

**Zeitschrift:** Schweizer Schule  
**Herausgeber:** Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz  
**Band:** 38 (1951)  
**Heft:** 5: Köstlichkeit der Stille ; Die Kirschenfliege

**Artikel:** Köstlichkeit der Stille  
**Autor:** A.L.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-528117>

### **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:** 18.02.2026

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

## KÖSTLICHKEIT DER STILLE

Von P. A. L.

*Wir Menschen von heute haben uns leider eine der größten Köstlichkeiten des Lebens rauben lassen, die Stille. Wie viele sind es doch, welche die kraftspendende, straffende Stille der Morgenstunde und die krampf lösende, heilende Stille des Feierabends durch das Einschalten eines Lautsprechers zerstören. Und während früher große Gedanken in der Stille reiften, wähnt man heute, ohne Musikbegleitung nicht mehr arbeiten zu können. In Amerika vertreibt eine »Muzak Corporation« Schallplatten zur Steigerung der Büro-tätigkeit und zur Anregung der Kauflust in den großen Warenhäusern. Manche Menschen scheuen sogar die gesegnete Stille des Kirchenraumes. Kaum ist die hl. Wandlung vollzogen, wird wieder Geräusch gemacht. Für viele ist eine Prozession im Schweigen undenkbar. Laut muß der Rosenkranz gebetet werden. Es soll nichts gegen dieses laute Bekenntnis des Glaubens gesagt sein, sondern nur einmal auf die Köstlichkeit stillen Betens und schweigenden Daseins vor Gott hingewiesen werden. Lesen wir doch in einer Mystikerschrift: »Silentium tibi laus = das Schweigen lobt Dich!«*

*In der Natur deutet der Lärm immer auf eine Gleichgewichtsstörung, Stille aber auf Ausgeglichenheit. Leben wird stille. Gesundes Leben ist leise, gestörtes wird laut. Auch im geistigen Leben ist es so. »Der Irrende ersetzt durch Heftigkeit, was ihm an Weisheit und an Kraft gebricht«, sagt Goethe, und Schopenhauer schreibt: »Der Lärm ist der Mörder aller Gedanken.«*

*In allen Mönchsregeln wird dem Stillschweigen so großer Wert beigelegt, weil geistliches Leben genau so wie das geistige nur in der Stille gedeiht. Der heilige Benedikt, dem das Abendland zu einem großen Teil seine wahre Kultur verdankt, schreibt im sechsten Kapitel seiner Regel: »Wegen der hohen Bedeutung des Schweigens soll vollkommeneren Schülern, selbst wenn die Reden gut, heilig und erbaulich sind, nur selten Erlaubnis zum Reden gegeben werden.«*

*Schon die heidnischen Sekten der Pythagoräer, die in Unteritalien großen wissenschaftlichen und politischen Einfluß ausübten, verlangten von denen, die in ihre Gemeinschaft aufgenommen werden wollten, das Noviziat eines fünfjährigen Schweigens.*

*Bergengruen, der namhafte katholische Dichter, ruft in einem kleinen Gedicht in ergreifenden Worten nach dem Segen der Stille:*

*»Wir sind so sehr verraten, / von allem Trost entblöbt. / In all den schrillen Taten / ist nichts, das uns erlöst. / — Wir sind des Fingerzeigens, / der plumpen Worte satt, / wir woll'n den Klang des Schweigens, / der uns erschaffen hat. / — Gewalt und Gier und Wille / der Lärmenden zerschellt. / O komm, Gewalt der Stille / und wandle du die Welt.«*

*Stille ist der Wurzelgrund ungespaltener Sammlung und Konzentration. Stille ist für unsere Triebhaftigkeit und Leidenschaft, was der See für den Bergbach. Hier klärt sich das Trübe. Schutt und Geschiebe lagern sich ab. Stille ist das Staubecken, in dem segens-trüchtige Gedanken sich sammeln, um in die Dürre der Geistlosigkeit Leben, Licht und Wärme zu tragen. Stille ist der Mosesstab, der an die Felsen des Herzens schlägt, damit die Wasser der Liebe ausbrechen. Die Stille ist das Tor, durch das die Ewigkeit in die Zeit tritt. Stille ist der Raum, in dem Gott sich zu uns neigt, uns seinen Willen kundzu-tun. Kurz, Stille ist der Ort gesegneter Ichfindung und einer Gottesbegegnung, die zu- gleich erschüttert und beglückt. Eine Gewalt wohnt der Stille inne, eine Gewalt, die befreit, die löst und erlöst.*

*Stille, krampflos gewollte Stille ist für jeden Erzieher von Zeit zu Zeit eine unbedingte Notwendigkeit. Deshalb hat jüngst ein deutscher Bischof die Jugendführer seiner Diö- zese dazu verpflichtet, täglich zehn Minuten der Stille zu pflegen.*

*Zur rechten Stille gehört aber nicht nur die Flucht vor dem Lärm, sondern auch die Freiheit von Hast und fiebernder Eile, von der ein orientalisches Sprichwort sagt, sie sei vom Teufel. Und wie oft packt uns moderne Menschen die Eile und versucht uns durch ein Buch zu hetzen und will uns Dinge, die besorgt werden sollten, »erledigen« lassen.*

*Können wir Lehrer uns heute noch die Wohltat der Stille gönnen; finden wir die Mög- lichkeit dazu? Wenn es Gefangene in den russischen Arbeitslagern fertigbrachten, jeden Tag etwas Stille zu finden und dadurch das Grauen, das andere geistig mordete, zu über- winden, dann sollten auch wir in einigermaßen geordneten Verhältnissen es fertigbrin- gen, in der Stille uns unsere geistige Mitte zu retten oder zu erobern.*

*Zeit zur Stille finden wir, wenn wir etwas weniger Zeitung lesen oder Radio hören, wenn wir nicht allen Aktualitäten nachjagen, die am folgenden Tage schon nicht mehr aktuell sind. Auch das Jassen und Kegeln und Klatschen könnte vielleicht noch etwas ein- geschränkt werden. Stille schenkt uns eine tägliche Schriftlesung von zehn Minuten. Und diese Lesung wird zum Gebete, wenn wir bei den Evangelien die dritte Person durch die zweite ersetzen und so mit Christus reden. Möglichkeit zur Stille bietet die Werktags- messe, besonders dann, wenn man nicht dazu verpflichtet ist. Stille findet der Organist, der sich am Sonntag ein Viertelstündchen vor dem Gottesdienst auf der leeren Orgel- empore einfindet. Auch ein Spaziergang am frühen Morgen oder am späten Abend durch Wald und Feld schenkt wohlthuende und reichmachende Stille.*

*Gewiß, ohne Opfer wird uns die Köstlichkeit der Stille kaum je zuteil. Aber das Opfer wird überreich aufgewogen.*

*Es kommt nur darauf an, daß wir beginnen.*

---

**D**ie Einsamkeit ist die Mutter der Ruhe und ein stiller Zufluchtsort, der uns von all unseren Sorgen befreit.

JOHANNES CHRYSOSTOMUS