

# Suggestopädie

## Ein neues Lehr- und Lernkonzept?

Prof. Dr. Reinhard Franzke

### Vorbemerkung

Es gibt kaum einen Bereich, der einem so schnellen Wandel unterworfen ist wie die Schulpädagogik und Didaktik. Ständig werden immer neue, zuvor völlig unbekannte Lern- und Unterrichtskonzepte auf den Markt geworfen, so z. B. auch von den Kulturministerien. Sie wollen die Schule und den Schulunterricht revolutionieren. Nichts soll so sein, wie es einmal war. Inzwischen finden sich im Internet eine Fülle nicht mehr überschaubarer Konzepte, die zuweilen höchst zweifelhaften Charakter haben. Dazu gehören vor allem die Seiten des Hessischen Kultusministeriums, die die Lehrerbildung und den Schulunterricht nachhaltig beeinflussen und verändern sollen. Besonders problematisch ist die Tatsache, dass die neuen Praktiken kaum noch überprüft und hinterfragt werden. Niemand fragt nach der Wissenschaftlichkeit, nach den Risiken und Nebenwirkungen, nach der Rechtsverträglichkeit der neuen Praktiken, auch und gerade wenn sie aus höchst dubiosen (esoterischen) Kontexten kommen. Das gilt auch für die Suggestopädie, die nach dem Willen des Hessischen Kultusministeriums in die Regelschulen eingeführt werden soll (Hessisches Kultusministerium/schuleundgesundheits.de / Baustein Suggestopädie). Vor diesem Hintergrund sollen hier die Ziele und Grundtechniken, die Risiken und Nebenwirkungen, die Grundlagen und Hintergründe der Suggestopädie untersucht werden.

Suggestopädisches Lernen ist ein radikal neues Konzept des Unterrichtens und Lernens. Angeblich kann suggestopädischer Unterricht das Lernen beschleunigen, die Effektivität und Produktivität des Lernens drastisch steigern, unter Umständen um das Dreifache. Angeblich können die Schüler in weniger Zeit wesentlich mehr lernen und den Stoff besser bzw. länger behalten, angeblich lernt man hier ohne Druck, Stress und Anstrengung – ein Traum für die heutige Generation der Eltern, Lehrer, Studenten und Schüler, für die Lernen ein Übel, eine Qual und Stress ist, weil es ihnen die Medien und Pädagogen ständig einhämmern. Wie sieht nun der suggestopädische Unterricht aus, wie ihn das Hessische Kultusministerium wünscht?

### Das Konzept

Nach Auffassung des Ministeriums werden vier Phasen des Unterrichtens und Lernens unterschieden:

- das Präludium
- die Konzertphase
- die Aktivierungsphase und

- die Integrationsphase.

Bevor der Unterricht beginnt wird der Lernstoff in eine bildhafte Geschichte umgewandelt. Der Text soll anschaulich, leicht verständlich und unterhaltend sein, eine Identifikation mit Protagonisten erlauben, alle fünf Sinne ansprechen, Bilder und Symbole benutzen.

In der *Präludiumsphase* sollen zunächst die Lernmethode und das Thema vorgestellt werden. Danach sollen die Schüler **Entspannungs- und Visualisierungstechniken** einüben; sie sollen lernen sich zu entspannen, körperlich und mental.

In der *Konzertphase* wird der bearbeitete Lehrstoff zur Musik dargeboten: In der aktiven Phase zu einer dramatischen Musik, in der passiven Phase zu einer sanften Musik. Hierbei müssen sich die Kinder bequem und entspannt hinsetzen oder hinlegen, die Augen schließen und sich die Geschichte bildlich vorstellen. In der ersten Phase lesen die Schüler den Text mit, in der zweiten hören sie nur zu; in der dritten Phase werden unter Umständen rhythmisches Sprechen, Pantomimen, Rollenspiele usw. genutzt. Nach Abschluss der Konzertphase sollen die Schüler eine längere Pause haben (vgl. S. 5, S. 14).

In der *Aktivierungsphase* sollen die Schüler

- Puzzle spielen
- Bilder und Textstücke (!) kombinieren
- Rollenspiele durchführen
- Sätze pantomimisch darstellen
- Memory mit Textteilen spielen
- Texte singen, rappen, chanten
- Texte flüstern.

Wie man so eine (Fremd-)Sprache oder andere (wissenschaftliche) Lerninhalte lernen soll, bleibt schleierhaft. Zur Suggestopädie gehören ferner

- Einchecken
- Blitzlicht
- Multiple Intelligenzen
- Binnendifferenzierung
- mit allen Sinnen lernen
- Fantasiereisen
- Staffelläufe
- Körperlernen (was ist das denn?)
- Lernen in Bewegung
- Rollenspiele
- Psychodramen
- Spiele
- Projekte (vgl. S. 12)

sowie Zwillingsverfahren, Reihenfolgen, Atom 31, Überkreuzbewegungen, Isometrische Übungen, 1,2,3-Huhn, Standhalten, Zeitlupen, klein machen, Grimassen weitergeben (!?), Gummiringe auf der Nase transportieren, Gruppenjongelagen, Sitztänze (vgl. S. 19) und

- Raps
- Pantomimen
- Fantasiereisen
- Tänze
- Kartenspiele
- Denksportaufgaben
- Mind Mapping
- Kreatives Schreiben
- Brettspiele
- Düfte (!?)
- Kreuzwörterrätsel
- Visualisierungen
- Projektarbeit
- Brainstorming
- Malen, zeichnen
- Collagen
- Ballspiele
- Reime
- Cartoons
- Farben (vgl. S. 25 f).

Kurz: Zur Suggestopädie gehören vor allem Praktiken aus der Psychotherapie (Psychodrama), aus der Gruppendynamik (Rollenspiele), aus der Esoterik (Fantasiereisen), aus dem Zirkus (Jongelagen), aus der Psychiatrie (Grimassen machen), und aus dem Kindergarten (Spiele, malen, zeichnen, Sitztänze usw.) sowie alle Praktiken, die kognitives Lernen bewusst verhindern und/oder bewusst verlangsamen (Gruppenarbeit, Projektarbeit usw.). In der modernen Schule ist alles willkommen, nur nicht der klassische, lehrergelenkte Unterricht, der den Schülern in kurzer Zeit eine Menge Wissen vermitteln könnte. Im Gegenteil: Die bunte Vielfalt der vorgeschlagenen Unterrichtspraktiken zeigt, dass die moderne Schule die Lehrer und die Schüler mit einem ständigen Methodenwechsel verwirren will. Schlimmer noch: Bei einem Spiel verweisen die Autoren darauf, dass nun das „Chaos vollständig“ ist (vgl. S. 19).

**Anmerkung:** Hier kann und soll nicht auf alles eingegangen werden, was der Text anbietet. Vieles ist völlig wirr und unverständlich. Viele Praktiken scheinen von geistig verwirrten Menschen zu stammen. So sollen die Schüler zum Beispiel beim Thema „Einführung in die Bibelarbeit“ mit einer auf dem Boden (!) liegenden Bibel ein „Gespräch“ führen. (Muslime würden die Schule stürmen, wenn der Koran auf den Boden gelegt würde.)

*Wollen das alles unsere Lehrer wirklich mit unseren Kindern machen? Haben sie ihre Würde und ihren Verstand verloren?*

### **Was ist Suggestopädie wirklich?**

Im Kern geht es bei diesem Lern- und Unterrichtskonzept darum, den Lernstoff in eine Bildgeschichte zu verwandeln und im Zustand der Entspannung zur Musik vorzutragen. Angeblich fördert dieses Arrangement die Aufnahme und das Behalten der Lerninhalte. Allerdings ist das eine bloße Behauptung, die empirisch nicht belegt ist. Sicher ist die Tatsache, dass unsere Großeltern so nicht gelernt haben und den Stoff

vielfach noch nach 40 oder 50 Jahren erinnern können. Auch ich habe so nicht gelernt und kann mich dennoch an Vieles aus der Schulzeit erinnern. Insofern bestehen erhebliche Zweifel an der Wissenschaftlichkeit dieses Unterrichtskonzeptes.

In Wahrheit ist die Suggestopädie kein Lern- und Unterrichtskonzept, sondern eine höchst raffinierte **Form der Hypnose**. Die Grundtechniken und das geforderte Setting sind in Wahrheit bekannte und effektive Hypnosetechniken: Wohlfühlatmosphäre, bequem machen, entspannen, die Augen schließen, klassische oder meditative Musik, abschalten, die bildhafte, suggestive und schauspielerische Darbietung (oder Visualisierung) des Lernstoffes, Anleitung zur Imagination und „Fantasierreise“, das Ansprechen aller fünf Sinneskanäle, Duftschalen, Räucherstäbchen, Anleitungen zur Identifikation und zum Identitätswechsel, die Herbeiführung eines Alpha-Zustandes (Baustein, S. 5), die mentale Zentrierung und Konzentration (S. 38), Atemkontrolle, autogenes Training, progressive Muskelentspannung, Trommeln (S. 39), Ankertechniken (aus dem NLP) u. v. m. (vgl. S. 20f , vgl. auch Bröhm-Offermann).

