

Anregung zur Entdeckung der Stille

Lehrerin: Wie geht es euch, wenn es still ist?

Nicola, 7 Jahre: Immer wenn es so leise ist, dann finde ich das einfach schön, dann hört man immer die Vögel, und, zum Beispiel, wenn es jetzt regnet und wenn es gewittert, und das ist dann halt schön.

1. Stille und Stilleübungen sind keine pädagogische Neuentdeckung, sondern sie stehen in einer langen Tradition. Mit der Stille und ihrer Bedeutung in Schule und Unterricht befassen sich zahlreiche Autoren, Schriften, Völker und Gruppen, u.a. viele Naturvölker, Alt-Ägypten, das Alte und Neue Testament, Benedikt von Nursia, die Jesuiten und viele andere Ordensgemeinschaften, Rousseau, Pestalozzi, Hegel, Petersen, Makarenko, die Pfadfinder, heute auch Elisabeth Kühnberger und Hubertus Halbfas. In diesen Traditionslinien hat Maria Montessori eine einzigartige Stellung: Zum einen, weil die Stille in ihrer pädagogischen Konzeption eine bedeutsame Rolle einnimmt, zum anderen, weil sie die innere Bereitschaft des Kindes zur Stille erkannte. Über ihre erste Erfahrung mit der Stille schreibt sie:

"Eines Tages betrat ich das Schulzimmer, auf dem Arm ein vier Monate altes Mädchen, das ich der Mutter auf dem Hof aus den Armen genommen hatte. Nach dem *Brauch des Volkes war die Kleine ganz in Windeln gewickelt, ihr Gesicht war dick und rosig, und sie weinte nicht. Die Stille dieses Geschöpfes machte mir großen Eindruck, und ich suchte mein Gefühl auch den Kindern mitzuteilen. 'Es macht gar keinen Lärm', sagte ich, und scherzend fügte ich hinzu: 'Niemand von euch könnte ebenso still sein.'* Verblüfft beobachtete ich, wie sich der Kinder rings umher eine intensive Spannung bemächtigte. ... Es schien, als hätte der Säugling eine Atmosphäre von Stille in dieses Zimmer gebracht, wie sie im gewöhnlichen Leben sonst nie besteht." (Maria Montessori, Kinder sind anders, Frankfurt 1980, S. 172)

2. Mit Maria Montessori läßt sich deutlich machen, daß Stilleübungen kein dem Kind fremder Zwang sind. Die Stille entsteht in den Kindergruppen und Klassen, weil die Kinder dazu fähig sind, weil sie die gemeinsame Stille wünschen und sie zur Entfaltung ihrer Kräfte brauchen. Die Stille trifft mit den inneren Strebungen des Kindes zusammen, seine Fähigkeiten zu entwickeln und zu vervollkommen. Maria Montessori erfuhr, daß Kinder (nach einer Formulierung E.M. Standings) die Stille "lieben". Die Anstrengungen der Stille ermüden sie nicht, sondern lassen sie ausgeruht und erfreut daraus hervorgehen. Die Stille

wird hier gemeinsam geübt, bis sie immer besser gelingt. Auf dieser Grundlage läßt sich Stille als Teil einer Grundschule, die sich als Schule der Kinder und als kindgerechte Schule versteht, rechtfertigen und begründen.

Stille ist kein kindfremder Zwang.

Stille wird von den Kindern gewünscht und gebraucht.

Stille hilft den Kindern und stärkt sie.

Stille als Teil des Schulalltags gelingt gemeinsam immer besser.

3. Stilleübungen gewinnen angesichts der veränderten Kindheit und der veränderten Kinder in der Schule heute eine besondere Bedeutung:

* Im Getriebe der Wahlen und Entscheidungen, in dem moderne Menschen stehen, ermöglichen Stilleübungen Kindern und Erwachsenen kurze Situationen der Sammlung und Besinnung. Die Stille hält die Hektik der Ereignisse für eine kurze Zeit an. Kinder und Erwachsene können dadurch *innehalten im Strom der Eindrücke und Erfahrungen*.

* Kinder und Erwachsene leben inmitten vorgeformter Sinndeutungen, die von eigenen Sinngebungen entlasten, häufig aber auch die eigene Interpretation und die eigenen inneren Bilder verhindern. Stille ist eine direkte, unmittelbare und hochgradig individuelle innere Erfahrung. Die vorgegebenen Muster verlieren gegenüber diesen inneren Bildern und Erlebnissen an Wirkung. Stille fordert Eigentätigkeit. Da von Pädagogen, die sich mit der Veränderung der Kindheit befassen, immer wieder mehr Gelegenheiten zur Eigentätigkeit in der Schule angemahnt werden, sind Stille und Stilleübungen als Bausteine einer veränderten Grundschule anzusehen.

