



**«PARTIZIPATION
ALS TEIL VON INNOVATIVEM LERNEN –
PARTIZIPATION
ALS GRAD VON AUTONOMIE»**

DR. HERBERT ASSELMAYER, UNIVERSITÄT HILDESHEIM

3. Nun-Konferenz

**Partizipation – eine Herausforderung
in der Bildung für nachhaltige Entwicklung**

3. und 4. September 2009

Schloss Schwerin

HAUPTTHESE

- Wie sich eine Situation entwickelt, hängt davon ab, wie man an sie herangeht

- Zwei Dinge sind wesentlich:
 1. Wir sollten noch konsequenter „von der Zukunft her führen lernen“
 2. Die Fertigkeiten dazu heißen
 1. mehr ‚anwesend‘ zu sein
 2. mehr spüren

- Partizipation erreichen wir erst dann ‚noch besser‘, wenn wir bereit sind, in unseren (Selbst-)Führungs-methoden auf Öffnung zu setzen:
 - Öffnung des Denkens
 - Öffnung des Fühlens
 - Öffnung des Willens

UM DIE KRITIK VORWEG ZU NEHMEN...

○ Partizipation

- ... ist ein ‚großes‘ Thema: Wo fängt man an / hört man auf?
- ... wurde lange viel zu individualistisch gedacht > gesellschaftlich nicht weitgehend genug

○ Innovatives Lernen

- ... übersieht, dass soziale, ökonomische und politische Voraussetzungen, Zusammenhänge und Folgen in ihrer Komplexität kaum bewältigt werden können
- ... darf nicht verengen auf die ‚optimale Erschließung / Ausbeute des Lernpotenzials‘ (Individuum, Gruppe, Organisation, Gesellschaft), sondern zielt auf ein würdevolles Leben

... UND DEN ERMUTIGENDEN BLICK ANZUDEUTEN

- Prinzipielle Überforderung:
 - Grenzen menschlichen Vorstellungsvermögens
 - Komplexität ist zu groß
 - erfassen, analysieren, kritisch verarbeiten
 - Akteur der Lösung sein
- Aufklärerische Perspektive bleibt ohne Alternative
- Größte menschliche Errungenschaft?
 - Antwort auf die Frage nach der Gestaltung schöpferischer Prozesse:
 - Wie gelingt es ‚Das wichtige Neue zu entdecken und es in die Welt zu bringen?‘

ZUGESPITZTE GRUNDANNAHMEN ZUM ‚DRAMA DER GEGENWART‘ UND DEN CHANCEN DER ZUKUNFT (I)

- Zusammenbruch des Alten:
 - Wir sind in Sorge um die Zukunft der Menschheit
 - Unübersehbar vielfältige existenzielle Herausforderungen (Umwelt-Probleme, Grenzen des Sozialsystems)
 - Resignative Rückzugstendenzen / wenig Hoffnung / Enttäuschung / Wut / Gefahr großer sozialer Disparität
- Untaugliche Strategien
 - ‚Status Quo‘ so lange wie möglich erhalten
 - Negative Entwicklungen aus der Position der Vergangenheit ‚bessern‘
- Dritte Strategie:
 - Unsere Gewohnheiten / geographisch ungerechte Verteilung sind das Problem (Umwelt, Industrialisierung, Reichtum, ...)
 - ‚Zukunft‘ wird sich von Vergangenheit deutlich unterscheiden!
 - Überzeugung, dass Zukunft nicht vorausbestimmt ist und dass jeder Mensch zu deren Verbesserung beitragen kann
 - Utopisches Ziel: „die Welt neu hervorbringen“

ZUGESPITZTE GRUNDANNAHMEN ZUM ‚DRAMA DER GEGENWART‘ UND DEN CHANCEN DER ZUKUNFT (II)

- Gesamt-System: Öko-System / „Menschheitssystem“
 - Bildung ist strategischer Faktor zur Lösung der zentralen Weltprobleme
 - Entgrenzung
 - im engeren Sinne: Schulen plus... (Eltern, Region, Wirtschaft, Netze, ...)
 - im weiteren Sinne: Erweiterung des Lernbegriffs... (Gruppen - Nationen – Kulturen)
 - Transdisziplinäre / transnationale Lösungsansätze
- Flüchtliges, zerbrechliches ‚Anwesendwerden‘ der Zukunft:
 - Martin Buber: „...dem aus sich werdenden lauschen“ > es sodann zur Realisierung bringen, „wie es verwirklicht werden will“
 - Antizipation > Identifikation der brennendsten Aufgaben und Probleme
 - Analyse der Situation heute > morgen
 - Suche nach alternativen Lösungen
 - Entwickeln von Zukunftsszenarien
 - Initiierung, Begleitung, Evaluation von Gestaltung > Veränderung
 - Grenzüberschreitende Sensibilität im Denken, Fühlen, Wollen:

DER MENSCH IST TEIL EINES GANZEN – ER WILL TEILHABEN!