Tatsächlich haben sich die Autoren weltweit verständigt, nie das **Wort Hypnose** zu verwenden, weil man die Lehrer und Eltern nicht erschrecken möchte, bis die Medien, die ständig die Hypnose als Heilmethode propagieren (► New-Age-Propaganda), den notwendigen Sinneswandel herbeigeführt haben. Dennoch gibt es genügend Hinweise, dass suggestopädischer Unterricht mit Hypnose arbeitet. In Wahrheit soll die suggestopädischer Unterricht in einen Zustand der TRANCE führen, den die Suggestopäden verschleiern einen „intuitiv-rezeptiven Bewusstseinszustand“ (vgl. Edelmann, S. 47, 49, 63, 79, 124), einen Zustand der „Pseudopassivität“ (vgl. ebd. S. 41) oder „Alpha-Zustand“ (vgl. ebd. S. 123, vgl. Bröhm-Offermann, S. 15) nennen, wobei Kenner wissen, dass diese Begriffe für einen Zustand der TRANCE stehen.

Darüber hinaus wird immer wieder von einer „parabewussten Beeinflussung“ der Lernenden und von einer „Veränderung des Bewusstseinszustandes“ vor allem im zweiten Lernkonzert (vgl. Edelmann, S. 35, S.79) gesprochen (vgl. ebd., S. 37, 66, 112 ff, 117). Auch dieser Begriff spricht für einen Lernprozess unterhalb der Schwelle eines normalen Bewusstseinszustandes, für einen tranceartig veränderten Bewusstseinszustand auf Seiten der Schüler. Falsch ist die Suggestion, im „parabewussten Zustand“ würde der Geist das Wissen aus der natürlichen (Um-)Welt aufnehmen, nur halt unbewusst, ohne Absicht, akzidentiell, peripher. In Wahrheit kommt das Wissen im Zustand der TRANCE aus übernatürlichen oder transpersonalen Quellen.

In Wahrheit heißt „parabewusstes Lernen“ Lernen in TRANCE, Lernen mit Hypnose. Tatsächlich spricht Edelmann auf Seite 39 vom hypnotischen Zustand, in dem „wir uns an Dinge erinnern, die längst vergessen waren“. Allerdings ist auch diese These falsch. In Wahrheit erinnern wir uns in Hypnose höchst selten an Vergessenes und vermeintlich Verdrängtes. In Wahrheit verwandeln Hypnosisten die Betroffenen in Medien, die Bilder und Botschaften aus höheren Welten empfangen, die meist Lüge sind. Das zeigen die unsinnigen „Erinnerungen an frühere Leben“ und/oder an einen angeblichen sexuellen Missbrauch in früher Kindheit. Wenn Edelmann vom „intuitiven Lernen“ oder „geistigen Schauen“ spricht (vgl. S. 65,66), dann meint er in Wahrheit den Prozess der medialen Transkommunikation, in dem die Teilnehmer im Zustand der TRANCE Bilder, Botschaften und eben Wissen aus höheren geistigen Welten empfangen.

Fragt man nach dem Sinn der *Aktivierungsphase*, in der vor allem nur „gespielt“ wird, dann gibt es letztlich nur einen einzigen Hinweis im Text, der allerdings schockiert. Danach wird der Prozess der „Konzertphase“ mit diesen Praktiken „verstärkt“ (vgl. Baustein, S. 8). Da nun die Schüler in der „Konzertphase“ hypnotisiert werden, dienen offensichtlich harmlose Kinderspiele, die den rational-analytischen Verstand ausschalten und einen Zustand der Geistesruhe oder leichten TRANCE herbeiführen dazu, Wissen aus irrationalen oder übernatürlichen Quellen ins Bewusstsein einbrechen zu lassen. Dass Spiele die Tür zu außersinnlichen Welten öffnen und sogar außerkörperliche Seelenreisen induzieren können, wird von dem Münchener Kinderpsychologen Hockel bestätigt: „Jedes Kind ist nicht von dieser Welt, wenn es spielt. Es sieht nur so aus, als ob sie da irgendwo im Kinderzimmer sitzen und sinnieren, aber in Wirklichkeit sind sie auf fremden Planeten oder eben an magischen Orten.“ (in MDR Sputnik.de, 18.7.2007). Edelman spricht hier mit Recht von einer „Infantilisierung“ (!) des Lernens (vgl. S. 41)! In der Tat verwandelt die Suggestopädie die Schule in einen Kindergarten, in der mehr gespielt als gelernt wird, falls überhaupt etwas gelernt wird.

Vor diesem Hintergrund stellt sich die Frage nach der adäquaten Sichtweise der Suggestopädie. Oberflächlich betrachtet soll der suggestopädische Unterricht, den Lernstoff im Zustand der Entspannung oder TRANCE vermitteln. In Wahrheit sagt die Literatur, man solle beim „Konzert“ **nicht auf den Text (!)**, sondern nur auf die Musik achten. Wie kann so Wissen ins Gedächtnis gelangen? Eine nahe liegende Interpretation sagt, dass Lernen in und mit Hypnose grundsätzlich effektiver ist, weil der Geist die Daten im Zustand der Entspannung (oder TRANCE) besser aufnehmen kann.

Die **transpersonale oder esoterische Sichtweise** legt jedoch die Vermutung nahe, dass sich im Zustand der TRANCE die Tür zu übernatürlichen (transzendenten oder transpersonalen) Welten und Wissensquellen öffnet. Die Esoterik spricht von der „Akasha-Chronik“, C. G. Jung vom „kollektiven Unbewussten“. Beides sind überindividuelle Speicher, die im Zustand der TRANCE angezapft werden können. Sie enthalten alles Wissen dieser Welt. Nach dieser Auffassung könnte man Fremdsprachen (und alles andere) im Zustand der TRANCE lernen, ohne ein Buch anzuschauen und/oder einen Text zu lesen bzw. vorlesen zu lassen. Es genügt, in einen Zustand der TRANCE zu gehen und das Wissen „fließt“ wie von selbst aus übernatürlichen Quellen und Speichern direkt zum Schüler. Gerade von diesem „Trichtermodell“ der Wissensvermittlung wollte sich die Suggestopädie verabschieden. In Wahrheit bleibt sie beim ungeliebten Trichtermodell, nur die Quelle des Wissens hat sich geändert: An die Stelle der natürlichen Wissensquellen (Buch, Lehrervortrag), sind übernatürliche Wissensquellen getreten. In Wahrheit verwandelt suggestopädischer Unterricht die Schüler in **Medien**, die im Zustand der TRANCE Bilder, Botschaften und auch Wissen aus höheren Welten empfangen. Tatsächlich sollen sich die Schüler in Hesischen Schulen vom Lernstoff „durchströmen“ lassen (vgl. Baustein, S. 32).

DEF: Vor diesem Hintergrund wäre suggestopädisches Lernen eine Form der medialen Transkommunikation, in dem die Lernenden im Zustand der TRANCE Wissen aus übernatürlichen oder transpersonalen Wissensquellen und Wissensspeichern empfangen.

Aus esoterischer Sicht kann das suggestopädische Arrangement außerdem **zu außerkörperlichen Seelenreisen** führen (vgl. ANHANG). Die Schüler lernen, ihren

Körper zu verlassen und eine Reise in eine vermeintliche Traum- oder Fantasiewelt durchzuführen. Für diese Interpretation sprechen die Vorsichtsmaßnahmen, wonach die Schüler am Schluss des „Konzertes“ die üblichen Rücknahmen (Füße bewegen, Hände ballen, Arme anwinkeln, tief atmen) nicht vergessen dürfen und eine längere Pause einhalten sollen. Das ist wichtig, um psychische oder gar psychiatrische Störungen zu vermeiden bzw. abklingen zu lassen. Das bedarf keiner weiteren Beweise, das kann man in Hypnoselehrbüchern nachlesen (so z. B. bei Eberwein/Schütz: Die Kunst der Hypnose).

