gruenewald/kloster); [www.orden.de](http://www.orden.de) > Kloster auf Zeit; [www.exerzitionen.info](http://www.exerzitionen.info), u. v. a.

Mensch kann nicht Mensch sein, der Christ nicht Christ und der Religionslehrer nicht authentisch, wenn er – wenigstens von Zeit zu Zeit – einen Ort der Stille nicht hat.

Vielen mag es anders gehen. Vielen geht es so. Es scheint mir eine Frage der Ehrlichkeit zu sein, gegenüber sich selbst, gegenüber den Mitmenschen in Familie und Berufsfeld und gegenüber Gott, ob, wann, wie oft und wohin einer *ausbricht aus der Alltagsroutine*. Und wohl auch eine Frage des Verantwortungsbewusstseins gegenüber dem Leben, dem eigenen und dem der anderen.

3. Stille, das ist ein innerer Zustand. Und der ist wohl zuerst gemeint, wenn Benedikt von einem *von vielen Menschen verspürten Bedürfnis* spricht, von einer Sehnsucht also geradezu. Aber die äußere Stille – diese Erfahrung macht schon der alttestamentliche Elija (s. 1 Kön 9,8-14) – kann helfen, das so lebensnotwendige Stillsein im Innern zu finden. Sie *tut allen gut*. Jedenfalls vielen. Manchen auch nicht, zunächst einmal nicht: Ist es außen leise und stehen die Räder der Alltagsroutine still, kann es innen umso lauter werden. Gerade im Gästehaus eines Klosters oder an einem anderen Ort der Stille. Manch einen stört dann im Zimmer noch die Fliege an der Wand und bei den Mahlzeiten im Schweigen noch das Löffelklappern der Tischnachbarn. Es braucht viel Selbsterkenntnis, um zu begreifen, dass es die eigenen Gedanken sind, die unruhig hin und her fliegen, und dass es das Säbelrasseln der verletzten Gefühle ist, das sich im Löffelklappern nur spiegelt. Nein, der Himmel auf Erden ist der Ort der Stille nicht, und kein noch so besorgter Gästepater kann ihn „herstellen“. Immer wird eine Tür quietschen, der Hausmeister irgendwo ein Loch bohren müssen oder in der Nachbarschaft ein Hund bellen. – Zeiten der Stille sind Exerzitionen, sagen die alten Lehrmeister des geistlichen Lebens (längst schon, bevor mit Ignatius von Loyola die Exerzitionsbewegung begann). Exerzitionen sind „Übungen“, mühsame manchmal sogar. „Geübt“ werden soll in äußerer Zurückgezogenheit und Stille das Stillwerden im Innern: das Stillseinkönnen im Innern auch dann, wenn es außen laut ist, gleich unter welchen äußeren Lebensbedingungen.

Die Auszeit an einem Ort der Stille hätte wenig gebracht – außer Erholung für Leib und Nervenkostüm vielleicht, was freilich auch von Wert ist –, wenn nicht der „Ort“ im Innern entdeckt oder wiedergefunden würde, an dem die Gedanken ihren Halt finden, die Emotionen ihre Klarheit und der Geist seine Lebensquelle. „Du musst dir im Innern deiner Seele eine kleine Zelle bauen“, schreibt Elisabeth von Dijon (1880-1906) aus ihrem Kloster an eine Freundin<sup>4</sup>, und als Karmelitin weiß sie, wovon sie spricht: Aus seiner Mitte kann auch in der Klosterzelle nur leben, wer sich eine „innere Zelle“ zu bauen und in die „inneren Wohnungen“ (Teresa von Ávila) einzukehren weiß.

4. Die Seele der Stille ist das Schweigen. Meinen Stillesuchern sage ich deshalb am Beginn eines Exerzitenkurses: Das Wort „schweigen“ ist für die nächsten Tage dick unterstrichen; es bedeutet: Nicht leise reden, sondern gar nicht reden, und nicht manchmal gar nicht reden, sondern immer gar nicht reden ...

Wofür ein solches durchgängiges Schweigen gut sein soll? Alle, die sich bis zum Abschluss der Exerzientage daran halten, wissen es hinterher. Und weil sie die Heilkraft mehrtägigen Schweigens selbst erfahren haben (manche zum ersten Mal in ihrem Leben), kommen sie immer wieder.

5. ... und die Seele des Schweigens ist das Gebet. Der Papst spricht von *Meditation*. Ein Allergeweltswort, heute. Im Sinne der christlichen Tradition, wie Benedikt es versteht, ist ein betendes Meditieren gemeint und ein meditierendes Beten, ein „Vereintsein“ mit Gott im Dialog, im Reden

---

<sup>4</sup> Elisabeth von der Dreifaltigkeit, DER HIMMEL IST IN MIR. Gesammelte Werke, Bd. 1, Wien (Vlg. Christliche Innerlichkeit) 1994, 252.

