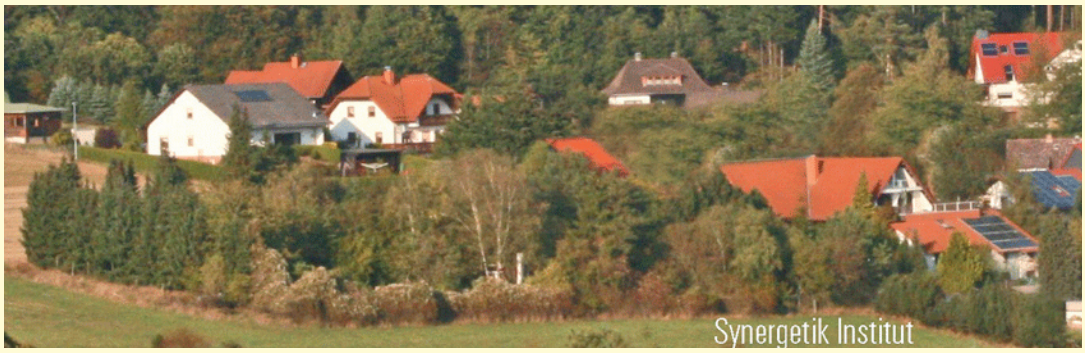
Synergetik Institut

Gesundheitsforschung + Ausbildung

Synergetik Basic

Ausbildung zum Synergetik Coach



Das vorliegende Ausbildungsmaterial setzt sich zusammen aus Transkriptionen audiovisueller Aufzeichnungen aus dem Synergetik Institut, eigens formulierten Texten zu unterschiedlichen Themen sowie Literatur- und Internetrecherchen.

Dr. Boris Grundmann

Stand 2010

Herausgeber:
Bernd Joschko - Synergetisches Therapiezentrum Kamala
35649 Bischoffen - den 26. Juni 2021

INHALT

SYNERGETIK BASIC 1/4 3

1 Einleitung: Die synergetische Methode 3
2 Wahrnehmung und die strukturwissenschaftliche Synergetik 5
2.1 Optimierung 6
2.2 Kontextbezug und freie Assoziation 12
3 Weltbilder 15
3.1 Das mechanistische Weltbild 16
3.2 Das ganzheitliche Weltbild (Holismus) 17
4 Gehirn 19
4.1 Aufbau des Gehirns 19
4.2 Die Seelenebene des Gehirns 20
5 Chaostheorie und fraktale Muster 22
5.1 Theorie komplexer Systeme 22
5.2 Emergenz, Attraktor, Selbstähnlichkeit (Fraktal) 23
6 Evolutionsbionik 26
6.1 Bionik 26
6.2 Das Scheibchenziehen 29
7 Morphische Felder 32
7.1 Rupert Sheldrake 32
7.2 Morphische Felder im Außen und Innen 35

SYNERGETIK BASIC 2/4 37

1 Einleitung: Reichtum und Schatten in der inneren Welt 37
2 Handlungskompetenz und Musterhandeln 39
3 Symbolbilder und biographische Bilder 40
3.1 Autonome Qualität innerer Bilder 40
3.2 Innerer Löwe 41
3.3 Innere Instanzen und innere Helfer 43
4 Transformation durch Rituale 44
4.1 Farbe einlaufen lassen 44
4.2 Mauersprengen 45
4.3 Scheibenklirren 46
4.4 Verabschiedungen 47

SYNERGETIK BASIC 3/4 48

1 Einleitung: Komplexität von Informationsstrukturen im Gehirn 48
2 Prägung und Vererbung in ihrer körperlichen Dimension 48
2.1 'Komplexität' in der Hirnforschung 48
2.2 Intergenerative Beziehungsdynamik 52
2.3 Epigenetik – Vererbung ist mehr als die Summe der Gene 53
3 Komplexität in der Innenwelt 55
3.1 Inneres Kind 56
3.2 Innere Eltern 59
3.3 Familienenergiefeld 61
4 Reinkarnationsbilder 62
4.1 Klassische Reinkarnationstherapie / Rückführungstherapie 62
4.2 Frühere Leben in synergetischen Prozessen .... .65

SYNERGETIK BASIC 4/4 66

1 Einleitung: Stillstand und Energiefluss.... 67
2 Geschlechtspezifische Antriebe im Außen und Innen 67
2.1 Kulturelle Dimension der Geschlechtlichkeit 67
2.2 Anima und Animus bei C. G. Jung 69
2.3 Innere Frau und Innerer Mann 72
3 Energiefluss im Beziehungsleben 72
3.1 Frühere und aktuelle Beziehungen 72
3.2 Familienstruktur 75
3.2.1 Formate der Systemaufstellungen 75
3.2.2 Aufstellungen in synergetischen Prozessen 77
4 Lebenssinn 79
4.1 Sinn in der Logotherapie 79
4.2 Lebenssinn – Lebensaufgabe – Lebenskompetenz 81

Synergetik Basic 1/4 Grundlagen der synergetischen Methode

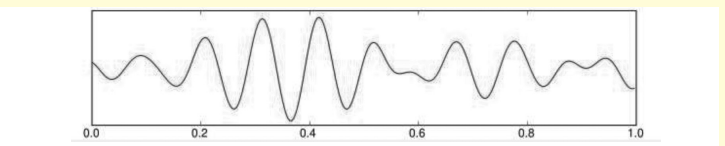
1 Einleitung: Die synergetische Methode

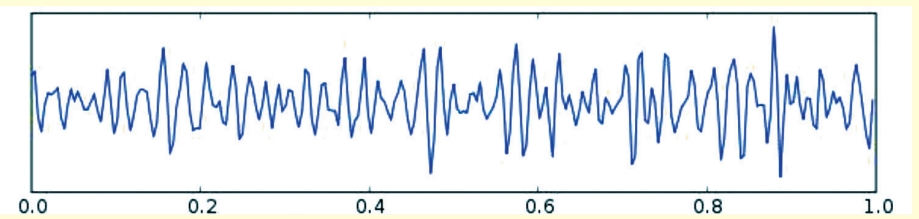
Die Synergetik nach JOSCHKO beschäftigt sich mit der Innenwelt des Menschen, also den zumeist unbewussten Vorgängen im Gehirn. Diese unterschwellig arbeitenden Handlungsanweisungen speisen sich aus verschiedensten Erfahrungen, zumeist aus denen, die in der frühkindlichen Prägephase gemacht worden sind, und organisieren unsere Weltwahrnehmung bis ins hohe Alter. Sie entscheiden darüber, welchen Typ Mensch wir attraktiv finden, welche Lieblingsfarbe wir haben und welches Auto wir gerne fahren; welche Auffassung von Familienleben wir vertreten und welchen Beruf wir uns wünschen (und welchen wir tatsächlich derzeit ausüben); wie weit wir uns im Urlaub wegwünschen aus unserem Alltag und an welchen falschen Lebenspartner wir immer wieder geraten – denn der Scheidungsrichter kann nur die ehelichen Besitzverhältnisse im Außen regeln, nicht jedoch unerlöste Beziehungsgeflechte zu den Eltern im Gehirn deaktivieren, die als Grundprägungen des Lebens bis in aktuelle partnerschaftliche Beziehungen hineinwirken. Die synergetische Innenweltreise geschieht mit geschlossenen Augen im entspannten Zustand, im sogenannten Alpha-Zustand, wo wir, ähnlich wie im Traum, in der Innenwelt Bilderwelten erleben, die von außen vielleicht als beliebige Phantasiegebilde erscheinen mögen, tatsächlich aber zutiefst mit unserer Persönlichkeit zu tun haben und auf unsere Erfahrungen im Leben zurückgehen.

Alpha-Zustand

Unser Gehirn erzeugt Strom. Dieser lässt sich mit Hilfe eines Elektroenzephalogramms (EEG) bildlich darstellen. Das Verfahren misst die elektrischen Hirnaktivitäten und gibt sie in Form von Kurven und Zacken wieder.

Alpha-Wellen





Zum Vergleich: Gamma-Wellen. Als Gamma-Welle wird ein Signal im Frequenzbereich über 30 Hz bezeichnet. Sie treten zum Beispiel bei starker Konzentration oder Lernprozessen auf.

Als Alpha-Zustand wird eine bestimmte Breite der Hirnströme bezeichnet. Wenn sich diese Ströme in einer Frequenz zwischen 8 und 13 Hertz bewegen, dann sind wir zwar noch geistig wach, befinden uns aber in einem Entspannungszustand, der von Ruhe und Harmonie geprägt ist. Durch das Öffnen der Augen kann der Alpha-Zustand wieder verlassen werden. Jeder von uns kennt diesen Zustand. Zum Beispiel morgens nach dem Aufwachen oder abends kurz vor dem Einschlafen. In dieser Phase haben wir oft Gedankenblitze oder Einfälle.

Im Alpha-Zustand öffnet sich unser Unbewusstes. Dort sind alle Erfahrungen abgespeichert, die Erinnerungen an alles, was uns jemals passiert oder widerfahren ist. Im Alpha-Zustand ist es möglich, weit verdrängte Erfahrungen und Erlebnisse aus der Vergangenheit, die heute noch großen Einfluss auf uns haben (auch ohne dass wir davon etwas wissen) wieder ins Bewusstsein zu rufen und zu bearbeiten.

In Symbolbildern oder konkreten Lebenssituationen präsentiert uns unser Gehirn in einer Session1) genau die Themen, die uns derzeit am meisten beschäftigen und zwar in einer Dosis, die wir auch gerade verkraften können. Manchmal sehen wir daher ein Ereignis nur von außen, aber manchmal erleben wir das Geschehen auch mit allen Sinnen: sehen Orte, hören Stimmen, schmecken Früchte, riechen Qualm und fühlen alles

1),Session' [lat.] = Sitzung.

Mögliche: übermächtige Trauer, schiere Verzweiflung, zerstörerische Wut, tiefen Frieden, überfließende Freude und innige Zärtlichkeiten. Gefühle, denen wir in unserem im Alltag nur selten einen Platz einräumen, weil wir gerade keine Zeit dafür haben, weil wir uns nicht trauen, weil wir meinen, es nicht zu dürfen, weil wir etwas verlieren könnten; abgeschoben und verdrängt gären sie somit im Unbewussten und warten darauf, sich entfalten zu dürfen. Je tiefer wir emotional betroffen sind, um so umfangreicher und nachhaltiger kann dabei die Transformation erfolgen, das heißt die Aufarbeitung und Erlösung von verdrängten und unverarbeiteten Erlebnissen, die uns im Leben widerfahren sind.

Wesentliches Mittel dafür ist die Interaktion mit den in der Innenwelt vorgefundenen Personen, Symbolen oder Gegenständen. Grundsätzlich ist alles ansprechbar was auftaucht: der Papa, die Mama,2 der Ort als solcher, die Parkbank, der Fahrstuhl und ebenso das schwarze Nichts, in dem es nichts zu erkennen und nichts zu fühlen gibt – alles ist Ausdruck des Gehirns in Bezug auf das jeweilige Thema der Sitzung. Und zwar ein absolut präziser Ausdruck, wie zumeist erst im Verlauf der Sitzung offensichtlich wird.

Je nach dem, wie wir mit unseren Innenweltfiguren und -symbolen kommunizieren, erzielen wir ganz unterschiedliche Ergebnisse. Um etwa Zusammenhänge aufzudecken, lassen sich die inneren Bilder nach Situationen oder Gefühlen im Leben befragen, um so zu Schlüsselsituationen zu kommen, die einen bleibenden, ja prägenden Einfluss auf das weitere Leben hatten.

Wesentliches Instrument der Veränderungsarbeit ist die Schaffung von Rückkopplungen im Gehirn, also etwa die Konfrontation der Innenweltfiguren mit den Auswirkungen ihres Tuns – ein Dialog zwischen Bewusstsein und Unbewusstsein. Wichtig ist dabei, das der Klient3 erlebt, wie isoliert abgespeicherte Erfahrungen in das eigene Bewusstsein durch Kommunikation reintegriert werden. Es entsteht dadurch eine Wechselwirkung zwischen unterschiedlichen Bereichen des Gehirns. Dem Gehirn als Gesamtsystem wird damit die Möglichkeit gegeben, neue und alte Erfahrungen zu integrieren und selbstorganisatorisch das Symbolbild, das für ein Thema, eine Haltung, eine Erfahrung oder eine Person steht, mit einer höherwertigen Qualität (etwa ein Vater, dem es im Traum nicht mehr einfiele, sein Kind zu schlagen) neu entstehen zu lassen: ein emergentes Geschehen. [4]



2) Die Bezeichnungen 'Papa' und 'Mama' werden hier (wie auch im Rahmen der Ausbildung) bewusst gewählt, da sie nicht nur die sozialen, sondern auch die emotionalen Beziehungen zu den wichtigsten Bezugspersonen im Leben eines jeden Menschen im Gegensatz zu den Begriffen 'Vater' oder 'Mutter' ausdrücken; sie werden somit als termini technici, als Fachausdrücke, verwendet.

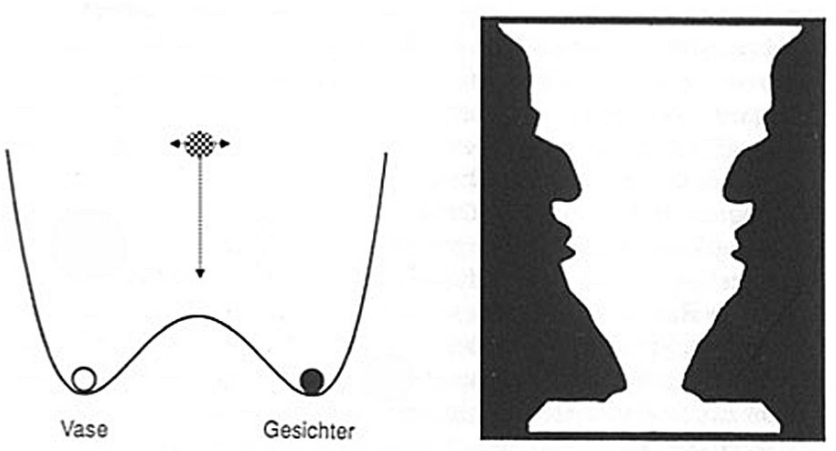
3) Aus Gründen der besseren Lesbarkeit erlauben wir uns, hier nur die männliche grammatische Form zu gebrauchen. Es versteht sich von selbst, dass im Bereich der Synergetik nach JOSCHKO eigentlich die weibliche Form angemessener wäre, da es mehr Klientinnen und Synergetik Begleiterinnen gibt. Die konsequente Nutzung der weiblichen Form würde jedoch einer weiteren kulturellen Provokation entsprechen und wurde daher ebenso verworfen wie schwerfällige Bindestrich-Konstruktionen – im Interesse des Leseflusses.

4) Zum Begriff der Emergenz vgl. Kapitel 5.2.

2 Wahrnehmung und die strukturwissenschaftliche Synergetik

Es gibt sie zwar, die objektiven Dinge in der Welt: Bäume, Häuser, Autos, Vögel, Schule, Eltern und Beruf – doch werden wir sie "objektiv" nie zu Gesicht bekommen. Viel zu sehr ist unsere Wahrnehmung von unseren Erfahrungen mit diesen Dingen geprägt: Der Baum, von dem wir gefallen sind; Automarken, die uns etwas über den vermeintlichen gesellschaftlichen Rang des Besitzers mitteilen; Eltern, von denen wir mehr oder weniger viel Liebe erfuhren, die uns prägten für alle möglichen späteren Lebenslagen und den Umgang mit anderen Menschen. Bei jedem Menschen etwas anders oder auch ganz anders.

Wahrnehmung ist somit abhängig vom Kontext. Er entscheidet, was ein Mensch zunächst wahrnimmt. Und obwohl prinzipiell beide hier abgebildeten Wahrnehmungen gleichwertig sind (Bistabilität), kann es vorkommen, dass eine Wahrnehmung (z. B. die der zwei Gesichter) überwiegt und nur gelegentlich durch die andere (Vase) unterbrochen wird. Was wir sehen, bzw. vornehmlich sehen, ist abhängig von der Ausgangsposition, das heißt von dem, welche Erfahrungen im Gehirn gespeichert sind oder, als Graphik ausgedrückt, ob die Kugel anfangs eher links oder eher rechts von der Mitte liegt. Durch Zugabe von Informationen (betrachte die schwarzen Figuren oder beachte zunächst nur die weiße Fläche), ist es möglich, die Ausgangslage der Kugel im Vornherein oder im Nachhinein zu verschieben. Zusätzliche Informationen desta- bilisieren scheinbar feste Wahrnehmungsgewohnheiten, schaffen Chaos und können die Wahrnehmung erweitern. Dies betrifft ebenso Kipp-Figuren, gesellschaftliche Vorurteile wie auch synergetische Transformationen in der Innenwelt. Auch hierbei genügen in der Regel kleine Veränderungen – insbesondere durch Rückkopplungen unterschiedlicher Persönlichkeitsanteile –, um die Qualität der Innenwelt zu einer höheren Ordnung hin zu verändern.



> *Es ist nicht nötig, das ganze Gehirn zu verändern, sondern nur partiell. Wir brauchen nur Kleinigkeiten zu verändern, um möglichst mit ganz wenig ganz schnell eine große Wirkung zu erzeugen (B. JOSCHKO).*

Die Grundlagenforschung dazu betrieb in den 80er Jahren Hermann HAKEN, der in seinen strukturwissenschaftlichen Forschungen universale Gesetzmäßigkeiten unter- suchte, wie Strukturen in der Natur und im menschlichen Umgang miteinander entstehen und welche winzig kleinen Einflussgrößen manchmal nur nötig sind, damit sich das Verhalten großer Systeme komplett verändert. Dass Kleines Großes bewirken kann, war dabei eine bahnbrechende Erkenntnis. Sie steht im Zusammenhang mit der damals aufkommenden Chaostheorie, von der noch die Rede sein wird.
Entgegen der üblichen wissenschaftlichen Gewohnheiten ging es HAKEN nicht mehr darum, die Untersuchungsgegenstände in handliche Portionen zu zerlegen, sondern darum, zu verstehen und wissenschaftlich zu beschreiben, wie die Einzelbestandteile zusammenwirken. Für diese Forschungen prägte er den Begriff 'Synergetik'.

