

# "In der Stille reifen die schönen Dinge."

Philosoph Thomas Calyle

**Die Menschen unserer Zeit sehnen sich nach Stille und fliehen gleichzeitig vor ihr.**

Klöster erleben einen Besucherandrang wie nie - und doch gelingt es kaum jemandem, Stille in den eigenen lauten, hektischen Alltag zu integrieren. Das Problem unserer Zeit scheint weniger der Himmel zu sein, der schweigt, sondern eher unser lauter Alltag, der den Himmel übertönt.

Freie Ev. Gemeinde, Gwatt

Walter Graf ein Künstler, hat in stillen Winkeln und Gassen, aber auch in mantischen Gärten und an verträumten Teichen Entdeckungen gemacht. Seine Werke zeigen das Zusammenspiel von Ruhe und Natur, von Licht und Schatten, von Blumen und Bäumen. Die Natur erkennbar umsetzen und farbenfroh auf die Leinwand bringen, ist sein Ziel. Seine Bilder bezeichnet er als "Momentaufnahmen, aber sie zeigen die Faszination der Stille mit ihren Licht- und Schattenseiten, mit prächtigen Farb-Kontrasten und geheimnisvollen Stimmungen." Dem Betrachter sollen die Bilder Entspannung und Harmonie bringen. Die Bank am Teich, der Gartentisch an der Mauer, der Stuhl mit dem Sonnenhut, der Korb-Sessel im Grünen, das Glas Wein mit Karaffe oder das aufgeschlagene Buch auf dem Tisch, immer spiegeln sich neben der Entspannung auch Lebensfreude in den Werken, die Sehnsüchte aufkommen lassen.



Badische Zeitung, 12.3.2010

**"Stille ist wie Urlaub fürs Gehirn"**

Wenn die Kreativität flöten geht ist das ein Zeichen dafür, dass der Körper Ruhe braucht. Doch wo finden? In sich selbst, meint der Hirnforscher Ernst Pöppel. Auch wenn man sich dazu manchmal zwingen muss.

**Ist Stille wichtig für unser Wohlbefinden?** Eine Frage von Jessica Braun an Herrn Pöppel. Stille ist essenziell, um sich konzentrieren zu können. Sie nimmt den Druck von uns, der durch den Lärm von außen entsteht. Diese Erholungsphasen sind wichtig für unser Wohlbefinden, darüber hinaus aber auch für unsere Fähigkeit zu denken.

**Wird Stille als Bedrohung empfunden?** Herr Pöppel: Die Angewohnheit, zu Hause ständig das Radio oder den Fernseher laufen zu lassen oder egal, wo man gerade ist, die Musik laut zu drehen, kommt einer Flucht vor dem Selbst gleich. Man muss gar nicht genau hinhören, was im Fernseher gesagt wird: Allein die Gesprächsfetzen vermitteln einem Sicherheit, das Gefühl der Zugehörigkeit.

ZEIT ONLINE, 18.2.2010

Diese willkürlich ausgewählten Texte und Überlegungen lassen erkennen, welcher Stellenwert dem Thema STILLE allgemein zugestanden wird. Der Mensch hat große Sehnsucht nach Ruhe, Harmonie, Entspannung und Sicherheit. Er glaubt alles im Griff zu haben, braucht den Background der „Masse“ und den gewohnten Lärm um sich herum. Aber bedeutsame Fragen lauten: Wie kann ich den Umgang mit Stille üben? Woran erkenne ich, dass ich eine Auszeit brauche? Viele Erkrankungen werden auf den alltäglichen Stress zurückgeführt. Doch der Mensch denkt, er kann sich selbst kurieren und sucht „seine“ Antworten. Dabei kennt er die Risiken, weiß um die Verantwortung und trifft trotz besseren Wissens eigene Entscheidungen.

**ABER MIT SICHERHEIT KOMMT NUR DER ZUM ZIEL, DER DIE RECHNUNG MIT GOTTE MACHT.**

Es ist ein großes Privileg sich als Kind Gottes angenommen zu wissen und im Haus Gottes zu Hause zu sein. Werden wir ruhig, gehen wir in die Stille, hören wir was uns Gott zu sagen hat und handeln wir danach.

# Die schönsten Dinge reifen durch Jesus Christus!