

Von leeren Händen und Ohrfeigen. Wo der Spaß aufhört und Verwandlung beginnt.

Jonathan spielt mit Kevin. Am Ende verpasst Kevin Jonathan eine satte Ohrfeige. Passiert in einem Kindergarten irgendwo in Österreich.

Was ist daran besonderes? Es wäre eigentlich kaum erwähnenswert, wenn nicht Jonathan 14 wäre und Kevin 5. Noch erstaunlicher aber ist die Reaktion von Jonathan. Selbst kein Kind von Traurigkeit, war er als Kleiner dorf-bekannt. Und auch seine Schullaufbahn ging nicht steil nach oben, sondern eher schräg nach außen. Dort, wo er jetzt gelandet ist, hat er seine Balance gefunden. Nicht zuletzt, indem er (wieder) *spielen* lernte, so nämlich wie Fred Donaldson es als *ursprünglich* entdeckt hat. Dieses Spielen sieht meist aus wie Raufen, Balgen, Herumtollen. Und man misst ihm üblicherweise nicht viel Bedeutung zu. Selbst wenn wir es als *apprentices*, als Lehrlinge, in Einrichtungen wie Kindergärten und Schulen praktizieren und es quasi professionell im Bereich Gewaltprävention, Integration und zur ganzheitlicher Stärkung der Kinder einsetzen, braucht es die Bereitschaft, näher hinzuschauen, um mehr zu sehen, *tiefer* zu blicken. Es geht nicht darum, mit Kindern ein bisschen Spaß zu haben, aus reinem Vergnügen ein bisschen herumzubalgen, um sich dann alsbald als „netter Kerl“ wieder zu vertschüssen. Natürlich macht es vielen Kindern große Freude, in dieses Spiel wieder eintauchen zu dürfen, einmal nicht dafür gescholten zu werden, einmal zu erleben, dass selbst Erwachsene sich darauf einlassen, aber in einer schnell-lebigen Zeit, immer auf der Suche nach neuen Angeboten mit Spaßfaktor und einem weiten Spektrum an interessanten „pädagogischen Aktivitäten“ – nicht selten mit einem ganzen Arsenal an Material oder Equipment – kommt Original Play denkbar schlicht daher: Nur ein paar Turnmatten oder Teppiche und ich selbst mit leeren Händen. Und das sag ich den Kindern zu Beginn auch manchmal, wenn ich zum ersten Mal komme, um mit ihnen zu *spielen* (– hä, wo ist der Ball?): Ich bin hier, um mit euch zu spielen. Wir haben keinen Ball, keine Schläger, kein Brettspiel und keine Karten. Auch keinen Computer, kein Spielzeug, keine Ausrüstung. Nur uns selbst, unseren Körper, unsere leeren Hände. Und – ich deute auf das rote Herz auf meinem Original Play T-shirt – unser Herz. Das brauchen wir auch zum spielen. Und dann geht's los. Sollte es eine anfängliche Irritation gegeben haben, ist sie schnell verflogen. Wenn ich sie dann einzeln einlade, mit mir auf den Matten zu spielen, hat sich schnell jede Frage erübrigt, was sie denn hier tun sollen.

Auf jedem spirituellen Weg sind die leeren Hände hilfreich. Wer sich auf das ursprüngliche Spiel einlässt, lässt sich letztlich auf einen spirituellen Weg ein. Und dort zählt letztlich nur der nackte Mensch. Jenseits von Methodenvielfalt, Bespaßung und Didaktik bieten wir uns mit Haut und Haar an: Beziehung, Begegnung, Kontakt. Nichts dazwischen, kein Werkzeug, kein Spielzeug. „Es gibt keine Methode. Es gibt nur Achtsamkeit“, hat ein spiritueller Lehrer mal gesagt. Hier nehmen wir das wörtlich. Wir vertrauen dem Raum, der in dieser Begegnung entsteht, interagieren mit den Impulsen des Kindes, ohne Ziel, ohne Programm, ohne Methode. Unsere Achtsamkeit und Präsenz lässt ein Feld entstehen. Das genügt.