## Unterrichtsbeispiele

Der wirkliche Charakter des suggestopädischen Unterrichts wird auch an Beispielen aus der Schule deutlich:

a) Bei einer „Einführung in die Bibelarbeit“ (11. Klasse Gymnasium) sollen die Kinder im Zustand der TRANCE einem Dialog zwischen „inneren Stimmen“ lauschen (vgl. Baustein Suggestopädie, S. 35). Das erinnert an eine „multiple Persönlichkeit“, die ebenfalls viele „innere Stimmen“ hört. Aus christlich-biblischer Sicht handelt es sich um den Zustand der Besessenheit, der Innewohnung bössartiger Geister und Dämonen. Mit anderen Worten: Sollten die Kinder im Zustand der TRANCE tatsächlich „innere Stimmen“ hören, hätte der Lehrer oder die Lehrerin bei den Schülern willentlich eine **Geisteskrankheit erzeugt**, wie es viele Psychiater und Psychotherapeuten tun.

b) Zu einem so genannten Leselehrgang gehören

- Schwungübungen mit einem Schwungtuch
- Die Verknüpfung von Bildern, Bewegungen und Aktionen mit Lauten
- Das Sortieren von Anlauten nach Farben
- Das Verzehren einer Melone mit einem lauten „mhhmmm“
- Das Ertasten von Anlauten mit M aus einem Krabbelsack
- Das Kindergartenspiel „alle Vögle fliegen hoch“
- Das Heraussuchen von Buchstaben aus einem Buchstabensalat
- Das Umkringeln von Buchstaben.

Kurz: Es werden Dinge gemacht, die in anderen Kulturen nicht einmal im Kindergarten mit Dreijährigen gemacht werden. Vor allem wird nicht lesen gelernt, was doch die Intention eines Leselehrganges sein sollte.

c) Im Fach Musik sollen die Schüler einer 5. Klasse neun Teile einer Violine in mehreren Doppelstunden nach dem üblichen Konzept der Suggestopädie lernen (vgl. Bröhm-Offermann, S. 99 ff). Dazu müssen passende Plakate, Kostüme und Musikstücke ausgewählt, entworfen, angefertigt und ausgehängt werden, eine passende Geschichte erfunden und erzählt werden, ein aktives und ein passives Lernkonzert durchgeführt werden, ein Puzzle gebastelt und gespielt, ein Silbenrätsel entworfen und durchgeführt, ein aufwändiges Buchstabenfeld hergestellt und bearbeitet werden u. v. m. In anderen Kulturen, so z. B. in Kenia, würden die Schüler der fünften Klasse diese neun Begriffe in wenigen Minuten durch bloßes Anschauen eines entsprechenden Fotos im Schulbuch erlernen!

d) Im Fach Geografie sollen die Schüler der 8. Klasse etwas über die Länder der Dritten Welt und den lateinamerikanischen Kulturkreis lernen (vgl. Bröhm-Offermann, S.

85 ff). Dazu machen sie wie üblich eine Traumreise durch Südamerika. Anhand einer besonders gestalteten Geschichte erfahren sie, dass es dort Gebirgszüge, Tropenwälder, Schlaglöcher, Bodenschätze, Elendsviertel, Viehwirtschaft, Dschungelgebiete, Flussfahrten, Urwälder, Bodenschätze (2x), Lianen, Krokodile, Indiomärkte, Bananenplantagen und eine Hauptstadt gibt, die den Grundriss eines Flugzeuges hat. Kurz: die Schüler lernen so gut wie nichts, was ein 14- oder 15-Jähriger in anderen Kulturen längst weiß bzw. was ein normaler Jugendlicher aus dem deutschen Fernsehen in diesem Alter wissen sollte.

e) Bei Bröhm-Offermann sollen die Kinder der 5. oder 6. Klasse ca. 20 Q-Wörter lernen (vgl. S. 63 ff). Dazu müssen eine Geschichte mit Q-Wörtern erfunden und erzählt, Plakate gemalt und aufgehängt, Q-Wörter zeichnerisch dargestellt werden, die Geschichte nacherzählt, eine weitere Q-Geschichte erfunden, ein Wortband bearbeitet, eine Pantomime vorgeführt, ein Q-Suchspiele durchgeführt, ein Q-Rätsel und ein Lückentext bearbeitet werden. Nur so lernen deutsche Kinder wenige Q-Wörter im Alter von 10 oder 11 Jahren!? In Kenia würden die Kinder des Kindergartens diese Wörter durch lautes Vorlesen in maximal 2 Mal eine halbe Stunde lernen. Diese Unterrichtsbeispiele sind ein Armutszeugnis sowohl für die deutsche Kultur als auch für die deutsche Pädagogik!

f) In einem anderen Beispiel sollen Schüler der 7. oder 8. Klasse Hauptschule Fremdwörter aus der Politik lernen (vgl. Bröhm-Offermann, S. 72 ff). Dazu wird ein fiktives Interview mit Fremdwörtern mit Hilfe einer Handpuppe (!) vorgetragen. Im „Lernkonzert“ werden den Schülern ca. 20 „Fremdwörter“ mit simplen Erklärungen im Zustand der TRANCE vorgespielt. In der „Aktivierungsphase“ müssen Wortbänder bearbeitet, Wörter zeichnerisch und pantomimisch dargestellt, Memory-Karten gelegt und Bewegungsspiele mit Wortkarten auf dem Rücken der Schüler durchgeführt werden. Außerdem müssen die Schüler, wie so oft in deutschen Schulen, Kreuzworträtsel und Lückentests ausfüllen. Dieser Unterricht liegt **weit unter Kindergartenniveau** im Entwicklungsland Kenia (► Kita in Kenia). So lernen dort nicht einmal Dreijährige neue Wörter. Ich habe vergleichbaren Unterricht in Kenia (8. Klasse, Haupt- bzw. Einheitsschule) gesehen. Dort arbeiten die Schüler selbständig mit dem Oxford Dictionary! Anhand eines Testbogens suchen sie nach der Bedeutung anspruchsvoller Begriffe, und weiter nichts (► Unterricht in Kenia II). In Deutschland verkörpert die Handpuppe (!) den Experten, in Kenia das Wörterbuch! Im Übrigen freuen sich auch hier die Lehrer, wenn es **chaotisch** zugeht (vgl. Bröhm-Offermann, S. 77)

### Beurteilung und Kritik

a) Suggestopädischer Unterricht ist extrem *kontraproduktiv*. Ganz im Gegensatz zu den vollmundigen Versprechungen („Beschleunigung des Lernens“) *verlangsamt* suggestopädischer Unterricht den Lernprozess auf ein nicht mehr akzeptables Minimum. In vielen Unterrichtsstunden lernen die Kinder so gut wie nichts. Sie lernen nur, sich zu entspannen und in der Fantasie zu reisen, und meist spielen sie Kinderspielspiele. Im Großen und Ganzen verwandelt suggestopädischer Unterricht die **Schule in einen Kindergarten**, den es so noch nicht einmal in Kenia, einem armen Entwicklungsland, gibt. Dort lernen die Kinder ab dem dritten Lebensjahr zwei Fremdsprachen, rechnen, schreiben und lesen.

Die ständig wiederkehrende Behauptung, mit Hilfe der Suggestopädie würden die Betroffenen *viel mehr in kürzerer Zeit lernen* und das Gelernte auch besser bzw. län-

ger behalten, ist eine Lüge! Die obigen Unterrichtsbeispiele aus der Praxis zeigen, dass die Fantasiegeschichten **Minimal- und Banalwissen** anbieten. Statt *mehr* Wissen vermittelt suggestopädischer Unterricht *weniger* Wissen mit wesentlich mehr (Zeit-)Aufwand! Bröhm-Offerman spricht vom dreifachen Vorbereitungsaufwand gegenüber der effektiven Unterrichtszeit (vgl. S. 29). Vor diesem Hintergrund erweist sich suggestopädischer Unterricht als ein Instrument der Zerstörung klassischer und höchst effektiver Lernkulturen.

Große Teile des suggestopädischen Unterrichts sind *haarsträubender Blödsinn*, sie **infantilisieren die Kinder** ganz bewusst (vgl. Edelmann, S. 40); sie sind geeignet, die Kinder zum Hampelmann oder gar Affen zu machen. Hierzu gehören kinesiotische Übungen, isometrische Übungen, Huhn-Spiele („1-2-3-Huhn“), Grimassen schneiden, das Transportieren von Gummiringen, Gruppenjonglagen, Sitztänze u. v. m (vgl. Baustein, S. 19). Ganz schlimm ist das Beispiel bei Bröhm-Offermann (vgl. S. 83), wonach die Kinder der 5. Klasse „die Verdauung“ nachspielen sollen: 4 Kinder spielen die Speicheldrüsen, 2 Kinder den Mund, 1 Kind die Gallenblase, die Gallenflüssigkeit in den Dünndarm spritzt (wie bloß?), 6 Kinder bewegen sich rhythmisch wie die Magenperistaltik, alle Kinder spielen gesunde und ungesunde Nahrungsmittel (?). Es ist einfach nicht zu fassen!

