

Marco Badilatti

# Vom Geschenk der Stille

**Marco Badilatti**

# **Vom Geschenk der Stille**

**Edition Forsbach**

## Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

# Edition Forsbach

*Bücher mit Herz*

© Edition Forsbach, Bamberg 2022

[www.edition-forsbach.de](http://www.edition-forsbach.de)

Coverbild: © Dr. Beate Forsbach

Covergrafik: Tim Gouder

Autorenbild: © Jürg Gasser

*Die Stille  
ist ein Raum  
der Erkenntnis.  
Wenn du hineingehst,  
wird dir die Einsicht  
nicht erspart bleiben  
zu erfahren, wer du bist.  
Und es wird dir die Einsicht  
nicht vorenthalten werden,  
wer du sein könntest.  
(Verfasser unbekannt)*



Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck

Printed in Germany

ISBN 978-3-95904-216-1 (Print)

ISBN 978-3-95904-217-8 (E-Book)

# Inhalt

<b>Zum Geleit</b>	<b>9</b>	<i>Hinduismus: Schmelztiigel der Kulturen, Spiritualität und Wissenschaften</i>	<b>77</b>
<b>Prolog: Als der Stein ins Rollen kam</b>	<b>13</b>	<i>Universismus: China zwischen Stoff und Geist</i>	<b>81</b>
<i>Zwischen zwei Welten</i>	<b>15</b>	<i>Buddhismus: Durch Meditation zur Selbsterlösung</i>	<b>86</b>
<b>Stille: Worum es geht</b>	<b>21</b>	<i>Neuere Philosophie: Gotteserfahrung und Selbstbesinnung</i>	<b>91</b>
<i>Begriffe und ihre Wurzeln</i>	<b>22</b>	<b>Im Reich der Künste: Weshalb Stille sie beflügelt</b>	<b>97</b>
<i>Ein Grundbedürfnis von Mensch und Tier</i>	<b>23</b>	<i>Musik: Seelen-Nahrung aus der Stille</i>	<b>98</b>
<i>Zuhören, klären, heilen</i>	<b>25</b>	<i>Literatur: Macht und Ohnmacht des Wortes</i>	<b>103</b>
<b>Lärm: Was wir über ihn wissen</b>	<b>27</b>	<i>Darstellende Kunst: Die psychologische Pause</i>	<b>109</b>
<i>Physikalische Fakten</i>	<b>28</b>	<i>Bildende Kunst: Im Stummen die Botschaft sehen</i>	<b>114</b>
<i>Warnsignale der Epidemiologie und Medizin</i>	<b>30</b>	<b>Stille im Alltag: Wie wir sie finden</b>	<b>119</b>
<i>Krankmacher zu Boden und in der Luft</i>	<b>33</b>	<i>Vom Verschleierte Bild zur Selbsterkenntnis</i>	<b>121</b>
<i>Lärm bekämpfen, eindämmen, vermeiden</i>	<b>37</b>	<i>Lebenskunst durch Stille und Schweigen</i>	<b>123</b>
<i>Wie es um den Lärmschutz steht</i>	<b>38</b>	<i>Im Sog von Götzen und Ethik</i>	<b>127</b>
<i>Freizeitforschung und naturnaher Tourismus</i>	<b>41</b>	<i>Durch Stille zum eigenen Weg</i>	<b>130</b>
<i>Vom Naherholungsgebiet zur Tranquility map</i>	<b>43</b>	<i>Leitgedanken für die Praxis</i>	<b>132</b>
<b>Religion und Philosophie: Wie sie wirken</b>	<b>47</b>	<b>Stille im Jahresablauf: Was große Geister sagen</b>	<b>139</b>
<i>Frühe Kulte: Geister, Wahrsager und Schamanen</i>	<b>48</b>	<b>Epilog: Vom Geschenk der Stille</b>	<b>151</b>
<i>Ägypten: Vom rechten Hören, Schweigen und Reden</i>	<b>52</b>	<b>Literatur</b>	<b>156</b>
<i>Persien: Im Widerstreit von Gut und Böse</i>	<b>54</b>	<i>Anmerkungen</i>	<b>159</b>
<i>Griechenland: Erkenne die Natur und dich selbst</i>	<b>57</b>	<b>Zum Autor</b>	<b>163</b>
<i>Rom: Zuerst der Staat und dann die Ruhe</i>	<b>62</b>	<i>Auswahl der Publikationen von Marco Badilatti</i>	<b>164</b>
<i>Judentum: Zwischen Dauerflucht und Kontemplation</i>	<b>64</b>	<b>Danke</b>	<b>166</b>
<i>Das Christentum: Jesus' Nächstenliebe und die Kultur der Stille</i>	<b>68</b>		
<i>Islam: Liebe, Krieg und Mystik</i>	<b>72</b>		

## Zum Geleit

*Stille!* Bei diesem Wort wird mir wieder einmal bewusst, was Sprache an Gefühlen und Stimmungen alles ausdrücken kann. Aber ist das nicht ein Widerspruch? Sprache kommt von sprechen, und wer spricht, unterbricht die Stille oder verunmöglicht gar ihr Entstehen. Braucht Stille, um überhaupt wahrgenommen zu werden, ihren Gegensatz, also Geräusche oder gar Lärm? Es ist gerade dieser, der mich reizt. Da ist die atemlose Stille, bevor der Vorhang aufgeht und jemand spricht oder die Musik erklingt. Oder die gespenstische Stille, die etwas völlig anderes ist als die Grabesstille oder die sprichwörtliche Stille vor dem Sturm. Oder die Stille, wenn der Lehrer mit einem Anflug von Verzweiflung in die Klasse ruft: „Ruhe, seid endlich still!“ Immer sind Gefühle, Stimmungen und oft eine ganze Geschichte dahinter.

