

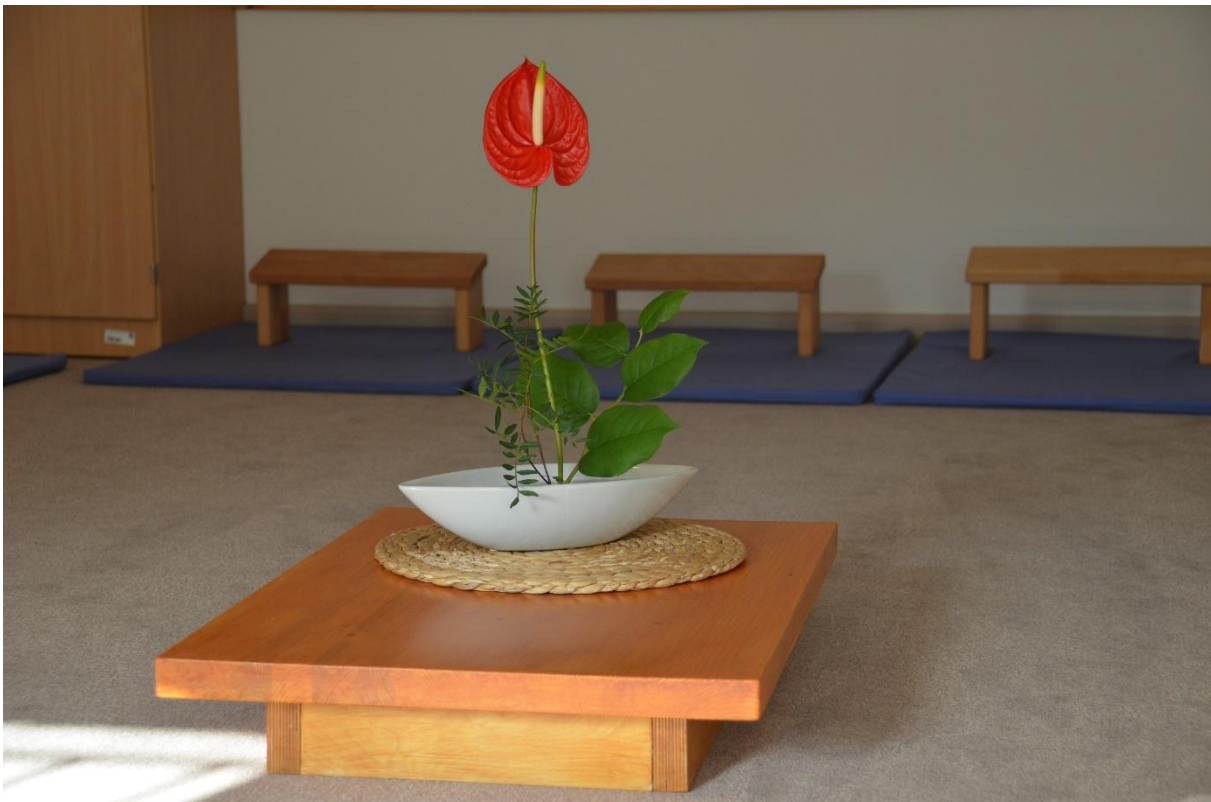
Sich besinnen

Wieder einmal etwas Neues. Was soll das werden? Wird es uns wieder mehr Arbeit verschaffen? Ich kann damit nichts anfangen.

So, oder ähnlich mögen die Befindlichkeiten gewesen sein, als laut über einen Raum der Stille nachgedacht wurde. Mit viel Engagement und Optimismus ging eine Gruppe Lehrer und Schüler unter Federführung von Frau Beesdo die Einrichtung eines Raumes der Stille an. Unterstützung erfuhren sie durch die Schulleitung, die Hausmeister unserer Schule und die Stadtverwaltung. So konnte der Raum der Stille im Herbst des letzten Jahres eingeweiht werden. Was möchten wir der Schulgemeinschaft übermitteln.

Jeden Tag erfahren Lehrer und Schüler eine Fülle von Informationen und neuen Aufgabenstellungen. Täglich müssen sich alle neu bewähren und sich den Anforderungen des hektischen Alltags stellen. Manchmal geht dies bis an die Grenzen des Machbaren.

Wie würden Schüler, Lehrer oder die Schulleitung wohl reagieren, wenn wir einfach sagten, jetzt ist Schluss, ich benötige eine Auszeit. Habe ich das Recht, mich in eine Ecke zurückzuziehen, mich zu besinnen, neu zu sammeln, um mich wieder den Anforderungen mit voller Kraft stellen zu können? Wo kann ich mich zurückziehen, wo kann ich mich fragen, wie soll es weitergehen, was kann ich tun um mich neu zu entdecken? Bisher blieb uns nur der Rückzugsraum zu Hause in den Familien, bei Freunden, aber nicht während des Alltags in der Schule.



Der Raum der Stille bietet Schülern und Lehrern nun eine solche Möglichkeit. Wir haben das Recht uns in den Pausen, bei angebotenen Meditationsübungen, oder ganz individuell zu besinnen und den Raum der Stille zu nutzen. Einzelne oder in Gruppen finden wir uns zusammen, Stille zu genießen, all das, was uns bedrückt neu zu bedenken, oder zu vergessen, Sorgen des Alltags einfach auszublenden und durch uns selbst neue Impulse zu suchen und zu finden. Jeder der den Raum der Stille für sich in Anspruch nimmt, möge

sich neu entdecken und Anregungen für sich aus sich heraus sehen. Wir möchten mit dem Raum der Stille eine Möglichkeit bieten, sich kurzzeitig vom Alltag zu entfernen. Vielleicht zu verstehen, dass Schule nur eine Chance für das Leben darstellt.

Gern bietet besonders Frau Beesdo Meditationsstunden an. Diese sind teilweise thematisch orientiert, wie das Weihnachten oder vor Ostern war. Aber auch die freie Gestaltung von Meditationsmöglichkeiten ist gegeben. Natürlich können auch Klassen oder Gruppen, den Raum nutzen, um im kommunikativen Prozess, Probleme, Sorgen oder Impulse für die weitere Arbeit zu gestalten. Sich als Team, als Individuum zu besinnen, sich in den gedanklichen Mittelpunkt zu stellen, daraus Mut und Anregungen zu entdecken ist der schönste Anspruch für einen Raum der Stille. Lassen Sie uns, lasst uns Stille genießen, sie ist Lebenselixier und Freude zugleich.

Gruppe Raum der Stille