* Stilleübungen kehren die Aufmerksamkeit von den Außeneinflüssen ab. In den Momenten, in denen die Personen mit sich alleine sind, erleben sie sich selbst als Personen mit eigenen Gedanken, Empfindungen und Erfahrungen. Stilleübungen ermöglichen, diese inneren Welten zu durchwandern und kennenzulernen. Für viele Kinder und Erwachsene ist dies eine neue Erfahrung, die dazu führen kann, daß die alltäglichen Eindrücke mit neuen Augen betrachtet werden. In neuer Wachheit und in einer gestärkten Bereitschaft zu veränderten Wahrnehmungen und Sinndeutungen liegt die "bildende Funktion" der Stille unter den gegenwärtigen Lebensumständen.

4. Ein Teil des Interesses, das Stilleübungen heute finden, geht vermutlich auf die Erwartung zurück, damit die hektischen, aggressiven und unruhigen Kinder "erstmal still zu kriegen". Stilleübungen sind jedoch vor allem aus zwei Gründen keine "Technik zur Disziplinierung". Sie sind (1.) ein anspruchsvoller Weg, da sie auch von den Lehrenden besondere Vorbereitungen und Anstrengungen fordern. Die Lehrenden müssen den rechten Moment der Stille erkennen und selbst sensibel für die *Anstrengungen und Freuden der Stille* werden. Wem nur das *Mundhalten* wichtig ist, findet leicht simplere Mittel. Eine Erziehung zur Stille, die die Kinder einschränken und zur gehorsamen Anpassung bringen will, ginge (2.) in grotesker Weise am Selbstbild der Kinder und am Erziehungsstil

vieler Familien vorbei. Kinder heute kommen mit dem Anspruch in die Schule, als Personen mit eigener Bedeutung und eigenen Rechten behandelt zu werden. Die Schule sollte diesen Wünschen nach verantwortlicher Teilhabe und Mitgestaltung in größerem Maße entgegenkommen.

5. Zu Stilleübungen gibt es keinen festliegenden Kanon, der immer zu wiederholen wäre. Die Lehrer/innen sind frei in der Entwicklung eigener Möglichkeiten. Als Vorbilder können die Stilleübungen Maria Montessoris, die z.B. die Kinder in der Stille leise flüsternd zu sich ruft, und die Anregungen Hubertus Halbfas' dienen. Bei Halbfas stehen häufig Naturmaterialien im Mittelpunkt. Kleine Dinge werden ertastet, oder Gegenstände mit einer betonten Mitte werden bewußt betrachtet.

Hilfreich ist die Unterscheidung zwischen "kleinen" und "thematischen" Stilleübungen: "Kleine" Stilleübungen sind kurze Formen, die sich als regelmäßig wiederkehrender Teil des Schultags wiederholen lassen. "Thematische" Stilleübungen stehen in engerem Zusammenhang mit dem Unterrichtsthema und werden daher in jeder Klasse nur einmal geübt. Gerade diese Stilleübungen sind jedoch für phantasievolle Variationen und neue Erfindungen offen. Wer darauf achtet, wird immer neue Möglichkeiten finden, wie im eigenen Unterricht Phasen der Stille und Besinnung in enger Verbindung mit dem Unterrichtsthema Platz finden können. Zu jeder Art stellen wir nun abschließend ein Beispiel vor.

"Kleine" Stilleübung: Kerzenwunsch

Eine große Kerze, die man mit beiden Händen umfassen kann und die auf keinen Fall tropfen darf, steht in der Mitte und wird betrachtet. Sie strahlt Licht und Wärme aus. Je stiller der Kreis wird, desto weniger flackert die Flamme. Dann macht die Kerze ihre "Wunschrunde": Sie wird von Kind zu Kind herumgereicht, und jedes Kind sagt dazu seinem Nachbarn bzw. seiner Nachbarin, was es ihm oder ihr wünscht. Als ein Kind beginnt, sich für die guten Wünsche zu bedanken, ahmen andere Kinder dies nach.

