

# **Die Bewusstseins-Schulung**

## **Ersatz oder Ergänzung zur Kommunion und Konfirmation**

**Einführung für Eltern und Erzieher**

*Kinder sind durstig nach einer großen Sicht.  
Sie brauchen mehr als Worte und Phrasen*

[Zitat Maria Montessori, Anthroposophin, GOLDBACH / Seite 44]

### **1. Einstieg**

In den Industrieländern fehlt es den Menschen materiell an nichts. Das Leben erscheint auf den ersten Blick so gut wie nie zuvor. Doch es täuscht! Die Gesellschaft verlangt immer mehr von uns; Ängste vor unbekanntem Risiken nehmen zu; Anonymität, Gewalt, Drogen und globale Probleme nie gekanntem Ausmaßes drohen; vielfach ist von »Sinnverlust«, »Orientierungslosigkeit« und »Glaubenskrise« die Rede. Die Religion wird kaum noch ernst genommen, die Wissenschaft wird vergöttert, aber nicht verstanden. Wo ist der spirituelle Boden geblieben, in dem unsere Vorfahren seit Jahrzehntausenden wurzeln konnten?

Diese Schulung ist ein einfacher Weg für Kinder und ihre Eltern, gemeinsam und auf anregende Weise zu einer neuen Spiritualität und zu ganzheitlichem Denken zu finden.

Mit verständlichen Worten wird das wissenschaftliche Weltbild und seine Grenzen erläutert. Spielerisch lernt man die verschiedenen Wege der Erkenntnis kennen. Behutsam kommt man von der reinen Logik zum schöpferischen Denken. Frei von einengenden Bekenntnissen – aber dennoch auf den verschiedensten Weisheiten und Traditionen der Menschheit beruhend – gelangt man zu einem faszinierenden Blick auf das Absolute... und wird zum leidenschaftlichen »Weisheits-Sucher«!

### **2. Einstieg in eigener Sache**

Um einen menschenwürdigen Weg in die Zukunft zu finden, brauchen wir dringend eine neue Ethik und Spiritualität.

Aufgrund meiner langjährigen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen im Bereich »Umwelt- und Naturschutz« und der dreijährigen Arbeit an dem Projekt »Denkmodelle« - zusammen mit zehn Jugendlichen und diversen Fachlektoren - bin ich zu der Überzeugung gelangt, dass die eigentliche Ursache menschlichen Verhaltens in den freiheitlichen Werten zu suchen ist (vgl. BALDUS/RANGER, Seite 284 ff und Seite 433 ff). Auch wenn uns vielerlei innere und äußere Zwänge und Einschränkungen beeinflussen, so stammt der wesentliche Handlungsantrieb bewusst oder unbewusst aus eben dieser Freiheit.

Die Mitarbeit in einem gemeinnützigen Verein - hier die Naturschutzgruppe - fördert vor allem gute Tugenden und Vorlieben, wie diverse wissenschaftliche Untersuchungen zeigen. Die sogenannten »hohen Werte« jedoch - nach unserer Definition die »Ehrfurcht vor dem Leben« und die »Suche nach Weisheit« als Eckpfeiler einer »zukunftsfähigen« Ethik und Spiritualität - werden nach meiner Ansicht dabei nicht unbedingt gefördert.

Ich habe immer wieder festgestellt, dass unsere jungen Mitglieder wie alle Menschen zwischen verschiedenen Rollen wechseln. Während sie bei den Gruppenaktionen in ihre »Ranger-Rolle« schlüpfen, gibt es durchaus viele, bei denen das ökologische Denken daheim und in der Schule nur eine nebensächliche Rolle spielt.

Dies ist der Ansatzpunkt für die Bewusstseins-Schulung, mit der erreicht werden soll, dass die hohen Werte und der Glaube geschult werden, um aus den Kindern starke, selbstbewusste und verantwortungsvolle Persönlichkeiten zu machen. Ein »tiefgründiger, geistiger Boden« ist die beste Voraussetzung, um eine zukunftsfähige Ethik zu »verwurzeln«, unabhängig von den vielen Rollen des alltäglichen Lebens!