Das Wort 'Synergetik' stammt aus dem Griechischen und bedeutet soviel wie Lehre des Zusammenwirkens.

Die strukturwissenschaftliche Synergetik ist dabei bewusst fachübergreifend angelegt, um zu allgemeingültigen Aussagen kommen zu können. Was dabei genau untersucht wird (wie es also kleinen Einflüssen konkret gelingt, Großes zu verändern) und wie die Ergebnisse der strukturwissenschaftlichen Synergetik auf die Innenwelt des Menschen übertragen werden können, behandelt der folgende Abschnitt. Im Sinne eines synergetischen Grundverständisses geht es dabei um:

1) die theoretischen Wurzeln der Synergetik, die in der strukturwissenschaftlichen Synergetik Hermann HAKENs liegen;

2) die Bedeutung von Kipp-Punkten in Veränderungsprozessen sowie um ihre Entstehung, verdeutlicht an physikalischen und psychischen Beispielen (Bénard-Experiment / Kipp-Figuren);

3) die Relevanz des Kontextes in Veränderungs- und Wahrnehmungsprozessen. Der Kontextbezug ist aufgrund der im menschlichen Gehirn stets vernetzt abgespeicherten Erlebnisse und Lebenserfahrungen allgegenwärtig und damit für synergetische Innenweltreisen ausgesprochen wichtig.

Ein Experiment zur Wahrnehmung

1) Nimm Deinen gesamten Raum, in dem Du Dich befindest, einmal ganz bewusst wahr. Suche alle Gegenstände, die grün sind oder in denen Grün enthalten ist. Merke Dir diese grünen Gegenstände und ihre Anzahl.

2) Lese bitte erst weiter, wenn Du die grünen Gegenstände im Zimmer wahrgenommen und Dir sie gemerkt hast

3) Schließe jetzt gleich die Augen und stelle den Raum genau vor. Nun suche mit Deinem inneren Auge bitte alle roten Gegenstände zusammen und merke Dir deren Anzahl...

Wie viele rote Gegenstände waren da? Waren da überhaupt welche? Was sehen wir in einer übervollen Fußgängerzone? Was sieht der Freund neben uns, mit dem wir zusammen durch die Menschenmenge gehen? In dem Wahrnehmungs-Experiment bestimmt die Vorgabe, sich grüne Gegenstände zu merken, die Grenzen der Wahrnehmung und den Ausschluss andersfarbiger Gegenstände. Doch was diktiert die Selektion in der Fußgängerzone? Wen nimmt mann wahr, wen nimmt frau wahr? Welcher "Märchenprinz" geht gerade ungesehen an ihr in der Fußgängerzone vorbei, weil ihre Männer-Wahrnehmung noch immer von ihren Erfahrungen mit Papa geprägt wird und sie sich immer wieder diesen gewissen Typ Mann im Leben aussucht, mit dem es einfach nicht so recht klappen will?



Die Selektion solch komplexer Wahrnehmungsmuster hängt dabei genauso wie bei dem obigem einfachen Wahrnehmungsbeispiel (Zwei Gesichter / Vase) von recht geringen Einflussgrößen ab, die Hermann HAKEN in seinen Forschungen systematisch und allgemeingültig untersucht hat.

2.1 Optimierung



Prof. em. Dr. rer. nat. Dr. h.c. mult. Hermann Haken, 1. Institut für Theoretische Physik, Universität Stuttgart

Wie es kommt, dass Kleines Großes vollbringen kann, beschreibt er mit Hilfe des Bénard-Experiments ,5) das das Verhalten von Flüssigkeit, z. B. Silikonöl, in einem rechteckigen Gefäß bei Erwärmung untersucht. Dieses Experiment (s. u.) veranschaulicht die Entstehung von Kipp-Punkten im Verhalten eines Systems. Dieses Phänomen ist von so grundsätzlicher Natur, dass es lange überhaupt nicht wahrgenommen oder wissenschaftlich untersucht wurde. Es war einfach da, wie die Luft, die man atmet und über die man sich keine Gedanken macht. Kipp-Punkte geschehen nun einmal: Bei Regierungswechseln infolge einer Bundestagswahl; in historischen Umbrüchen, wie etwa 1989; am Anbeginn des Lebens auf diesem Planeten, als der erste Einzeller zu zucken begann; in dem Moment, in dem einem etwas "über die Leber läuft"; ebenso wie bei synergetischen Innenweltreisen oder in physikalischen Experimenten, wovon im Folgenden die Rede

ist. Wie kippt etwas? Und wie macht man es, dass etwas kippt – Regierungen, Ökosysteme, Kindheitstraumata, Bewegungs- verhalten von Flüssigkeiten in rechteckigen Gefäßen?

Herrmann HAKEN stellt zunächst einmal simpel fest: Das Dasein ist voller Strukturen – Schrauben, Haarkämme, Toaster, Gemälde, Autos, Häuser, Sozialsysteme, Staaten- verbände, Spiralgalaxien, Planetenbahnen, Hurrikans, Zebrastreifen, Muscheln und Schneekristalle. In früheren Zeiten betrachteten die Menschen Strukturen als gottgegeben und verankerten ihre Ansichten in unterschiedlichen Schöpfungsmythen. Auch in der Wissenschaft befasste man sich lange nur mit der Frage, wie Strukturen aufgebaut sind, und nicht damit, wie sie entstanden sind und immer wieder von neuem entstehen. Erst in jüngster Zeit wendet sich das Interesse zunehmend auch der Frage zu, wie sich Strukturen "von alleine" bilden, mit anderen Worten, wie sie sich selbst organisieren. Die moderne Selbstorganisationsforschung zeigt sich in vielen Ausprägungen – eine davon ist die Synergetik, die auf die von Hermann HAKEN untersuchten Naturgesetze der Synergetik zurückgeht und diese mittels der Verfahren des Synergetik Coachings und des Synergetik Profilings auf die Psyche des Menschen 6) anwendet.

HAKEN ist in seinen Forschungen auf der Suche nach einem einheitlichem Weltbild, nach einheitlichen Grundgesetzen für das Naturgeschehen,7 ganz ähnlich wie sie Isaak NEWTON (Bewegung, Schwerkraft), Albert EINSTEIN (Schwerkraft, Raum und Zeit), Dimitrij I. MENDELEJEW (Periodensystem der Chemie) etc. für ihre Fachgebiete herausgefunden haben.

Um Neues zu entdecken, muss man mitunter auch neue Wege gehen. Übliche wissenschaftliche Gepflogenheit ist es, die Untersuchungsgegenstände in immer kleinere Einheiten zu zerlegen: Der Physiker zerlegt einen Kristall in seine Einzelbestandteile und untersucht Atome, Atomkerne, Elektronen, Quarks und schließlich Gluonen. In den verschiedenen Wissenschaftsgebieten wird so vorgegangen und auch die Wissenschaft als Ganzes präsentiert sich heute hochgradig ausdifferenziert in hochspezialisierten Einzeldisziplinen.
Nach HAKEN kann es dabei dem Forscher (wie auch der Wissenschaft als Ganzes) ähnlich ergehen, wie dem



kleinen Jungen, der ein Spielzeugauto geschenkt bekommen hat. Sehr bald möchte nämlich der Junge verstehen, warum das Spielzeugauto läuft, und er zerlegt es dazu in seine Einzelteile, was ihm im Allgemeinen nicht allzu schwerfällt. Häufig sitzt er



am Schluss traurig vor den Einzelteilen, weil er nun immer noch nicht verstanden hat, warum das Auto lief und er auch gar nicht in der Lage ist, die Einzelteile zu einem sinnvollen Ganzen zusammenzufügen. Er erfährt so früh die Bedeutung des Satzes:

Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile.

---

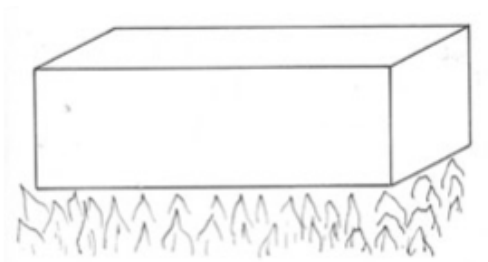
5) Ausführlich dargelegt in: HAKEN, Hermann / HAKEN-KRELL, Maria: Erfolgsgeheimnisse der Wahr- nehmung. Synergetik als Schlüssel zum Gehirn. Stuttgart 1992, S. 13-20. Die Darstellung fasst wie auch schon HAKENs Grundlagenwerk Erfolgsgeheimnisse der Natur. Synergetik: Die Lehre vom Zusammenwirken. Stuttgart 21981 die langjährige Forschung Hermann HAKENs zusammen; Literaturhinweise unter: http://itp1.uni-stuttgart.de/arbeitsgruppen/?W=5. Das Experiment wurde nach Henri Bénard benannt, der es 1900 in seiner Dissertation erstmals ausführlich beschrieb. Teilweise wird das Bénard-Experiment in der Literatur auch als Rayleigh-Benard-Experiment beschrieben.

6) Zur Entwicklung des Synergetik Coachings vgl.: 12 Jahre Synergetik Therapeut/in, 1992-2004: Eine Innovation im Gesundheitswesen – 16 Jahre Synergetik Therapie, 1988: Definition durch Bernd JOSCHKO. Presseberichte. Hg. v. Synergetik Institut. Bischoffen 2004.

7) Vgl. Fußnote 4.

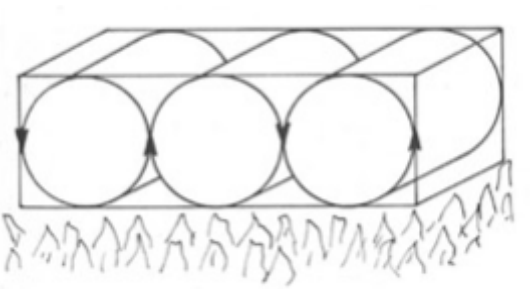
HAKEN stellt damit seine Forschungen in einen ganzheitlichen, holistischen Zusammenhang, von dem im folgenden Kapitel noch die Rede sein wird. Auf die verschiedenen Wissenschaften übertragen heißt dies: Selbst wenn wir Strukturen in ihrem Aufbau erkannt haben, so müssen wir erst noch verstehen, wie die Einzelbestandteile zusammenwirken. An dieser Problematik setzt nach Herman HAKEN die strukturwissenschaftliche Synergetik, also die Lehre vom Zusammenwirken, ein. Mit ihr erscheinen Phänomene, die früher als vereinzelt angesehen wurden, als Beispiele einer einheitlichen Gesetzmäßigkeit. Früher Rätselhaftes, ja sogar Widersprüchliches wird plötzlich klar. Man kann erkennen, dass es gerade das kollektive Verhalten vieler Einzelbestandteile ist – seien es Atome, Moleküle, Zellen, Tiere, Menschen oder Innen- weltbilder –, die das Verhalten des gesamten Systems (bzw. der gesamten Gesellschaft oder der psychosomatischen 8) Gesamtverfassung des Klienten) bestimmen.

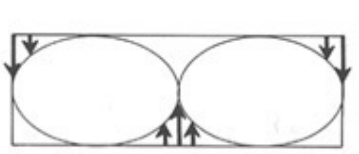
In diesem Sinne kann die Synergetik nach HAKEN als eine Wissenschaft vom geordneten, selbstorganisierten, kollektiven Verhalten angesehen werden. Dabei unterliegt das Verhalten allgemeinen Gesetzen, die sich in ihrer Allgemeingültigkeit auf ganz verschiedene Disziplinen – wie etwa der Physik, der Chemie, der Biologie, der Ökonomie, der Soziologie und eben auch der Synergetik – erstreckt. Verdeutlichen lässt sich die Bedeutung von HAKENs Erkenntnis für die praktische synergetische Arbeit mit Hilfe des Bénard-Experiments.

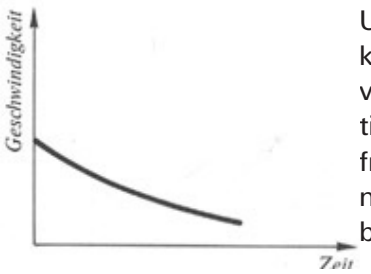


Bei schwacher Erhitzung des Silikonöls, das sich in einem rechteckigen Gefäß befindet, erkennt man zunächst keine Änderung mit bloßem Auge. Die von unten zugeführte Wärme wird in der ruhenden Flüssigkeit durch Wärmeleitung nach oben transportiert und dann an die oben angrenzende kalte Luftschicht abgegeben. Erreicht aber die Temperaturdifferenz zwischen unterer und oberer Oberfläche einen kritischen Wert, so setzt ganz spontan eine makroskopische Bewegung der Flüssigkeit ein, die erstaunlicherweise keineswegs unge- ordnet erfolgt, sondern nach ganz speziellen Mustern abläuft. Eine typische Struktur, die sich hierbei ergibt, ist die von Rollen (den sogenannten **'Bénard-Zellen'**).

Bis es dazu kommt, passiert allerdings einiges innerhalb der Flüssigkeit, da in dem System unterschiedliche Bewegungsabläufe konkurrieren. Die einzelnen Flüssigkeitsbestandteile testen ständig neue Lagen zueinander, neuartige Bewegungsabläufe oder neuartige Reaktionsvorgänge aus, an denen jeweils sehr viele Einzelteile des Systems beteiligt sind. Unter dem Einfluss der ständig zugeführten Energie zeigen sich gemeinschaftlich-kollektive Bewegungen oder Reaktionsabläufe gegenüber anderen, ungeordneten Bewegungsabläufen als überlegen.

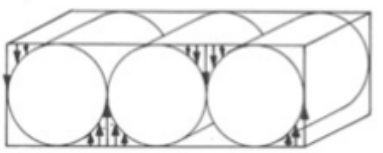


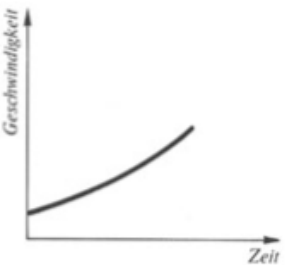




Und auch bei kollektiven Bewegungen kommt es zu Ausscheidungsverfahren. So vermögen es im genannten Beispiel die elliptischen Rollenbewegungen nicht, sich langfristig durchzusetzen, ihre Geschwindigkeit nimmt allmählich ab, die Bewegungsweise bricht schließlich wieder zusammen.

Ganz anders hingegen bei der kreisförmigen Rollenbewegung: Ihre Geschwindigkeit – und damit ihre Stabilität – nimmt mit der Zeit zu, was dazu führt, dass diese Bewegungsweise sich nachhaltig durchsetzt und für uns makroskopisch wahrnehmbar ist und unter den gegebenen Umstanden die optimale Reaktion des Systems darstellt.





8) Das Adjektiv 'psychosomatisch' [gr.] meint hier die seelisch-körperlichen Wechselwirkungen.

Optimierung durch Selbstorganisation

Ein Phänomen, das uns bei synergetischen Innenweltreisen wieder begegnet: HAKEN erhitzt das Öl (fügt dem System Energie hinzu) und überlässt die daraus resultierenden Bewegungsabläufe der Selbstorganisation. Der Bewegungsablauf, der sich schließlich nach einiger Zeit durchsetzt, erweist sich immer als der optimale im Rahmen der jeweils vorherrschenden Begleitumstände (Temperatur etc.).

Nach HAKEN erscheinen uns die neuen Zustände, die das System so erreicht, als von höherer Ordnung. Eine Erfahrung, die auch im Zusammenhang von Innenweltreisen zu machen ist und grundsätzlich Ziel jeder synergetischen Optimierungsmaßnahme ist.



Wesentlich ist dabei zudem, dass die Natur bei der Änderung eines Gesamtzustandes häufig die zugeführte Energie nach einer Art Hebelgesetz einsetzt. Nach dem Hebelgesetz der Mechanik können wir auch sehr schwere Lasten mit geringer Kraft heben, wenn wir den Hebelarm genügend lang machen. Ähnlich macht es, so HAKEN, die Natur bei offenen Systemen, die Strukturen bilden. Eine geringfügige Änderung der Um- weltbedingungen – etwa der Stromzufuhr beim Laser oder der Temperaturerhöhung bei der Flüssigkeit – wird in ihrer Wirkung dadurch vervielfacht, dass eine ganz bestimmte Bewegungsform, nämlich die optimale, immer heftiger wird.



Die Stärke dieser Bewegung spielt, wie man mathematisch nachweisen kann, die Rolle des Hebelarms; die Änderung der Umweltbedingungen spielt hingegen die Rolle unserer Kraft am Hebelarm, während die Erhöhung des makroskopischen (sichtbaren) Ordnungszustandes der zu hebenden Last entspricht. Das Prinzip, dass kleine Ursachen eine große Wirkung hervorrufen können, wird als sogenannter "Schmetterlingseffekt" in Kapitel 5 *Chaostheorie und fraktale Muster* abermals zur Sprache kommen.

Auf die Synergetik angewendet bedeutet dies, dass Energie in die themenrelevanten neuronalen Organisationsmuster des Gehirns – wo alle Erinnerungs- und Symbolbilder ständig in Wechselwirkung miteinander stehen – gegeben wird, um selbstorganisatorisch Veränderungsprozesse auszulösen und die Innenwelt zu einer höheren Ordnung hin zu verbessern. Unter Energiezufuhr werden im synergetischen Verständnis eine ganze Reihe von Maßnahmen verstanden (vgl. Basishandwerkszeug).

Geringfügige Änderungen können durch Optimierung große Wirkungen hervorrufen

Hinsichtlich des Bénard-Experiments stellt sich die Frage: Woher wissen die einzelnen Moleküle der Flüssigkeit, die ja mikroskopisch klein sind, viel kleiner als die Dimension einer Rolle, dass sie sich auf derart große Abstände in einer wohlgeordneten Weise einer kreisförmigen Rollenbewegung begeben müssen?

