

DELTA PÄDAGOGIK

OPTIMALES LERNEN

Eine Zusammenfassung und entsprechende Erlebnisse

Hanspeter Diboky

DELTA PÄDAGOGIK

OPTIMALES LERNEN

Eine Zusammenfassung und entsprechende Erlebnisse



Delta Dynamik

2. Auflage, 2015

© 2015 CMD Publishing, Zürich

Alle Rechte vorbehalten.

Satz & Gestaltung: Christian Diboky, Zürich

www.cmdpublishing.ch

Ich danke meiner Frau Esther und meinen Kindern
Christian, Ela und Johannes für ihre Hilfe beim Entstehen dieser Broschüre.

Zusammenfassung: Optimales Lernen

Es wird am besten mit Freude gelernt. Denn mit Freude werden neben den Gedanken auch die Gefühle eingesetzt. Der eigene Willen entfaltet sich optimal, wenn kein Stress und anderer Druck ausgeübt wird. Offenheit macht Kreativität erst möglich. Ein zu starker Fokus auf bestimmte Ziele verunmöglicht uns, neue Ideen zu haben. Die Schulung der Aufmerksamkeit ist die Voraussetzung beim Wahrnehmen, dass wir merken, welche Menschen mit uns zusammenarbeiten wollen und uns zu neuen Ideen anregen.

Ein starker Kern und gute äussere Bedingungen sind zum Lernen nötig:

1. Durch die Aufmerksamkeitsschulung beim Wahrnehmen, Verstärken des Eigenen-Wollens, des Fühlens und Denkens

2. Rahmen:

- Konsequenz, schnelles, folgerichtiges handeln, Authentizität, Ehrlichkeit pflegen
- Gesundheitsfördernde Gefühlswelt fördern
- Rhythmisch leben, auf positive

Stimmungen achten

- Viel menschliche Bewegung und auf gute Ernährung ermöglichen

3. Unterschiedliche Lerntypen einsetzen

4. Soziales Lernen durch Kopf, Herz und Hand oder IQ, EQ und SQ bewusst pflegen

5. 12 Sinne immer üben und und 4 Körper berücksichtigen

6. Den Menschen zentrieren

7. Auch im Rhythmisch-Künstlerischen Teil alle wichtigen Punkte anwenden

Optimales Lernen

Optimales Lernen ist erst möglich, wenn der Mensch mit Freude lernen will und kann. Er muss die Freiheit erhalten, sich selber seine Ziele setzen zu können. Es wird dies auch mit intrinsischer Motivation bezeichnet. Wenn der Lehrer die Delta Pädagogik anwendet, wird er nicht zu viel, aber auch nicht zu wenig bestimmen. Er gestaltet den Lern-Rahmen für jeden Schüler individuell.

Der Lehrer muss auch zwischen inneren und äusseren Fähigkeiten unterschieden werden, um optimal unterrichten zu können.

Die inneren Fähigkeiten werden immer differenzierter, je bewusster der Mensch seine Selbstentwicklung in die Hand nimmt. Sein individueller Geist, sein Wesenskern, seine Entelechie oder sein ICH können ihren Körper durch ihr Delta oder Ich immer besser durchdringen und nach eigenem Willen formen und bewegen. Sein Bewusstsein wird zuerst im Körper immer klarer und besser ausgebildet, bis es der Mensch auch ohne Körper im Schlaf und im Tod ohne Herabdämpfung behält. Dann kann auch das ewige Wesen mit vollem Bewusstsein wirklich erlebt werden.

Der Mensch ist ein geistiges, seelisches und leibliches Wesen, das sich auf der Erde einen Körper, der von seiner Geist-Seele durchdrungen ist, mitgestaltet. Er besitzt einen schöpferischen Kern. Deshalb hat er den Keim zur Freiheit und Liebe in sich.

Beim gesunden Aufbau seines Körpers sind aber auch die EL-

tern mit ihrer Erbsubstanz und ihrer Erziehung, die Schule mit ihrer Pädagogik und das jeweilige Umfeld mitbeteiligt.

I. Jeder Schüler besitzt ein DELTA. Er bringt deshalb die inneren Fähigkeiten mit und kann sich immer besser selbst erziehen, je älter er wird.

Zum Lernen kann kein Mensch gezwungen werden. Er muss intrinsisch motiviert sein, damit er lernt. Im individuellen Unterricht kann sich der Mensch durch intrinsische Motivation verwirklichen.

II. Die Eltern, die Schule und das Umfeld erziehen den Schüler bewusst, halbbewusst oder unbewusst mit und bilden die äusseren Fähigkeiten aus.

Die äusseren Fähigkeiten können verbessert werden. Mit extrinsischer Motivation kann der Mensch angespornt werden, sich zu verbessern.

Die Freiheit, Gleichheit und die Sozialisierung müssen gleichwertig berücksichtigt werden. Deshalb muss in der Schule ein individueller und ein vom Lehrer geführter Unterricht ermöglicht werden.

Ein vom Lehrer und Anderen gestalteter Unterricht (Inputs, Rituale, Rhythmisch-Künstlerischer Teil, Kurse), der die Gesetze des wahren Menschen berücksichtigt, ist als Ergänzung zum individuellen Unterricht für die Sozialisierung und Gleichheit der Schüler sehr wichtig.

Eine während des Schultages immer zu beachtende Phase ist der Rhythmisch-Künstlerische Teil, weil in ihm alle wichtigen Fähigkeiten geübt werden. Auch wird der individuelle Unterricht unterbrochen und der Schwerpunkt wird auf die Sozialisierung und die Beweglichkeit gelegt.

Innere Fähigkeiten: Denken, Fühlen und Wollen

Ohne des bewussten Einsatzes des eigenen Denkens, Fühlens und Wollens lernt der Schüler überhaupt nichts oder nur schlecht, wie folgende Beispiele zeigen:

1. Denken:

Ist der Schüler nicht ganz wach, kann er mit seinen Wahrnehmungen und Gedanken dem Unterricht nicht folgen. Nur sein Körper sitzt ruhig da oder lenkt mit seinem „Geschwätz“ sogar die Anderen ab.

Geist: Die gezielte Wahrnehmung und Erkenntnis wird durch klare Gedanken erst möglich.

