

Zeitschrift: Mariastein
Herausgeber: Benediktiner von Mariastein
Band: 88 (2011)
Heft: [1]: Themenheft : Stille

Artikel: Das heilige Schweigen : Stille im Gottesdienst
Autor: Sexauer, Leonhard
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1032502>

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: 12.02.2026

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

Das heilige Schweigen

Stille im Gottesdienst

P. Leonhard Sexauer

Der Priester hält mitten im Gottesdienst inne und schweigt, die Orgel setzt auch nicht ein, um zu spielen, kein Lektor tritt vor, um etwas zu lesen, kein Ministrant steht auf, um etwas zum Altar zu bringen... Quälende Stille. Ein nervöses Hüsteln, Schneuzen und Räuspern erfüllt den Kirchenraum, Füße scharren, Finger nesteln in den Gesangbüchern, Blicke wandern auf die Uhr am Handgelenk. Was ist los? Hat der Pfarrer den Faden verloren? Geht es endlich weiter im Lauf der Liturgie?

Heikles liturgisches Thema

Mit der Stille im Gottesdienst tun wir uns manchmal schwer. Auf Stille und Schweigen lassen wir uns vielleicht ein, wenn wir uns zum privaten, meditativen Gebet zurückziehen. Aber im gemeinsamen Gottesdienst? Manch ein Priester fühlt sich da gehörig unter Druck: Nicht nur, dass er nach der heiligen Messe schon zum nächsten Gottesdienst davoneilen sollte. Er möchte auch inhaltlich etwas vermitteln und gleichzeitig die Gemeinde nicht länger als nötig hinhalten. Wollen die Leute nicht alle auch so schnell wie möglich wieder nach Hause? Und steht bei den Gläubigen nicht jener Pfarrer am höchsten im Kurs, dessen Sonntagsmesse am kürzesten dauert? Müssen die Gottesdienstbesucher, die sonntags noch anderes vorhaben, nicht jeden zusätzlichen Moment der Stille, den der Priester einbaut, als eine Zumutung empfinden? Ist Stille beim gemeinsamen Gottesdienst nicht unnötiger Leerlauf? Nicht nur von frommen Gedanken, sondern bisweilen durchaus auch von Gedankengän-

gen solcher Art lässt sich der Priester bei der Messe leiten.

Zudem haben wir Priester manchmal die dumme Angewohnheit, den Gottesdienst anzureichern mit Ansagen, frommen Überleitungen und netten Hinführungen zu Lesungen, Liedern, Gesten und Gebeten, um ja keine Momente der allgemeinen stillen Verlegenheit aufkommen zu lassen. Und welcher Priester hat nicht schon einmal bei der Hinführung zum Bussakt zu Beginn der Messe gedankenlos für einen nahtlosen Übergang gesorgt, in dem er so oder so ähnlich formulierte: «Bevor wir den Herrn um sein Erbarmen anrufen, wollen wir uns in einem Moment der Stille besinnen, Herr erbarme dich...», womöglich tatkräftig unterstützt durch einen eifrigen Organisten, der punktgenau mit dem Kyrie einsetzt, ohne wertvolle Sekunden zu verlieren?

Als das Lamm das siebte Siegel öffnete, trat im Himmel völlige Stille ein, etwa eine halbe Stunde lang.

(Offenbarung des Johannes 8,1)

Erträgt der Mensch von heute das Moment der Stille nicht mehr? Oder unterstellen wir ihm das nur? «Stille» in der Liturgie scheint jedenfalls ein heikles Thema zu sein.