Zurück zu Jonathan, was war also seine Reaktion? Man würde annehmen, dass er sich das nicht gefallen lässt. Zumindest als Reflex zurückschlägt oder ihn anschreit. Erstaunlicherweise passierte nichts von alledem. Er wüsste zwar nicht, was den Buben da geritten hätte, aber er empfand es nicht einmal als Aggression. Was nicht heißt, dass es ihm egal war oder dass er es aus irgendeinem moralischen Druck heraus oder aufgrund eines vorher besprochenen Verhaltenscodex nicht ernst nehmen oder bagatellisieren würde. Nein, er kann es so nehmen, wie es war und sich damit über die automatischen Reaktionen, die unser altes Gehirn im Fall eines Angriffs gespeichert hat, hinwegsetzen: Kämpfen, Fliehen oder Erstarren/sich tot stellen. Ich will es nicht überhöhen, Jonathan war natürlich nicht gerade in Lebensgefahr. Es stand kein Säbelzahn tiger vor ihm und auch kein Höhlenmensch mit einer Keule in der Hand. Aber es ist auch nicht zu unterschätzen, welchen Wert diese Erfahrung für Jonathan haben kann. Er muss nicht einmal wissen, was ihn reitet. Nicht wie wir PädagogInnen, LehrerInnen, PsychologInnen und TherapeutInnen es gerne wissen oder herausfinden wollen. Er macht – natürlich im Kleinen, aber doch – die Erfahrung, dass er nicht automatisch zurückschlagen muss.

Hier geht original play über den Spaßfaktor hinaus: Was wäre die übliche pädagogisch korrekte Reaktion auf diese Ohrfeige gewesen? Besprechen zumindest, Ermahnen mindestens, Tacheles reden, Moralpredigt: „Konsequenz“ oder Sanktion meist auch, bis hin zum Ausschluss aus dem gemeinsamen Spiel. Hätte das was „genützt“? Hätte es was verändert? Bringt es uns weiter?

Schon viele Jahre bevor ich Fred Donaldson und das ursprüngliche Spiel kennengelernt habe, haben wir unseren Kindern in Kindergarten gebalgt. Aber – wir wussten es nicht anders – wir mussten natürlich schnell Regeln aufstellen

Am Ende flogen immer die aus dem gemeinsamen Spiel hinaus, die es eigentlich am meisten gebraucht hätten. Brauchen im Sinne von: Sich selbst spüren, Körperlichkeit und Bewegung; aber auch liebevoll berührt werden. Und: Ein Modell erleben, wie Berührung adäquat ist, respektvoll, liebevoll eben. Brauchen also im Sinne der Chance, etwas zu verwandeln. Transformation statt Sanktion. Meine eigene Erfahrung, die natürlich ein winziger Bruchteil der Erfahrung von Fred ist, hat mir schon gezeigt, was für einen Unterschied es macht, wenn wir einen solchen Raum und Rahmen schaffen, in dem eben dieses Wachsen, Transformation möglich ist. Sowohl für ein Kind, das aus welchem Grund auch immer haut, beißt, andere verletzt, als auch für mich selbst, wenn ich aus der Rolle eines Pädagogen heraustrete und lerne, nicht auf einen Kampf einzusteigen und im Spiel zu bleiben, auch wenn mein Gegenüber *nicht* mehr spielt. Wenn ich grundsätzlich zu einer Arglosigkeit zurückkehre, keine Aggression persönlich nehme und auch körperlich übe, mich so zu bewegen, dass ich mich selbst und das Kind schütze – egal was es tut. Wenn ich lerne, meinen Geist und meine Haltung in Präsenz, Achtsamkeit und Gewaltlosigkeit zu schulen. Nicht aus einem moralischen Anspruch heraus, schon gar nicht aus „Weichheit“ oder Schwäche. Sondern aus einer Stärke und Kraft heraus, die ich eben gern mit „Arglosigkeit“ bezeichne, letztlich aus der Erfahrung der ursprünglichen Verbundenheit heraus. Aus Liebe, die eben keine Bedingungen setzt, wie z.B.: Nur wenn du dich so oder so verhältst, dann werde ich dich akzeptieren. Wir können hier im ganz ganz Kleinen nicht weniger lernen als das, was uns die großen spirituellen Meister von Buddha bis Jesus, von Martin Luther King bis Gandhi und Mutter Theresa immer schon gesagt und mit ihrem Leben gezeigt haben.

Ist es nicht wunderbar, dass Jonathan eine kleine Ahnung davon bekommen konnte? Der nächste Schritt für ihn wäre, was ich bei Freds großen Schülerin Jola Graczykowska gesehen habe, als sie eine Ohrfeige mit einer wunderbaren Geste beantwortete und zugleich damit bei dem behinderten Kind für den Moment das Muster verändern konnte: Sobald die Hand des Mädchens in Jolas Gesicht landete, legte sie ihre eigene Hand zärtlich auf die des schlagenden Mädchens, so dass beide Hände ihre Wange hielten. Mit sanftem Druck zeigte sie ihr adäquate Berührung. Kein Wort, keine Ermahnung, keine Drohung. Bedingungslos annehmend bleiben, körperlich antworten und Veränderung von innen heraus ermöglichen – das war ihr Weg, mit der scheinbaren Aggression umzugehen.

