

Vortrag von August Blaser anlässlich des von Tavel-Lagers Nr. 3 vom 26. Feb. 2009

## "Stille"

Lieber Hauptpatriarch, liebe Patriarchen,

Jedem Menschen bedeutet Stille ein bisschen etwas anderes. Je nachdem, ob er das Psychische oder das Physische mehr wertet, die innere oder die äussere Stille. Ich möchte an dieser Stelle etwas über meine Erfahrungen, meinem Umgang mit der Stille plaudern. Das, was ich nun sage ist sehr subjektiv und bedeutet Dir, lieber Bruder vielleicht nichts, weil Du das Wort Stille anders wertest. Ich nenne meinen Vortrag „Erinnerungen an die Stille“.

Niemand will im Ernst bestreiten, dass es auf dem Planeten Erde immer lauter wird. Je mehr Menschen, desto mehr Lärm. Das beginnt schon am frühen Morgen. Kaum aus dem Bett wird das Radio angedreht um die Frühnachrichten zu hören. Dazu gurgelt die Kaffeemaschine, das Morgengeschirr klappert und das ganze wird begleitet von einem mehr oder weniger lauten Verkehrslärm, der von draussen in die Wohnung dringt. Eine ständige Geräuschkulisse begleitet uns dann den ganzen Tag. Irgend etwas wird immer zu hören sein. Wahrscheinlich gehören Geräusche zum Leben wie der Herzschlag. Wir haben uns längst daran gewöhnt. Und wenn sich dieser Geräuschpegel nicht durch irgendwas plötzlich verstärkt, so nehmen wir ihn hin ohne mit der Wimper zu zucken, ohne darauf zu achten.

Stille ist nun ein sehr relativer Begriff. Früher, als ich noch ein Kind war, da war ich oft allein zu hause. Wir wohnten in einem alten Bauernhaus, wo der Holzwurm immer irgendwo tickt und die Mäuse immer irgendwie zwischen Decke und Fussboden umhertrippeln. Aber sonst war es sehr still. An der Wand in der Stube hing eine Uhr im Holzgehäuse. Meist hörte ich diese Uhr überhaupt nicht. Aber es gab Momente, da tickte sie so laut, dass es fast in meinen Ohren dröhnte. Komisch, es war doch dieselbe Uhr wie gestern, und da war ich auch allein zu hause und habe nichts gehört. War das eine Frage der Langeweile oder andererseits des Mit-sich-selbst-beschäftigt-seins.

Selten, aber es kommt vor, dass man nicht einschlafen kann. Dann werden Geräusche, die man normalerweise nicht wahrnimmt plötzlich zu lästigen Lärmquellen. Selbst der leise Atem des nebenanliegenden Ehepartners, der eigene Tinnitus im rechten Ohr, das Rascheln des Kissens, wenn man sich unruhig hin- und herwälzt, das Rauschen der Pneus eines Autos auf der Autobahn. Ja, gibt es denn nirgends Ruhe, nur zehn Minuten, bis ich eingeschlafen bin. Dabei habe ich keine Sorgen. Ich werde nur von Emotionen geplagt. Und wenn man die Gründe für eine solche Schlafstörung ein bisschen näher prüft, merkt man bald einmal, dass es vorwiegend negative Emotionen sind, die einem das Einschlafen vergällen. Vielleicht ist es Hass gegen irgendwas oder irgendwen, oder Neid, oder Angst.

Ist im Alltag ein Lärmpegel dauernd höher als normal, so gewöhnen wir uns bald daran, aber mit der Zeit kann er das vegetative Nervensystem negativ beeinträchtigen. Es bemächtigt uns der Wunsch nach Ruhe, nach Stille. Und zwar nach der absoluten Stille. Es stellt sich aber sofort die Frage, wie lange würde ich denn diese absolute Stille ertragen.

Und was heisst das, absolute Stille. Es ist die Stille ohne jegliches Geräusch. Wir finden sie auf Erden nur, wenn wir danach suchen. Und sie ist nicht leicht zu finden, denn irgendetwas summt oder surrt, klopft oder rattert immer. Man lobt da gerne die hehre Bergwelt. Ich bin kein passionierter Berggänger, aber ich erinnere mich sehr gut, wie erstaunt ich war, als ich einmal mit Kollegen eine Bergtour aufs Augstmatthorn unternahm. Oben legte ich mich erschöpft ins Gras, schloss die Augen und wollte die Stille der Bergwelt geniessen. Aber ach; daraus wurde nichts. Wegen des Windes hörte man von unten, von der Brienersee-Strasse her, die Autos bis hinauf zu uns. Ein Sportflugzeug querte die Bergkette. Ein paar lästige Fliegen summten mir um den Kopf, und daneben natürlich die Gesprächsfetzen meiner Kollegen. Da wurde mir bewusst, wie schwer es offenbar ist, dem Alltagslärm zu entfliehen.

