

## Natürliche Pädagogik



Ingrid Schlögel

# Natürliche Pädagogik

---

*Mit den Kindern von heute in Liebe wachsen*

param

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie;  
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über  
<http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Copyright © 2010 by Param Verlag, Ahlerstedt

Alle Rechte vorbehalten

Umschlaggestaltung

unter Verwendung eines Fotos von Andrea Marka

Wir danken

Simone Crämer, Christina Kessler und dem Christa Falk Verlag  
für die freundliche Genehmigung, Textauszüge abzdrukken.

*Gestaltung* ComGraphiX, Ahlerstedt

*Gesamtherstellung* Finidr, Cesky Tesin

ISBN 978-3-88755-405-7

[www.param-verlag.de](http://www.param-verlag.de)

Vorwort . . . . .	7
<i>Die neue Zeit ist jetzt</i> . . . . .	10
<i>Die Kinder der neuen Zeit</i> . . . . .	15

## Teil 1

---

# Grundlagen der Natürlichen Pädagogik

---

Wie ich zur Natürlichen Pädagogik fand . . . . .	25
Begriffsklärung . . . . .	31
Die Notwendigkeit einer Erneuerung . . . . .	34
Die zentrale Bedeutung der Natur . . . . .	42
Umsetzung . . . . .	50
<i>Waldkindergarten</i> . . . . .	50
<i>NatUrspielgruppen</i> . . . . .	55
<i>Waldkreativzeit</i> . . . . .	56
<i>Talentewerkstatt</i> . . . . .	58
Ziele und Veränderungspotenziale . . . . .	61
Sein statt Tun . . . . .	69
Grundaufgaben der Natürlichen Pädagogik . . . . .	80
<i>Grundbedürfnisse wahrnehmen und erfüllen</i> . . . . .	81
<i>Sich sicher fühlen können...81 / Sein dürfen...84 / Ge-</i> <i>sehen werden...91 / Gehört werden...95 / Sich selbst</i> <i>ausdrücken dürfen...102 / Der eigenen Energie folgen</i> <i>können...112</i>	
<i>Raum gestalten</i> . . . . .	116
<i>Anfang und eigener Innenraum...117 / Ausrichtung auf</i> <i>Herzensqualitäten...120 / Werte finden...122 / Eine Vision</i> <i>entwickeln...123 / Spontaneität und Kreativität...125</i>	
<i>Raum halten</i> . . . . .	126
<i>Den Fokus auf der Vision halten...127 / Durch Krisen</i> <i>begleiten...129 / Die Regeln einhalten...134 / Die Kollegi-</i> <i>alität pflegen...139 / Den Innenraum klar halten...140 /</i> <i>Die Gruppe zusammenhalten...143</i>	
Zusammenfassung . . . . .	145

Teil 2

**Herzensqualitäten**

Vorbemerkung . . . . . 153

Was ist Liebe? . . . . . 155

Wege ins Herz . . . . . 158  
*Selbstverpflichtung...160 / Stille...160 / Alleinsein...162 / Ins Herz atmen...162 / Ah sagen...163 / Bewusst in der Natur sein...163 / Langsamkeit und Innehalten...164 / Dankbarkeit...168 / Anerkennung...169 / Leichtigkeit, Verspieltheit, Freude...170 / Lachen...172 / Tanzen...174 / Singen und Chanten...176 / Summen...179 / Tanz-Meditation...181 / Augenkontakt...182 / Herzumarmungen...184 / Zusammenfassung...188*

Hilfen auf dem Weg . . . . . 190  
*Körper- und Energiearbeit...190 / Die eigene Kraft annehmen...194 / Wissen erwerben...199 / Herzenstexte lesen...205 / Atmen...205*

Herausforderungen . . . . . 208  
*Alles ist Spiegel...210 / Das innere Kind...217 / Fehler machen...226 / Mitleid und Mitgefühl...233 / Die Hingabe des Ego...240 / Selbstliebe...243*

Ein neuer Versuch: Was ist Liebe? . . . . . 248

Wie man Liebe lernt. . . . . 251

Wie Natürliche Pädagogik wirkt . . . . . 253

Teil 3

**Integration in die bestehenden Strukturen**

Inspirationen für die eigene Praxis . . . . . 263  
*Wir brauchen Zeit...263 / Wir brauchen kleine Gruppen...264 / Hinweise für Eltern...266 / Hinweise für Kindergärten...268 / Hinweise für die Schule...270*

Die Schule der Zukunft . . . . . 274

Nachwort . . . . . 281

# Vorwort

---

**D**ieses Buch ist ein persönliches Fachbuch. Ich vermittele Ihnen all mein Fachwissen aus meiner langjährigen Berufserfahrung und Forschertätigkeit kombiniert mit meinem persönlichen Entwicklungsweg. Es beinhaltet also viele autobiografische Details. Es soll zum einen nachvollziehbar sein, wie sich meine eigenen Richtlinien für eine erneuerte Pädagogik herausgebildet haben, zum anderen ist gerade pädagogisches Handeln ohnehin immer eine persönliche Interaktion. Wir können uns nicht heraushalten, sondern sind mit unserem gesamten Sein gefragt. Es gibt keine Trennung.

Ich habe Wachstumsprozesse an mir selbst genau studiert und nehme Sie daher auf eine Reise mit, bei der Sie nachvollziehen können, was mir weshalb wichtig ist, was sich als sinnvoll erwiesen hat und was sich wie umsetzen ließ. Es ist deshalb kein Ratgeber, sondern ein Wegweiser oder Reiseführer. Dabei geht es auch um eine Reise zu sich selbst, zum eigenen Herzen.

Es ist an alle Menschen gerichtet, die in einer Zeit der Veränderungen Orientierung suchen, die spüren, dass sich vieles, was bisher ganz gut funktioniert hat, mehr und mehr auflöst. Ich wende mich an alle, die mit Kindern und Jugendlichen zu tun haben, beruflich und privat, also fast alle Menschen. Denn es geht mir nicht darum, eine Art neue Methode vorzustellen, ein Rezept, sondern ein Bewusstsein dafür zu schaffen, dass es wichtig ist, unserer Jugend wieder Vorbild zu sein, damit wir sie nicht allein im Regen stehen lassen. Da sind meiner Meinung nach alle gefragt, weil wir alle zusammen »die Gesellschaft« sind, in die unsere Kinder hineinwachsen. Kinder und Jugendliche sind heute massiv auf der Suche nach Orientierung und da kann jeder, gleich welchen Alters, hilfreich sein.

Ich möchte möglichst viele Menschen bewegen, sich für die Anliegen der Kinder ganz einzusetzen. Da kann jeder etwas tun. Kinder sind noch ganz mit der unbegrenzten Liebe verbunden. Wenn wir uns von ihnen führen lassen, können wir uns alle weiterentwickeln. Kinder sind unsere wahren Schätze.

Ich zeige Wege, wie wir aus dem Getriebensein des Alltags aussteigen können in eine selbstbestimmte Lebensweise, wie wir Verantwortung für uns selbst übernehmen und wie sich das auf unser Zusammenleben mit Kindern auswirkt. Mein Anliegen ist, dass Erwachsene und Kinder mit ihrer Seele, ihrem Wesenskern verbinden beziehungsweise verbunden bleiben und aus diesem heraus am neuen Zeitalter mitarbeiten.

Da ich mich schon sehr lange damit beschäftige und seit vielen Jahren mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen arbeite, habe ich natürlich ein besonderes Faible für Eltern, sowie für Erzieherinnen, Lehrerinnen, Sozial- und Heilpädagoginnen und verwandte Berufe. In all diesen Bereichen habe ich selbst Erfahrungen gesammelt. Deshalb zeige ich konkret nachvollziehbare Möglichkeiten auf, wie ich ganzheitliches Wissen umgesetzt habe. An meinem eigenen Weg und an vielen Beispielen aus der Praxis können Sie nachvollziehen, wie so ein Übergang von alten inneren und äußeren Strukturen gelingen kann. Es ist also ein Fachbuch für Pädagogik und Erziehung und durch die persönlichen Geschichten dazu möchte ich die Hintergrundtätigkeit in diesem Bereich transparenter und lebendiger vor Ihrem inneren Auge entstehen lassen.

Ich möchte Mut machen und all jenen Impulse geben, die die neue Energie umsetzen wollen, die mitgestalten wollen an einer liebevolleren, friedlicheren, gerechteren Welt. Ich werde das ganze Spektrum des Menschseins ansprechen, das weit über einen üblichen Begriff von Pädagogik hinausgeht. Es wird vielleicht einige Ihrer bisherigen Gedankengebäude durcheinander werfen. Das ist von mir gewollt, denn nur wenn wir bereit sind, alte Strukturen aufzugeben, Luft und Raum zwischen unsere festen Vorstellungen eindringen zu lassen, kann Offenheit für Neues entstehen. Ich möchte gerne aufrütteln und aufwecken, so wie Frau Holle die Betten ausschüttelt.



Lesen Sie die Texte mit Ihrem Herzen und Sie werden verstehen und begreifen, was ich meine. Lassen Sie Ihren kritischen Verstand ruhig mitlesen, aber lassen Sie ihn nicht entscheiden, was Wahrheit ist. Überprüfen Sie, was ich sage, am besten, indem Sie etwas davon ausprobieren, dann finden Sie Ihre eigene Wahrheit.

Im Laufe meiner persönlichen Rückverbindung mit meiner eigenen Essenz hat sich in mir eine starke Verbindung zu universellen Mutterenergien gezeigt. Ich fühle mich mit der Kraft der ägyptischen Göttin Isis verbunden, mit der Mutter Maria und Maria Magdalena aus dem Urchristentum, mit White Buffalo Woman aus dem indianischen Zusammenhang, Lady Nada, ein Weisheitswesen, das für bedingungslose Liebe steht und Mutter Erde. Ich fühle mich mehr und mehr aus der Kraft einer Stammesmutter schreiben, einer Frau, die sich für das Wohl der Kinder, Mütter und Väter einsetzt, deren Anliegen zu ihren eigenen geworden sind. Dieses alte Wissen für die Wertschätzung alles Lebendigen und eine menschenwürdige Gestaltung unserer Zukunft einzusetzen, ist für mich das Beste, was ich tun kann, um für die nächsten sieben Generationen eine gute Basis zu schaffen.

In der Darstellung meiner Erfahrungen und der Natürlichen Pädagogik werden Sie immer wieder Hinweise auf schon Gesagtes finden, Anknüpfungspunkte. Das entsteht dadurch, dass alles, was ich darstelle, mit allem zusammenhängt. Sie dürfen sich das wie ein großes Netz vorstellen. Ich beginne an einem Punkt zu erzählen und schildere einen Aspekt nach dem anderen. Diese einzelnen Fäden verbinde ich dann zum Netz. Daraus ergeben sich manchmal Wiederholungen. Die sind beabsichtigt, um das große ganze Bild vor Ihrem inneren Auge entstehen zu lassen. Sie sind herzlich eingeladen, Ihre eigenen Verbindungen herzustellen und damit das Netz weiterzukuäpfeln.

Ich beginne mit allgemeinen einleitenden Begriffsklärungen und Darstellungen der Ist-Situation. Im ersten großen Teil schildere ich meine Tätigkeit im Rahmen der Natürlichen Pädagogik, wie ich sie nenne, damit Sie sich ein möglichst konkretes Bild machen können. Ich nenne die Rahmenbedingungen und Grundprinzipien, die dann auf andere Tätigkeitsbereiche ausgedehnt und angewendet werden können.

Im zweiten Teil zähle ich Ihnen alle Wege auf, die ich gegangen bin, um diese Anforderungen für eine Neue Pädagogik überhaupt erfüllen zu können. Es sind Anregungen, praktische Möglichkeiten, die Sie umsetzen können oder Sie entdecken eigene. (Alle ausgeführten Methoden vermittele ich auch in meinen Fortbildungen.) Auch von Schwierigkeiten und Herausforderungen ist ausführlich die Rede, weil Übergänge eben nicht immer ganz glatt verlaufen, sondern heikle Prozesse sind, die besondere Aufmerksamkeit verlangen.

Am Ende gebe ich noch Hinweise für Veränderungen in Familie, Kindergarten und Schule. Besonders die Schulen liegen mir am Herzen, weil derzeit so viele Menschen darunter leiden und in ihrer Lebensqualität und Gesundheit massiv beeinträchtigt sind. Besonders wünsche ich mir, dass alle, die in neuen pädagogischen Initiativen arbeiten, durch dieses Buch ein tieferes Verständnis für ihre eigene Situation bekommen. Alle Beteiligten stehen ja noch mit einem Bein im Alten und mit einem anderen im Neuen. Genau dafür sind meine Methoden gedacht und hilfreich, weil oft eine Menge Heilung und Öffnung, Mitgefühl und Klarheit, Entschlossenheit und Wissen nötig sind, damit die neuen Projekte gelingen können.

Mögen Sie Inspirationen und Bestärkung für Ihren eigenen Weg des Herzens finden.

