



Haltestille vom 8. Januar 2026

Einleitung zur Stille

Sei still
und aus der Stille wird Weisheit zu dir kommen
Sei still
und die Stille wird dich in die Ganzheit deines Menschenseins
führen
Sei still
und du wirst erfahren, wer du bist
und wer all die andern um dich herum sind
darum
sei still
und die Stille wird als Weisheit
zu dir kommen
sei still
sei

Kraftwort: «Die Stärke der Stillen»

Die lauten, selbstbewussten Draufgänger haben Geschichte geschrieben. Das ist seit Jahrtausenden so – doch nur die halbe Wahrheit. Es braucht nämlich auch die anderen: die Leisen und Bedächtigen. Sie bleiben meist im Hintergrund, wie das so ihre Art ist. Doch ohne sie gäbe es uns heute nicht, wie ein Blick in die Geschichte der Evolution zeigt. Sie bilden den notwendigen Gegenpol zu den dynamischen Machern. Die beiden Temperamente benötigen einander und ergänzen sich.

Haltestille Bahnhofstrasse

Donnerstags
12.15 bis 12.35 Uhr:
Musik / Stille / Wort
anschliessend
Gesprächsmöglichkeit

Ein Angebot der
christkatholischen,
reformierten und
römisch-katholischen Kirche
in Zürich

Lars Simpson
Cornelia Carmichel
Thomas Münch
www.haltestille.ch

Haltestille Bahnhofstrasse



Man könnte meinen, dass jene, die nicht so viel Lärm veranstalten, es schwer hätten, sich im Überlebenskampf zu behaupten. Das sieht nach aussen vielleicht so aus, stimmt genau besehen aber nicht. Nur ist die wahre Stärke der Stille nicht so offensichtlich: Sie liegt in ihrem ausgeprägten Wahrnehmungsvermögen. Mit ihren feinen Antennen registrieren sie auch die unscheinbaren Signale und die leisen Zwischentöne. Sie sehen, hören und spüren manches, was anderen entgeht. Sie stürmen nicht gleich los, sondern sammeln zuerst einmal Informationen, beobachten, überlegen und warten den geeigneten Augenblick ab, bevor sie handeln.

Von aussen gesehen mag ihr Verhalten zögerlich und ängstlich erscheinen, doch dieses behutsame Vorgehen hat sich im harten evolutionären Selektionsprozess als Vorteil erwiesen: Gefahren werden früher wahrgenommen, Entscheidungen sorgfältiger geprüft, Energien und Kräfte besser eingeteilt. Wer die Klippen kennt, kann sie umschiffen und kommt am Ende sicher ans Ziel.

Bei den Tieren ist es übrigens genauso. Auch sie brauchen die stillen Naturen in ihren Reihen. Evolutionsbiologen stellen fest, dass Herdentiere im Vorteil sind, wenn einige der Herdenmitglieder bei der Nahrungssuche regelmässig innehalten und nach möglichen Feinden Ausschau halten.

In vielen alten Kulturen haben die Herrscher vor wichtigen Entscheidungen Rat bei stillen Menschen gesucht, bei Weisen, Priestern und Künstlern. Diese verkörperten die Stimme von Klugheit, Vernunft und Phantasie. Ein König war wohlberaten, solche Menschen um sich zu haben, bevor er in den Krieg zog.

Haltestille Bahnhofstrasse

Donnerstags
12.15 bis 12.35 Uhr:
Musik / Stille / Wort
anschliessend
Gesprächsmöglichkeit

Ein Angebot der
christkatholischen,
reformierten und
römisch-katholischen Kirche
in Zürich

Lars Simpson
Cornelia Carmichel
Thomas Münch

www.haltestille.ch

Haltestille Bahnhofstrasse



Ob Tier oder Mensch: Die impulsiven Kämpfernaturen sind auf die sensiblen Artgenossen angewiesen – und umgekehrt. Es braucht beide. Ohne die Draufgänger, welche sich auf die Jagd gemacht haben, wären die Menschen verhungert. Und ohne die Bedächtigen, welche rechtzeitig das verdächtige Knacken im Gebüsch vernommen haben, hätte die Säbelzahnkatze die Jäger gefressen. Beide Temperamente haben ihren Platz und ihre Bedeutung im evolutionären Prozess. Zusammen sind sie stark. Zusammen sind wir stark.

In kritischen Momenten haben die Stille viel zu sagen. Und was sie sagen, ist wohlüberlegt. Sie geben nicht vor, etwas zu wissen, wenn sie sich ihrer Sache nicht ganz sicher sind. Lieber stehen sie dazu, es nicht zu wissen. Ihre Skepsis schützt sie vor falschen Gewissheiten. Ihre Zurückhaltung bewahrt sie vor überstürzten Handlungen. Auch haben sie kaum die Tendenz, sich zu überschätzen. Im Gegenteil, sie neigen eher dazu, ihre Stärken und Möglichkeiten zu unterschätzen. Auf's Ganze gesehen verfügen sie über besseren Realitätssinn als ihre extrovertierten Zeitgenossen.

Das hört sich jetzt nicht nur an wie ein Plädoyer für die Stillen – es ist auch eines. Ich bin da parteiisch, schliesslich zähle ich mich selber zu ihnen. Nichts gegen die Extrovertierten und Lauten. Aber wir Introvertierteren sollten uns im Vergleich mit ihnen nicht zu klein machen. Sie brauchen uns genauso, wie wir sie brauchen. Und es ist gut, wenn beide das wissen.

Quelle: Lorenz Marti, Der innere Kompass – was uns ausmacht und was wirklich zählt. (Herder, 2017), S. 69ff

Haltestille Bahnhofstrasse

Donnerstags
12.15 bis 12.35 Uhr:
Musik / Stille / Wort
anschliessend
Gesprächsmöglichkeit

Ein Angebot der
christkatholischen,
reformierten und
römisch-katholischen Kirche
in Zürich

Lars Simpson
Cornelia Carmichel
Thomas Münch
www.haltestille.ch