

# „Sei still vor dem Herrn und warte auf ihn!“

---

## Die Bedeutung der Stille für mich als Quäker

„Sei still vor dem Herrn und warte auf ihn!“ (Psalm 37,7) – das ist es, was wir Quäker während unserer Andachten tun.

## Gordon Matthews

Quäker, lebt seit 2020 in einer ökumenischen Lebensgemeinschaft in Wethen (D) und arbeitet als Übersetzer und Friedensarbeiter für Pax Christi in der Erzdiözese Paderborn



Wir schweigen still und horchen auf die Stimme Gottes. Wir halten Ausschau nach der Gegenwart Gottes mitten unter uns, mitten in uns. Das „Innere Licht“, das jedem Menschen innewohnt, wird sichtbar, wenn wir unsere Augen schließen und nur noch mit den Augen des Herzens schauen.

„Der Herr sprach (zu Elia): Geh heraus und tritt hin auf den Berg vor den HERRN! Und siehe, der HERR ging vorüber. Und ein großer, starker Wind, der die Berge zerriß und die Felsen zerbrach, kam vor dem HERRN her; der HERR aber war nicht im Wind. Nach dem Wind aber kam ein Erdbeben; aber der HERR war nicht im Erdbeben. Und nach dem Erdbeben kam ein Feuer; aber der HERR war nicht im Feuer. Und nach dem Feuer kam ein stilles, sanftes Sausen“ (1 Könige 19,11-12).

Ein „stilles, sanftes Sausen“ hören wir nur in der Stille, wenn keine Geräusche zu hören sind, wenn keiner mehr redet, wenn ich selbst nichts sage und auch keine Worte mehr durch meinen Kopf gehen. Es bleibt nur das Ein- und Ausatmen.

„Ich hebe meine Augen auf zu den Bergen. Woher kommt mir Hilfe? Meine Hilfe kommt vom HERRN, der Himmel und Erde gemacht hat“ (Psalm 121,1-2).

Die Stille ist für uns Quäker kein Selbstzweck. In der Stille zeigt uns das „Innere“ oder das „Inwältige Licht“ den Weg, den wir gehen sollen. Und wir erfahren Trost und Ermutigung durch die Heilige Geistkraft. Die Führung und Stärkung durch die Heilige Geistkraft erfahren wir nicht nur als einzelner Mensch in unseren eigenen vier Wänden oder an einem menschenleeren Ort, sondern auch als Gemeinde in unseren Versammlungen.

1992 protokollierte das „Meeting for Sufferings“, das Exekutivkomitee der britischen Quäker:

„Die Grundlage unserer Arbeit besteht in unserem Warten und Horchen auf den Geist. Lasst den liebenden Geist eines liebenden Gottes uns rufen und uns führen. Diese Führung ist sowohl persönlich wie auch gemeinschaftlich. Wird sie in einer gesammelten Andacht wahrhaft geprüft, so werden wir herausfinden, dass uns Kraft und Mut zum Gehorsam gegeben sind.“<sup>1</sup>

Für Adwoa Burnley, die derzeitige Moderatorin („clerk“) der britischen Jahresversammlung der Quäker, ist es „außerordentlich wichtig, einen Rahmen zu schaffen, in dem wir auf das stille, sanfte Sausen lauschen und uns dadurch leiten lassen können.“<sup>2</sup>

In unseren „Geschäftsandachten“ (meetings for worship for business), in denen wir anfallende Aufgaben regeln, suchen wir nicht den Konsens, sondern die Einmütigkeit, d. h. die Erkenntnis, dass wir einen Weg für die Gruppe bzw. die Ge-

1 § 29.02 in Quäker. Glaube und Wirken.  
Das Handbuch enthält neben Beschlüsse und Regelungen der Britischen Jahresversammlung Zitate und Passagen aus Veröffentlichungen vieler verschiedenen Quäker seit den Anfängen der Bewegung Mitte des 17. Jahrhunderts bis zum Jahr 1994. § 29.02 ist ein Zitat aus dem Protokoll des Meeting for Sufferings, März 1992.