Meine Überzeugung ist dabei, dass dazu kein bestimmtes Bekenntnis notwendig ist, denn ich glaube daran, dass der Mensch grundsätzlich »transzendenzfähig« und gut ist. Es bedarf lediglich des richtigen Anstoßes, um diese Saite im Bewusstsein eines jeden Kindes erklingen zu lassen.

Frank Baldus

### 3. Wie sieht die Schulung aus?

Die Bewusstseins-Schulung ist ein erlebnisorientiertes Programm zur Auseinandersetzung mit den großen philosophisch-religiösen Daseinsfragen. Die Schulung richtet sich an 12 bis 14-jährige Kinder, die sich zusammen mit einem Elternteil, Erzieher oder Lehrer auf die Suche nach Antwortmöglichkeiten begeben möchten.

Die Teilnehmer erwartet eine ungewöhnliche Mischung von Spiel und Spannung, Rätseln und Geheimnissen, Gedankenreisen und Texten aus den verschiedensten Weltanschauungen und Religionen. Es geht nicht um die Vermittlung von Wissen, sondern um Anregungen zum Selbst-Denken und Selbst-Erfahren. In diesem Sinne vermittelt der Lehrende weniger Inhalte, sondern vielmehr regt er den Schüler an, den »verborgenen Lehrer« im eigenen Selbst zu finden - wie es im Sufismus ausgedrückt wird.

Die Bewusstseins-Schulung kommt der angeborenen Neigung eines jeden Kindes zu metaphysischen Denkeperimenten entgegen und fördert die Entfaltung einer sinngebenden Spiritualität und Lebensweisheit, die weder auf esoterisch-gefärbtem Aberglauben, noch auf blinder Wissenschaftsgläubigkeit beruht.

Die Schulung besteht aus 41 übersichtlichen und ausführlichen Kapiteln für eine entsprechende Anzahl Schulungstage. Daraus ergibt sich eine Gesamtdauer von zwei Jahren, sofern alle zwei Wochen ein Kapitel vermittelt wird.

Alle Kapitel des Programmes können in Form von pdf-Dokumenten kostenlos von der Internetseite »<http://www.denkmodelle.de/biosophie/schulung.htm>« heruntergeladen werden. Die Dateien sind mit dem kostenlosen Acrobat Reader von Adobe (<http://www.adobe.com/products/acrobat/readstep2.html>) auf jedem PC-Betriebssystem lesbar.

Die Bewusstseins-Schulung ist als religionsübergreifende Ergänzung zum evangelischen oder katholischen Firmungsunterricht geeignet. Gleichsam ist sie jedoch ein ausgezeichnete Ersatz für konfessionslose Familien, die sich dennoch nicht den großen Daseinsfragen verschließen möchten. Lesen Sie dazu auch Pkt. 5.

### 4. Ziele

Es ist mir wichtig, dass sich jeder Lehrende vor dem Einsatz der Bewusstseins-Schulung selbst über seine Ziele Gedanken macht, bevor er die hier vordefinierten Ziele liest! Dies dient der stärkeren Identifikation mit dem Programm und nutzt damit auch dem Schüler erheblich.

Zwölf Ziele:

- Zu Wertorientierung, Sinnfindung und Persönlichkeitsentwicklung beitragen.
- Ein Gefühl für die Ganzheit der Welt vermitteln.
- Förderung von Gelassenheit, Heiterkeit und Selbstvertrauen.
- Einordnung des eigenen Denkens und Handelns in größere Sinn- und Moralzusammenhänge.
- Das »freie und unabhängige Denken« gegenüber dem »Vorgedachten« fördern.
- Mut und Hoffnung angesichts möglicher zukünftiger Katastrophen vermitteln.
- Nachdenklichkeit über das Dasein verankern.
- Aufhebung der Trennung von Alltag und Religion.
- Schutz vor esoterisch angehauchtem Aberglauben und Sektentum.
- Die Unvollständigkeit der wissenschaftlichen Weltanschauung aufzeigen.
- Erkenntnis des »wahren Wesens« aller Religionen als Bindeglied zum universellen Bewusstsein
- Realisierung nachhaltigen Denkens über den eigenen Tod hinaus.