Im Blick auf die *Behaltensleistung* ist anzumerken: Was man nicht gelernt hat, kann man schließlich auch nicht vergessen. Auf die Vermittlung neuen Wissens kommt es den Suggestopäden offensichtlich gar nicht an: Die Lerninhalte sind nichts weiter als ein Vorwand und Anlass für das Einüben von Entspannungs-, Zentrierungs- und Visualisierungstechniken!

Ganz schlimm ist schließlich die ständig wieder kehrende Suggestion, Lernen müsse „Spaß machen“, und der Spaß am Lernen komme durch die Darbietung des Lernstoffes. Damit wird den Schülern systematisch eingehämmert, Lernen an sich, das Aneignen von Wissen, mache keinen Spaß. Das ist in anderen Kulturen völlig anders.

b) Suggestopädisches Lernen ist eine *hypnotisch und esoterische Praktik*. Im Rahmen der Suggestopädie sollen die Schüler vor allem entspannen, visualisieren / imaginieren und / oder „zentrieren“ lernen. Im Zustand der Entspannung sollen sie „innere Bilder“ vor dem inneren oder geistigen Auge sehen lernen (vgl. Edelmann, S. 41, 57, 119, 122; Bröhm-Offermann, S. 19). Entspannungs- und Visualisierungsübungen sind keine Lern- und Unterrichtshilfen, in Wahrheit sind sie höchst effektive Hypnose-techniken, die nach einiger Übung in einen Zustand der TRANCE führen, der früher oder später die Tür zu unsichtbaren geistigen Welten und Mächten öffnet. Im Zustand der TRANCE kann es zu außerkörperlichen Erfahrungen und zu Begegnungen mit Horrorwesen kommen.

Darüber hinaus sind die zentralen Grundtechniken der Suggestopädie wie Entspannung, Visualisierung/Imagination, Konzentration (Zentrierung) und Fantasiereisen bekannte **magische und schamanische Schlüsselqualifikationen**, die Hexen, Magier und Schamanen nutzen, wenn sie mit ihren Geistern, Göttern und Gottheiten Kontakt aufnehmen, kommunizieren und kooperieren wollen (vgl. ANHANG). Auf den esoterischen Charakter verweist auch das Titelbild bei Bröhm-Offermann („Entdeckungsreise zu den 7 Quellen“!). Suggestopädie ist eine *astrale Praktik*. Während des „Lernkonzertes“ sollen die Schüler außerkörperliche Seelenreisen unternehmen,



wie die Hexen, Magier und Schamanen (vgl. ANHANG). Am Schluss sollen sie wieder in den Klassenraum zurückkehren, heißt es bei Bröhm-Offermann (vgl. S. 38, 87). Ja, wo waren denn die Schüler die ganze Zeit? Für die außerkörperlichen Unternehmungen spricht auch die regelmäßige und sorgfältige Rücknahme (Strecken, Augen auf), ohne die schlimme seelische Schäden bei den Schülern entstehen können. Wozu ist diese Maßnahme nötig, wenn man doch angeblich nur „in der Fantasie“ reist, oder ist selbst das Reisen in der Fantasie gefährlich für die Kinder?

c) Suggestopädie ist eine *mediale Praktik*. Im Zustand der TRANCE werden die Schüler zu **Medien**, die von höheren Mächten inspiriert und informiert werden (sollen). In Wahrheit ist die Suggestopädie eine Technik der medialen Transkommunikation, die den Schüler Wissen aus übernatürlichen Quellen vermitteln soll. Ohne Chemie zu lernen, sollen die Kinder im Zustand der TRANCE gewiss sein, das sie „das gesamte Chemiewissen vollständig erinnern“ können (vgl. Bröhm-Offermann, S. 41). Dabei „fliegen die Wörter den Fingern (?) ganz geordnet zu“ (vgl. ebd., S. 40). Aus transpersonaler oder esoterischer Sicht kommt das Wissen aus übernatürlichen Wissensquellen und Speichern, aber nicht aus natürlichen oder mentalen Speichern. Das bescheidene kognitive (Wissens-)Angebot ist lediglich ein Ablenkungsmanöver, um den Schein rationaler Lernprozesse zu wahren. In Wahrheit braucht es dieses kognitive Angebot gar nicht. Das zeigen andere Praktiken wie z. B. das „Smart Reading“ (in holländischen Schulen) und das Konzept der „Schule ohne Stress“. Beim Letzteren wird überhaupt nicht mehr gelesen, sondern nur noch meditiert.

d) Suggestopädisches Lernen ist *nicht ungefährlich*. Suggestopädie ist eine Gefahr für die Kinder; suggestopädisches Lernen ist eine subtile und **gefährliche Form der psychischen Gewalt**, der Gewalt gegen die Seele, die schlimmer ist als Gewalt gegen den Körper in Form (leichter) körperlicher Strafen. Suggestopädisches Lernen kann das körperliche, das seelische und auch das geistige Wohl massiv beeinträchtigen; es kann körperlich krank machen und den Geist verwirren. Besonders gefährlich sind die außerkörperlichen Reisen (4 Fantasiereisen). Genau deshalb sollen die Schüler „nach den Entspannungsübungen ruhig etwas länger sitzen bleiben“ (Bröhm-Offermann, S. 17). Und was ist, wenn die Rücknahmen unvollständig sind oder gar unterlassen werden? Wie kann das eine Lehrkraft übersehen und kontrollieren? Den Ernst der Lage bezeugen auch die Hinweise, dass „während der Übungen keinerlei Ablenkungen erlaubt sind“! Warum eigentlich, wenn doch angeblich nur in einem „entspannten Zustand“ gelernt werden soll? Seit wann ist Entspannung riskant? Wie qualifiziert sind die Lehrer? Wie lange wurden sie ausgebildet? Wurden sie auf Notfälle und Notfallmaßnahmen vorbereitet, wie sie sich in der Hexenliteratur finden („erden“ usw.)? Haben sie die Kenntnisse von langjährig ausgebildeten Hypnosetherapeuten? Oder „vertrauen sie (nur) ihrer Intuition“, wie Bröhm-Offermann vorschlägt (vgl. S. 17)?

Dass Suggestopädie den Geist verwirrt und logisch-systematisches Denken ausschließt, demonstriert der vorliegende Internetbeitrag (Baustein Suggestopädie) des Hessischen Kultusministeriums. Auf vielen Seiten finden sich immer neue Aufzählungen von Unterrichtselementen (vgl. S. 8, 12 ff, 16 ff, 25 f), die nur ein Ziel haben: Sie sollen den klassischen (Frontal-)Unterricht systematisch zerstören und atomisieren. Im Rahmen der Suggestopädie gibt es eine kaum noch überschaubare Fülle unterschiedlicher Unterrichtsmethoden, die die Schüler geistig verwirren und geordneten Unterricht unmöglich machen (sollen). Früher gab es im Prinzip nur eine einzige Unterrichtsmethode, den Frontalunterricht. Gefährlich und verantwortungslos ist schließ-

lich die Anweisung, die Kinder sollten unbekannte „Energien im Körper spüren“. Das kennen wir aus der Esoterik und aus fernöstlichen Lehren und Praktiken (Yoga, Tai Chi, Qi Gong).

e) Die Darstellungen und Ausführungen zum suggestopädischen Lernen verstoßen gegen den *Grundsatz der Wahrhaftigkeit*, gegen den gesunden *Menschenverstand* und gegen das *Kriterium der Wissenschaftlichkeit*. Die Sitzungen sind keine „Konzerte“ mit einem Präludium, die „Konzerte“ sind in Wahrheit Hypnosessitzungen! Was Zentrierungs- und Energieaufbauübungen (vgl. S. 18 ff) sind, wird nirgends präzise erläutert, und dürfte sich nur bekennenden Hexen und Magiern erschließen, die derartige Übungen nutzen, wenn sie mit unsichtbaren Geistern in Kontakt treten (wollen). Das kann man in jedem Hexentrainingbuch nachlesen. Von welcher Energie ist die Rede? Wie lässt sich diese Energie bzw. der „Energieaufbau“ (oder -zuwachs) messen?

Pseudowissenschaftlicher Unfug ist auch die Lehre von der rechten und linken Gehirnhälfte. Natürlich gibt es eine rechte und eine linke Gehirnhälfte, die Funktionszuschreibungen sind eine Lüge! Sie finden sich in keinem seriösen Lehrbuch der Psychologie, der Anatomie und der klinischen Medizin (der USA). Vergleichen Sie selbst die unterschiedlichen und höchst konfuse Funktionszuschreibungen. Es gibt keine lokalisierbaren Gehirnzentren für Intuition, Ganzheitlichkeit, innere Bilder usw. Das sind in Wahrheit Begriffe aus esoterischen und magischen Kontexten. Dort sind „innere Bilder“ und die „Intuition“ Mittel und Medien der medialen Transkommunikation, der Übertragung von Wissen aus übernatürlichen Quellen. Dazu braucht es nichts weiter als den Wunsch und den Zustand der TRANCE, der mit Hilfe von Entspannungs-, Zentrierungs- und Visualisierungstechniken eingeleitet werden kann und soll.

