

Zeitschrift: Schweizerische Lehrerinnenzeitung
Herausgeber: Schweizerischer Lehrerinnenverein
Band: 62 (1957-1958)
Heft: 1

Artikel: Frei werden für die Konzentration
Autor: Hofer-Werner, Gertrud
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-316676>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 14.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Frei werden für die Konzentration

Gertrud Hofer-Werner

Cornelia — noch kann sie kaum gehen — kniet vor dem Puppenbettlein, das sie zu ihrem ersten Geburtstag erhalten hat und bettet mit entschlossenen Händchen die rot-karierte Decke, das Kissen und die Puppe ein und aus: sie schüttelt das Bettzeug, drückt es in die Wiege, bettet die Puppe ein, hebt sie wieder auf: «Ufstah! — Betti gah!» Nachdrücklich, energisch und mit unermüdlichem Eifer betreibt das kleine Wesen dieses einfache Spiel.

Können wir eine solche Konzentration, wie sie schon klein Cornelia besitzt und übt, in unserer Zeit retten und erhalten? In manchem Schulhaus sind sich die Kollegen darüber einig, daß sie fast von Jahrgang zu Jahrgang schwerer zu finden und fertigzubringen sei. Mechanischer Lärm, Motorenbewegung, Schaufenster, Sport, Sonntagsbetrieb, die von Monat zu Monat zunehmende Häuser- und Menschenmenge absorbieren die Augen und Gedanken der Kinder dermaßen, daß es vom Lehrer schon eine erhebliche Kunst braucht, die Geister zu sammeln und bei der Sache zu halten.

Der Erwachsene empfindet den Mangel an Konzentration vorzüglich bei sich selbst und leidet daran. Er erlebt das Verlangen nach Ruhe, nach Sammlung, nach Zeithaben wie einen chronischen Sauerstoffmangel.

Was fehlt denn eigentlich? «Konzentration» bedeutet mit dem oder beim «Zentrum» sein. («Konzentrisch» heißt ja auf der Ebene des physischen Geschehens eine Konstellation von Kräften, die auf eine gemeinsame Mitte gerichtet sind, exzentrisch ist eine Bewegung, die diese Mitte verläßt und eventuell verliert.) Unter dem «Zentrum» verstehen wir die Sache, die einen Menschen in Arbeit, Betrachtung und Gestaltung bewegt. Wir verstehen darunter nicht minder die Seelenmitte, den Menschenkern, aus dem heraus die Kräfte der Arbeit, der Betrachtung und Gestaltung wachsen. «Konzentriert» ist ein Mensch dann, wenn die «Sache», die ihn bewegt, in seine «Seelenmitte» fällt, wenn er mit Herz und Geist in der Sache aufgeht. Er gibt sich dabei nicht nur aus, sondern er erneuert sich, weil er in seiner aufmerksamen und aktiven Hingabe an die Sache zugleich seinen seelischen Blutkreislauf in Bewegung bringt und seine geistigen Wurzeln streckt bis dorthin, wo sie Nahrung finden.

Schlagworte, Sprichwörter und Stempelzeichen regen zum Nachdenken an. Die Klage über die notorische Zerfahrenheit des heutigen Menschen ist zu einer solchen selbstverständlich akzeptierten Umgangswahrheit geworden. Zu Recht? Das müssen wir fragen. Vergleichen wir die heutige Schule mit irgendwelchen Schulverhältnissen früherer Jahrhunderte, so muß in die Augen springen, wie sehr wir heute die Schraube der Konzentration angezogen haben. Mit den Seligkeiten des Schwänzens, Treibenlassens, wie es Gott gefällt, des Träumens und der Schululke haben Staat und Pädagogen mit vereinten Kräften aufgeräumt. In vielen Schulen — zum Beispiel in Mittelschulen — sind die Lehrer so qualifiziert, daß sich die Schüler in keinem Fach mehr harmlos zerstreuen und entspannen können. Das Erwerbsleben hat sich in allen Zweigen hochspezialisiert. Fast in jedem Betrieb verhält es sich so, daß die jüngere Generation weit höhere Konzentration aufbringen muß als seinerzeit die frühere. Die Arbeitszeit hat sich allerdings im allgemeinen verkürzt, aber nur deshalb, weil der Mensch bei dem heutigen Arbeitstempo und der erfordernten Anspannung der Energie eine längere Arbeitszeit nur in Ausnahmeverhältnissen durchhielte. Für Saumseligkeit, Trödelei und Gemütlichkeit gibt es im heutigen Berufsleben kaum mehr Verständnis und Zeit wie früher. Schon allein der Weg zur Arbeit nötigt uns Konzentration auf fast bei jedem Schritt und jeder Kurve.