- Er will menschen-würdig leben:
 - wahrgenommen werden
 - Anerkennung erhalten
- Er will sich entfalten können:
 - aktiv sein, wirksam sein, Spuren hinterlassen
 - individueller Erfolg
- Er will selbst entscheiden:
 - er will/kann im Sinne ‚produktiver Freiheit‘ selbst festlegen, in welcher Weise er sich bildet/handelt.
- Er braucht dafür...
 - ein Bewusstsein von Veränderungs- und Führungsarbeit
 - angemessene Sprache
 - hilfreiche soziale Techniken

DER MENSCH HAT SEHNSUCHT NACH EINER GUTEN ZUKUNFT

- Er weiß: ich will / muss lernen > sich bilden
 - Der Lerner braucht er eine weg-weisende Orientierung:
 - Antizipation: Wo werde ich in 10 Jahren sein?
 - Innovation: Was ist dann anders als heute?
 - Partizipation: Was will ich dann tun/leisten/beitragen?
 - Qualifikation: Was soll ich jetzt lernen?
- Der Mensch muss Teil gelingender Entwicklungs- und Veränderungs-Prozesse werden können
 - Aktive Teilhabe ist gebunden an Gelingens-bedingungen und die Überwindung von Partizipations-Hemmnissen

PARTIZIPATION – AUTONOMIE - INTEGRATION

- Partizipation ist eine Haltung
 - Kooperation, Dialog, Empathie
- Autonomie bedeutet individuelle / kulturelle Selbstständigkeit, Unabhängigkeit und Willensfreiheit
 - als Selbstbestimmung
 - als Mitbestimmung
- Integration ist ein Gegenpol zu Autonomie
 - Kooperation
 - Gemeinschaftsförderung
 - Solidarität
- Autonomie und Demokratisches Handeln:
 - Fähigkeit, die eigenen Interessen zu kennen
 - die Interessen anderer wahrnehmen und einbeziehen zu können
 - sich mit anderen Interessen auseinandersetzen zu können
 - in der Lage zu sein, gemeinsam nach Lösungen zu suchen, die Folgen unterschiedlicher Entscheidungen abschätzen und Maßnahmen initiieren, begleiten, evaluieren und kritisieren zu können.

PARTIZIPATION

○ Recht

- freie, gleichberechtigte und öffentliche Teilhabe an gemeinsamen Diskussions- und Entscheidungsprozessen in Gesellschaft, Staat und Institutionen, in institutionalisierter oder offener Form.

○ Aktive Praxis

- Partizipation wird nicht gewährt, sondern sie ist ein Recht der Gesellschaftsmitglieder.
- Partizipation für Kinder und Jugendliche zielt auf die Fähigkeit zur Teilhabe am demokratischen Prozess, und zwar in allen sie betreffenden gesellschaftlichen Feldern und Fragen.

○ Schwache/starke Partizipation:

- Mitsprache, Mitwirkung und Mitbestimmung
- mitverantwortliche Selbstbestimmung

PARTIZIPATION

○ Aufgabe der Pädagogik

- Bereitstellung von Freiräumen der mitverantwortlichen Selbstbestimmung, die als Recht verstanden und einforderbar sein müssen.
- Partizipation muss so gestaltet werden, dass sie ein Mehr an Mit- und Selbstbestimmung der Kinder und Jugendlichen herausfordert und auch ihre Fehler, mangelnden Kompetenzen, Rückschritte als Aspekte des Lernprozesses zu mehr Demokratie versteht.

○ Zusammenhang mit der Zielsetzung „Demokratie lernen“.

- konzeptionelle Radikalität des Partizipationsanspruchs
- „kleine“ Anstrengungen dienen dem Fernziel als Zwischenstufen auf dem Weg dahin
- emanzipatorische Partizipation

POLITIKWISSENSCHAFTLICHE DEUTUNG VON POLITISCHER PARTIZIPATION

- Verhaltensweisen von Bürgern, die allein/in Gruppen freiwillig Einfluss auf politische Entscheidungen ausüben wollen.
- Ziele partizipatorischer Demokratie
 - politische Beteiligung maximieren
 - viele Bürger am politischen Entscheidungsprozess teilhaben zu lassen
- Formen:
 - Bürgerinitiativen, Mitwirken in Verbänden, Vereinen und in den neuen sozialen Bewegungen, Petitionen, diskursive Praktiken, Demonstrationen, Streiks und Besetzungen.

POLITIKWISSENSCHAFTLICHE DEUTUNG VON POLITISCHER PARTIZIPATION

- Messung von Partizipation:
 - Leicht zu messen: Wahlbeteiligung, die Partizipation in Parteien und Gewerkschaften und die Übernahme von politischen Ämtern in Parlamenten und Regierungen
 - Schwer zu quantifizieren: unkonventionelle, weniger institutionalisierte oder auch illegale Formen der Partizipation.
- Partizipation:
 - Konzept gegen Politikverdrossenheit diskutiert.
- Verfügbarkeit des neuen Mediums Internet:
 - E-Partizipation ermöglicht auch die Einbeziehung weiter Bevölkerungsschichten in weder zeitlich noch örtlich gebundene Beteiligungsprozesse.

