

# ANTI - OKKULTISMUS - INFO

Nr. 5/2000

EIN INFORMATIONSDIENST DES FAITH • CENTER • HANNOVER

## Stille – Stille Zeit – Stilleübungen

### Vorbemerkung

Vergleicht man die Situation in den Schulen mit den 50er oder 60er Jahren, dann fällt vor allem auf, daß unsere Kinder völlig unkonzentriert, unruhig, nervös und laut sind; sie sind außer Rand und Band und kaum noch zu bändigen. In der Regel wird den Eltern oder dem Fernsehverhalten der Kinder die Schuld gegeben. Was immer die Ursache sein mag, die Schule reagiert mit sog. Stilleübungen. Sie sollen die Kinder zur Ruhe bringen, stillwerden lassen, die Konzentration und die Lern- und Leistungsbereitschaft fördern. Doch sind Stilleübungen tatsächlich das richtige Mittel? Sind Stilleübungen wirklich nur harmlose und pädagogisch anerkannte Unterrichtshilfen, oder sind die Stilleübungen im Unterricht öffentlicher Schulen in Wirklichkeit

etwas ganz anderes als sie vorgeben?

Auch im Christentum breiten sich Stilleübungen in der Form der Stillen Zeit aus. Damit stellt sich auch hier die Frage nach dem biblisch korrekten Verständnis der Stillen Zeit.

### I. Zum Begriff der Stille

Der Begriff der Stille hat mehrere Aspekte: Äußere Stille ist ein Zustand absoluter Ruhe oder Geräuschlosigkeit; das Ohr vernimmt keine akustischen Reize; körperliche Stille ist ein Zustand der Ruhe oder Bewegungslosigkeit des Körpers; Gedankenstille ein Zustand der absoluten Ruhe oder Bewegungslosigkeit des Geistes, der Geist, der Verstand, das Denken und Nachdenken, die Gedankentätigkeit des Geistes ist in Ruhe, ist

abgeschaltet und arbeitet nicht.

### II. Stilleübungen in den Schulen

Eine Durchsicht der einschlägigen Literatur zeigt, daß die in den Schulen üblich gewordenen Stilleübungen ein Sammelbegriff für eine Fülle völlig neuer und den Eltern meist unbekannter Übungen sind: Dazu gehören zum Beispiel

- Rituale, insbesondere Kreis- und Kerzenrituale
- das Mandalamalen
- Entspannungs- und Atemübungen (Autogenes Training)
- Visualisierungsübungen und Fantasiereisen
- Konzentrations- und Wahrnehmungsübungen (z. B. nach M. Montessori)
- Meditation und Yoga

- Körper- und Massageübungen
- Besuche bei Fabelwesen, Zauberern, Schutzhüterzwerge, Blumenelfen, Osterhasen... (vgl. Buchner, „Stillsein ist lernbar“ u. v. m.)

Im eigentlichen Sinne sind Stilleübungen – wie schon der Name sagt – Übungen die äußere, körperliche und/oder gedankliche Stille anstreben (sollen).

Damit stellt sich die Frage: Woher kommen diese Stille-Übungen und welchen Zweck verfolgen sie? Sind sie wirklich nur harmlose Unterrichtshilfen, die die Kinder zur Ruhe bringen sollen, oder verfolgen Stilleübungen einen ganz anderen, außerpädagogischen Zweck? Diese Frage läßt sich nur dann angemessen beantworten, wenn wir interdisziplinär vorgehen und die Literatur anderer Wissenschaftsbereiche heranziehen, insbesondere die religiöse Literatur aus dem Fernen Osten, aus den Lehren und Religionen des Hinduismus, Buddhismus und Zen-Buddhismus.