Falsch ist auch die Behauptung, suggestopädisches Lernen wäre „ganzheitlich“, weil es (angeblich) die beiden Gehirnhälften und zwei konträre Bewusstseinszustände nutzt. Suggestopädisches Lernen ist kein „ganzheitliches“, sondern ein hypnotisches und esoterisches Unterrichtskonzept. Falsch ist die Behauptung, suggestopädisches Lernen würde die *rechte* Gehirnhälfte aktivieren (vgl. Edelmann, S. 9, 47, 63). Wir lernen immer mit beiden Gehirnhälften. Es gibt auch kein „Visualisierungszentrum“, ein Zentrum für „innere Bilder“, das durch äußere Bilder aktiviert wird.

Angeblich, so heißt es, förderten die genannten Techniken die „geistige Aufnahmefähigkeit des Gehirns“ (vgl. Edelmann, S. 59, S. 124), die „Reservekapazität des Gehirns“ (vgl. Edelmann, S. 38, 39), weil im Zustand der Geistesruhe (geistige) „Barrieren und Blockaden“ beseitigt würden (vgl. Edelmann, S. 39). Der Zustand der Geistesruhe ist ein meditativer und tranceartiger Bewusstseinszustand, der die Tür zu höheren geistigen Welten und Mächten, bzw. zu **übernatürlichen (oder transpersonalen) Wissensquellen** und Speichern öffnet. Falsch ist auch die Behauptung, suggestopädisches Lernen wäre multisensorisches Lernen, das alle fünf Sinne anspricht. In Wahrheit werden beim „Lernkonzert“ nur die Ohren beim Lauschen der Texte oder Musikstücke angesprochen. Die fünf Sinne werden nur bei der Fantasie-reise angesprochen, genau: imaginierte fünf Sinne. Man soll etwas hören, sehen, spüren, dass in Wirklichkeit gar nicht da ist. Das ist eine bekannte und effektive Hypnosetechnik!

Falsch ist schließlich die Behauptung, im Zustand der Entspannung würde sich die „Tür zum Unbewussten“ öffnen (vgl. Bröhm-Offermann, S. 15). In Wahrheit öffnet

sich im Zustand der Entspannung oder TRANCE die Tür zu unsichtbaren geistigen Welten und Mächten, das kann in der gesamten Esoterik-, Hexen- und Schamanenliteratur nachgeschlagen werden. Und selbst wenn sich die Tür zum Unterbewusstsein öffnen würde, seit wann dürfen Lehrer, therapeutisch tätig werden und ins Unterbewusstsein ihrer Schüler eindringen?

Suggestopädisches Lernen ist weder ganzheitliches noch *sanftes Lernen*. Öffnet sich im Zustand der TRANCE die Tür zu höheren Welten und Mächten, kann es zu außerkörperlichen Erfahrungen und Begegnungen mit Horrorwesen, zu Konfrontationen mit dem „inneren Führer“, kommen (vgl. Shakti Gawain: Stell dir vor, Kreatives Visualisieren, S. 96 ff), man kann „innere Stimmen hören“ (vgl. Bröhm-Offermann, S. 103) und/oder von Bilderfluten überwältigt werden, die sich nicht mehr stoppen lassen; es kann zu außersinnlichen (ASW-)Fähigkeiten, zu Nahtoderfahrungen und „Begegnungen mit Toten“ kommen (vgl. Ostrander/Schroeder, Super-Memory, u. a. S. 348 f). Unter Umständen kann man in der Psychiatrie landen!

**Kurz, das gesamte Lehrgebäude der Suggestopädie ist ein einziges Lügengebäude!**

Sowohl der „Brief an die Eltern“ als auch das abgedruckte Tagebuch der Lehrerin zeigen, dass die Eltern der Schüler systematisch über den wirklichen Charakter dieses Unterrichts belogen werden (vgl. Bröhm-Offermann, S. 117 ff, S. 123).

f) Suggestopädischer Unterricht ist eine Form der (*quasi-*)*religiösen Indoktrination und antichristlichen Zwangsmisionierung*. Im Unterricht öffentlicher Pflichtschulen werden die Schüler gezwungen, magische und mediale Praktiken sowie magische Grundtechniken der Entspannung, der Visualisierung und der Zentrierung einzuüben (vgl. ANHANG), mit denen die Betroffenen unter Umständen Kontakt zu höheren Welten und Mächten aufnehmen können (und sollen). Zwar betonen die Autoren des Hessischen Kultusministeriums, dass die Teilnahme grundsätzlich „freiwillig“ sein sollte (vgl. Baustein, S, 11, 18), doch in der Praxis kann und darf sich kein Kind diesem Unterricht entziehen. Sollte sich ein Kind verweigern, drohen hohe Bußgelder wegen Unterrichtsverweigerung oder Schulpflichtverletzung.

g) Suggestopädisches Lernen ist *rechts- und verfassungswidrig*, wenn und soweit es den Betroffenen ohne ausführliche Aufklärung und ohne ausdrückliches Einverständnis aufgezwungen wird. Suggestopädisches Lernen ist ein krasser Verstoß gegen die **Kinder- und Menschenrechte**. Die meisten Praktiken verstoßen gegen die Menschenwürde; sie machen die Kinder und auch die Lehrer zum Hampelmann oder gar Affen (vgl. oben). In Kenia (Afrika), einem Land, das ich gut kenne, würden sich die Lehrer weigern, diesen Unsinn zu praktizieren. Sie verstehen sich als Intellektuelle, und sie sind Intellektuelle. Mehr noch: Diese Praktiken gibt es dort nicht einmal im Kindergarten. In Kenia lernen die Kinder ab dem dritten Lebensjahr rechnen, schreiben, lesen und zwei Fremdsprachen. Dort würden sich Eltern und Kinder vehement gegen alberne Spiele und esoterische Praktiken wehren.

Außerdem verstößt suggestopädisches Lernen gegen das Hypnoseverbot und gegen das Grundrecht auf Glaubens- und Gewissensfreiheit (Art. 4 GG). Nach Auskunft des Bayrischen Staatsministeriums für Justiz dürfen Lehrer die Schüler nicht hypnotisieren. Hypnosen ohne Einverständnis der Betroffenen und/oder ihre Erziehungsberechtigten sind **eine Form der Nötigung und Gewalt**. Nötigung ist strafbar nach §

240 StGB. Darüber hinaus ist suggestopädisches Lernen eine moralisch verwerfliche und rechtswidrige **Form der religiösen Indoktrination** und antichristlichen Zwangsmissionierung, die den Schülern Praktiken und Werkzeuge aus der Magie und aus dem Schamanentum vermittelt (vgl. den ANHANG), ohne sie darüber in Kenntnis zu setzen.

Schlimmer noch: Hier fordert das Hessische Kultusministerium die Lehrer zu Rechtsverstößen, zu strafbaren Handlungen, zu Hypnosen, zur religiösen Indoktrination und zur (psychischen) Gewalt gegen hilf- und wehrlose Kinderseelen auf, ohne Bußgeldverfahren und Gefängnisaufenthalte fürchten zu müssen, wie jene Eltern, die ihre Kinder zu Hause unterrichten, weil sie ihre Kinder vor derartigen Praktiken schützen wollen.

h) Suggestopädisches Lernen verstößt gegen den *christlichen Glauben und gegen das Wort Gottes*. Aus christlich-biblischer Sicht öffnen Hypnosen die Tür zum Reich und zu den Mächten der Finsternis, die den Schülern Fremdsprachenkenntnisse vermitteln (sollen), ohne lernen zu müssen!

© Dr. Reinhard Franzke, Juli 2009

## Literaturnachweis

Bröhm-Offermann. B.: Suggestopädie. Sanftes Lernen in der Schule. Lichtenau 1989, Edelmann, W.: Suggestopädie / Superlearning. Ganzheitliches Lernen – das Lernen der Zukunft? Heidelberg 1988.