2 Homepage von Woodbrooke: <https://www.woodbrooke.org.uk/people/adwoa-burnley/> [Zugriff: 6.10.2025].

meinde oder für die Jahresversammlung gefunden haben, der mit dem Liebeswillen Gottes im Einklang ist. Für diese Suche brauchen wir die Führung durch die Heilige Geistkraft, durch den Geist Gottes. Am Ende des Prozesses wird ein Beschluss protokolliert. Das Protokoll wird vorgelesen und durch die Versammlung verabschiedet – oder eben nicht, wenn eine(r) der Anwesenden spürt, dass der vorgeschlagene Weg nicht ganz im Einklang mit dem Liebeswillen Gottes ist. In diesem Fall ist der Prozess noch nicht abgeschlossen. Die Suche geht in der Stille weiter, bis eine Person eine Regung des Geistes spürt, die in eine bessere Richtung weist. Wenn die geäußerten Gedanken Resonanz finden, wird das zuerst vorgeschlagene Protokoll dementsprechend geändert und (ohne Abstimmung) verabschiedet. Das ganze Prozess der Entscheidungsfindung unter der Führung durch den Geist ist vergleichbar mit der Erfahrung der Apostel bei der Versammlung in Jerusalem, die in Kapitel 15 der Apostelgeschichte beschrieben wird.

Dass eine Gruppe oder sogar eine Jahresversammlung sich auf diese Weise durch den Heiligen Geist leiten lässt, erlebe ich immer wieder. Eine besonders beeindruckende Erfahrung konnte ich vor etwa zwanzig Jahren während einer Jahresversammlung der britischen Quäker in York machen. Damals durften gleichgeschlechtliche Paare nicht heiraten, aber unter den Quäkern gab es mehrere Paare, die in einer Quäkerandacht heiraten wollten, genauso wie heterosexuelle Paare dies tun. Manche der bei der Jahresversammlung anwesenden Quäker fürchteten eine Abwertung der traditionellen heterosexuellen Ehe, falls gleichgeschlechtliche Paare heiraten könnten. Während der Versammlung klagten allerdings mehrere homosexuelle bzw. lesbische Quäker ihr Leid. Wir alle hörten einander zu – mit offenen Ohren des Herzens, wage ich zu behaupten. Am Ende der langen Geschäftsandacht wurde ein einmütiger Beschluss protokolliert. Die britischen Quäker wollten die damalige Regierung des Vereinigten Königreichs bitten, durch eine Gesetzesänderung die Heirat gleichgeschlechtlicher Paare in Quäkerandachten zu ermöglichen.

Solche Offenheit gegenüber den Regungen des Heiligen Geistes muss geübt werden, sonst werden wir durch unsere egoistischen Ängste und Wünsche oder durch Ideologien verführt, statt durch die Liebe Gottes geführt zu werden.

Ich versuche wie Bruder Lorenz während des ganzen Tages immer wieder innezuhalten und der Gegenwart Gottes nachzuspüren. Bruder Lorenz schrieb: „Durch das Aufstehen nach meinem Fallen und durch regelmäßige Taten des Glaubens und der Liebe bin ich in einem Zustand, in dem es mir so schwerfällt, nicht an Gott zu denken, wie es früher für mich war, mich an Gott zu gewöhnen.“<sup>3</sup> So weit bin ich noch lange nicht gekommen, aber ich bemühe mich.

Seit Ende Oktober 2023, als Pierbattista Pizzaballa, der Lateinische Patriarch von Jerusalem, zu einem Tag des Fastens und Betens aufrief, faste ich (mit seltenen Ausnahmen) jeden Dienstag. Bei den Quäkern ist das Fasten nicht üblich, aber ich finde es als geistliche Übung bzw. Disziplin hilfreich. Immer wieder, wenn ich

Hunger spüre, halte ich inne und versuche die Gegenwart Gottes wahrzunehmen.  
Wir leben nicht vom Brot allein.

Rufus Jones, ein prominenter US-amerikanischer Quäker, schrieb 1937: „[Die frühen Freunde] entdeckten, dass Stille eine der besten Vorbereitungen für eine Zwiesprache [mit Gott] und für die Annahme von Inspiration und Führung ist. Sicherlich besitzt Stille an sich nichts Magisches. Es kann sich um reine Leere handeln, das Fehlen von Worten oder Geräuschen oder Musik. Aber sie kann auch eine intensive Pause, ein belebtes, kreatives Schweigen, ein tatsächlicher Moment der gemeinsamen und wechselseitigen Übereinstimmung mit Gott sein.“<sup>4</sup> Er bezeichnete die Quäkerandacht als „gemeinsame mystische Erfahrung“ („group mysticism“).