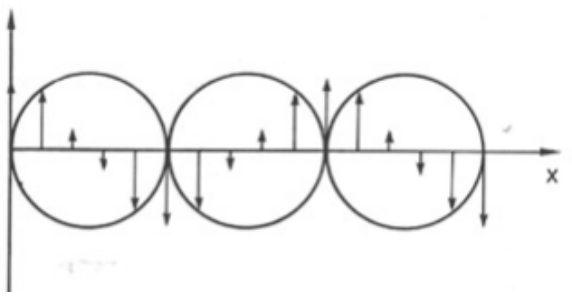
Hierbei ist es lohnenswert, sich mit dem Mechanismus dieser Bewegung näher auseinanderzusetzen, um einem Naturprinzip auf die Spur zu kommen. Wird die Flüssigkeit erhitzt, so dehnt sie sich aus und wird spezifisch leichter; die einzelnen Flüssigkeitselemente streben also nach oben. Ist die Temperaturdifferenz zwischen unterer und oberer Oberfläche noch zu klein, so genügt diese Auftriebskraft nicht, um die innere Reibung zu überwinden, die Flüssigkeit bleibt in Ruhe. Wird aber die Temperaturdifferenz genügend groß, so überwiegen nun die Auftriebskräfte. Wir haben hier ein sogenanntes instabiles Gleichgewicht vor uns: Von unten streben die einzelnen erwärmten Flüssigkeitsteile nach oben, von oben her drücken die noch kalten Flüssigkeitsteile nach unten. Es ist so, als wären zwei Menschenmengen an einer breiten Treppe; die eine

will von unten nach oben, die andere von oben nach unten. Wir alle wissen, was hierbei oft geschieht: Es gibt ein heilloses Durcheinander, und die Menschen behindern sich gegenseitig.



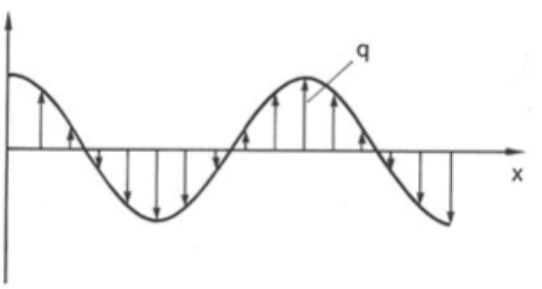
Die Flüssigkeit macht es anders. Sie probiert immer wieder neue Konfigurationen aus, wie sie am besten die Wärme von unten nach oben transportieren kann. Wie sich im Detail mathematisch zeigen lässt, sind die jeweils ausprobierten Konfigurationen sehr einfach, nämlich kreisförmige oder ovale Rollenbewegungen (siehe oben).

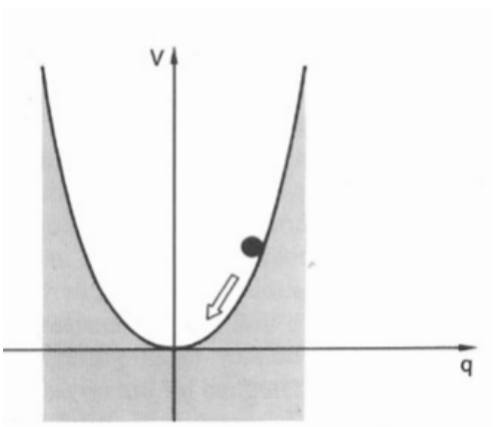
Hierbei zeigt sich, dass bei einer bestimmten Rollenkonfiguration die Wärme besser abtransportiert werden kann. Die Geschwindigkeit dieser Rolle wächst im Laufe der Zeit an. Bei anderen Rollen sind die Verhältnisse nicht so günstig; entweder wachsen diese Rollen langsamer an, oder sie sterben, selbst wenn sie einmal ins Leben gerufen worden sind, nach kurzer Zeit wieder ab. Zwischen den anwachsenden Rollen findet ein Konkurrenzkampf statt, den – wie bereits erwähnt – die optimale Rolle, die am schnellsten wächst, gewinnt, die anderen werden unterdrückt.



Die Bewegungen in der Flüssigkeit lassen sich graphisch unterschiedlich beschreiben. Und auch wenn es im Rahmen der synergetischen Ausbildung um Menschen und deren Innenwelt geht, lohnt sich doch ein tieferer Blick in die mathematische Welt der Physik, um zu erkennen, dass es Grundprinzipien der Natur gibt, die sich ebenso dort wiederfinden lassen wie bei der menschlichen Wahrnehmung oder in der synergetischen Optimierungsarbeit.

Betrachtet man die Geschwindigkeiten der Flüssigkeitsteile an den unterschiedlichen Stellen der kreisförmigen Rollenbewegung, so lassen sich diese je nach ihrer Größe mit unterschiedlich langen Pfeilen darstellen, woraus sich ergibt, dass sich an der heißeren Unterseite sowie an der kälteren Oberseite die Geschwindigkeit der Flüssigkeitsteile verringert und dazwischen an Geschwindigkeit zunimmt. Zusammengenommen ergibt sich ein sinusförmiger Kurvenverlauf.

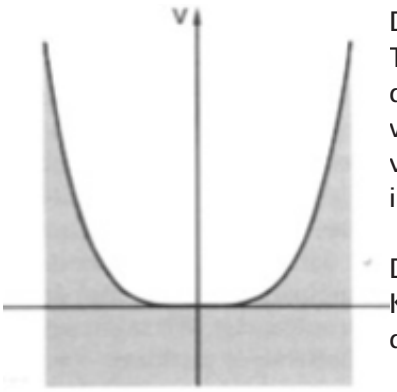




Diese Geschwindigkeitszu- und abnahme lässt sich auch mittels eines Punktes darstellen. Die Graphik links stellt dar, dass die Geschwindigkeit der Flüssigkeitsanteile auf ihrer kreisförmigen Bahn ansteigen und abnehmen (siehe Pfeil) kann, schließlich der Wert 0 annehmen kann und in umgekehrter Richtung wieder an Geschwindigkeit zunimmt.

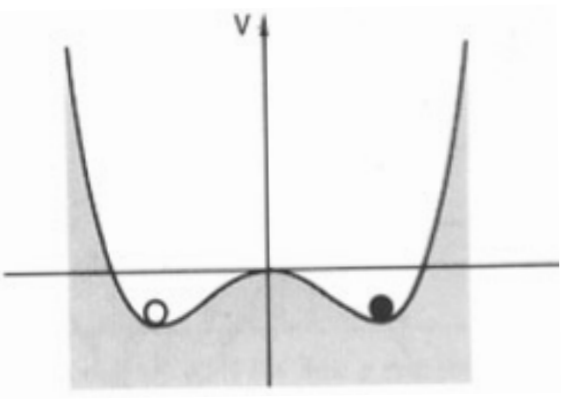
Diese Graphik drückt somit das Gleiche aus, wie die Sinuskurve weiter oben. Nun mag man sich als Nicht-Physiker fragen, warum man sich das Leben mit einer weiteren abstrakten graphischen Darstellung von kleinen Flüssigkeitsanteilen im Silikonöl verkompliziert. Die Antwort lautet, weil man mit dieser Darstellungsweise besser veranschaulichen kann, was passiert, wenn der Forscher mit seinem seriösen weißen Kittel im Labor sitzt und anfängt herumzuexperiemtieren, hier dreht und dort etwas verändert.

Wird nämlich die Temperaturdifferenz zwischen der unteren und der oberen Begrenzung der Flüssigkeit erhöht (oben gleiche Umgebungstemperatur und unten mehr Feuer), so kommt es zu einer interessanten Veränderung des Geschwindigkeitsverhaltens:

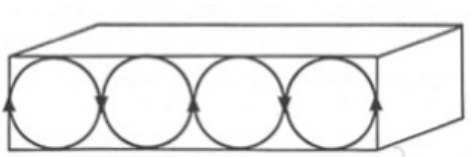


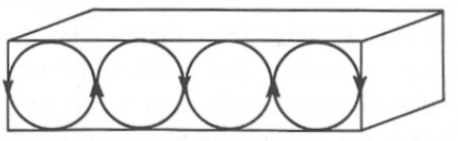
Die Erhöhung der Temperatur**differenz** bewirkt, dass die Talsohle immer flacher wird und schließlich die Form von zwei Tälern mit einem Hügel in der Mitte annimmt.

Dies hat eine wichtige Konsequenz für das Verhalten der Flüssigkeit,



denn nun entscheidet eine winzig kleine anfängliche Schwankung in der Geschwindigkeitsverteilung der einzelnen Moleküle der Flüssigkeit darüber, für welches der beiden "Minima" sich das Ordnungs parameter q entscheidet ('Symmetriebrechung').





Da zwei stabile Minima (Tiefpunkte) zur Verfügung stehen, spricht man hier von 'Bistabilität'. In der rechten Abbildung bedeutet das linke "Tal" einen negativen Wert. Dies entspricht einer Rollenbewegung, wie sie in links angegeben ist. Umgekehrt entspricht das rechte "Tal" der Rollenbewegung in der Abbildung rechts, das heißt einer Bewegung, die der anderen entgegengesetzt ist. Der Symmetriebruch (Kipp-Punkt), an dem winzige Einflüsse wirksam werden, hat somit eine makroskopisch messbare Konsequenz im Großen.

Dieser Vorgang beschränkt sich nicht allein auf physikalische Experimente und es ist HAKENs Leistung, die Universalität dieses Phänomens fachübergreifend anhand ganz unterschiedlicher Untersuchungsgegenstände sichtbar gemacht zu haben. 9) JOSCHKO übertrug HAKENs Ergebnisse auf die Innenwelt des Menschen und stellte dort die gleichen Wirkprinzipien fest:

Strukturwissenschaftliche Synergetik und Synergetik nach JOSCHKO

1. Es liegt ein anfänglicher Ordnungszustand vor, der – selbstorganisatorisch gebildet – dem Optimum zum gegenwärtigen Zeitpunkt entspricht. Beim Bénard-Experiment entspricht das einer gewissen Rollenbewegung; beim Menschen ist es die derzeitige körperlich-seelische Befindlichkeit, die ein Produkt seines bisherigen Lebens mit all seinen Erfahrungen darstellt (dies schließt durchaus Erkrankungen mit ein).

2. Durch Zugabe von Energie10) wird der bestehende Ordnungszustand destabilisert und eine Symmetriebrechung hervorgerufen, bei der bereits kleine Einflüsse genügen, um das Verhalen des ganzen Systems zu verändern.

3. Bleibt es der Selbstorganisation überlassen, welcher Zustand sich an- schließend einstellt, erscheint das System anschließend als von höherer Ordnung.

4. Der nun vorherrschende neue Zustand entspricht dem Optimum im Rahmen der nunmehr vorherrschenden Bedingungen und lässt sich durch aber- malige Energiezufuhr erneut selbstorganisatorisch optimieren.

---

9) Weitere Beispiele aus der Physik, Biologie, Psychologie, Politik, Gehirnforschung, den Wirtschaftswissenschaften etc. in: HAKEN, Hermann / HAKEN-KRELL, Maria (wie Fußnote 4).

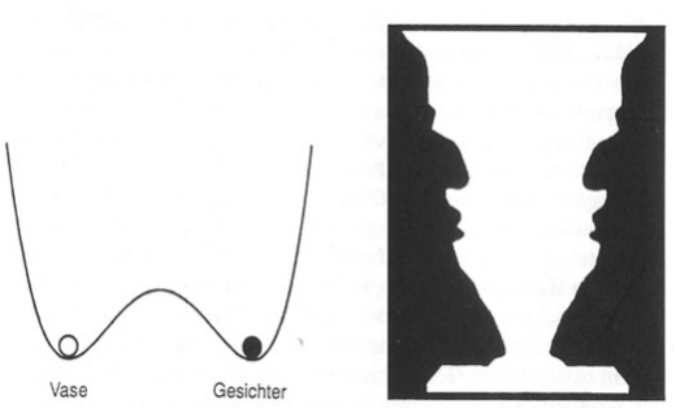
10) Was unter Energiezufuhr im synergetischen Sinne verstanden wird, behandeln die Kapitel 6 *Evolutionsbionik*

Diese noch recht einfache Arbeitsbeschreibung wirft eine Reihe von Fragen auf, über die im Folgenden noch zu sprechen sein wird. Unter anderem stellt sich die Frage, wo denn genau die Energie hinzuzugeben ist. Was bei einem physikalischen Labor- experiment noch simpel anmutet (Brenner unter dem Flüssigkeitsbehälter), scheint in der Innenwelt des Menschen schon schwieriger zu sein. So scheint es.

Tatsächlich erweist sicht die Innenwelt des menschlichen Gehirns gar nicht so sehr als terra incognita, als unbekanntes Land, wie mitunter angenommen wird. Der folgende letzte Abschnitt dieses Kapitels behandelt den Kompass bzw. den roten Faden, dem man auf einer Innenweltreise vertrauen darf: Wahrnehmungskontexte und assoziative Verknüpfungen im Gehirn. Auch hierfür liefert Hermann HAKEN die notwendige Grundlagenforschung für die Synergetik nach JOSCHKO in Anwendung und Forschung.

2.2 Kontextbezug und freie Assoziation [11)]

Das Phänomen der Bistabilität, das Symmetriebrüche (Kipp-Punkte) hervorruft, lässt sich spielerisch mittels des Eingangsbeispiels Vase / Zwei Gesichter demonstrieren:

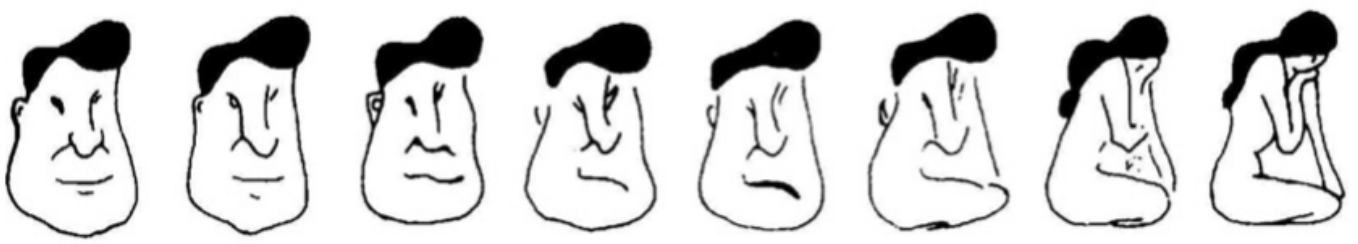


Versuche, beide Wahrnehmungen gleichzeitig zu betrachten und erlebe den Kipp-Punkt!

Kipp-Punkte begegnen uns in der synergetischen Arbeit immer wieder. Sie sind das Ziel synergetischer Transformationsarbeit. Es sind die Momente, wenn im Zuge intensiver, gefühlstiefer Prozessarbeit bestehende Innenwelt-Bilder kippen und etwa der Lehrer den Schüler nicht mehr vor der versammelten Klasse bloßstellt oder Papa den Jungen nicht mehr im Schuppen verprügelt, wenn stattdessen das Gehirn selbstorganisatorisch neue Erfahrungen mit dem Lehrer, mit dem Papa präsentiert, die sich qualitativ auf einer höheren Ordnungsebene befinden (vielleicht lobt der Lehrer den Jungen nun und Papa nimmt ihn in den Arm etc.).

Immer sind Wahrnehmungen kontextabhängig. Immer ist die Wahrnehmung vom Lehrer, vom Papa abhängig von allen Erfahrungen, die wir mit ihnen gemacht haben – auch nach der Transformationsarbeit, da das Gehirn nun auch die neue Erfahrungen integriert (beispielsweise wie es ist, sich zur Wehr zu setzen oder wie es ist, wenn der Lehrer oder Papa sich entschuldigt). [12)]

Die Kontextabhängigkeit stellt darüber hinaus den roten Faden dar, der die Bezüge eines Themas zu den damit in Verbindung stehenden Lebenssituationen aufzeigt. Der Kontext zeigt auf, wo man herkommt. Ein Phänomen, das 'Hysterese'[13)] genannt wird:



11) Der Begriff der 'Assoziation' dient zur Erklärung des Phänomens, dass zwei (oder mehr) ursprünglich isolierte psychische Inhalte (wie z. B. Wahrnehmungen, Gefühle oder Ideen), auch als Assoziations- glieder bezeichnet, eine so enge Verbindung eingehen, dass das Aufrufen eines Assoziationsgliedes das Auftreten eines oder mehrerer weiterer Assoziationsglieder nach sich zieht oder zumindest begünstigt.

12) Die Transformationsarbeit behandelt Kapitel 6 Evolutionsbonik.

13) 'Hysterese' [gr.] = Das Bestehenbleiben einer Wirkung, obwohl die Kraft, die sie hervorgerufen hat, sich bereits verändert hat; im Sinne einer Trägheit.

Betrachten wir die Bilder von links nach rechts so ist ein Männergesicht zu erkennen, das erst nach der fünften Abbildung allmählich in das Bild einer Frau umkippt. Geht die Betrachtung umgekehrt von rechts nach links, so überwiegt in der Regel zunächst die Wahrnehmung Frau, die erst relativ spät in die eines Männergesichtes umschlägt. Bei welchem Bild dieser Umschlag erfolgt, hängt vom Betrachter und dessen Wahr- nehmungsgewohnheiten, Prägungen etc. ab; laut HAKEN kommt es bei einigen Männern vor, dass der Wechsel in ein Männergesicht nun überhaupt nicht mehr auftritt!



Der gleiche Effekt findet sich auch in dieser Abbildung. Von oben her lesen wir die Wörter Chaos und können erst weiter unten das Wort Order erkennen. In umgekehrter Richtung sehen wir lange das Wort Order und erst am Schluss das Wort Chaos.

Der Kontext, der die Wahrnehmung maßgeblich be- stimmt, resultiert in den beiden Fällen zunächst aus der Ausgangsposition, von der aus die Betrachtung begonnen wird.

Dass der Umschlag der Wahrnehmung jedoch je nach Betrachter unterschiedlich erfolgen kann (und bei einigen Männern, wenn sie sich erst einmal auf ein Frauenbild fixiert haben, unter Umständen gar nicht mehr erfolgt), deutet jedoch auf eine tiefere Kontextbezogenheit der Wahrnehmung hin, die sich aus ganz unterschiedlichen Quellen speisen kann und etwa biologisch-geschlechtlich oder gesellschaftlich-kulturell bestimmt sein kann, auf Erziehung zurückgeht oder sich auf (Lebens-)Erfahrungswerte gründet.

Wir glauben, was wir sehen und wir sehen, was wir glauben.