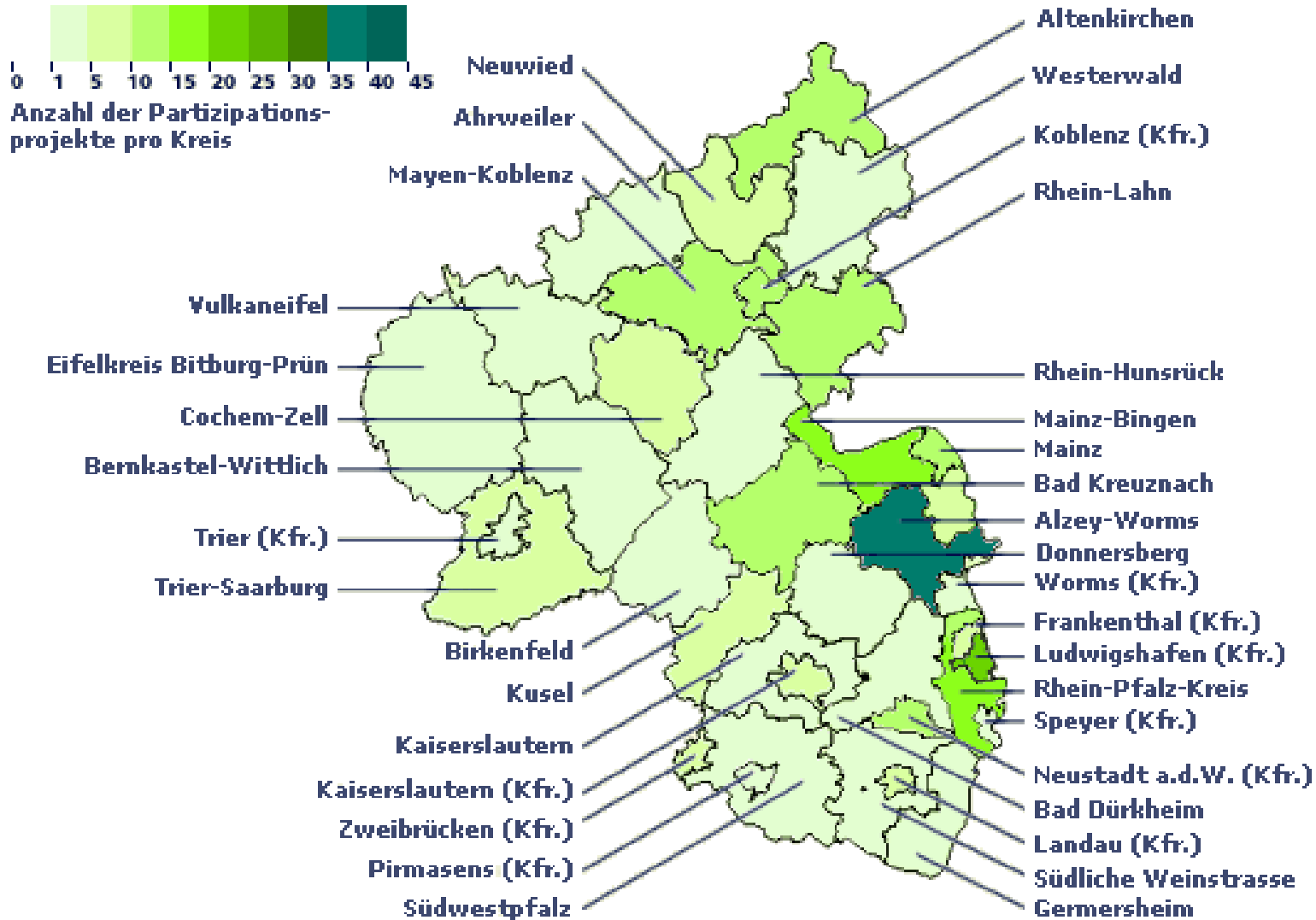
BLENDDED PARTICIPATION

(WOLFGANG GERLICH)

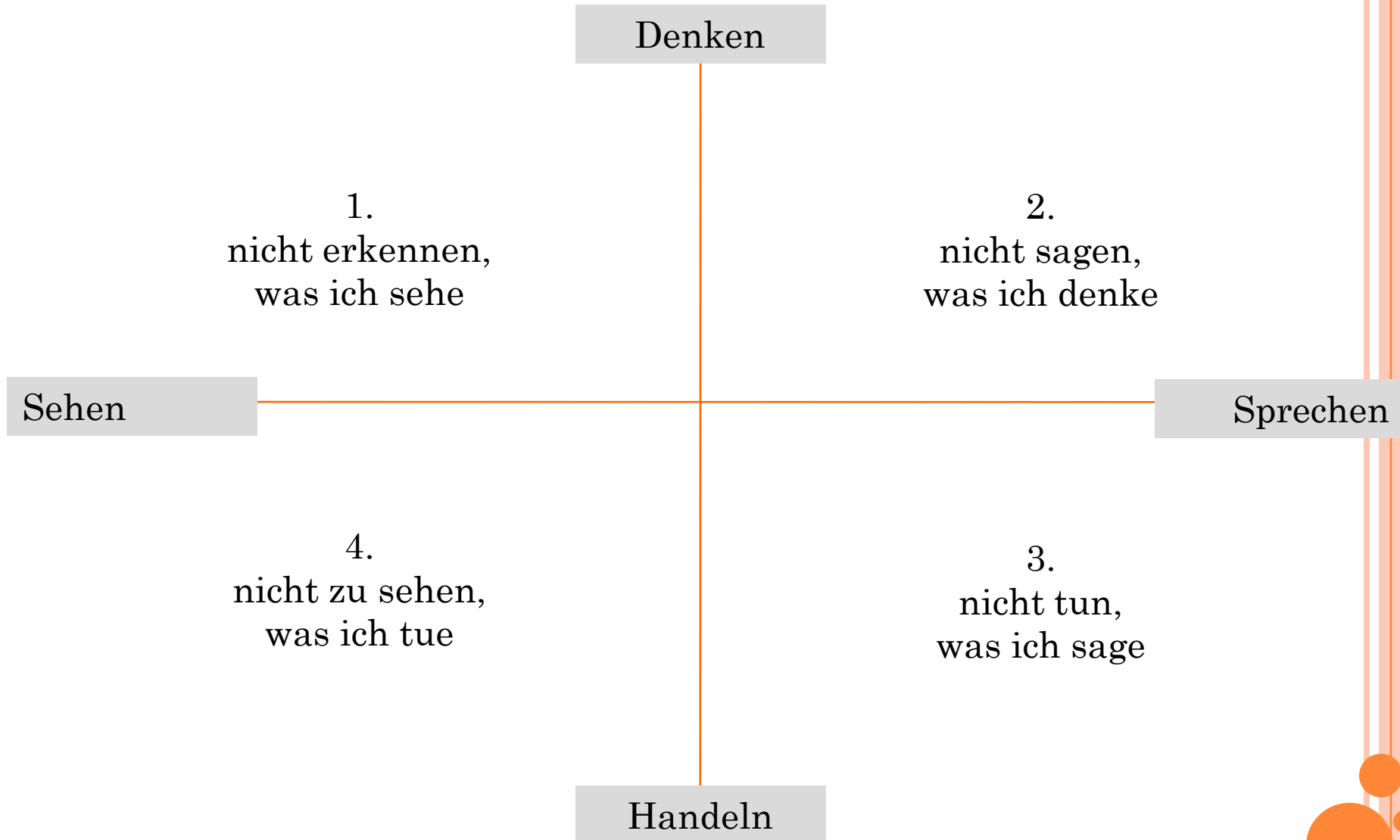
- Auf die Menschen zugehen, real und virtuell, bringt Erfolg
 - Zukunft liegt in der qualitätsvollen „Blended Participation“
 - Anlehnung an die Ansätze von „Blended Learning“
- „Blended Participation“
 - zeitgemäße Form von Mitwirkung und Mitentscheidung
 - Kombination
 - herkömmliche Beteiligungsmethoden (Workshops, Bürgerforen)
 - E-Participation : flexibel, zeitlich abgestimmte Prozesse
 - Aufsuchende, niederschwellige, lebensweltorientierte Angebote
 - Mutiges Einklinken in bestehende Netze
 - offener Umgang mit Kritik, Widerspruch und kognitiven Dissonanzen