Stille in der Eucharistiefeier

Das Zweite Vatikanische Konzil hat in seiner Liturgiekonstitution «Sacrosanctum concili-

um» (abgekürzt SC, benannt nach den ersten beiden lateinischen Worten dieses lehramtlichen Dokumentes) kurz und prägnant formuliert: «Auch das heilige Schweigen soll zu seiner Zeit eingehalten werden» (SC 30). Bei diesem «heiligen Schweigen» (lat: *sacrum silentium*), ging es den Konzilsvätern nicht darum, bestimmte Gebetsteile der Liturgie anstatt laut nur leise oder still zu beten, wie bis dahin üblich. Aber wo genau im Verlauf der Liturgie ist «heiliges Schweigen» angesagt? Das Konzil gibt lediglich die Prinzipien vor, nach denen die Liturgie erneuert werden soll. Die Allgemeine Einführung zum Römischen Messbuch (AEM), das die vom Konzil vorgegebenen Prinzipien der erneuerten Liturgie für die Messe umsetzt und fortschreibt, bezeichnet die Stille als eigenes Element der Eucharistiefeier, das «zu gegebener Zeit zu halten» ist (AEM 23). Dabei werden drei unterschiedliche Funktionen genannt: Die Besinnung (beim Bussakt, vor den Gebeten), das nachsinnende Meditieren (nach den Lesungen oder der Homilie/Predigt) und der innerliche Lobpreis (nach der Kommunion).

Besinnung und Sammlung

Beim Bussakt bzw. vor dem Schuldbekenntnis zu Beginn der Messe ist jeder mitfeiernde Christ eingeladen, sich zu besinnen und sein Herz für die heilige Feier zu bereiten. Er macht sich bewusst, dass er ein sündiger Mensch und ganz auf Gottes Erbarmen angewiesen ist. Seine Schuld, seinen Mangel an Liebe darf er Gott hinlegen und ihn um Verzeihung bitten. Der Mensch soll zur Besinnung kommen. Dorthin möchte ihn der Bussakt zu Beginn der Messe führen in doppeltem Sinn: zur Stille; und zur Selbsterkenntnis, dass er falsche Wege gegangen ist. Das Tagesgebet weist in seiner lateinischen Bezeichnung *collecta* besonders stark auf einen Moment der inneren Sammlung hin. Es handelt sich keineswegs nur um ein vorformuliertes Gebet, das der Priester aus dem Messbuch abliest. Der Aufruf «Lasset uns beten» lädt die Mitfeiernden ein, sich zum Ge-

bet zu sammeln und auch das, was jeden einzelnen persönlich bewegt, in diesem Moment zu sammeln zum stillen Gebet, das dann mit den vom Priester vorgebeteten und im Messbuch vorgegebenen Worten quasi abgeschlossen wird. Ein Gebet Sammlung («Kollektengebet», lat. *collecta*) ist in diesem Sinn natürlich nur möglich, wenn der Vorbeter

Immer sollte in uns die Stille sein, die nach der Ewigkeit hin offen steht und horcht.

(Romano Guardini)

durch ein kurzes Innehalten den Gläubigen die Chance dazu lässt, – und wenn die Mitfeiernden diese Chance für sich nutzen, so wie es in unserem Messbuch ausdrücklich vorgesehen ist: «In einer kurzen gemeinsamen Stille soll sich jeder auf die Gegenwart Gottes besinnen und sein eigenes Gebet im Herzen formen» (AEM 32), «dann breitet der Priester die Hände aus und singt oder spricht das Tagesgebet» (Römisches Messbuch), das die Gemeinde mit dem «Amen» bekräftigt. Auch bei den Fürbitten könnte eine kurze Stille nach den einzelnen Bitten das Mitbeten erleichtern und das stille Hinzufügen eigener Anliegen ermöglichen (vgl. AEM 47). Sinnvoll kann ein kurzes Innehalten schliesslich auch während des eucharistischen Hochgebetes sein. Was beim Ersten Hochgebet («Römischer Kanon») beim Gebet für die Verstorbenen ausdrücklich vorgesehen ist (der Priester «faltet die Hände und verweilt mit der Gemeinde eine kurze Zeit in stillem Gebet für die Verstorbenen, denen man besonders gedenken will») macht natürlich in den anderen (kürzeren) Hochgebeten ebenso Sinn, – nicht nur beim Gebet für die Verstorbenen, sondern z.B. auch im Dritten Hoch-

Fastenzeit: Stille Anbetung vor dem ausgesetzten Allerheiligsten in der Josefskapelle.

gebet, wo es heisst: «Erhöre, gütiger Vater, die Gebete der hier versammelten Gemeinde.»