Um Aussagen über die Aussagen von Menschen machen zu können, ist es nötig, zu schauen, in wel- chem Kontext sie stehen, das heißt, welche Bilder, Erfahrungen und Muster sich in der Innenwelt zu einem Thema finden. In der synergetischen Aufdeckungsarbeit geht es somit nicht darum, welche Personengruppen unter welchen Bedingungen was sehen oder um optische Gesetzmäßigkeiten, sondern es geht darum, wie etwas von einer Person interpretiert wird, da dies Rückschlüsse auf die Person zuläßt. Wahrnehmung ist demnach abhängig davon, welche Idee jemand von einem Bild hat, denn er projiziert sein Sehen in das Bild hinein.


Die Erde als Scheibe aus dem Jahre 1448 n. Chr. von Andreas Walsperger


Unser Bild von der Erde heute. Welche Vorstellungen wird es davon in funfhundert Jahren geben?

Die Innenwelt des Menschen ist voll von symbolischen Figuren und symbolischen Orten und sie ist angefüllt mit allen Szenen aus dem Leben, die je nach ihrer Relevanz für das jeweilige Thema assoziativ vom Unbewussten präsentiert werden – Szenen aus diesem Leben und Situationen aus anderen Leben, mögen sie tatsächlich erlebt worden sein oder symbolisch für ein Problem im Jetzt stehen. Wesentlich ist dabei, wie etwas wahrgenommen wird.

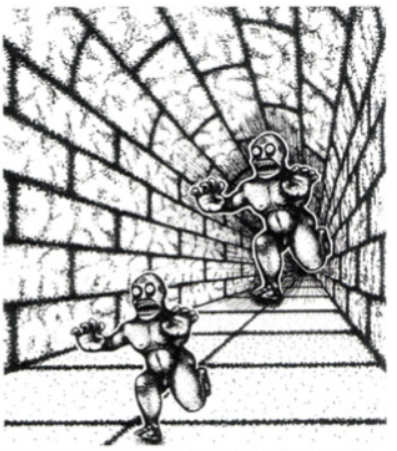
Empfindet der Klient eine Symbolfigur als eine Bedrohung oder steht sie als Helfer zur Verfügung? Aufschluss darüber gibt das damit verknüpfte Gefühl des Klienten, nicht jedoch das äußere Erscheinungsbild einer Szene oder einer Figur und auch nicht die Interpretation des Begleiters, der ja seinerseits durch die Brille seiner Wahrnehmungen in die Welt schaut. Wie berührt ist er von den Themen des Klienten vor ihm? Wie sehr handelt es sich dabei um seine Themen und kann er den Unterschied noch wahrnehmen? Innere Aufgeräumtheit und die Bearbeitung der eigenen Themen, die nahezu jeder von uns in sich trägt – Versorgungsdefizite in der Kindheit, erlittene Gewalt, Verlustängste, überhaupt Ängste aller Art und vieles mehr –, sind Voraussetzung für die methodische Sauberkeit bei der Begleitung synergetischer Innenweltreisen.

Freilich ist in den meisten Fällen dieser Klärungsprozess nicht innerhalb kurzer Zeit zu leisten, ist es sinnvoll, bereits bei der Ausbildung mit der eigenen Klärung zu beginnen.



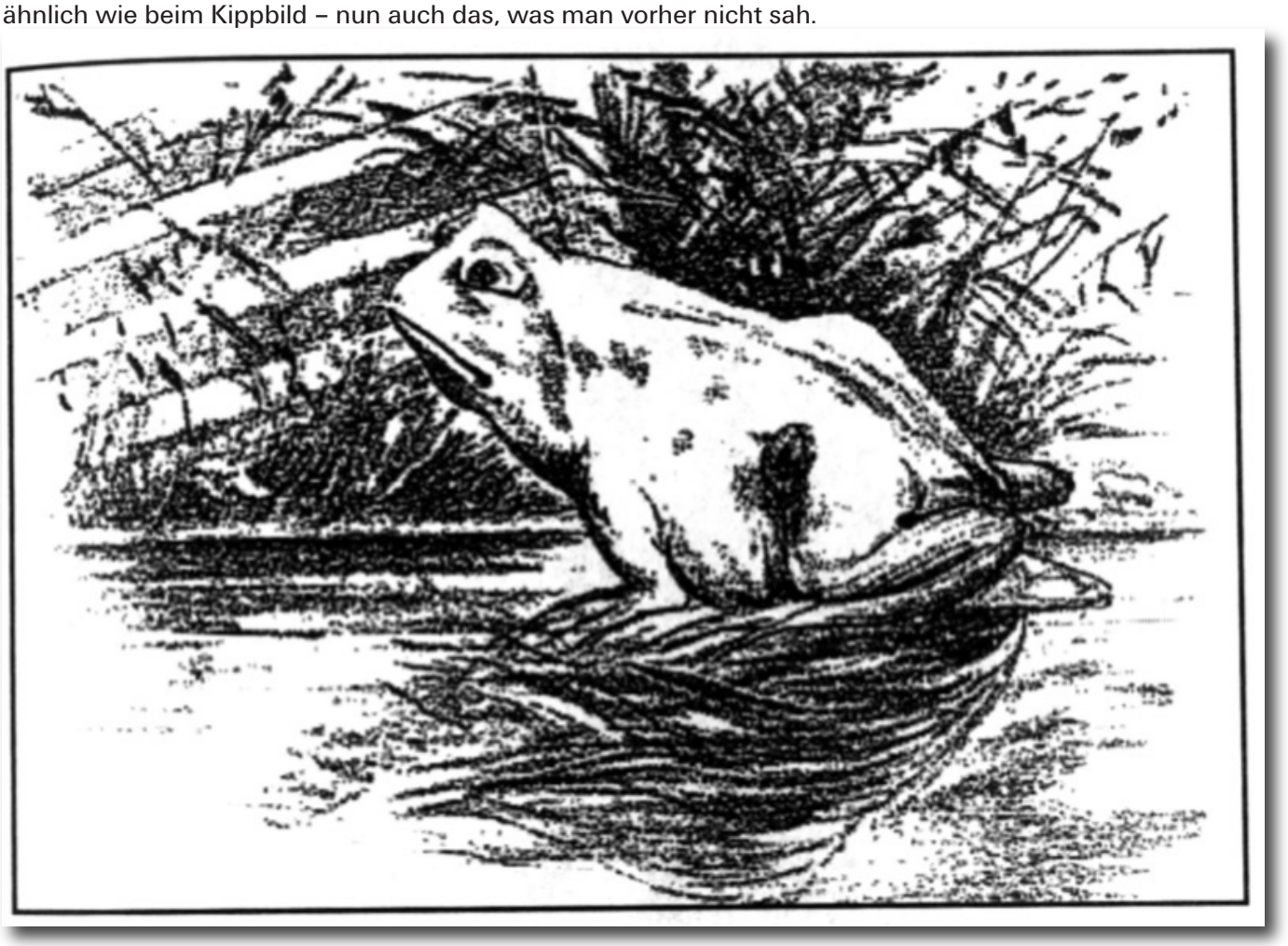
Alte Frau oder junge Frau?

Kipp-Figuren sind Abbildungen, die zu spontanen Gestalt- bzw. Wahrnehmungs- wechseln führen können, ein Phänomen, das 'multistabile Wahrnehmung' genannt wird und das bereits in der Antike bekannt war und dort Ausdruck in zahlreichen Mosaiken fand. In moderner Zeit haben sich vor allem M. C. Escher und Salvador Dali mit **multistabilen Wahrnehmungen** beschäftigt. Für die synergetische Ausbildung beziehen sie vor allem daraus ihren Wert, dass sie visuell ein Grundcharakteristikum synergetischer Innenweltenreisen veranschaulichen: Unsere Sicht der Welt stellt nur eine von sehr vielen möglichen dar und sagt vor allem etwas über uns selbst aus.



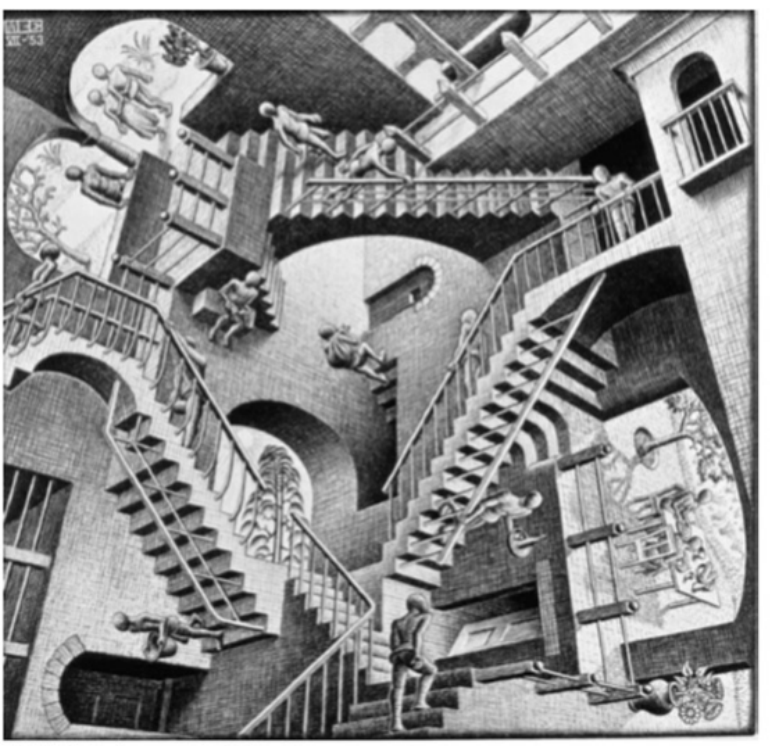
Kleines Monster - großes Monster?

Unsere Interpretationen sind perspektivenabhängig und bewirken häufig, dass wir nur ein Ding sehen, wo viele Dinge enthalten sind; dies ist insbesondere bei der Begleitung von Sessions zu bedenken und findet seinen Niederschlag im Basishandwerkszeug, etwa hinsichtlich der zu stellenden Y-Fragen (vgl. Basishandwerkszeug). So mag der Eingangs-Symbolraum zu einem Thema zunächst schlicht erscheinen, etwa weil sich nur ein Hocker in einem sonst leeren Raum befindet. Dennoch stellt dann gerade dies den ersten Ausdruck des Themas dar, der seinerseits komplex vernetzt ist mit noch nicht aufgedeckten Bezügen zu weiteren symbolischen Gegenständen oder Figuren sowie zu biographischen Erlebnissen oder familiären Bezugspersonen, deren Relevanz erst im Verlauf der Sitzung offenbar wird. Rückblickend erkennt man schließlich die stimmige Deutlichkeit eines zunächst einfach anmutenden Eingangsbildes und sieht – ganz ähnlich wie beim Kippbild – nun auch das, was man vorher nicht sah.



Um neue Erfahrungen zu machen, kann es sinnvoll sein, die Perspektive zu verändern, um Neues in etwas Bekanntem zu sehen.

Zudem veranschaulichen Kipp- Figuren den Kontextbezug kom- plex vernetzter und assoziativ aufgedeckter Innenweltbilder zu bestimmten Themen. Vorder- gründig mag sich eine Sitzung – oder die Betrachtung einer Zeichnung von M. C. Escher – einer logischen Ordnung entzie- hen, doch erhält sie ihre relative Sinnhaftigkeit mit dem Blick auf das Detail.

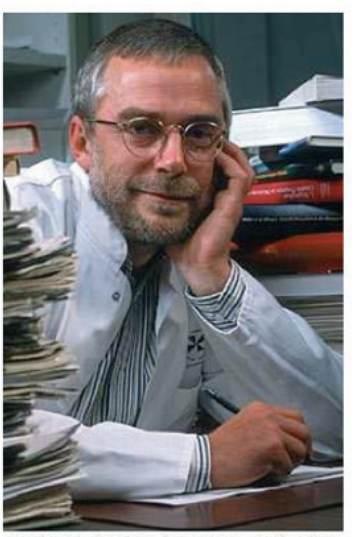

"Relativity" von M .C. Escher

In Eschers Zeichnung herrschen durchaus die uns vertrauten logischen Bezüge vor – ein Mensch kommt die Treppe herab, neben ihm befindet sich eine Tür – ganz ähnlich den Szenen aus den Kindertagen, die selbstähnlichen zu einem bestimmten Thema synergetisch aufgedeckt wurden und bearbeitet werden können. In sich folgen die unterschiedlichen Situationen den gewohnten logischen Denkmustern. Das, was "unlogisch" anmutet, ist gerade ihr Bezug zum Gesamtkontext, der Eschers Bild so interessant erscheinen lässt und zur längeren Betrachtung verführt – und der Klienten während einer synergetischen Sitzung immer wieder in Erstaunen versetzt, wenn offenbar wird, dass gerade diese Person/Szene/Situation zu jener Thematik/Problematik/Krankheit geführt hat.

Faktoren stehen untereinander in Wechselbeziehung; gemeinsam bilden sie Kontexte, die ihrerseits miteinander verschränkt sind und die die ungeheure Komplexität neuronaler Innenwelten ausmachen. Das Zusammenwirken einzelner Elemente in komplexen Systemen und Komplexität überhaupt fand lange kein wissenschaftliches Interesse, da das bislang vorherrschende mechanistische Paradigma – das in der Tendenz auf Vereinfachung zielt – nicht geeignet war, komplexe Phänomene zu beschreiben und es somit bis vor einigen Jahrzehnten an einer Beschreibungssprache mangelte. Mit der Öffnung der Wahrnehmung (!) hinsichtlich komplexer Phänomene ging auch eine Abkehr vom puren mechanistischen Weltbild sowie eine Öffnung hinsichtlich ganzheitlicher Betrachtungsweisen und Problemlösungsstrategien einher.

3 Weltbilder

"Wir leben im Augenblick in einer Phase, wo man sagen muss, es ändern sich regelrecht Paradigmen und Grundfesten unserer bisherigen Überzeugungen. Wo immer ich unterwegs bin, stelle ich fest, dass das, woran Menschen noch vor zehn Jahren fest geglaubt haben, inzwischen erschüttert wird. Es hat offenbar ein großes Umdenken begonnen, wobei die meisten Menschen offenbar noch nicht wissen, wohin sie umdenken müssen. Es sieht also eher so aus, als ob alle nun inzwischen endlich zugeben, dass sie mit ihrem bisherigen Denken in eine Sackgasse geraten sind und nun würden sie gern wissen, wie es anders geht und wissen es nicht: Politiker (Bildungspolitiker ganz besonders), Psychiater, Mediziner überhaupt. Also wir leben im Augenblick in einer unglaublich spannenden Zeit und in solchen Umbruchsphasen ändern sich dann allmählich auch Weltbilder."14)


Prof. Dr. Dr. Gerald Hüther, Leiter des Neurobiologischen Labors der Universität Göttingen

14) Prof. Dr. Dr. Gerald Hüther in einem Vortrag zum Thema: *Einführung in die Neurobiologie für Therapeuten und Pädagogen* (vgl. Literaturverzeichnis).

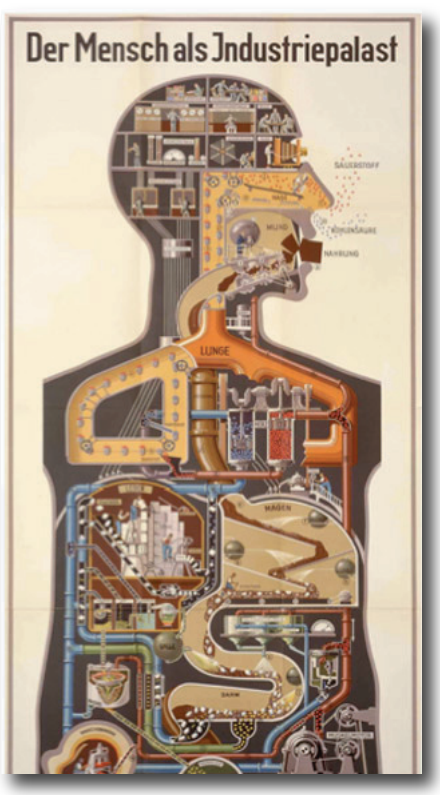
3.1 Das mechanistische Weltbild

Eines dieser erschütterten Paradigmen ist das des mechanistischen Weltbildes mit seinen linearen Ursache-Wirkungs-Vorstellungen, die sich in immer mehr bei der Beschreibung komplexer Zusammenhänge als unzureichend erweisen.[15)] Auch angesichts der Komplexität des synergetischen Arbeitsgebietes – die neuronale Innenwelt des menschlichen Gehirns – versagen lineare Erklärungsmodelle. Paradigmen sind zum Teil jedoch lang vorherrschende Denkmuster und spiegeln einen gewissen allgemein anerkannten Konsens über Annahmen und Vorstellungen wider, die es ermöglichen, für eine Vielzahl von Fragestellungen Lösungen zu bieten. Weltbilder kippen nicht gerade schnell und so kommt es derzeit zu einem Nebeneinander von zum Teil einander ausschließenden Auffassungen – etwa darüber, was denn eigentlich unter ‚Heilung' zu verstehen sei. Im Sinne eines Grundverständnisses des ganzheitlichen Ansatzes synergetischer Innenweltreisen ist es nötig, etwas weiter auszuholen und die Entwicklung des mechanistischen Weltbildes darzulegen, um bewusst zu machen, an was eigentlich derzeit so gerüttelt wird.

Das mechanistische Weltbild erscheint heute vor allem in zwei Ausprägungen, die allerdings im Allgemeinen nur selten auseinander gehalten werden. Da ist zunächst der Vergleich mit Maschinen. Er stellt den Versuch dar, die Funktionsweise komplexer Naturphänomene, wie etwa der menschliche Körper, zu vereinfachen und zu veranschaulichen, indem die fortgeschrittensten Erfindungen einer jeweiligen Epoche zum Vergleich mit der Arbeitsweise des menschlichen Körpers herangezogen werden.