### 5. Umsetzung

Selbstverständlich liegt die erste »Pflicht« zur ethischen Bildung der Kinder bei den Eltern. Hier ist in erster Linie die Vorbildfunktion ausschlaggebend. Wie alle Eltern aus Erfahrung wissen, führen Belehrungen aller Art oftmals zum genauen Gegenteil dessen, was man erreichen wollte!

Dennoch ist die Bewusstseins-Schulung trotz ihrer »Wort-Lehre« sicherlich eine wirksame Begleitmaßnahme, da sie ja nicht »belehren« will, sondern nur »aufwecken« - und das mit Hilfe abwechslungsreicher und spannender Methoden für alle Sinne.

Wie gesagt, ist für den Erfolg dieser Schulung kein Bekenntnis zu einer bestimmten Weltanschauung notwendig - ja, es wäre möglicherweise sogar störend. In unserem Projekt »Denkmodelle« hatten wir festgestellt, dass es einen »wahren Wesenskern« aller Religionen gibt, der nur jeweils in einer anderen Art und Weise ausgedrückt wird. Am einfachsten lässt sich dieser Kern mit den Begriffen »Kraft« oder »Energie« herauskristallisieren. Sowohl der christliche Gott als auch die Hindu-Gottheiten, sowohl der Great Spirit der Indianer als auch das unpersönliche Tao - jeder wie auch immer gedachte Urgrund kann als göttliche oder kosmische Kraft bezeichnet werden, aus der alles Materielle hervorgegangen ist. Dieser »kleinste gemeinsame Nenner« deckt sich zudem mit den Erkenntnissen der Naturwissenschaften.

Auf diese Weise gelingt ein religions-, philosophie- und wissenschaftsübergreifender Zugang zu den großen Daseinsfragen, der nach meiner Überzeugung viel schneller zum Erkennen führen kann als jedes abgegrenzte Bekenntnis.

## 5.1 Fachliche Voraussetzungen

Da es in erster Linie nicht darum geht, konkretes Wissen zu vermitteln, sondern vielmehr darum, bei dem Kind den Wunsch zu wecken, sich ernsthaft mit den großen Fragen des Universums zu beschäftigen, kann diese Schulung sicherlich von jedem interessierten Laien durchgeführt werden. Die notwendigen Vorkenntnisse über die behandelten Themen erhält man mit Hilfe unseres Buches »Denkmodelle - Auf der Suche nach der Welt von morgen« (Nunatak, 2001) und des Titels »Meditation für Dummies« (MITP, 2000). Dieses Buch ergänzt die »Denkmodelle« in idealer Weise. Wenn Sie nicht bereits ausreichende Vorkenntnisse haben, sollten Sie auf diese Bücher keinesfalls verzichten!

## 5.2 Methodische Voraussetzungen

Im Folgenden einige didaktische Hinweise, um einen nachhaltigen Erfolg der Schulungen zu gewährleisten:

- Die Teilnahme muss freiwillig aber ernsthaft sein. Schwören Sie den Schüler unbedingt darauf ein, denn Disziplin ist die erste Vorbedingung für transzendierendes Denken.
- Führen Sie möglichst regelmäßig eine Schulung in zwei Wochen durch, die jeweils nicht viel länger als zwei Stunden dauern sollte. In den Wochen dazwischen sind kleine »Hausaufgaben« zu erledigen, deren Zeitpunkt der Schüler je nach Wetterlage, Lust und Laune selbst bestimmen kann.
- Zur Förderung des »freien Denkens« sollte viel Wert auf spontane Kreativität und spielerische Erarbeitung in Wort, Bild und Ton gelegt werden. Nutzen Sie die Vorgaben der Schulung dementsprechend!
- Machen Sie sich bereits ein paar Tage vor jeder Schulung mit dem folgenden Kapitel vertraut. Es sind immer wieder einige Utensilien notwendig, die besorgt werden müssen und ggf. sind einige Fachkenntnisse aufzupolieren, um auf Fragen antworten zu können.
- Die Texte der Schulung brauchen nicht frei vorgetragen zu werden – vorlesen genügt. Um den Bezug zu den verschiedenen Denkrichtungen herzustellen, habe ich viele Texte auf Original-Zitaten aufgebaut. Die notwendigen sprachlichen Anpassungen der Zitate – die an runden Klammern für sinnge-mäße Beifügungen und Dreierpunkten für Auslassungen zu erkennen sind – wirken sich anfangs viel-leicht etwas störend auf den Lesefluss aus. Lesen Sie einfach darüber hinweg. Erläuterungen in ecki-gen Klammern brauchen Sie nicht vorzulesen, es sind Quellenhinweise bzw. Anweisungen für Sie.
- Der Schüler sollte von Anfang an einen Ordner führen, wo alle Materialien (Schulungs-Unterlagen, eigenen Zeichnungen u.s.w.) der Reihe nach gesammelt werden
- So oft wie möglich sollte der Unterricht im Freien stattfinden (es sollte jedoch ein möglichst unge-störter Platz sein)
- Beobachten Sie den Schüler genau, um Langeweile oder Überforderung zu erkennen und um darauf reagieren zu können

- Vermeiden Sie es, in den Zeiträumen zwischen den Schulungen über Schulungs-Themen zu sprechen. Es sei denn, der Schüler fragt nach oder arbeitet an einer »Hausaufgabe«.
- Bei Interesse des Schülers können zusätzliche Exkursionen angeboten werden, wie z.B. Besuch von Kirchen, Moscheen, Synagogen, Zen-Zentren, PowWows, Esoterik-Messen u.s.w.
- Der Lehrende und der Schüler sollen eine fruchtbare Verbindung eingehen, statt einer klassischen Lehrer - Schüler oder Eltern - Schüler-Beziehung.
- Aufgrund der Themen, die am besten im Freien behandelt werden, sollte die Schulung zwischen Mai bis Juni beginnen. Die Schulferien werden ausgespart.

Ich bin sicher, dass die Bewusstseins-Schulung eine hochinteressante Sache für Schüler u n d Lehrenden sein kann!

### 5.3 Unterrichtsmaterialien

Jedes Kapitel ist in etwa nach dem gleichen Muster gegliedert und setzt sich wie folgt zusammen:

- Zu jedem Kapitel gehört eine detaillierte Anleitung für den Lehrenden
- Am Beginn des Themas steht ein kurzer Dialog zwischen einem Meister und seinem Schüler. Es geht darin um Fragen, die nicht logisch beantwortet werden (können) und sollen! Ich habe mich dabei von den sogenannten »Koans« des Zen-Buddhismus inspirieren lassen. Vermeiden Sie es auf jeden Fall, ein Koan mit dem Schüler zu erörtern! Er verliert sonst seine geheimnisvolle Wirkung.
- Eine erste Einleitung in gewohnten Denkmustern bietet ein Brainstorming (»Gedankensturm«) zu einem vorgegebenen Begriff des behandelten Themas.
- Daran schließt die erste spielerische Aktion an.
- Zur Hinführung in die mehr gefühlsbetonten, kreativen Geistesebenen kommt anschließend eine Yoga-Grundübung mit einem stimmungsvollen Vorlesetext - der »Traumreise«.
- Um die Kreativität des Schülers nun in eine Tat umzusetzen, soll danach eine Blitzzeichnung zu dem vorgelesenen Text gemacht werden
- Nun ist wieder eine der spannenden Aktionen an der Reihe.
- Dann folgt in der Regel der Hauptteil mit Texten und / oder Zitaten. Dazwischen sind Fragen eingebaut, auf die der Schüler Antworten finden soll. Sie sollten daraufhin vom Lehrenden *nicht* direkt beantwortet werden (da Antworten einengen!), sondern ergeben sich aus dem Fortgang des Textes in Verbindung mit den Gedanken des Schülers
- Es folgt eine weitere Aktion zur Auflockerung und kreativen Umsetzung des bisher Besprochenen
- Anschließend sollte Zeit für eine freie Diskussion sein, um die offenen Fragen zu klären oder einfach nur zu philosophieren.
- Die letzte Aktion eines Schulungstages ist die »Hausaufgabe«.
- Abschließend soll sich der Schüler ein paar Minuten hinsetzen, über die neuen Erfahrungen nachdenken und eine Geschichte (nach Vorgabe) um ein paar Sätze ergänzen, die in Zusammenhang mit dem aktuellen Tag stehen. Am Ende der Schulung kann die Geschichte komplett vorgelesen werden.
- Am nächsten Morgen findet der Schüler auf dem Frühstückstisch eine Anzahl »Weisheitssteine« (z.B. Kiesel), die eine Belohnung für den Vortag darstellen. Je intensiver das Kind mitgemacht hat, desto mehr Steine. Allerdings muss mindestens ein Stein vergeben werden, um Frustrationen zu vermeiden! Zudem wird nie erklärt, warum es gerade soviel sind, wie es sind! Bei zwanzig Steinen bekommt das Kind im Tausch dafür einen schönen Edelstein o.ä.