Sicher erlebte ich auch schon sehr oft absolute Stille, aber ich war mir dessen nicht bewusst, weil ich sie ja auch gar nicht gesucht habe und auch nicht gewünscht. Aber wenn ich sie suche, so finde ich sie nicht, so weiss ich nicht wohin ich mich wenden soll um dieses Erlebnis auszukosten. Im Wald? Und wie ist es da mit dem Rauschen der Tannenzweige, mit dem Rascheln meiner Schritte im dürren Laub? Am Fluss? Was gluckert und plätschert denn da?

Gerne glaube ich, dass man in Klöstern am ehesten Erfolg hätte, denn oft liegen diese abgelegen von Zivilisation und Weltentümmel. Als ich noch voll im Berufsleben stand verbrachte ich mehrmals meine Ferien im Tessin, oberhalb von Brissago. Wenn ich dann über den Lago Maggiore schaute, sah ich mitten in den mit Kastanienwäldern besetzten Hängen gegenüber ein Kloster (oder war es nur eine Klosterruine). Jedenfalls zog es mich in Gedanken immer magisch an diesen Ort. Fort von Kindergeschrei, weg von Berufsstress, weg von allen Zwängen und Verpflichtungen.

Sehr oft herrscht in Klöstern auch Sprechverbot, und die Aussichten auf ein paar Stunden der absoluten Stille sind verlockend und vielversprechend. Aber wer lässt schon alles stehen und fallen und verpflichtet sich für ein klösterliches Leben, auch wenn es nur auf Zeit ist. Denn eine Verpflichtung ist es auf jeden Fall. Da gilt es Formalitäten zu erledigen, da ist eine strenge Hausordnung zu beachten und da wird erwartet, dass man mit der richtigen inneren Einstellung über die Schwelle tritt. Und ob, was eigentlich nur für ein paar Stunden gewünscht wird, auch über Tage ertragen werden kann, das muss schon gut überlegt werden.

Einmal in meinem Leben konnte ich dieses „Klösterliche“ wie es mir persönlich vorschwebt, miterleben, wenn auch nur dem äusseren Schein nach. Vielleicht war der eine oder andere von Euch auch dabei. Da war eine Altmeister-Tagung in Kappel am Albis, im „Haus der Stille“. Dieses alte, graue Gemäuer war einmal ein Kloster, dient heute aber als Tagungszentrum und als Ort für Exerzitien. Übers Wochenende ist da viel los, und man hat nicht unbedingt den Eindruck eines stillen Hauses. Auch nachts ist da nichts von absoluter Stille. Aber es ist ein friedlicher Lärm, wenn man bei geöffnetem Fenster die Glocken der weidenden Kühe hört. Das ist zwar nicht Stille, für mich aber Frieden. Und Frieden ist auch eine Art von Stille. Da erholt sich die Seele, ich behaupte sogar besser als bei absoluter Stille. Denn innerer Frieden lindert die geistige Unruhe und mindert Existenzfragen, hilft Probleme zu lösen und stoppt das Nervenflattern. Ich höre also die Kuhglocken und selten auch mal ein Autogeräusch auf der Strasse.

Unwillkürlich denkt man an alten Zeiten, als dieses Gemäuer noch ein Kloster war. Dann kam die Reformation mit Zwingli. Das alles ist lange, lange her. Dann wurde aus dem Kloster ein Amtssitz für die Zürcher Zunft-Patrizier mit angegliederter Armenverwaltung. Ich bin mir sicher: auch damals ertönten unter den Klosterfenstern Kuhglocken. Und statt der Autos kamen Pferdefuhrwerke über den Albis gefahren, und in den Karren lagen haufenweise Brotlaibe, Kleider und Schuhwerk für die Armen in dieser Gegend. Solche Gedanken stimmen mich versöhnlich mit meinen „Problemen“ und zeigen mir einmal mehr, dass ich nur ein Gast bin auf dieser Erde und in dieser Zeit, und dass vor mir andere waren und nach mir andere sein werden. Ich denke, dass die Kuhglocken noch lange weiter bimmeln werden und dass im Kreuzgang des Klosters noch manch anderer ruhebedürftige Gast sitzen wird. Dieses Wissen und dieser Glaube lässt innere Stille aufkommen, Stille, die einen die eigene Wichtigkeit vergessen lässt und mindert.