## ► Die Neue Zeit ist jetzt

Wir leben in einer Zeit des großen Umbruchs. Ganz massive Veränderungen laufen weltweit ab und niemand kann sich ihnen entziehen. Deshalb ist es gut, möglichst viel darüber zu wissen, um sich nicht ausgeliefert zu fühlen, sondern im Gegenteil, konstruktiv damit umzugehen.

Wir werden gerade Zeugen einer Entwicklung des Menschen und der Erde, die es so vermutlich noch nie gegeben hat. Es ist eine Transformation des menschlichen Bewusstseins, die alle unsere Lebensbereiche betrifft.

Wir waren bisher im Großen und Ganzen auf unsere fünf Sinne beschränkt, um damit die physische Welt wahrzunehmen und zu lernen, mit ihr umzugehen und unser Überleben zu sichern. Dafür sind sie auch gemacht und bestens geeignet. Diese Tatsache hat uns den Weg und die Entwicklung bis hierher ermöglicht, uns aber auch in eine Art Sackgasse geführt.

»Man könnte diese Epoche, die sich nun allmählich dem Ende zuneigt, daher auch das Zeitalter der Trennung nennen: der Trennung von Mann und Frau, von Gut und Böse, Himmel und Hölle, Diesseits und Jenseits, Gott und Mensch, Wissenschaft und Religion, Intellekt und Intuition.

Diese künstlich geschaffenen Gegensätze kreierten eine Spirale der Angst, gekennzeichnet von Bewertung und Beurteilung, durch das Streben nach Dominanz und Macht, durch Schuld, Scham, Mangel, Wettbewerb und Rivalität, durch Intoleranz gegenüber den anderen, deren unausweichliche Folge Feindschaft, Hass, Gewalt und Diskriminierung waren.

Der partriarchale Mensch ist von seinem inneren Wesenskern abgeschnitten. Er hat sich die Verantwortung und damit die Macht über sein Leben von den Stärkeren abnehmen lassen. Er ist freudlos und unzufrieden, rastlos auf der Suche – immer neuen Irrwegen folgend.«\*

Inzwischen hat es einige große Energieanhebungen gegeben. Die Evolution hat einen Quantensprung gemacht. Unser physisches Sein und unsere Wahrnehmung davon haben sich ausgedehnt. Die Indianer sagen, unsere Schwingungsrate sei erhöht beziehungsweise verfeinert worden. Deshalb entwickeln sich neue Sinneswahrnehmungen. Wir können Energien wahrnehmen, unterscheiden und verändern. Wir entwickeln telepathische Fähigkeiten, immer mehr Menschen können hellsehen, hellfühlen, hellwissen. Man kann es in Ausbildungen lernen. Was früher nur wenigen vorbehalten war, wird nun für viele ermöglicht.

Dadurch richtet sich unser Fokus vom Überleben auf Lebensqualität, die durch Bewusstheit erreicht werden kann. Waren bisher lineares Denken, Konkurrenz, Machtdenken oder Kämpfen wichtig, so werden nun ganzheitliches Denken, Kooperation und liebevolles Miteinander zu wesentlichen Werten. Die alten Strategien funktionieren immer

\*zit. aus Kessler, Christina: Amo ergo sum. Literaturhinweise im Anhang.

weniger. Machtstrukturen lösen sich auf. Institutionen, die auf Macht gegründet sind, versuchen oft noch in einer Art letzten Aufbäumens, ihren Einfluss zu retten, wobei ihre Basis bildlich gesprochen längst unter ihnen wegbricht.

In dieser Zeit des Übergangs, in der wir uns befinden, können wir das vielfach erfahren, sowohl im Außen – in Politik, Wirtschaft, Finanzwelt, Gesundheitswesen, Schulwesen und so weiter –, als auch in uns selbst. Wir können beobachten, wie sich Beziehungen verändern, wie lange Verdrängtes an die Oberfläche gespült wird, wie sich in uns selbst etwas verändern möchte, wie unsere Unzufriedenheit und Ratlosigkeit wächst und wie wir neue Wege suchen und finden.

Wir existieren nicht nur in unserer dreidimensionalen Welt, sondern gleichzeitig auch in der fünften Dimension. Die fünfte Dimension ist die unsichtbare Welt unserer Seelenenergie, die nicht mit der materiellen Existenz verstrickt ist. Sie ist unser Potenzial und unsere Kreativität. Die vierte Dimension ist eine Übergangsdimension, in der wir uns in der Zeit der Schwangerschaft bis zur Geburt befinden. Dort findet ein Großteil unserer emotionalen Prägung statt.

Die Welt der dritten und der fünften Dimension waren lange wie durch einen undurchdringlichen Schleier getrennt, auch Schleier des Vergessens genannt. Es war uns während unseres irdischen Lebens nicht möglich, mit unserer Seelenenergie in Kontakt zu sein. Davon ausgenommen waren Schamanen, die durch besondere Schulungen und Techniken in die fünfte Dimension reisen konnten. Alle anderen mussten vergessen, woher sie kommen, um hier leben zu können.

In dieser speziellen Zeit der Entwicklung der Erde und des menschlichen Bewusstseins, in der wir heute leben, nähern sich die Dimensionen einander an oder anders ausgedrückt, wir Menschen dehnen unser Bewusstsein aus. So können wir den Kontakt zu unserer Seele erfühlen und uns zu unabhängigen Individuen entwickeln. Unsere innere Heimat ist uns näher gekommen.

Wir haben es viel leichter, mit unserer wahren Natur, unserem göttlichen Licht in Kontakt zu kommen. Der »Weg nach Hause«, die Welt der Liebe, aus der wir gemacht sind und aus der wir alle kommen, ist erreichbar geworden.

Wir werden vom Homo erectus zum Homo amans, zum liebenden Menschen. Dann lassen sich aber alle anderen Trennungen nicht aufrecht erhalten. Aus dieser Sicht heraus, die ich die Sichtweise des Herzens nenne, erkennen wir, dass wir eben nicht getrennt sind, sondern alles mit allem verbunden ist. Dadurch entsteht ein Gefühl von Geborgenheit in einer größeren Weisheit. Wir sind aufgehoben in einem liebenden Zusammenhang und können lernen, dem Leben zu vertrauen. Wir müssen es nicht mehr glauben, sondern es ist eine innere Gewissheit, eine Erfahrung.

Aus dem Kontakt zur Seele entsteht das Bedürfnis, diese auch hier auf der Erde zu verwirklichen. Das ist es, was wir wollen: Liebe geben und Liebe erfahren, in all ihren Formen. Das ist ein wesentlicher Unterschied zum bloßen Überleben.

»Selbstrealisation ist die volle Entfaltung des dem Menschen innewohnenden Potenzials, die Befreiung von allen geistigen Begrenzungen – die Ursehnsucht der Seele nach Vollkommenheit.«\* Wir entdecken auf diesem Weg die Schönheit des Lebens und dass wir das Potenzial in uns tragen, durch das Verwirklichen der Liebe den Himmel auf Erden zu erschaffen. Durch diese Bewusstwerdung werden wir zum kreativ-gestaltenden Menschen, der nicht mehr Opfer der Umstände ist, sondern seinen eigenen Anteil an der Schöpfung erkennt und die Verantwortung dafür übernimmt.

Manche nennen das »endlich Erwachsenwerden«, manche Erwachen, Erkennen der Illusionen. Jedenfalls ist es eine Hinwendung nach innen. Wir versuchen nicht mehr, außen Macht zu gewinnen, um etwas zu verändern, sondern beginnen bei uns selbst. Jeder Mensch, der sein Potenzial erkennt, ist ein Kraftfeld für seine gesamte Umgebung geworden. So können wir einander gegenseitig am besten unterstützen.

Jeder einzelne Schritt eines jeden einzelnen Menschen aus den alten kollektiven Zusammenhängen hinaus ist ein wesentlicher Schritt in das Neue hinein, in das sogenannte Goldene oder Wassermannzeitalter. Wir können tatsächlich all das Leid, den Kampf, die Dramen, den Schmerz aus vielen Jahrtausenden hinter uns lassen. Und zwar jetzt. Ist das nicht eine wunderbare Nachricht?

\*zit. aus Kessler, Christina: Amo ergo sum

Ein weiterer Aspekt dieser Entwicklung von Bewusstsein, ist die Versöhnung von weiblicher und männlicher Energie. Haben wir auch Zeitalter des Matriarchats und des Patriarchats hinter uns, jetzt ist endlich Versöhnung möglich. Wir können auch diese Geschichte auflösen und in uns Vergebung und Frieden finden, die Basis für Frieden im Außen.

Der weibliche göttliche Aspekt wird auf der Erde wieder sichtbar. Die Indianer nennen es die Rückkehr von White Buffalo Woman, manche den Maria Magdalena Aspekt, andere die Heilung der Wunde der Isis, die Rückkehr der Großen Mutter. Es entsteht eine völlig neue Wertschätzung alles Weiblichen, aber diesmal ohne die Angst vor Dominanz, weil es nicht mehr um Machtthemen geht. Es geht auch darum, dass die männliche Energie aus ihrer Isoliertheit und Verlorenheit herausfindet und ihren natürlichen Platz im Kreis des Lebens einnehmen kann, um segensreich zu wirken. Eingebunden in den großen weiblichen Raum des Formgebens und Lebenhütens ist männliche Energie ein wesentlicher Motor für Entwicklung, die dem Leben dient.

Durch die innere Integration der eigenen männlichen und weiblichen Aspekte können sich alle Menschen ihre Eigenmacht zurückholen. Wir holen uns unsere ganze Kraft zurück. Es gibt dann im Außen keine Instanzen von Bedeutung mehr, die sagen, wo es langgeht. Jeder Mensch ist seine eigene Autorität, nämlich im eigenen Herzen. Dort ist Liebe, Wahrheit, Weisheit und Verbundenheit mit allem Leben. Das ist unsere Orientierung. »Jeder ist sein eigener Liebestempel, dort ist exaktes pures Wissen aus der Quelle.«\* So kann unsere Welt endlich eine wahrhaft christliche werden, nämlich ein Ort, an dem alle Menschen Schwestern und Brüder sind, in Liebe verbunden, Geschöpfe des Göttlichen. Daraus entsteht eine völlig neue Wertschätzung des Lebens und auch unserer Kinder als Träger des neuen Lebens.

Gleichzeitig zu diesem neuen Bewusstsein mit seinem Potenzial für eine neue Welt leben wir in und mit der alten Welt. Das bekommen besonders die Eltern von Kleinkindern und Schulanfängern zu spüren. In dieser starken emotionalen Nähe zu den Kindern merken sie sehr genau, dass die gewohnten Systeme ihren Kindern nicht wirklich gerecht

\*Zitat von Oda Odin auf dem Maria-Magdalena-Kongress

werden können. Da aber Schule und teilweise auch Kindergärten fest in staatlicher Hand sind, müssen sie einen inneren Spagat machen, sofern sie nicht auf Privatinitiativen ausweichen können. Der Staat als riesengroßer Verwaltungsapparat ist nun einmal sehr unflexibel.

Um die Kinder von heute begleiten zu können, müssen wir also den Spagat zwischen dem Alten und dem Neuen schaffen. Je mehr wir wissen, desto besser gelingt das. Außerdem gibt es schon viele Menschen in pädagogischen Berufen, die das Neue ebenfalls spüren und umsetzen (wollen). So kann man einander gegenseitig unterstützen. Jeder Übergang beinhaltet immer beides, das Alte und das Neue, wie in der Pubertät. Es ist eine Kunst, damit umzugehen. Noch dazu, wo sich in diesem Fall die Dualitäten, das Entweder/Oder, auflösen. Es gibt kein Besser oder Schlechter. Jeder ist, wo er ist, und das ist im Ganzen gesehen gut so.

Ein Übergang muss fließend sein, sonst kommen wir nicht mit. Also braucht es immer welche, die das Alte noch eine Weile aufrecht halten und dadurch stabilisieren. Und es braucht andere, die vorangehen und Neues ausprobieren, um schon einmal die Möglichkeiten auszuloten. Dazwischen gibt es auch viele, die einfach auf den fahrenden Zug aufspringen, wenn es soweit ist. Alles und Jedes zu seiner Zeit.

Was ich damit sagen möchte: Verurteilen wir uns nicht selbst, wenn wir in vielen Aspekten noch im Alten verhaftet sind, und verurteilen wir auch andere nicht. Es reicht, den eigenen Weg zu gehen, alles andere ergibt sich von selbst.

## ► Die Kinder der Neuen Zeit

Seit vielen Jahren werden Kinder geboren, die spezielle Qualitäten haben und deshalb aus dem Rahmen fallen. Vielleicht waren Sie selbst so ein Kind, haben das Gefühl, irgendwie hier fremd zu sein, nirgends hineinzupassen, irgendwie anders zu sein. Immer mehr solche Kinder kommen seit den letzten zehn, zwanzig Jahren auf diese Welt und deshalb hat man ihnen Namen gegeben, zum Beispiel Indigokinder

(wegen Ihrer vorwiegend indigofarbigen Aura), Kristallkinder, Regenbogenkinder, Kinder des Lichts und so weiter.