Als Student in Bradford, einer Industriestadt im Norden Englands, begegnete ich dem Quäker Adam Curle, dem ersten Professor der damals neu gegründeten School of Peace Studies an der University of Bradford. Ich fuhr mit ihm zusammen zu einer Tagung des damaligen Peace and International Relations Committee der britischen Quäker. Er war der Hauptreferent. Ich bereitete mich auf die Tagung vor, in dem ich sein Buch „Mystics and Militants“ las. Was ich las, hat mich tief beeindruckt. Mir wurde klar, dass Mystiker zu sein und sich militant für Frieden und Gerechtigkeit einzusetzen, unweigerlich zusammenpassen.

1989, während im Kalten Krieg noch aufgerüstet wurde, schrieb ich: „Aus der Tiefe des echten Gebetes kommt die Sehnsucht nach Frieden und die Leidenschaft für Gerechtigkeit. Und unsere Antwort auf Gewalt und Ungerechtigkeit heißt inniger beten, da nur Gott uns den Weg aus dem Unheil zeigen kann, in dem sich die Welt befindet. Und nur Gott gibt uns die Kraft, diesem Weg zu folgen. [...]. Es ist nicht unbedingt nötig, hinzuknien. Beten müssen wir jedoch auf jeden Fall. Im jetzigen Moment ist das Beten angesagt. Die Felder und Bäume und Lerchen rufen uns auf zum Dank und Lobpreis, denn sie verkünden die Herrlichkeit Gottes. Der Lärm eines Flugzeugs lässt mich an Kriege und an die Vorbereitung auf den Krieg denken, so dass ich bewegt werde, um Frieden zu beten. Der Lärm eines Autos auf der Straße lässt mich an die Umweltverschmutzung und die Zerstörung des Planeten und an meine Mittäterschaft denken, die ich beichten sollte. Wenn ich tief in meinem Herzen bete und die Stille, in der die Lerche singt, hören kann, werde ich erkennen, dass mir meine Mittäterschaft bei der Zerstörung des Planeten vergeben worden ist und dass Gott mir Frieden schenkt, wenn ich das annehmen kann und dass ‚alles gut sein möge und alles gut sein möge und alle Arten von Dingen gut sein mögen‘.<sup>5</sup> Aber es ist nicht alles gut, weil wir Menschen mit Gott und mit unserem wahren Selbst nicht mehr verbunden sind. [...]“

<sup>3</sup> Bruder Lorenz, Gedanken.

<sup>4</sup> § 2.16 in Quäker Glaube und Wirken.

<sup>5</sup> Hier zitiere ich die englische Mystikerin Julian von Norwich (um 1342–1413): „And all shall be well and all shall be well and all manner of things shall be well.“

Einige von uns laufen Gefahr, sorgenvoll zu versuchen, die Welt zu retten, als ob die Rettung der Welt von uns abhinge und nicht einmal Gott uns dabei helfen könnte. Wir betreiben politischen Aktivismus, ohne zu beten. Andere laufen Gefahr, selbst gar keine Rolle zu spielen, als ob Gott kommen und alles gut machen würde, ohne dass wir Menschen überhaupt etwas tun müssten. Dies wäre Gebet

ohne politische Aktion. Wir müssen einen Mittelweg zwischen diesen beiden Extremen finden. Wir müssen der Führung des Geistes aktiv folgen und gleichzeitig unser Vertrauen in die Liebe Gottes setzen.“<sup>6</sup>

Zwei Jahre vorher, nachdem ich das „Testament of Devotion“ von Thomas Kelly, dem in der Ökumene anerkannten Quäker-Mystiker des 20. Jahrhunderts, gelesen hatte, schrieb ich: „Ich habe mich an Gott gewandt, wenn ich eine schwierige Entscheidung zu treffen hatte oder wenn ich Kraft gesucht habe, in dunklen Zeiten Schmerzen zu ertragen. Aber ich lerne nur langsam an dem Ort zu wohnen, von dem die Führung ausgeht. Dies ist ein Ort der Liebe und Freude und des Friedens, selbst inmitten von Schmerzen. [...] Wenn wir in der Gegenwart Gottes leben, werden wir vom Geist geleitet. Wir tun gut daran, uns zu erinnern, dass die Führung durch den Geist nicht so sehr von Gott abhängt, der immer da ist, uns zu führen, sondern von unserer Bereitwilligkeit, geführt zu werden. Wir müssen willens sein, ebenso in die Dunkelheit geführt zu werden wie auf grüne Wiesen und an stille Wasser. Wir brauchen uns nicht vor der Dunkelheit zu fürchten, denn Gott ist da (vgl. Psalm 23).“<sup>7</sup>