2. Fühlen:

Nur mit Engagement und viel Gefühl lernt der Schüler gut. Sonst sitzt er einfach die Zeit ab und ist nicht am Stoff interessiert.

Seele: Das Fühlen verbindet das Denken mit dem Wollen. Die Seele durchdringt und prägt mit den Wahrnehmungen den Körper. Erst wenn man seelisch erfüllt ist, kann man sich etwas merken.

3. Wollen:

Will oder kann durch fehlende Zentrierung der Schüler nicht lernen, kann der Lehrer mit einem guten Schulrahmen, allen Regeln der Lerntechnik und mit einer guten Sinnesschulung nichts erreichen, da alles den Körper nicht erreicht.

Der Schüler lernt nichts, wenn er nicht bewusst lernen will und kann.

Leib: Das Lernen ist immer mit innerer und äusserer Aktivität verbunden und muss den Körper prägen.

Der Mensch ist ein Aktivitätswesen. Seine individuelle Geist-Seele lebt im Körper und muss von der Welt berührt werden und dabei Gefühle entwickeln. Es ist nötig, dass der Mensch die Zusammenhänge nicht nur mit seinen Gedanken erkennt, sondern auch mit seinen Gefühlen erlebt, um gerne auf der Erde tätig zu sein. Dann will er auch lernen.

Äussere Fähigkeiten

Die äusseren Fähigkeiten werden immer grösser, je bewusster und häufiger der Mensch geschult wird.

Unterbewusste Lernmethoden

Durch diese Methoden wird nur das Äussere des Menschen – sein Körper mit den Sinnen – angesprochen.

Das innere Delta oder Ich wird überhaupt nicht berücksichtigt, weil seine Existenz oft verleugnet wird oder ohne sein bewusstes Denken nicht fassbar ist.

Passiv ist der Mensch nicht fähig zu lernen, sein Körper wird nur geprägt, von dem, mit dem er konfrontiert wird. Ohne Bewusstsein z. B. im Schlaf oder mit auditiven Informationen im Hintergrund kann der Mensch sich nichts aktiv einprägen. Superlearning und andere Methoden, die auf das Unterbewusstsein wirken, sind deshalb zum Lernen nicht geeignet. Sie prägen nur die Muster und Strukturen des Körpers, ohne das individuelle Denken und Fühlen einzubeziehen.

Der Mensch lernt beim Superlearning nicht unter Verwendung seiner Eigenaktivität, sein Körper wird nur geprägt.

Der menschliche Körper wird auch ohne den aktiven, individuellen Menschegeist geprägt. Dieser Vorgang kann aber nicht als Lernen angeschaut werden, sondern ist eher mit einer Art der Dressur zu vergleichen. Diese rechnet nicht mit dem Bewusstsein des Menschen. Die guten Gewohnheiten, die durch Erziehung erreicht werden, gehören auch dazu.

Das Tier im Gegensatz zum Menschen kann nicht bewusst lernen, da es kein Selbstbewusstsein hat. Wenn der Mensch

dem Tier etwas beibringt, geschieht dies immer als Dressur. Er prägt den tierischen Körper.

Die unbewussten Prägungen des Menschen spielen jedoch auch eine grosse Rolle, nur können sie nicht mit Lernen im üblichen Sinn verglichen werden. So sind z. B. die Stimmungen und auch das, was der Mensch ohne Bewusstsein sieht und hört, sehr wichtig. Dies kann z. B. bei der erfolgreichen Werbeindustrie gesehen werden. Sie baut selten auf die bewusste Erkenntnis auf und arbeitet viel mehr mit den halbbewussten Emotionen oder mit dem Unterbewusstsein.

Ein weiteres Beispiel kann beim Verhalten von Babys studiert werden. Sie lernen beim Fernsehschauen nichts, obwohl gewisse Eltern dies behaupten. Die Babys werden aber dadurch schon früh durch Gewalt und weitere negative Eindrücke geprägt. Sie werden so stark beeinflusst, dass sogar ihre Bewegung sich verändert. Denn sie schreien und zappeln vor dem angestellten Fernsehgerät meistens nicht mehr.

Schulrahmen

Beim Kind müssen noch der Lehrer und die Eltern z. B. mit den Rahmenbedingungen helfen.

Aufgabe der Eltern:

I. Die Konzentration des kleinen Kindes soll bewahrt bleiben. Die Kinder sollten unter vielem Anderen möglichst wenig durch elektronische Medien abgelenkt werden. Es sollte eine konsequente Haltung gezeigt werden.

Folgerichtige Gedanken sind wesentlich.

2. Das Interesse an der Welt, wobei dies durch Beziehungen zu anderen Menschen am besten geschieht, soll erweitert werden. Am Anfang ist der mütterliche Körperkontakt äusserst wichtig. Kleinere und grösser werdende Kinder sollen noch von der Familie und anderen vertrauten Personen in die Arme genommen und mit viel Gefühl als Menschen anerkannt werden.

Alle Beziehungen sollen positiv gestaltet werden. Zum Computer und anderer Elektronik kann keine Beziehung aufgebaut werden. Die Gefühle, die dabei entwickelt werden, sind nur egoistische Emotionen. Sie spiegeln nur echte Gefühle vor.

Die Beziehungen zu anderen Kindern können auch in einer Kinderbetreuungsstätte oder anderen Orten gepflegt werden.

Gefühle spielen eine wichtige Rolle.

3. Es soll täglich geübt werden. Rhythmisch wiederkehrende Feste sollen gefeiert werden. Auf Ess-, Schlaf und viele andere Rhythmen soll geachtet werden.

Es muss auf eine rhythmische Zeitgestaltung geachtet werden.

4. Das Hausaufgabenzimmer muss bereitgestellt und die Freizeitaktivitäten müssen, wenn nötig, angeregt werden. Die Kinder sollen viel „bewegt“ werden. Dazu eignen sich z. B. Bewegungsspiele, Walderfahrten, Wanderungen,

Sport und der Besuch von Spielplätzen. Der Raum soll durch möglichst viele Bewegungen erfahren werden. Heute ist es selten möglich, dass zu Hause auf diese wichtigen Punkte geachtet wird. Deshalb ist es nötig, dass die Schule auf diese Punkte schaut und mit den Eltern darüber spricht, in der Hoffnung, dass der Schüler im Positiven zu Hause gefördert wird.