Ich persönlich halte nicht viel von solchen Kategorien, weil sie meist nur dazu dienen, das Ego aufzuplustern. Wie denken, was wir benennen können, würden wir beherrschen. Der Name vermittelt die Illusion, wir wüssten über sie Bescheid, doch in Wirklichkeit stecken wir sie nur in eine Schublade. Und außerdem ist jedes Kind kostbar und einzigartig und besonders und gleichzeitig auch wieder ganz normal. Nichtsdestotrotz finde ich es wichtig, unseren Verstand und unser Herz für diese Kinder zu öffnen und genau zu schauen, wer sie sind, wie sie sich unterscheiden.

Jedenfalls ist klar, dass mehr Kinder geboren werden, die das neue Bewusstsein schon mitbringen. So geschieht Evolution. Wenn Eltern sich schon auf einen bewussten Weg gemacht haben, ziehen sie bestimmte Seelen an, die diesen Boden für ihre Herzensanliegen gut brauchen können. Die Kinder haben schon die ganze Ausstattung für all diese neuen Qualitäten. Wenn sie in einigen Jahren erwachsen sind, werden sie schon Mitgestalter der neuen Welt sein. Man könnte auch sagen, diese Kinder sind eine Antwort auf alle unsere Friedensgebete, Gebete für eine bessere Welt. Und auch wir selbst sind schon die, auf die wir gewartet haben.

»Indigo- und Kristallkinder sind eine besondere Art Seelen. Sie sind hier, um uns Menschen den Weg zu Frieden, Freiheit, Liebe und Selbstverwirklichung wieder in Erinnerung zu bringen.«\*

Wenn sie also mit ihrem erweiterten Bewusstsein kommen, mit ihrer hohen Schwingung von Liebe, mit ihrer unglaublichen Kraft und ihrem Willen, sich für Veränderung einzusetzen, ist es klar, dass eine Menge Reibung entsteht, wenn sie auf enge Bedingungen und Strukturen treffen. Es ist wie bei dem berühmten Kamel und dem Nadelöhr. Ein Mensch, der innerlich eng ist, also noch sehr in alter Energie verhaftet ist, fühlt sich von erweiterter Energie bedroht, gestört, irritiert, ohnmächtig, kann dem nicht gerecht werden.

So geht es nun vielen Erwachsenen, besonders auch Lehrern und Lehrerinnen. Sie stecken noch dazu in einer oft sehr veralteten Struktur,

\*zit. aus Niggemann und Baehren: Die kleine Indigo-Seele



nämlich in einem System, das vor zwei Jahrhunderten erfunden und seither nur unwesentlich verändert wurde. (Verzeiht mir, all ihr engagierten Lehrerinnen und Lehrer, die ihr inzwischen ganz anders unterrichtet, fühlt euch bitte nicht betroffen.) Diese Bedingungen sind sehr engspurig und bieten einem Kind der neuen Zeit wenig Möglichkeiten, sich wiederzuerkennen. Oft ist es zu wenig, was ihm entgegenkommt, sondern im Gegenteil versucht, das Kind in den kleineren Rahmen hineinzupressen.

Das ist ein wesentlicher Grund, weshalb ich all das Folgende zu Papier bringe. Ich selbst war viele Jahre Lehrerin und sehe mich als eine Art Brückenbauerin zwischen der Welt der institutionellen Erziehung und den neuen Anforderungen in der Pädagogik. Ich kann gut mit den Lehrenden mitfühlen, die sich in so engen Spielräumen bewegen und ich kann gut mit den Kindern mitfühlen, die in der Schule lernen, an sich selbst zu zweifeln.

Sicher ist, dass viele dieser neuen Kinder eine sehr erweiterte Wahrnehmung haben, viel größer als die meisten Erwachsenen um sie herum. Sie sind extrem sensitiv für alle Energien, seien es Emotionen von anderen, die sie fühlen, als wären sie ihre eigenen, seien es Spirits aus anderen Dimensionen, Engel, Zwerge, Verstorbene, Weisheitswesen. Sie reagieren auch sehr sensibel auf alle möglichen Chemikalien in ihrer Umwelt, was ein Ansatzpunkt zur Erklärung der verstärkt auftretenden Allergien ist.

Sie haben sehr viel Kraft und einen unbedingten Willen, etwas auf der Erde zu verändern, oft auch gespeist aus einer unbändigen Wut auf die Welt, wie sie jetzt ist. Ihre Energie ist oft noch nicht geerdet, das heißt, sie erscheint als Unruhe und Unkonzentriertheit. Gleichzeitig sind sie verbunden mit einer unendlichen Liebe für alles Lebendige und einer unglaublichen Zartheit und Feinfühligkeit.

Sie haben einen klaren Sinn für Wahrheit und Authentizität. Lügen und Ausreden haben bei ihnen keine Chance. Sie respektieren nur integre Menschen. Dafür haben sie eine klare Intuition. Sie vertrauen ihrem Gefühl.

Sie haben einen starken Bezug zur Natur und finden dort auch zu ihrer Kraft. Auch in kreativen Tätigkeiten finden sie Erfüllung, unter

anderem deshalb, weil ihre rechte Gehirnhälfte dominant ist. Sie sind visuell orientiert, haben ein bildhaftes Denken, viel Phantasie, lernen am besten über den ganzen Körper, über Fühlen. Sie sind oft musikalisch und mathematisch begabt.

Uns erscheinen sie dann in unseren engen Strukturen, die wir ihnen vorgeben, als ADHS-Kinder, als autistisch, als aggressiv, aufsässig, verträumt, unkonzentriert, legasthenisch, lebensuntüchtig. Aber es lässt sich leicht ableiten, was diese Kinder von uns brauchen:

- ▶ ihrem Gehirn angepasste Lernformen;
- ▶ Hilfe, mit ihrer Energie konstruktiv umgehen zu lernen;
- ▶ ein gesundes Umfeld, bis hin zur Ernährung;
- ▶ Reizreduktion und Hilfen zur Verarbeitung von Reizüberflutung;
- ▶ Hilfen für den Umgang mit Wesen aus einer anderen Welt;
- ▶ kreative Angebote und Freiräume, Gestaltungsmöglichkeiten;
- ▶ unsere eigene unbedingte Ehrlichkeit und Authentizität;
- ▶ unsere Offenheit, von und mit ihnen zu lernen, uns in alle Richtungen zu erweitern
- ▶ und nicht zuletzt unser offenes Herz, denn da ist die höhere Schwingung zu Hause, da können wir uns immer treffen.

Christine Warcup beschreibt in »Das Lehrerbuch: über das gewaltfreie Unterrichten« auf folgende Art, was die Kinder brauchen:

»Die ›neuen‹ Kinder sind alte Seelen, die bereits bestimmte Entwicklungs- und Erfahrungsschritte absolviert haben. Sie passen nicht mehr in unser Schulsystem. Sie sind gekommen, um mehr Menschlichkeit in diese Welt zu bringen, und sie haben viel auf sich genommen. Sie haben sich bereit erklärt, in eine Welt der Angst geboren zu werden, um zu zeigen, dass es anders geht. Sie haben sich entschieden, ihre wunderbaren Fähigkeiten mit in diese Welt zu bringen. Sie tragen sie bereits in sich und brauchen einfach nur den Raum, sie zu entfalten, sie zu entwickeln, ohne in ein festgelegtes Schema gepresst zu werden. Sie brauchen Raum zu *sein*, mehr als alle anderen. Denn erst wenn sie *sein* dürfen, kann sich das, was sie als Geschenk mitgebracht haben, entfalten. Erst wenn sie *sind*, im Einklang mit sich selbst, kann sich ihre Schatzkiste öffnen. Und dann können wir uns überraschen lassen,

was sie da so alles mitgebracht haben. Vieles davon übersteigt unsere Vorstellungsgrenzen, vor allem, wenn wir uns hauptsächlich in der Welt unseres Verstandes aufgehalten haben...

Diese Kinder sind oft hochsensibel, da sie so viel mehr erspüren und wahrnehmen können. Wenn wir sie dann auch noch ständig unter Druck setzen, müssen sie sich schützen, um nicht verrückt zu werden. Dann erscheinen sie uns als dumm und begriffsstutzig, obwohl sie über außergewöhnliche Intelligenzen verfügen, die aber in unserem Schulsystem nicht zählen, ja, nicht einmal sein dürfen. Und so urteilen wir über Kinder, die uns in ihren Fähigkeiten um Welten voraus sind, Kinder, die unsere Lehrer sein könnten, wenn wir ihren Wahrnehmungen Gehör schenken und uns für sie öffnen würden.«

In meinen pädagogischen Projekten habe ich dieses Wissen, so gut ich es an dem Punkt meiner Entwicklung konnte, umgesetzt. Was ich Natürliche Pädagogik nenne, ist meine Antwort auf diese Herausforderungen, geboren aus meinem persönlichen Lebens- und Lernweg.

Viele Erzieherinnen, Lehrerinnen und Eltern haben ihre Art gefunden, neues Wissen und Fähigkeiten einzubringen und den Kindern zur Verfügung zu stellen. Auch in den Institutionen wie Kindergärten, Horten und Schulen gibt es viele kleine und größere Ansätze zur Weiterentwicklung. Ich möchte sie alle hiermit ehren und anerkennen. Ich kenne so viele Menschen in pädagogischen Berufen, die aus einem mitfühlenden Herzen und einem fundierten Fachwissen heraus ganz verbunden mit den Ansprüchen der Zeit und den Bedürfnissen der Kinder sind. Sie haben den Mut und die Kraft, auch in diesen einseitigen Systemen den menschlichen Aspekt nicht zu vergessen. Alles zusammen unterstützt sich gegenseitig und macht anderen Mut, ihren Impulsen zu folgen und Neues zu wagen.

Es geht ja auch nicht darum, nur für eine bestimmte Gruppe von Kindern eine Pädagogik zu erfinden. Letztlich sind alle Kinder Kinder der neuen Zeit, weil sie in dieser Zeit leben. Es sind nur manche in ihrer Eigenart auffälliger und manche können unauffällig zwischen den Welten surfen. Das hat wahrscheinlich mit ihrer späteren Aufgabe zu tun. Es gibt immer welche, die extremere Wege wählen, die voranstürmen, die sich mit Vorliebe mit Grenzen beschäftigen.

Wir selbst sind große Kinder der neuen Zeit und sind dabei zu lernen. Wir sind einander Orientierungshilfen und Weggefährten. Die alten Hierarchien von Erwachsenen und Kindern weichen auf. Wir Erwachsene bieten den Boden und die Lebenserfahrungen, die Kinder lernen von uns die Spielregeln. Wir geben unser Basiswissen über das Leben weiter und bieten ihnen Versorgung und Schutz, solange sie die brauchen. Von Seelenkraft und Herzensqualität sind wir einander gleichgestellt, ebenbürtig. Was bedeutet es schon für eine Seele, wenn sie ein paar Jahre nach uns geboren wurde? Nicht wirklich viel.

Ich möchte auch klar machen, wie viel wir von dem, was wirklich vor sich geht, nicht wissen, und wie wichtig es ist, sich für das Unbekannte und für die Qualität des Herzens zu öffnen.



1



**Grundlagen**

---

**der**

**Natürlichen**

---

**Pädagogik**





# Wie ich zur Natürlichen Pädagogik fand

---

**D**as Konzept der Natürlichen Pädagogik ist aus meiner inzwischen 30-jährigen Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen entstanden und ist deshalb mit meiner eigenen Geschichte verbunden. Es ist das Konzentrat aus allen meinen Erfahrungen, meinen verschiedenen Ausbildungen und persönlichen Interessen.

Ich habe dreizehn Jahre lang als Hauptschullehrerin gearbeitet. Dabei habe ich sehr bald festgestellt, dass ich zwar fachlich gut ausgebildet war, aber als junge Frau nicht die persönlichen Qualitäten hatte, die es braucht, um junge Menschen klar führen zu können. In die Hauptschule kommen Kinder, die in gewisser Weise schon eine frustrierende Lerngeschichte hinter sich haben. Ihr Selbstwert ist in der Regel bereits mehr oder weniger massiv angekratzt. Sie brauchen also in besonderer Weise Unterstützung und tun dies oft auf sehr auffällige Weise kund.

Als Konsequenz darauf habe ich über Supervision, Therapie und ein Psychologiestudium viel über mich selbst und das Menschsein gelernt. Das hat mir den Blick dafür geöffnet, wie sehr viele Lernstörungen und Konzentrationsschwierigkeiten darauf zurückzuführen sind, dass die Kinder emotional belastet und sozial nicht integriert sind. Sie kennen ihren Platz nicht, bringen ungelöste Spannungszustände von zu Hause mit, fühlen sich unsicher, ungeliebt, unfähig, wissen nichts über zuverlässige Freundschaften und so weiter. Die Liste könnte man endlos fortsetzen. Jeder Lehrende kennt das in allen Variationen.

So wurde mein Blick dafür geschärft, was Kinder eigentlich beschäftigt. Das hat mir ermöglicht, auf sie einzugehen. Ich habe fest-

gestellt, wie sehr ihnen das Handwerkszeug zu einem verträglichen sozialen Miteinander fehlt. Je mehr sie sich durch soziales Lernen sicher fühlten, akzeptiert und gesehen wurden, wie sie sind, desto besser waren sie zu motivieren, sich auf die von der Schule geforderte Arbeit einzulassen.