KINDER- UND JUGEND-POLITISCHE LANDKARTE

(BEISPIEL AUS RHEINLAND-PFALZ [HTTP://WWW.NET-PART.RLP.DE/](http://www.net-part.rlp.de/))



BARRIEREN DES LERNENS UND VERÄNDERNS



UNSER (LERN-)PROBLEM: „WIR HANDELN ‚REAKTIV‘! DIE CHANCE: „LERNEN VON EINER IM ENTSTEHEN BEGRIFFENEN ZUKUNFT“

- Reduzierte Wahrnehmung in mentalen ‚Downloading‘-Modellen
 - Zuhören nach dem Modus:
 - Kenne ich! Geht schon wieder los! Brauche ich nicht!
 - Verlängerung des Handelns im Sinne Status Quo
 - obwohl wir verändern wollen!
 - Veränderungen soll ‚im anderen‘ etwas bewirken / verändern
 - aber nicht „Ich ändere mich“ / „wir ändern uns, damit sich das System verändern kann“

UNSER (LERN-)PROBLEM: „WIR HANDELN ‚REAKTIV‘! DIE CHANCE: „LERNEN VON EINER IM ENTSTEHEN BEGRIFFENEN ZUKUNFT“

- Öffnungsprozesse sind erforderlich:
 - Aufmerksamkeit vertiefen > Änderung im sozialen Feld
 - Unser ‚Sehen sehen‘: Intelligenz unseres geöffneten Denkens, Herzens und Willens
 1. Ebene, eigene Annahmen hinterfragen
 - Zusammenhänge erkennen, die vor dieser Öffnung nicht erkannt werden konnten
 2. Ebene des Erkennens:
 - Signale der neuen Realität berühren selten das Immunsystem
 - Eigene Rolle, das Alte zu erhalten und das neue zu verhindern
 3. Ebene der Verbindlichkeit:
 - Sich-in-die-Sache-reingeben:
 - Haltung: „Das müssen wir machen, selbst wenn wir noch nicht genau wissen, wie...!“

UNSER (LERN-)PROBLEM: „WIR HANDELN ‚REAKTIV‘! DIE CHANCE: „LERNEN VON EINER IM ENTSTEHEN BEGRIFFENEN ZUKUNFT“

- „Lernen von der Zukunft her“ ist entscheidend für Innovationen
 - Intuition, Unklarheit, Unsicherheit, Bereitschaft, Fehler zu machen
 - Udenkbares denken; Unmögliches versuchen
 - Die Vision > das Ziel trägt über die Ängste und Risiken
- Akzeptieren der Formen von Führung auf allen Handlungsebenen
 - Rolle von Führung in der entstehenden Zukunft wahrnehmen
- Lernen ist kein Selbstzweck, sondern ermöglicht – in dafür angemessenen Settings auf verschiedenen Handlungsebenen (Individuum, Gruppe, Organisation, Region, Netzwerk) das Erzielen angemessener (Über-) Lebensformen

DER MENSCH LEBT IN EINER RISIKOREICHEN UMGEBUNG – ER MUSS UM-DENKEN LERNEN!