### III. Die geistigen Grundlagen

#### a). Hinduismus

Eine Durchsicht der einschlägigen Literatur zeigt, daß alle Formen fernöstlicher Meditation Ruhe, Stille und Leere des Geistes anstreben. So heißt es zum Beispiel in

der Bhagavad-Gita, der Heiligen Schrift der Hindus: „Sprunghaft ist das Denken... aufgewühlt... Es scheint genauso schwierig niederzuhalten wie der Wind. Ohne Zweifel ist das Denken schwer niederzuhalten und sprunghaft... Durch Übung aber und Gelassenheit wird es gebändigt...“ (Gita 6, 33 ff, Shankara-Fassung)

„Höchste Glückseligkeit wird dem Yogi zuteil, dessen Denken zur Ruhe gekommen ist...“ (Gita, 6,27)

Das Mittel, diese Ruhe, Stille oder Leere des Geistes herzustellen, ist die (fernöstliche) Meditation, der „Yoga der Meditation“. Dazu soll der (indische) Yogi

- einen ruhigen Ort aufsuchen
- es sich bequem machen
- die Sinneswahrnehmung der Außenwelt abschalten, die fünf Tore der Sinneswahrnehmung schließen
- das Denken und Nachdenken, den Verstand und die Gedankentätigkeit abschalten
- alle Wünsche und Begierden, alle Formen der Bewertung und Beurteilung aufgeben
- eine Haltung des absoluten Gleichmuts und der Nichtanhaftung an die Welt entwickeln. Zugleich soll er seinen Blick, seine Aufmerksamkeit oder Konzentration auf die

Nasenwurzel oder Nasenspitze, auf Krisna, Gott, das Selbst, den Höchsten oder nach innen lenken. (vgl. Gita, 5/27; 6/4, 14, 20, 27)

Kurz: „Stilleübungen“ sind in Wirklichkeit jahrtausendealte religiöse Praktiken, die mit „Krisna“ oder „Gott“ verbinden und die zur Erlösung aus dem unendlichen und leidvollen Kreislauf der Wiedergeburten führen sollen. Wenn nichts, aber auch gar nichts den Geist berührt, keine äußeren und keine inneren Reize, keine Wünsche, Begierden oder störende Gedanken, wenn der Geist völlig ruhig, still und leer ist, dann öffnet sich die Tür zur Transzendenz, dann sind transzendente Erfahrungen möglich.

#### b) Buddhismus

Auch im Buddhismus zielt Meditation auf Ruhe, Stille oder Leere des Geistes. Dazu soll wiederum die Sinneswahrnehmung, das Denken und Nachdenken, der Verstand und die Gedankentätigkeit abgeschaltet werden und die Aufmerksamkeit oder Konzentration des Geistes (das ist "Achtsamkeit", die in vielen Schulen gelehrt wird) auf einen "Punkt", den Atem, einen Gedanken, ein Gefühl, einen buddhistischen Lehrsatz, ein inneres Bild (eine Visualisierung) oder eine Eigenschaft Buddhas gerichtet werden.

Im Buddhismus dient Meditation vor allem der Ausbildung göttlicher

Tugenden (universale Liebe, Gewaltlosigkeit und Nichtanhaftung), aber auch der Erlösung, Erleuchtung und Befreiung vom ewigen und leidvollen Kreislauf der Wiedergeburten und dem Vergehen im Nirwana.

### c) Zen-Buddhismus

Eine ähnliche Rolle spielt die Meditation im Zen-Buddhismus. Auch hier soll Meditation wiederum zu einem Zustand der Ruhe, Stille und Leere des Geistes führen. Dazu sollen die Sinneswahrnehmung, das Denken und Nachdenken, der Verstand und die Gedankentätigkeit abgeschaltet werden. Hilfsmittel sind zum Beispiel das (sinnlose) Starren auf eine Wand, die gedankliche Konzentration auf ein (sinnloses) Koan (das ist ei! unlösbares Rätsel), auf das Nichts, die Leere, einen Sinnesreiz (so zum Beispiel auf ein Geräusch oder einen Geruch), auf ein Mantra (die Silbe OM) usw. Auch hier sind „Stilleübungen des Geistes“ kein Selbstzweck, sondern Mittel zum Zwecke transzendentaler Erfahrungen (des Satori, der Erfahrung der angeblichen Einheit allen Seins, von Subjekt und Objekt): Enomiya-Lasalle („Zen-Meditation“), eine absolute Autorität auf dem Gebiet der Zen-Meditation, macht klar, daß Stilleübungen mit Kindern in Wirklichkeit eine

