



Daniel Hess

GLÜCKSSCHULE

**Sechs Ansätze für einen
grundlegenden Wandel in
Schule und Gesellschaft**

**Mit einem
Vorwort von
Gerald Hüther**



Daniel Hess
Glücksschule



Daniel Hess

GLÜCKSSCHULE



**Sechs Ansätze für einen
grundlegenden Wandel in
Schule und Gesellschaft**

Mit einem Vorwort von Gerald Hüther



1. Auflage 2019

Verlag Via Nova, Alte Landstr. 12, 36100 Petersberg

Telefon: (06 61) 6 29 73

Fax: (06 61) 96 79 560

E-Mail: info@verlag-vianova.de

Internet: www.verlag-vianova.de

Umschlaggestaltung, Layout: Linn Hess-Kraft

Satz: Sebastian Carl, Amerang

eBook-Herstellung und Auslieferung:

Brockhaus Commission, Kornwestheim, www.brocom.de

© Alle Rechte vorbehalten

Print: 978-3-86616-475-8

e-Pub: 978-3-86616-496-3

*Dieses Buch ist allen Kindern gewidmet
und speziell meinen eigenen wunderbaren Kindern,
die meine wichtigsten Lehrer sind,
sowie all den Menschen (Lehrpersonen, Eltern und anderen),
die sich darum bemühen, mehr Liebe und Glück
in das Leben von Kindern zu bringen.*

Inhaltsverzeichnis

Vorwort zu Daniel Hess „Glücksschule“

Vorwort zur überarbeiteten Neuauflage

Einstieg

Einleitung

1. Ansatz: Unser Ursprung in der Einheitsrealität

Glück

Einheitsrealität – ursprüngliches Glück

Verbundenheit/Einheit

Der systemische Ansatz

Spiel und Flow

Flow

Voraussetzungen für Flow bei Kindern

Spiel und Flow bei Erwachsenen

Wichtige Voraussetzungen für Flow-Erfahrungen

Jetzt

Vertrauen

Selbstbestimmtes Leben

Innere Einheit und Ganzheit

Kommunikation

Neugierde

Erwachsene und die Einheitsrealität

Das erlernte Unglücklichsein

2. Ansatz: Bewusstsein über die Entstehung unserer Realität

Wahrnehmung

Wie entsteht unsere Realität?

Wahrnehmungsprozess

Virtuelle Realität

Resonanzgesetz

Wie kann sich der Kreislauf verändern?

Quantenphysik und Realität

Bewusstsein erschafft Welten!

3. Ansatz: Wie wir die Trennungsrealität lernen

Trennungsrealität

Wie die Trennung gelernt wird

Innere Trennung

Vier Aspekte der inneren Trennung

Der zentrale innere Konflikt

Die Stille hinter dem Denken

Schule und Trennungsrealität

Dualität

Meine scheinbar persönliche Realität

Wichtigste Aspekte der Trennungsrealität

Zurück zur inneren Ganzheit

Das Prinzip Macht und die Schule

Bedürfnisse und Macht

Strategien zur Erfüllung von Bedürfnissen

Angst als Antrieb für unsere Handlungen

Machtstrategien

Wichtigste Machtstrategien

Fremdbestimmung und Manipulation

Kinder sind kein Besitz

Schule und Macht

Macht und Verantwortung

Rationale (natürliche) und irrationale (uniformierte) Autorität

Warum wir Macht ausüben

Brauchen Kinder Grenzen?

Konflikte als Dialog oder Machtkampf

Alte Machtprogramme

Die beschützende Funktion von Macht

Warum Machtanwendung funktioniert

Folgen des Machtprinzips in der Schule

Die UN-Kinderrechtskonvention

Erlernte Hilflosigkeit

Der Verlust der Verbindung ist ein Weltuntergang

Machtvoller Umgang mit der Natur

Ergänzende Bemerkungen zum Prinzip Macht

Sicheres Wissen

Sind gute Noten gleichbedeutend mit Intelligenz?

Wissenschaft

Die Halbwertszeit von Wissen

Die Landkarte ist nicht das Gebiet

Identifiziertes Wissen

Richtiges und falsches Wissen

Identität und Selbstwert

Der Selbstwert

Bewerten trennt

Machtausübung über den Selbstwert

Bewertungen als Projektion

Selbstbild und Angst

Einfach sein

Begrenzte Schule – was die Schule noch vermittelt

Strukturen

Was vermittelt die Schule?

