

## **Impuls zur Meditations-Woche vom 21. bis 27. Oktober 2024**

### **Zitat:**

„Räume öffnen, damit ... Selbstbildung der Herzen stattfinden kann.“

### **Impuls:**

In einem bemerkenswerten Interview in der Sendung „Tag für Tag“ im Deutschlandfunk am 2. September hat der Jesuit Klaus Mertes bei der Besprechung seines neuen Buches „Herzensbildung – für eine Kultur der Menschlichkeit“ ein Plädoyer für die Stille gehalten. Als langjähriger Leiter von zwei bedeutenden Schulen wies er darauf hin, wie wichtig die Erfahrung der Stille gerade für junge Menschen sei und die Schule ein geeigneter Ort, diese einzuüben.

Auf die Frage, warum es gut sei, Stille zu halten, lautete seine Antwort: „Weil es uns möglich macht, nach innen zu hören.“ Stille sei ja nicht nur Stille, Stille sei die Einladung ins Hören. Das Schweigen und die Stille eröffneten dem Einzelnen den Raum, in denen er seine Gefühle, die er gerade habe, einfach haben zu dürfe. „Wir haben ja nie immer dieselben Gefühle, sondern jeder Mensch hat andere Gefühle.“ Das gelte insbesondere bei Trauer und emotionaler Anspannung. Worte dagegen hätten leicht etwas „Gewalttätiges“. - Der Wissenserwerb in der Schule sei stark von einem funktionalen pädagogischen Verständnis geprägt. Das heißt: Man vermittele ein bestimmtes Wissen, um damit bestimmte Haltungen zu produzieren. Als Beispiel nannte Pater Mertes den Antisemitismus: Wenn Kinder und Jugendliche darüber informiert würden, was an Schrecklichem in der Nazizeit geschehen ist, sei damit noch lange nicht garantiert, dass dieses Wissen dann auch tatsächlich zu der gewünschten Haltung führe.

Gerade auch in den Schulen gebe es zu wenig Raum für Entschleunigung und Reflexion; es gebe dort einen „irrsinnigen Zeitdruck“. Stattdessen, so sagt Mertes: „Wenn Sie jungen Menschen helfen wollen, zu sich selbst zu finden, dann müssen Sie ihnen Zeit lassen.“ Das bedeute konkret, zunächst einmal zu schweigen. Die Antwort auf die Frage „Wie haben Schüler reagiert, wenn sie Stille geübt haben?“ kam in dem Interview sehr schnell und klar: „Ganz positiv, total positiv.“ Allerdings sei das Ergebnis von Herzensbildung nicht planbar, sie laufe nie direkt: Ein ehemaliger Schüler habe ihm gesagt, dass die wichtigste Schulung für seinen erfolgreichen Weg als Unternehmer war, dass er im Schul-Orchester gespielt habe. Hätte er aber gespielt, um ein guter Konzernchef zu werden, so hätte er diese Fähigkeiten nie erlangt.

Was muss also geschehen? Letztlich gar nicht so viel: „Es ist eine reine Frage der Einübung und der Ritualisierung“, sagt Pater Mertes, z. B. „ganz einfach jeden Unterricht mit 10 Sekunden Stille beginnen, jeden Unterricht mit einer halben Minute ... Stille beenden...“

### **Überleitung in die Stille:**

Wenn ein erfahrener Pädagoge und Seelsorger beim Thema „Herzensbildung“ so deutlich die große Bedeutung der Stille hervorhebt, können wir getrost davon ausgehen, dass unsere Zeit meditativer Stille, in die wie absichtslos eintreten, um nur auf unser Mantra zu hören, ebenfalls positive Wirkungen zur Folge haben kann; vielleicht nicht, wie wir uns das wünschen, aber es eröffnen sich neue Horizonte, die uns zu uns selbst und zum Anderen führen.

Ma-ra-na-tha – komm, Herr...