Form der Zen-Meditation und damit eine religiöse Praktik sind (vgl. S. 114), und er macht auch deutlich, daß diese geistigen Übungen nicht ungefährlich sind: Nach seiner Erfahrung gibt es „Zen-Krankheiten“. Außerdem kann man während der Meditation, der Stille des Geistes, unter Umständen „wilde Tiere“ oder „Gestalten“, Horrorvisionen und Horrorwesen aus der „Welt der Geister“ sehen oder ihre „Stimmen hören“! Auf diese Erscheinungen – so der Rat des Zen-Meisters – soll man sich „auf keinen Fall einlassen“ (vgl. S. 47 f). Bleibt nur die Frage, warum man sich überhaupt auf derart unsinnige und gefährliche Praktiken einlassen soll, und warum ausgerechnet kleine Kinder in der Grundschule derartige Erfahrungen machen sollen.

### d) Mystik/Esoterik

In einem weitverbreiteten Mystik- oder Esoterik-Buch von Riemkasten („Einkehr in die heilende Stille“) wird dem Leser gezeigt, wie man „Gottes Stimme“ hören kann. Dazu soll man einen ruhigen Ort aufsuchen, die Sinneswahrnehmung abschalten, die Augen schließen, die Aufmerksamkeit „nach innen“ richten, den Geist zur Ruhe bringen, stillwerden lassen und leermachen, den Verstand, das Denken und die Gedankentätigkeit

abschalten und den Geist auf einen „Punkt“ (den Atem) konzentrieren (vgl. S. 47 ff). Wenn man dies tut – so heißt es – kann man die „Stimme Gottes“ in der Stille hören...

Das gleiche Setting empfiehlt die Esoterikerin Sylvia Walliman („Das Übungsbuch“): Man soll einen ruhigen Ort aufsuchen, es sich bequem machen, entspannen, die Wahrnehmung der Außenwelt abschalten, die Augen schließen, den Geist zur Ruhe bringen, stillwerden lassen und leermachen, den Geist auf einen „Punkt“ konzentrieren (eine Kerzenflamme, den Atem...) Wer dies tut – so verheißt sie – der kann mit „Engeln“ oder „geistigen Helfern“ Kontakt aufnehmen (vgl. S. 44 ff, 54 ff, 60, 76 ff, 92, 138).

### e) Magie- und Hexenliteratur

„Stilleübungen“ spielen eine hervorragende Rolle in der Magie, Hexerei und Zauberei. Nach Ulrich („Von Carlos Castaneda...“) – einem Magie-Experten – sind sowohl die Gedankenstille (das Nichtdenken) als auch die Konzentration des Geistes auf einen Punkt zentrale Werkzeuge der Magie (vgl. S. 30, 32, 134 ff). Und die Hexen offenbaren: „Aus der Stille kommen die Bilder und Stimmen... diese Bilder und Stimmen wahrzunehmen, ihnen Raum zu geben. Auf sie zu

hören. Zu tun, was wir sollen, zu werden, was wir sind.“ (Malanowsky/Köhle, Hexenkraft, S. 233)

#### f) Christentum

In der Stille eine „weise Stimme“, die „Stimme Gottes“ hören, das wollen auch viele Christen. Das schriftlich fixierte Wort Gottes, das sie kaum noch kennen, reicht ihnen offensichtlich nicht aus. Sie wollen und suchen Sonderoffenbarungen, „Gott“ soll und muß persönlich mit ihnen sprechen. Um die „Stimme Gottes“ zu hören, empfiehlt zum Beispiel der Charismatiker Bill Hybels („Aufbruch zur Stille“) folgendes Setting: Einen ruhigen Ort aufsuchen, Ruhe und Stille des Geistes anstreben, das Denken und die Gedankentätigkeit abschalten, sich auf „Gott“ konzentrieren (vgl. S. 109 ff). In der Stille kann man dann (angeblich) die Stimme Gottes hören.