Bei mir und bei vielen anderen Quäker finden einige Passagen aus der Sammlung „Quäker. Glaube und Wirken“ große Resonanz. Ich möchte hier noch zwei davon zitieren:

„In der aktiven Stille beginnt das innere Licht zu leuchten – ein winziger Funke. Damit die Flamme entfacht werden und wachsen kann, müssen die spitzfindige Erörterung und der Tumult unserer Gefühle zum Verstummen gebracht werden. Durch Aufmerksamkeit voller Liebe ermöglichen wir dem Inneren Licht aufzulodern, unser ganzes Sein zu erleuchten und unser ganzes Wesen zu einer Lichtquelle zu machen, die nach außen strahlt. Sollen Worte die Botschaft des Friedens überbringen, so müssen sie in einer erlösenden Stille gereinigt werden. Das Recht zu sprechen ist eine Ermahnung zur Pflicht des Zuhörens. Das gesprochene Wort ist ohne aufmerksame Zuhörer und stille Herzen von keinerlei Bedeutung. Stille ist die liebevolle Annahme des anderen. Die Worte, die aus der Stille hervorgehen, müssen in Stille empfangen werden“ (§ 2.12).<sup>8</sup>

„Sei still und ruhig in deinem Inneren und frei von eigenem Denken; dann wirst du das Walten Gottes erfahren, wie es deine Sinne auf den Herrn lenkt, aus welchem das Leben kommt; und dann wirst du Seine Kraft spüren, die dich stark macht gegen alle Stürme und Unwetter. So allein wirst du Geduld erlangen, Unschuld, Reinheit, Ruhe, Festigkeit und Frieden in Gott, in Seiner (allgegenwärtigen) Kraft (§ 2.18).<sup>9</sup>

Für mich, der bereits als Kleinkind Quäkerandachten kennengelernt, ist es immer noch schwierig, frei von meinem eigenen Denken zu werden. Manchmal, statt mein Herz für die „Stimme“ Gottes zu öffnen, versuche ich meine Gedanken zu sortieren, um einen Sinn darin zu erkennen. Manchmal, wenn die Nacht zu kurz war, schlafte ich während der Andacht ein. Manchmal gelingt es mir jedoch, mich

6 Matthews, prayer, 717. Übersetzung ins Deutsche durch den Autor.

7 Matthews, smile, 353. Übersetzung ins Deutsche durch den Autor.

8 Vgl. Lacout, God is silence. Übersetzung ins Deutsche durch den Autor des Beitrags.

9 Vgl. Fox, Journal 1658.

auf die Gegenwart Gottes in der Stille zu konzentrieren. Dann kann ich unter Umständen spüren, dass Gott mir etwas „sagen“ will. Manchmal ist die Botschaft für mich allein. Andernfalls ist die Botschaft für die versammelten Freundinnen und Freunden, wie wir uns nennen, bestimmt. Dann teile ich die Botschaft der Gruppe mit.

Den anderen Mitgliedern der Gruppe geht's vielleicht ähnlich wie mir. Während einer Andacht, die meistens eine Stunde dauert, werden oft zwei oder drei oder noch mehr Freundinnen und Freunde eine Botschaft mitteilen. Wir praktizieren die Priesterschaft aller Gläubigen. Da die Botschaften meist kurz sind – zwei oder drei Minuten vielleicht – harren wir die meiste Zeit in der Stille. Die Botschaften bauen aufeinander auf. Oder – noch besser – sie führen immer weiter in die Tiefe, wo wir gemeinsam dem Gott begegnen, der/die uns alle liebt. Eine solche Andacht bezeichnen wir als „gathered meeting“, „gesammelte Andacht“.

Während der siebzig Jahren meines bisherigen Lebens habe ich unterschiedliche Andachtskreise oder Gruppen in England (Portsmouth, Bradford, Central Manchester, Bourneville, Selly Oak, Stevenage, Kingston-upon-Thames, Evesham, Swarthmoor), in Deutschland (Marburg, Köln) und in Brüssel eine Zeitlang regelmäßig besucht. Die Andachten waren meistens am tiefsten dort, wo wir uns alle gut kannten und über Jahre regelmäßig zur sonntäglichen Andacht zusammenkamen.

Swarthmoor Hall in Ulverston (Retreat der Religious Society of Friends [Quakers]).



