



Haltestille vom 22. Januar 2026

Einleitung zur Still

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: «Das Klang des Lebens»

Wie hat alles angefangen? Mit Musik, sagt der französische Wissenschaftsphilosoph Michel Serres. Nicht mit einem Urknall, sondern mit einem Urklang. So interpretiert Serres auch den biblischen Schöpfungsbericht: Am Anfang steht das Chaos des Urmeeres, das rhythmisiert und zu Wellenformen geordnet wird. Der Rhythmus der Wellen ist seither überall gegenwärtig: Im Ein und Aus des Atems, im Wechsel von Tag und Nacht, in der Abfolge der Jahreszeiten und Lebensphasen. Auf jeder Ebene der Wirklichkeit bildet die Natur Rhythmen.

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



Alles ist Musik. Sie kanalisiert das Rauschen der Welt. Sie ordnet der Dinge, ohne sie auf einem bestimmten Zustand zu fixieren. Im Unterschied zum Wort, das Serres als «einsaitig» empfindet, trägt die Musik eine Vielzahl von Bedeutungen in sich. «Ich irrte von den menschlichen Sprachen zur Akustik und den vibrierenden Dingen», bekennt er, «so gelange ich zum Zauberklang der Dinge selbst.»

Musik ist im Kern Mathematik: Sie besteht aus berechenbaren Schwingungen, deren Frequenzen sich überlagern. Eine der ersten, die diesen Zusammenhang entdeckt haben, war Pythagoras. Er hat auch die moderne Physik vorweggenommen, wenn er feststellt: «Ein Fels ist Stein gewordene Musik.» Tatsächlich löst sich alle feste Materie im Innersten in tanzende Partikel und schwingende Felder auf, wie die Quantenphysik heute weiss.

Aber Musik ist mehr als Mathematik: Sie verwandelt Zahlenverhältnisse in Gefühle. Musik ist auch mehr als Physik: Sie übersetzt Luftdruckschwankungen in Empfindungen. Sie lässt Menschen über sich hinauswachsen und verfügt über eine dermassen starke emotionale Kraft, dass Hildegard von Bingen die Musik als Erinnerung an das verlorene Paradies erlebt.

In sämtlichen Kulturen der Erde machen die Menschen Musik, seit Jahrtausenden schon. Musik ist die älteste Sprache, eine frühe, nonverbale Form der Kommunikation. Auf dem evolutionären Weg spielt sie eine wichtige Rolle, für die Einzelnen ebenso wie für den Zusammenhalt in der Gruppe. Ohne Musik, so vermuten Wissenschaftler, gäbe es den Homo sapiens vielleicht nicht.

Alle Kulturen kennen Wiegenlieder, die überall ähnlich tönen. Kinder brauchen Musik, um sprachliche und soziale Fähigkeiten zu

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



entwickeln. Sie lernen singen, bevor sie sprechen können. Klänge und Töne werden schon früh aufgenommen und formen die stärksten Verbindungsleitungen im Gehirn. Und am Ende des Lebens, wenn Verstand und Gedächtnis verlöschen, ist es wiederum die Musik, welche Sterbende noch zu berühren vermag.

Musik dringt direkt in die Tiefen des Gehirns und öffnet Tore zur Gefühlswelt. Sie bewegt, provoziert, befreit. Sie beeinflusst den Herzschlag, die Atmung und ganz allgemein das körperliche Wohlbefinden. Sie stärkt das Immunsystem, reduziert den Stress und beruhigt die Angst.

Stiftet sie auch Sinn? Michel Serres vermutet es, wenn er sagt, «Das nennt sich Musik, diese immense Mehr, das die Welt umfließt.» Musik eröffnet tiefe Zusammenhänge und macht spürbar, dass die Welt mehr ist, als sie zu sein scheint: eine Erfahrung, die Menschen ebenso verzaubern wie verwandeln kann.

Klänge, Rhythmen und Harmonien wecken ein Vertrauen ins Dasein, das keine weitere Begründung mehr braucht. Trotz des offensichtlichen Unsinn glaube er an einen Sinn des Lebens, bekennt Hermann Hesse in seinem Tagebuch: Dieser Sinn sei spürbar im Gleichnis der Musik.

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