Diese Sichtweise geht zurück auf das 17. Jahrhundert und war eine seinerzeit ausgesprochen innovative (und in Anbetracht der kirchlichen Deutungshoheit eine zudem kühne) Revolution im Denken der damaligen Zeit: Die Vorstellung von der göttlichen Schöpfungsordnung wurde beiseite geschoben und durch ein mechanistisches Weltbild ersetzt. Der französische Philosoph und Mathematiker René Descartes (1596 – 1650) etwa war überzeugt, dass der Mensch allein durch Nachdenken und unabhängig von konkreten Erfahrungen die absolut gültigen Natur- gesetze zu erkennen vermag. Weil er nur sicheres Wissen akzeptieren wollte, bezweifelte Descartes zunächst alles. Auf diese Weise kam er zu seinem berühmten Ausgangspunkt: "Cogito ergo sum" ("Ich denke, also ich bin"). Der Kosmos wurde als Riesenmaschine aufgefasst, deren Räderwerk ewigen Gesetzen folgt, die der Mensch mit Hilfe seiner Vernunft erfassen kann. Descartes fragt:



"Wir sehen Uhren, kunstvolle Wasserspiele, Mühlen und andere ähnliche Maschinen, die, obwohl sie nur von Menschenhand hergestellt wurden, nicht der Kraft entbehren, sich aus sich selbst auf ganz verschiedene Weisen zu bewegen. [...] Warum soll dann eine von Gott hergestellte Maschine sich nicht auf viel mehr Weisen bewegen können als Uhren und Wasserspiele - also so vielfältig wie der Mensch?"

Mit dieser Überlegung reißt Descartes ein Thema an, das die Auseinandersetzung des Menschen mit sich selbst von nun an bis auf den heutigen Tag prägt: den Vergleich mit Maschinen. Jede Epoche erfindet Automaten und mit diesen Erfindungen aktualisieren sich die Vorstellungen der Maschinenmodelle vom Menschen. Zu Descartes' Zeit sind dies vor allem Uhr, Orgel und hydraulische Technik, später werden diese einfachen Maschinen durch komplexere ersetzt, wie etwa Dampfmaschine oder die automatische Telefonschaltzentrale.

Die im 19. Jahrhundert entstandene wissenschaftliche Psychologie kennt zahlreiche Maschinenmodelle für den Menschen bzw. die Psyche. Freud etwa spricht vom psychischen Apparat, der Verhaltensforscher Konrad Lorenz verwendet ein Dampfkesselmodell des Instinktverhaltens. Die Kognitionspsychologen schließlich behaupten, der mensch-

15) gl. CAPRA, Fritjof: Wendezeit. Bausteine für ein neues Weltbild. 5. Aufl. Bern [u. a.] 1983.

liche Geist funktioniere wie ein Digitalrechner. Den wohl entscheidenden Schritt für einen Vergleich mit den kognitiven Leistungen des Menschen bildet die Erfindung des Computers um die Zeit des Zweiten Weltkrieges; die vor ihm erfundenen Maschinen taugten vorwiegend lediglich zur Erklärung des menschlichen Körpers.



Man bemüht sich, den Menschen ausgehend von den von ihm selbst geschaffenen Maschinen zu verstehen, das heißt im Spiegel seiner Maschinen zu erkennen. Dieser Spiegel wirft jedoch vor allem die Fragwürdigkeit der überkommenen Menschenbilder, das Unverständnis und Unwissen des Menschen über sich selbst zurück, was zumeist aber erst den nachfolgenden Epochen bewusst wird und dann mitunter ungewollt komisch anmutet.

Die jeweils aktuellen Maschinenvergleiche werden hingegen stets als vernünftig und stimmig empfunden – das ist auch heutzutage so – und so mangelt es derzeit nicht an Bemühungen, das menschliche Gehirn im Lichte der Mikroelektronik neu zu verstehen. Seit das Gehirn als Sitz kognitiver Leistung erkannt wurde, wurde es in der Literatur immer mit dem komplexesten verfügbaren technischen Apparat verglichen (Dampfmaschine, Telegraph und schließlich der Computer). Eine Tradition, die auch beim Aufkommen des Internets gepflegt wurde:

Von Anfang an wurden Analogien zwischen dem Internet und dem Gehirn gezogen, wobei die Interaktionen zwischen Internet-Benutzern mit Interaktionen zwischen Neuronen oder Neuronenensembles verglichen wurden und somit wächst nunmehr die Anzahl an Publikationen, die das Internet metaphorisch als Weltgehirn betrachten.

Neben dieser bildhaften Seite des mechanistischen Weltbildes lässt sich zudem eine methodische Ausprägung feststellen, die ebenfalls im 17. Jahrhundert wurzelt und auf Isaac NEWTON (1643 – 1727) zurückgeht. Er vervollständigte die mechanistische Welt- auffassung und formulierte sie mathematisch. Der englische Astronom, Physiker und Mathematiker begründete die klassische Physik und verhalf den exakten Naturwissenschaften zum Durchbruch. Von konkreten Einzelfällen ausgehend, erarbeitete Newton eine geschlossene und mathematisch exakt formulierte Theorie der Mechanik, aus der durch logische Schlüsse Einzelfälle abgeleitet werden konnten, die sich empirisch überprüfen ließen. Was sich nicht im Experiment untersuchen und wiederholen ließ, was nicht exakt gemessen werden konnte und sich der mathe- matischen Darstellung entzog, verbannte er aus den Naturwissenschaften.

3.2 Das ganzheitliche Weltbild (Holismus)

Von diesem Weltbild blieben die Physiker überzeugt, bis sie auf unerklärliche Widersprüche stießen: Der amerikanische Physiker Albert A. MICHELSON stellte 1881 fest, dass die gemessene Lichtgeschwindigkeit unabhängig von der relativen Bewegung zwischen der Lichtquelle und dem Messinstrument konstant bleibt. Daraus folgerte Albert EINSTEIN (1879 – 1955), dass die Dimensionen der Zeit bzw. des Raumes keineswegs absolut sind – wie Isaac NEWTON angenommen hatte –, und er veröffentlichte 1905 unter dem Titel "Zur Elektrodynamik bewegter Körper" die spezielle Relativitätstheorie: Die Dauer einer Zeiteinheit nimmt mit der Geschwindigkeit des bewegten Systems zu, während sich zugleich die in Bewegungsrichtung fallenden räumlichen Abmessungen verkürzen. Außerdem wächst die Masse eines Körpers proportional zur Geschwindigkeit. EINSTEIN erkannte, dass Masse und Energie nicht so streng geschieden sind, wie man es angenommen hatte, sondern ineinander übergeführt werden können: Energie ist gleich dem Produkt aus der Masse und dem Quadrat der Lichtgeschwindigkeit.

Louis-Victor de BROGLIE (1892 - 1976) stellte 1924 ein weiteres Para- doxon auf: Elementarteilchen lassen sich ebenso gut als Welle wie als Teilchen beschreiben. Diese und andere Erkenntnisse brachten in der Physik die geltende Weltanschauung zum Einsturz und führten zu einer fundamentalen Änderung von Grundbegriffen wie Raum und Zeit, Materie und Energie, Ursache und Wirkung. Als Ersatz für die klassische Physik

formulieren Max Planck, Albert EINSTEIN, Niels BOHR, Louis de BROGLIE, Erwin SCHRÖDINGER, Wolfgang PAULI, Werner HEISENBERG und Paul DIRAC die **Quantentheorie**.[16] Im Gegensatz zur mechanistischen kartesianischen[17] Weltanschauung kann man die aus der modernen Physik hervorgehende Weltanschauung mit Worten wie organisch, ganzheitlich und ökologisch charakterisieren. Man könnte sie auch ein Systembild nennen, im Sinne der allgemeinen Systemtheorie. Das Universum wird nicht mehr als Maschine betrachtet, die aus einer Vielzahl von Objekten besteht, sondern muss als ein unteilbares, dynamisches Ganzes beschrieben werden, dessen Teile auf ganz wesentliche Weise in Wechselbeziehung stehen und nur als Strukturen eines Vorganges von kosmischen Dimensionen verstanden werden können.



Das Universum ist also ein einheitliches Ganzes, das bis zu einem gewissen Grad in getrennte Teile zerlegt werden kann, in Objekte, bestehend aus Molekülen und Atomen, die ihrerseits aus Teilchen bestehen. Doch hier, auf der Ebene der Teilchen, gilt der Begriff separater Teile nicht mehr. Die subatomaren Teilchen – und somit letztlich alle Teile des Universums – können nicht als isolierte Einheiten verstanden werden, sondern lassen sich nur durch ihre Wechselbeziehungen definieren.

Auf subatomarer Ebene lösen sich die festen materiellen Objekte der klassischen Physik in wellenartige Wahrscheinlichkeitsstrukturen auf; es gibt keine statischen Strukturen. Stabilität existiert als dynamisches Gleichgewicht. Werner HEISENBERG leitete 1958 die Diskussion über die Weltformel ein. Er ist überzeugt davon, dass es sich auch bei den Elementarteilchen lediglich um Denkschablonen für bestimmte energetische Prozesse handelt, dass also auch die Differenzierung zwischen Welle und Teilchen nur aufgrund unterschiedlicher Konstrukte erfolgt. Heisenberg konstatierte, dass die Neue Physik nicht materielle Grundbausteine in der Hand halte, sondern auf ein "kompliziertes Gewebe von Vorgängen" gestoßen sei. Während auf einer mikrophysikalischen Ebene der Zufall zu regieren scheint, glauben wir in der makrophysikalischen Betrachtung relative Stabilität auszumachen: Menschen, Tiere, Pflanzen, Häuser, Straßen, Autos und den Boden unter den Füßen.

Paradigmenwechsel dieses Ausmaßes sind Umbruchsprozesse im Denken, die mehrere Generationen brau- chen, um sich allgemeingültig gegenüber den bisherigen Auffassungen durchzusetzen. Ähnlich wie bei der allmählichen Durchsetzung des kartesianischen mechanistischen Weltbildes, reicht es auch heute nicht allein, dass große Köpfe Großes erkennen und verkünden. Das ganzheitliche Paradigma konkurriert mit bestehenden und scheinbar bewährten Denkstrukturen, die sich aus dem über 350 Jahre alten mechanistischen Weltbild ableiten und die bewirken, dass weite Teile der Wissenschaft, der Medizin und insgesamt der Gesellschaft (noch) *"die Welt mit anderen Augen sehen."*



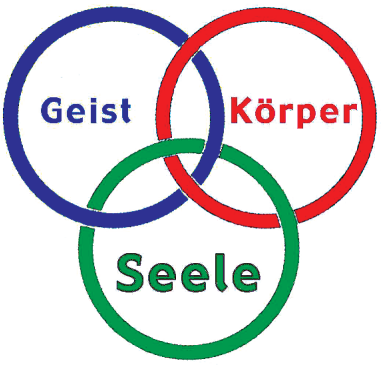
Dieses Beharren auf ein ehemals ausgesprochen innovatives Denkkonzept, kann jedoch nicht darüber hinwegtäuschen, dass mittlerweile allenthalben ein Umdenken eingesetzt hat und Ansätze der strukturwissenschaftlichen Synergetik, der Chaostheorie, der Selbstorganisationsforschung und insgesamt der Systemtheorie in vielen Wissenschaftszweigen Fuß gefasst haben und von hier aus ihren Einfluss auf weite Teile der Gesellschaft ausüben. Längst sind ganzheitliche Ange-

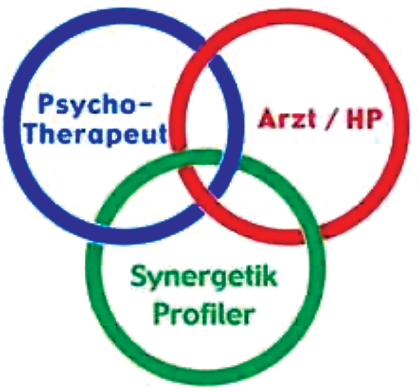
16) Eine knappe Einführung bietet etwa: INGOLD, Gert-Ludwig: Quantentheorie. Grundlagen der modernen Physik. 4. Aufl. München 2008 oder BOCK-MÖBIUS, Imke: Qigong meets Quantenphysik. Das Prinzip Einheit erleben. Oberstdorf 2010.

17) ‚Kartesianismus' [nlat.] = Die Philosophie Descartes' und seinen Nachfolgern.

bote in Krankenhäusern und Reha-Kliniken keine Seltenheit mehr und ganzheitliche Konzepte finden sich gängig in der Wirtschaft, im Bildungswesen, im Tourismus etc.

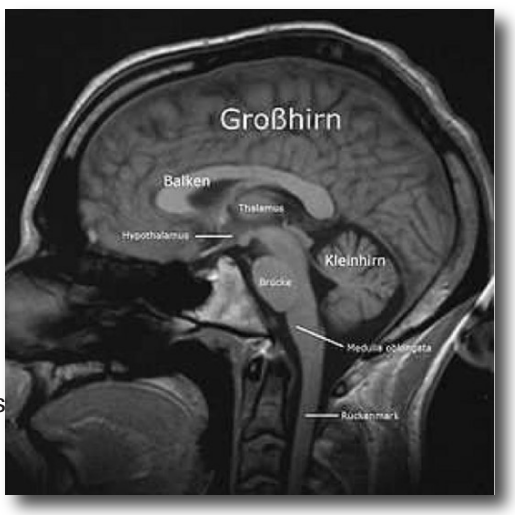
Das ganzheitliche Paradigma[18)] begreift den Menschen als ein offenes System, dessen Teile in wechselseitiger Beziehung zueinander, zum ganzen Organismus und zur gesamten Außenwelt stehen, eine Einheit also aus Körper, Geist und Seele.





4 Das Gehirn

4.1 Aufbau des menschlichen Gehirns



Man unterscheidet vereinfacht vier Hauptbereiche:

1) Das **GROßHIRN** ist in der Mitte durch einen Einschnitt in zwei Halbkugeln (Hemisphären) geteilt. Diese sind stark gefaltet und gefurcht. Zwischen den Hemisphären gibt es eine breite Verbindung aus einem dicken Nervenstrang (Balken genannt) sowie weitere kleinere Verbindungen.

Die 2-4 mm dicke Oberfläche des Gehirns ist die Großhirnrinde bzw. der **Cortex** – der "**Werkzeugkoffer**" (G. HÜTHER). Das Großhirn ist das Zentrum unserer Wahrnehmungen, unseres Bewusstseins, Denkens, Fühlens und Handelns. Im Großhirn herrscht eine Arbeitsteilung zwischen verschiedenen Bezirken (den sog. Rindenfeldern) von denen drei Typen unterschieden werden:

a) *Sensorische Felder:* Sie verarbeiten Erregungen, die von den Nerven der Sinnesorgane kommen;
b) *Motorische Felder:* Sie aktivieren Muskeln und regeln willkürliche Bewegungen;
c) *Gedanken- und Antriebsfelder:* Sie liegen im vorderen Teil des Gehirns und sind wahrscheinlich die Zentren d es Denkens und Erinnerns.

2) Das **KLEINHIRN** ist der zweitgrößte Gehirnabschnitt. Seine Aufgabe besteht einerseits darin, Bewegungen zu koordinieren und den Körper in Gleichgewicht zu halten. Bewegt man z.B. zum Ergreifen eines Gegenstandes Ober- und Unterarm gleichzeitig, stimmt das Kleinhirn beide Teilbewegungen aufeinander ab, somit wird der Gegenstand relativ genau ergriffen. Ohne diese Tätigkeit des Kleinhirns würde der Arm ruckartige Bewegungen ausführen, die meistens über das Ziel hinausgingen.

3) Das **ZWISCHENHIRN** ist der Bereich, in dem Gefühle wie Freude, Angst, Wut und Enttäuschung entstehen. Es filtriert den Informationsfluss von den Sinnesorganen zum Großhirn. Unwichtiges wird nicht weiter-

---

18) Der Holismus ([gr.] 'holos' = ganz), auch Ganzheitslehre, ist die Lehre, dass die Elemente eines Systems – einer „Ganzheit" oder „Gestalt" – durch die Strukturbeziehungen vollständig bestimmt sind. Hauptargument des Holismus gegen das mechanistisch, lineare Weltbild ist die Problematik der „Emergenz", d.h. der nicht vollständigen Erklärbarkeit des Ganzen aus den Teilen.

gemeldet. Damit schützt es das Gehirn vor Überlastung. Das Zwischenhirn regelt auch die Körpertemperatur, den Wasserhaushalt sowie weitere lebenswichtige Körperfunktionen.

4) Das **STAMMHIRN** ist der älteste Teil des Gehirns. Er bildet den untersten Gehirnabschnitt und besteht aus auf- und absteigenden Nervenfasern und Ansamm- lungen von Neuronen. Der Hirnstamm verschaltet und verarbeitet eingehende Sinnes- eindrücke und ausgehende motorische Informationen und ist zudem für elementare und reflexartige Steuermechanismen zuständig. Im Nachhirn kreuzen sich die Nervenbahnen der beiden Körperhälften. Außerdem werden hier viele automatisch ablaufende Vorgänge wie Herzschlag, Atmung oder Stoffwechsel gesteuert. Ebenso befinden sich hier wichtige Reflexzentren, die z. B. Lidschluss-, Schluck-, Husten- und andere Reflexe auslösen. Das untere Ende des Nachhirns schließt an das Rückenmark an.

Die Kritik an der aktuellen Hirnforschung zielt vor allem auf die Konzentration der Untersuchungen auf die Funktionen der Rindenfelder. HÜTHER etwa bemängelt, dass vor allem untersucht wird, wo die unterschiedlichen geistigen Kompetenzen des Menschen im Gehirn zu lokalisieren sind, etwa wo sich das Sprachzentrum befindet. Er stellt demgegenüber fest, dass diese Zentren nicht grundsätzlich im Hirn angelegt sind. Vielmehr sind sie eine Folge kultureller Leistungen des heranreifenden Menschen. Entscheidend ist somit vor allem, was und wie jemand etwas in seinem Leben erlebt und erlernt; ein Ansatz der auch für die Synergetik grundlegend ist.

4.2 Die Seelenebene des Gehirns

Das Gehirn des Menschen ist ein Beispiel für ein komplexes System, da es aus untereinander vielfach verknüpften Bau- steinen aufgebaut ist – den Neuronen und weiteren Begleitzellen, deren Funktion weitgehend unbekannt ist. Bewusstsein ist ein emergentes Phänomen des menschlichen Gehirns.