Das Kind muss verschiedene Bewegungsmöglichkeiten ausüben können.

In der Schule muss auf Vieles, was früher selbstverständlich die Aufgabe des Elternhauses war, geachtet werden.

Mit den nun folgenden 4 Punkten werden ganz kurz die wichtigsten Aufgaben der Schule aufgezählt:

1. Aufmerksamkeit und Wachheit

Folgerichtiges, bewegliches Denken muss geschult werden. Dies ist auch die Voraussetzung zu bewusstem Beobachten mit allen Sinnen. So nimmt der Schüler mit den Empathie-Sinnen unbewusst wahr, ob der Lehrer seinen Unterrichtsstoff verstanden hat oder ob er die Lösung aus dem Lösungsordner „nachplappert“. Daher ist das Vorbild, auch im unsichtbaren Denken, Fühlen und Wollen, immer wichtig.

Die Konsequenzen zu den Handlungen der Schüler müssen schnell erfolgen.

Ohne Aufmerksamkeit kann nichts gelernt werden.

Der der Rhythmisch-Künstlerische Teil fördert auch die Wachheit im Unterricht.

2. Interesse

Der Unterricht muss Interesse an der Welt wecken. Dies erreicht der Lehrer, indem er z. B. die Themen den älteren Schülern immer mehr zur Wahl stellt. Er nimmt damit den inneren Kern ernst. Ebenso ist es nötig, dass er allen Unterricht mit Eigeninteresse und Gefühlen durchdringt. Möglichst keine Inhalte sollten abstrakt und theoretisch erklärt werden. Deshalb sollten Vorträge von Lehrern und Schülern z. B. mit Informationen aus Wikipedia in einer den Schülern verständlichen Sprache vorgetragen werden. Arbeiten müssen von den Schülern, bevor sie auf dem Computer geschrieben und im Internet abgespeichert, von Hand geschrieben werden, damit sie sich mit dem Inhalt besser verbinden können.

Der der Rhythmisch-Künstlerische Teil fördert die Gefühle des Schülers und auch das Interesse am Unterricht.

3. Regelmässiger Rhythmus

Als Tagesschule müssen die Übungsphasen in den Unterricht eingebaut werden.

Es werden keine Hausaufgaben, die zum Verständnis und zur Festigung des Schulstoffes nötig sind, gegeben. Schularbeit zu Hause wird nur von den Schülern, die ihr Wissen und Können freiwillig verbessern wollen, gemacht.

Dazu braucht es den räumlichen und zeitlichen Rahmen in der Schule: Räume zum Üben müssen zur Verfügung gestellt werden und der Lehrer hat die Aufgabe für Ruhe zu sorgen und andere wichtige Voraussetzungen des Lernens zu schaffen.

In jedem Unterricht müssen Übungsphasen eingeführt werden. Diese dürfen nicht mehr als Hausaufgabenstunden bezeichnet werden, um die Eltern und Schüler nicht mehr an die alten Gepflogenheiten zu erinnern. Die obligatorische Stundenzahl muss daher, um 1 Lektion pro Tag erweitert werden, um diese Übungsphasen zu ermöglichen. Freiwillige weitere Aufgaben müssen auch in der Schule unter Aufsicht gelöst werden können.

Die mit Aufmerksamkeit gegebenen Lektionen und die Regeln der Delta Pädagogik ermöglichen jedem Schüler schon in der Schule seine ihm entsprechenden Leistungen zu erbringen.

Durch eine gute Führung zu Hause können die Leistungen unter Umständen noch gesteigert werden.

Der regelmässig eingeflochtene Rhythmisch-Künstlerische Teil fördert den Rhythmus und die guten Stimmungendes Schülers.

4. Bewegung und gute Ernährung

Bewegung und gute Ernährung müssen in den Schulalltag integriert werden.

Als Tagesschule ist die Möglichkeit gegeben, ein wertvolles,

gutes Mittagessen zu servieren. Morgenessen und die Pausenverpflegung können auch eingeführt werden.

Mit z. B. dem wöchentlichen Waldtag, der Gartenarbeit, diversen Exkursionen, den 4 Schulwandertagen, Sport, den Unterrichtsformen und dem Aufmerksamkeitsteil kann die Bewegung in den Unterricht einbezogen werden.

Der regelmässig eingeflochtene Rhythmisch-Künstlerische Teil fördert die Bewegungsfähigkeit und die Orientierung im Raum des Schülers.

Der regelmässig eingeflochtene Rhythmisch-Künstlerische Teil fördert das Denken, Fühlen und Wollen. Das Soziale, die Beweglichkeit, die Kreativität und die positiven Stimmungen des Schülers werden verstärkt.

Lerntechnik

Der Lehrer muss im Unterricht und den Übungsphasen möglichst viele Punkte der Delta Lerntechnik ernstnehmen und ermöglichen.

Lerntypen

Die Schüler werden durch das Gehör, das Sehen und das

körperliche Erfassen angesprochen. Es gibt Schüler die mehr übers Ohr lernen. Andere merken es sich gut, wenn das Auge angesprochen wird. Wieder andere müssen mit Anfassen und mit Bewegungen des ganzen Körpers etwas begreifen.

Deshalb spricht man von den drei Lerntypen: auditiv, visuell und haptisch.

Dies sind die drei Lerntypen des Menschen. Sie entsprechen dem Geist, der Seele und dem Leib.

Der Schüler muss mit allen Sinnen und ganz besonders mit seinen Schwerpunkts-Sinnesorganen angesprochen werden. Daher achtet der Lehrer darauf, dass er alle 3 Typen unterschiedlich anspricht.

1. Mit den oberen Sinnen, dem Individualitäts-, Gedanken-, Sprach- und Gehör-Sinn, spricht der Lehrer die auditiven Lerntypen an.

2. Mit den mittleren Sinnen, dem Wärme-, Seh-, Geschmack- und Geruch-Sinn werden die visuellen Lerntypen erreicht.

3. Mit den unteren Sinnen, dem Gleichgewichts-, Eigenbewegungs-, Lebens- und Tast-Sinn, werden die haptischen Typen erfasst.

Wenn beim haptischen Lerntyp auch der visuelle oder der auditive Mensch angesprochen wird, schadet dies nicht.