## 6. Hintergründe

Schon zu Zeiten des großen Psychologen C.G. JUNG wurden die Kirchen immer leerer. JUNG fragte sich, warum Religion kein großes Thema mehr ist? Er sah den Hauptgrund in der mangelnden Flexibilität des Christentums, sich dem moderne Denken anzupassen. »Christliche Kirchen haben uns solange nichts Wirkliches mehr zu sagen, wie sie zu den großen Fragen nur immer dieselben Psalmen daherbeten, aber uns nicht mehr begeisternd und angstbefreiend innerlich berühren.«

Nach seiner Auffassung ist Religion im Grunde keine Frage des Glaubens, sondern der täglichen inneren und äußeren Erfahrung der Ganzheit und des großen Geheimnisses, das uns überall umgibt. Damit nimmt er den gleichen Standpunkt ein wie die traditionellen Völker seit Jahrtausenden. Wahre Religion ist die stete Suche nach dem Göttlichen. Wer nur glaubt, statt zu suchen, ist am weitesten von der Wahrheit entfernt. Religion darf keine Frage von Be-kenntnis sein, sondern von Er-kenntnis. Damit ist Religion zugleich Lebensleitlinie und Philosophie.

Leider nutzt heute ein undurchsichtiger Haufen von Sekten und Heilsbringern das religiöse Vakuum und lockt die Suchenden mit verfälschten Lehren aus Fernost und Fernwest, um das eigene Ego oder den Geldbeutel zu bereichern. Schon Albert SCHWEITZER bemerkte: »Die merkwürdigsten Sekten machen sich breit, Gesundheitsbetreiber, Astrologen, Wahrsager treiben ihr Unwesen, und fast hat man den Eindruck, als fälle der Europäer zurück in einen Zustand der Primitivität und der geistigen Verelendung.« Davor müssen wir unsere Kinder unbedingt schützen!

Dennoch müssen wir ihnen Gelegenheit geben, die »letzten Fragen« offen und naiv stellen zu dürfen, denn diese Fragen liegen in unserer Natur. Der Philosoph Hans-Ludwig FREESE, der seit vielen Jahren mit Kindern philosophiert, setzt sich vehement für dieses Recht der Kinder ein. »Viel zu bald wird unser kleiner Junge dem von der Schule genährten Glauben erliegen, daß die Wissenschaft auf alle Fragen gültige Antworten bereithält«, schreibt er. »Er wird vielleicht auch dem unter Schulkindern verbreiteten Wissenschaftsaberglauben erliegen und die Fähigkeit zu staunen sowie die ursprüngliche Fragelust bald einbüßen.« Nachdem FREESES Bemühungen in der Öffentlichkeit bekannt wurden, löste das einen wahren Ansturm auf seine Einrichtung aus. Die Eltern begründeten ihr Interesse daran auf unterschiedliche Weise. Viele beklagten, daß die Schule zu wenig zu selbständigem Denken und kritischer Urteilsfähigkeit erziehe. Andere waren von der Hoffnung getrieben, die Philosophie könne das religiöse Vakuum der Kinder ausfüllen. Diese Eltern befürchteten, ihre Kinder wüchsen heute ohne festen geistigen und moralischen Halt auf und könnten der um sie herum grassierenden Oberflächlichkeit, dem Sinnverlust und den allgegenwärtigen geistigen Verführungen viel zu wenig entgegenzusetzen.