#### g) Yoga im Christentum

Nach vorliegenden Beobachtungen und Berichten (so z. B. auch in der Presse) benutzen viele Gläubige, aber auch Pastoren und vor allem Pastorinnen die Praktiken des Yoga, um die „Stimme Gottes“ zu hören. Dazu gehen sie „in die Stille“, an einen stillen Ort, in den Lotussitz, sie schließen die Augen, sie schalten die Sinneswahrnehmung, das Denken und die Verstandestätigkeit ab, sie

konzentrieren ihren Geist auf den Atem oder anderes. In der Stille vernehmen sie dann die „Stimme Gottes“, die ihnen Bibeldverse auslegt und Predigtthemen oder gar –texte vorgibt.

Andere Gemeinden und Gemeinschaften gehen beim sog. Lobpreis oder im Gebet „in die Stille“, sie schließen die Augen und warten auf Visionen oder Auditionen, auf innere Bilder oder innere Stimmen, die sie und die Gemeinde führen und leiten sollen.

#### IV. Biblische Sicht

Die ausgewählte Literatur macht deutlich, daß Stilleübungen in Wirklichkeit religiöse Übungen sind. Sie öffnen die Tür zur Transzendenz und vermitteln transzendente oder spirituelle Erfahrungen. Aus biblischer Sicht öffnet sich „in der Stille“ immer nur die Tür zum Reich und zu den Mächten der Finsternis. Die Schrift sagt ausdrücklich, daß wir „unser Haus“, d. h. unseren Geist nicht leerlassen oder leermachen sollen, weil andernfalls böse Geister und Dämonen in uns, in unser Haus eindringen und es in Besitz nehmen können (vgl. Mt 12, 43 ff). Wie die Schrift zeigt, sind die Mächte der Finsternis böse und unbarmherzig; sie kommen immer nur, um zu stehlen, zu zerstören und zu töten (Joh 10,10). Von diesen Mächten ist nichts Gutes

zu erwarten. Das zeigen auch die vielen warnenden Hinweise in der Meditationsliteratur.

Die Schrift fordert das gerade Gegenteil: Wir sollen den Geist mit dem Wort Gottes füllen. Das Wort Gottes findet sich einzig und allein in der Schrift. Und die Schrift warnt davor, zusätzliche Erkenntnisquellen anzuzapfen (vgl. Off 22, 18). In der Zeit des Neuen Testaments haben wir das Wort Gottes in der Schrift. Gott spricht zu uns allein durch sein WORT.

Wer andere Formen der (Trans-)Kommunikation mit unsichtbaren Welten und Mächten wählt, wird letztlich mit Gottes Widersacher verbunden. Wer die Tür zur Transzendenz nach seinem Willen und zu seiner Zeit öffnet, öffnet immer die falsche Tür. Selbst in der Zeit des Alten Testaments und in der Zeit Jesus', seiner Jünger und der Apostel gingen alle Visionen immer nur und nur von Gott aus. Es gibt keinen einzigen Hinweis, daß Gottes Auserwählte „in die Stille“ gingen, um göttlich Visionen zu empfangen oder Gottes Stimme zu hören: Nicht einmal der Herr Jesus selbst konnte dem Vater Zeit und Ort einer göttlichen Offenbarung diktieren.

