

Die Achten –

ein universelles Symbol und eine Mittellinienbewegung

Die „faule“ Acht, bzw. die liegende Acht ist eine wichtige Mittellinienbewegung in der Edu-Kinesthetik. Sie zeigt ähnlich deutlich wie die Überkreuzbewegung die fein- und grobmotorische Entwicklung des Kindes und insbesondere seine Fähigkeit, beide Gehirnhälften zu benutzen. Bei Schuleintritt wird von den Kindern verlangt, der Verlaufsrichtung der Buchstaben zu folgen, egal, ob sie links drehen, wie z.B. das a, o, d oder an der Mittellinie beginnen und rechts drehen wie z.B. das b, h, e.

Wie schwer dies ist, zeigen die vielen Verdreher bei der 3, der 8, der 6, der 9 und auch bei den Buchstaben wie d und b, bei p und b, q und b. Oft schreiben die Kinder die Zahlen und Buchstaben in der falschen Richtung, ohne dass es auffällt, da das Ergebnis einigermaßen „aussieht“.

Von der Entwicklung des Wahrnehmungssystems her ist die Art des „Richtigschreibens“ mit sechs Jahren zu früh, ganz besonders für Jungen, die mit ihrem spezifischerem Gehirn noch etwas länger brauchen als die Mädchen.

Das Malen der Acht, des Schmetterlings und des Kleeblatts macht viel Spaß und kann den Kindern viel Frust ersparen, wenn sie es schon vor der Schule erlernen. Besonders günstig ist es, während des Schreibprozesses die einzelnen Buchstaben in der Acht zu üben, wie z.B. das b oder das a.

Auch später ist das Malen der Acht eine große Hilfe bei

- Rechtschreibproblemen
- der Schrift
- der Konzentration
- Rechenschwierigkeiten
- der Freude am Lernen

Neben dieser Hilfe durch die Acht beim Lernen ist die Acht als Symbol für die Unendlichkeit, als die Gebärde des Mitschwingens bekannt.

Lemniskate ist der griechische Ausdruck für den liegenden Achterschwung. Das griechische Wort kommt von Lemnos, der Wollfaden. Die Spinnerinnen haben ihr Fadenspinn in dieser Figur aufgewickelt. Früher wurde die Wolle nicht in Knäueln verkauft, sondern in Lagen.

Die Kinder bekamen solch eine etwa 60 cm lange Lage um die Handgelenke und mussten sie so bewegen, daß die Großmutter oder Mutter den Faden aufwickeln konnte. Dieses Hin- und Herwiegen der Arme war eine schwingvolle Acht. Wir können dieses Wiegen mit allen Körperteilen machen und uns damit etwas Gutes tun wie

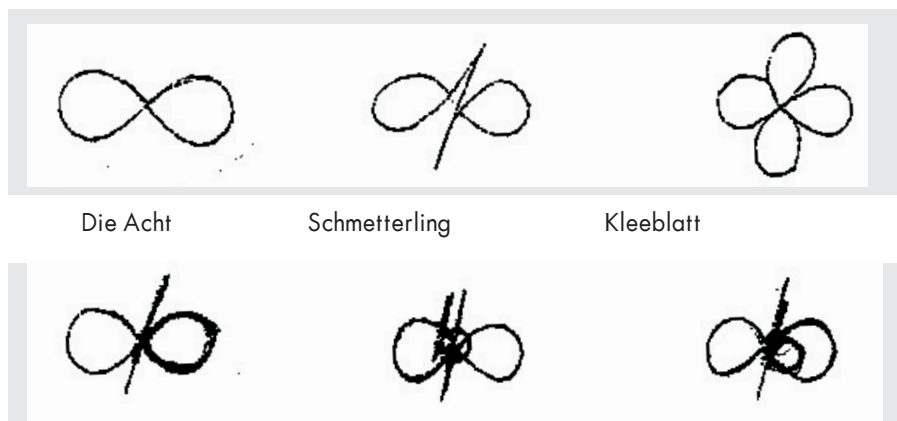
Achten mit:

- den Augen,
- der Zunge,
- dem Nacken (craniale Achten, cervicale Achten), Language of Movement,
- den Schultern, Visioncircles,
- dem Becken, Edu-K F,
- den Hand-/Fußgelenken,
- den Fingern, Daumen usw.

Auch bei kleinen Verletzungen kann die Acht uns eine Hilfe sein. Es ist wie ein „in den Arm genommen werden“, ein „sich heile machen“, wenn wir die Acht über die Stelle machen, an der wir z.B. uns gestoßen haben.

Gleichzeitig kann die Figur der Acht unseren Energiekörper schützen. Im Touch for Health wird diese Art der Acht die Tibetische Acht genannt (vgl. John F. Thie: Gesund durch Berühren, S.129). Richard Utt hat dies in der Applied Physiology noch verfeinert und die Achten den Meridianen zugeordnet (vgl.: Applied Physiology six Element Hologram Figure 8s).

Testpunkt für Ungleichgewichte in der Acht ist Milz-Pankreas 21 links. (Der Test von Milz-P. 21 rechts ist für die Über-



Die Acht

Schmetterling

Kleeblatt

Das „b“ in der Acht

kreuzbewegung).