Der zweite Aspekt ist mein eigener, ganz persönlicher. An vielen Stellen, konnte ich über mich selbst lernen, was ich gut kann und wo meine Schwachstellen sind, meine eigenen Unsicherheiten. Die Kinder spiegeln ja sehr deutlich wieder, was man ausstrahlt, und das ist mit das Anstrengendste am Lehrberuf. Es gibt kein Entkommen, sich selbst täglich in einem Vergrößerungsspiegel zu sehen.

Ich habe zum Beispiel entdeckt, wie sehr mir männliche Aggression Angst macht, auch wenn sie von kleinen Buben kommt. Sie löst in mir ein Kindheitstrauma aus, das mich dann nicht adäquat reagieren lässt. Je mehr ich mich mit meiner eigenen Angst auseinandergesetzt habe, desto besser konnte ich damit außen umgehen und desto weniger wurde ich schließlich auch damit konfrontiert. Als Nebeneffekt konnte ich meine eigene, aus Abwertung bisher unterdrückte Aggression annehmen und integrieren.

Je sicherer ich in meiner Persönlichkeit wurde, desto lebendiger konnte mein Unterricht werden, desto mehr Ideen hatte ich, desto mehr konnte ich von vorgegebenen Programmen Abstand nehmen und auch mal spontan auf die Interessen der Kinder eingehen. Das waren meine besten Unterrichtsstunden.

In der Folge habe ich mich mehr und mehr auf pädagogische Beratung und soziale Gesundheit spezialisiert und in diesen Zusammenhängen auch gearbeitet. Allerdings habe ich festgestellt, dass etwas für mich nicht stimmt: Mein Körper hat ständig rebellierte, vor allem mit Kopfschmerzen und niedrigem Blutdruck, Schwächegefühlen, Anfälligkeit für Infektionen.

So habe ich viel über sensitive Körperarbeit gelernt und später auch unterrichtet. Je sensibler das eigene Gefühl und die Wahrnehmung für den Körper ist, desto weniger kann man sich mit ungesunden Situationen arrangieren. So ist mir bewusst geworden, dass es mich enorm viel Energie kostet, ständig die Schwächen der Gesellschaft, des

Schulsystems, der Familien und deren wirtschaftlichen Problematiken ausbügeln zu sollen. Ich kam mir vor wie ein Handwerker, der ständig Löcher stopft, wobei meine Auftraggeber fortwährend neue Löcher produzierten. Eine Sisyphosarbeit, die auslaugt.

Diese Erkenntnis hat mich mit einem Mal in einen Haltungswandel katapultiert: Ich wollte mich nicht mehr dem Ungesunden zuwenden, sondern dem, was gesund ist. Das hatte in meiner Geschichte zur Folge, dass ich den Schuldienst quittierte und mich weiter auf die Suche nach neuen Wegen begeben habe.

Daraufhin ist mir das alte indianische Wissen begegnet. Es war für mich wie eine Offenbarung. Nach den vielen Jahren des Fragens und Forschens wurde mir zum ersten Mal ein vollständiges Bild vom Menschsein gezeigt. Alles Wissen passte nun wie in einem Hologramm zusammen. In jedem Teilaspekt spiegelte sich das Ganze. Bis dahin hatte ich in meinen Studien der Geschichte, Pädagogik und Psychologie viele Einzelheiten über den Menschen gelernt, aber alles blieb zweidimensional, wie an der Oberfläche. Nun konnte ich endlich tiefe Einsichten erfahren und Zusammenhänge sehen.

Ein Schlüsselerlebnis war für mich, dass alles Wissen auf einem Kreis angeordnet wird, dem sogenannten Medizinrad. Der Kreis ist in die vier Haupthimmelsrichtungen und häufig auch noch in die vier Nebenhimmelsrichtungen eingeteilt. Außerdem gibt es oft eine Zentrumsqualität. Jede Richtung hat eine ganz bestimmte Energie, die sich aus den Zusammenhängen und Beobachtungen in der Natur ableitet. Die einfachsten Räder enthalten die Urelemente der Erde. Es gibt Räder zu Tieren, Pflanzen, Steinen und Menschen. Es gibt aber auch Medizinräder zu Themen wie Verwendung von Energie, Sexualität, Beziehungen und Entwicklungshindernissen, um nur einige wenige zu nennen. Das besondere ist, dass sie alle übereinander passen. Dadurch entsteht dieses innere Bild des Hologramms.\* Dieses Wissen eignet sich hervorragend für den Umgang mit Menschen, insbesondere auch mit Kindern. Es ermöglicht einen Blick auf die Gesamtheit eines Wesens.

\*Für umfassendes Wissen über Medizinräder empfehle ich die beiden Bücher von Mary Flaming *Crystal Mirror*, s. Literatur im Anhang.

Die Begegnung mit dem Wissen der indianischen Kultur brachte mir ein Gefühl unendlicher Erleichterung. Es fühlte sich alles so stimmig an. Es fühlte sich nach Wahrheit an, nach einer Wahrheit, mit der mein Inneres in Resonanz gehen konnte.

Diese Umstrukturierung meines bisherigen Denkens, das linear, bewertend, patriarchal geprägt war, in ein Denken und eine Sichtweise der Welt, die mit dem Leben verbunden ist, mit dem Wert des Lebens, akzeptierend und liebend, also integrativ, hat meine Arbeit mit den Kindern enorm verändert.

Ich konnte wertfreier wahrnehmen, wo Kinder nicht in ihrer Mitte sind, unter welchen Ungleichgewichten sie leiden, was sie also als Unterstützung brauchen können. Ich bekam über dieses Wissen ein klares Gefühl und Bild für das Ganze, Gesunde, was es ermöglicht, die unrunder Stellen zu sehen. Bei mir selbst und bei anderen.

Des Weiteren gibt das indianische Wissen ein wunderbares Bild für das Menschsein. Wir sind *spirit in substance*, Seelen-, Geist-, Energiewesen, die viel größer sind, als der sichtbare Körper. Dieser ist der kleinste, am langsamsten schwingende Teil unseres Wesens, deshalb auch für unsere Augen sichtbar. Wir alle haben ein Seelenanliegen, einen Herzenswunsch, eine besondere Begabung, die wir in dieser Welt verwirklichen wollen. Jeder Mensch möchte sich auf seine spezielle unverwechselbare Art der Welt schenken. Die Indianer nennen das »unsere Medizin«. Es ist die Gabe, die dich selbst gesund macht und die du dann anderen weitergeben kannst. Dazu gibt es Medizinamen. Mein Medizinname ist Manasha, was für mich Heilung durch Erdwissen bedeutet.

Dieser Blick auf das Menschsein und auf die Kinder hatte einen ganz neuen Fokus zur Folge. In meiner Arbeit übte ich nun, hinter all den sichtbaren Erscheinungsformen das Unsichtbare zu sehen, das Potenzial, die Medizin dieses Kindes. Das ist bei Kindern einerseits leichter, weil sie noch so spontan ihren Interessen nachgehen, andererseits auch schwierig, weil sie durch Ausprobieren selbst erst entdecken müssen, was ihnen Freude macht. Alles ist noch in Entwicklung. Daraus ist ein wesentlicher Aspekt der Natürlichen Pädagogik entstanden: Ich stelle Spielräume zur Verfügung, in denen die Kinder sich selbst ausprobieren können, Erfahrungsmöglichkeiten. Und ich selbst übe mich in der alten

Tradition der Stammesältesten: durch teilnehmende und einführende Beobachtung Gaben entdecken und fördern.

Dieser Blick geht weit über die übliche Begabungsförderung hinaus. Es ist der ganzheitliche Blick, der versucht, das Spirit-Wesen des Anderen zu erfassen, zu erspüren, damit Kontakt aufzunehmen. Dazu braucht es wieder die Erfahrung mit dem eigenen Seelenwesen. Voraussetzung dazu ist zu akzeptieren, dass wir spirituelle Wesen sind. Im Grunde lehrt das auch das Christentum. Man braucht dazu nicht Indianer zu werden. Dazu kann ich besonders das Studium der Schriften der Essener und das Thomas-Evangelium empfehlen.

Diese Sicht des Menschseins ist in eine globale Vision der Entwicklung zum vollen menschlichen Potenzial eingebettet. Wir sind mitten in einem Entwicklungsgeschehen, in dem wir lernen, all dieses uralte heilige Wissen anzuwenden, damit wir von alten Kindheitswunden geheilt werden können, für unser Leben Verantwortung übernehmen können und unsere Gaben zum Wohle des Ganzen einsetzen können. Das kann man auch evolutionäres Geschehen nennen. Es ist getragen von der Vision einer menschlichen Welt, in der Menschen friedlich und mitfühlend miteinander sind.

Ich führe das deshalb so ausführlich aus, weil dies auch meine Vision ist, mein tiefer Herzenswunsch, meine Sehnsucht. Ich möchte dazu beitragen, unseren Kindern Wege zu zeigen, wie wir weiter an einer glücklicheren Welt als dieser bauen können. Ich möchte an einer Welt mitgestalten, die das Leben, die Erde, die Frauen, die Männer und nicht zuletzt die Kinder aus tiefstem Herzen wertschätzt. Wo Würde ganz normal ist. Wo das Leben eine Möglichkeit ist, Freude und Verbundenheit zu erleben und das Sein auf diesem Planeten zu genießen und bewusst mitzugestalten. Das ist die Motivation, die mich auch über schwierige Zeiten trägt. Die Vision ist auch deshalb wichtig, weil so Wirklichkeit geschaffen werden kann: aus den Herzenswünschen der Menschen.

Ich habe weiterhin gelernt, meinen Blick auf die Entwicklung der Kinder zu ändern. Bei Erziehungsschwierigkeiten, teilweise aus Familiengeschichten entstanden, hilft es zu wissen, dass Kinder Lebensaufgaben mitbringen, dass wir sie nicht vor allen Schwierigkeiten bewahren müssen und können, dass es zur Entwicklung der Persönlichkeit gehört,

sich in schwierigen Situationen bewähren zu lernen und daraus Stärke zu gewinnen. Das ist für Erzieherpersonen sehr entlastend. Ein all zu starkes Helfenwollen ist kräftezehrend und hilft dazu niemandem.

Ein weiterer Aspekt hat sich darüber hinaus in meiner pädagogischen Arbeit als zentral herauskristallisiert. Wenn wir alle Spirit-Wesen mit einem Anliegen sind, diese Welt mitzugestalten, dann ist es äußerst wichtig, dass wir alle kreativ sind, in welcher Art auch immer, dass wir unser Wesen ausdrücken, unsere Originalität und Einzigartigkeit Formen findet. Damit sind nicht nur einzelne künstlerisch begabte Menschen gemeint, sondern wir alle. Ich werde später noch ausführlich darauf eingehen.

Als nächstes habe ich einen weiteren Schritt gemacht. Ich brauchte Unterstützung, um all dieses Wissen umsetzen, aus meinen eigenen Verhaltensmustern aussteigen zu können, mein eigenes Körperwissen zu aktivieren und ihm zu vertrauen. Meine Wahrheit leben zu lernen. Diese Unterstützung habe ich in der Arbeit der Dakini-Akademie gefunden, eine speziell von Moti Theresia König entwickelte Form von östlichen und westlichen Heilmethoden. Sie hat mir geholfen, meine Körpermuster zu verändern, meine eigenen Seelenanteile in mein Leben zu holen, also mehr und mehr alle meine Fähigkeiten leben zu lernen. Dazu braucht es viel Mut, weit mehr, als sich kleiner zu machen. Außerdem wird in diesen Seminaren der Fokus auf die Energie des Herzens gerichtet, in dem alle Weisheit des Lebens gefunden werden kann. In ihm kann Verbundenheit gefühlt werden, in ihm ist das Mitgefühl beheimatet und aus dem heraus kann ganz anders auf die Welt und ihre Bewohner gesehen werden als aus dem Verstand. Das habe ich geübt. Es ist das Geschenk des tibetischen Buddhismus und was verschiedene Lehrerinnen daraus weiterentwickelt haben.

Mein Fokus hat sich vom Tun auf das Sein verlegt, was einen deutlichen Niederschlag in meiner Arbeit findet. Dieser Aspekt ist so wesentlich, dass ich ihm später ein ausführliches Kapitel widme. Wenn ich im Sein bin, ordnet sich alles und ich kann in mir selbst ruhend, geerdet und zentriert mein Leben bewusst gestalten. Das erfordert einen Entschluss und eine Menge Übung, lohnt sich aber in jedem Fall, vor allem in der Arbeit mit Kindern. Es ist ein Qualitätssprung vom Modus des Überlebens zum Leben aus der Fülle.

Auf meiner Suche nach der Wahrheit ist mir in den letzten Jahren meine tiefe Verwurzelung im Christentum wieder klarer geworden, nachdem ich lange auch andere Wege gegangen bin. Ich fühle mich sehr verbunden mit dem urchristlichen Anliegen, Liebe hier zu verwirklichen, den Himmel auf Erden zu schaffen und die Worte Jesu ernst zu nehmen und für wahr zu halten, dass wir alle Töchter und Söhne Gottes sind.