Lassen wir FREESE noch einmal zu Wort kommen: »In gewisser Hinsicht sind Schulen gigantische Produktionsstätten von Halbbildung, die sprichwörtlich gefährlicher ist als keine Bildung. Wie sehr schon zehnjährige Schüler dem Wahn erlegen sind, die Naturwissenschaften hielten auf alle schwierigen Fragen letzte Antworten bereit, davon habe ich in meinen Philosophiestunden mit Kindern eindrucksvolle Beweise erlebt. Das Wissen, das vermittelt wird, ist in sich fragwürdig und erzeugt damit Halbbildung. Jedem auf der Höhe seines Faches befindlichen Kritiker dürfte es ein Leichtes sein, den Nachweis zu führen, dass das, was in der Schule bisweilen an Wissen vermittelt wird, nicht nur unter der Vereinfachung und Verkürzung leidet, sondern schlichtweg einen überholten Stand repräsentiert und damit strenggenommen kein Wissen darstellt.«

Dies sind natürlich harte Anschuldigungen, die sicherlich auch vom jeweiligen Lehrer abhängig sind. Dennoch ist es wert, darüber einmal nachzudenken - und mit der Bewusstseins-Schulung ein kleines Gegengewicht zu schaffen.

Denn heute, in einer Zeit, da sich die Menschheit in den Geburtswehen des größten und tiefsten Wandels ihrer Geschichte befindet, besteht ein grundlegendes Bedürfnis nach kreativer Ausgestaltung der Fundamente der großen Religionen, um die unvollständigen Erkenntnisse der Wissenschaften zu vervollständigen. Durch ein Bündnis von Wissenschaft und Religion würde der Übergang zu einer ganzheitlichen Weltansicht möglich.

Und genau diese ganzheitliche Weltansicht ist notwendig, um eine zukunftsfähige Ethik zu entwickeln. Es führt zu nichts, wenn man in »zerhacktem Rollenverhalten« heute bedrohte Tiere schützt und morgen gedankenlos ein Schweineschnitzel aus Massentierhaltung verzehrt.

Hans-Ludwig FREESE drückt es so aus: »Welche geistig-seelischen Beziehungen wir tagtäglich zu der uns umgebenden natürlichen Welt unterhalten, ist von allergrößter Bedeutung. Nicht nur für die lebensentscheidende Art des Umgangs mit der Natur, sondern auch für die Qualität unserer Moral. Wir hätten allen Grund, über die angeborene Weisheit der kindlichen Beziehung zur Natur nachdenklich zu werden, anstatt alles daran zu setzen, Kinder so schnell wie möglich auf unser rationales, entgöttertes Weltbild und auf unseren gedanken- und gefühllosen Umgang mit der Natur zu verpflichten.«

Eben diese »kindliche Weisheit« spricht auch die Bewusstseins-Schulung mit ihren vielfältigen Spielen, Rätseln und Aktionen an. Mit ihrer Hilfe sollte es möglich sein, diese Weisheit zu erwecken, zu konkretisieren, zu festigen und schließlich ins Erwachsenenalter hinüberzuretten - im Sinne einer wahrhaft zukunftsfähigen Ethik.

Sie können den gesamten einleitenden Text durch Klick auf das pdf-Symbol herunterladen. In gleicher

Weise finden Sie die komplette Anleitung zu jedem Thema im Folgenden als download unter dem pdf-Symbol hinter der knappen Zusammenfassung.