Denn auch ein haptischer Typ ist ein voller Mensch, der auch die anderen 8 Sinne besitzt. Das Gleiche gilt auch beim visuellen und auditiven Lerntypen. Erklärt der Lehrer etwas z. B. mit Betonung auf das Visuelle, profitieren auch der auditive und der haptische Lerntyp, denn jeder Mensch kann alle Sinnesorgane einsetzen.

Im regelmässig eingeflochtenen Rhythmisch-Künstlerischen Teil werden die drei Lerntechniken mit Schwerpunkt Geist, Seele oder Leib angesprochen.

Die vier Lerntypen des Menschen mit 4 Körpern

Der Schüler muss mit allen Sinnen und ganz besonders mit seinen Schwerpunkts-Sinnesorganen angesprochen werden. Daher achtet der Lehrer darauf, dass er auch alle vier Lerntypen des 4-gliedrigen Körpers unterschiedlich anspricht.

Der Empathie-, Gefühls-, Stimmungs- und Bewegungs-Typ

I. Mit den drei Sinnen des Individualkörpers spricht der Lehrer den Empathie-Lerntypen an.

Unsichtbares und Unhörbares werden in den elektromagnetischen Feldern sinnlich, d.h. mit materiellen Sinnesorganen besonders wahrgenommen.

Das bewusste Denken ist dabei wichtig.

2. Mit den drei Sinnen des Seelenkörpers wird der Gefühls-Typ erreicht.

Es wird Zeit gebraucht, bis die Gefühle sich entfalten können. Stress, Beschleunigung der Zeit, allzu schnelles Denken sind nicht gut, da sie in die Irre führen können.

Das oft halb-bewusste Fühlen ist wesentlich.

3. Mit den drei Sinnen des Energiekörpers wird der Stimmungstyp erfasst.

Positive Stimmungen im Schulzimmer sind wichtig. Aller Art rhythmische Wiederholungen sprechen den Schüler an.

Die oft halb- bis unbewussten Stimmungen sind wesentlich.

4. Mit den drei Sinnen des physischen Körpers wird der Bewegungstyp erfasst.

Bewegungen und Aktivitäten des ganzen Körpers sind wichtig. Mit guter Ernährung kann der Mensch besser lernen.

Die oft unbewussten Bewegungen sind zentral.

Wenn der Mensch von Zeit zu Zeit mit nur einem der 4

Lerntypen angesprochen wird, schadet dies nicht. Erklärt der Lehrer etwas mit Betonung z. B. der Bewegung, profitieren auch die anderen Lerntypen, denn jeder Mensch kann alle Sinnesorgane einsetzen.

Im regelmässig eingeflochtenen Rhythmisch-Künstlerischen Teil werden auch die vier Lerntechniken mit Schwerpunkt Individual-, Seelen-, Energie- und physischer Körper angesprochen.

Die zwölf Sinne

1. Individualitäts-Sinn

Es wird die Wirkung des Ichs oder des Deltas im Körper des Anderen durch die elektromagnetischen Felder sinnlich wahrgenommen.

2. Gedanken-Sinn

Es werden die gefühlsgesättigten und willenshaften Gedanken des Anderen in den elektromagnetischen Feldern sinnlich wahrgenommen.

3. Sprach-Sinn

Es wird der gedankliche Inhalt der „Sprachgeräusche“ des Anderen in den elektromagnetischen Feldern sinnlich wahrgenommen.

4. Gehör-Sinn

Es werden alle möglichen menschlichen, tierischen, natürlichen und technischen Geräusche sinnlich wahrgenommen.

5. Wärme-Sinn

Es werden alle möglichen Wärmeszustände in der Materie und den Feldern sinnlich wahrgenommen.

6. Seh-Sinn

Es werden alle möglichen Bilder der Umgebung durch die elektromagnetischen Felder sinnlich wahrgenommen. Weil die elektromagnetischen Reize unser Gehirn und unseren ganzen Körper verändern, haben wir den Eindruck, dass die Bilder in uns sind, obwohl die gesehenen Wesen und Objekte ausser uns sind. Durch rhythmisches Wechseln der Wahrnehmung der Materie und der elektromagnetischen Felder „gelangen“ sie in uns. Unser ewiges Wesen ist ja nicht nur im Körper, sondern durchdringt auch die Aussenwelt. Innen und Aussen sind nur bei Gegenständen sinnvoll.

Unser geistiges Wesen ist jedoch kein Gegenstand, der uns gegenüber steht. Die Welt und unser Kern sind eins.

Dies bewusst zu erleben, lernen wir im "Gegenstand" Körper, indem wir unser Bewusstsein weiterentwickeln und von unserem Körper unabhängig werden. Dann können wir diese Tatsache nicht nur theoretisch denken, sondern auch erleben.

7. Geschmack-Sinn

Es werden alle möglichen Geschmacksarten in der Materie und den Feldern sinnlich wahrgenommen.

Bsp. Kaspar Hauser wurde am Anfang seines „zivilisatorischen Lebens“ betrunken, obwohl die Weinflasche noch verkorkt war. Sein Geschmackssinn und sein Körper waren so empfindlich, dass er sogar durch Wirkung des Alkohols in den Feldern beeinflusst wurde.

8. Geruch-Sinn

Es werden alle möglichen Gerüche in der Materie und den Feldern sinnlich wahrgenommen.

Bsp. Man kann heute die Parfumeure, die mit ihren geschulten, empfindlichen Nasen neue Düfte kreieren, durch spezielle Spektroskope, mit welchen die Felder analysiert werden können, ersetzen.

9. Gleichgewicht-Sinn

Es werden alle möglichen Gleichgewichtszustände in der Materie und den Feldern sinnlich - mit dem sichtbaren materiellen Körper - wahrgenommen.

Bsp. Wenn der Mensch ohne momentane mechanische oder chemische Beeinflussung des Körpers (Karussell, Alkohol usw.) schwindlig oder schwankend ist, können seine unsichtbaren Körper nicht „normal“ mit dem physischen

Körper verbunden sein. Diesen Zustand empfindet der Mensch als Schwindel oder Schwanken. Wenn man im Alter, durch Krankheiten oder Unfälle nicht mehr ganz zentriert ist, erlebt man den Schwindel als "Normalzustand". Mit seinem Willen kann der Mensch erreichen, dass die Anderen nichts bemerken.