Es ist völlig absurd zu behaupten, der Herr selbst wäre in die Stille gegangen, um Gottes Stimme zu hören. Die Bibel berichtet lediglich, daß der Herr an einen stillen Ort

ging (also äußere Stille suchte), „betete und sprach“ (Mt 26, 39). Sie sagt keinesfalls, daß Jesus Gedankenstille, also Stille oder Leere des Geistes mit Hilfe mentaler Techniken anstrebte und auf göttliche Offenbarungen in Form von inneren Bildern oder inneren Stimmen (Visionen oder Auditionen) wartete.

## V. Fazit

Stilleübungen, die Ruhe, Stille oder Leere des Geistes anstreben, die die Sinneswahrnehmung, das Denken, den Verstand und die Gedankentätigkeit ab- oder ausschalten, sind keine harmlosen Unterrichts- oder Lernhilfen, keine modernen pädagogischen Konzepte, sondern uralte, religiöse, fremdreligiöse oder gar magische Praktiken, die die Tür zu unsichtbaren Welten und Mächten öffnen – wie immer diese heißen mögen.

Daß es sich bei den sog. Stilleübungen in Wirklichkeit um religiöse Praktiken handelt, die im Unterricht öffentlicher Schulen selbstverständlich nichts zu suchen haben, wird von den Behörden erstaunlich offen zugegeben. So verweist z. B. „schulintern“ (11/1994) auf den Religionspädagogen H. Halbfass, einen der Väter der Stilleübungen: „In Anlehnung an die Tradition der Mönche und östliche

Weiheit (!) ist für ihn die Stille... der Weg zu Gott.“ Aus biblischer Sicht handelt es sich jedoch keinesfalls um "Wege zu Gott", sondern um okkulte Praktiken, die die Tür zum Reich der Finsternis öffnen und die Kinder mit den Mächten der Finsternis in Kontakt bringen. Die Bibel, die Heilige Schrift der Christen, verbietet diese Kontakte.

Somit werden Kinder christlicher Familien von den Lehrern gezwungen, gegen ihren Glauben zu handeln. Das heißt: „Stilleübungen“ verstoßen gegen

- den christlichen Glauben und das Wort Gottes
- die Glaubens-, Gewissens- und Religionsfreiheit
- die Pflicht des Staates zur Neutralität in weltanschaulich-religiösen Dingen (weil sie den Kindern der staatlichen Pflichtschulen die Lehren und Praktiken fremder Religionen aufzwingen)
- diverse Landesverfassungen und Schulgesetze (Ehrfurcht vor Gott, Basis des christlichen Glaubens)
- die Menschen- und Persönlichkeitsrechte der Kinder, (weil sie den Willen und Verstand der Kinder ausschalten und in veränderte, tranceartige Bewußtseinszustände führen)

- gegen den Diensteid und die Dienstpflicht der Lehrer (was normalerweise Disziplinarverfahren nach sich zieht).

## VI. Empfehlung

Halten Sie sich und Ihre Kinder fern von sog. Stilleübungen. Es gibt keinen Grund die Unkonzentriertheit der Kinder zum Anlaß zu nehmen, ihnen höchst zweifelhafte und gesundheitsgefährdende Praktiken aus den Lehren und Religionen des Fernen Osten, der Magie und des Hexentums aufzudrängen.

Wenden Sie sich mit aller Schärfe gegen den Vorwurf der Lehrer, Behörden und Medien, die Eltern und das Fernsehverhalten der Kinder seien Schuld an der zu beobachtenden Nervosität und Unkonzentriertheit.

© Prof. Dr. R. Franzke (Erziehungswissenschaftler und Bildungsforscher)

Bezugsadresse:  
**Faith•Center•Hannover**,  
Wunstorfer Str. 57,  
30453 Hannover  
FON/FAX: 0511/211 00 40

Spendenkonto:  
**Faith•Center•Hannover**,  
Kto.-Nr. 327 27 194  
Stadtsparkasse Hannover  
BLZ 250 501 80