Veraltete Schule

Was die Schule noch vermittelt

Nebenwirkungen der öffentlichen Schule

Überzeugungen in Bezug auf Schule

Die begrenzenden Strukturen

Umgang mit dem aktuellen Schulsystem

Privatschulen

Medien und Realität

Energetische und körperliche Ebene

Raum für alle Emotionen

Körperliche Krankheiten

Zwei Realitäten – eine Gegenüberstellung

4. Ansatz: Schritte zurück in die Einheitsrealität

Hinter der Angst liegt die Einheit

Angst als Handlungsmotivation

Neuer Umgang mit Angst

Angst vor Ablehnung

Angst vor dem Alleinsein

Angst vor Strafe

Die Angst vor dem Tod

Wirklich leben

Das Wesen der Angst

Der Angst in die Augen schauen

Angst und Selbsttreue

Ungehorsam

Angst und Sprachlosigkeit

Mut

Angst und neue Realitäten

Wege zur Einheitsbeziehung

Phasen von Egobeziehungen

Spiegel und Schutzpanzer

Spiegelungen im Außen

Intimität

Liebe und Intimität

Das Ego will lieber Suche als Intimität

Den Warteraum verlassen

Nähe und Intimität sind nicht das Gleiche

Egobeziehung – Einheitsbeziehung

Erziehung von Herzen

Die Bedürfnisse der Menschen im Zentrum

Ansprüche an die Kinder

Selbsttreue als Mutter oder Vater

Beziehungsorientierter Umgang mit Kindern

Werte in der Erziehung

Beziehung als Basis

Die Kinder als unsere Lehrer

Traumata des Lebens

Neue Handlungsmöglichkeiten

5. Ansatz: Glücksschule

Grundhaltung und Menschenbild

Menschenbild Glücksschule

Lebendige Strukturen

Glückliche Kinder erschaffen andere Realitäten

Was lernen unsere Kinder fürs Leben?

Glücksschule

Konkrete Elemente der Glücksschule

Weitere wesentliche Schritte

Übergangszeit
Innerer Wandel
Ist das überhaupt möglich?
Befreite Schule – Umsetzung der Glücksschule
Konkrete Schritte
Wie der Wandel passiert
Gewaltfrei – ohne Ausnahme!
Neue Strukturen auf allen Ebenen!

6. Ansatz: Neue Realitäten ermöglichen

Das Streben nach Freiheit

Immer mehr Wahlmöglichkeiten
Freiheit
Visionenwerkstatt

Vom Wissen zum Bewusstsein

Ohne Wissen ist alles eins
Bewusstsein
Die Brille des Wissens
Wahrnehmung basiert auf Wissen
Das Geschenk
Das Mysterium
Wissen in der Einheitsrealität: Intuition und Gewissheit
Wissen in der Einheitsrealität: Spielwissen
Neues Lernen

Der Weg des Herzens

Herzenswünsche und Angstwünsche
Intrinsische oder extrinsische Motivation
Zurück zu den Herzenswünschen
Den einen Schritt tun

Humor

Das Ende der Suche

Verbundenheit und Glück

Einheit

Das Spiel der Einheit

Meine Angebote

Danksagungen

Vorwort zu Daniel Hess

„Glücksschule“

Wozu brauchen wir eine Glücksschule? Tiere brauchen diese nicht. Sie folgen ihren angeborenen Trieben und Instinkten, das reicht meist für ihr Glück. Wir Menschen aber müssen selbst erst herausfinden, wie das Leben geht und was uns im Leben glücklich macht. Unsere Bedürfnisse und Sehnsüchte sind es, die uns auf unserer Suche danach leiten. Um sie zu stillen, entwickeln wir eigene Vorstellungen und setzen sie um – in der Hoffnung, dass unser Leben dann etwas weniger anstrengend, mühselig und beschwerlich wird. Aber was ist es, was uns glücklich macht? Reichtum, Macht und Einfluss? Erfolg und Anerkennung? Die Befreiung von Not und Elend, von Unterdrückung und Bevormundung? Oder doch vielleicht das Stillen unserer beiden Grundbedürfnisse nach Verbundenheit und Geborgenheit einerseits und nach Autonomie und Freiheit andererseits?

Suchende können sich auch verirren, müssen sich wohl sogar gelegentlich verirren, um zu lernen, wie und wo es besser weitergeht. Der Entfaltung und dem Einsatz unserer immensen kognitiven Fähigkeiten verdanken wir den Zustand der Welt, in den wir sie mit der immer effizienteren Umsetzung unserer Vorstellungen in atemberaubendem Tempo versetzt haben. So rasch wie in den letzten Jahrzehnten hat sich die Welt noch nie verändert. Allen ist klar, dass sich dieser mit der Globalisierung und Digitalisierung einhergehende Veränderungsprozess noch weiter beschleunigen wird. Deshalb sind sich auch alle einig, wie wichtig eine

möglichst gute Bildung für die in diese Welt hineinwachsenden Kinder und Jugendlichen ist.

