

Hörsinn Ganz Ohr

Bereits als Embryo nehmen wir über das Gehör permanent Schwingungen wahr – von kleinsten Geräuschen bis zum Herzschlag der Mutter. So schafft es schon vorgeburtlich eine enge Verbindung zur Außenwelt, die bis kurz vor dem Tod erhalten bleibt und empfindsam macht.

Denn unsere Ohren sind immer auf Empfang und in der Lage, mehr als doppelt so viele Sinneseindrücke zu verarbeiten wie die Augen. Sie horchen tief, geben Auskunft über die innere Beschaffenheit der Dinge sowie Einblicke in die Stimmungen, Gedanken und Gefühle unseres Gegenübers. Doch damit nicht genug: Unser Ohr ist ein äußerst vielseitiges Instrument, ein ganzes Orchester gar, in dem – neben Pauken(höhle) und (Ohr-)Trompeten – Trommelfell und Bogengänge eine wichtige Rolle u. a. für unser Gleichgewicht sowie den Druckausgleich spielen. Darüber hinaus warnt uns der Hörsinn vor Gefahr. Dabei werden wir alarmiert von Hammer und Amboss, zwei von insgesamt drei winzigen Gehörknöchelchen mit großtönenden Namen, die für die Übertragung von Schallwellen ins Innenohr verantwortlich sind, wo sich Flüssigkeit und Haarsinneszellen befinden. Werden diese in Bewegung versetzt, wird ein sensorischer Reiz ausgelöst, der über den Hörnerv ins Gehirn gelangt und im ganzen Menschen resoniert.



Hörsinn

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	JULI			

LauschTagebuch

inspiriert durch Konstanze Schubert



Für diese Übung, der ich mich für drei Wochen widme, wähle ich zwei Orte aus: einen Lieblingsplatz innerhalb der Wohnung, an dem ich mich täglich fünf bis zehn Minuten lang der Ruhe hingebe, sowie eine Stelle im Freien, die ich einmal pro Woche für 20 Minuten aufsuche. Ich beginne das Lauschen mit einem immer gleichen Klang-Zeichen. Anschließend richte ich mein Hören aus: Wohin horche ich gerade – nach innen oder außen? Was drängt sich auf? Kommt es aus der Nähe oder tönt es von fern? Gibt es Wiederholungen, Variationen, Steigerungen oder ein Abklingen? Welche Assoziationen wecken die Geräusche von draußen und was stellt sich in meinem Inneren ein? Ich versuche, diese Wahrnehmungen in einem Bild oder Gedicht festzuhalten, das meine täglichen Notizen zu dieser Übung ergänzt. Diese sortiere ich in Woche vier und fasse sie auf etwa drei bis fünf Seiten zusammen. Dabei leiten mich folgende Fragen: Was ist mir begegnet? Wie habe ich diese Begegnung empfunden? Welche Sinne waren beteiligt? Was hat das Erleben bei mir ausgelöst oder sogar verändert?

07 | Audiopädie *Mut zur Stille*

Ständig sind wir von Geräuschen umgeben, werden angefüllt mit Schall, Klang und Tönen, mit mehr oder minder willkommener Musik bzw. schlichtweg Lärm. Letzterer begegnet uns in Bus und Bahn oder bei der Arbeit, verfolgt uns aus dem Kaufhaus bis in die eigenen vier Wände, wo der Kühlschrank surrt, die Nachbarn streiten und Flugzeuge über den Dächern kreisen. Hören wir all das, was da permanent durch unsere Sinnesorgane rauscht, tatsächlich? Was gelangt nicht nur ins Ohr, sondern bleibt im Kopf, erreicht vielleicht sogar unsere Herzen?

Echtes Horchen, das mit großer Aufmerksamkeit einhergeht, stellt einen sozialen Prozess dar, bei dem wir uns zu etwas oder jemandem in Beziehung setzen. Er braucht Zeit und Stille – „kostbare Güter und wichtige Qualitäten, die von allein heutzutage nicht mehr anzutreffen sind“, schreibt Reinhild Brass in ihrem Grundlagenwerk „Audiopädie – Ermutigung für eine neue Pädagogik“. Als Lehrerin an der Widar Schule in Wattenscheid entwickelte sie vor diesem Hintergrund in den 1980er-Jahren ein Konzept für den Musikunterricht, das mittlerweile sogar in Japan zum Einsatz kommt.



Als Grenzgängerin zwischen Kunst, Pädagogik und Therapie will die Audiopädie durch Bewegung, Improvisation und Momente der Ruhe das (Zu-)Hören vertiefen. In der Stille lernen Kinder wie Erwachsene, auf die Geräusche ihrer Umgebung mehr zu achten und diese sowie die eigene körperlich-seelische Verfasstheit zu spüren. „Das macht vielen zunächst Angst“, weiß **KONSTANZE SCHUBERTH**. Je mehr man sich aber darin übe, umso mehr könne Stille uns auch wieder in Einklang mit uns selbst und unserer Umwelt bringen.

Schuberth bietet an der **AKADEMIE FÜR WALDORFPÄDAGOGIK** in Mannheim einen Zertifikatskurs für Audiopädie an, der sich an angehende und praktizierende LehrerInnen richtet. In der Fortbildung erfahren sie u. a., wie sich Sinnesaktivitäten nicht nur mit Gongs, Stäben oder Triangeln anregen lassen, sondern auch wie durch klangliches Ergründen von Alltagsgegenständen künstlerische Initiativkraft und Gemeinschaft entstehen. Zum erweiterten Instrumentarium des inklusiven Ansatzes gehören unterschiedlichste Materialien wie Holz, Stein, Papier oder Wasser und die menschliche Stimme: „Diese ist wie das Gehör für den Lehrberuf essenziell“, betont die Mannheimer Dozentin. Schließlich sehen sich PädagogInnen jeden Tag mehrere Stunden enormen Stimmanforderungen und Geräuschpegeln ausgesetzt. Von entsprechend zentraler Bedeutung sei es, in der Ausbildung von LehrerInnen über Sprache und Gesang die Stimme zu stärken sowie Hörhygiene zu fördern, damit diese auch nach Jahren im Schuldienst noch die Stimmung im Klassenraum fein erfassen und sensibel darauf reagieren können sowie die Chance haben, „Hör-Räume“ für die Kinder zu schaffen.

Mehr erfahren:
www.akademie-waldorf.de