

# Delta Lerntechnik

Die Delta Lerntechnik ist nach den Gesetzen der Delta Tools aufgebaut. Deshalb ist das wichtigste lerntechnische Werkzeug das Verwenden der Delta Tools.

Die zwei Grundsätze zeigen, dass im Menschen die Materie und der Geist zu berücksichtigen sind.

Die vier Regeln sind ganz auf den Gesetzen, die in den vier Körpern des Menschen herrschen, aufgebaut.

# Erster Grundsatz

**Alle Strukturen, seien sie materiell und/oder unsichtbar im Feld, dürfen nicht zu stark, aber auch nicht zu schwach geprägt werden.**

***Man darf die Strukturen nicht zu fest, aber auch nicht zu schwach prägen.***

Beim ersten Fall kann man durch Merksprüche, eine starre Lerndisziplin und durch gewisse Lerntechniken den Menschen zu fest an seine Strukturen binden. Er kann dann nichts vergessen, wird immer von seiner Gedankenwelt verfolgt und ist dadurch nicht mehr frei.

Die zweite Variante trifft vor allem auch auf AD(H)S Kinder zu. Sie vergessen viel, merken sich überhaupt nichts, weil sie in der Gegenwart leben und sind daher schlechte Schüler, obwohl sie viele Begabungen haben. Auch können sie dann auf der Welt, in der sie leben, ihre Freiheit nicht entwickeln. Sie können den Beruf, den sie sie wollen, aus schulischen Gründen oft nicht lernen und arbeiten dann trotz ihrer vielfältigen Begabungen in einem Beruf, der ihnen im Innersten nicht entspricht .

# **Zweiter Grundsatz**

**Interesse  
und  
Wachheit**

Der individuell Geist oder das Delta Wesen muss seinen Körper ganz durchdringen und ergreifen, um gut zu lernen.

Er muss Interesse zeigen und ganz wach sein.

**Der Mensch muss seinen Körper auf der Erde voll und ganz einsetzen können. Dazu gehört das richtige Lernen.**

# **Erste Regel**

**Mit Bewegung können wir besser lernen.**

**Das räumliche Gedächtnis durch Fixpunkte (Schriftlichkeit, Hausaufgaben, Klassenzimmergestaltung, Regeln, Farben, usw.) festigen.**

Wir „bewohnen“ unseren physischen Körper. Er wird durch die drei Organsysteme, die sich in ihre Funktion gegenseitig durchdringen, gebildet. Diese sind:

Das Sinnes-Nervensystem (Sinnesorgane-Gehirn, Nervenbahnen)

Das Atem-Rhythmussystem (Lunge, Herz, Blutbahnen)

### **Das Stoffwechsel-Gliedmassensystem (Ernährung-Gliedmassen)**

Der physische Körper hat eine bestimmte Form, ist belebt, beseelt und durchgeistigt. Dies sind die vier Aspekte der vier verschiedenen Körper, die sich alle materiell oder im elektromagnetischen Feld zeigen.

Dank des Stoffwechsel-Gliedmassensystems kann der Mensch sich bewegen. Der menschliche Wille ist im Materiellen die Bewegung.

Mit dem materiellen Hirn ist unser Bewusstsein ein Mittelpunktbewusstsein. Wir können die Welt in ihre Teile zerlegen. Wir analysieren alles. Die Synapsen des Gehirns sind örtliche Merkpunkte, die der Erinnerung dienen.

Menhire, Grabsteine, Denkmäler, elektronische Merkhilfen und Anderes werden im Raum aufgestellt oder mitgetragen und dienen der Erinnerung.

Drogen und Medikamente setzen auch im Hirn oder im ganzen Körper an und können unser Bewusstsein verändern und uns Linderung verschaffen. Sie können aber auch zur Vergrößerung der Merkfähigkeit und der Energie eingesetzt werden. Mit den vier unteren Sinnen (Tast-Sinn, Lebens-Sinn, Eigenbewegungs-Sinn, Gleichgewichts-Sinn) erleben wir unsere Bewegung in der Welt.

Die materiellen Organe des Stoffwechsel-Gliedmassen-Systems wie Muskeln, Sehnen und Knochen ermöglichen die Bewegung auf der Erde.