10. Eigenbewegungs-Sinn

Es werden alle möglichen Bewegungen des eigenen Körpers sinnlich wahrgenommen.

Die Bewegungszustände der Anderen und der Welt können durch den Seh- und andere Sinne wahrgenommen und mit dem Denken eingeordnet werden.

11. Lebens-Sinn

Es werden alle möglichen „Lebenszustände“ des eigenen Körpers sinnlich - mit dem materiellen Körper - wahrgenommen wie z. B. Ernährungszustand, Gesundheit, Schmerzen usw.

Bsp. Vor dem Ausbruch einer Grippe können die Knochen schmerzen und gewisse Regionen der Haut überempfindlich sein.

12. Tast-Sinn

Es werden alle möglichen Oberflächen sinnlich wahrgenommen.

Folgen aus der Sinneslehre:

Da alle materiellen Gegenstände auch in den elektromagnetischen Feldern ihre Wirkung haben, kann auch erklärt werden, weshalb ein homöopathisches Medikament mit einem Holzlöffel genommen werden und nicht neben einem chemischen Mittel aufbewahrt werden sollte. Denn die Ausstrahlung des Metalls oder der chemischen Substanz beeinflussen über die elektromagnetischen Felder auch auf Distanz das homöopathisches Medikament. Ebenso kann begriffen werden, dass Formen einen Einfluss auf den Menschen haben (Bauten, eine Rasierklinge wird unter einer Pyramidenform geschärft usw.).

Der Mensch ist überall. Er durchdringt alles. Deshalb kann nichts beobachtet werden, ohne dass der Beobachter das Beobachtete unbewusst oder bewusst beeinflusst.

Bsp. Eine in der Klasse anwesende Person verändert das Klima in der Klasse. Sie kann nur auf die Situation ohne ihre Anwesenheit schliessen und hoffen, dass sie ähnlich ist.

Es ist nur eine Frage seiner Beziehungen, ob er mit jeman-

dem oder etwas verbunden ist. Im besten Fall kann er seine Verbundenheit mit seinen Sinnen oder seinem Geist ohne Körper wahrnehmen. Der Mensch ist deshalb auch Bürger des ganzen materiellen Weltalls, also auch physisch materiell unendlich. In der geistigen Welt kann nicht von unendlich gesprochen werden, weil die Dimension des Raumes fehlt. Der Mensch ist eine Qualität, also auch raum- und zeitlos. Diese Tatsache drücken die heiligen Schriften aller Völker so aus: Die Welt und der Mensch sind von Gott geschaffen und ewig.

Die sinnlichkeitsfreie Selbstwahrnehmung

Die Selbstwahrnehmung kann ohne körperliche Sinne viel besser direkt und nicht als Wirkung in den Feldern mit unserem Kern selbst erlebt und gesehen werden. Wir können denken, fühlen und wollen, denn wir sind ein geistiges, seelisches und leibliches Wesen.

Die sinnliche Selbstwahrnehmung

Es können aber in den Feldern und der Materie auch die eigenen Gedanken-, Gefühls- und Willensstrukturen wahrgenommen werden. Ausserdem werden auch Geräusche und Ausdünstungen des eigenen Körpers, der eigene Bewegungszustand, der eigenen Gesundheitszustand usw. sinnlich wahrgenommen.

Alle sinnlichen Wahrnehmungen werden in den Feldern und/
oder der Materie gemacht.

In diesem Sinne gehört unser Körper auch zur Aussenwelt.

Denn unsere Wirkungen erstrecken sich nicht nur in die sichtbare Materie, sondern auch in die unsichtbaren elektromagnetischen Felder. Die Materie kann ja auch mit einem Feld beschrieben werden. So kann die Materie des Körpers bekanntlich auch als elektromagnetisches Feld angesehen werden und wird vom Menscheng Geist mitgeformt.

Der Körper wird wie die materielle Welt vom Menschen
bearbeitet.

Der eigene Wesenskern lebt aber nicht nur in den Feldern. Er ist übersinnlich, also jenseits der Sinneswahrnehmung. Er wird daher auch in der geistigen Welt gefunden. Deshalb ist das aktive Denken eine übersinnliche Tätigkeit bei der noch keine Bilder gesehen werden. Mit heutigen Worten kann auch von der intrinsischen Motivation, die nur mit aktivem Denken möglich wird, gesprochen werden. Das Wahrnehmen der Gedanken, Gefühle und Willensimpulse des Anderen ist jedoch ein sinnliches Aufnehmen der Veränderung der Felder, weil der Mensch auch in den Feldern, nicht nur in der sichtbaren Materie lebt.

Die Felder (Macht usw.) und die Materie (Besitz) motivieren den
Menschen extrinsisch.

Das eigene Denken, Fühlen und Wollen formt sein geistiges, ewiges Individuum. Es wird nur ihm selbst bei einer Selbstentwicklung ohne sinnliches Wahrnehmen sofort klar. Ein anderer Mensch oder eine Maschine kann das Denken nie wahrnehmen. Nur die Gedanken- und Gefühlstrukturen

können durch den Computer aufgezeichnet werden.

Der Kern des Menschen kann nie überwacht werden.

Erst wenn er das Feld strukturiert, also in der Welt wirksam wird, kann er sinnlich oder maschinell wahrgenommen werden. Deshalb muss zwischen eigenem Denken, Fühlen und Wollen und den wahrnehmbaren Veränderungen in den Feldern und der Materie unterschieden werden.

Das Denken, Fühlen und Wollen gehören eben zu den inneren Fähigkeiten, die der Mensch schon auf die Erde mitbringt. Sie können nicht aufgezeichnet werden. Nur der hell bewusst gewordene Mensch kann sie als eigen Tätigkeit erleben.

Verschiedene Blickpunkte auf den Menschen

Durch die Einteilung des Menschen in drei oder vier Glieder, können die 12 Sinne auf zwei Arten kennengelernt werden. Es kann die Zahl 12 als Produkt von 3 und 4 dargestellt werden.

Die Zahl 3

Der Mensch hat einerseits einen Geist, eine Seele und einen Leib.

Er kann die Welt mit seinem individuellen Geist, seiner Seele und seinem Körper auf dreifache Art erleben und positiv verändern.