Soweit also meine Geschichte, und wie sich die einzelnen Aspekte der Natürlichen Pädagogik in meinem Leben herausentwickelt haben, mein persönlicher Hintergrund. Es ist das, was ich weitergeben kann. Es kann ein Beispiel sein, sich Anregungen zu holen für den eigenen Weg und diesen vertrauensvoll und entschlossen zu gehen.

## Begriffsklärung

---

**I**ch sehe mein Konzept, wenn man es so nennen will, als eine konsequente Weiterentwicklung in der Pädagogik. Konsequenz in dem Sinn, die Bedürfnisse und Erfordernisse der Zeit wahrzunehmen und darauf handelnd zu antworten. Ich selbst habe die Natürliche Pädagogik in meiner Arbeit umgesetzt, sehr erfolgreich damit gearbeitet und wünsche mir natürlich, dass sie weitere Kreise zieht.

Den Begriff »natürlich« habe ich gewählt, weil ich festgestellt habe, dass sich das Zusammensein mit Kindern auf diese Art und Weise natürlich anfühlt, so wie es am schönsten ist, am einfachsten, am entspanntesten. Ich gehe sogar so weit zu sagen, dass wir dann am natürlichsten sind, wenn wir in unserer wahren Kraft sind. Das ist unser natürliches Sein.

Wenn wir also unsere Begabungen leben, unseren Spirit oder unser Seelenpotenzial umsetzen, dann fühlt es sich leicht, selbstverständlich, einfach an. Das war für mich immer auch ein Zeichen dafür, dass ich auf dem richtigen Weg war, wenn die Kinder einfach waren, wie sie

waren, und ich mich nicht anstrengen musste, mit ihnen zu sein. Wenn Besucher kamen und feststellten, hier läuft ja alles ganz von allein oder hier haben die Kinder richtig Freude, war mir das ein Zeichen für die Qualität meiner Arbeit. Wenn jedes Kind seinen Platz in der Gemeinschaft hat, für seine Art geachtet und so akzeptiert wird, wie es ist, mit allen seinen Schwächen. Das ist ein natürliches menschliches Lebensgefühl.

Ich könnte es auch spirituelle Pädagogik nennen oder besser ganzheitliche Pädagogik, doch diese Wörter sind nichtsagend geworden, weil sie für alles mögliche gebraucht werden. Die natürliche Pädagogik bezieht alles Wissen über das Menschsein mit ein, das mir derzeit zur Verfügung steht, eben auch das Wissen über unseren spirituellen Aspekt, jenseits von religiösen Vorstellungen und Lehrgebäuden. Ich bin der festen Überzeugung, dass sich alle Wissenschaften für diese Art von Bewusstsein öffnen werden und sie tun es ja auch schon, weil es einfach an der Zeit ist. Alle, die sich dagegen sträuben, werden nur begrenzte Erfolge erzielen können. So wie sich Medizin und Psychologie für eine mehr ganzheitliche Sicht geöffnet haben, so steht es derzeit auch in der Pädagogik an, allein deshalb, weil man den Kindern sonst nicht mehr gerecht werden kann. Es liegt an uns Erwachsenen, uns weiterzubilden, um ihnen gute Begleiter sein zu können.

Wenn Sie jetzt sagen: »Ja, das ist also esoterische Pädagogik«, dann achten Sie bitte darauf, was Sie damit sagen wollen. Der Begriff esoterisch wird inzwischen oft abwertend verwendet, was ich als schmerzhaft empfinde. Dieses alte Geheimwissen wurde von mutigen Männern und Frauen in die Gegenwart gerettet. Unzählige mussten dafür ihr Leben lassen, weil sie den Mächtigen nicht geheuer waren. Früher musste man langwierige Schulungs- und Einweihungswege durchlaufen, um an dieses Wissen zu gelangen. Wir haben heute das Privileg, dass es für alle Menschen zugänglich ist und so jeder sein Potenzial entwickeln kann. Was für eine Chance.

Dieses Wissen insgesamt zu verurteilen, nur weil es einzelne Missbräuche gibt, empfinde ich als unglaubliche Verschwendung. Natürlich ist es ein machtvolleres Wissen und wo Macht ist, gibt es auch Missbrauch. Das ist eine menschliche Schwäche.



Deshalb war für mich der Weg des Herzens so wichtig. In liebender Verbundenheit rückt das machthungrige Ego in den Hintergrund. Aus diesem Grund betone ich auch immer, dass jeder seinen eigenen Weg gehen muss, damit nicht ein Weg zu hoch gelobt wird. Ich finde es sehr wichtig, für Machtmissbrauch aufmerksam zu sein, aber immer mit dem Aspekt des Lernens: Hier gibt es etwas, wo jemand feststeckt und noch wachsen kann. Diese Haltung hilft meiner Erfahrung nach, darüber hinauszukommen.

Ich versichere Ihnen, alles, was ich sage, habe ich ausprobiert und es funktioniert für mich. Ich bin sehr darauf bedacht, alles zu erden, was ich für wichtig halte, denn nur das, was wir *verwirklichen*, zählt. Ich halte es da mit der Empfehlung eines meiner Lehrer: Glaub mir nichts, sondern probiert aus, was euch wahr erscheint. Dann wird es eure Wahrheit. Alles andere verwerft. Auch das ist ein guter Schutz gegen Machtmissbrauch.

Mit dem Begriff Natürliche Pädagogik möchte ich zwei Zeichen setzen. Zum einen ist die Pädagogik durch eine beständige Abwertung und anmaßendes Verhalten von Laien gegenüber hoch ausgebildetem Fachpersonal in Verruf gekommen. Jeder denkt, er wüsste es besser und müsste Tipps geben. Hinzu kommt sicherlich auch eine gewisse Stagnation in den Methoden, die zu Recht kritikwürdig ist. Dann sind da auch noch die Personalpolitik und die wirtschaftlichen Vorgaben der Regierenden, die teilweise völlig an den Bedürfnissen der Betroffenen vorbeigehen und den Erzieherinnen und Lehrerinnen unter unverantwortlichen Bedingungen unvereinbare Ansprüche abverlangen. Das kann nicht gut gehen.

Ich möchte die Pädagogik gerne aus der Sackgasse herausholen und sie als eine hohe Kunst vorstellen, die uns alles in allen Lebensbereichen abverlangt. Ich möchte gerne alle pädagogisch Tätigen unterstützen, sich ihren beruflichen Selbstwert zurückzuholen, ihre Kompetenz klar zu vertreten und Wege zeigen, wie wir uns noch besser auf die Anforderungen dieser Zeit vorbereiten. Das Gute daran ist, dass jeder davon profitieren kann. Eine gesunde, glückliche und entspannte Lehrerin oder Erzieherin ist vor allem für sich selbst ein Geschenk und unter ihrer Obhut können sich Kinder viel besser entwickeln.

Zur zweiten Absicht möchte ich sagen, dass wir natürlich sind, wenn wir alle Verstandeskonzepte weglassen, alle Erwartungen, Anforderungen, wie man zu sein hätte, alle Rollenvorstellungen und so weiter. Wir sind schon das, was unsere Seele gemeint hat, wenn wir es uns erlauben und aufhören, zu viel zu wollen, anders sein zu wollen, etwas erreichen zu wollen. Unser natürlicher Seinszustand ist unser Geburtsrecht. Dieser Zustand ist schon da, wir müssen uns nur für ihn öffnen, Raum schaffen und ihn wahrnehmen lernen.

Ich möchte mit dem Begriff »natürlich« also die schon vorhandene Wirklichkeit bestärken. Wir müssen nicht irgend woanders hin und es ist auch nicht erst in ferner Zukunft erreichbar. Es ist als Potenzial schon die ganze Zeit da, als unser natürliches Sein.

## Die Notwendigkeit einer Erneuerung

---

Jeder, der halbwegs wach beobachtet, was gesellschaftlich geschieht, wird feststellen, dass wir uns in einer Zeit grundlegender Veränderungen befinden. Vieles, was uns in den letzten sechzig Jahren vielleicht Sicherheit gegeben hat, funktioniert so nicht mehr. Alle Systeme, Institutionen, Werte, Machtverteilungen und so weiter sind in Bewegung.

Viele Menschen bekommen Angst, weil Unbekanntes immer Angst macht. Aus Angst versucht man, noch mehr am Gewohnten festzuhalten, das sich aber schon im Rutschen befindet. Das erzeugt noch mehr Angst. Angst verengt den Blick. Die Menschen gehen in den Überlebensmodus und können nicht mehr das Ganze sehen, sondern nur mehr einen ganz kleinen Teil.

Das geschieht heute in allen Bereichen, also auch im Umgang mit Kindern, im privaten wie im institutionellen Bereich. Aus Sorge um

Eltern und Großeltern willst du haben? Vielleicht bist du dann selbst ein Ahne gewesen?

Eine interessante Perspektive tut sich da auf. Ich habe viele Eltern getroffen, die aus der Liebe zu den eigenen Kindern das erste Mal in ihrem Leben begonnen haben, sich für menschenwürdigere Umstände zu engagieren, sich für das Leben wertschätzende Initiativen einzusetzen oder solche zu gründen. Darin steckt unendlich viel Kraft. Womit man sich bisher arrangiert hat, mag man nicht mehr akzeptieren. Die Kinder fordern uns indirekt dazu auf, weil sie rebellieren, sich nicht mehr einfügen (können).

Auch viele Menschen, die ihr Berufsleben wie ich der nächsten Generation und ihrem Wohlergehen widmen, sind sehr beseelt davon, wirklich aus dem Herzen heraus zu handeln. Diese alle möchte ich gerne mit meinen Anregungen und Erfahrungen unterstützen, sich noch viel mehr zu trauen, bei sich selbst anzufangen. Wir bewegen uns auf neuen Pfaden, die nicht so ausgetreten sind. Deshalb ist es wichtig, dass wir mehr und mehr werden, damit wir einander die Hände reichen können. So kann es leichter und leichter werden, neue Qualitäten wirklich umzusetzen.

## Sein statt Tun

---

**W**enn Natürliche Pädagogik wirksam sein soll, besteht der wichtigste und grundlegende innere Positionswechsel im Sein statt Tun. Dies ist vielleicht auch die schwierigste Umstellung, weil wir es so sehr andersrum gewohnt sind. Erst wenn wir diesen Schritt gemacht haben, können wir den wesentlichen Unterschied wahrnehmen.

Zur Illustration beginne ich wieder mit meiner eigenen Geschichte. Ich war schon immer ein sehr aktiver Mensch, habe in meinen ersten fünfzehn Berufsjahren immer mehrere Jobs gleichzeitig gemacht,

nebenbei noch weiterstudiert oder andere Ausbildungen absolviert. Es hat mir Freude gemacht, aber es hat mich ausgelaugt, ausgebrannt.

Im Yoga habe ich das erste Mal gehört und geübt, wie wichtig es ist, nach jeder Übung eine Entspannungsphase einzulegen. In dieser Zeit des Nichtstuns verarbeiten Körper und Gehirn die Erfahrung und man hat Zeit nachzuspüren, in den Körper hineinzufühlen. Eigentlich wusste ich schon aus der Lernpsychologie und der Neurologie, dass man beim Lernen immer Pausen machen soll, weil das Gehirn Zeit und Energie braucht, um alles Neue zu verdrahten.

Da man als Frau in dieser Zeit kaum darum herunkommt, sich mit dem Weiblichsein zu beschäftigen, habe ich auch diesem Thema in meinem Leben viel Raum gegeben. Bei der Grundsatzfrage, was denn nun weiblich und männlich sei, bin ich auf viele Punkte gestoßen, an denen ich in mir selbst eine Aufwertung der männlichen und damit logischerweise eine Abwertung der weiblichen Aspekte mitfrage. Die männlichen Qualitäten haben sich ein bisschen besser angefühlt beziehungsweise ich habe im Notfall immer auf sie zurückgegriffen. Ein Beispiel ist Intuition als weibliche Qualität. Natürlich habe ich sie, aber wenn sie infrage gestellt oder mit einem logischen Argument konfrontiert wurde, noch dazu von jemandem, dem ich gefallen wollte, habe ich die Intuition und ihre Weisheit unbewusst ganz schnell zurückgestellt und mich auf die logische Argumentation eingelassen. Dabei blieb aber ein seltsames Gefühl von Unzufriedenheit und Wut zurück.

Diese Erkenntnis, dass wir den Patriarchen in uns tragen, ist für eine Frau in Zeiten der Frauenemanzipation unangenehm. Der Gegner ist nicht außen, sondern sitzt mitten in mir selbst. An dieser Stelle habe ich einen wesentlichen Ansatzpunkt für Veränderung gefunden. Ich habe systematisch geübt, meine weiblichen Qualitäten wertzuschätzen, teilweise sogar überzubewerten. Das ist manchmal ein Trick, um Balance zu erreichen. Erst wenn wir das Gefühl haben, jetzt sei es aber wirklich zu viel, kommt eine Dysbalance langsam in einen ausgeglichenen Zustand.