Die Besonderheit dieser Stilleübung liegt in der Atmosphäre, die von einer brennenden Kerze ausgeht, und darin, daß hier jedes Kind individuell angesprochen wird. Flamme und Licht haben symbolische Bedeutung. Diese Stilleübung wurde in der Weihnachtszeit eingeführt, als über Licht und die Bedeutung des Lichts gesprochen wurde. Anfangs fällt den Kindern möglicherweise wenig ein, was sie ihren Mitschülern wünschen könnten. Wer keinen Wunsch findet, reicht die Kerze still weiter. Später wurde der Kerzenwunsch Teil der Geburtstagsfeier: Die Kerze steht vor dem Geburtstagskind. Wer ihm etwas wünschen will, reicht ihm die Kerze und sagt seinen Wunsch.

"Thematische" Stilleübung: Die Geschichte vom Zauberer

Zunächst wird die "Geschichte vom Zauberer" vorgelesen.

Mitten in Wiesen, umgeben von hohen Hecken, stand eine alte Burg aus Stein. Sie war ganz bewachsen mit Moos und Kletterpflanzen. In dieser Burg - nahe beim Wald - wohnt ein alter Zauberer. Den ganzen Winter über war er nicht zu sehen.

Doch im Frühling, sobald die ersten Sonnenstrahlen die Erde wärmten und die ersten Blüten und Kräuter wuchsen, sah man ihn durch die Wiesen und den Wald streifen. Vom frühen Morgen bis zum späten Abend konnte man ihn beobachten. Er tat seltsame Dinge. Mal bückte er sich herunter zu den Blumen und Kräutern, mal lag er gar auf dem Boden, mal streckte er seinen Zauberstab zu den Hecken, Bäumen und Sonnenstrahlen empor. Jedesmal murmelte er einen Zauberspruch und ließ dabei den Zauberstab über kleine, schwarze Büchsen gleiten. Dann wieder verschwand etwas in einer kleinen, schwarzen Büchse. Die Menschen wurden immer neugieriger. Endlich gingen ein paar Kinder zum Zauberer und fragten ihn, was er in den schwarzen Büchsen sammelte.

Wißt ihr, was er sammelte?

Er sammelte die Düfte. Und wenn der Winter kam, die Tage immer kürzer und kälter wurden, nahm er eine Büchse, öffnete diese - vielleicht eine vom Frühling - streckte seine Nase hinein, schloß die Augen und träumte von der Sonne, den Frühlingsblumen und den Farben. (Quelle unbekannt)

Nun kann eine kurze Besprechungsphase folgen. Danach hören die Kinder mit geschlossenen Augen Musik, z.B. Vivaldi, Die vier Jahreszeiten, Ludger Edelkötter, Leben, oder eine andere ruhige Musik. Jedes Kind bekommt ein schwarzes Döschen mit getrockneten Blüten, z.B. Rosenblätter, Veilchen oder Lavendel. Man kann die getrockneten Kräuter auch in kleine Servietten einbinden. (Dann den Serviettenbeutel kurz drücken, bevor man ihn dem Kind in die Hand legt; der Duft wird dadurch intensiver.) Bis die Musik zu Ende ist, erraten die Kinder, welche Blumen und Kräuter der Zauberer gesammelt hat und welche Erinnerungen diese Düfte in ihnen wach rufen. Die Kinder sollen träumen wie der Zauberer. In Anschluß berichten sie, was sie erlebt haben.

Bei Kindern empfiehlt es sich, Blüten und Kräuter zu verwenden, die leicht erkennbar sind. Erwachsene können auch an einem "Blütencocktail" schnuppern. Erwachsene werden von den Düften häufig in ihre Kindheit versetzt. Sie erinnern sich z.B. an den Kamillentee, den sie bei Krankheit zu trinken bekamen, oder an die Heuernten ihrer Kindheit.

6. Literaturhinweise:

Hubertus Halbfas, Religionsunterricht in der Grundschule, Lehrerhandbücher 1 bis 4, Düsseldorf: Patmos 1983ff.

Elisabeth Kühnberger, Die Erfahrung der Stille als Hilfe zur Bewältigung erzieherischer Aufgaben, Übungen der Meditation und Konzentration im Anfangsunterricht, in: Karlheinz Burk (Hrsg.), Kinder finden zu sich selbst - Diszi-

plin, Stille, Erfahrung, Beiträge zur Reform der Grundschule, Bd. 60, Frankfurt: Arbeitskreis Grundschule e.V. 1984.

Gabriele Faust-Siehl/Eva-Maria Bauer/Werner Baur/Uta Wallaschek, Stille entdecken - Stillwerden üben, Reihe Unterrichtspraxis: Grundschule, Frankfurt: Diesterweg, im Druck (Best.-Nr. 1482).

