

Auch die Seele ist hungrig

In einer Zeit der Beschleunigung steigt das Bedürfnis nach Ruhe, auch bei Kindern. Ein Plädoyer gegen den Druck der Pädagogik und für die Lust an den einfachen Dingen.

Von Wolfgang Pelzer*

Wir leben in einer Zeit zunehmender Beschleunigung: Alles ist fortwährend im Wandel begriffen. Nichts hat Bestand. Was heute gilt, gilt morgen schon nicht mehr. In einem rasenden Tempo zieht die Welt an uns vorbei, wandeln sich innere und äussere Verhältnisse, Ansichten, Meinungen, Trends, Anforderungen, Ansprüche und Moden. Allein die Informationsflut, die auf uns, Kinder und Erwachsene, täglich einströmt, wäre für einen Menschen aus der Jungsteinzeit (das ist gerade mal 10 000 Jahre her) Stoff für ein ganzes Leben gewesen.

Nichts geht schnell genug. Alles könnte schneller gehen. Von diesem Gesetz sind alle Lebensverhältnisse beherrscht. Es ist das Gesetz der modernen Welt, die in einem Wirbel zunehmender Beschleunigung zu stehen scheint. Messen, wiegen, berechnen, kalkulieren, optimieren, reduzieren, mehr, noch mehr, schneller, immer schneller, besser, immer besser: Die technische Vernunft läuft auf Hochtouren, und es hat den Anschein, als sei sie inzwischen heiss gelaufen. Wer in diesem Wirbelsturm langsam ist, kommt unter die Räder.

McDonald's-Prinzip

Ein Brief, der vor 100 Jahren noch tagelang, nein: wochenlang unterwegs war, ist heute per Mausclick beim Empfänger. Für eine Reise, die vor 200 Jahren noch Wochen in Anspruch nahm, braucht man heute ein paar Stunden. Um einen Raum zu heizen, drehen wir am Heizungsknopf, und das Anfachen des Feuers - eine mühsame und Zeit raubende Tätigkeit - hat sich einfach erledigt. Auf allen Ebenen dominiert das McDonald's-Prinzip: schnell, lecker, billig, einfach.

Es ist kein Zufall, dass eines der grossen Themen in der Pädagogik heute das Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom ist. ADS oder ADHS oder (etwas umständlicher in der Formulierung) ADS mit Hyperaktivität oder ADS ohne Hyperaktivität - die Verständigung in Abkürzungen signalisiert bereits eine Variante der Beschleunigung: Man hört drei, vier Buchstaben und weiss Bescheid. Dass die Verhältnisse hyperaktiv sind, die Welt, in der Kinder heute gross werden, kommt merkwürdigerweise in der Diskussion um ADS kaum vor. Auf der Suche nach schnellen Lösungen hat die Pharmaindustrie inzwischen eine Monopolstellung und bietet eine ganze Palette von Lösungsmöglichkeiten an, die die Illusion nähren, zur Ruhe zu kommen sei lediglich eine Sache von ein paar Medikamenten am Tag.

Dass in diesem Beschleunigungswahn, in den wir alle irgendwie verwickelt sind, etwas fehlt, auf der Strecke bleibt, verkümmert, ist eine Erfahrung, die viele Menschen, auch und vor allem Kinder, heute machen. Im Inneren macht sich die allgemeine, diffuse Unruhe und Rastlosigkeit bemerkbar und sucht sich Stellen im Körper, an denen sie zum Ausbruch kommt. Wir spüren sie: hautnah, herznah, im Magen, in den Beinen und Armen, im Kopf. Bei allen Erleichterungen, die die moderne Welt zu bieten hat (die Menschen hatten noch nie so viel Zeit wie heute!), sind wir in das grosse Räderwerk der Weltbeschleunigung eingespannt, jeder auf seine Weise und jeder an seinem Platz. Und unerbittlich fordert die moderne Welt ihren Tribut für die Segnungen, die sie zuteil werden lässt.

Es gehört heute eine besondere Anstrengung dazu, sich von dem allgemeinen Beschleunigungswahn des modernen Lebens nicht vollständig vereinnahmen zu lassen und sich dem Gesetz des rastlosen Produktions- und Konsumzwangs nicht vollständig zu unterwerfen. Wir ahnen, dass Haben-Wollen immer nur Mehrhaben-Wollen bedeutet, ein unersättliches Lebensprinzip, das nur in einer tiefen Leere enden kann. Die Orientierung im Aussen erzeugt auf Dauer eine Lebensfassade, die hauchdünn und brüchig ist und bei jeder Belastung schnell einstürzen kann. Die durch und durch auf den Nutzen und den Verbrauch ausgerichtete moderne Welt verleitet geradezu zur Aussenorientierung: Was zählt, ist die Erscheinung, das Aussehen, die Oberfläche, die Klamotten, das Geld, das Event. Schon Kinder im Kindergartenalter sind auf diese Aussenorientierung geeicht.