Auf diese Tatsache wird unter anderem durch die drei Lern-typen hingewiesen.

Die Zahl 4

Andererseits wird der Körper des Menschen aus drei un-sichtbaren und einem sichtbaren Körper gebildet.

Sein sichtbarer physisch materieller Körper zeigt das vier-fache Wirken des Menschen auf der Erde: Er bewegt und ernährt sich, regeneriert und pflanzt sich fort, entwickelt Gefühle und besitzt ein individuelles Selbstbewusstsein, das er weiterentwickeln kann.

Er besteht also aus 4 Körpern und kann mit ihnen die Welt auch auf vierfache Art erleben und positiv verändern.

Auf diese Tatsache wird unter anderem durch die vier Lern-typen hingewiesen.

Die 12 menschlichen Sinne

Jeder Mensch hat die Möglichkeit, die Welt aus 12 Pers-pektiven – mit seinen 12 Sinnen – zu erfahren.

1. Die 3 Sinne des Individualkörpers

Der Mensch kann aber auch in den Feldern Unsichtbares und Unhörbares über den Anderen erleben. Dazu hat er die drei Empathie-Sinne oder die Sinne des Individual-körpers. Nur das Live-Erlebnis spricht wirklich alle Sinne,

auch die Sinne des Individualkörpers an. Ausschliesslich ein menschlicher Lehrer kann im Jetzt nach den Gesetzen des Menschen handeln und unterrichten. Mit dem Computer können nur mehr Informationen sehr schnell abgerufen werden. Jede Maschine kann viel mehr Informationen als der Mensch speichern und entsprechend ihrer Aufgabe vom Menschen eingesetzt werden. Sie kann aber die Welt nur in ihre messbaren Quantitäten zerlegen.

Die unmessbaren Qualitäten wie Verantwortung, Nachhaltigkeit, Freiheit und Liebe sind aber Begriffe, die nur der Mensch verstehen und richtig auf der Erde umsetzen kann. Für das Verstehen und das lebensfördernde Umgehen ist der ganze Mensch mit seinem Gedächtnis, seinen sozialen und anderen Fähigkeiten gefordert. Ein Ort diese Fähigkeiten zu lernen und zu üben, ist die Schule.

Deshalb kann ein guter Lehrer nie durch Computer ersetzt werden.

Da das reine Wissen – die Daten – besser vom Computer wiedergegeben werden,

ist die Schule primär ein Ort der Sozialisierung.

Die Wissensvermittlung kann auch anders geschehen. Da diese selten gezielt ausserhalb der Schule stattfindet, müssen in der Schule auch das Wissen und die daraus wichtigen Fähigkeiten gelernt werden.

2. Die 9 Sinne des Seelen-, Energie- und physischen Körpers

Das Sichtbare, Hörbare und Anderes der materiellen Welt können mit den übrig bleibenden 9 Sinnen wahrgenommen werden. Mit anderen Worten können dazu die 9 Sinne der anderen drei Körper eingesetzt werden.

Beim Wahrnehmen der Welt werden immer einige Sinne miteinander eingesetzt.

Jede Wahrnehmung wird beim Menschen auch empathisch aufgenommen. Der Individualkörper ist immer beteiligt, weil der Mensch die Welt durch ihn individuell wahrnimmt und auf ihr individuell handelt. Wichtig ist, dass die jeweilige Handlung individuell erfolgt und das Leben fördert. Nur solche Handlungen sind menschlich und positiv.

Anders gesagt, wenn bei jeder Quantität auch die dahinter liegende Qualität berücksichtigt wird, kann die ganze Welt menschlich wahrgenommen und entsprechend weiterentwickelt werden. Der Mensch ist ein Wesen, von dem nur der Körper quantitativ von Maschinen erfasst werden kann.

Der individuelle Geist, die Seele und der Leib können nur vom Menschen selbst erlebt werden, weil sie Qualitäten sind.

Die künstlichen Sinne

Man kann heute alle 12 Sinne technisch imitieren. Ihnen fehlen aber der individuelle, menschliche Geist, das Gefühl und das Leben. Sie können jedoch als „Prothesen“ in den

menschlichen Körper eingepflanzt und integriert werden, wenn der Mensch viel übt. So kann der Mensch mit Hilfe der künstlichen Sinne die ihm fehlenden Quantitäten wahrnehmen.

Alle Quantitäten der Felder und der Materie können heute mit Maschinen immer besser erfasst und gespeichert werden. Dies kann missbraucht (der gläserne Mensch, big brother is watching you, Datenschutz usw.) oder zur Unterstützung des Menschen (Medizin, Transport, Kommunikation, Speicherung usw.) eingesetzt werden.

Allein der Mensch kann die Verantwortung übernehmen, was mit den vielen Daten gemacht wird.

Die Schule muss dabei auch ihren Teil beisteuern. Deshalb sind verantwortungsbewusste, begeisterungsfähige, gefühlvolle und geschickte Lehrpersonen immens nötig.

Der „Einprägevorgang“ und die vier Gedächtnisarten

Was ist Lernen?

Wenn die wichtigsten Eigenschaften der vier Körper gekannt werden, kann jeder Sinn bewusst geschult werden. Gleichzeitig werden die verschiedenen Geschwindigkeiten der vier Körper und die vier Gedächtnisarten, die beim Lernen eine grosse Rolle spielen, kennen gelernt und bewusst eingesetzt.

Lernen ist immer der Weg, der mit der Ausbildung des Langzeitgedächtnisses aufhören kann. Etwas, das nicht Wert ist, lange im Gedächtnis zu bleiben, wird nur im Kurzzeit- oder maximal im Mittelzeitgedächtnis behalten oder nach der Wahrnehmung sofort vergessen.

Der Körper wird aber von allem, das aufgenommen wurde, auch dem unbewusst Wahrgenommenen, geprägt. Viel Erfahrens kann nicht bewusst erinnert werden und Traumas und unbekannte Abneigungen auslösen.

Alle Sinne müssen auch in der Schule differenziert ausgebildet und geschult werden, damit die Welt möglichst gut wahrgenommen werden kann. Ohne gut ausgebildete Sinne kann der ganze Körper nicht genügend stark positiv geprägt werden. Wenn auf die vier Punkte im Schulrahmen geachtet wird, kann das mit den Sinnen und dem Denken Erfassete, in die Erinnerung übergeführt werden.

