RÄUME DER STILLE
In der Wunderkammer

Abschalten mitten im Adventstrubel ist gefragt wie nie: Bahnhöfe, Krankenhäuser, Unis, Polizeistationen schaffen Zonen der Entschleunigung – für Architekten eine Idee mit Zukunft.

VON ULRICH GINEIGER
© Rheinischer Merkur Nr. 49, 06.12.2007

Der Gast schwärmt stumm. „Es ist überwältigend“, schreibt er ins Besucherbuch. Er hat die Tür zum „Raum der Stille“ im nördlichen Torhaus des Brandenburger Tores hinter sich geschlossen. Vom Lärm der Metropole bleibt leises Rauschen. Wer sich eben noch an Touristen vorbeigekämpft hat, wird plötzlich mit sich selbst konfrontiert. Die vornehme Neutralität erzeugt eine Stimmung, die es kaum möglich macht, laut die Stimme zu heben. Angebote wie dieses sind beliebter denn je, erst recht in der Adventszeit, wenn Las-Vegas-gleiche Weihnachtsmärkte die Besinnung überdröhnen. „Stille Räume sind Zufluchtsstätten von einer Welt der Hektik, des sofort Erreichbaren und eines ständigen Online-Zustandes“, sagt die Architektin Natascha Grap von der Bauhaus-Universität Weimar. Sie spricht von „Räumen der Slow Motion“, in denen Zeit und Raum gerinnen.

Dieser Besinnungs- und Gerinnungsprozess wird jedoch nicht nur als saisonale Auszeit genutzt. Es geht um mehr als modische Wellness für die Seele. Die Berliner Polizeidirektion 1 in der Pankstraße (Verwaltungsbezirk Reinickendorf und Pankow) hat im vergangenen Jahreinen Raum der Stille eingerichtet für Opfer von Gewalt. Im Zimmer stehen helle Möbel, die Wände leuchten in kräftigem Gelb. Man wolle „Zeichen setzen für einen sensiblen Umgang mit Opfern und Zeugen“, hieß es in einer Pressemitteilung bei der Eröffnung. Im Alltag erwies sich der Raum als Anlaufstelle für eine weitere Personengruppe: die Polizeibeamten selbst. Viele Kollegen seien durch Ereignisse in den Einsätzen traumatisiert, berichtet Christina Jerbi, Opferschutz-beauftragte in der Polizeidirektion 1: „In einer extrem belastenden Situation zu sich selbst zu kommen ist unbeschreiblich wertvoll.“ In diesem Raum werde geweint, gelacht, geschwiegen. Opfer von Straftaten könnten hier über Themen sprechen, die am Schreibtisch eines Dienstzimmers nicht artikulierbar seien. Der Raum war Rettungsanker in Situationen, die Christina Jerbi als kaum mehr erträglich beschreibt: „Stellen Sie sich vor, Eltern eines ermordeten Opfers sitzen neben dem potenziellen Mörder auf dem Flur vor der Erstvernehmung. Das ist nicht zumutbar. Hier bietet der Raum der Stille einen Weg zu einem respektvollen Umgang.“ Seit es diese besonderen Quadratmeter gibt, führt die Opferschutzbeauftragte ein Gästebuch, in dem unter anderem eine Mutter – Opfer häuslicher Gewalt – gemeinsam mit ihren Kindern festhielt: „Der Aufenthalt in diesem Raum war eine wunderbare Erfahrung.“

Auch die Bahnhofsmission Zoo in Berlin, die Anlaufstation für Nichtsesshafte, hat einen entsprechenden Raum eingerichtet. Tagsüber können sich Besucher – unabhängig von ihrer gesellschaftlichen Schicht – in das abgedunkelte Zimmer zurückziehen und zur Ruhe kommen. Viele Nichtsesshafte suchten die Einrichtung auf, um der Distanzlosigkeit der Straße zu entfliehen. Für Christian Block, den Leiter der Mission, gibt es eine Gemeinsamkeit zwischen Wohnungslosen und Reisenden, die für beide Gruppen ein Verweilen in Ruheräumen interessant macht: „Menschen, die unterwegs sind, ihrer ursprünglichen Wurzeln ganz oder teilweise entfremdet, fühlen sich angezogen von Oasen, in denen die Zeit zu stehen scheint.“ Die Stadtmission Berlin hat auch im neuen Berliner Hauptbahnhof eine Zone der Stille geschaffen.

