

Projekt: Verbinde Dich, Luc Hertges
Maßnahme: Presstext
Datum: 22.11.2020
Version: 1

HL:

Verbinde Dich - Luc Hertges Reisebeschreibung für die persönliche Entwicklung in eine bewusste und zufriedene Zukunft

SHL:

Wie eine lebendige Beziehung zu sich selbst das eigene Leben rockt

Text:

Es braucht viel Erfahrung, Einfühlungsvermögen und einen starken Willen, Menschen auf dem Weg zu helfen, Erkenntnisse über sich selbst wahrzunehmen, zu verstehen und ihnen eine Hilfe anzubieten, diese für die eigene Persönlichkeitsentwicklung umzusetzen. Hin zu dem Lebensziel ein tiefes und bewusstes Leben als Teil der Natur, der Welt und des Universums zu führen. Luc Hertges hat diese Voraussetzungen und schenkt uns in seinem Buch „Verbinde Dich“ eine Wegbeschreibung, umfassend, individuell und hilfreich für die Entwicklung der eigenen Lebenssituation.

Vater, Pädagoge, Grundschullehrer bis hin zur Ausbildung zum „Integralen Life-Coach“ – Seine Erfahrungsentwicklung lässt ihn einfühlsam einen umfassenden Themenbereich aufarbeiten, der in allen Facetten einen interessierten Leser informiert und auch Wege aufzeigt zur persönlichen Entwicklung und zu einem verbesserten und bewussten Verhältnis zu seiner Umwelt, zu seinem „Außenbereich“.

In der heutigen schnellen, rastlosen Zeit ist der Wandel die einzige Konstante. Das Wissen explodiert exponentiell und genauso schnell sind viele Erkenntnisse wieder vergänglich. Die Folge ist die allgegenwärtige Suche nach Sicherheit und Stabilität. Ein „Zurück-in-die-alte-Zeit“ ist nicht nur der falsche Weg, sondern es ist auch nicht machbar. Aber es gibt verschiedene Denkansätze, Entwicklungen und Lösungen, die alle Blickwinkel und Bedürfnisse an einen „Verhandlungstisch“ einladen, um diese Situationen individuell und persönlich zu gestalten und damit auch eine Lösung zu finden.

Das heutige Scheitern der traditionellen und patriarchischen Erziehung, und dem gegenüber ein Lösungsansatz mit einer zeitgemäße Erziehung durch Beziehung - darum geht es Luc Hertges. Daher sieht er das Buch auch für alle, die mit Kindern in einer Beziehung stehen. Er will die Augen öffnen für die Wunder, die Kinder sind, will zur Inspiration durch Kinder aufrufen und dazu verleiten, das Kind in sich selbst wieder zu entdecken. Grundlage ist, dass wir alle freie Wesen sind, wertebasierende Regeln aufgestellt haben und wir uns selbstgewählt und selbstbestimmt an diese halten. Diese selbstbestimmten Regeln, gepaart mit unseren persönlichen Anliegen sind unser Antrieb, uns zum Wohl aller selbst zu verwirklichen. Sein Leitgedanke: Behandle jeden so, wie Du selbst behandelt werden möchtest.

Das erste Kapitel des Buches vermittelt die Ausgangssituation, in der man sich unbewusst befindet. Das Orientieren an gesellschaftlichen Regeln und das „Sich-Zurückstellen“, die gewohnten Beeinflussungen und die dadurch gelernten Handlungen mit daraus resultierendem Verhalten. Diese umfangreichen Ausführungen aus verschiedenen Blickwinkeln erinnern und machen es dem Leser bewusst, in welchem Geflecht von Empfindungen, Verhaltensmustern, Erziehungsfolgen und Situationseinschätzungen man

sich befindet. Diese Erkenntnis ist der Schlüssel zu sich selbst, zum Hinterfragen und sich ein eigenes Bild von allem zu machen im Sinne einer Selbstverantwortung für das eigene Leben und das Verhältnis zu anderen.

Die Inspirationen des zweiten Kapitels leiten zu einer Auseinandersetzung mit einzelnen Gedanken und Themen und fordern auf, sich damit auseinander zu setzen. Und auch zu erkennen, was ein Verhalten auslöst und was sich dadurch verändert. Viele Probleme gäbe es nicht, würden wir miteinander statt übereinander reden – so z.B. die Inspiration 10.

In der Regel sucht der Mensch Harmonie und möchte vermeiden, durch eine andere als eine vorherrschende Meinung aus der Gemeinschaft herauszufallen, fehlende Anerkennung zu riskieren oder eine verminderte Bedeutung in seiner sozialen Gruppe zu spüren. Daher wird eher eine Meinung nicht gesagt oder einfach „runtergeschluckt“. Im Umkehrschluss ist man eher bereit das Verhalten anderer zu beurteilen und verurteilen, entsprechend der angenommenen Anerkennung dieser Meinung durch andere. Mit der Angst zu vereinsamen sucht man nach Verbündeten, die dieses Urteil über andere bestätigen. Wir finden immer Menschen, die uns Recht geben und dann fühlen wir uns gut. Statt eine Brücke zu bauen schaffen wir Gräben, die uns und den anderen schaden. Machen es andere ebenso werden die Gräben immer tiefer. Um das zu unterbrechen reicht es bereits, wenn einer der Beteiligten um Frieden zu schließen dem andern die „Hand“ reicht. Und das kann man immer selbst sein.

Auf „Recht haben“ zu verzichten macht nicht klein, denkt man nur an das Sprichwort: „Der Klügere gibt nach“. Es gilt zu verstehen, dass das Beilegen eines äußerlichen Konfliktes große Auswirkungen auf die eigene innere Situation hat, das eigene Denken und das Selbstwertgefühl. Denn Anderen zuhören und Positionen zu verstehen heißt auch Zuhören ohne zu antworten, und zu lauschen, um zu verstehen. Mit einer solchen Inspiration schickt der Autor die Leser in den Alltag um diese zu erkennen, diese zu erleben und ein neues Handeln für den eigenen Frieden zu probieren.

Besondere Übungen sind im Kapitel 3 zusammengefasst. Hier geht es um Gedanken, die eine Zeit lang immer wieder mit der eigenen Verhaltensweise abgeglichen werden sollten. Ein solcher Leitgedanke könnte z.B. sein: „Ich wähle ein Leben in Freude“. Und sich dann dabei zu beobachten, wie sich der „innere“ Denk- und Erfahrungs-Horizont erweitert und sich Grenzen von unmöglich auf möglich verschieben.

Die Wahrnehmung und Akzeptanz eines kosmozentrischen Bewusstseins ist nicht nur ein einzelnes Wesen zu sein, sondern sich als ein Teil der Natur, der Erde, des Universums zu sehen. Daher gibt es nicht den Weg des „Egoismus“, einen einsamen Raum, in dem man allein lebt. Tragfähige und verbindende Lösungen der eigenen Verhältnisse zu anderen Menschen und der Welt findet man, wenn man achtsam in Kontakt mit den eigenen Bedürfnissen und Werten steht und gleichzeitig sehr offen für diese der Anderen ist.

Eine Reisebeschreibung und ein Wegweiser zu einer Bewusstseinsöffnung und für eine bessere Lebensführung im Zusammenleben mit der Welt.

(c) Rainer Schilling