Wenn wir also unter «Konzentration» verstehen: eine Zusammenfassung unserer Aufmerksamkeit auf eine bestimmte Sache, die gerade durch unsere darauf gerichtete gesammelte Energie in die «Mitte» unseres Bewußtseins rückt, dann müssen wir feststellen, daß der heutige Mensch hohe Konzentration zustande bringen muß und bereits in der Schule darauf vorbereitet wird, seine Energien verdichtet in Denken, Geistesgegenwart und Arbeit umzusetzen.

Warum denn die Klagen über den Mangel an Konzentration und damit über den Mangel an Gedächtnis und an frischer Lebendigkeit? Vom Kind und vom Erwachsenen wird in einer Zeit, da allerorten die Arbeitskraft vom Wirtschaftsleben her betrachtet und überschätzt wird, ein so hohes Maß an Einsatzbereitschaft gefordert, daß das Bedürfnis nach Ausgleich, Entspannung und Zertreuung entsprechend anwächst. Nicht nur das. Angefangen beim motorisierten Haushalt mit Staubsauger, Radio, Näh- und Schreibmaschine, Roller und elektrischem Spielzeug aller Art in Küche und Kinderzimmer bis zur motorisierten Stadt, deren Baumaschinen knattern und deren Ein- und Ausfuhr an Waren und Menschen von Hebeln gelenkt surren und brummen und Sicht und Schritte dirigieren, konzentriert der Alltag nicht nur die Aufmerksamkeit, sondern er absorbiert sie und schwemmt sie vom «Zentrum» weg. — Mit der heute verlangten und geübten Konzentration verhält es sich schließlich so — und wir wenden uns damit der Hauptsache zu —, daß sie mehr und mehr als bloße Bezogenheit auf eine Sache verstanden wird, ohne jedoch in die Seelenmitte des Menschen zu fallen und dort fruchtbar zu werden. So sind vielleicht die Hände konzentriert, oder der Kopf ist es, die Seele aber bleibt abseits. Sie wird nicht angerührt im Grunde, wo die Quellen liegen, nur abgenützt und ermüdet an der Oberfläche. So fehlt der Arbeit, der Betrachtung, der Gestaltung die aktive Anteilnahme. Die Geistesgegenwart wird geübt ohne die Gegenwart des tieferen Geistes, der Seelenmitte.

Und doch ist es möglich, jetzt wie zu allen Zeiten, echte Konzentration, gerade als Abwehr gegen die Seelenverstopfung und -überbürdung durch die Fülle äußerer Ereignisse, in täglicher Übung zu pflegen; dann nämlich, wenn der Mensch in seiner Umwelt, wenn der Berufstätige in seiner Arbeit zur tieferen Einsicht gelangt in die Zusammenhänge, in denen er lebt. Wenn das Kind weiß, daß das Stücklein Wolle, an dem es stundenlang strickt, mit vielen gleichen bunten Vierecken vereint zu einer großen Decke zusammengenäht wird für Albert Schweitzer, den es lange schon kennt und dem es schon in mancherlei Form hat helfen dürfen, dann arbeitet es in innerer Beteiligung, es ist «dabei», obschon die Arbeit an sich eintönig ist. Wenn Buben den Zusammenhang zwischen elektrischem Licht und Schalter, zwischen Wasserhahn und Quelle, Antrieb und Verbrennung erleben, dann wird der eine die erfahrenen Zusammenhänge bastelnd und prübelnd selber anwenden, der andere kann durch die genaue Einsicht in technische Einzelheiten vom Zauber der technischen Welt frei werden: Was wir durchschauen, verstehen und überschauen, kann uns nicht mehr affizieren im Sinne der Ablenkung. Wir können uns ihm im Gegenteil bewußt zuwenden oder aber von ihm abwenden. Wir werden frei. Nicht die Technik an sich macht den Menschen zerfahren, sondern die dumpfe und ungeklärte Beziehung, in der er zu ihr steht. Sie lenkt als solche nicht ab von der Konzentration und der menschlichen «Mitte», sondern sie kann unter Umständen als lebendige Umwelt zum Objekt der Konzentration gemacht werden. Das ist wohl das bewährteste Mittel, um sie nicht positiv oder negativ zu überwerten, und um schließlich die Konzentration auf jene höheren Inhalte zu lenken, die wir für unser inneres Wachstum nötig haben und die unserer Besinnung und aktiven menschlichen Anteilnahme in hohem Maße bedürfen.