# **Zweite Regel**

**Alles zeitlich Rhythmische und die mit ihm verbundenen Stimmungen dienen der Energie und dem Lernen.**

**Das zeitlich, rhythmische Gedächtnis verbessern durch rhythmisches Wiederholen**  
(mündlich, schriftlich, rhythmische Hausaufgaben, bewegen, schriftlich festigen, dichten mit Rhythmus und Reimen, usw.)

Wir „bewohnen“ auch noch einen Energie- oder Lebenskörper. Er ist vom Leben durchdrungen und lebt ganz in den zeitlich-rhythmischen Abläufen. Wir sollten in einem gesunden Schlaf-, Ess-, Arbeitsrhythmus etc. leben, um leistungsfähig und gesund zu bleiben.

Die Gedächtnisbildung hat sehr viel mit diesem Körper zu tun. Das Umkreisbewusstsein, das man zur Synthese braucht, ist hier wichtig. Das Erinnern geschieht synthetisch. Man erinnert sich an die Ganzheiten. Nur unbelebte Computer speichern digitalisierte Einzelheiten ab und können diese blitzschnell durchgehen. Mit Hilfe der Programme kann aus vielen Einzelheiten der Mensch auf die Person, den Gegenstand oder die Landschaft schliessen. Der Mensch im Gegensatz zum Computer ist bei allem an der Ganzheit interessiert, er synthetisiert.

**Deshalb ist auswendig lernen, sich etwas merken nützlich, auch wenn man heute viele elektronische Merkhilfen und das Internet benutzen kann. Wiederkehrende Daten, Feste, ein rhythmischer Stundenplan, usw. dienen auch der Erinnerung und somit dem Lernen.**

Die Menschen pflegten früher ein Gedächtnis, das von rhythmischen Wiederholungen lebte. Dadurch hatten sie eine sehr grosse Merkfähigkeit. Heute ist dies oft mit Langeweile verbunden. Es hat zu wenig „Aktion“.

Deshalb sind Reime und Rhythmen besonders für die Kinder sehr wichtig. Das sieht man auch am Erfolg des Rapps.

Die Zerstörung aller Rhythmen (Essen, Schlaf, etc.) zerstört auch das Lernen.

Mit den vier mittleren Sinnen (Geruchs-Sinn, Geschmacks-Sinn, Seh-Sinn, Wärme-Sinn) erleben wir unser rhythmisches Leben und unsere Stimmungen.

Die materiellen Organe des Atem-Rhythmus-Systems wie das Blut und die Lungen ermöglichen das Wahrnehmen des Rhythmus.

# **Dritte Regel**

**Die materiellen Organe des  
Sinnes-Nerven-Systems wie  
die Sinne und Nerven  
ermöglichen das  
Wahrnehmen der Welt.**

**Wir müssen sie mit Interesse  
durchdringen.**

## Gewisse Stoffe rückwärts lernen.

Wir „bewohnen“ auch noch einen Seelenkörper und sind beseelte Wesen. Wir haben Interesse an der Welt und Bewegungsimpulse, Gefühle und Gedanken. Der Seelenkörper ist von Bewegung, Stimmung und Vorstellung geprägt. In ihm spiegeln sich auch die anderen Körper und ihre Gesetze. An seiner liebevollen Aufmerksamkeit, seinem Interesse an der Welt und seinem Willen sieht man das Wirken des Delta Wesens oder des Menschen. Hochbegabt ist man meistens, wo man sich interessiert. Beim Rückwärts lernen verbindet man sich mit seiner Seele, weil man sich mit der seelischen Zeit, die rückwärts läuft, einlässt.

Mit den vier oberen Sinnen (Gehör-Sinn, Vorstellungs-Sinn, Wort-Sinn, Delta-Sinn) nehmen wir wahr, ob ein Gegenstand beseelt ist.

Die Zerstörung aller Rhythmen (Essen, Schlaf, etc.) zerstört auch das Lernen.