## ANHANG

### Magische Fähigkeiten

„Jede Hexe muss lernen, allein zu meditieren und zu visualisieren, das heißt, ihr bildliches Vorstellungsvermögen zu schulen.“ (Die bekennende Hexe Starhawk: Der Hexenkult, S. 69)

„Die Anfängerin (in den Künsten der Magie und Hexerei) muss vier Grundfertigkeiten ausbilden: Entspannung, Konzentration, Visualisierung (bildliches Vorstellungsvermögen) und Projektion.“ (Starhawk, S. 78)

### Entspannung

- „Entspannung ist ... ein wesentlicher Bestandteil jeder magischen Arbeit.“ (Die bekennende Hexe Green: Das geheime Wissen der Hexen, S.164)
- „Ebenso werden (in der Ausbildung zum Magier) Entspannungsübungen durchgeführt, die dem autogenen Training gleichen.“ (Der Magie-Experte Ulrich, S. 41)
- „Entspannung ist .... für jegliche okkulte Arbeit grundlegend wichtig ...“ (Der bekennende Magier Butler: Das ist Magie, S.43)
- „Je entspannter Sie sind, desto leichter fällt es Ihnen, in die spirituelle Welt einzutreten.“ (Der Schamane Oertli, S, 41)

## Atemtechniken

- „In der Magie ... machen wir uns das Atmen gezielt zu nutze ... um unser Bewusstsein zu erweitern.“ (Cunningham: Wicca, S.102)
- „Auch die Schulung des Atems spielt eine große Rolle bei der Ausbildung zum Magier.“ (Der Esoterik-Experte Bohnke, S. 134)
- „Als wichtige Vorübung (auf dem Weg zum Magier) wird das magische Atmen gelehrt.“ (Der Magie-Experte Ulrich, S. 41)
- „Das zweitwichtigste Werkzeug (der Hexen) ist unser Atem.“ (Die bekennende Hexe Budapest: Die Herrin der Dunkelheit ... , S. 53)
- „In einem späteren Stadium der Ausbildung (zum Magier) werden sie besondere Atemübungen lernen.“ (Butler: Das ist Magie, S. 45)

## Visualisierung, Vorstellungskraft und Fantasiereisen

- „Das wichtigste Werkzeug, das wir (die Hexen) besitzen, ist unsere Vorstellungskraft.“ (Budapest, S. 52)
- „Die Visualisierung ist ... die grundlegendste und fortgeschrittenste Technik für Magie und Wicca.“ (Cunningham: Wicca, S. 104)
- „Denken Sie immer daran, dass die Grundlage aller Magie die Fähigkeit ist, in Ihrem Geist ein vollkommenes Bild ... heraufbeschwören ...“ (Die bekennende Hexe Morrison: Zauberbuch für neue Hexen, S. 126)
- „Die wirklich wichtigste Fähigkeit, die notwendig ist, um erfolgreich Magie zu betreiben, ist die Kunst des Visualisierens. Sie ist die Basis der Magie.“ (Die bekennende Hexe Ansha: Das große Praxisbuch der weißen Magie, S. 46)
- „Das zweite Prinzip bei der Herstellung magischer Formeln heißt Visualisierung, Vorstellungskraft ... „ (Malanowsky/Köhle: Hexenkraft, S.163)
- „Ohne diese Fähigkeit (des Visualisierens) bleiben Zaubersprüche und magische Rituale nämlich wirkungslos.“ (Die bekennende Hexe Raven Wolf: Zauberschule der neuen Hexen, S. 117)
- „Führen Sie Visualisierungsübungen durch ... visualisieren Sie z.B. verschiedene Göttinnen.“ (Die bekennende Hexe Thea: Die große Hexenschule, S. 109)
- „In enger Verbindung zur magischen Konzentration steht die magische Vorstellung (Imagination), eine unentbehrliche Voraussetzung der praktischen Magie.“ (Ulrich, S.31)
- Magie ist Wille + Trance + Imagination (Der Esoterik-Experte Bohnke, vgl. S. 136)

## Techniken der Astralprojektion (außerkörperliche Seelenreisen)

a) Wenn (moderne) **Schamanen** außerkörperliche Seelenreisen unternehmen und Kontakte zu ihren „Geistführern“ herstellen wollen, dann

- suchen sie einen ruhigen und verdunkelten Raum auf
- legen sie sich auf den Rücken
- entspannen sie ihren Körper
- konzentrieren sie sich auf ihre Atemzüge und auf ihren Körper bzw. auf die Berührungen ihres Körpers mit dem Boden (Körperwahrnehmung, Körperbewusstsein (vgl. Oertli, Das schamanische Praxisbuch, S. 38 ff)

- suchen sie einen ruhigen und verdunkelten Raum auf
- legen sie sich auf den Rücken
- schließen sie die Augen
- führen sie eine Entspannungsübung durch
- atmen sie dreimal tief ein und aus
- visualisieren sie mit allen fünf Sinnen eine Öffnung
- schalten sie ihr Denken und ihre Gedankentätigkeit ab
- warten sie auf eine Vision, ein „inneres Bild“, eine Botschaft, der sie gehorchen ... (vgl. Steven/Steven, Zur Quelle der Kraft. Schamanische Techniken für das Leben ..., S.52 ff.)
- suchen sie einen ruhigen, verdunkelten Ort, einen Ort der Kraft auf
- legen sie sich auf den Rücken
- schließen sie die Augen
- entspannen sie sich
- atmen sie ein paar mal tief ein und aus
- visualisieren sie mit allen fünf Sinnen eine Öffnung
- sehen und hören sie ein Geistwesen, das sie führt und das ihnen Bilder sendet (vgl. Cowan, Schamanismus, S. 58 f).
- suchen sie ein ruhigen und verdunkelten Ort auf
- legen sie sich auf den Rücken
- entspannen sie sich
- lassen sie alles los
- machen sie ein paar tiefe Atemzüge
- visualisieren sie eine Öffnung oder einen Tunnel, evtl. mit Hilfe eines Mandalas (Harner, Der Weg des Schamanen, S. 56 ff).

b) Wenn **Hexen und Magier** außerkörperliche Reisen oder Erfahrungen (AKE) machen wollen, dann gehen sie wie folgt vor:

Baker („Die astrale Projektion“) empfiehlt das folgende *Setting*:

- Rückenlage auf dem Boden einnehmen
- bequem machen
- kerzengerade sitzen
- die Augen schließen
- sich entspannen
- abschalten, alles vergessen
- die Aufmerksamkeit „nach innen“, auf einen Gedanken, auf einen Punkt richten/konzentrieren
- sich vorstellen, an einem anderen Ort zu sein
- den Wunsch/Willen am Zielort zu sein
- den Zielort visualisieren
- den Atem kontrollieren, rhythmisieren (vgl. S. 59 – 82).

Monroe („Der Mann mit den zwei Leben – Reisen außerhalb des Körpers“) empfiehlt folgendes *Setting*:

- einen ruhigen Ort aufsuchen
- sich entspannen
- die Augen schließen

- die Sinneswahrnehmung einschränken/abschalten
- den Geist auf einen Punkt fixieren, konzentrieren
- den Atem kontrollieren
- den Verstand, das Denken abschalten
- den Blick leicht nach oben richten (vgl. S. 51, 58 ff, 196 ff, 200 ff).

Brennan („Astralprojektion – Anleitung zu außerkörperlichen Erfahrungen“) empfiehlt das folgende *Setting*:

- einen ruhigen Raum aufsuchen
- den Raum verdunkeln
- bequem machen
- aufrecht, mit geradem Rücken sitzen
- Rückenlage auf dem Boden
- die Sinneswahrnehmung einschränken oder abschalten
- die Augen und Ohren (ver-)schließen
- sich entspannen, die Muskelgruppen des Körpers nacheinander an- und entspannen
- alles loslassen, insbesondere den Astralkörper
- den Atem regulieren und rhythmisieren (Zwei-Vier-Atmung)
- den Geist beruhigen
- das Denken abschalten
- die Aufmerksamkeit auf einen Punkt oder Gedanken richten, konzentrieren, fixieren
- auf das Dritte Auge, den Punkt zwischen den Augenbrauen, starren
- visualisieren, d. h. sich vorstellen, an einem anderen Ort zu sein
- ein Mantra chanten
- sich im Kreis drehen (S. 25, 27, 37, 43, 46, 52 ff, 59 ff, 65 ff, 74 ff, 81, 88 ff, 101, 186 ff, 193 ff).

**„Tiefe körperliche Entspannung, ein ruhiger Geist und das Verlangen zu reisen sind Faktoren, die bei sehr vielen erfolgreichen Projektionen im Vordergrund stehen ...“ (S. 63).**

Die bekennende Hexe M. Green („Das geheime Wissen der Hexen“) empfiehlt:

- einen ruhigen Ort aufsuchen
- sich entspannen
- die Augen schließen
- den Geist zur Ruhe kommen lassen
- mit allen fünf Sinnen eine Öffnung visualisieren (vgl. S. 260 ff).

Die bekennende Hexe Raven Wolf („Zauberschule der Neuen Hexen“) empfiehlt:

- einen ruhigen Ort aufsuchen
- sich entspannen
- mehrmals tief ein- und ausatmen
- ein Licht visualisieren (vgl. S. 346 ff).