Oft sind die Angebote kirchlich inspiriert und finanziert, erkennbar soll das jedoch nicht immer sein. Die Jesuiten betreiben in der Leipziger Sternpassage einen Raum der Stille, in dem auf religiöse Darstellungen verzichtet wurde. Nur ein blaues und ein braunes Farbband auf einer weißen Wand stehen für Himmel und Erde, die sich an einer schmalen Stelle berühren. Ansonsten besteht das Ambiente aus schlichter Möblierung, einem weichen Teppich, warmen Farben und einer punktuellen Ausleuchtung, die den Charakter der Ruheoase unterstreicht. „Hier leben 85 Prozent Nichtchristen“, sagt Susanne Schneider von der Ordensgemeinschaft der Missionarinnen Christi, „und um die können wir uns kümmern.“

„Kümmern“ meint zunächst das unverbindliche Angebot für Passanten in der Leipziger Innenstadt, in dem großzügigen Raum zur Besinnung zu kommen. Zudem werden mehrmals wöchentlich Andachten angeboten. Manche Besucher, berichtet die Ordensfrau, ziehen die Schuhe aus und legen sich für Minuten auf den Teppich. Andere gehen still auf und ab. Niemand wolle angesprochen werden: „Wer hierher kommt“, resümiert sie, „meditiert, versucht, an einem Problem zu arbeiten, oder will nur die Seele baumeln lassen.“ Der Unterhalt dieses Raums wird zum Großteil finanziert vom Bistum Dresden-Meißen.

Die Geschichte der Räume der Stille begann 1994 in Berlin. Der Prototyp ist heute im Nordflügel des Brandenburger Tores installiert. Ein blaues Plakat auf einem Metallständer weist Passanten auf das Angebot hin. Touristen suchen die Ruhe ebenso wie Stammgäste der Berliner Bevölkerung. Die Gegenwelt zum Alltag misst etwa 30 Quadratmeter. Ein Dutzend Stühle stehen im Halbkreis, ein Wandteppich in warmen Farben und dem Titel „Licht, das die Dunkelheit durchdringt“.

„Jede Art von Zurschaustellung haben wir vermieden“, erklärt Maria Diefenbach, die Initiatorin und Vorsitzende des Vereins „Förderkreis Raum der Stille“. Die Phantasie des Besuchers soll also sich selbst überlassen sein. Nur ein faustgroßer Sandstein liegt demonstrativ auf dem Boden – eine indirekte Aufforderung, sich gedanklich in der Disziplin der Standfestigkeit zu üben. Cremefarbene Vorhänge vor den drei Fenstern tauchen den Raum in weiches Licht. In den zwölf Jahren des Bestehens füllten sich mittlerweile 40 Gästebücher, in denen sich immer wieder die Worte „Danke“ und „Wohltat“ finden. „Meine erste Empfindung beim Betreten war – ich fühlte mich wie von einem Blitz getroffen“, erinnert sich Maria Diefenbach. Mit der Installation des Raums verbindet sie die ursprüngliche Botschaft des Brandenburger Tores, das vor 200 Jahren als Friedenstor errichtet wurde. „Der Raum ist eine ständige Aufforderung zur Geschwisterlichkeit und Toleranz der Nationalitäten und Anschauungen – aber auch eine Mahnung gegen Fremdenfeindlichkeit und Rassismus“, betont Diefenbach. Es sei verblüffend, dass schon Kinder sprachlos diese Botschaft in sich aufnähmen.

„Anfangs wurden wir belächelt“, erinnert sich Maria Diefenbach. Nach der Wendezeit machte sie sich gemeinsam mit einer Gruppe von Christen aus Ostberlin stark für die Installation eines Raums der Stille. Eine bekannte Mitstreiterin fand sie schließlich in Hanna-Renate Laurien, der ehemaligen Präsidentin des Abgeordnetenhauses. Durch einen Zufall wurde man auf einen frei stehenden Raum im Brandenburger Tor aufmerksam. Vorbild für die Ausgestaltung des Objektes war der Meditationsraum, den der frühere Uno-Generalsekretär Dag Hammarskjöld 1961 im Uno-Gebäude in New York einrichten ließ. Finanziert wird der Unterhalt durch Spenden und Mitgliedsbeiträge.