Depression mit 12 Jahren

Sie wird verstärkt durch eine Überpädagogisierung der kindlichen Lebenswelt. Was Kindern heute abverlangt wird, ist mitunter schon grotesk. Es hat wohl noch nie einen solchen Erziehungs-Boom gegeben wie in den letzten fünf Jahrzehnten. Polemisch gesagt: Es gibt - vom Küsschen bis zur Englandreise - nichts, was nicht irgendwie «pädagogisch relevant» wäre. Alles hat Bezug auf das Ideal der optimalen Entwicklung, und

selbst die Liebe ist - wie Max Horkheimer einmal sagte - Bestandteil der pädagogischen Hygiene geworden: mit fünf Altchinesisch, mit sechs Klavierunterricht, mit sieben in die Ballettstunde, mit acht Powersport, mit neun erste Anzeichen eines depressiven Verhaltens, mit zwölf eine ausgewachsene Depression.

Es ist schwer geworden, vor allem im Zusammenleben mit Kindern, von Grund auf innezuhalten, zur Ruhe zu kommen und das Gewicht des Lebens wirklich zu spüren. Ich meine damit zunächst einmal uns Erwachsene. Herauszutreten aus dem Eingespanntsein in die Arbeitswelt, aus den Zwängen einer wie auch immer motivierten Daueraktivität, zur Besinnung zu kommen und zu einer Kraft und Stärke zu gelangen, die nicht im Fitness-Studio antrainiert werden kann: Dazu bedarf es einer Anstrengung, nachdem für viele Menschen religiöse Formen einfach verblasst sind und ihre Wirkkraft verloren haben. Die Religion war - ganz grob gesprochen - die grosse Möglichkeit, aus dem Tagesgeschehen herauszutreten, den Kopf zu heben und sich (wenigstens einmal in der Woche) als Mensch, nicht als Arbeitstier, als Aktionskünstler, als Freizeitmanager zu fühlen.

Betrachten können, hören können, gehen können, sich bewegen können, atmen können. Müssen wir alles von Grund auf neu lernen? Die Faszination, die von den einfachen Meditationsformen buddhistischer Mönche ausgeht, spricht eine deutliche Sprache. Sie leben vor, dass es möglich ist, inmitten dieser verrückten, turbulenten, rasend gewordenen Welt, sich vom Gesetz des modernen Weltgeschehens nicht vereinnahmen zu lassen und zu einer gesteigerten Aufmerksamkeit zu gelangen, aus der so etwas wie Weltbegegnung erst wachsen kann.

Abspecken

Wir sind permanent in «action» und sehnen uns nach Stille. Wir treiben im wilden Fluss des «modern life» und suchen eine Insel, an der man vorübergehend anlegen kann. Wir sind überfüttert und niemals satt. Wir wissen, wissen ganz genau, dass wir vom Brot allein nicht leben können und die Fleischtöpfe dieser gigantischen Konsummaschinerie nichts anderes herstellen als eine grosse Übersättigung.

Im Ernst: Ich plädiere für das grosse Abspecken, in jeder Form und in jeder Hinsicht. Das ist vor allem im Zusammenleben mit Kindern wichtig.

Einfache Rituale zum Beispiel, an die sich Kinder übrigens schnell gewöhnen können, helfen den Tag zu gliedern: Innehalten, Anhalten, Bewusstwerden einfacher, ganz einfacher Lebensvollzüge, Schulung der Sinne, Schulung eines intensiven Selbstgefühls, und das alles ohne grossartige «Pädagogik». Pädagogik versaut mitunter die beste Absicht, und ich wäre gründlich missverstanden, wenn ich einer esoterischen Richtung das Wort rede, die nun im Land der Pädagogik Einzug hält. Natürlich ist es wichtig, etwas von Meditation zu verstehen und sie womöglich selbst zu praktizieren, aber sie anderen, Kindern, beizubringen oder zu «vermitteln», ist schon schief und falsch. Einfache Rituale sind am besten, wenn sie aus dem Lebenszusammenhang erfunden werden.

Mich hat einmal eine Lehrerin sehr beeindruckt, die eine ganz normale Grundschulklasse unterrichtete, in der also Kinder sassen, die - mehr oder weniger - mit allen Problemen dieser Zeit beladen waren: ruhige und unruhige, wüste und sanfte, aggressive und friedliche, lernbegeisterte und lernunwillige, so wie eben eine Klasse ist. Wurde es der Lehrerin im Klassenraum zu laut, nahm sie eine Triangel, läutete einmal, und ganz schnell wurde es still. Was mich vor allem daran begeisterte, war die scheinbare Anstrengungslosigkeit, mit der Stille hergestellt wurde.

Nun gelingt das nicht von heute auf morgen. Die Kinder brauchten Zeit, um sich an den Klang der Triangel und an die Bedeutung dieses Klangs zu gewöhnen und sich dann anders zu verhalten.