Die bekennende Hexe Thea („Die große Hexenschule“) empfiehlt:

- einen ruhigen, abgedunkelten Raum aufsuchen
- auf einen Stuhl setzen
- auf den Boden legen
- Trommelmusik hören
- sich entspannen
- sich auf den Atem konzentrieren
- den obersten Punkt des Körpers (das Kronenchakra) visualisieren
- eine Öffnung, einen Tunnel visualisieren und eine fremde Führung akzeptieren (vgl. S. 241 ff).

Mit anderen Worten: „Fantasiereisen“ sind in Wahrheit nichts anderes als Anleitungen zu außerkörperlichen Seelenreisen.

## Zur Vertiefung

# Hintergründe und Charakter der Suggestopädie

(Auszug aus: „New-Age-Pädagogik“)

## Vorbemerkung

Superlearning und Suggestopädie sind nicht ganz neu in Deutschland. Doch seit einigen Jahren drängen diese Lehrmethoden nun auch in die Universitäten, in die Lehrerbildung und in die Schulen, insbesondere in die Grundschulen.

Damit stellen sich Lehrern, Studenten, Schülern und Eltern folgende Fragen: Was ist von diesen Lehr- und Lernmethoden zu halten? Was sind die Ziele und Versprechungen, die Grundtechniken und Grundfunktionen, die Hintergründe und Quellen, die Risiken und Nebenwirkungen dieser Lernverfahren?

## Ziele und Versprechungen

Auf dem ersten Blick scheint es sich allein um eine bloße Unterrichtsmethode zu handeln, die „Lernen ohne Stress“, „ohne Anstrengung“ und „ohne den Verstand“ verspricht. Ein Traum der heutigen Studenten- und Schülergeneration, die sich immer weniger anstrengen oder gar quälen möchte. Ein kurzer Blick in die einschlägige Literatur belehrt uns jedoch eines Besseren: Superlearning und Suggestopädie sind offensichtlich universale Wunderprogramme. Angeblich können diese Methoden

- Lernprozesse beschleunigen
- die Gedächtniskapazität steigern
- beruhigen und entspannen
- Wohlgefühl und Wohlbefinden vermitteln
- innere oder geistige Potenziale, Kräfte und Fähigkeiten entfalten
- von Ängsten, Schuldgefühlen und Schmerzen befreien
- heilen, z. B. Blinde sehend machen
- die Persönlichkeitsentwicklung fördern
- die fernöstliche „Einheitserfahrung“ vermitteln



- zu außersinnlichen (paranormalen), kreativen und intuitiven Fähigkeiten, wie z. B. Levitation, Hellsehen, Telepathie, Zweites Gesicht, absolute Schmerzunempfindlichkeit usw. führen (vgl. Ostrander/Schroeder: Superlearning)

Wie lassen sich nun diese Wunder vollbringen?

## **Grundtechniken**

Zu den Grundtechniken des Superlearning und der Suggestopädie gehören zunächst einmal ein rituelles Setting, wie zum Beispiel

- ein ruhiger Ort
- eine angenehme Atmosphäre
- gedämpftes Licht
- spezielle Musik und schließlich
- rituelle Körperhaltungen (bequem machen, Rückenlage auf der Couch oder auf dem Boden, Droschkenkutschhaltung).

Dabei sollen die Augen geschlossen und der Blick leicht nach oben oder auf die Nasenspitze gerichtet werden; vielfach soll die Zunge an den Gaumen gelegt werden (vgl. Superlearning, S. 154). Weitere Praktiken des Superlearning und der Suggestopädie sind

- Entspannungs- und Atemtechniken
- Konzentrationstechniken sowie
- Vorstellungs- und Visualisierungstechniken.

### ***Entspannungs- und Atemtechniken***

Der Lernprozess beginnt fast immer mit einer körperlichen und geistigen Entspannung. Dazu dienen vor allem die klassischen Entspannungsverfahren, wie z. B. das autogene Training nach Schultz und die progressive Muskelentspannung nach Jakobson. Dazu kommen besondere Atemübungen und Atemtechniken: Der Atem soll verlangsamt, vertieft, rhythmisiert, kurz angehalten, durch Nase oder Nasenflügel geleitet oder im Rhythmus der Musik kontrolliert (vgl. ebd., S. 74, 105 ff) werden. Schließlich soll sogar der Lernstoff im Rhythmus der Musik und/oder des Atems präsentiert werden (vgl. S. 105 ff).

### ***Konzentrationstechniken***

Konzentrationsübungen dienen dazu, den Verstand und das Denken abzuschalten, indem der Lernende angewiesen wird, auf „einen einzigen Punkt“ zu starren, so z.B. auf den Atemrhythmus (vgl. S. 39,55).

### ***Visualisierungstechniken***

Vorstellungs- und Visualisierungsübungen sollen die Fähigkeit vermitteln, „lebendige innere Bilder entstehen zu lassen“ (S. 146). Die Lernenden sollen sich (bei geschlossenen Augen) an einem anderen Ort, außerhalb ihres Körpers sehen; sie sollen sich Wörter, Vokabeln, Personen, Szenen, (goldenes) Licht, Energieströme, Farben, Wesenheiten („weise alte Männer“), komplexe Handlungsabläufe (wie z.B. im Hochleis-

tungssport) oder gar ganze Filme wie auf einem geistigen Bildschirm sehen (vgl. S. 164ff).

## **Funktionen des Superlearning**

### ***Trance- und Doorwaytechnik***

Superlearning und Suggestopädie sind zunächst einmal Trance- und Doorway-Techniken. Sie lenken die Aufmerksamkeit von außen „nach innen“ (vgl. Superlearning, S. 78); sie führen in einen veränderten, tranceähnlichen Bewusstseinszustand (vgl. ebd., S. 40, 68 f, 75 ff, 78 ff, 183), bzw. in einen Zustand entspannter Aufmerksamkeit und Wachheit. Dazu dienen vor allem

- Entspannungs- und Atemübungen
- Konzentrationsübungen
- Visualisierungsübungen und „Fantasiereisen“
- spezielle Musik (vgl. S. 68 ff, 75 ff)
- verbale und nonverbale Suggestionen
- besondere Sprechweisen (Tonfall usw.), die Körpersprache des Lehrers (Gestik, Mimik, Haltung, Gangart usw.)
- yogische Streck-, Dehn- und/oder Gähnungen sowie infantilisierende
- gruppendynamische Praktiken (Rollenspiele, Identitätswechsel usw.), die vielfach infantilen und infantilisierenden Charakter haben.

Insbesondere die Musik soll zu „anderen Bewusstseinssebenen“ führen (vgl. S. 75) und „das Tor zu neuen Welten“ öffnen (S. 36); aber auch die Entspannungs- und Atemübungen sind bekannte und bewährte Techniken oder Tranceeinleitung ebenso wie Visualisierungsübungen und „Fantasiereisen“ (vgl. Franzke 1999 a, 1999 b).

### ***Astralprojektion***

Darüber hinaus sind Superlearning und Suggestopädie Techniken der Astralprojektion. Sie vermitteln die Fähigkeit, den eigenen Körper zu verlassen und sich von außen oder oben zu sehen (vgl. Superlearning, S. 207):

- „Ich bin außerhalb meines Körpers...“ (S. 172)
- „Ich trete sozusagen aus mir heraus...“ (S. 172)
- „Entspannen Sie Körper und Geist tief. Stellen Sie sich dann vor, dass Sie ruhig aus ihrem Körper heraustreten und neben sich stehen“ (S. 222)
- „Kehren Sie dann an den Ort zurück, wo Ihr Körper in bequemer Ruhelage verharrt...“ (S. 223).

Sogar „Workshops für Reisen außerhalb des Körpers“ (vgl. Ostrander/Schroeder, Super-Memory, S. 352) gehören zum Konzept des Superlearning (S. 341 ff).

### ***Transkommunikation***

Superlearning und Suggestopädie sind Techniken der spirituellen Transkommunikation. Die Schüler sollen lernen, mit unsichtbaren Wesen und Welten zu kommunizieren, so zum Beispiel mit

- dem „Unterbewusstsein“ oder „Unbewussten“ (vgl. Ostrander/Schroeder, Superlearning, S. 95 f, 144, 193)
- dem „Höheren Selbst“ (S. 164)
- einem „weisen alten Mann“ (S. 192)
- einer „grenzenlosen Intelligenz“ (S. 192)
- dem „Reich des Geistes“ (S. 192), in dem weder Zeit noch Raum existieren
- „strahlenden Lichtwesen“ (vgl. Ostrander/Schroeder, Super-Memory, S. 344)

Mittel und Medien der Transkommunikation sind vor allem

- Affirmationen, Suggestionen oder formelhafte Vorsätze sowie
- Visualisierungen, Visionen oder bildhafte Vorstellungen.