Auch immer mehr Krankenhäuser bieten Räume der Stille, wie die Asklepios-Kliniken der Landesbetriebskrankenhäuser in Hamburg. Unabhängig von Religion und Weltanschauung sollen die Räume Patienten, Angehörigen und Mitarbeitern als Rückzugsmöglichkeit offen stehen. Räume der Stille gibt es mittlerweile auch an Universitäten wie in Hamburg, Oldenburg, Karlsruhe, Würzburg oder Frankfurt am Main.

© Dipl. Psychologe Werner Hübner / www.werner-huebner.de

An der Fachhochschule München legt man besonderen Wert auf die überkonfessionelle Ausrichtung: Der Raum soll auf Studierende aller Religionsgemeinschaften und Weltanschauungen einladend wirken. Der bayerische Landtag leistet sich ein derartiges Rückzugsgebiet; im Münchner Flughafen wurde ein „multireligiöser Gebetsort“ reserviert. Sogar der Weltfußballverband Fifa gönnt sich in der neuen Zentrale besinnliche Quadratmeter. Attraktive Schweigestandorte sind die Brennpunkte der Metropolen – in Firmen, Universitäten, öffentlichen Räumen, Kliniken, großen Messen, Museen und Behörden. Was sie gemeinsam haben, erforscht die Architektin Natascha Grap von der Bauhaus-Universität Weimar mit ihren Studenten. Gemeinsam geht man der Frage nach, wodurch die Räume Ruhe ausstrahlen, welche Materialien, Farben, welches Licht zum Einsatz kommt. „Sie haben“, meint Natascha Grap, „auch die Funktion von Kirchenräumen übernommen: Plätze, in denen der Mensch, losgelöst vom Alltag, zum Spirituellen kommt.“

Natascha Grap kann sich gut vorstellen, dass in nicht allzu ferner Zukunft ein Raum der Stille zur Regelausstattung von Wohnhäusern zählt. Dass derzeit immer mehr solcher „Entschleunigungsräume“ entstehen, lasse auf ein wachsendes Bedürfnis nach klar ausgewiesenen Rückzugsbereichen schließen. Ein spiritueller Raum muss nach Graps Auffassung eine Verlangsamung, eine Atmosphäre der Ruhe schaffen und zugleich mystische und poetische Dimensionen erschließen.

Der Kölner Psychologe und Psychotherapeut Werner Hübner, der seit Jahren den Begriff „Stille“ in seiner Arbeit thematisiert, sieht in der Sehnsucht nach Räumen der Stille einen Akt der Selbstverteidigung: Frühere Orte des Rückzugs und der Spiritualität seien vielen Menschen abhanden gekommen, zugleich nehmen Stresssituationen im beruflichen wie persönlichen Alltag weiter zu. „Also neigen wir zu Trotzreaktionen“, erklärt Hübner, „verweigern uns dem Akustikschrott und ziehen ins Exil der Stille. Wenn es sein muss, eben nur für 20 Minuten.“

Ein solcher Rückzug birgt Risiken und Nebenwirkungen für die Seele. Diese Beobachtung macht der Benediktinermönch Isaak Grünberger im Würzburger Haus St. Benedikt immer wieder aufs Neue. Dieses Haus, ein Ableger der Münsterschwarzacher Benediktinerabtei, versteht sich als offene Einrichtung für Menschen, die in der Großstadt zur Ruhe kommen wollen. Sie finden sie in einem Meditationsgarten sowie in zahlreichen spärlich ausgestatteten Zimmern und Gängen.

„Immer wieder kommt es vor, dass Menschen plötzlich in Tränen ausbrechen“, berichtet er. „Wer aus dem Trubel kommt und sich allein der Stille aussetzt, den holt häufig die Erinnerung an nicht bewältigte Situationen ein.“ In solchen Situationen bietet er begleitende Gespräche – oder auch nur körperliche Anwesenheit, die häufig dankbar angenommen werde. Insgesamt findet der Benediktinermönch das Phänomen großartig: „Es ist toll, dass es nun sogar in Firmen ausgewiesene Ruheräume gibt!“ Es wäre allerdings schade, wenn es auf eine Modeerscheinung hinauslaufe: „Diese Räume der Stille muss man kultivieren.“

Internet: www.ehg.fh-muenchen.de/stille.php
http://www.berlin-hidden-places.de/
© Rheinischer Merkur Nr. 49, 06.12.2007