Das Wort Gottes verinnerlichen

Einen besonderen Stellenwert erhält die Stille beim Hören auf das Wort Gottes. Das äusserliche und innerliche Schweigen macht uns zunächst bereit, überhaupt ganz Ohr zu sein für das, was Gott uns sagen möchte in den heiligen Lesungen, die uns der Prediger in seiner Homilie noch besser zu verstehen hilft. Die Stille nach den Bibellesungen und nach der Homilie gibt Gelegenheit, das Gehörte zu verinnerlichen und nachzuspüren, wo Gottes Wort mich berührt und anspricht und in mir widerhallt. Das Wort soll sich setzen und bei mir ankommen können, und nicht sofort wieder durch viele andere Reden überdeckt und ausgelöscht werden. «Heiliges Schwei-

gen» ist hier auch ein Ausdruck der Ehrfurcht, dass hier etwas Grossartiges geschieht. Ich stelle mich darauf ein und halte mir bewusst, dass das göttliche Wort, nämlich Christus, mich jetzt berühren und ansprechen möchte.

Kommunionstille

Ein besonders intimer Moment ist die Begegnung mit Christus in der Kommunion. Um sich auf den Empfang des Leibes und Blutes Christi vorzubereiten, unmittelbar bevor der Priester den Gläubigen das eucharistische Brot zeigt («Seht das Lamm Gottes...») betet der Priester still am Altar. Aber nicht nur er: «Auch die Gläubigen sollen in Stille beten» (AEM 46f). Das Schreiten der Gläubigen zur Kommunion wird dann vom Prozessionsgesang der Schola (Communio) oder von Or-



gelspiel begleitet. Wenn aber die Gläubigen die Kommunion empfangen haben, ist ein Moment des «heiligen Schweigens» besonders angemessen. Hier bin ich dem Heiland auf ganz intensive Weise nahe. Ähnlich wie Verliebte, die sich schweigend die Hand halten und einfach nur spüren, dass der andere da ist, ohne ein Wort sagen zu müssen, so darf der Gläubige nach dem Kommunionempfang im «heiligen Schweigen» die Nähe und Gegenwart des Heilands in seinem Innern auf besonders intensive Weise spüren. Zur Kommunionstille empfiehlt die Allgemeine Einführung in das Messbuch: «Wo es angebracht erscheint, beten Priester und Gläubige nach Beendigung der Kommunionsspendung einige Zeit in Stille» (AEM 40j), bevor das Schlussgebet gesprochen oder ein Danklied gesungen wird.

Innehalten im Stundengebet

Mit den bis hierher gemachten Bemerkungen setzt das Messbuch das erwähnte kurze Postulat des Zweiten Vaticanums in der Feier der Eucharistie um: «Auch das heilige Schweigen soll zu seiner Zeit eingehalten werden» (SC 30). Die Eucharistiefeier ist nun aber nicht die einzige Gottesdienstform der Kirche, auch wenn es in manchen Gemeinden Entwicklungen und Tendenzen gibt, das liturgische Leben darauf zu beschränken. Neben der stillen eucharistischen Anbetung können gerade auch nichteucharistische Gottesdienste Raum bieten, der Stille als liturgischem

Sei still vor dem Herrn und harre auf ihn!

(Psalm 37,7)

Element besonderes Gewicht zu geben. In unserer jährlichen besinnlichen Feier zum Jahreswechsel in der Silvesternacht wird das besonders deutlich. Aber das gilt keineswegs nur für derartige alternative meditative Feiern. Das trifft ansatzweise auch auf das Stun-

dengebet zu, wie es die Gläubigen bei uns in der Klosterkirche mit uns Mönchen erleben und mitbeten können.

So ist eine längere Stille nach den Lesungen in unseren Gebetszeiten selbstverständlich. Das Wort Gottes soll bei uns ankommen und Fuss fassen können, bevor wir im Gesang des Responsoriums eine vorläufige Antwort darauf geben.