Im synergetischen Verständnis wird das Gehirn nicht als (mechanistisches) Schubkastensystem verstanden, denn alle gespeicherten Ereignisse sind untereinander hochgradig vernetzt. Jedes Ereignis hat ständig Auswirkungen auf alle Anweisungen des Gehirns. Eine synergetische Veränderung der Ereignisse bewirkt auch eine Veränderung des Gesamtausdruck des Gehirns. Es gibt Bereiche für das Sehen, für das Hören etc. und alle Bereiche sind miteinander vernetzt. Gibt man einen Impuls hinein, etwa: "Stell dir vor, da ist ein Stuhl", dann hat jeder ein Bild von einem Stuhl in der Innenwelt, denn das Wort d. h. ein geringer Impuls von außen genügt. Jeder Mensch in unserem Kulturraum hat eine grundsätzliche körperliche Erfahrung, wie es sich anfühlt, auf einem Stuhl zu sitzen. Diese Erfahrungen werden nun mit dem Impuls vernetzt zu einer ganzheitlichen Erfahrungen – der Klient kommt sofort in die Aktivität.

Wird zudem der Klient aufgefordert, den Stuhl anzusprechen, beziehen wir auch die Geistebene mit ein und nutzen die Fähigkeit des Gehirns, die Informationen, die in unterschiedlichen Bereichen des Gehirns gespeichert sind, ganzheitlich und komplex zu aktivieren. So verknüpfen wir die Seelenebene mit der Körper- und Geistebene. Verknüpfungen bewirken Rückkopplungen und damit Veränderungen der bisherigen Informationen im Gehirn. Neue Erfahrungen sind so möglich, steckengebliebene Entwicklungen können so nachgeholt werden. Allerdings nicht über das intellektuelle Lernen, sondern über die Erfahrung im Hier und Jetzt.



Im Gehirn gibt es objektiv kein "unten" und "oben", kein "innen" und kein "außen". Gehen wir in der Innenwelt ein Treppe hinunter, benutzen wir einen Trick, da wir mit „unten“ Erfahrungen assoziieren, die mit "Tiefe", "Keller" u. ä. zu tun haben.

Damit erzeugen wir Bilder, die damit zu tun haben. Wir nutzen den Trick, scheinbar nach unten zu gehen – obwohl es im Gehirn kein „unten“ gibt, sondern lediglich komplex vernetzte Informationen –, um die Assoziationsfähigkeit des Gehirns zu nutzen.

Häufig erscheinen Treppen, Löcher, Gänge etc. auch von selbst. Offenbar wird mit „unten“ häufig der "Schatten"[19] assoziiert: das, was unsichtbar ist und als Attraktor aus dem Unbewussten die Aufmerksamkeit auf sich zieht – in der Synergetik geht es um *Schattenarbeit.*



Selbstorganisation durch Rückkopplungen im Gehirn

Wenn wir ins Gehirn gehen, gehen wir in die "Software", in den Ausdruck des Gehirns und sehen Bilder. Rückkoppeln wir einen Teil mit einem anderen Teil, so lösen wir Prozesse aus, die sehr komplex sind. Und wenn wir diesen Selbstorganisationsprozess ständig machen, dann verändert sich sowohl die "Software" als auch die neuronale Struktur des Gehirns tatsächlich über die Selbstorganisation.

So bauen wir unser Gehirn sukzessive Stückchen für Stückchen durch Erfahrung um. Dabei gehen wir nicht über die Reflexion. Wir reden nicht über etwas („Da ist meine Mama, der geht's nicht gut...“), da sich so nur sehr wenig im Gehirn verändern würde. Wir sagen: Sag's der Mama direkt! Etwa: „Du siehst aber heute nicht gut aus, du hast so ein komisches Gesicht...“. Das Bewusstsein des Klienten redet in dem Moment direkt mit der Mama. So entsteht eine Rückkopplung, weil die angesprochene Mama sein Bild von ihr in seiner Innenwelt ist – ein Teil, seines Gehirns.

Wir achten darauf, dass der Klient immer in der Gegenwart und in der direkten Ansprache bleibt, um fortwährend Rückkopplungen zu erzeugen. Wenn der Klient über die Mama redet, passiert gar nichts; wenn er jedoch mit ihr in der Gegenwart redet, geschieht Selbstorganisation (B. JOSCHKO).

---

19) Vgl. den Archetypus des Schattens bei Carl Gustav JUNG. Etwa in: BRUMLIK, Micha: C. G. Jung zur Einführung. Hamburg 1993, S. 67; ausführlich in: JUNG, Carl Gustav: Gesammelte Werke. Olten/Freiburg 1960-1983, Bd.: 9/I: Die Archetypen und das Kollektive Unbewußte.

5 Chaostheorie und fraktale Muster

In den 1960er Jahren entdeckte der Meteorologe Edward N. Lorenz die Phänomene, die heute als deterministisches Chaos bezeichnet werden, an einem Modell für das Wetter mit einem Gleichungssatz von drei Gleichungen zur Strömungsmechanik. Als er, um Zeit zu sparen, gerundete Werte einer früheren Berechnung verwendete, beobachtete er, dass winzige Änderungen der Anfangsbedingungen nach kurzer Zeit zu völlig unterschiedlichen Ergebnissen führten. Der daraus abgeleitete Schmetterlingseffekt und die Formulierung des Begriffs der sensiblen Abhängigkeit von Anfangsbedingungen wurden zu Metaphern der „Chaostheorie".



Schmetterlingseffekt

bezeichnet den Effekt, dass in komplexen, dynamischen Systemen eine große Empfindlichkeit auf kleine Abweichungen in den Anfangsbedingungen besteht. Geringfügig veränderte Anfangsbedingungen können im langfristigen Verlauf zu einer völlig anderen Entwicklung führen. Die Bezeichnung Schmetterlingseffekt wählte Edward N. Lorenz für einen Vortragstitel zur bildhaften Veranschaulichung dieses Effekts am Beispiel des Wetters. [20)]

Schmetterlingseffekte beeinflussen u. a. Turbulenzen, Wirtschaftskreisläufe, Erosionen, die Entstehung eines Verkehrsstaus sowie neuronale Netze und damit letztlich auch menschliches Verhalten. In der Synergetik erzeugen wir sie gezielt durch die Schaffung von Rückkopplungen (vgl. Kapitel 1.1 und 4.2).

5.1 Theorie komplexer Systeme

Die Chaosforschung (auch: Theorie komplexer Systeme oder Komplexitätstheorie) ist ein Teilgebiet der Mathematik und Physik und befasst sich im Wesentlichen mit Systemen, deren Dynamik unter bestimmten Bedingungen empfindlich von den Anfangsbedingungen abhängt, so dass ihr Verhalten nicht langfristig vorhersagbar ist. Da diese Dynamik einerseits den physikalischen Gesetzen unterliegt, andererseits aber irregulär erscheint, bezeichnet man sie als deterministisches Chaos. Chaotische Systeme sind nichtlineare dynamische Systeme.

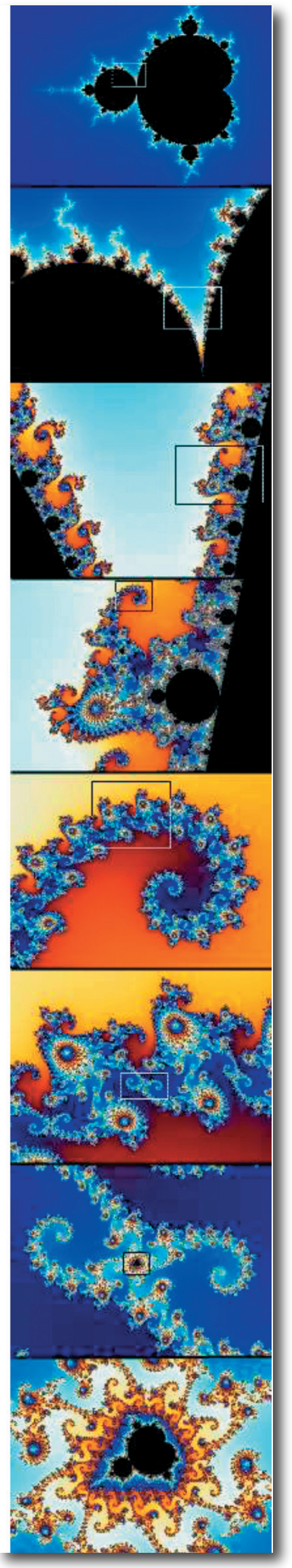
Die Chaosforschung basiert unter anderem auf Arbeiten von Henri POINCARÉ, Edward N. LORENZ, Benoit MANDELBROT und Mitchell FEIGENBAUM. Anders als der Begriff 'Chaos' in der Umgangssprache charakterisiert die deterministische Chaostheorie nicht den Zustand eines Systems (wie beispielsweise seine Unordnung), sondern sein zeitliches Verhalten, das heißt seine Dynamik. Chaotisches Verhalten liegt dann vor, wenn selbst geringste Änderungen der Anfangsbedingungen nach einer gewissen Zeit zu einem völlig anderen Verhalten führen.

---

20) Der Titel seines Vortrags im Jahre 1972 während der Jahrestagung der American Association for the Advancement of Science lautet: Predictability: Does the flap of a butterfly's wings in Brazil set off a tornado in Texas? [Vorhersagbarkeit: Kann der Flügelschlag eines Schmetterlings in Brasilien einen Tornado in Texas auslösen?]. Vgl. Science 320, 2008, S. 431.

Ein wesentliches Ergebnis der Chaosforschung ist die Entdecku ng, dass chaotische Systeme trotz ihres langfristig nicht vorhersagbaren, scheinbar irregulären Verhaltens bestimmte typische Ordnungsmuster (vgl. auch Kapitel 5.2) zeigen. Da sie bei völlig unterschiedlichen Systemen beobachtet werden, sind sie von universeller Bedeutung.

Die **Mandelbrot-Menge**, im allgemeinen Sprachgebrauch oft auch **Apfelmännchen** genannt, ist ein Fraktal, das in der Chaostheorie eine bedeutende Rolle spielt. Es wurde 1980 von MANDELBROT erstmals computergrafisch dargestellt und untersucht. Die mathematischen Grundlagen dafür wurden bereits 1905 von dem französischen Mathematiker Pierre FATOU erarbeitet.



5.2 Emergenz, Attraktor, Selbstähnlichkeit (Fraktal)

Durch Wechselwirkungen zwischen Wind und Oberflächenstruktur bilden sich in der Sandwüste emergente Rippelmuster und Dünenlandschaften aus.





Emergente Systeme weisen wesentliche Eigenschaften selbstorganisierter Systeme auf.[21)]
Eine wichtige Rolle spielen dabei Rückkopplungsprozesse auf der Basis von Selbstreferenz oder zirkulärer Kausalität (Rückbezug). Ein einfaches Beispiel ist die Entstehung von Rippelmarken auf einer Sandfläche, die von Luft oder Wasser überströmt ist. Durch wechselseitige Verstärkung von zunächst minimalen Unterschieden in der Oberflächenstruktur und Turbulenzen in der Strömung kommt es zur Herausbildung von Mustern, die selbstähnlich in ganz unterschiedliche Zusammenhängen entstehen können.

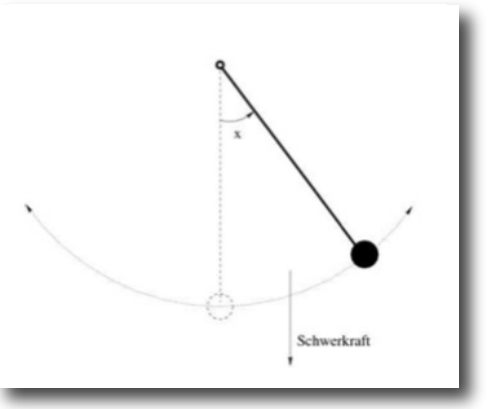
(Links: Entstehung von Hangstrukturen durch Kuhtritt beruhend auf der Selbstverstärkung, dass Kühe bevorzugt auf ausgetretenen Pfaden laufen). Die durch Emergenz geschaffenen Strukturen weisen typische Ordnungsmuster, die sich an gewissen Attraktoren orientieren.

'Attraktor' ist ein Begriff aus der Theorie komplexer dynamischer Systeme. Allgemein bezeichnet er einen für ein System "attraktiven" dynamischen Zustand, im Sinne eines über die Zeit relativ stabilen Verhaltensmusters. Ein Pendel beispielsweise kann zwei solcher stabilen Zustände einnehmen. Bei konstanter Energiezufuhr, wie z. B. in einer Pendeluhr, zeigt sich ein periodisches Verhalten. Fehlt die ständige Energiezufuhr, so kommt es durch

---

21) Emergenz (lat.) ist die spontane Herausbildung von Phänomenen oder Strukturen auf der Makroebene eines Systems durch das Zusammenspiel seiner Elemente. Dabei lassen sich die emergenten Eigenschaften des Systems nicht offensichtlich auf Eigenschaften der Elemente zurückführen, die diese isoliert aufweisen.

Reibung am tiefsten Punkt zum Stillstand, dem so genannten Ruhepunkt. Ein Pendel besitzt, ohne konstante Energiezufuhr, nur einen stabilen Attraktor, nämlich den Ruhepunkt. Auslenkungen, egal wie stark und in welche Richtung, führen immer in diesen Attraktor zurück.

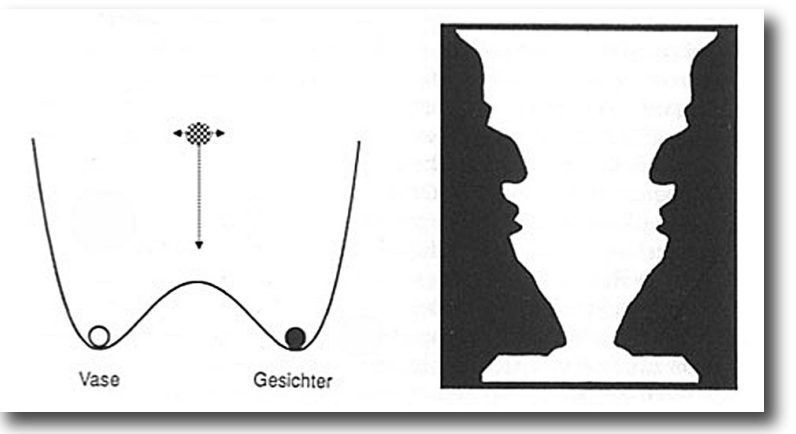




Dagegen hat ein Lichtschalter schon zwei Attraktoren. Je nach Stärke der Auslenkung aus dem Ruhepunkt wird er in diesem verbleiben oder in den anderen stabilen Zustand hinüberkippen.

Bei synergetischen Innenweltreisen treten Attraktoren im Zuge der Selbstorganisationsprozesse der Energiebilder in der Innenwelt auf: Kräfte, die die Selbststrukturierungsprozesse in bestimmte Richtungen lenken und so die Innenweltbilder hin zu archetypischen Ordnungsmustern führen (Urbild Papa, Urbild Mama etc.). Dies bedeutet, dass weder der Begleiter noch der Klient dem Gehirn "sagen" muss, wohin es sich selbstorganisatorisch entwickeln soll. Es genügt, die Prägungsblockaden zu lösen, damit sich das Innenwelt-Bild vom Papa verbessert, wobei es sich an dem im Hintergrund stehenden Attraktor eines "idealen" Ur-Papas orientiert. Diese Urbilder sind grundsätzlich – trotz aller biographischer Erlebnisse – in jedem Menschen auffindbar.

Dies geschieht am einfachsten durch die Zerstörung der alten Energiebildmuster, d. h. durch die Zerstörung der neuronal abgespeicherten Informationsmuster und alten abgespeicherten Lernerfahrungen des bisherigen Lebens. Neu lernen bedeutet in diesem Sinne kein Umlernen, sondern eine Überwindung der alten geglaubten Wahrheiten über sich und die Welt – zur Relativität der eigenen Wahrnehmung vgl. Kapitel 2. Beim Übergang von einem Attraktor in einem anderen ('Papa, der einen schlägt' ⟶ 'Papa, der einen in den Arm nimmt') tritt eine instabile Phase auf, in der das System hochsensibel gegenüber minimalen Einwirkungen wird.

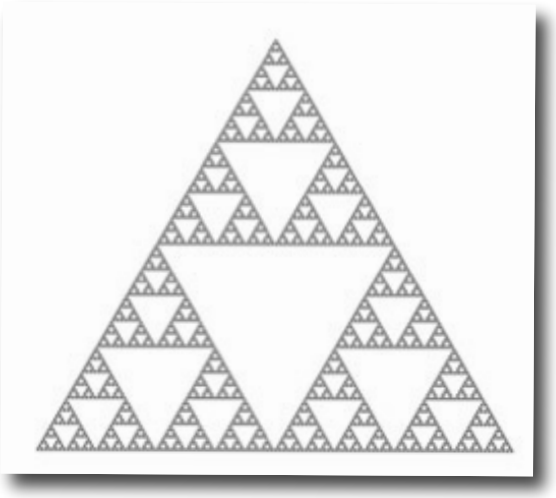


Deshalb ist beim Aufbau eines neuen Attraktors die positive Rückkopplung so wichtig (spüren, wie sich anfühlt, zum ersten mal vom Papa in den Arm genommen zu werden; es dem Papa mitteilen; sich Zeit nehmen für diesen Transformationsvorgang etc.).

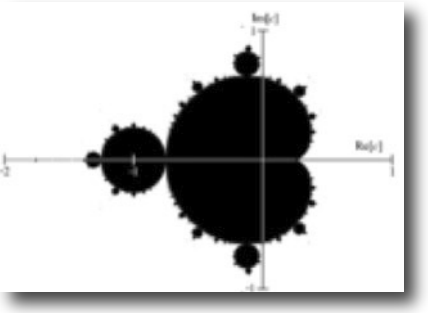
Am Ende kann man sich an die alten biographischen Bilder zwar noch mental erinnern, doch stehen ihnen nun neue und qualitativ höherwertigere Erfahrungen gegenüber, die dem bisherigen Attraktor die Energie entziehen (Erfahrung eines emotionales Geschehens, psychosomatische Reaktionen etc.), so dass er sich in der Innenwelt nicht weiter selbstorganisatorisch erzeugen kann und der neue Attraktor dominiert und fortan auch das Alltagserleben bestimmt.