Das Gedächtnis, das bewusst „abgerufen“ werden kann, ist eine typisch menschliche Eigenschaft. Es braucht dazu auch das individuelle Denken im „Raum“ des Selbstbewusstseins.

Denn ohne individuelles geistiges Denken, das immer von Gefühlen und Willensimpulsen durchdrungen ist, nimmt der Mensch nichts wahr und kann sich nichts merken. Deshalb muss auch immer die Fähigkeit des lebendigen, beweglichen Denkens geschult werden.

Sinnesschulung

Folgende Übersicht soll über die 12 Sinne etwas genauer Auskunft geben und auch zur Schulung aller Sinne dienen:

Die Sinne des Individualkörpers

Sinne

- Die empathischen Sinne, nämlich der Individualitäts-, der Gedanken- und der Sprach-Sinn, nehmen den Anderen in den Feldern sinnlich wahr. Wird hellwach gedacht und gut wahrgenommen, ist der Mensch sehr empathisch und erfährt viel Unsichtbares vom Anderen.

Ganzer Körper

- Bei schnellen Ablenkungen bestimmen den Menschen die Eindrücke der Sinne, nicht der menschliche Kern.
- Die Empathie ist wichtig.
- Gedankeninhalte kann man wach erfassen. Sie liegen im Bewussten.
- Der Mensch lebt im Moment.

Kern

- Wahrheit, Klarheit und Konsequenz sind wesentlich.
- Das Denken ist nur mit Aufmerksamkeit im Jetzt möglich, sonst wiederholt man Vorurteile und lebt mit alten Denkmustern. Dann wird nicht der Andere empathisch wahrgenommen, sondern der Mensch erlebt automatisch seine eigenen Strukturen und ist nicht mehr zentriert.
- Das aufmerksame Denken ist schnell.
- Der Mensch muss bei vollem Bewusstsein sein, um aufmerksam zu denken.
- Wenn ganz bewusst im Jetzt gedacht wird, werden Gedanken als Geraden empfunden.

Gedächtnis

- Er denkt und ist auch in seinem Geist betroffen, wenn er sich erinnert. Er „schaut“ dann in seine Hirnstrukturen und Hirnmuster.
- Wachheit, Aufmerksamkeit und bewusstes Denken helfen beim Erinnern. Das Gedächtnis ist besser, wenn der Mensch wach und mit seinen Gedanken voll anwesend ist.

Das Ultrakurzzeitgedächtnis wird ausgebildet.

Die Sinne des Seelenkörpers

Sinne

- Beim Erfassen der Welt braucht der Mensch den Gehör-, den Wärme- und Seh-Sinn. Wenn er die Welt mit den Sinnen seines Seelenkörpers erlebt, nimmt er in der Gegenwart wahr. Die Welt „beeindruckt“ ihn.
- Gefühle müssen sich entfalten können und brauchen eine menschliche Zeit.

Ganzer Körper

- Stress ist nur schädlich, da alles beschleunigt werden muss.
- Das Interesse an den Erscheinungen und alles mit seinem Gefühl zu durchdringen, sind wesentlich.
- Gefühle sind normalerweise nicht exakt zu fassen. Sie liegen im Halbbewussten.
- Der Mensch kehrt die Zeit um: Die Zukunft in Form von Wünschen, Begierden usw. kommt ihm entgegen.

Kern

- Das exakte Fühlen ist nur mit Aufmerksamkeit im Jetzt

möglich, sonst werden Emotionen wiederholt, die unkontrolliert auftauchen können.

- Wenn ganz bewusst im Jetzt gefühlt wird, werden Gefühle als geschwungene Linie empfunden. Sie sind gebogen und nicht geradlinig wie Gedanken.
- Der Mensch kehrt auch bei vollem Bewusstsein die Zeit um: Die Zukunft als Ziel kommt ihm entgegen.

Gedächtnis

- Er fühlt und ist auch in seiner Seele betroffen, wenn er sich erinnert. Er „schaut“ dann in seine Hirnstrukturen und Hirnmuster.
- Bewusstes Interesse, halbbewusste Gefühle und Emotionen helfen beim Erinnern. Das Gedächtnis ist besser, wenn der Mensch sich interessiert und auch mit seinen Gefühlen voll anwesend ist.

Das Kurzzeitgedächtnis wird ausgebildet.

Die Sinne des Energiekörpers

Sinne

- Beim Wahrnehmen der Welt und des Schwerfeldes braucht der Mensch den Geschmacks-, Geruchs- und Gleichgewichts-Sinn. Wenn er die Welt mit den Sinnen seines Energiekörpers erlebt, nimmt er in der Gegenwart wahr. Die Welt „beeindruckt“ ihn. Er nimmt die Stimmungen auch als Spannungszustände des Körpers wahr und ist in seinem physischen Körper betroffen.

Ganzer Körper

- Er belebt durch den Rhythmus und die Tiefenatmung seinen Körper und prägt seinen Körper positiv.
- Bei Stress ist die Zeit nicht rhythmisch gestaltet. Stress ist nur schädlich, da alles beschleunigt werden muss. Auf einen Rhythmus und Wiederholungen kann nicht eingegangen werden.
- Stimmungen sind normalerweise nicht exakt zu fassen. Sie liegen im Halb- bis Unbewussten.
- Stimmungen können als Spannungszustände den Körper prägen und in der Seele wahrgenommen werden. Der Mensch kehrt dann halbbewusst oder unbewusst die Zeit um: Die Zukunft in Form von unbewussten Wünschen usw. kommt ihm entgegen.

Kern

- Der Mensch braucht Wiederholungen und eine rhythmische Zeitgestaltung. Seine Gefühle prägen dann die länger andauernden Stimmungen.
- Die exakte Wahrnehmung der Stimmungen ist nur mit Aufmerksamkeit im Jetzt möglich, sonst wird der Mensch zum Spielball von lang wirkenden Emotionen, die unkontrolliert ihren Einfluss ausüben können.
- Wenn ganz bewusst im Jetzt die Stimmungen aufgenommen werden, werden sie als geschwungene Linie, die sich zu Kreisen schliessen will, empfunden.
- Der Mensch kehrt auch bei vollem Bewusstsein die Zeit um: Die Zukunft als Ziel kommt ihm entgegen. Es wird ihm bewusst, weshalb er in einer guten Stimmung ist.