Ob eine solche Spannweite auch beim Lärm besteht? Dass Lärm nicht nur als Störung, sondern gar als Zerstörung wahrgenommen werden kann, erlebte ich vor einiger Zeit mit meiner damals noch nicht dreijährigen Enkelin auf einem Spaziergang. Wir begegneten dem Gedröhne eines Laubbläfers. Es war nicht der Mensch dahinter, sondern das überlaute Gerät, das die Enkelin, die so etwas noch nie gesehen und gehört hatte, zum Weinen brachte. Sie reagierte aber zu meinem Erstaunen nicht etwa mit Panik, sondern mit einem Zustand grenzenlosen Unglücks und einer Art unermesslicher Trauer. Das Kind war nicht zu trösten und hatte einen Ausdruck, wie wenn da etwas für immer zerbrochen oder zerstört worden sei. Erst zu Hause erholte es sich von diesem Erlebnis, das ihm – so kam es mir vor – als eine Art Weltuntergang erschienen sein musste. Die Begebenheit wird mir noch sehr lange in Erinnerung bleiben.

Der Zusammenhang zwischen der Stille und dem Erlebnis einer Landschaft, die uns berührt, sei es, weil ihre Naturhaftigkeit uns überwältigt, sei es, weil sie uns durch ihre Eigenart oder Harmonie beeindruckt, beschäftigt mich immer wieder. Jedenfalls sind für mich das Landschaftserlebnis und der Verkehrslärm zwei Größen, die sich nicht vertragen. Auf einer Wanderung verunmöglicht mir der von einer vielbefahrenen Autobahn ausgehende Lärm den Genuss einer Berglandschaft, auch wenn ich sie tief im Tal unten kaum mehr sehe.

Von der modernen Technik nicht überprägte Landschaften – ich denke etwa an die Greina, den Schaffhauser Randen oder die Jurahöhen – und Zonen, wo Stille zu finden ist, haben eines gemeinsam: Sie leiden an einer zunehmenden Verinselung. Die Verlärmung größerer Räume, auch wenn es nicht Motorenlärm, sondern nur das Hintergrundrauschen der Reifen auf dem Asphalt ist, beeinträchtigt das Landschaftserlebnis und damit eine für die Wertschätzung von Landschaft und Natur notwendige Erfahrung. Könnte das mit ein Grund sein, dass bei Zielkonflikten den öffentlichen Interessen am Natur- und Landschaftsschutz gegenüber anderen, meistens materiellen Interessen immer weniger Gewicht eingeräumt wird?

Nun hat auch der Lärm – genau wie die Stille – ganz unterschiedliche Qualitäten. Wie sehr Lärm stört, ist nicht nur eine Frage der Anzahl Dezibel. Der Lärm einer Holzverarbeitenden Sägerei stört uns weniger als ein konstanter Verkehrslärm, auch wenn dieser weniger laut ist. Es gibt sogar einen als schön empfundenen Lärm.

Es war vor vielen Jahren auf einer Polarexpedition, als ich in einer völlig menschenleeren Gegend am Rande des Eismeeres abgesetzt wurde, nicht wegen einer Panne, sondern weil es Teil meiner dortigen Forschungsarbeit war. Ich konnte mich darauf verlassen, vom einmotorigen kleinen Flieger wieder abgeholt zu werden. Trotzdem beschlich mich nach vielen Stunden des Alleinseins eine lähmende Furcht. Was, wenn er aus irgendeinem Grund nicht mehr kommt? Ich erinnere mich, wie wenn es ges-

tern gewesen wäre, an das ganz leise Sirren und dachte einen Moment lang, in der gewaltigen arktischen Einöde habe mich eine Halluzination befallen. Erst Sekunden später sah ich am riesigen Himmel den Flieger wie ein winziges Insekt. Der anschwellende Lärm war für mich schöner als Musik und mein Glücksgefühl kannte keine Grenzen.

Damit ein Glücksgefühl möglich ist, so meine Überzeugung, braucht es vorher das Erlebnis der Stille. Sie ist unendlich viel mehr als die Abwesenheit von Lärm. Uns das bewusst zu machen, ist Marco Badilatti mit seinem Buch gelungen. Er beleuchtet darin das Thema Stille in seiner ganzen Tiefe und Breite, in seinen vielfältigen Aspekten, von der Religion, der Philosophie über die Kunst und bis in unseren heutigen Alltag hinein. Mehr noch, er bringt uns damit zum Bewusstsein, dass Stille ein Gut von lebenswichtiger Bedeutung ist.

Hans Weiss, dipl. Kulturingenieur ETH  
September 2022