Seit der Corona-Epidemie treffe ich mich einmal im Monat per Zoom zur Andacht mit anderen Quäkern, die, wie ich, einen Bezug zu Swarthmoor Hall im Nordwesten Englands haben. Das Haus wurde 1652 zum Zentrum für die ersten Quäker, die sich damals im Norden Englands zusammenfanden. Meine Frau und ich verbrachten 2016 fünf Monate in Swarthmoor Hall als „Friends in Residence“. Manche andere in der Gruppe, die sich monatlich per Zoom zur Andacht trifft, waren mal Friends in Residence in Swarthmoor Hall. Wir sind meistens nur sieben oder acht Quäkerinnen und Quäker, die zur Andacht zusammenkommen. Inzwischen kennen wir uns ziemlich gut. Am Anfang war ich skeptisch. Ich konnte mir schwer vorstellen, dass eine gesammelte Andacht per Zoom zustande kommen könnte. Meine Erfahrung mit diesen Andachten hat mich anderes gelehrt. Oft spüre ich in der Tiefe meines Herzens die verbindende Gegenwart Gottes mitten unter uns.

---

## Literatur

Bruder Lorenz, All meine Gedanken sind bei dir. In Gottes Gegenwart leben,  
hg. von Reinhard Deichgräber (Klassiker der christlichen Spiritualität),  
Wildenau, o.J..

George Fox, Journal of George Fox 1658, ediert v. John L. Nickalls, online greifbar: <https://www.cambridge.org/core/books/abs/journal-of-george-fox/1658/D764BD393F9CC4B581C3B4336487E77B> [Zugriff: 27.11.2025].

Gordon Matthews, Mixing prayer and politics, in: The Friend, 147 (1989) 717.

Gordon Matthews, With a smile into the dark, in: The Friend, 145 (1987) 353.

Pierre Lacout, God is silence, online: <https://de.scribd.com/document/251173764/God-is-Silence-Pierre-Lacout> [Zugriff: 27.11.2025].

Quäker. Glaube und Wirken, dt. Übersetzung des Handbuchs zur christlichen Lebensführung der Britischen Jahresversammlung der Religiösen Gesellschaft der Freunde (Quäker), hg. Religiöse Gesellschaft der Freunde (Quäker), Deutsche Jahresversammlung 2002 (3. Aufl. 2016).

Vor etwa zwei Jahren, während einer stillen Retraite im Nachbardorf, ging ich allein durchs Diemeltal spazieren. Folgendes Lied (rechts) kam mir in den Sinn:

You`re in the air that we breathe

Gordon Matthews

2005 bis 2012 war ich Hausmeister des Andachtshauses in Evesham, einer Kleinstadt im Westen Englands, und fuhr jeden Freitag zum Folk Club in Worcester. In der nächtlichen Stille ist mir folgendes Lied „eingefallen“:

Let the Silence Ring  
 Melody and lyrics: Gordon Matthews  
<https://letthesilencing.wordpress.com/>  
 In this dark world we rarely see  
 The beauty of the Earth,  
 The richly coloured tapestry  
 Surrounding us from birth.  
 Refrain:  
 Let the light shine  
 And let the silence ring.  
 Look into your heart  
 And let your soul sing.  
 In these dark times of fear and strife  
 We need the light to see  
 The beauty of each human life,  
 Of all humanity.  
 The streets are rarely silent now,  
 Even in the dead of night.  
 But at 4 a.m. it's quiet now,  
 The moon is shining bright.  
 Just look up at the stars above  
 And cast away your fear.  
 The eternal, silent song of love  
 Will touch your inner ear.

Lasst die Stille klingen  
 In dieser dunklen Welt sehen wir selten  
 die Schönheit dieser Erde,  
 den bunten Teppich,  
 die uns seit unserer Geburt umgibt.  
 Refrain: Lasst das Licht leuchten.  
 Lasst die Stille läuten.  
 Schau in deinem Herz hinein  
 und lasst deine Seele singen.  
 In diesen dunklen Zeiten der Angst und gewaltsamen  
 Konflikten  
 brauchen wir das Licht, um zu sehen  
 die Schönheit jedes menschlichen Lebens,  
 der ganzen Menschheit.  
 Die Straßen sind heutzutage selten ruhig,  
 auch mitten in der Nacht.  
 Aber jetzt nachts um vier Uhr ist es still.  
 Der Mond scheint hell.  
 Schau einfach hinauf zu den Sternen da oben  
 und werfe deine Angst raus.  
 Das ewige, stille Lied der Liebe  
 wird dein Inneres Ohr berühren.

Übersetzung ins Deutsche durch den Autor.