und im Zuhören; in einem wirklichen „Gespräch“, wie die Meister des geistlichen Lebens zu sagen sich nicht scheuen. „Du denkst dann“ schreibt Elisabeth von Dijon ihrer Freundin, „dass Gott in deiner inneren Zelle zugegen ist, und betrittst sie von Zeit zu Zeit. Wenn du deine Nerven spürst oder dich unglücklich fühlst, so flüchtest du dich rasch dahin und vertraust dem Meister alles an. (...) Du hast dich früher immer so gerne neben mich gesetzt, um mir deine Geheimnisse anzuvertrauen. Auf die gleiche Weise muss man zu ihm gehen. Wenn du nur wüsstest, wie gut er versteht! Du würdest nicht mehr so leiden, wenn du dies begreifen könntest.“<sup>5</sup> – Es kann freilich von großem Nutzen und manchmal sogar lebensnotwendig sein, die persönliche Situation und das Durcheinander der Gedanken und Gefühle vor einem Menschen auszusprechen, vor einem Seelsorger vielleicht, auch während der Auszeit am Ort der Stille. Doch gereiftes Menschsein und mündiges Leben aus dem Glauben wird erst so recht möglich, wenn der Mensch es lernt, mit seinen Sorgen, Fragen und Problemen auch einmal allein zu bleiben – und dann doch nicht allein damit zu bleiben, sondern all das, was ihn da aktuell bewegt, zum Thema seines Betens zu machen.

Sich bei Gott selbst „aussprechen“ und „auf seine Stimme hören“, das ist *kontemplatives Leben*. Und es einüben können oder wiedererwecken, das ist es, was Orte der Stille vor allem zu *bieten* haben.

6. Um *geistliche und materielle Unterstützung* für die Orte kontemplativen Lebens bittet der Papst. Auch da kann ich ihm nur zustimmen. Was die materielle (finanzielle) Unterstützung betrifft: Es gibt wohl, auch in unserem Land, kein einziges Exerzitenhaus und kein einziges christliches „Haus der Stille“, das seine laufenden Ausgaben durch die Pensionsgebühren seiner Stillesucher decken könnte; die *scheinbar nutzlosen Orte*, die *so unentbehrlich wie die 'grüne Lunge' einer Stadt* sind, produzieren ja nichts – außer „Sauerstoff“ zum „Atem holen“. Und obendrein sind die Preise so moderat gehalten, dass Exerziten und persönlich gestaltete stille Tage nicht zum unerschwinglichen Luxusgut werden müssen. – Und die geistliche Unterstützung, worin könnte sie bestehen? Vor allem im einfühlsamen Respekt vor der Stille und der Zurückgezogenheit derjenigen Frauen und Männer, die anderen eine Auszeit an einem Ort der Stille ermöglichen. Das kann damit beginnen, dass man, um sich an sie zu wenden, den guten alten Postweg wählt, statt zu jeder Tages- und Nachtzeit das Klosterschloß zum Schrillen zu bringen ... Denn auch sie wollen, auf ihre Weise, den *Auftrag erfüllen*, der uns allen gemeinsam ist: *die sehnsüchtige Erwartung der Wiederkunft Christi in der Kirche lebendig zu erhalten*.

7. Orte der Stille sind wie *'Oasen'*, sagt Benedikt, *in denen der auf Erden pilgernde Mensch besser aus den Quellen des Geistes schöpfen und auf dem Weg seinen Durst löschen kann*. Warum ist das so? Warum machen selbst religionslose Menschen die Erfahrung, dass sie die Stille der „Oase“ brauchen? Diese Frage möchte ich Edith Stein (1891-1942) beantworten lassen, denn sie kennt sich bestens aus eigener Erfahrung im religiösen wie im religionslosen Herzen aus: „Im *'Inneren'* ist das Wesen der Seele nach innen aufgebrochen. Wenn das Ich hier lebt – auf dem Grunde seines Seins, wo es eigentlich zu Hause ist und hingehört –, dann spürt es etwas vom Sinn seines Seins und spürt seine gesammelte Kraft vor ihrer Teilung in einzelne Kräfte. Und wenn es von hier aus lebt, so lebt es ein volles Leben und erreicht die Höhe seines Seins. Was an Gehalten von außen aufgenommen wird und bis hierher vordringt, das bleibt nicht nur gedächtnismäßiger Besitz, sondern kann *'in Fleisch und Blut'* übergehen. So kann es zum lebenspendenden Kraftquell in ihr werden. (...) Das ist es, was die Kenner des inneren Lebens zu allen Zeiten erfahren haben: Sie wurden in ihr Innerstes hineingezogen durch etwas, was stärker zog als die ganze äußere Welt;

---

<sup>5</sup> Ebd.

sie erfuhren dort den Einbruch eines neuen, mächtigen, höheren Lebens, des übernatürlichen, göttlichen.“<sup>6</sup>

Mehr zum Thema „Orte der Stille“ gibt es eigentlich nicht zu sagen. Nur die Erfahrung, nicht die Theorie, kann überzeugen. Auch hier gilt das Jesus-Wort: „Kommt und seht!“ (Joh 1,39).

---

<sup>6</sup> Edith Stein, ENDLICHES UND EWIGES SEIN. Versuch eines Aufstiegs zum Sinn de Seins (ESGA 11/12), Freiburg-Basel-Wien 2006, 369 u. 373.