Wenn Menschen zum Beispiel aggressionsgehemmt sind und sie wollen lernen, ihre Wut auszudrücken, ist es am besten, ihnen oder sich

selbst zu erlauben, einmal vollkommen zu übertreiben. Wenn sie dann das Gefühl haben, jetzt hab ich aber kräftig auf den Putz gehauen, dann wirkt es für einen Außenstehenden immer noch völlig harmlos.

Ein anderes Beispiel. Man hat festgestellt, dass Lehrerinnen und Lehrer Mädchen in Schulklassen seltener ansprechen beziehungsweise ihnen weniger Aufmerksamkeit und Zuwendung geben als Buben, aber das Gefühl hatten, gerecht zu sein. Daraufhin wurden die Pädagogen gebeten, für einen bestimmten Beobachtungszeitraum die Mädchen zu bevorzugen. Beobachter führten Strichlisten. Wenn die Lehrer das Gefühl hatten, die Buben bekämen gar keine Aufmerksamkeit mehr, war die Verteilung noch immer leicht zu deren Gunsten. So subjektiv und von Gewohnheiten geprägt ist unsere Wahrnehmung.

Ich stelle also fest, dass selbst in unseren aufgeklärten Zeiten kollektiv noch lange keine wahrhaftige Wertschätzung des Weiblichen verwirklicht ist. Beispiele sind überall zu finden. Die lange Geschichte des Patriarchats steckt uns noch in den Knochen. Das Männliche hat das Weibliche so lange kontrolliert und dominiert, hat es missbraucht und gedemütigt. Manchmal macht es den Eindruck, als würden sich diese Tendenzen heutzutage wieder verstärken. Auch die Sonne scheint kurz vor dem Untergang besonders groß zu sein.

Solange es eine Ausbeutung von Ressourcen, ein systematisches Verrecken der Erde und ihrer Elemente, Verkauf und Versklavung von Frauen für sexuelle Zwecke, Vernichtung und Machtdemonstration gibt und solange Kinder vergewaltigt werden, solange ist es nur ein bisschen Kosmetik, wenn in Gemeinderäten schon zehn Prozent Frauen sitzen, machen wir uns nichts vor.

Bei einer ehrlichen Bilanz muss ich sagen, erst wenn es einen radikalen Umbruch in der Wertschätzung von weiblichen Qualitäten gibt, können wir neue Qualitäten auf der Erde verwirklichen. Die Dysbalance, in der wir seit ein paar tausend Jahren leben, muss nicht sein. Wir haben als Menschen alle – Männer und Frauen – Erfahrungen sehr schmerzhafter Art damit gemacht und jetzt ist es wirklich an der Zeit zu sagen: Es ist genug. Wir sind so sehr in der Abwertung des Lebens gelandet, in allen Lebensbereichen haben wir das menschliche Maß verloren, jetzt ist es Zeit für eine Veränderung, bevor uns die Erde alle abwirft.

Also habe ich bei mir selbst begonnen, dem einzigen Ort, an dem Veränderung wirksam werden kann. Eine wesentliche Dysbalance, in die wir alle irgendwie verstrickt sind, ist die von Sein und Tun. Wir haben immer etwas zu tun. Wir sind endlos beschäftigt und haben Listen im Kopf, was wir noch alles tun sollten. Und wenn die Liste abgearbeitet ist, taucht sofort eine neue Liste auf. Wir werden unruhig, wenn einmal nichts zu tun ist. In der Freizeit haben wir weitere Beschäftigungsprogramme, beispielsweise müssen wir doch etwas für unsere Gesundheit tun. So leben wir den Kindern einen Lebensstil vor, in dem es möglichst keine Freiräume geben darf, und wundern uns, wenn sie hyperaktiv sind. Mich wundert das nicht. Wir sind alle ein wenig hyperaktiv, leben in einer hyperaktiven Welt.

Was geschieht da? Ein wichtiger Aspekt ist, dass wir Anerkennung erwarten und teilweise auch bekommen, wenn wir aktiv sind. Aktivität wird wertgeschätzt, Nichtstun oder besser gesagt passiv sein wird abgewertet. Ein Nichtstuer ist ein Schmarotzer, hat sein Brot nicht verdient. So wird über Menschen geurteilt, die auch mal nichts tun. Dieses Urteil möchte man selbst nicht aufgelegt bekommen. Wir wollen vor uns selbst bestehen können. Die Verurteilung beginnt immer bei sich selbst.

Was würde geschehen, wenn wir innehalten würden? Wir würden beginnen, uns selbst zu fühlen. Wir würden feststellen, dass wir in unserer Rastlosigkeit mit voller Geschwindigkeit in Sackgassen rennen und gar keine Ziele haben, dass wir uns wie Hamster im Laufrad bewegen. Die Gefühle, die das begleiten, können direkt in Leere und Depressionen münden. Also bewegen wir uns aus Angst vor diesem Stillstand noch schneller.

Dazu kommt die Angst unserer überzogenen Leistungsgesellschaft, die uns das Gefühl vermittelt, wir würden alle gegeneinander antreten. Wir stehen ständig im Wettbewerb. Wer noch mehr leistet, ist besser und bekommt mehr Geld, hat Aufstiegschancen und wird nicht entlassen. Wir spielen mit, weil wir natürlich gut sein wollen. Nur, Sicherheit gewinnen wir damit nicht. Was ist, wenn dein Körper nicht mehr mitmacht und sein Recht auf Entspannung einfordert oder wenn du eine Frau bist und deine Tage hast? Schon überholt dich einer und du bist raus.

Wir leben in einer Zeit beständiger Anspannung. Ich frage mich, wie lange sich die Menschen noch erpressen lassen wollen. Was muss noch geschehen, dass wir alle Halt rufen? Wir sind der Meinung, nur Anerkennung zu bekommen, wenn wir den Erwartungen entsprechen, wenn wir uns noch mehr anstrengen, und lassen uns gnadenlos ausbeuten. Das leben wir unseren Kindern vor. Das Drama ist, dass wir keine Lücken mehr zulassen können, weil uns die Angst im Griff hat und wir anderen nicht erlauben können, was wir uns selbst nicht zugestehen.

Menschen in pädagogischen Berufen haben selbst Angst um ihren Arbeitsplatz und lassen sich deshalb verleiten, das Leistungsdenken an erste Stelle zu setzen, obwohl sie wissen und fühlen, dass die Kinder mehr Entspannung und Entwicklungsspielräume brauchen. Wenn sie versuchen, den steigenden Druck abzufangen und nicht auf die Kinder zu übertragen, werden viele irgendwann krank, sind ausgebrannt oder gehen freiwillig auf die »Reservebank«, weil sie sich die Ambivalenzen nicht weiter zumuten wollen oder können. Wie schade um diese hochqualifizierten, einfühlsamen, gesunden Menschen, die den Kindern so viel zu bieten hätten.

Zurück zu meiner Geschichte. Ich war also fest entschlossen, meiner Weiblichkeit zum Blühen zu verhelfen. Wenn ich schon als Frau geboren bin, dann will ich auch als Frau hier leben und nicht versuchen, so männlich wie ein Mann zu werden. Sehr gestärkt fühlte ich mich durch eine Vision, die ich nach einer Schwitzhütte hatte. Es war ein Bild dafür, wie durch eine perfekte Balance, wie sie im Yin-Yang-Zeichen dargestellt ist, Heilung und Versöhnung für die Erde und uns Menschen geschehen kann. Mir war klar, dass ich bereit bin, mich mit allem, was ich habe, dafür einzusetzen. Es lohnt sich, gelebt zu haben, wenn ich meinen Beitrag dazu leiste, diesen uralten Kampf der Geschlechter, der Polaritäten aufzulösen.

Ich habe mit meinen vielen beruflichen Aktivitäten ganz radikal aufgehört und mir eine Auszeit gegönnt. Mit meinen Ersparnissen habe ich mir eine private Forschungszeit finanziert. Ich wollte wissen, was es bedeutet, wenn ich dem weiblichen Sein absoluten Vorrang einräume. In dieser Zeit habe ich mit einem Mann zusammengelebt, den ich hier einen Meister der Bewusstheit nennen möchte. »Zufällig« war es

auch eines seiner Herzensanliegen, das Weibliche aus seinen Fesseln zu befreien. Er hat mich unterstützt, dranzubleiben und mein Weiblichkeit zu pflegen. Er selbst ist im Laufe seines Lebens sehr tief in die Qualität des Fühlens eingetaucht, auch mit allen nicht so erfreulichen Aspekten. Deshalb konnte er mich auf meinem Weg begleiten und mir immer wieder Mut machen.

Ich war viel zu Hause, hatte keine vorgegebene Struktur und gab mich den Tagen hin. Ich hatte keine Pläne und keine Ziele. Ich hatte keine Aufgaben, außer mich selbst zu versorgen und Haus und Garten in Schwung zu halten. Ich wollte nur mehr das tun, was aus diesem Zustand des Seins entsteht und mir Freude macht. Warum erzähle ich das? Ich möchte Ihnen anschaulich vermitteln, warum wir Angst vor diesem Eintauchen in das Sein haben, welche Chancen, aber auch Herausforderungen es mit sich bringen kann.

Was geschah? Das Fühlen setzte ein. Wenn man viel Zeit hat und sie nicht mit Geschäftigkeit füllt, ist man passiv, also empfänglich, offen, bereit für das, was ist. Ich habe sehr schnell verstanden, weshalb die weibliche Eigenschaft Empfänglichkeit außer zum Zweck des Kinderkriegens in nicht so hohem Ansehen steht. Unsere Offenheit hat uns viele Verletzungen eingebracht. Und wenn wir in diesen Zustand gehen, dann können alle Schmerzen aus allen Vergangenheiten auftauchen. Wir sind dann empfänglich nach innen. Es war für mich also eine Zeit, in der ich viele verschiedene Gefühle aushalten musste. Ich bin in die Tiefen meines Innenlebens eingetaucht und habe daraus meine Kraft gewonnen. Das, wovor wir uns so sehr fürchten, gibt uns Stärke, wenn wir es konfrontieren und annehmen.

Ich habe gelernt, für alle meine Gefühle Verantwortung zu übernehmen und niemals im Außen nach einem Schuldigen zu suchen, sondern meine Gefühle wirklich als meine wahrzunehmen. Damit war ich sehr konsequent. In dieser Zeit hat die Weisheit meiner Seele sozusagen meine Bereitschaft zur inneren Heilung aufgegriffen und mich in meinem Prozess der Reifung und Integration folgendermaßen unterstützt. Beinahe täglich konnte ich damit rechnen, dass ich spätestens am frühen Nachmittag eine unbändige Wut spürte. Es war ein seit frühester Kindheit in mir festgehaltener Gefühlskomplex, den ich bisher nicht



ausgedrückt hatte. Ich hätte natürlich immer einen äußeren Grund gehabt, sie meinem Partner umzuhängen. Aber ich wollte mit diesem Spiel von Abhängigkeiten Schluss machen. Wenn also die Wut auftauchte, ging ich möglichst sofort in mein Zimmer, habe sie ausagiert und danach mit Ton etwas geformt. Das ging einige Wochen so. Es war wie eine große Reinigungszeremonie, mich von angestauter Aggression zu befreien. Die Dinge, die sich aus Ton formten, haben mir darüber hinaus meine Geschichte der Verletzungen erzählt. Ich konnte sie ansehen und sie haben mein Herz berührt. So konnte Heilung geschehen.

Mein Innenleben fühlte sich mehr und mehr geklärt an, vorübergehend sogar leer. Meine Konturen wurden deutlicher spürbar und ich wurde mehr ich selbst. Ich war bereit, meinen ungeliebten und unbekanntem Anteilen Raum zu geben und dadurch hat sich alles in mir auf eine natürliche Art neu geordnet. In den leeren Raum konnte Seelenenergie einfließen, mein ursprüngliches Wesen.

Ein weiterer ganz wichtiger Aspekt war, dass ich die natürlichen Rhythmen, in die wir ständig eingebunden sind, zulassen und spüren konnte. Meine Wahrnehmung hat sich sehr dafür geschärft, weil ich mir für alles Zeit genommen habe. Einer der wichtigsten Rhythmen, mit denen wir als Frauen konfrontiert sind, ist unser Mondzyklus. Ich konnte üben, mich ganz einzuschwingen und alle Phasen in ihrer Eigenart und speziellen Qualität wertschätzen lernen. Dazu hat mir das indianische Wissen wieder viele kostbare Hinweise gegeben. Eine wesentliche Inspiration war für mich Brooke Medicine Eagle mit ihren Vorträgen und ihrem Buch: »Buffalo Woman Comes Singing.«

Gerade diese von den meisten Frauen nicht so geliebte Zeit der besonderen Verletzlichkeit und Feinfühligkeit ist unsere weiblichste Zeit. Angeschlossen an das große ganze Wissen der Erde können wir Informationen bekommen, was für uns im kommenden Monat wichtig ist und was es loszulassen gilt. Jeden Monat geschieht mit uns eine Erneuerung, jedes Mal eine kleine Transformation. Es ist unsere natürliche spirituelle Zeit, ein großes Geschenk, das unsere Intuition und Sicherheit schult. Das Körperwissen bildet sich aus. Das Vertrauen in den Körper und seine eigene Weisheit. Eine Verbindung zum Körper wächst, die von Wertschätzung getragen ist.