Gedächtnis

- Bei der Erinnerung „schaut“ er dann in seine rhythmisch vertieften Hirnstrukturen und Hirnmuster.
- Er erinnert sich noch besser, wenn er die Zeit mit Ritualen, Übungen, Aufmerksamkeitsteilen usw. rhythmisch gestaltet.

Das Mittelzeitgedächtnis wird ausgebildet.

Die Sinne des physischen Körpers

Sinne

- Beim Wahrnehmen setzt der Mensch den Eigenbewegungs-, den Lebens- und den Tast-Sinn ein.
- Wenn er die Welt mit den Sinnen seines physischen Körpers erlebt, nimmt er in der Gegenwart wahr. Er nimmt den Bewegungszustand seines Körpers, seine Verfassung und die Beschaffenheit seiner Umgebung wahr.

Ganzer Körper

- Er belebt durch die Bewegung und Ernährung seinen Körper und prägt seinen Körper positiv.
- Der Körper braucht eine gute Ernährung, um sich optimal bewegen zu können.
- Der Mensch gestaltet und strukturiert seinen Körper mit Bewegungen.

Kern

- Das Wollen als Bewegung ist nur mit Aufmerksamkeit im Jetzt möglich, wenn bewusst eingegriffen werden soll. Sonst wiederholt man alte Bewegungsmuster, die unbewusst eingesetzt werden. Es wird dann von Motorik gesprochen.
- Wie die Bewegung zu Stande kommt, liegt normalerweise vollkommen im Unbewussten. Die heute gängigen Theori-

en lassen aber viele Fragen offen.

- Willensanstrengungen werde mit Aufmerksamkeit als Kreislinie empfunden, sie sind kreisrund, nicht geschwungen wie Gefühle und nicht geradlinig wie Gedanken. Sie wirken sehr schnell im Jetzt.
- Der Wille kann sich nur bei einer guten Ernährung und viel Bewegung gesund entwickeln. Das Ziel ist immer eine nachhaltige Wirkung zu erreichen.
- Bewegungen prägen den Körper und werden in der Seele wahrgenommen. Der Mensch lebt dann im Moment.
- Die exakte Wahrnehmung der Bewegung ist nur mit Aufmerksamkeit im Jetzt möglich, sonst wird der Mensch zum Spielball von einer Motorik, die unkontrolliert ihren Einfluss ausüben kann. Er verliert seine Freiheit und wird von seinem Körper bestimmt. Ein Beispiel ist ADHS.
- Wenn ganz bewusst im Jetzt die willentlichen Bewegungen wahrgenommen werden, empfindet sie der Mensch als Kreislinien. Es braucht ja ununterbrochen einen bewussten Willen, um die Linien zu Kreisen zu gestalten.
- Der Mensch lebt auch bei vollem Bewusstsein im Moment und erlebt die Gegenwart als ein sich immer in die Zukunft verschiebender Punkt. Es gestaltet seine Bewegungen nun bewusst.

Gedächtnis

- Bei der Erinnerung „schaut“ er dann in seine durch seine Erlebnisse im Raum vertieften Hirnstrukturen und Hirnmuster.
- Er erinnert sich am besten, wenn er den Raum erlebt.

Das Langzeitgedächtnis wird ausgebildet.

Zentrierung

Die meisten Menschen sind nicht zentriert und von den verschiedensten Dingen abgelenkt.

In diesem Zustand kann sich auch der Schüler nicht viel merken. Er ist flatterhaft, hypersensibel und ablenkbar oder starr, stumpf und unbeweglich.

Meistens handelt es sich um einen von beiden Dezentrierungszuständen: Der Mensch „schwebt“ über seinem Körper oder ist zu tief in ihn „gefallen“.

Deshalb ist es wichtig, dass der Lehrer seine Schüler immer zuerst zentriert, damit sie optimal lernen können.

Mit einem künstlerisch gestalteten Unterricht, der auf die Freiheit des Schülers und eine stressfreie Zeiteinteilung achtet, wird dies unter anderem erreicht.

Der immer wieder im Unterricht eingeflochtenem Rhythmisch-Künstlerischen Teil fördert die Zentrierung auch.

Das Beachten der Lerntypen hilft auch, den Schüler zu zentrieren.

Es muss immer der ganze Körper mit seinem sichtbaren materiellen Körper und seinem unsichtbaren Feldkörper angesprochen werden, um ein optimales Gedächtnis zu bilden. Je nach Sinn nimmt der Mensch einen anderen Aspekt der Welt wahr. Die ganze Welt kann nur mit den 4 Körpern und den inneren Fähigkeit zu denken, das auch fühlen und wollen umschliesst, erfasst werden. Deshalb ist es wichtig, alle 12 Sinne einzusetzen und das Denken zu üben. Dabei wird neben dem exakten Wahrnehmen auch das Gedächtnis gut ausgebildet.

Der Lerneffekt ist so am grössten.

Die vier Lerngesetze

Es müssen immer die vier Lerngesetze eingesetzt werden.

1. Geistgesetz: Wachheit

Aufmerksames Wahrnehmen und bewegliches Denken bilden den Geist.

2. Seelengesetz: Gefühle

Fühlen differenziert die Seele.

3. Lebensgesetz: Rhythmus

Stimmungen beeinflussen das Leben.

4. Körpergesetz: Bewegung und Ernährung

Bewegungen prägen den Körper.

Das Soziale

In der „SQ-Schulung“ und besonders im Rhythmisch-Künstlerischen Teil werden immer alle 12 Sinne und die innere Aktivität gebraucht, um den Schüler gut zu schulen!

Quintessenz

Optimales Lernen ist erst möglich, wenn der Mensch mit Freude lernen will und kann. Er muss die Freiheit erhalten, sich selber seine Ziele setzen zu können. Es wird dies auch mit intrinsischer Motivation bezeichnet. Wenn der Lehrer die Delta Pädagogik anwendet, wird er nicht zu viel, aber auch nicht zu wenig bestimmen. Er gestaltet den Lern-Rahmen für jeden Schüler individuell. Er trägt zur Zentrierung seiner Schüler bei.

Die Plakate fassen die wichtigsten Fakten der Delta Pädagogik auch graphisch zusammen.