- Ausrichtung auf ganzheitliche Prozesse, die Veränderung bewirken können/sollen
 - angeleitetes, selbsttätiges, autodidaktisches Handeln ebenso wie
 - wie Führungshandeln in Organisationen/zwischen Organisation/in Regionen
- **Hinsehen:**

Auf die Fragen hören in mir/in anderen/zwischen uns
- **Hinspüren:**

Tauche ein in die Orte der größten Möglichkeiten
- **Vergegenwärtigen:**

in einem Raum der Stille > inneres Wissen
- **Erproben:**

Prototypen des Neuen entwickeln, um Zukunft im Tun zu erkunden
- **In die Welt-Bringen:**

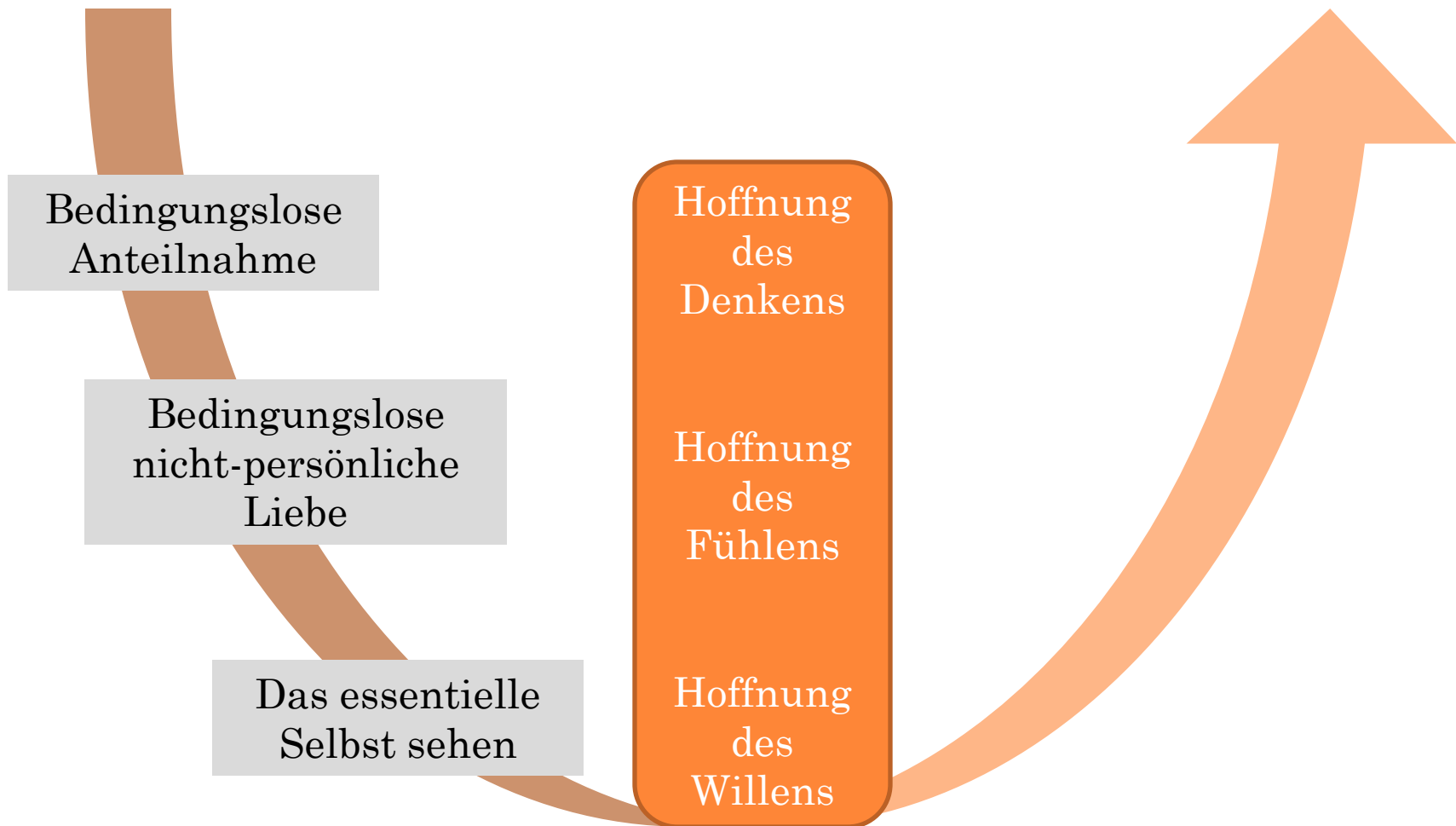
aus dem entstehenden Ganzen wahrnehmen und handeln

FÜHRUNG VON DER ENTSTEHENDEN ZUKUNFT HER: DER U-PROZESS



(Scharmer 2009, S. 43)

DREI BEDINGUNGEN FÜR EINE HOHE QUALITÄT DES ZUHÖRENS



DIE ERSTE BEWEGUNG: GEMEINSAME INTENTIONSBIILDUNG

1. Achtsamkeit:

Sei achtsam gegenüber dem, was dir aus deinem Lebensumfeld entgegenkommt.

Gemeinsame Intentionsbildung

2. Beziehungen bilden:

Höre zu, und tritt in einen Dialog mit interessanten Akteuren aus deinem Feld ein.

3. Gefäß bilden:

Co-initiiere eine diverse Kerngruppe, die eine gemeinsame Intention inspirieren und halten kann

DIE ZWEITE BEWEGUNG: GEMEINSAME WAHRNEHMUNG

4. Bilde ein Team,
das die Prototyp-Entwicklung betreibt.

**5. Gehe auf eine
Entdeckungsreise**
zu den Orten der
größten Möglichkeit.

6. Beobachte, beobachte, beobachte:
Suspendiere deine Stimme
des Urteilens (SdU)
und verbinde dich mit deinem Sinn fürs Staunen.

Gemeinsame Wahrnehmung

7. Zuhören und Dialog:
Öffne Dein Denken, dein Herz
und deinen Willen, wenn Du
mit anderen kommunizierst.

**8. Entwickle kollektive
Wahrnehmungsorgane,**
die es dem System erlauben,
sich selbst zu sehen.

DIE DRITTE BEWEGUNG: GEMEINSAME WILLENSBILDUNG



9. Loslassen:

Lass dein altes Selbst los
und das „Zeugs“,
das du nicht brauchst.