Sich Zeit nehmen zu können, in natürlichen Rhythmen zu leben, ist in unseren Tagen ein Privileg, dessen bin ich mir bewusst. Aber inzwischen weiß ich, dass sich vieles auch im ganz normalen Alltag verwirklichen lässt, wenn die Wichtigkeit und Wertschätzung der Verbundenheit mit den Zyklen des Lebens anerkannt wird.

Weiters sind viele ungewöhnliche Ideen aufgetaucht, die ich auch umgesetzt habe. So habe ich mich auf energetische Art zu den Blumen unseres Gartens hingezogen gefühlt. Ich habe mir Wissen über Blütenessenzen angeeignet und neue Essenzen hergestellt. Ich hatte die Muße, mich ganz meinen sensiblen Qualitäten des Einfühlens und des Kontaktes zu den Naturwesen hinzugeben.

Ich habe Freude daran entwickelt, meinen Körper durch regelmäßige Übung und Meditationen noch durchlässiger werden zu lassen und ganz unglaubliche Zustände von Erkenntnisfähigkeiten durchlebt, ein Angeschlossensein an eine universelle Weisheit, die einfach da ist. Das Gefühl tiefer Verbundenheit mit der Erde, den Bäumen und dem Universum ist in abgeschwächter Form bis heute geblieben.

Ich möchte Ihnen an meinem Beispiel zeigen, was auftauchen kann, wenn wir eine radikale Hinwendung zum Sein und zur Wertschätzung der Weiblichkeit vollziehen. Alter Schmerz kann auftauchen, ich würde sagen, damit müssen wir rechnen. Dahinter können dann aber ganz neue intuitive Fähigkeiten, Interessen und Talente zum Vorschein kommen. Ein aufgeräumter Innenraum beginnt feiner zu schwingen. Neue Erfahrungsmöglichkeiten tun sich auf.

Bei Ihnen kann das natürlich ganz andere Formen annehmen. Sie haben Ihren eigenen Prozess. Auch Männer haben vermutlich eine andere Art, mit der Öffnung zur Rezeptivität umzugehen. Doch davon kann ich nicht so viel berichten. Durch Nachfragen habe ich erfahren, dass eine größere Wertschätzung des Lebens, eine Erweiterung des Männerbildes und wesentlich mehr Mitgefühl mit sich selbst und anderen möglich wird. Die Befürchtung von Männern, dass sie über eine Integration vom Weiblichen an Männlichkeit verlieren würden, kann ich nicht bestätigen, im Gegenteil nehme ich es eher so wahr, dass Männer eine Art ›erwachsenen‹, reifere Männlichkeit entwickeln. Sie fühlt sich geerdeter, sicherer und entspannter an.

In dieser Zeit habe ich die Ausbildung an der Dakini-Akademie begonnen, was meinen Herzensweg gestärkt hat. Durch die fortgesetzte Übung von Langsamkeit, Achtsamkeit, Fühlen und Akzeptieren, was ist, wird eine Transformation möglich, eine Umgestaltung der Persönlichkeit. Die Wahrnehmung der Welt und von sich selbst verändert sich hin zu mehr Klarheit und Direktheit, weg von Interpretation und Projektion.

Und was ist mit dem Tun geschehen? Der Kopf mit seiner Rastlosigkeit und seinen tausenden Gedanken ist noch immer da. Der innere Antreiber ist auch noch da, aber das Zentrum meiner Aufmerksamkeit ist nicht mehr dort. Sie ist auf dem entspannten: »Ich bin.« Aus dieser Quelle, aus diesem Zustand, der sich geerdet und verbunden anfühlt, tauchen Impulse auf, was zu tun ist. Ich kann sie als innere Stimme wahrnehmen. Ich habe gelernt, ihr zu vertrauen und umzusetzen, was sie mir sagt. Das ist mein Lebensstil geworden. Es ist mein inneres Wissen, das mich leitet und mir Klarheit, Zuversicht und Sicherheit gibt.

Aus all diesen Erfahrungen hat sich in mir die Überzeugung gebildet, dass die Befreiung des weiblichen Wesens ein unschätzbare Beitrag zur Gesundung unseres Lebens ist. Damit meine ich, wenn wir die weiblichen Aspekte ganz bewusst wieder integrieren und ihnen Wertschätzung, Raum und Aufmerksamkeit geben, geschehen Heilung, Versöhnung und Wachstum. Das ist meine persönliche Erfahrung in meinem eigenen Prozess und so habe ich den Waldkindergarten begonnen. Wenn das Weibliche integriert ist, sind wir mit einer Ganzheit verbunden, die alles umfasst, einer größeren Weisheit als derjenigen, die alleine durch Denken zur Verfügung steht.

Der wichtigste Begriff ist Raum. Die weibliche Qualität ist Raum sein, Raum schaffen, Raum halten, Raum geben, Räume gestalten, Räume pflegen, hüten und nähren. Wie aus dem weiblichen Schoß entsteht so neues Leben, die Schöpfung, alles, was eine Gestalt hat und lebendig ist. Das ist das Geheimnis, wie Natürliche Pädagogik funktioniert, im Einklang mit dem heiligen Gesetz: Alles, was Form hat, ist aus dem Weiblichen geboren.

Im Kindergarten wollte ich den Kindern diesen Raum innerer Klarheit und Verbundenheit, von Wohlbefinden und Vertrauen zur Verfügung stellen, damit sie sich darin entfalten können. Dazu wollte ich möglichst

wenige Angebote machen, um unverfälscht und unverzerrt und ohne Ablenkung wahrnehmen zu können, wo die Kinder innerlich sind und was sie brauchen. Ich musste mir diesen Raum zum Fühlen geben und das ist nur möglich, wenn ich ihn nicht durch Aktivitäten zupflistere. Sobald ich fixe Pläne hatte, habe ich den Verlust an Qualität bemerkt. Ich habe mich innerlich von den Kindern abgetrennt und musste sehen, wie ich meine Ziele verwirkliche. Es ging dann vorrangig um das Ziel und zwar eines, das ich für gut befunden habe, und zweitrangig erst um das Wohlbefinden der Kinder.

Wenn ich aber losgelassen habe, dass eine gute Erzieherin Angebote zu machen hat, also aufgehört habe, eine extra gute Erzieherin sein zu wollen, waren wir alle ganz nah verbunden – und Kinder sind Meister im Fühlen. Dann waren wir in einem gemeinsamen Energiefluss, spontan und in jedem Moment kreativ. Aus dem entspannten Sein entsteht alles. Schauen Sie kleinen Kindern zu, sie sind vollkommen im Sein. Sie erfinden alles in jedem Augenblick neu. Wenn wir Erwachsenen von ihnen hier und jetzt lernen, wach und präsent zu sein, dann pulsiert das Leben. Wir trennen uns von diesem begnadeten Zustand, sobald wir etwas anderes wollen, als das, was ist.

Als ich einmal dachte, ich müsste ein pädagogisch wertvolles Spiel vorschlagen, haben die Kinder das zum Ausdruck gebracht, indem sie mir zuliebe ein paar Minuten lang brav mitgespielt haben. Dann sagte ein Junge: »Manasha, können wir jetzt bitte wieder richtig spielen?« Mir ist die Wahrheit darin sofort bewusst geworden. Das ursprüngliche Spiel der Kinder hat so viel mehr Kraft als jedes noch so gut durchdachte pädagogische Machen. Und siehe da, die Energie hat sofort von verhalten und unsicher zu lebendig und kraftvoll gewechselt. Ich habe das nie vergessen.

Unsere Verbundenheit hat sich sogar so ausgewirkt, dass die Kinder manchmal spontan alle ihre Sachen gepackt haben, ohne dass einer etwas gesagt hätte. Alle, auch ich, haben es zu einem bestimmten Zeitpunkt gefühlt, dass wir jetzt aufbrechen und an einen anderen Platz gehen sollten. Wir haben intuitiv wie ein Vogelschwarm gehandelt.

Das Zusammensein mit den Kindern auf diese Art wirkt auf den ersten Blick wie Nichtstun. Das ist auch mit ein Grund, warum ich all dies hier

zu Papier bringe. Viele fragen mich: »Was machst du da eigentlich?« Ich mache eben erst einmal gar nichts. Ich hüte den Raum. Das ist eine sehr anspruchsvolle Aufgabe, wie ich noch näher ausführen werde. Aber für Außenstehende ist nichts sichtbar, was übrigens mit ein Grund ist, warum weibliche Tätigkeiten keine Wertschätzung erfahren.

Es sieht so aus, als dürften die Kinder machen, was sie wollen. Wenn alles gut geht, spielen sie begeistert miteinander, ganz natürlich und voller Hingabe. Alle sind irgendwie beschäftigt. Sie bewegen sich aus dem inneren Raum von Sein heraus und ich bringe ihnen dafür durch mein Sein die entsprechende Wertschätzung entgegen. Sie fühlen sich geachtet in dem, was an Ideen aus ihnen hervorkommt. Alles ist wichtig und gut.

Wenn ich meine Ideen, was für sie wichtig sei, an oberste Stelle setzen würde, würde ich ihnen das Gefühl vermitteln, dass ihre Ideen weniger wichtig sind und ich besser weiß, was für sie gut ist. Es stimmt ja auch in vielen Fällen, dass ich ihnen durch meine Erfahrung viel vermitteln kann, aber ich setze mein Besserwissen an zweite Stelle. Zuallererst dürfen sie Erfahrungen machen und sie selbst sein. Ich hüte die Grenzen und achte darauf, dass sich der Raum nicht verengt.

Menschen, die mit mir arbeiten, haben zunächst Mühe mit dem Sein, denn sie wollen was tun, besonders Männer. Sie werden nervös, fühlen sich unnützlich und unsicher. Das ist auch eine Frage der Übung. Aber wenn sie erst einmal loslassen können und sich für die Kinder öffnen, entstehen aus der Situation heraus Impulse, welche die Erwachsenen durchaus mitgestalten. Doch darin zeigt sich eine deutlich andere Qualität von Aktivität. Sie entsteht aus Verbundenheit.

So integriert sich ganz automatisch das Tun in das Sein, was ja mein Ziel war: Versöhnung statt Polarisierung. Im Sein ist das Tun aufgehoben. Es ist nicht aus dem Kopf geboren, der immer alles besser wissen will, sondern aus der Ganzheit des Geschehens, die Fühlen, Einfühlen und Mitfühlen einschließt. Diese Art von Tun hat eine neue Qualität. Die Aktivität, die aus dem verbundenen Sein entsteht, hat eine Richtung, die in eine höhere Weisheit eingebunden ist und daher einen Sinnzusammenhang hat, also mit der Ganzheit des Lebens und der Personen zu tun hat. Alles andere sind Kopfgeburten, oft abgehobene

Ideen, die nichts mit der Realität des Menschen zu tun haben. Davon haben wir nun mehr als genug.

Die Indianer sagen, Schöpfung entstehe aus dem ewigen großen, dunklen, weiblichen Raum der Leere, der aber nicht leer wie ein Vakuum ist, sondern alles beinhaltet, alle Möglichkeiten. Der Ur-Schoß. Wenn das männliche Licht diesen Raum berührt, in ihn eindringt, entsteht etwas Neues. So gebärt sich Leben ständig neu, aus einem fortwährenden Zusammenspiel von weiblich und männlich. Ein ewiger Liebesreigen. Was für ein schönes, ausgewogenes Bild. Das gefällt mir an der indianischen Tradition, es gibt eine Gleichwertigkeit von weiblich und männlich, aber auch die Unterschiede sind klar, ebenso wie das Zusammenspiel und die gegenseitige Abhängigkeit.

Im tibetischen Buddhismus gibt es das Bild der liebenden Vereinigung von weiblicher Weisheit und männliches Mitgefühl, die uns über uns selbst hinauswachsen lässt. Auch das ist ein wunderbares, heilsames Bild. Unsere alte Kategorie der Ober- und Unterordnung hat so viel Schmerz und Leid für alle erzeugt.

## Grundaufgaben der Natürlichen Pädagogik

---

**A**us dem Zustand des entspannten Seins heraus ist die Wahrnehmung der Welt unmittelbarer, weil nicht so stark, manchmal auch gar nicht von Vorstellungen geprägt. Vorstellungen und Erwartungen sind der Wahrnehmung wie ein Filter vorgeschaltet und lassen sie uns nur verzerrt sehen. Wenn wir Ziele und Absichten haben und so Menschen begegnen, haben wir schon Richtungen eingeschlagen, an denen gemessen und eingeteilt wird. Wenn wir offen sind, für das was ist, sind wir mit dem Jetzt verbunden und können wirksamer handeln.