Dieser Prozess kann sich je nach Problemlage über mehrere oder auch viele Sitzungen hinziehen. Mit zentralen biographischen Innenweltbildern, wie der 'Inneren Mama' und dem 'Inneren Papa', vernetzen sich in der Regel sehr viele Erfahrungen und Situationen. Andere Themenstellungen offenbaren häufig neue Problematiken und selbstähnliche Bezüge im Kontext von 'Mama' und 'Papa', die ebenfalls bearbeitet werden müssen, um die biographischen Bilder den Urbildern weiter anzunähern.

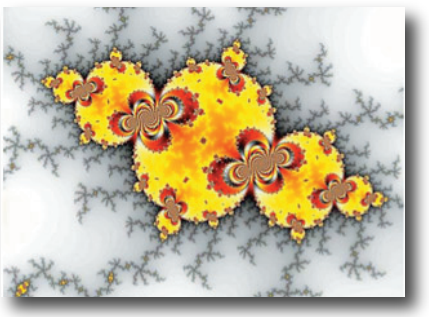
'**Selbstähnlichkeit**' im engeren Sinne ist die Eigenschaft von Gegenständen, Körpern, Mengen oder geometrischen Objekten, in größeren Maßstäben, d. h. bei Vergrößerung dieselben oder ähnliche Strukturen aufzuweisen wie im Anfangszustand. Im weiteren Sinne wird der Begriff auch in der Philosophie, den Sozial- und Naturwissenschaften und in der Synergetik nach JOSCHKO verwendet, um grundsätzlich wiederkehrende, in sich selbst verschachtelte Strukturen zu bezeichnen.



Von *exakter* (oder *strikter*) Selbstähnlichkeit ist die Rede, wenn bei unendlicher Vergrößerung des untersuchten Objekts immer wieder die ursprüngliche Struktur erhalten bleibt; ein Beispiel ist das SIERPINSKI-DREIECK. [22)]



Die MANDELBROT-MENGE und die JULIA-MENGE sind selbstähnlich, nicht jedoch "strikt selbstähnlich".



Selbstähnlichkeit ist ein Phänomen, das oft in der Natur auftritt.
Eine kennzeichnende Zahl für die immer wiederkehrende Selbstähnlichkeit ist der Goldene Schnitt, etwa bei Spiralen:







Selbstähnlichkeiten bzw. **'Fraktale'** [23)] sind für die Synergetik nach JOSCHKO wesentliche Phänomene, die in unterschiedlichen Zusammenhängen auftreten.

Zunächst beschreiben sie die ganzheitlichen Zusammenhänge, die zwischen Körper, Geist und Seele des Menschen vorherrschen. Alle Ebenen wirken ständig aufeinander ein und sind existenziell voneinander abhängig. Eine Veränderung auf einer dieser Ebenen zieht immer auch Auswirkungen auf den anderen Ebenen nach sich. Wenn es gelingt, mittels einer Innenweltreise auf der neuronalen bzw. seelischen Ebene innere Bilder neu zu strukturieren, wird sich eine Neustrukturierung der Information in selbstähnlicher Form auch auf körperlicher und emotionaler Ebene notwendigerweise einstellen.



Darüber hinaus begegnen uns während einer synergetischen Innenweltreise immer wieder selbstähnliche symbolische oder biographische Energiebilder, aber auch Situationen und Gefühle, die eine hohe Selbstähnlichkeit zum aktuell behandelten Thema aufweisen. Diese Phänomene offenbaren eine ganz spezifische Verknüpfung von

---

22) Ein Sierpinski-Dreieck ist ein 1915 von Wacław Sierpi ski beschriebenes Fraktal, das durch fortgesetzte rekursive Aufteilung eines Vorgängerdreiecks in vier weitere, zueinander kongruente Dreiecke entsteht.

23) 'Fraktal' (lat. fractus: gebrochen, von frangere: brechen, in Stücke zerbrechen) ist ein von Benoît Mandelbrot 1975 geprägter Begriff, der natürliche oder künstliche Gebilde oder geometrische Muster bezeichnet, die einen hohen Grad von Selbstähnlichkeit aufweisen, etwa wenn ein Objekt aus mehreren verkleinerten Kopien seiner selbst besteht (wie etwa bei Blumenkohl, insbesondere beim Romanesco).

Informationen und machen die persönliche und einzigartige „Struktur“ eines jeden Menschen aus, die sich aufgrund der individuellen Wahrnehmung im Laufe seines Lebens herausgebildet hat. Entlang dieser Informationsstruktur – die sich aus der Verknüpfung von Erlebnissen, Ereignissen und behandelten Thema der jeweiligen Session zusammensetzt – decken wir nach und nach die tieferen selbstähnlichen neuronalen Strukturen auf, die dem Thema zugrunde liegen (vgl. Basishandwerkszeug). Dies zeigt zum einen dem Klienten wesentliche Zusammenhänge seines Lebens auf (Aufdeckungsarbeit) und bietet zum anderen die Basis für eine umfassende und tiefe Transformation (Veränderungsarbeit) .

Die Informationsstruktur ist stets komplexer Natur, so dass sich ein Thema niemals auf ein Einzelgeschehen reduzieren lässt, sondern sich aus mehreren Faktoren zusammensetzt, die miteinander eine Verbindung eingegangen sind. Wir haben es also bei einem Thema nicht mit einem Konflikt, sondern vielmehr einem ganzen Konfliktmuster zu tun.

Konfliktmuster mit ihren ineinander verschachtelten selbstähnlichen Bezügen (Fraktalen) werden von Attraktoren beherrscht, die sich im Laufe des bisherigen Lebens aufgrund bestimmter Erlebnisse herausgebildet haben und die den Attraktor des jeweiligen Urbildes "überlagern" (etwa: ich habe nie erlebt, dass mein Papa mich annimmt; ich kann mir nicht vorstellen, dass sich das ändert; ich habe mit ihm gebrochen und will keinen Kontakt mehr mit ihm). Um die bestehende Informationsstruktur zum „Kippen“ zu bringen, muss diese zunächst in ein Chaos versetzt werden, welches sie so weit destabilisiert, dass sie in sich zusammenbricht. Erst danach kann über einen Selbstorganisationsprozess ein Neuaufbau einsetzen, welcher sich am Attraktor des Urbildes orientiert. Der Selbstorganisationsprozess stellt ein emergentes Geschehen dar, das sich weder der Klient noch der Begleiter "ausdenkt" – es baut sich emergent eine neue und höherwertigere Informationsstruktur auf. Da sich Körper, Geist und Seele selbstähnlich verhalten, wirken sich Innenweltreisen auch auf die anderen Ebenen aus.

6 Evolutionsbionik

6.1 Bionik

Der Begriff "Bionik" wurde auf einem Kongress 1960 in Dayton/Ohio von dem amerikanischen Luftwaffenmajor J. E. STEELE geprägt. Gemeint war damit sinngemäß ein "Lernen aus der Natur für die Technik". Zwar war der Begriff neu, nicht jedoch Verfahrensweise.



Leonardo DA VINCI (1452-1519) war Künstler, Philosoph, Naturwissenschaftler und als solcher gilt er heute als der erste Bioniker. Aufgrund seines Studiums des Vogelfluges schrieb er bereits im Jahre 1505 das klassische Werk „Sul vol degli uccelli“ und konstruierte Fluggeräte, Hubschrauber und Fallschirme. Inspiriert von DA VINCI entwickelte der türkische Gelehrte Hezarfen Ahmed CELEBI (1609–1649) ein Fluggerät nach dem Studium des Vogelfluges, mit dem er 1647 vom Galata Turm in Istanbul über den Bosporus nach Uskudar flog.



England führte im 16. Jahrhundert Krieg gegen die damals übermächtige Seemacht Spanien. Ihren Vorteil zogen dabei die Engländer aus den klugen Konstruktionen ihrer Schiffe: 1590 ließ sich der englische Schiffsbauer Matthew BAKER vom Vorbild Natur inspirieren.
Praktische Naturbeobachtungen bewogen ihn zur Konstruktion von Schiffsrümpfen nach dem Vorbild von Dorschkopf und Makrelenschwanz. Dies brachte der nach ihm benannten Baker-Galeone eine Verbesserung der Manövrierfähigkeit und eine Reduktion des Wasserwiderstandes.

Selten haben die exakte Kopien der Natur zum Erfolg geführt. BAKER hingegen nahm die Natur lediglich als Anregung für seine technologisch eigenständige Weiterentwicklung der Schiffsrümpfe und beachtete damit das heute geltende Grundprinzip der Bionik:

Bionik ist keine Naturkopie, sondern ein Lernen von der Natur

Bionik wird heutzutage nach zwei Verfahrensweisen unterschieden:

a) Bionik als „top-down-Prozess“ (Analogiebionik)

1) Definition des Problems

2) Suche nach Analogien in der Natur

3) Analyse der Vorbilder in der Natur

4) Suche nach Lösungen für das Problem mit den Erkenntnissen aus der Natur





Bekannte Beispiele sind die Fluggeräte Otto LILIENTHALS und der Gebrüder WRIGHT. Sie beobachteten den Flug großer Vögel, bevor sie ihre Prototypen bauten. Auch und gerade der Verfeinerung bestehender Erfindungen dient die Bionik.

So können etwa sogenannte "Winglets" an Flugzeugflügeln die großen Luftwirbel an den Flügelspitzen vermindern, was zu einer wesentlichen Reduktion des Kraftstoffverbrauchs führt. Entsprechende Anleihen aus der Natur wurden dem Flug großer segelnder und gleitender Vögel (Bussard, Kondor, Adler) entnommen.

b) Bionik als „bottom-up-Prozess“ (Abstraktionsbionik)

1) Biologische Grundlagenforschung: Biomechanik und Funktionsmorphologie von biologischen Systemen

2) Erkennen und Beschreiben eines zu Grunde liegenden Prinzips

3) Abstraktion dieses Prinzips (Loslösung vom biologischen Vorbild und Übersetzung in nicht-fachspezifische Sprache)

4) Suche nach möglichen technischen Anwendungen

5) Entwicklung technischer Anwendungen in Kooperation mit Ingenieuren, Technikern, Designern usw.

Dieser Verfahrensweise bedient u. a. die Synergetik nach JOSCHKO (vgl. Kapitel 6.2 Das Scheibchenziehen). Daneben findet diese Verfahrensweise Anwendung für ganz unterschiedliche Problemlösungen.

So hat beispielsweise E. REIF vom Paläontologischen Institut der Universität Tübingen die eigenartig gerieften Schuppen bei Haien beschrieben. Strömungsmechanisch wurden die aneinander schließenden Mikroriefen als sog. "Grenzschichtdukte" interpretiert. D. W. BECHERT vom Deutschen Zentrum für Luft- und Raumfahrt/Berlin und seine Mitarbeiter haben solche Rillenoberflächen im Strömungskanal untersucht und Reibungswiderstands-Verminderungen um bis zu 10 % gemessen. Flugzeuge können mit einer speziellen Folie beklebt werden (so genannte Riblet-Folie), die auf ihrer Oberseite über eine ähnliche Struktur verfügt

und so den Luftwiderstand des Flugzeugs senkt. Die wissenschaftliche Grundlage entstammt Untersuchungen an fossilen Haien und deren „Schuppen“.



Weitere Beispiele aus unserem Alltag ist der Klettverschluss – den George de Mestral 1956 nach dem Vorbild der Klettfrüchte entwickelte – sowie der Lotuseffekt: Die Beobachtung und nähere Untersuchung der Tatsache, dass von einem Blatt der Lotuspflanze praktisch alle wasserlöslichen Substanzen abperlen, führte zu Patenten für extrem schlecht benetzbare und selbstreinigende Oberflächenstrukturen. Diese werden nun genutzt für neue künstliche Oberflächen bei Fassadenfarben.

Die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten der Bionik führten dazu, dass bionische Verfahrung mittlerweile beinahe gängig bei der Entwicklung neuer Produkte und Organisationslösungen zum Tragen kommen. Von den vielen unterschiedlichen Richtungen, die sich mittlerweile herausgebildet haben, seien hier genannt die Materialbionik, Werkstoffbionik, Konstruktionsbionik (Strukturbionik), Bionische Prothetik, Bionische Robotik, Klima- und Energetobionik, Baubionik, Sensorbionik, Bionische Kinematik und Dynamik, Neurobionik in der Mikroelektronik, Evolutionsbionik (vgl. Kapitel 6.2 Das Scheibchenziehen), Prozessbionik, Verfahrensbionik (Totalrecycling in der Natur) sowie die Organisationsbionik, die aufgrund der heutigen Mikroelektronik ungeahnte Möglichkeiten für die Zukunft bereithält und weit über die dingliche Dimension der konstruktionsbezogenen Bionik hinausreicht.

Komplexes Management ist heute immer noch nicht in der Lage, vorausschauend allen Anforderungen eines auch nur mittleren Industriebetriebs gerecht zu werden. Im Gegensatz dazu laufen Organisationsfragen im Bereich der belebten Welt, sei es im Einzelorganismus (die Gesamtkomplexität einer Fliege ist größer als die der gesamten deutschen Volkswirtschaft!) als auch in Organismensystemen und schließlich in ökologischen Systemen äußerst störungsarm ab. Die funktionellen Querbeziehungen von Ökosystemen, beispielsweise des Waldrands, sind bereits komplexer als die eines größeren Industriebetriebs. Aus der Art und Weise, wie die Natur Informationen organisatorisch benutzt, lässt sich in analoger Übertragung vieles für Technik und Verwaltung lernen.

1986 entwickelte Craig REYNOLDS mit "**Boids"** ein künstliches Leben-Programm, das das Schwarmverhalten von Vögeln und Fischen simuliert. [24)] Wie die meisten Programme dieser Art, stellen Boids eine Form von emergentem Verhalten dar, d.h. die Komplexität der Boids ergibt sich aus der Interaktion der einzelnen Agenten (in diesem Fall den Boids), die einem einfachen Regelwerk folgen. In der einfachsten Variante gelten folgende Regeln:

1) Separation: wähle eine Richtung, die einer Häufung von Boids entgegenwirkt;

2) Angleichung: wähle eine Richtung, die der mittleren Richtung der benachbarten Boids entspricht;

3) Zusammenhalt: wähle eine Richtung, die der mittleren Position der benachbarten Boids entspricht

Es können noch weitere Regeln, wie zum Beispiel das Ausweichen von Hindernissen oder eine Zielsuche hinzugefügt werden. Die Bewegungsmuster können grundsätzlich in chaotisch (zufällige Bewegung und Aufbrechen des Schwarms) und geordnet unterschieden werden. Diese bionische Grundlagen zur **Schwarmintelligenz** werden derzeit in ganz unterschiedlichen Zusammenhängen erforscht und finden u. a. Anwendungen in der zivilen Luftfahrt, in Militärprogrammen und im Katastrophenschutz, für den derzeit ein inter- nationales Team unter Severin LEVEN an dem Rettungssystem "Smavnet" arbeitet (Swarming Micro Air Vehicle Network for Communication Relay, auf deutsch: Flugkörperschwarm zum Aufbau von Kommunikationsnetzen). Diese Fluggeräte werden in naher Zukunft in der Lage sein, in Katastrophen- oder Konfliktgebieten ein mobiles Kommunikationsnetz aufzubauen, wobei sie selbst das Netz darstellen und den Boden nach Hilferufen absuchen, die übers



24) Vgl. http://www.local-guru.net/blog/2009/03/15/boids-demo.

Mobilfunktnetz abgesetzt werden. Am Himmel finden sie selbständig ihren Weg, umkreisen sich anhand von GPS-Punkten im Abstand von 150 m und koordinieren ihre Bewegungen untereinander. [25)]

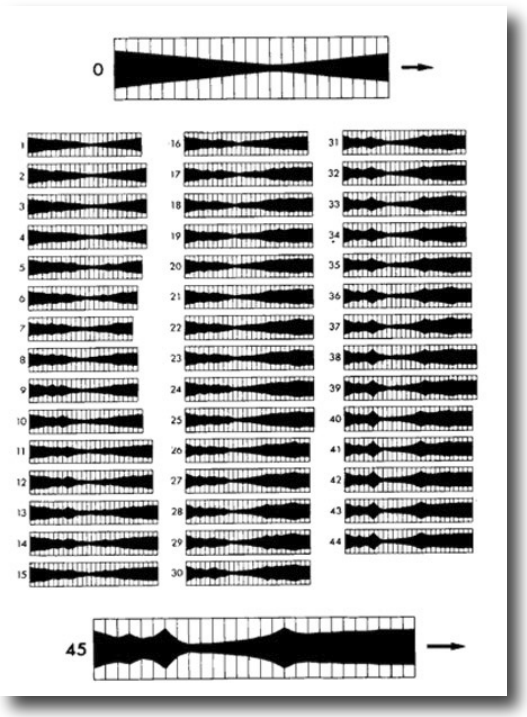
Die organisationsbionische Dimension kommt auch in der Synergetik nach JOSCHKO zum Tragen, in der es um die bionische Neuorganisation von neuronalen Informations- strukturen in der Innenwelt geht, wie das folgende Kapitel behandelt.

6.2 Das Scheibchenziehen

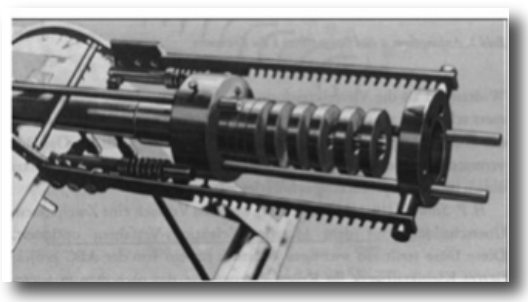
Evolutionsbionik versucht, die Verfahren der natürlichen Evolution der Technik nutzbar zu machen. Insbesondere dann, wenn die mathematische Formulierung bei komplexen Systemen und Verfahren noch nicht so weit gediehen ist, dass rechnerische Simulierung möglich wäre, bleibt die experimentelle Versuchs-Irrtums-Entwicklung als interessante Alternative. Diese hat heute bereits selbstverständlichen Einzug in die Entwicklung beispielsweise von Schiffen und Flugzeugen, Verkehrsleitsystemen und im Maschinenbaubereich gehalten. In den 60er und 70er Jahren des vergangenen Jahrhunderts war ein solches Vorgehen in den Ingenieursberufen noch völlig unüblich und stieß nur auf wenig Akzeptanz.