Die absolute Stille, die wir oftmals suchen und dann nicht finden, wenn wir sie uns wünschten, überfällt einen aber bisweilen unvermittelt. Es kommt zwar selten vor, aber es geschieht. Es geschieht etwa so oft, wie man von einem Glücksgefühl übermannt wird, für das man eigentlich keinen ersichtlichen Grund hat. Plötzlich wird man sich dieser Stille bewusst. Man hat nicht daran gedacht und auch nicht danach gesucht. Sie ist einfach da. Mir ist dieses Phänomen im Leben erst ein einziges Mal untergekommen. Es war ein richtiges Aha-Erlebnis und hat in mir riesiges Erstaunen und auch so was wie grosse Freude und Glücksgefühle ausgelöst. Ich erinnere mich: Ich fuhr mit einem Kollegen von Kirchlindach her kommend nachts gegen Zollikofen. Wir plauderten und der Motor brummte. Kurz vor Zollikofen musste ich ein kleines Geschäft erledigen. Ich hielt also an einem Waldrand an und tat was zu tun war. Und wie ich mich umdrehte und die paar Schritte zum Auto zurück ging, da ist es passiert. Vor mir, nur einen Büchenschuss entfernt, die Lichter von Zollikofen, rechts Wiesen und in der Ferne ein dunkler Bauernhof. Und Stille, Stille, Stille. Dass so etwas möglich war, so unmittelbar in Stadtnähe, das war wie ein Keulenschlag. Ich hatte Stille gefunden, wo ich sie nie vermutet hätte. Dieses Erlebnis ist mir noch heute so greifbar nahe, so eindrücklich, dass ich es nie mehr vergessen werde, obwohl das über 20 Jahren her ist und der Spuk nur wenige Sekunden gedauert hat. Absolute Stille als Überfall bei vollem Bewusstsein. Es ist doch seltsam, wie das menschliche Gehirn funktioniert. Eine solche Bagatelle, ein solches wortwörtliches Nichts kann einem in Erinnerung bleiben und auf immer geistig und in gewissem Sinne auch körperlich nachwirken, viel stärker als ein sogenannt weltbewegendes Ereignis.

Der Mensch ist für Lärm und Geschäftigkeit geboren und im Grunde meidet er die Stille. Geräusche und Lärm geben ihm das Bewusstsein, dass er lebt. Stille im falschen Moment könnte ihn an Tod und Zerfall erinnern. So zum Beispiel in der Silvesternacht. Ich stehe auf dem Balkon. Das Feuerwerk ist vorbei, die Glocken des Münsters haben ausgeläutet und nun ist es nur noch kalt und still. Ein neues Jahr steht vor der Türe, und mit dem neuen Jahr und in diesem Moment macht Stille Angst. Nur ja nicht nachdenken, fort von dieser Stelle, rein in die warme Stube zu Freunden und Verwandten, zu Lärm und Sekt.

Stille kann Frieden bedeuten, Stille kann Nachdenken bedeuten, Stille kann aber auch unangenehme Gefühle auslösen, eben Ängste, bis hin zu Panik. Stille kann eigentlich alles bewirken: Ruhe oder auch Unruhe, Zuversicht oder Ängstlichkeit, Nachdenklichkeit oder geistige Leere. Es kommt doch sehr darauf an, ob wir die

Stille gesucht haben oder ob sie uns unwillkommen ist. Stille wirkt auf den Macher anders als auf den passiven Menschen. Stille ist abhängig von der momentanen Situation des Betroffenen.

Ich denke, der Umgang mit der Stille muss lebenslang gelernt werden, denn der Mensch ist an und für sich dafür nicht geboren. Er ist ein aktives und lebendiges Wesen, in dem ein unruhiges Herz schlägt. Zwei Gehirnhälften tauschen täglich Millionen von Informationen aus, die via Nervenstränge an den Körper weitergeleitet werden, der dann eben diese Informationen in Bewegung umsetzt, die ihrerseits zu Geräuschen und Lärm führen. Wenn dieser Kreislauf nicht mehr funktioniert... dann ist Stille, dann ist man tot.

Ich wollte eigentlich dieses Wort meiden. Nun habe ich es doch ins Spiel gebracht: Totenstille. Das ist doch sehr oft das, was wir in Gedanken mit dem Begriff Stille assoziieren. Darum auch sprechen wir viel lieber von Ruhe als von Stille. Ruhe = Entspannung = nicht reden. Und wenn da auf dem Grabstein „Ruhe sanft“, steht denken wir eher an Schlaf und nicht an die Grabesstille. Das Wort Stille hat etwas Absolutes, etwas Endgültiges. Wir aber wollen lebendig sein mit Geist und Körper, und das ist meist auch mit Geräuschen verbunden.