Der Leistungsgedanke zieht inzwischen in die Kindergartenpädagogik ein. Am liebsten würde der eine oder andere Bildungsministerialbeamte den Kindergarten schlicht und einfach in eine Vorschule verwandeln, am besten mit Englisch als Umgangssprache. Kinder lernen ja bekanntlich so schnell Fremdsprachen. Wie dem auch sei: Viele Kinder können einfach nicht spielen. Und wie wichtig ist das: wirklich spielen zu können, dauerhaft spielen zu können. Es gibt eine ganze Reihe von Erwachsenen, die das nicht können und im fortgeschrittenen Alter erst feststellen, dass ihre Fähigkeit zu spielen nicht ganz abgestorben ist.

Als dritten unverzichtbaren Baustein nenne ich Sport. Kinder brauchen Bewegung, auch das muss nicht grossartig pädagogisch legitimiert und entwickelt werden. Wie schön kann es sein, mit Kindern in den Wald zu gehen, sie einfach rennen und sie einmal Lust an ihrer Bewegung erfahren zu lassen.

Lust

Überhaupt Lust. Das Wort ist so furchtbar eng geworden, dass ich mich hüten muss, wenn ich es hier gebrauche. Die Bedeutung ist kläglich zusammengeschrumpft auf das unerschöpfliche Reich der Sexualität. Wenn von Lust die Rede ist, ist von Sex die Rede. Aber gibt es nicht eine Lust auf Musik, auf Bilder, auf schöne und geistreiche Texte, auf erlebnisvolles Essen, auf Gespräche, auf Stille, auf Klarheit? Ich lasse mir nicht einreden, dass das alles nur sublimierte Formen der Sexualität seien. Und wer mit Kindern zu tun hat, weiss, dass sie diese Lust noch haben. Wie gerne hören Kinder zu, wenn ihnen jemand etwas vorliest! Er herrscht Stille, und das ist keine Übung in Sachen Aufmerksamkeitstraining, sondern Wirklichkeit. Wie gerne wollen Kinder singen! Auch das setzt hohe Aufmerksamkeit voraus. Aber auch sie stellt sich ein, wenn gesungen wird.

Es liesse sich so fortfahren. In einer Zeit der Sexualisierung der Wirklichkeit wird einem die Lust ausgetrieben. Dagegen hilft nur eines: das zu kultivieren und weiterzugeben, was man im Laufe seines Leben von Grund auf lieben gelernt hat.

Vor allem Kindergärtnerinnen werden heute laufend bombardiert mit den neusten Trends aus den pädagogischen Theorie-Labors. Man muss sich davon nicht verrückt machen lassen. Es liegt im Wesen dieser Zeit: Was heute gilt, gilt morgen schon nicht mehr, und die Theorielaboranten müssen sich permanent etwas Neues einfallen lassen, um diesem Gesetz zu entsprechen. (Es wäre zweifellos interessant, die pädagogische Heilslyrik von heute in den nächsten Jahren daraufhin zu überprüfen, wie lange die allerneusten Trends Bestand haben.)

Um mir nicht den Vorwurf einer vereinfachenden Romantik einzuhandeln: Ich weiss, wie schwer es ist, am Montag eine Kindergruppe zu führen, deren Mitglieder zum Teil ein turbulentes bis chaotisches Wochenende hinter sich haben. Manche Kinder haben die freien Tage am PC verbracht, bis der Kopf viereckig wurde. Manche jagten von Termin zu Termin. Manche guckten eine DVD nach der anderen. Manche verbrachten die freien Stunden in den Konsum- und Freizeitempeln, die allen offen stehen, wenn man das nötige Kleingeld in der Tasche hat. Manche wissen gar nicht, was sie am Wochenende gemacht haben. Manche wiederum hatten reiche Erlebnisse. Aber wie dem auch sei: Es gibt viele Gelegenheiten (auch am Montag), die zu nutzen wären, damit Kinder zur Ruhe kommen können. Und wenn jemand etwas von Kindermeditation versteht: Warum nicht? Eine unaufdringliche Praxis der Kindermeditation kann kleine Wunder bewirken.

Schweigen

Eines jedoch ist sicher: Wenn wir Erwachsenen selbst zur Ruhe gekommen sind, wenn wir die Anstrengung auf uns genommen haben, uns selbst zu sammeln, uns unserer inneren Kraft bewusst zu werden, kann sich so etwas ereignen wie eine positive Infektion. Ruhe löst Ruhe aus, und Schweigen ist nicht immer bedrückend. Innerer Frieden, sagt der Dalai Lama, kommt nicht durch äussere Faktoren zu Stande. Und einen Arzt danach zu fragen, wäre müssig - mehr als ein Antidepressivum oder ein Schlafmittel könnte er uns nicht anbieten. Das gilt umso mehr für Kinder: Auch sie gelangen nicht zu einem inneren Frieden, wenn man ihnen Äusserliches anbietet. Die Seele ist hungrig, nicht nur der Magen.

* Der Autor ist Publizist und Erzieher am Internat Fredeburg im Hochsauerland in Deutschland und Vater von vier Kindern.