So werden wir dem Kind gerechter als mit Ermahnungen und werden dem größeren

Ganzen unseres spirituellen Weges gerecht. Wir entwickeln nicht nur für uns Achtsamkeit, damit wir ruhiger, gelassener und glücklicher werden. Wir gehen weit hinaus über eine Wellness-Spiritualität, weil wir uns den Schwierigkeiten und Herausforderungen stellen, die uns als Pädagog*innen und Menschen aufgegeben sind.

Wenn uns die Übung entspannt, wenn sie uns Geistesfrieden schenkt, ist das wunderbar. Aber verhilft uns diese persönliche Befriedigung auch dazu, die Probleme in der Welt anzugehen? Wir müssen uns fragen, ob wir auf eine Weise leben, die dem Bestehenden noch weitere Aggression und Selbstsucht befügt, oder ob wir etwas von der bitter benötigten Vernunft dazutun. ¹

So lange es uns gut geht, ist es relativ leicht, liebevolle Güte zu praktizieren und uns unserer Gedanken und Impulse bewusst zu werden. Viel schwieriger wird es, wenn wir in Schwierigkeiten sind. Wenn wir uns bedroht fühlen oder in Ungewissheit leben. Dabei kann uns das Leben gerade dann zum Experiment werden, zur Gelegenheit, unsere alten Gewohnheiten und Muster zu erkennen, sie zu erkunden, neugierig und mit lebendigem Interesse. Als wären wir in einem Forschungsprojekt involviert. Und dann erleben wir eine kurze Pause, ein Innehalten, eine Unterbrechung unserer automatischen Reaktionen, die uns einen inneren Raum auftut. Dort ist die Chance für Transformation und Heilung. Für einen Jonathan wie für einen Kevin. Für unsere „Feinde“ wie für uns als „Opfer“. Das Problem sind letztlich nie die „anderen“. Der Schlüssel für den Frieden im Kleinen wie im Großen liegt in unserer eigenen Reaktion und Interaktion mit den anderen. Jeder wahrhaft spirituelle Weg lässt ohnehin die Erfahrung ursprünglicher Verbundenheit, ja des Einsseins aufblitzen, wie ein Kind es einmal Fred gegenüber für das ursprünglich Spiel formulierte und worin er die treffendste „Definition“ fand: *Spiel ist, wenn wir nicht wissen, dass wir verschieden sind.*

Original Play ist wie die Achtsamkeitspraxis ein Übungsweg, unsere alten Reaktionsmuster wahrzunehmen und zu transformieren. Der Raum, den uns das ursprüngliche Spiel eröffnet ist nicht nur ein heiliger Raum für Kinder, mit denen wir spielen und arbeiten, sondern auch für uns. Ganz real, ganz praktisch, überschaubar und dosiert haben wir die Möglichkeit – wie oft sonst im Leben auch – mit Situationen umzugehen, die uns herausfordern, alte Muster zu überwinden. Das sind einfach vorzugsweise die *schwierigen* Situationen. Ein beißendes Kind, eine Ohrfeige, oder wie es mir zuletzt ging:

1 Pema Chödrön: Den Sprung wagen. Goldmann Verlag, 10

im Schwitzkasten eines Viertklässlers zu stecken, der zweimal so schwer scheint wie ich selbst. Da hab ich kurz *meiner* Angst ins Auge gesehen, um im nächsten Moment zu erleben, wie „heilig“ dieser Raum ist. Steig ich auf seinen Kampf ein, könnte es mir gehen wie Fred Donaldson es von seiner Begegnung mit einem Löwen erzählte: Dieser nahm Freds gesamten Kopf in sein riesiges Maul. Überlasse ich mich der Angst und beginne zu kämpfen, schnappt der Viertklässler vielleicht ebenso zu wie es der Löwe getan hätte. Wie automatisch. Wenn Kampf, dann Kampf – mag sich der Löwe wie der Viertklässler denken. Es lag an mir, mich der Freundlichkeit, der Liebe und dem Vertrauen zu überlassen und die Angst loszulassen.

Mag. **Steve Heitzer** ist langjähriger Schüler von O. Fred Donaldson. Im „ursprünglichen Spiel“ (original play) fand er einen Königsweg in der Arbeit mit Kindern:

Er bietet Original Play Spieleinheiten für Kindergärten, Schulen und sonderpädagogische Einrichtungen an. Mehr unter www.originalplay.at Kontakt: steve@originalplay.at

Dr. **Fred Donaldson** reist mit Vorträgen und Workshops um die ganze Welt. Aktuelle Termine auch in Deutschland, Österreich und der Schweiz finden sich unter www.originalplay.eu sowie www.originalplay.at und www.originalplay.de