Aber schon bei der Suche nach einer Antwort auf die Frage, wie diese optimale Bildung aussehen soll, scheiden sich die Geister. Immer länger wird die Liste an Vorschlägen und Forderungen, die alle entweder darauf abzielen, wie künftig besser unterrichtet und gelernt werden sollte oder was in den Bildungseinrichtungen alles unterrichtet und gelernt werden sollte. Wir können natürlich auch in Zukunft trefflich weiter darüber debattieren, worauf es bei dem, was wir Bildung nennen, wirklich ankommt, und was dabei ankommt.

Sollten wir deshalb nicht lieber bei denjenigen Rat suchen, denen weniger ihr Ansehen und ihre Karriere am Herzen liegt, sondern – so sehr es nur geht – die Zukunft der in unsere Welt hineinwachsenden Kinder und Jugendlichen? Das können auch Pädagogen, Politiker oder Hochschullehrer sein, aber das sind immer und zuallererst diejenigen, die diesen Kindern ihr Leben geschenkt, die sie begleitet und, so gut sie das vermochten, großgezogen haben.

Und was antworten die meisten Eltern, wenn sie gefragt werden, was sie sich für ihre Kinder wünschen? „Glücklich sollen sie sein, jetzt schon, aber auch noch später, als Erwachsene.“ Und wenn man die Eltern dann weiter befragt, was ihrer Meinung nach jedes Kind, überall auf der Welt wirklich braucht, um sein Leben so gestalten zu können, dass es glücklich wird, kommen die Antworten hervorgesprudelt wie das Wasser aus einer Quelle: eine Tätigkeit, die Freude macht, verlässliche Freunde, die zu ihm halten, und natürlich auch Geborgenheit, Vertrauen, Zuversicht, viel Phantasie und gute Ideen, auch Herausforderungen und immer wieder ganz viel Freude am eigenen Entdecken und am gemeinsamen Gestalten.

Nicht ganz so schnell wird deutlich, was diejenigen Eltern meinen, die auf diese Frage antworten: „Mein Kind soll später im Leben erfolgreich sein, Karriere machen, Anerkennung finden und genug Geld verdienen. Es soll

ihm besser gehen als uns.“ Auch das ist ein verständlicher Wunsch. Und es werden ja heutzutage in den Medien sehr gern und oft genug Personen vorgestellt, die besonders erfolgreich in Spitzenpositionen aufgestiegen sind, die viel Geld und wertvolle Besitztümer erworben haben, berühmt geworden sind und von anderen bewundert werden. „Aber“, so sollte man diese Eltern weiter fragen, „sind die auch wirklich glücklich?“ Solange der Erfolg anhält vielleicht, aber sonderbarer Weise wird die Mehrzahl dieser so überaus erfolgreichen Überflieger irgendwann vom wirklichen Leben eingeholt. Und dort finden sie sich dann gar nicht so gut zurecht, werden depressiv, alkohol- und drogensüchtig, leben in kaputten Familien und sind alles andere als glücklich. Ist es wirklich das, was diese Eltern ihren Kindern wünschen?

Möglicherweise kommt es gar nicht darauf an, erfolgreich zu sein. Möglicherweise ist es, um wirklich glücklich zu sein, viel wichtiger, dass einem möglichst vieles im Leben gelingt. Möglicherweise geht es gar nicht um den Erfolg, sondern um das Gelingen. Wie schön, dass wir in unserer Sprache diesen kleinen, aber entscheidenden Unterschied zum Ausdruck bringen und uns deshalb auch bewusstmachen können. Wenn wir sagen, etwas sei gelungen, dann meinen wir damit, dass nicht wir es so gemacht haben, wie es geworden ist, sondern dass wir es nur ermöglicht haben, dass es so werden konnte. Einfache Aufgaben wie ein Forschungsprojekt oder ein Fahrradrennen kann man erfolgreich abschließen. Aber alles, was im tagtäglichen Zusammenleben stattfindet und deshalb sehr komplex ist und sich in vielfältigen Wechselwirkungen entfaltet, kann nur gelingen, eine Partnerschaft beispielsweise oder eine Hochzeitsfeier oder das Zusammenleben in einer Wohngemeinschaft. All das, ja alles, was das Leben an schwierigen Herausforderungen für uns bereithält und was wir irgendwie meistern müssen, kann nur gelingen, aber nicht erfolgreich zu Ende geführt werden.