11. Intentionale Stille:

Wähle eine Praxis,
die dir hilft, dich mit deiner
Quelle zu verbinden.

*Gemeinsame
Willensbildung*

12. Folge Deinem Weg:

Tue, was Du liebst,
und liebe, was du tust.

10. Kommenlassen:

Verbinde Dich mit der Zukunft,
die durch dich entstehen will.

13. Gemeinschaften der Gegenwärtigung:

Bilde einen Gesprächskreis,
der dich und deine höchste zukünftige
Intention anwesend werden lässt und hält.

DIE VIERTE BEWEGUNG: GEMEINSAMES ERPROBEN

17. Verbinde Kopf, Herz & Hand:
Spüre es mit deinen Händen,
denke nicht, fühle es.

18. Verbessern, verbessern, verbessern:
Schaffe etwas, und verbessere
es immer weiter – basierend auf dem
Dialog mit dem Umfeld.

Gemeinsames Erproben

15. Kerngruppe:
5 Leute können
die Welt verändern.

16. Erstelle Prototypen
als Landestreifen für eine
entstehende Zukunft.

14. Kraft der Intention:
Verbinde dich mit der Zukunft,
die dich braucht,
kristallisiere deine Vision und Intention.

DIE FÜNFTE BEWEGUNG: GEMEINSAMES GESTALTEN

19. Gemeinsames Entwickeln von Räumen, durch die es den Akteuren ermöglicht wird, aus dem entstehenden Ganzen heraus zu sehen und zu handeln.

Gemeinsames Gestalten

20. Gestalte Infrastrukturen des Lernens dadurch, dass geschützte Orte und Rhythmen für Reflexion und Coaching (unterstützt durch soziale Technik) entwickelt werden.

21. Soziales Presencing-Theater: Entwickle kollektives Bewusstsein durch Feld-4-Medienproduktionen.

INDIVIDUELLES HANDELN: VIER FELDER DES KOMMUNIKATIVEN HANDELNS

Gewordenes: Vergangenheit

Autistisches System	Downloading Höflichkeits-Floskeln	Sagen, was die andere hören wollen Höfliche Routinen, leere Phrasen (nicht sagen, was man denkt)
Adaptives System	Debatte Differenzierende Konfrontation	Sagen, was ich denke divergierende Sichtweisen Ich bin mein Standpunkt (sagen, was man denkt)
Selbst-reflexives System	Dialog Reflektives Erkunden	Von sich als einem Teil des Ganzen sprechen Vom Verteidigen zum Erkunden von Standpunkten (sich selbst sehen)
Schöpferisches System	Presencing Generatives Fließen	Von der entstehenden Möglichkeit her sprechen Stille, kollegiale Kreativität Schöpferisches Fließen (authentisches Selbst)

Werdendes: entstehende Zukunft

ORGANISATIONALES HANDELN: VIER TYPEN DER KOORDINATION

Gewordenes: Vergangenheit

Ökonomie der Skalenerträge: Produktion	Zentralisierung	Machtquelle: Hierarchie Zentralisierten Regeln folgen > zentrum-getrieben
Ökonomie der Kunden- beziehungen	Dezentralisierung	Machtquelle: Markterfolg Marktnachfrage befriedigen > peripher-getrieben
Ökonomie der Innovationen (Produkt- innovation)	Netzwerk	Machtquelle: vernetzte Beziehungen Netzwerke mobilisieren > beziehungs-betrieben
Ökonomie des Presensing (Feld- Innovation)	Eco-Systeme der Innovation	Machtquelle: Feld der entstehenden Möglichkeiten Eco-System der Innovation > umfeld-getrieben

Werdendes: entstehende Zukunft

Globales Handeln:

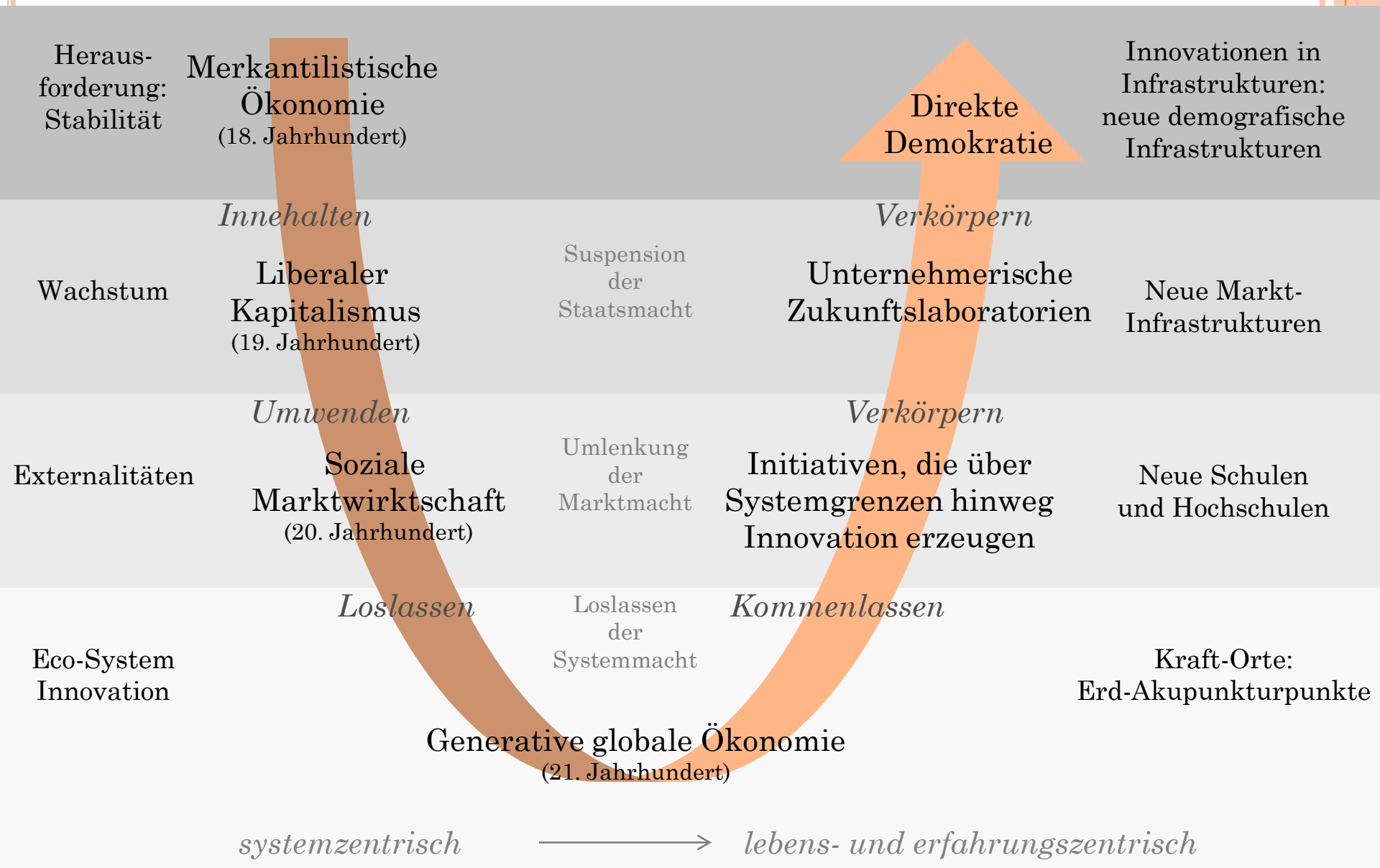
Evolution der Koordinations- und Lenkungsmechanismen

<p>Aufstieg des öffentlichen Sektors</p>	<p>1: zentralisiert: Regierungssysteme</p>	<p>Machtquelle 1: Staat Koordinierungsmechanismus: Plan ➤ Zentrumsgetrieben ➤ Veränderungskraft 1: Gesetzgebung</p>
<p>Aufstieg des privaten Sektors</p>	<p>2: dezentralisiert: Markt, Wettbewerb</p>	<p>Machtquelle 2: Kapital/Unternehmen Koordinierungsmechanismus: Markt ➤ peripher-getrieben ➤ Veränderungskraft 2: Marktnachfrage</p>
<p>Aufstieg des zivilgesellschaftlichen Sektors</p>	<p>3. Vernetzt Verhandlungen/ Dialog</p>	<p>Machtquelle 3: öffentliche Meinung, NGO's Koordinierungsmechanismus: Dialog ➤ Relational-getrieben ➤ Veränderungskraft 3: öffentliche Meinung und Werte</p>
<p>Aufstieg der sektorübergreifenden Kooperation</p>	<p>4. Eco-System Gegenwärtigung</p>	<p>Machtquelle 4: Gegenwärtigung des Ganzen Koordinierungsmechanismus: Presensing ➤ Vom entstehenden Ganzen her handeln ➤ Veränderungskraft 4: gemeinsame Gegenwärtigung</p>

Werdendes: entstehende Zukunft

Anlehnung an Scharmer 2009, 341

VIER TYPEN VON INNOVATIONEN IN INFRASTRUKTUREN



NEUN LERNUMFELDER DER PARTIZIPATION

<p>Wissen</p> <p>Intelligenz</p>	<p>W1 Nichtreflexives Wissen <i>Wissen ohne Selbstreflexion</i></p>	<p>W2 Selbstreflexives Wissen <i>Reflektion nach dem Handeln</i></p>	<p>W3 Selbsttranszendierendes Wissen <i>Reflektion in der Handlung</i></p>
<p>Offenes Denken IQ <i>Dynamische Komplexität</i></p>	<p>Vorlesung: Explizites Wissen „Lernen heißt, ein Fass zu füllen.“</p>	<p>Training: Übung und Feedback „Lernen heißt, Übungen zu reflektieren.“</p>	<p>Kreative Praxis: z.B. Theater „Lernen heißt, in Echtzeit zu improvisieren.“</p>
<p>Offenes Fühlen EQ <i>Soziale Komplexität</i></p>	<p>Erfahrungslernen: Entdeckungsreisen, Projekte, Empathy Walk Verkörpertes Wissen</p>	<p>Case Clinics, reflektierende Schreiben, Dialogue Walk: Reflection on Embodied Knowledge</p>	<p>Übungen für verkörperte Gegenwärtigkeit; die eigenen Intention vortragen: Aikido Inspiration-in-Action</p>
<p>Offener Wille SQ <i>Emergente Komplexität</i></p>	<p>Existenzielles Erfahrungslernen und Storytelling, Eintauchen in andere Kontexte, Kulturen, Selbstwissen anderer</p>	<p>Tiefe Reflexionspraktiken; Presencing Practicies; selbstreflektierendes Schreiben Eigenes Selbstwissen</p>	<p>Raum der Stille, Solo in der Natur, Praktiken für gemeinsame Gegenwärtigung Intuition-in-Action</p>

WAS MACHT ‚WER‘ NUN ‚WARUM‘ UND ‚WIE‘ ZUM BILDUNGS- GEGENSTAND?

