

Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift
Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich
Band: 37 (1933-1934)
Heft: 19

Artikel: Die Kunst des Schweigens
Autor: Schoenhoff, Gert
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-671641>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 15.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Die Kunst des Schweigens.

Bei allen Völkern des Altertums und der Neuzeit wird Schweigen als eine Kunst gepriesen, die höchsten Lohn verheißt demjenigen, der sie übt. In dem alten Sprichwort „Reden ist Silber, Schweigen ist Gold“, drückt es sich deutlich aus, daß — so viel das Reden auch gelten mag — sein Wert immer noch durch den des Schweigens übertroffen wird. Und in der Tat: Reden hat wohl schon vielen genützt, Schweigen aber selten noch jemandem geschadet.

Dem Menschen ist die Sprache verliehen worden, damit er zu eigenem und anderer Nutz und Frommen sich verständlich machen kann. Es ist gewiß eine Wohltat, seine Gedanken und Gefühle anderen mitteilen zu können, und zumal das Sichaussprechen, wenn das Herz übervoll ist, ist oft geradezu ein Bedürfnis. Leider aber ist die göttliche Gabe des Redens für viele zu einer übeln Gewohnheit geworden, über die sie sich gar keine Rechenschaft ablegen. Sie reden, um zu reden, über alles und jedes, bis sie schließlich selber nicht mehr wissen, daß sie reden und was sie reden. Sie haben in dieser Beziehung alle Selbstzucht verloren und werden förmlich zur Plage für jene, die keine Zeit oder Lust haben, ihnen zuzuhören.

Man braucht nur die Gespräche mit anzuhören, die Menschen, selbst solche von hohem Bildungsgrad, miteinander führen, und man wird diesen Eindruck bestätigt finden. Man beobachte nur einmal sich selbst im alltäglichen Verkehr mit Menschen, und man wird staunen, wie wenig Wichtiges man eigentlich sagt, wie man oft aneinander vorbeiredet, wie man nützige Dinge breittritt, kurz, wie man „schwäzt“, anstatt wirklich etwas zu sagen.

Gewiß, Reden ist eine Grundbedingung für das menschliche Gemeinschaftsleben. Ohne den belebenden Fluß des Wortes ist keine gesellige Unterhaltung möglich. Aber die meisten Menschen missverstehen das Wesen der Unterhaltung vollkommen. Sie glauben sich zu unterhalten, wenn sie möglichst viel Worte machen, und sie unterhalten sich am besten, wenn sie die ganze Zeit selber das Wort geführt haben. Es wird geredet, über dies und jenes, über sich selbst und andere, ohne des Geredes Folgen zu bedenken.

Wieviel Unheil ist schon durch zuviel Reden geschehen! Wieviel Feindschaft geschaffen worden dadurch, daß der eine den Tratsch des anderen weitertrug! Wieviel Unglück ist durch Vertrauensbruch oder durch gedankenlose Verlezung der Schweigepflicht entstanden!

Aber nicht nur andern, sondern auch sich selbst kann man durch unbedachtes Reden Schaden zufügen. Ein altes okkultes Gesetz sagt, daß

man über Dinge, die im Entstehen begriffen sind, nicht reden soll, daß der geheimnisvolle Zauber des Reisens zerstört wird, wenn man vorzeitig daran röhrt. Dieser Glaube ist nur zu wahr. Die Kräfte des Schaffens liegen in der Konzentration. Jeder hat es schon an sich selbst gespürt, wieviel mehr und besser er schaffen kann, wenn er nicht durch Unterhaltung abgelenkt wird. Im Schweigen sammeln sich die Kräfte; in der Mitteilung zerstreuen sie sich. Hierin liegt auch das Geheimnis des Sichaussprechens: indem man seine Freude, sein Leid anderen mitteilt, spricht man sich im wahrsten Sinne des Wortes eine Last vom Herzen.

Natürlich darf das Schweigen auch nicht zur Manie ausarten, Menschen, die mit jedem Wort geizen, sind gewiß unleidlich. Aber wir können ruhig behaupten, daß sie immer noch angenehmer sind, als Schwäzer, denn es dürfte entschieden leichter sein, einen Schweiger zum Sprechen, als einen Schwäzer zum Schweigen zu bringen.

Immer war und ist das Schweigen die höchste Stufe der Lebensweisheit. Es ist eine altbekannte Tatsache, daß Leute, die in engem Kontakt mit der Natur leben, wie zum Beispiel Gebirgler oder Meeresbewohner, viel weniger reden, als Städter. Es ist aber auch ebenso bekannt, daß diese Menschen in wenigen Worten oft mehr Weisheit äußern, als so mancher Hochgelehrte aus der Stadt. Der Philosoph schweigt und denkt, und jeder, der der Welt etwas wirklich Bedeutendes zu sagen hat, flüchtet sich in die Einsamkeit, um höchstens in der stillen Sprache der Schrift zur Welt zu reden. —

Schweigen kann oft beredter sein, als die lautesten Worte. Menschen, die sich „verstehen“, verstehen sich auch ohne zu sprechen, durch einen Blick, einen Händedruck, eine Gebärde. Wie häufig kommt es unter seelisch Gleichgestimmten vor, daß einer dem andern „das Wort aus dem Munde nimmt“!

Schweigen ist schwer, so schwer, daß es sogar als Strafe empfunden werden kann. Darum besteht bei manchen Mönchsorden das Gebot der Schweigsamkeit neben dem des Fastens, weil Schweigen die Seele fastet, wie Fasten den Leib. Darum verhängt man über Straflinge Einzelhaft als Strafverschärfung, um ihnen die Wohltat der Mitteilsamkeit zu nehmen.

So schwer ist die Kunst des Schweigens, daß sie kaum gelernt, immerhin jedoch in strenger Selbstzucht bis zu einem gewissen Grade ausgebildet werden kann. Soviel Selbstzucht aber sollte jeder üben, daß er seine Rede zu lauterem Silber und sein Schweigen zu lauterem Golde macht.

Gert Schoenhoff.