Bei einem Ungleichgewicht stellt man die Frage:

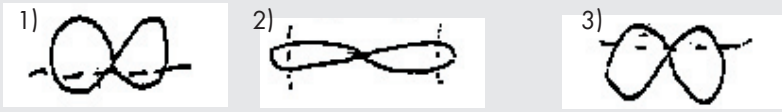
Diese Person braucht

- Lernachten, wie Alphabetachten, Schmetterling, Kleeblatt?
- Achten für einzelne Körperteile, wie z.B. für die Augen, die Schultern, die Fußgelenke usw?
- Achten für den Energiefluß, (wobei dies weiter spezifiziert werden müßte)?

Die Acht kann auch eine gute Hilfe im Alltag sein, wenn ich sie regelmäßig als Gymnastik mit meinen Körperteilen mache. Für Kinder ist das Spielen mit der Holzacht eine zusätzliche Variante. In der Laufrinne der Holzacht kann ich Glaskugeln laufen lassen und diese mit meinen Augen verfolgen. Dies hilft bei der Konzentration, unterstützt das Gleichgewicht und die Augenfolgebewegung.

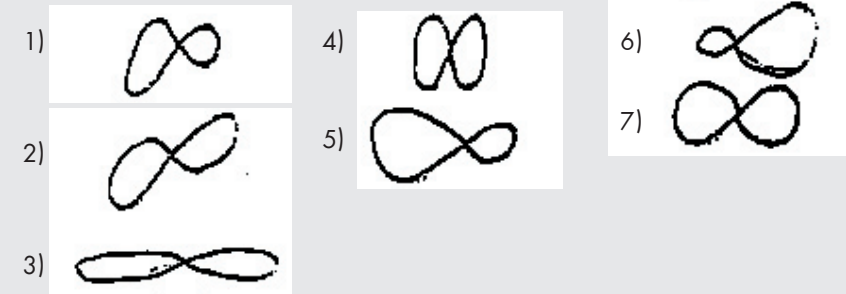
Neben diesen vielen gehirntegrierenden und energieunterstützenden Aspekten der Acht kann mir die Acht auch Auskunft geben über meinen augenblicklichen Lernstil (siehe rechts).

Beispiele für den besten Arbeitsspeicher im Moment:.....



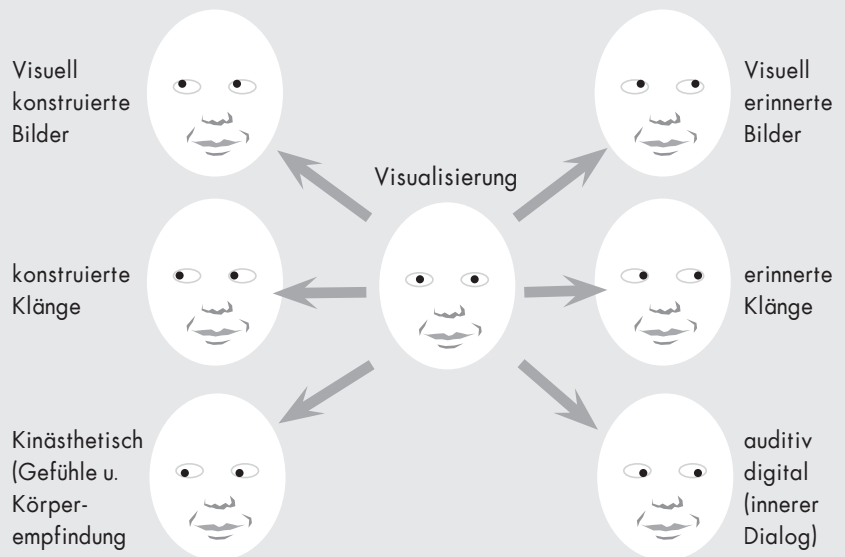
- 1) visuell orientiert – Ich lerne übers Sehen.
- 2) auditiv – Ich lerne übers Hören.
- 3) kinästhetisch – Ich lerne über Bewegung/Berührung

Beispiele der liegenden 8 in bestimmten Situationen:.....



- 1) viel innerer Dialog – ich rede viel mit mir selbst
- 2) viel visuelles Konstruieren – ich mache mir Bilder.
wenig visuelle Erinnerung – ich weiß nicht mehr, wie das aussah.
viel innerer Dialog – ich rede mit mir selbst oder gehe in die Phantasie.
wenig Gefühle einordnen – ich weiß nicht, wie es mir geht.
- 3) viel auditive Achtsamkeit – was andere sagen, ist mir wichtig.
- 4) wenig auditive Achtsamkeit – ich höre nicht auf andere.
- 5) mehr rechtshirnorientiert
- 6) mehr linkshirnorientiert
- 7) alle Speicher sind für diese Situation angeschaltet.

Die Augenstellungen aus dem NLP:.....



Renate Wennekes

Susanne Degendorfer

Lehrerin u. Dipl.-Päd.;
3. Vorsitzende der DGAK;
internat. Fakultätsmitglied d. EKF,
Ventura, Kaliforn.; Leiterin IKL,
Begründ. d. Arbeitskreis Edu-K in
der Schule
Adresse: Hinnenkamper Str. 11,
49434 Neuenkirchen-Vörden,
Tel. 05495-994044,
Fax 05495-9940 43

DGAK-Vorsitzende,
Mitbegründerin des IAK
Freiburg, Tfh-Faculty, Edu-
K-Faculty
Adresse: Oberau 69,
79102 Freiburg,
Tel. 076 1-2 36 43