Auch ihr eigenes Leben, ein glückliches Leben, kann unseren Kindern nur gelingen. Wir können es nicht für sie machen, auch wenn wir uns noch so sehr darum bemühen. Aber wir können ihnen ermöglichen, sich all das anzueignen, was sie brauchen, damit sie ihr Leben so gestalten können, dass es gelingt. Dann werden sie auch glücklich sein. Und das, was sie dazu brauchen und was wir ihnen dafür mit auf den Weg geben können, ist Bildung, Bildung für ein gelingendes Leben.

Alles andere ist Ausbildung. Und die dient dazu, später im Leben bestimmte Aufgaben übernehmen und bestimmte Leistungen erbringen zu können. Das dabei erworbene Wissen oder Können brauchen die in unsere Lebenswelt hineinwachsenden Kinder und Jugendlichen auch. Wer sich hinreichend viel spezifisches Wissen und Können angeeignet hat, kann das dann möglicherweise auch sehr gut umsetzen und besonders erfolgreich werden. Aber das, was Heranwachsende in den von uns geschaffenen „Bildungseinrichtungen“ lernen können, reicht dazu nicht aus. Eine Ausbildung, also der Erwerb von Wissen und Können, auch von Kompetenzen, ist zu wenig, um sein Leben so gestalten zu können, dass es auch wirklich gelingt. Allein damit kann aus einem Heranwachsenden kein glücklicher Mensch werden, bestenfalls ein gut ausgebildeter und vorübergehend erfolgreicher.

Deshalb bin ich so froh, dass Daniel Hess in seinem Buch mit dem wunderbaren Titel „Glücksschule“ so sorgfältig herausarbeitet hat, worauf es für ein gelingendes, sinnerfülltes und damit glückliches Leben ankommt. Kennengelernt habe ich Daniel anlässlich eines Kongresses in Zürich. Und damals habe ich auch verstanden, dass es ihm nicht nur darum geht, die öffentlichen Schulen in Glücksschulen zu verwandeln. Ihm geht es vor allem um das Glück der in unsere Welt hineinwachsenden Kinder. Dringender denn je brauchen diese Kinder Erwachsene, die ihnen nicht in irgendwelchen Einrichtungen, sondern draußen im tagtäglichen Zusammenleben helfen, sich selbst als lustvolle Gestalter ihres Lebens und

ihres Zusammenlebens mit anderen erfahren zu können. Und sie brauchen – wie die Fische das Wasser – möglichst viele und vielfältige Gelegenheiten, um dort draußen, im tagtäglichen Leben, auszuprobieren und dabei zu lernen, wie das Zusammenleben mit anderen, auch das mit anderen Lebewesen auf diesem wunderbaren Planeten gelingen kann.

Göttingen, im Herbst 2019

Gerald Hüther

Vorwort zur überarbeiteten Neuaufgabe

Wir leben in einer Zeit des Wandels. Je mehr wir uns wieder erlauben, uns selbst und anderen Menschen voller Mitgefühl zu begegnen, desto klarer wird uns, wohin der Weg führt. Nicht nur bezüglich Klimawandel, Naturschutz, Energiegewinnung und Gesundheit brauchen wir neue nachhaltige Ansätze. Auch unserer Art, Beziehungen zu führen, zu kommunizieren und zu lernen, fehlt es oft noch an Nachhaltigkeit und Tiefe. Aber wirklich hilfreiche und beglückende Veränderungen sind in der Außenwelt nur dann möglich, wenn wir selbst in uns einen inneren Wandlungsprozess erfahren. Wenn sich unsere Beziehung zu den Gefühlen, Bedürfnissen und Gedanken verändert, dann können wir viel offener, flexibler und weitsichtiger auf die Anforderungen des äußeren Lebens reagieren. Wenn wir erkennen, was wir wirklich sind, jenseits unseres erlernten Egos, dann öffnet sich uns ein Zugang zu einer neuen Realität der Verbundenheit, Nachhaltigkeit und Klarheit. Dieses Buch setzt genau an diesem Punkt an. Es ist getragen von der Vision einer Gemeinschaft, in der wir Menschen uns gegenseitig darin unterstützen, unser wahres Potential zu entfalten. Einer Vision, in der sich Erwachsene und Kinder, Partner, Freunde, Teammitglieder, Vorgesetzte und auch alle anderen Menschen ermutigen, den Weg des Herzens zu gehen, alles Trennende in unseren Beziehungen zu durchschauen und aufzuwachen zu unserer wahren Größe. Damit die Kinder schon sehr früh eine solch nachhaltige und bereichernde

Lern- und Beziehungskultur lernen können, geschieht, basierend auf dem inneren Wandel der Erwachsenen, jetzt auch ein grundlegender Wandel an öffentlichen Schulen, in Firmen, Teams und anderen Gemeinschaften. In den fünf Jahren seit der ersten Auflage dieses Buches ist sehr viel passiert. Ausgelöst durch das Buch ist zunächst vor allem in der Schweiz eine Glücksschulbewegung entstanden, mit diversen Regionalgruppen, Projektgruppen, Vereinsmitgliedern und Menschen, die in irgendeiner Form von der Glücksschule inspiriert sind.