In der deutschen Vesper sonntags um 15.00 Uhr greifen wir darüber hinaus auf die alte Tradition der sogenannten «Psalmoration» zurück: Das bedeutet, dass die Psalmen nicht pausenlos (und damit vielleicht auch besinnungslos) aneinandergereiht werden, sondern dass nach jedem Psalm eine Zeit des stillen Gebets folgt, in dem etwas vom zuvor gesungenen Psalm nachklingen kann und das Gebetete mit der Verfassung und der Lebenswelt des einzelnen Beters in Verbindung gebracht werden kann, bevor der Vorsteher dieses stille Beten durch ein laut vorgetragenes, zum Psalm passendes Gebet (Psalmoration) abschliesst. Die kirchenoffizielle «Allgemeine Einführung in das Stundengebet» (AES) bietet diese Möglichkeit ausdrücklich an (vgl. AES 112). Auch wenn wir diese Form des Psalmengebetes nur einmal in der Woche pflegen, so erinnert sie uns doch daran, dass es im Stundengebet nicht darum geht, so schnell wie möglich von einem Psalm zum anderen zu springen, sondern dass im Nachklang eines jeden Psalms eigentlich ein zumindest kurzes Innehalten angesagt wäre.

Auch die Praxis der Psalmodie selber kennt dieses Innehalten, – inmitten eines jeden Psalmverses. Nach der ersten Vershälfte holt nicht nur die Lunge des Sängers tief Atem, sondern auch die Seele des Beters, der sich hier die Chance gibt, das Gebetete nachhallen zu lassen und seine eigene persönliche Lebenswelt in Verbindung zu setzen mit dem mehrtausendjährigen Psalmvers und gleichsam einzuschreiben in die Mitte des Psalmverses, bevor der Gedanke der ersten Vershälfte in der zweiten parallelen Vershälfte noch einmal auf andere Weise wiederholt oder weitergeführt wird. Auf diese Weise ent-



«Auch das heilige Schweigen soll zu seiner Zeit eingehalten werden» (Zweites Vatikanisches Konzil): Stille und Psalmoration in der Sonntagsvesper.

geht der Beter einem besinnungslosen Herunterlesen des Psalters und gewinnt auch im geistlichen Sinn innere Ruhe und Luft beim Beten sowie einen persönlichen Bezug zum gebeteten Psalmwort.

«Um der Stimme des Heiligen Geistes im Herzen vollen Widerhall zu gewähren und das persönliche Gebet enger mit dem Wort Gottes und dem Gebetswort der Kirche zu verbinden» (AES 202) wird also auch im Stundengebet das «heilige Schweigen» gepflegt.

Ins Stammbuch geschrieben

Nicht nur persönliches Gebet und Meditation im stillen Kämmerlein, sondern auch die Liturgie ist also als Raum angelegt, in der der Mensch innehalten kann, zur Besinnung kommen kann und für seine Seele Ruhe findet bei Gott. Wenn moderne Menschen auf ihrer religiösen Suche manchmal in der Praxis anderer Religionen eher jene meditative

Stille und Sammlung finden, nach der ihre Seele lechzt, dann kann das auch damit zu tun haben, dass wir mit der Stille, die auch ein wichtiges Element unserer Liturgie wäre, vielleicht allzu stiefmütterlich umgehen. Eine Rückbesinnung auf das «heilige Schweigen», das die Konzilsväter der Kirche und ihrer Liturgie ins Stammbuch geschrieben haben, ist von Zeit zu Zeit sicher kein Schaden.

Sonntagsvesper

An allen Sonn- und Feiertagen feiern wir zusammen mit den Pilgern und Pilgerinnen nachmittags um 15.00 Uhr die zweite Vesper vom Sonntag (deutsch), bzw. vom entsprechenden Festtag (lateinisch). Die Vesper schliesst jeweils mit dem eucharistischen Segen und dem Salve regina.

