



## 1000 Arten von Lärm und wirkliche Stille

Stille ist die Abwesenheit des Lauten in unserem Leben. Das laute Grundrauschen der Dringlichkeiten, das viel zu häufig dem stilleren Bedeutungsvollen die Achtsamkeit stiehlt. Das laute Brummen der Aktivmotorik im unsortierten Alltag und der ohrenbetäubende Krach der laufenden Unterbrechungen, die jegliche Konzentrationsversuche zum Erliegen bringen, wird zum vertrauten Störfaktor. An entscheidenden Punkten unseres Lebens sind wir an Lautes gewöhnt. Vom Schrei der werdenden Mutter der im Schrei des Säuglings kumuliert bis zum lautlosen, schmerzverzerrten Ohnmachtsschrei am Grab des vertrauten Freundes.

Sich an Stille zu gewöhnen, hieße der Abwesenheit des Lauten zuzustimmen, auch des Lauten, das unser fades Leben kurzfristig-zeitweise so aufregend wie Phönix aus der Asche auferstehen lässt.

Kennst du die Sorge, nicht wirklich präsent zu sein und in dem Getöse von Selbstbehauptung, Bewunderungshunger und Verachtung unterzugehen? Kennst du die Angst, in dieser lauten Gesellschaft zu leise zu sein und keinen Anspruch mehr zu haben, gehört zu werden?

Merkst du, wie vieles den dunklen Abhang deines ablaufenden Lebens in einen Abgrund hinunterbröckelt?

An diesem Abgrund auszuhalten, gehört zu den gewaltigsten Erfahrungen des Lebens. Wenn das Geräusch Verursachende nicht mehr ist, woran orientiert sich menschliches Leben? Welche Stimme muss die Stille nicht gewaltsam durchbrechen, sondern wird eins mit ihr – hörbar, vertraut, sanft, klar und verbindend?

Wie sehr wir lautes und auffälliges Geräusch brauchen und gewöhnt sind, offenbart uns die Stille. Der Ort der Stille lehrt uns eine bittere und gleichzeitig heilsame Erfahrung: „So bist du wirklich!“ Göttlich verordnete Stille hilft, das erste Mal wirklich präsent zu sein und auf Resonanz aus der Tiefe zu warten. Die Stille liefert keinen Applaus, keine Likes, keine Schmeichelkommentare oder bunten Bilder. Sie kommt ohne laute Nebengeräusche der Ablenkung aus. Präsenz im Angesicht des Abgrunds.

Ich darf konzentriert bei mir allein sein, um dem, der an diesen Abgrund der Stille einlädt, ihm im Risiko des Vertrauens zu begegnen. Vielleicht liegt gerade dort berechtigterweise unsere größte Furcht und daraus die Quelle alles Lauten. Vielleicht ist das Unaushaltbare der Stille eben dieses laute Herzklopfen: „Wer bin ich in diesem unendlichen Raum der Stille? Wer bin ich in all dem lauten Grundrauschen meines Lebens? Was ist der Mensch – wenn nicht DU vertrauter Schöpfer, Freund, Bruder, Retter seinem klopfendem Herz begegnet und dessen abgründiges Chaos bewältigt?“

### Zitat aus der Bibel

Denn so spricht Gott der HERR, der Heilige Israels: Wenn ihr umkehrtet und stille bliebet, so würde euch geholfen; durch Stillesein und Vertrauen würdet ihr stark sein. Aber ihr habt nicht gewollt.

*Jesaja 30,18*

### WITZ

Professor: „Jeder, der die Prüfung besteht, bekommt ein Bier von mir.“  
Brausender Jubel im Hörsaal.

Der Professor stellt einen Sixpack auf den Tisch und sagt: „Das sollte reichen.“  
Absolute Stille im Hörsaal.

### VERANSTALTUNGSTIPP

Die **28. Süddeutsche Israelkonferenz (SILK 2024)** vom Arbeitskreis Israel (AKI) findet am Sa. 15. Juni im Zentrum am Kreisel (ZAK) in Remchingen (Im Hölzlerle 2, 75196 Remchingen) statt. Unter dem Motto „kraftvolle Botschaft“ werden Redner aus Israel und Deutschland zu Gast sein. Das Programm startet um 10 Uhr. Es gibt noch freie Plätze.

[Hier das Programm und Möglichkeit zur Anmeldung »](#)

**Danke...**

Impuls: Tobias Morsch, Bad Mergentheim  
Bildrechte: © über Stock.Adobe.com

### DAS KLEINGEDRUCKTE

Sie erhalten diesen Newsletter, weil Sie ihn über [www.lgv.org](http://www.lgv.org) bestellt haben. Sollten Sie den Newsletter abbestellen oder Ihre Bezugsdaten ändern wollen, schicken Sie bitte eine E-Mail an: [maennermail@lgv.org](mailto:maennermail@lgv.org) – Betreff: Austragung Newsletter. Sie wollen die MännerMail empfehlen? Klasse! Interessierte können die MännerMail durch Anmeldung über oben genannten Link beziehen. Die Rechte an den geistlichen Impulsen der MännerMail liegen beim Liebenzeller Gemeinschaftsverband. Sie können gerne unter Angabe der Quelle (LGV | MännerMail) und des Internetlinks ([maennermail.lgv.org](http://maennermail.lgv.org)) zitiert werden.

Weitere Informationen zur MännerMail finden Sie unter [maennermail.lgv.org](http://maennermail.lgv.org)

© MännerMail-Team (Redakteur: Klaus Ehrenfeuchter | Grafik: Christian Käßlerlein)