Viele dieser Menschen wirken als Lehrpersonen, Heilpädagogen, Psychologen, Schulleiter oder sonst in irgendeiner Form an der öffentlichen Schule. Sie alle sind berührt vom grundlegenden inneren Wandel, zurück zur ursprünglichen Lebensfreude, Verbundenheit, Offenheit und zur Entfaltung ihres wahren Potentials und ihrer Berufung. Weil diese Menschen sich jeden Tag noch mehr erlauben, wieder wirklich zu leben, statt zu funktionieren und Erwartungen zu erfüllen, passieren auch grundlegende Veränderungen bezüglich ihres Umgangs mit Lernenden. So bewegt sich ihr Engagement an der Schule immer mehr in Richtung Glücksschule. Auch viele Mütter und Väter sind von der Glücksschule berührt und verändern, basierend auf dem inneren Wandel, nach und nach grundlegende Bereiche ihres Zusammenlebens in der Familie.

Die Glücksschule steht ein für eine herzliche, freudvolle Lebens- und Lernweise. Sie inspiriert, unterstützt und stärkt alle Menschen, die bereit sind für wirklich bereichernde Beziehungen, für die Entfaltung ihrer wahren inneren Kraft und für eine Schule und Welt, die auf Vertrauen, Verbundenheit, Mitgefühl und innerer Klarheit aufbaut.

An dieser Stelle möchte ich allen Müttern und Vätern meine Wertschätzung ausdrücken. Es berührt mich sehr, wie viel Energie, Kraft und Liebe ihr euren Kindern schenkt!

Aber auch allen Lehrern, die den Mut haben neue Wege zu gehen, gilt meine Wertschätzung. Eure Arbeit ist sehr anspruchsvoll und ihr seid mit so

viel Engagement und Liebe dabei. Dazu kommt noch der Spagat zwischen den Ansprüchen der Lernziele, den Vorstellungen und Erwartungen der Eltern und den Bedürfnissen der Kinder. Wahrlich keine einfache Aufgabe! Danke!

Möge dieses Buch einen Beitrag leisten für eine kinderfreundlichere Welt mit weniger oder gar ganz ohne Druck, Leistungs- und Erfolgsansprüchen, damit Kinder, Eltern und Lehrer aufatmen können und noch mehr Glück und Freude in ihr Leben fließen kann!

Um den Lesefluss nicht zu stören, werden im Buch hauptsächlich die Begriffe „Lehrer“ und „Schüler“ und allgemein häufiger männliche Formen verwendet, aber die weiblichen Formen sind dabei immer auch mit gemeint.

Einstieg

Was steht in deinem Leben im Zentrum?

Deine Arbeit?

Der Erfolg?

Das Geld?

Deine Freundschaften?

Bestätigung von außen?

Das Glücklichsein?

Deine Ängste?

Andere Menschen oder vielleicht auch Tiere?

Du selber mit deinen Problemen und Sorgen?

Der Versuch, die Erwartungen anderer zu erfüllen?

Du selber mit dem, was dich zutiefst erfüllt und begeistert?

Ablenkungen oder Süchte?

Etwas anderes? Wenn ja, was?

Was motiviert dich hauptsächlich zu deinen Handlungen im Leben?

Wenn du alle deine Handlungen und Entscheide genauer beleuchtest: Wie oft tust du oder entscheidest du etwas, um gewissen Ängste auszuweichen? Wie oft stehen hinter deinen Handlungen und Entscheidungen wirkliche Freude und Begeisterung?

Gibt es etwas in deinem Leben, wovor du zurückweichst und dich klein machst?

Wie sehr kannst du dich ganz und gar dem Fluss des Lebens hingeben und anvertrauen?

Wie oft versuchst du das Verhalten von anderen Menschen zu kontrollieren, um selber gewissen Emotionen und Gefühlen ausweichen zu können?

Wie glücklich bist du wirklich im Leben?

Lebst du voll und ganz oder wartest du vielleicht noch auf etwas?

Wenn ja, auf was?