Dabei müssen sowohl die Affirmationen als auch die Visionen oder Visualisierungen positiv und antizipativ sein. Sie sollen die Ziele und Wünsche positiv zum Ausdruck bringen und so formuliert sein, als wären die Ziele schon erreicht, (vgl. Ostrander/Schroeder, Superlearning, S. 102, 135, 162). Außerdem wollen die angerufenen personalen und quasigöttlichen „Wesenheiten“ freundlich angesprochen werden (S. 163). Die „andere Welt“ antwortet mit

- „inneren Stimmen“
- Inspirationen oder Geistesblitzen
- „inneren Bildern“ oder Träumen und Visionen
- Emotionen und der Intuition (vgl. S. 187 – 193).

Das heißt, „außersinnliche Fähigkeiten bedeuten außergewöhnliche Informationskanäle.“ (S. 202)

### ***Transformation***

Superlearning und Suggestopädie sind Techniken der spirituellen Transformation. Sie vermitteln übernatürliche und außersinnliche Fähigkeiten, wie zum Beispiel das zweite Gesicht, Telepathie, Intuition, Präkognition (vg. S. 189), Schmerzunempfindlichkeit, Levitation (d. h. Schweben des Körpers). Zuweilen gibt es auch Hinweise woher das Supergedächtnis stammt. Es ist der Zugriff auf die so genannte Akasha-Chronik, auf eine Art Super-Computer, in dem angeblich das gesamte Wissen unseres Universums gespeichert ist und der offensichtlich nur im Zustand der Trance angezapft werden kann (vgl. Ostrander/Schroeder: Super-Memory, S. 303 ff, 344).

### **Grundlagen und Quellen**

Die Grundlagen und Quellen der Suggestopädie und des Superlearning sind kein Geheimnis. Der Begründer dieser „Lernmethoden“ studierte in Indien Yoga und experimentierte jahrelang mit Hypnose. Yoga ist eine religiöse oder besser gesagt okkulte und magische Lehre. Yoga soll mit „Gott“ bzw. mit dem „Göttlichen“ verbinden (vgl. Franzke: Meditation und Yoga); Hypnose gilt als wissenschaftliche Methode, die angeblich mit dem Unbewussten verbindet (vgl. Franzke: Vorsicht! Hypnose). Hypnose und Yoga führen in veränderte Bewusstseinszustände und vermitteln früher oder später übernatürliche oder gar magische Fähigkeiten.

Die zentralen Techniken des Superlearning sind in Wirklichkeit uralte Techniken aus den Religionen des Fernen Ostens. Dazu gehören zum Beispiel auch die **Yogischen Augentechniken**, bei denen die Augen leicht nach oben gerichtet werden müssen und die Praktik mit der Zunge den oberen Gaumen zu berühren. Ersteres findet sich sowohl in den Heiligen Schriften des Hinduismus als auch in den Heiligen Schriften des Sikkismus. Dort dient diese „Meditation auf das Dritte Auge“, bei der der Blick auf die Nasenwurzel und/oder auf die Nasenspitze gerichtet wird, der Öffnung für die transzendente Welt und der Kontaktaufnahme mit den Gottheiten (z. B. Krisna). Letzteres findet sich zum Beispiel in den Meditationsanleitungen des Dalai Lama.

Die oben genannten Entspannungs-, Atem- und Visualisierungsübungen (oder -techniken) des Superlearning finden sich fast in jedem modernen Lehrbuch über Magie, Hexerei und Schamanismus (vgl. Franzke 1998, 2001).

### **Beurteilung und Kritik des Superlearnings und der Suggestopädie**

Die zentralen Grundtechniken der Suggestopädie und des Superlearning sind keine modernen Unterrichtsmethoden, sondern bekannte Praktiken aus den Religionen des Fernen Ostens, aus der Magie sowie aus dem Schamanen- und dem Hexentum.

Wie alle okkulten Praktiken und magischen Rituale (bequem machen, Rückenlage, Lotussitz, Augen schließen, konzentrieren, visualisieren) führen sie in veränderte, tranceartige oder tranceähnliche Bewusstseinszustände, die früher oder später das „Tor zu neuen Welten“ öffnen. Sie bringen die Lernenden in Kontakt mit unsichtbaren Wesenheiten, denen personale und quasigöttliche Fähigkeiten (Allwissenheit, Supergedächtnis) zugesprochen werden. Die angeblich existierenden „inneren Potenziale“ sind in Wirklichkeit *transzendente Potenziale*, die im Zustand der Trance aktiviert werden können.

Schamanismus und Magie lehren jedoch: In einem veränderten Bewusstseinszustand, im Zustand der Trance öffnet sich die Tür zur Welt der Götter, Geister und Dämonen. Mit anderen Worten: Im suggestopädischen Unterricht werden Schüler und Studenten zu *spiritistischen Medien*, zu Kanälen und Werkzeugen transzendenter Mächte, die ihnen übernatürliches Wissen und phänomenale Gedächtnisleistungen geben.

### **Biblische Sicht**

Aus biblischer Sicht handelt es sich eindeutig um Magie und Wahrsagerei, um eine Form der Kommunikation und Kooperation mit bösen Geistern und Dämonen, die Medizinmänner, Schamanen, Magier, Hexen und Yogis schon seit Jahrtausenden und auch heute noch in anderen Ländern und Kulturen nutzen.

Das Wort Gottes verbietet jede Form der Kommunikation und Kooperation mit diesen Mächten, weil sie böse sind und nur kommen, um zu stehlen, zu zerstören und zu töten (vgl. 5. Mose 18, 9 ff; Joh 10,10).

Im Übrigen können nicht nur böse Geister (und Dämonen) helfen, sondern auch der Geist Gottes, der Heilige Geist. Wer ein rechtes Verhältnis zu Gott hat und wiedergeboren ist, dem kann Gott die Gabe schenken, die er in seinen Dienst für Gott (!)

braucht. Das kann unter Umständen auch ein gutes Gedächtnis sein, oder die Fähigkeit, besonders schnell lesen, lernen und schreiben zu können.

Es gibt also keinen vernünftigen Grund, Kindern und Jugendlichen in der staatlichen Pflichtschule einzig und allein okkulte und magische Lern- und Unterrichtsmethoden aufzudrängen; vor allem deshalb, weil es auf dieser Welt nichts umsonst gibt. Wunder haben ihren Preis: Je besser das Gedächtnis, je schneller der Lernprozess, desto höher ist der Preis, den man früher oder später zahlen muss!

## **Empfehlung**

Halten Sie sich und Ihre Kinder *fern* von allen Formen des Superlearnings und der Suggestopädie. Dies sind *keine* harmlosen Lern- oder Unterrichtsmethoden, sondern uralte okkulte und magische Praktiken, die Menschen mit der Transzendenz in Kontakt bringen. Meiden Sie Räume, Personen und Musikrichtungen, die Sie in Trance bringen könnten.

Schließen Sie *nicht* die Augen, blicken Sie *nicht* leicht nach oben, nehmen Sie *keine* rituelle Körperhaltung ein. *Meiden* Sie Kurse und Seminare, zu denen Sie warme Socken und eine Isomatte oder Woldecke mitbringen müssen. Konzentrieren Sie sich *nicht* auf „einen Punkt“. Schalten Sie *nicht* den Verstand und das Denken ab; versuchen Sie *nicht*, (bei geschlossenen Augen) im Geiste ein klares Bild wie auf einem inneren Bildschirm zu sehen. Machen Sie *keine* Entspannungs- und Atemübungen. Das gleiche gilt für Ihre Kinder.

Lassen Sie sich *nicht* erzählen, dass wir „alle behindert“ sind (vgl. Superlearning, S. 171), weil wir nicht über die magischen Fähigkeiten der Entspannung, Tranceeinleitung und Visualisierung verfügen, die allein Yogis, Magier, Hexen und Schamanen für ihre Zwecke benötigen. Dennoch, die Drohung steht im Raum: „Das Erlernen irgendeiner Entspannungstechnik wird vielleicht einmal zum regulären Unterrichtsprogramm eines jeden Kindes gehören.“ (ebd., S. 126)

## **Literaturnachweis**

Bochow/Wagner: Suggestopädie (Superlearning). Grundlagen und Anwendungsgebiete. Stuttgart 1988; Ostrander/Schroeder: Super-Learning. Die revolutionäre Lernmethode. Bern 1980; Diess.: Super-Memory. Bern 1992; Hinkelman, G. (Hrsg.): Superlearning und Suggestopädie. Ausgewählte Aufsätze. Bremen 1986

## **Vertiefende Literatur vom Autor**

Franzke, R.: Was ist Schamanismus? Lage 1998; Ders.: Entspannungstechniken, Lage 1999 a; Ders.: Visualisierung – Hilfe durch innere Bilder? Lage 1999 b; Ders.: Magie. Lage 2001; Ders.: Vorsicht! Hypnose. Hannover 2002; Ders.: Meditation und Yoga. Hannover 2002