# **Vierte Regel**

**Ganz wach, ganz  
durchdrungen und dabei  
sein.**

Mit unserem Delta oder Ich Wesen „bewohnen“ wir unseren Delta Körper im elektromagnetischem Feld. Wir ergreifen zuerst das Feld mit unserer Wärme, danach den Körper über unsere drei Systeme. Ganz wichtig dabei ist unser Zentrierung. Erst wenn wir den Körper ganz ergriffen haben sind wir zentriert und bei vollem Bewusstsein.

Als Erwachsene können wir dann unsere **Primetime** und unseren **Alpha-Zustand** herausfinden, um gut zu lernen. Ausserdem können wir uns schulen und ein Vorbild werden. Als Lehrperson können wir das selbst Erfahrene für unsere SchülerInnen umsetzen.

**Superlearning** funktioniert zwar, ist aber zu vermeiden. Alles ganz Bewusste, alles ganz dabei Sein und Ergreifen der Strukturen ist dem Lernen im Schlaf oder einem anderen Zustand vorzuziehen.

# Hinweise

**Was muss man bei einer Delta Lerntechnik berücksichtigen?**

Man sollte die Delta Tools möglichst gut anwenden.

**Muss man bei AD(H)S Kindern eine spezielle Lerntechnik anwenden?**

Wenn man die AD(H)S Kinder durch das eigene Bewusstsein zentriert hat, kann man mit der Delta Lerntechnik arbeiten.

Es ist daher keine spezielle ADS Lerntechnik nötig.

**Wozu dient unser Delta Wesen?**

Mit den vier selbsterzeugten Sinnen (Wahrheits-Sinn, Freiheits-Sinn, Gleichheit-Sinn, Brüderlichkeits-Sinn) nehmen wir wahr, ob wir einen Menschen, der den Keim zur Wahrheit, Freiheit, Gleichheit und Sozialität in sich hat, oder ein Tier vor uns haben. Der Mensch hat den Keim zum Individuum auch geistig in sich.

Wir haben nun kein materielles System mehr. Wir nehmen uns als ewiges, individuelles geistiges Delta Wesen wahr. Wir sind ein Willenswesen.

**Bewusst und zentriert sein, d. h.  
Aufmerksamkeit zeigen.**

**Die Primetime, die beste Zeit für uns zu kennen,  
um gut zu lernen.**

**Eine gute Idee aufschreiben, damit wir sie nicht vergessen. Denn wir haben dank unserem Alphazustand, das Bewusstsein der Geist-Seele, die Idee schöpfen können.**

**Unseren Alphazustand durch Aufwachen in der Nacht oder durch Meditation ausdehnen.**

**Er stellt sich meistens ohne Störung durch Sinnesreize am Morgen ein.**

**Was kann die Lehrperson für die Delta Lerntechnik aktiv tun?**

Die Lehrperson kann die Unterrichtssituationen gemäss den lerntechnischen Regeln gestalten und in den Coachingstunden und bei der Hausaufgabenverteilung die Lerntechnik durch permanente Hinweise immer fördern. Weiter kann er die Delta Pädagogischen Tools für jede Phase einsetzen.

**Weshalb können AD(H)S Kinder nur in kurzen Phasen lernen?**

Da AD(H)S Kinder schnell ihren Zentrierungszustand wechseln, muss man in kurzen, intensiven Phasen mit ihnen Neues lernen. Es ist für alle gut, wenn man selbst gut zentriert, also ruhig und sicher im Stoff ist. Wird man zu intellektuell, ist man selbst nicht mehr zentriert und spricht die meisten Kinder

nicht mehr an. Dies sollte aber kein Freipass für unlogische Ausführungen sein. Eine Logik, auch wenn es eine höhere Logik ist, waltet sogar in allen guten Legenden und Märchen. Wenn

Wenn Kinder nicht mehr zentriert sind, ist Lernen nicht mehr möglich. Wir können dann froh sein, dass sie nicht in noch stärkere alte Strukturen fallen und schwatzen oder den Unterricht noch schlimmer stören. Wenn ein Kind einen „Ausraster“ bekommt, nützt oft nur eine Einzelbetreuung, um ihm zu helfen.

### **Was ist zum Brainstorming und AD(H)S zu sagen?**

Brainstorming soll alte Strukturen in Frage stellen. Es ist vor allem für Menschen mit Vergangenheitsbewusstsein geeignet.