Was würdest du selber tun, wenn du wüsstest, dass du nur noch ein Jahr, einen Monat oder gar nur noch eine Woche zu leben hättest?

Was wäre dann für dich am wichtigsten?

Wie viel Raum gibst du diesen Dingen aktuell in deinem Leben?

Mit welchen anderen Menschen fühlst du dich wirklich verbunden?

Wer oder was bist du wirklich und woher weißt du das?

Welche Gefühle und Emotionen tauchen in dir auf, wenn du an deine eigene Schulzeit denkst?

Was war wirklich schön an deiner Schulzeit und was war für dich am schwierigsten?

Denkst du, die meisten Kinder gehen heute voller Freude und innerer Motivation in die Schule?

Diesen und vielen weiteren Fragen widmet sich dieses Buch, das mit dir eine Reise zurück zum ursprünglichen Glückseligsein machen möchte.

Darüberhinaus will das Buch auch die zentrale Bedeutung von Bildung und Wissen für unser gesamtes Leben und unser Glück erforschen.

Es schafft außerdem Visionen für eine Bildung und Kultur des Glücks sowie für eine neue Art des Zusammenlebens auf allen Ebenen unserer Gesellschaft.

Ich freue mich sehr auf diese Reise mit dir!

Einleitung

Kommt ein Baby mit oder ohne Vertrauen auf die Welt?

Ist Vertrauen nicht die Basis allen Lebens?

Und Spontaneität?

Müssen wir diese lernen oder können wir sie nicht eher nur verlernen? Und wie sieht es aus mit Offenheit, Echtheit, Geduld, Entspanntheit und Hingabe? Wer schon je wirklich zu ganz kleinen Kindern Kontakt hatte, weiß, dass diese und viele weiteren wunderbaren Qualitäten ursprünglich einfach da sind.

Vor aller Erziehung.

Vor aller Bildung.

Vor allem Wissen.

Vor allem Lernen.

Vor dem, was wir als Sozialisation bezeichnen.

Kleine Kinder drücken ihre Gefühle und Bedürfnisse ganz unmittelbar und ungeschminkt aus. Sie leben mit komplett offenem Herzen und begegnen dem Leben mit einer staunenden Neugier und Begeisterung. Sie kennen ursprünglich keine Begrenzungen, keine Trennungen und keine Selbstwertprobleme.

Ein Kind sieht die Welt noch mit liebevollen und offenen Augen.

Ein Kind ist noch nicht gefangen in diesem Netz aus Bewertungen, Urteilen und Vorstellungen über sich selber und das Leben.

Kinder fließen einfach mit im Fluss des Lebens.

Kleine Kinder sind echt – ohne zu wissen, was Echtsein bedeutet.

Kleine Kinder sind spontan – ohne zu wissen, was Spontaneität ist.

Kleine Kinder sind begeisterungsfähig – ohne etwas über Begeisterung zu wissen.

Kleine Kinder sind ganz sie selbst und sich selber treu – ohne zu wissen, wer oder was sie sind.

Und sie sind glücklich – ohne gelernt zu haben, was Glück ist!

Offensichtlich ist es so, dass Kinder nicht obwohl, sondern weil sie nichts über diese Dinge und über sich selber wissen, all diese ursprünglichen Qualitäten noch voll verkörpern können!

Diese Qualitäten zeigen sich vor aller Erziehung und Bildung, durch die unsere Überzeugungen, Vorstellungen, Urteile, Bewertungen, Erwartungen, Hoffnungen und vor allem all „unsere“ oft irrationalen Ängste entstehen. Kennt ein Kind vor der Erziehung und vor den ersten Schulerfahrungen so etwas wie Selbstwertprobleme, Minderwertigkeitskomplexe, Versagensängste, Perfektionismusansprüche, Existenzängste usw.?

Lernt ein Kind nicht erst im Laufe der Erziehung, der Bildung und der Sozialisation, dass es scheinbar gute und schlechte, schuldige und unschuldige, schöne und hässliche, wichtigere und unwichtigere, erfolgreiche und erfolglose Menschen gibt?

Kinder leben, bevor wir ihnen Wissen vermitteln und sie erziehen, noch in einer Welt, in der absolut alles möglich ist, in der nichts voneinander getrennt existiert und das ganze Dasein als ein Spiel wahrgenommen wird. Wir Erwachsenen bringen den (unwissenden) Kindern dann aber bei, wie die Welt wirklich ist, wer sie sind, was möglich, unmöglich sowie richtig oder falsch ist. Wir glauben zu wissen, dass die Realität unverrückbar und fest einfach da ist und wir unseren Kindern beibringen müssen, mit dieser Realität umzugehen. Aber wissen wir das alles wirklich so genau? Ist es nicht

vielmehr bei genauerem Hinschauen so, dass unsere eigenen Realitätserfahrungen auch nur das Ergebnis eines Lernprozesses sind? Ist es nicht vielleicht so, dass wir eine komplett andere Realität erfahren würden, wenn wir ganz andere Lernerfahrungen gemacht hätten?