Aus all diesen Erkenntnissen heraus, haben sich für mich drei Grundaufgaben für meine Arbeit entwickelt

- ▶ Grundbedürfnisse wahrnehmen und erfüllen
- ▶ Raum gestalten
- ▶ Raum halten

## ▶ Grundbedürfnisse wahrnehmen und erfüllen

Durch Beobachten der Kinder habe ich sechs zentrale Bedürfnisse herausgefiltert.\* Diese Aufzählung ist nicht systematisch, sicher auch nicht vollständig. Es hat aber bei der Arbeit in der Natur funktioniert, diesen Bedürfnissen viel Raum zu geben. Und weil diese Bedürfnisse oft vernachlässigt werden, gebe ich ihnen extra viel Raum und Bedeutung. Das heißt, es hat sich bewährt, so zu arbeiten, und die Kinder wurden dadurch bestens unterstützt, einen stabilen, gesunden Kern zu entwickeln. Unbedingt wichtig ist aber das Einverständnis der Eltern und dass sie zu diesen Prioritäten ja sagen.

Die folgenden Bedürfnisse sind miteinander verwoben und beinhalten einander teilweise. Ich trenne sie sozusagen künstlich, um sie als einzelne Aspekte besser fassen zu können.

### ▶ Sich sicher fühlen können

Ich erinnere mich noch an den allerersten Tag mit fünf Kindern zwischen drei und vier Jahren. Wir sind voller Vorfreude auf *unseren* Kindergarten durch den Wald gestapft. Es lag noch Schnee. Da sagte ein Kind zu einem anderen: »Gell, du schubst mich aber nicht.« Daraufhin haben sie sich gegenseitig versichert, sich nicht weh zu tun, wenn es die anderen auch nicht tun.

Das war meine erste Lektion. Wir brauchen einen sicheren Rahmen. Jeder Mensch hat das Bedürfnis, sein zu können, ohne ständig vor

\*s. Kap. Waldkindergarten

3





**Integration**

---

**in die**

**bestehenden**

---

**Strukturen**



# Inspirationen für die eigene Praxis

---

**W**ie können die Ideen, die ich hier ausgebreitet habe, umgesetzt werden? Was lässt sich davon für Ihren Alltag verwenden? Im Folgenden werde ich einige Ansatzpunkte auflisten und Zukunftsvisionen für eine andere Schule skizzieren, weil es mir besonders dringend erscheint, die Schulpädagogik zu erneuern. Ich mache Angebote zum Weiterträumen und Ausbauen.

## ► Wir brauchen Zeit

Zeit ist ein zentraler Punkt. Alle Vorgehensweisen, die ich für die Natürliche Pädagogik vorgestellt habe, brauchen Zeit. Zeit scheint in unseren Tagen das wertvollste Gut zu sein. Oft haben wir für das Wesentliche keine oder nicht genug Zeit. Eine Pädagogik des Herzens nimmt sich Zeit, weil wir alles andere in den Hintergrund rücken. Die Kinder und Jugendlichen werden es Ihnen in höchstem Maße danken, wenn Sie ihnen Zeit schenken und sich Zeit für das nehmen, was wirklich zählt. Das ist auch ein Ausdruck besonderer Wertschätzung.

Ob Sie sich als Eltern oder Pädagoge angesprochen fühlen, wenn Sie Natürliche Pädagogik umsetzen wollen, nehmen Sie sich Zeit dafür. Geben Sie all den Themen wie soziale Kompetenz, Konfliktlösung, emotionale Entwicklung, selbsttätiges Erforschen, kreatives Gestalten, Psychohygiene und so weiter die Zeit, die sie brauchen. Es wäre sicher interessant zu untersuchen, wie viel Zeit und Energie durch die derzeit

praktizierten Methoden verschwendet wird, zum Beispiel durch Streitereien, Aggressionen, Leerlauf und unsinnige Diskussionen und um Folgeschäden zu reparieren und zu therapieren.

Wenn wir dem Wesentlichen Aufmerksamkeit schenken, ist das am Besten investierte Zeit. Wenn wir uns für das Zeit nehmen, was gerade wichtig ist, können wir uns anschließend umso effektiver wieder den Sachthemen zuwenden und die innere Motivation trägt auch noch wesentlich zum Lernerfolg bei. Zeitverschwendung ist nicht wirklich ein Argument, wenn zum Beispiel jemand meint, eine Gesprächsrunde mit dem Sprechstab sei bei dem vielen Lernstoff für eine Schulklasse zu aufwendig. Es wird viel mehr Zeit und Energie verschwendet, wenn man sich den anliegenden Themen nicht widmet. Jeder Lehrer weiß, wie viel Zeit durch Unkonzentriertheit, Desinteresse und Störungen verloren geht.

Wenn Sie sich Zeit für tiefgreifende Problemlösungen nehmen, werden Vertrauen und Zusammenhalt gestärkt, statt fortgesetzt mit schwelenden Konflikten zu leben, die Sie und Ihre Schüler alle Kraft kosten.

### ► Wir brauchen kleine Gruppen

Was ich für diese anspruchsvolle Tätigkeit im professionellen Rahmen gesagt habe, konnte ich in dieser Qualität nur in kleinen Gruppen umsetzen. Menschen haben nun einmal eine begrenzte Fähigkeit, sich auf eine Gruppe einzulassen. Die Obergrenze liegt bei etwa fünfzehn Personen. Alles, was darüber geht, ist nicht mehr von allen als zusammengehörige Gruppe erfassbar. Dann ist Gemeinschaft nur noch bedingt in der beschriebenen Qualität möglich. Wir können nicht mit beliebig vielen Menschen den gleichen intensiven Kontakt haben. Also bilden sich Untergruppen und Cliques.

Auch das so wichtige Gehört- und Gesehenwerden findet in der Größe der Gruppe seine Grenze. Sowohl wir Erwachsene wie auch die Kinder können diese Intensität nicht beliebig ausweiten. Anfangs ist eine Gruppenstärke von fünfzehn vielleicht schon zu viel. Im Wald-

kindergarten waren wir schon aus Sicherheitsgründen mit fünfzehn zu zweit. Und das empfanden wir als unsere Obergrenze. Alles darunter erhöht direkt die Qualität.

Ein Bewusstsein dafür zu schaffen, dass genügend gut ausgebildetes Personal für unsere Kinder zur Verfügung steht, dass also die Schulklassen und Kindergartengruppen möglichst klein sein sollen, erscheint mir für eine Umgestaltung des Schul- und Kleinkinderalltags zentral. Wie sollen wir sonst all den Ansprüchen von individueller Differenzierung und Förderung nachkommen können? Erzieherinnen sollten sich gegen solche unmöglichen Ansprüche Ihrer Vorgesetzten verwehren. Verlangen Sie pädagogisch praktikable Bedingungen. Wo sind die pädagogischen Fachleute, die Lehrerinnen und Lehrer, die aufstehen, ihre Bedingungen formulieren und öffentlich für eine wirkliche Qualität eintreten?

Ich möchte Sie ermuntern, notwendige Bedingungen ganz eindeutig einzufordern und sich nicht noch und noch mehr unmöglich zu erfüllende Aufgaben umhängen zu lassen, um bei Nichterfüllen auch noch als Prügelknabe herzuhalten. Die Kinder von heute sind so besonders und ungewöhnlich, dass wir viel Zeit und Ruhe für sie brauchen. Wir müssen uns darauf einstellen, wenn wir ihnen wirklich gerecht werden wollen.

Da spreche ich auch die Eltern an. Verlangen Sie von Ihren Regierungen, die ja von Ihnen gewählt werden, dass mehr Personal zur Verfügung steht, damit die Qualität der Betreuung und Förderung Ihrer Kinder gesichert ist. Machen Sie sich bewusst, dass Sparen an dieser Stelle gesamtgesellschaftlich betrachtet die größte Verschwendung von Lebensenergie und -zeit und dem von Politikern so gerne beschworenen Humankapital ist. Wie viele Umwege und Sackgassen könnten sich junge Menschen ersparen, wenn Sie eine kompetente, liebevolle, fördernde und ihre Gaben erkennende Begleitung ins Leben hätten. Wie viele Zusatzbetreuungen und Therapien könnten überflüssig werden, wenn Lehrer und Lehrerinnen angemessene Bedingungen für ihre Arbeit hätten.

## ► Hinweise für Eltern

In meiner pädagogischen und beratenden Tätigkeit fallen mir ein paar Aspekte immer wieder auf, die ich Ihnen ans Herz lege.

Sie können Ihr Kind am meisten durch Hinwendung zu Ihrem eigenen inneren Kind unterstützen. In den Familien geschehen so viele Dramen, die dort ihre Wurzeln haben. Deshalb bin ich oben auch so differenziert darauf eingegangen. Wenn Sie mit Ihrem eigenen befreiten göttlichen inneren Kind verbunden sind, wissen Sie sehr genau, was für einen Rahmen Ihr Kind braucht, um sich zu entfalten.

In letzter Zeit ist mir auch verstärkt das Phänomen begegnet, dass sich Paare, die einander in Liebe verbunden sind, trennen, weil sie mit der Kindererziehung überfordert sind. Der tägliche Kampf zermüht sie. Das empfinde ich als besonders dramatisch, weil die Partnerschaft ja Grundlage für das Wohlergehen der Kinder ist.

Holen Sie sich Hilfe. Gönnen Sie sich Erziehungsberatung oder auch Selbsthilfegruppen und Gesprächsrunden. Man kann nicht alles können. Der Druck in Schule und Gesellschaft ist so groß geworden, dass man sich bewusst davon befreien muss. Das alleine ist oft schon ganz schön schwierig. Diese neue Zeit stellt aber an Eltern zusätzlich hohe Anforderungen. Erziehung funktioniert bei diesen Kindern nicht mehr so, wie sie zu unserer Kinderzeit noch möglich war.

Ich lege Ihnen besonders nahe, mit dem Herzen zu sehen. Wenn wir immer nur den einseitigen Druck der Schule weitergeben, wird auch die Stimmung zu Hause enger und enger. Es schadet der ganzen Familie, wenn wir unseren Kindern aus der Angst heraus begegnen, als Eltern nicht gut genug zu sein.

Ich habe immer wieder davon gesprochen, wie wichtig die weibliche Energie ist. Zum Ausgleich hier noch ein Hinweis für Väter: Wenn Sie die Herzensweisheit praktizieren, können Sie am allerbesten Vorbild als Mann sein. Sie leben dann eine erlöste und geheilte Form von Männlichkeit, die mit der Wertschätzung für das Leben verbunden ist und sich in all seinen Facetten daran orientiert. Sie haben dann Ihre weiblichen Aspekte integriert und schätzen sie genauso wie Ihre männlichen.

Selbstverständlich ist der männliche Aspekt in der Familie wichtig und unersetzbar. Männer haben eine andere Art für Stabilität, Sicherheit und Klarheit zu sorgen als Frauen. Ein Mann und Vater, der sehr kompetent und differenziert schildert, wie ein gedeihliches Zusammenleben mit Kindern funktionieren kann, ist der Herzenslehrer Barry Long. In seinen Büchern »Was Eltern geben können« und »Was Kinder brauchen« bekommen Sie eine Menge Anregungen. Vor allem helfen sie sehr, genau herauszuspüren, ob Sie es auch so machen würden oder anders. Sie bieten einen Fundus an hilfreichen Gedanken und Hinweisen, die immer wieder zu der Sicht des Herzens und der Ganzheit der Familie zurückführen.

Barry Long unterstützt die Eltern, zu Hause einen eindeutigen, klar definierten Rahmen zu schaffen, damit alle einen Ort haben, an dem sie sich von der Welt erholen können, sich wieder in die innere Balance und Liebe begeben können. Er gibt Hilfen auf diesem Weg, auf dem wir den Kindern und Jugendlichen die Welt zutrauen. Sie sollen und müssen sich mit allem auseinandersetzen, was ihnen begegnet, und wir finden mit ihnen gemeinsam konstruktive Wege dafür.

In dieser neuen Zeit brauchen Eltern vielleicht auch neue Strategien der Vernetzung, des Austauschs, des miteinander Lernens und des gegenseitigen Unterstützens und auch für den Austausch von Wissen. Wenn die Verunsicherung groß ist, hilft es schon, mit anderen Betroffenen gemeinsam ein paar Herzensübungen zu machen und sich bestimmte Themen von dieser Warte aus anzuschauen.

Dann können Sie wieder das Kind als Ganzes sehen, nicht nur einen einzelnen störenden Aspekt. Dann können Sie wieder die Aufmerksamkeit auf all die vielen Gaben lenken, die Ihr Kind mitgebracht hat. Dann können Sie es wieder anerkennen und loben, vielleicht sogar die Stärken in den Schwächen sehen.

Ein oder mehrere Kinder und Jugendliche in dieser Zeit des allgemeinen Umbruchs ins Leben zu begleiten, fordert eine Menge von uns. Das dürfen wir nicht unterschätzen. Es tut gut, sich Fehler zu erlauben, sich Versagen an der einen oder anderen Stelle einzugestehen, um daraus zu lernen und sich gemeinsam mit den Kindern weiterzuentwickeln. Sie dürfen sich ruhig auch dafür Anerkennung geben, was Sie täglich