Visionen

- Frieden / Krieg
- Kulturalität / Nationalität
- Welt-Bevölkerung
- Verteilungs-Gerechtigkeit
 - Umwelt
 - Ressourcen
- Subjektivität

Situation 2019: PROblem-Antizipation
Qualifikation

Autonomie

Partizipation

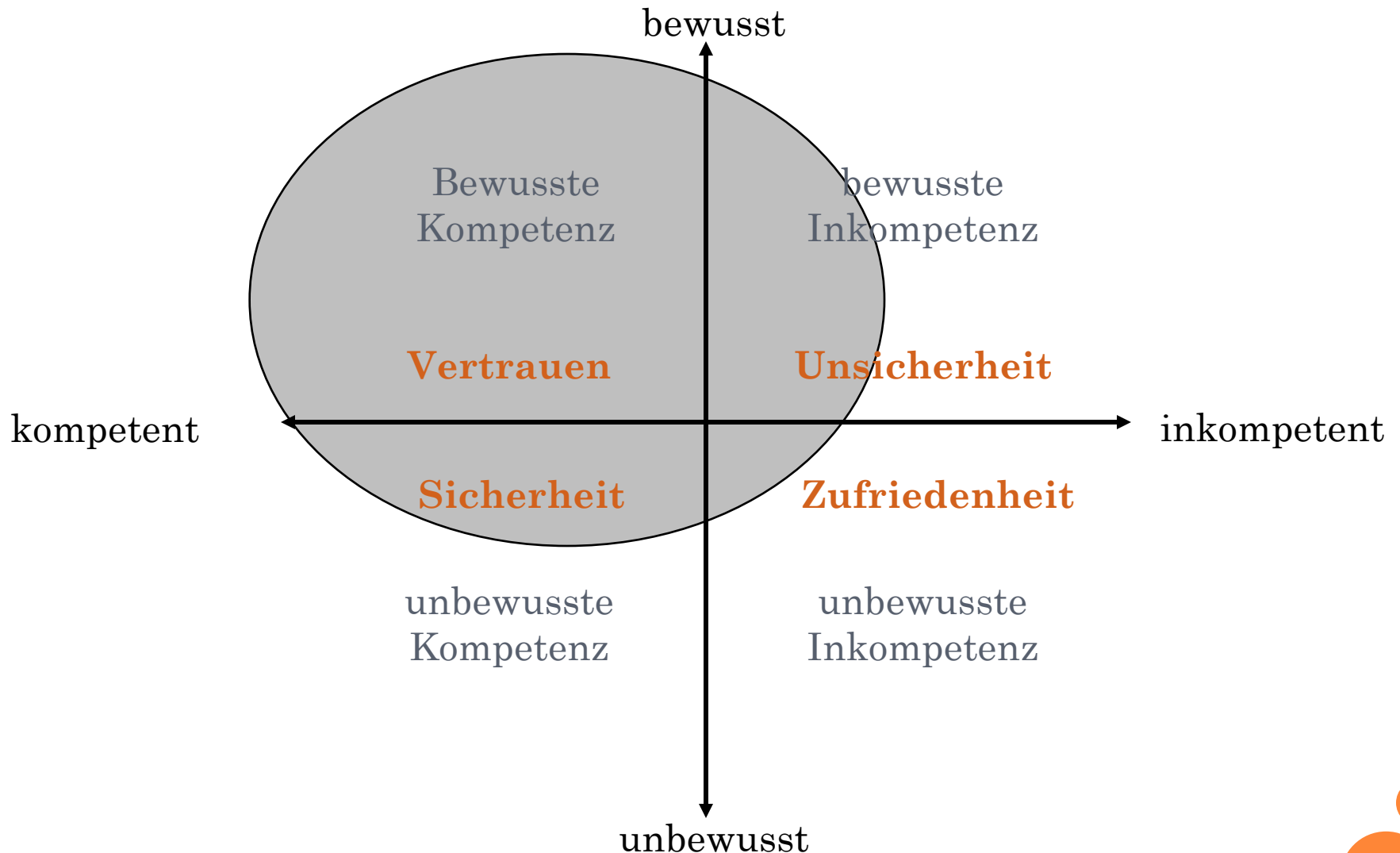
Innovationdurch Projekte

2009

Plädoyer für eine PROjekt-förmige Aneignung von Kompetenz
PROjekt-förmige Umgestaltung (z.B. von Organisationen)

2019

PARTIZIPATION ALS ENTWICKLUNG ZWISCHEN (UN-)BEWUSSTHEIT UND (IN-)KOMPETENZ



QUELLEN UND ANLÄSSE FÜR BILDUNG (H. V. HENTIG)

- | | |
|----------------------------------|--|
| 1. Geschichten | Verständnis für Entwicklung |
| 2. Gespräche | Verständigung |
| 3. Sprache | Sprechen |
| 4. Theater | Inszenierung |
| 5. Naturerfahrung | |
| 6. Politik | Auseinandersetzung |
| 7. Arbeit | Broterwerb vs. Arbeitslosigkeit |
| 1. Leben er-arbeiten: | Berufe, Arbeitsteilung und Spezialisierung |
| 2. Arbeit verstehen: | Würde durch Arbeit |
| 3. | Arbeitslosigkeit > Unmenschlichkeit |
| 4. Werke von Arbeit: | Leistungen kennen / anerkennen |
| 8. Feste | Feiern |
| 9. Musik | |
| 10. Aufbruch und Ausbruch | |

FINALE

- Komplexität ist angemessen zu reduzieren
- Wir müssen anders an die komplexe Situation herangehen
- Wir müssen von der Zukunft her führen
- Wir müssen uns öffnen...
 - im Denken
 - im Fühlen
 - im Wollen