Wie stabil ist die Welt, in der wir leben, wirklich? Ist es nicht so, dass die Quantenphysik schon im letzten Jahrhundert unzählige Belege dafür gefunden hat, dass es keine vom Beobachter unabhängige Realität gibt? Wenn wir uns für diese Möglichkeit öffnen, dann zeigt sich uns noch eine ganz andere Verantwortung gegenüber uns selbst und unseren Kindern. Eine Verantwortung, die beispielsweise zu folgenden Fragen führt:

- *Welche Realität willst du den Kindern wirklich weitergeben oder vielmehr vorleben?*
- *In welcher Realität willst du selbst leben?*
- *Was wäre, wenn nur deine begrenzte Sicht der Dinge (all das scheinbar so sichere Wissen) der einzige Grund wäre für die Begrenzungen in deiner Welt?*
- *Was wäre, wenn die Kinder mit ihrer Sichtweise, dass die Welt ein Feld der unendlichen Möglichkeiten und ein Spielplatz ist, mindestens genauso recht hätten?*
- *Was wäre, wenn alle, wirklich alle Grenzen, Konflikte und Probleme nur im Kopf und in unseren Ängsten vor unangenehmen Emotionen liegen würden?*

Wir alle, egal ob als Eltern, Lehrer, Schulleiter, Sozialarbeiter, Psychologen, Heilpädagogen, Paten oder Großeltern, wollen im Grunde nur das Beste für die uns anvertrauten Kinder und wir wenden dafür sehr viel Kraft und Energie auf.

Wir erziehen, bilden und sozialisieren Kinder, weil wir überzeugt sind, dass das so richtig und gut ist für die kindliche Entwicklung, und wir meinen es damit sehr gut mit den Kindern. Wir glauben, dass all unser

Bemühen ihnen hilft, wirklich glücklich zu werden im Leben. Die Frage ist aber, ob uns das wirklich gelingt, ob unsere Bildung, Erziehung und Sozialisation aus den Kindern auch wirklich glückliche Erwachsene zu machen vermag.

Ist die Realität, zu der wir die Kinder mit so viel Anstrengung und Einsatz erziehen, wirklich besser als ihre Realität des Nichtwissens und der unendlichen Möglichkeiten? Sind Kinder vor allem Wissen nicht offensichtlich glücklicher, unbeschwerter und liebevoller als danach?

Vielleicht ist es jetzt endlich an der Zeit, dass wir ernsthaft und vorbehaltlos beginnen, trotz all unserem Wissen der ursprünglichen Weisheit unserer Kinder wirklich respektvoll zu begegnen. Dass wir beginnen, in uns selber die Offenheit, Echtheit, Lebensfreude und Klarheit wiederzuentdecken, welche Kinder verkörpern. Diese Begegnung und die damit verbundene Wiederverzauberung können uns zurück zur ursprünglichen Grenzenlosigkeit in uns führen, die wir alle vor und hinter allem Wissen immer in uns tragen! Niemand kann abschätzen, welche Gnade das für unser Zusammenleben und für unseren Umgang mit allem Leben darstellen könnte!

1. ANSATZ:

Unser Ursprung in der Einheitsrealität

Glück

*„Es gibt zwei Arten, sein Leben zu leben:
entweder so, als wäre nichts ein Wunder,
oder so, als wäre alles eines.
Ich glaube an Letzteres.“*

Albert Einstein

Alle Menschen, ja, alle Lebewesen wollen glücklich sein.

Mögen wir alle noch so unterschiedliche Strategien für das Glück haben, das eigentliche Ziel unseres Daseins ist doch stets das Glücklichsein.

Wir glauben, Glück beispielsweise in mehr Erfolg, Geld, Gesundheit, in der Geburt eines Kindes oder in einer neuen Ausbildung zu finden.

Die Werbung verspricht uns Tag für Tag neue, glücksverheißende Produkte. Wir besuchen Kurse, suchen nach einem neuen Job, einem neuen Partner oder einer neuen Partnerin, lesen Bücher, besuchen Therapien und vieles mehr. Immer auch in der Hoffnung, danach glücklich oder zumindest glücklicher zu sein.

