



## SEI NUR STILLE ZU GOTT MEINE SEELE (PS 62,6)

### 1. Stille sein ...

- ... passt nicht in unsere ruhelose und hektische Zeit.
- ... ist (wie Fasten) eine fast vergessene geistliche Übung.
- ... ist ein Wagnis und ein Abenteuer
- ... tut uns körperlich, seelisch und geistlich gut
- ... hilft uns, uns auf das Wesentliche zu konzentrieren
- ... macht Raum für Gott
- ... brauchen wir am Nötigsten, wenn wir keine Zeit haben

### 2. Stille sein heisst nicht „Stille Zeit“ machen

Der Begriff „Stille Zeit machen“ verrät schon um was es dabei geht. Wir sind aktiv, wir lesen die Bibel, machen uns Notizen, beten unsere Gebetsliste durch usw. . All dies ist gut und gehört zu einem Christenleben. Aber beim Stille sein machen nicht wir, wir hören vielmehr auf zu machen. In dieser Haltung befolgen wir den Befehl den Gott uns in Habakuk 2,20 gibt: „Aber der Herr ist in seinem heiligen Tempel. Es sei vor ihm stille alle Welt!“ Wie die Blumen sich der Sonne zuwenden, wenden wir uns Gott, unserem Vater zu (vgl. Lied Gott ist gegenwärtig).

Dabei liegt die grösste Herausforderung gerade dabei, stille zu halten und aktiv nichts zu tun. Wir sind einfach für Gott da, auf IHN ausgerichtet und in seiner Gegenwart kommt unsere Seele zur Ruhe. Wir werden bereit zu empfangen!



### 3. Die Verheissungen

- Gott ruft uns an verschiedenen Stellen zur Stille auf, weil ER uns in der Stille begegnen und beschenken will.
- In der Stille werden wir bereit für seinen Willen (Ps 4,5)
  - Stille sein, bewahrt uns vor unüberlegten Handlungen (Ps37,7)
  - In der Stille erkennen wir Gott (Ps 46,11)
  - In der Stille erleben wir Seine Hilfe und Sein Eingreifen (2Mo 14,14)
  - Stillsein macht uns stark (Jes 30,15)
  - In der Stille geben wir Gott Raum(Ps 62,2)
  - Die Stille an sich ist ein Geschenk Gottes (Jes 32,17)

### 4. Hindernisse auf dem Weg in die Stille

- mal still bin, dann muss Gott aber! -  
Muss Gott? Stille sein hat einen Wert an sich, auch wenn Gott nicht unmittelbar handelt.
  - *Angst*: Wem oder was begegne ich in der Stille? Gott ruft uns in die Stille, weil ER uns begegnen will (vgl. Lk 11,12+13).
  - Innere Unruhe: Es jagen mir 1000 Gedanken durch den Kopf! Wir sind es uns nicht gewohnt, darum brauchen wir Geduld mit uns selbst und Übung (vgl. 5.).
- Übersteigerte Erwartungen*: Wenn ich jetzt