Wir arbeiten alle sehr hart für unser Glück, aber dennoch wirken viele Menschen oft unglücklich, sind gestresst, leiden an Ängsten, Einsamkeit

oder Depressionen. Auch sind sehr viele mit ihrem Job unzufrieden, fühlen sich nicht wohl in ihrer Partnerschaft oder haben ungelöste, leidvolle Konflikte mit anderen Menschen. Viele Menschen haben zudem eine schwierige Beziehung zu sich selber, leiden unter Minderwertigkeitskomplexen, Versagensängsten, Selbstwertproblemen oder machen sich selber Vorwürfe. Außerdem können Unzählige ihr inneres Potenzial nicht entfalten und fühlen sich blockiert oder gefangen.

Wir haben zwar einen sehr großen materiellen Wohlstand, unglaubliche Berge an Wissen und sind ständig erreichbar, aber glücklicher sind wir Menschen deshalb nicht geworden.

Ich denke, dass die meisten Menschen bestätigen würden, dass es im Leben letztlich nur darum geht, glücklich zu sein. Dass uns alles, was wir erreichen, besitzen und wissen, gar nichts nützt, wenn wir nicht glücklich dabei sind. Aus ganzheitlicher und systemischer Sicht müssten wir vielleicht sogar sagen, dass alles Erreichte nur dann wirklich erstrebenswert ist, wenn es zum Glück von allen Menschen oder auch allen Lebewesen beiträgt.

Ich wünsche mir sehr, dass dieses Buch einen Beitrag dazu leisten kann, dass Kinder, Lehrer, Eltern und alle anderen Menschen glücklich und erfüllt in ihrem Leben und in ihren Tätigkeiten sein können. Es gibt diesen tiefen Wunsch, dass sich unser Zusammenleben liebevoller, offener, großzügiger, echter, verbundener und spontaner gestalten kann, und die Überzeugung, dass das passiert, wenn die Menschen sich glücklicher und verbundener fühlen.

In meinem Leben gab es auch sehr dunkle, schwere und leidvolle Phasen. Der Zugriff auf meine wirklichen Bedürfnisse, auf meine Begeisterung, meine Leichtigkeit und Lebensfreude fiel mir schwer und die Suche nach dem Glück wurde zu meiner zentralen Lebensaufgabe. Dabei tauchten in mir oft auch Erinnerungen an meine Kindheit auf. Dort hatte es dieses unbeschwertere Glück, die Verbundenheit mit allem und allen, die

Leichtigkeit und die grenzenlose Begeisterung noch gegeben, zwar kaum je in der Zeit während der Schule, aber davor, danach oder in den Schulferien. In mir entstand der tiefe Wunsch, wieder dorthin zurückzufinden, zu meinen Ursprüngen. Zurück zu meiner frühkindlichen Offenheit, Neugierde, Kreativität, Spontaneität, Leichtigkeit, Freude am Lernen und am Leben.

Bei diesem Prozess waren und sind die Kinder meine wichtigsten Lehrer.

Ich habe in meiner Arbeit mit Kindern und auch bei meinen eigenen Kindern beobachtet, dass sie einen viel leichteren und natürlicheren Zugang zum Glück haben als die meisten Erwachsenen. Beim Thema Glück sind die Kinder Experten und ich wünsche mir, dass wir Erwachsenen uns von den Kindern wieder anstecken lassen vom ursprünglichen Zugang zum Glück, von der Begeisterung und von der Leichtigkeit des Seins. Wenn unser Herz beginnt, sich wieder zu öffnen, wenn wir beginnen, die Verbundenheit hinter der ständigen Gedankenflut im Kopf erneut zu entdecken, dann erwacht auch der Zugang zum ursprünglichen Glück wieder in uns.

Es gibt einen wesentlichen Unterschied zwischen dem Erleben der Welt bei einem Kind und bei einem Erwachsenen. Man könnte fast sagen, dass beide oft in sehr unterschiedlichen Realitäten leben. Genauso gibt es einen wesentlichen Unterschied zwischen dem Erleben der Welt durch einen Weisen und einen normalen Erwachsenen. Die Realitäten, welche Weise und Kinder erleben, offenbaren aber interessanterweise erstaunliche Parallelen. Der chinesische Weise Laotse hat das so ausgedrückt: *„Die Weisen hören und sehen wie kleine Kinder.“*

Aber auch die moderne Wissenschaft, allen voran die Quantenphysik, beginnt immer mehr zu erkennen, dass die Einheitswelt der Kinder und Weisen vielleicht viel wirklicher ist, als wir das bisher gemeint haben. Der berühmte Physiker David Bohm beispielsweise schrieb: *„So stimmen die Relativitätstheorie und die Quantentheorie doch beide in der Notwendigkeit*