Einer der ersten Evolutionsbioniker war Ingo RECHENBERG, seit 1972 Inhaber der Professur für das Fachgebiet Bionik und Evolutionstechnik an der Technischen Universität Berlin. [26)] Als Meilenstein gilt RECHENBERGS Vortrag am 16. September 1964 in der Berliner Kongresshalle mit dem Titel: „Kybernetische Lösungsansteuerung einer experimentellen Forschungsaufgabe". 27) Hier führt er das mittlerweile berühmt gewordene Darwin-im-Windkanal-Experiment vor, in dem eine zur Zickzackform gefaltete Gelenkplatte sich evolutiv zur ebenen Form mit dem geringsten Windwiderstand entwickelt. 1966 gründet RECHENBERG zusammen mit Peter BIENERT und Hans-Paul SCHWEFEL die inoffizielle Arbeitsgruppe Evolutionstechnik an der TU Berlin.



1967 arbeitete SCHWEFEL im AEG-Forschungsinstitut Berlin an einem Großexperiment mit und entwickelte dort mittels der Evolutionsstrategie eine optimierte Zweiphasen-Überschalldüse. Diese Düse stellt ein wichtiges Teilstück eines Kleinkraftwerkes für Raumfahrzeuge dar. [28)]



Nach einer Idee von SCHWEFEL wurde für eine experimentelle Optimierung die Düsenform aus Segmenten zusammengesetzt. Insgesamt standen 330 Segmente mit passend abgestuften konischen Innenbohrungen zur Verfügung. Mit den Segmenten wurde als Ausgangsform eine rechnerisch ausgelegte Lavaldüse aufgebaut (Form 0 in der Abbildung). Gesucht wurde die jenige Düsenform, bei der eine Wasserdampf-Zweiphasenströmung als Modellmedium den maximalen spezifischen Impuls lieferte; dieses Ziel war nach 45 Versuchsanord-

---

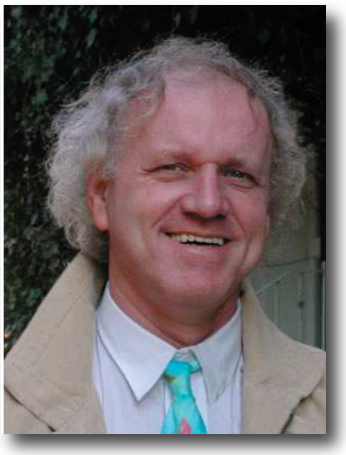
25) Zur jüngsten Entwicklung dieser Organisationsbionik vgl. BISCHOFF, Jürgen: Die Klugheit der Massen. In: GEO 7 (2009), S. 47-60.

26) Vgl. http://www.bionik.tu-berlin.de

27) RECHENBERG, Ingo: Cybernetic solution path of an experimental problem. Royal Aircraft Establishment, Library Translation 1122. Farnborough 1965.

28) Zum Versuch vgl. http://ls11-www.cs.uni-dortmund.de/people/schwefel/EADemos/ sowie http://aiserver.fh-trier.de/~gemmar/local/Seminar/Seminar-GA-EA-SS02/EinsatzGA.pdf.

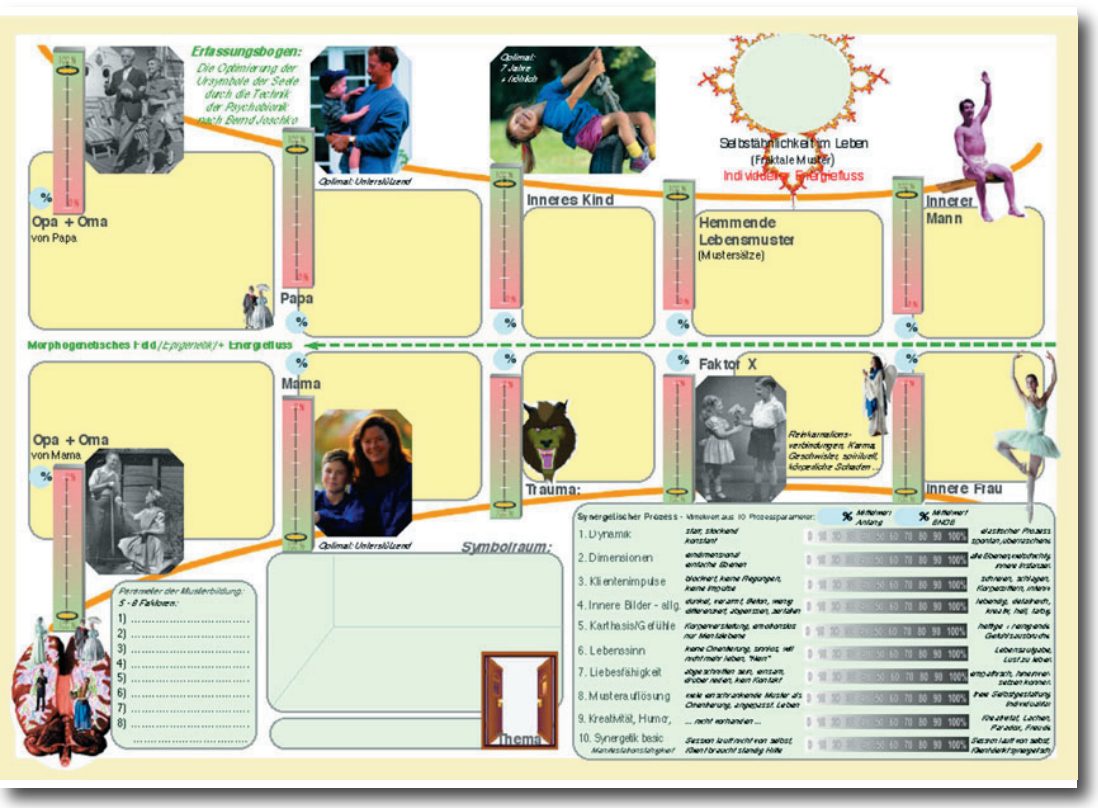
nungen erreicht. Der Wirkungsgrad der konischen Ausgangsform betrug 55%; die nach der Evolutionsstrategie entwickelte Optimalform besitzt hingegen einen Wirkungsgrad von 80% .[29)]



Als Bernd JOSCHKO 1975 in seiner Ingenieurarbeit dieses evolutionsbionische Optimierungsverfahren anwandte, hatte er von den Arbeiten RECHENBERGS und SCHWEFELS eine Kenntnis. Seine Vorgabe war, eine Wasserstrahldüse zu berechnen, die in der Lage sein sollte, für Messungen in einem Windkanal einen konstanten Luftdruck zu erzeugen. JOSCHKO baute eine Wasserstrahldüse aus 100 Kunststoffscheiben von je einem Millimeter mit unterschiedlich ausgefrästen inneren Durchmessern ganz ähnlich wie in SCHWEFELS Versuchsaufbau.
Durch diese Kunststoffscheibendüse wurde Druckluft gepresst und die angesaugte Luft konnte genau gemessen werden. Wenn JOSCHKO nun ein „Scheibchen" zog und willkürlich woanders wieder hineinsteckte wurde der Querschnitt verändert. Es gab also entweder eine Verbesserung oder eine Verschlechterung des Durchflusses. Analog zur Evolution, ließ er jede Verbesserung gelten und jede Verschlechterung machte er wieder rückgängig. Nach 150 Schritten hatte er den optimalen Querschnittverlauf, der sich nicht mehr verbessern ließ. Damit hatte sich die Kennlinie des Energiedurchflusses vergleichbar zur Natur optimiert. Evolutionsbionische Ergebnisse galten auch noch 1975 als suspekt und so hatte JOSCHKO die Berechnungen seiner Versuchsanordnung nachzuliefern.

Seine Erkenntnisse wie auch das evolutionsbionische Verfahren selbst übertrug JOSCHKO schließlich auf die **Methode der synergetischen Innenweltreise**. In abstraktionsbionischer Hinsicht (s. o.) stellt auch der Mensch ein virtuelle Düse dar, die durchströmt wird – und zwar von seiner Lebensenergie. Die "Scheibchen" bilden hierbei die im Laufe des Lebens herausgebildeten Attraktoren. Langjährige Erfahrung hat gezeigt, dass die Themen in der Innenwelt gängig in Verbindung stehen mit dem Inneren Kind (als dem wichtigsten Symbolbild), dem Papa, der Mama, den Großeltern, dem Inneren Mann, der Inneren Frau, den Lebens- partnern, den Traumen so- wie den aufzufindenden Mustersätzen. Diese In- neren Bilder sind im kon- kreten Fall freilich noch weiter zu differenzieren (Kleinkind, Schulkind etc.).

Sind einige oder alle dieser zentralen Themen in der Innenwelt nicht erlöst, drosseln sie gleichsam als "Schieberegler" den Durchfluss an Lebensenergie. Ist etwa das Innere Kind ganz gehemmt, verweigert es sich und sitzt in der Ecke oder ist gar erstarrt, steht der virtuelle "Schieberegler" bei 0 %. Steht der Innere Papa zudem vielleicht bei 20 % und die Mama bei 40 %, entsteht daraus eine eingeengte Kennlinie, die entsprechend den Lebensfluss hemmt.



Dieser Befund, der sich aus der Qualität der maßgeblichen Innenweltbilder ergibt, drückt sich selbstähnlich in der gesamten Innenwelt aus (nicht so differenziert, nicht so plastisch, nicht so

29) SCHWEFEL promovierte dann 1975 bei RECHENBERG zum Thema "Evolutionsstrategie und numerische Optimierung" und hatte schließlich zwischen 1985-2006 die Professor für Systemanalyse im neuen Studiengang Ingenieur-Informatik an der Universität Dortmund inne (http://Ls11-www.cs.uni- dortmund.de).

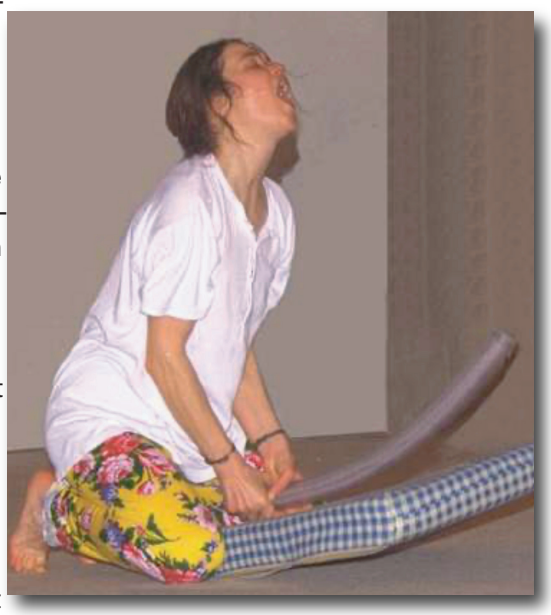
beweglich) sowie insgesamt auf allen Ebenen von Körper, Geist und Seele. Die wichtigsten Innenweltbilder sind fast immer geschädigt, wenn Menschen krank sind; Krankheit korrespondiert mit unkooperativen bzw. leblosen Bildern. Somit müssen Erlebnisse in der Innenwelt aufzufinden sein, die die Lebendigkeit dieser Symbolbilder ge- oder gar zerstört haben.

Das **Scheibchenziehen** in der Innenwelt geschieht in der Art, dass der Begleiter Impulse hinein gibt. Der Begleiter zieht in der Innenwelt mittels Y-Fragen beinahe beliebig Scheibchen (Papa, Mama, Bruder, Lehrer, Chef, Musik, Geräusche etc.) und schaut, wie der Klient darauf reagiert. Wenn der Klient auf die gestellte Y-Frage (vgl. Basishandwerkszeug) oder auf die eingespielte Musik nicht wesentlich reagiert, führte dieser Impuls nicht zu einer Zunahme der Energie und braucht nicht weiter verfolgt werden, da es sich gleichsam um das falsche Scheibchen handelte.

Wenn er energetisch reagiert, wird Energie freigesetzt; es kommt zu Interaktionen und damit Rückkopplungen und schließlich geschieht Selbstorganisation. Aufgrund der Vernetzung der neuronalen Informationsstrukturen optimiert sich damit ein Teil der Innenwelt. Die Innenweltbilder (Papa, Mama, Lehrer, Symbolraum, biographische Situation etc.) liefern während dieses Optimierungsprozesses präzise Rückmeldung über das Gelingen und Voranschreiten dieses Prozesses – sie sind gleichermaßen Werkzeug (direkte Ansprache und Rückkopplung) und Ausdruck (emergente Ver- änderung durch Selbstorganisation) des Optimierungsprozesses.

Merken wir, wie der Klient bei einer gewissen Musik anfängt zu schluchzen oder wie er angesichts seines Schattens betroffen oder gar angewidert reagiert und dabei doch beginnt, sich für diesen Teil seines Lebens zu interessieren, spüren wir, wie die Energie in der Sitzung zunimmt und wie sie im Klienten wieder ins Fließen kommt. Wenn er weint, läuft gerade etwas richtig (Energieerhöhung!); wenn er den Impuls hat zu schlagen, dürfen wir dies nicht etwa aus moralischen Gründen untersagen – es ist ein natürlicher und vielleicht bislang unterdrückter Impuls und als solcher wird er angenommen und vom Klienten (mitunter drastisch) ausgelebt (Energieerhöhung durch **Prozessarbeit)**. Synergetik nach JOSCHKO unterscheidet sich nicht zuletzt von psychotherapeutischen Verfahren durch die Bereitstellung eines radikal freien Entfaltungsraumes.

Häufig erweist sich dabei der Schlagstock (Dhyando) als ein wirkungsvolles Instrument, Innenweltbilder zu transformieren, da die Arbeit mit ihm mit allen Sinnen wahrgenommen wird und so umfassend auf die Prozesse in der Innenwelt einwirkt. Hat man mit dieser hochenergetischen Prozessarbeit in der eigenen Innenwelt noch keine Erfahrung gemacht, kommt leicht der Eindruck auf, dass diese Energiearbeit im Widerspruch zu gewohnten ethischen Grundhaltungen unserer Gesellschaft steht, die uns anhalten, Konflikte gewaltfrei zu lösen. Dabei wird jedoch übersehen, dass nur derjenige tatsächlich gewaltfrei im Außen zu leben vermag, der seine unterschwelligen Konflikte im Inneren, das heißt im Unbewussten, erlöst hat.





Dhyando-Arbeit ist Transformationsarbeit, die ganz eigenen Gesetzmäßigkeiten unterliegt. So geht es etwa nicht um den tatsächlichen Onkel, der seine Nichte in jungen Jahren immer wieder missbraucht hat, sondern um das Bild von ihm in ihrem Kopf. Dieses Bild wirkt fort im Unbewussten, als sei der Missbrauch gerade eben erst geschehen und prägt ihr Verhalten in allen Situationen ihres Lebens, wie auch die gesundheitliche Verfassung ihres Körpers. Eine Zerstörung dieses Bildes bewirkt nicht die endgültige Eliminierung ihres Onkels in ihrer Innenwelt (und schon gar nicht im Außen). Vielmehr wird dadurch dem Gehirn die Möglichkeit geschaffen, totale Transformationen als neue Erfahrungen

zu integrieren und selbstorganisatorisch das Bild des Onkels im Gehirn mit einer (entsprechend!) höherwertigen Qualität neu entstehen zu lassen. Ein emergentes Geschehen.

Leben wird in der Synergetik nach JOSCHKO systemisch aufgefasst als ein Zustand am Rande der Instabilität, durch den Energie hindurch fließt und mit der Welt im Austausch steht. Alle Operationen dienen dabei immer der eigenen Organisation. Es passieren ständig Selbstorganisationen im System mit der Aufgabe, sich selbst zu erhalten bzw. Stabilität zu erzeugen. 30)

Diese **systemische Betrachtungsweise** trifft grundsätzlich auf jedes System zu: Die Bild-Zeitung, die Schulmedizin, der Staat etc. – von außen betrachtet dienen alle Vorgänge innerhalb des Systems selbstorganisatorisch (hierzu zählt auch die Geschäfts- oder Staatsführung) der Selbsterhaltung. Systeme verorten sich in einer Umgebung, die Einflüsse ausübt: Steigen die Verkaufzahlen oder sinken sie, reagiert das "Bild-Zeitungs-System" entsprechend mit dem Ziel, sich an die neuen Gegebenheiten anzupassen, um erneut Stabilität zu erzeugen. Das betrifft ebenso Staaten, die auf Finanzkrisen reagieren, wie auch das menschliche Gesamtsystem bestehend aus Körper, Geist und Seele.



Während einer Session ist es Einflüssen und neuen Erfahrungen ausgesetzt. Auch hier mobilisieren Herausforderungen bislang gebundene Energien und auch hier reagiert das System selbstorganisatorisch, um unter den gegebenen Umständen den möglichst optimalen Zustand zur Herstellung von Stabilität zu erzeugen. Hierbei orientieren sich die selbstorganisatorischen Prozesse an den Urbildern, von denen wir als Innenweltbegleiter Kenntnisse und im besten Fall eigene Erfahrungen haben müssen, um diesen Prozess sinnhaft zu unterstützen.

Optimale innere Bilder – Ziel synergetischer Transformationsarbeit:

Mama und Papa stehen hinter dir, das Innere Kind ist 7 Jahre alt, lebendig und läuft durch die Gegend. Oma und Opa, der ganze Klan, steht noch hinter den Eltern, die Innere Frau, der Innere Mann sind einigermaßen erlöst (wir müssen ja auch noch was lernen in der Zukunft) – und mehr ist es nicht! Damit seid Ihr gesund (B. JOSCHKO).

7 Morphische Felder

7.1 Rupert Sheldrake



Eine *gefährliche Irrlehre,*
dieses ärgerliche Traktat ist ein Spitzenkandidat für eine Bücherverbrennung

– so urteilte das einflussreiche Wissenschaftsblatt 'Nature' über Rupert SHELDRAKES Werk **Das schöpferische Universum,** so der deutsche Titel des 1981 erschienenen Buchs. Seither tobt in der Gelehrtenwelt ein heftiger Streit über den Ursprung der Formenvielfalt in der Natur, über die evolutionären Wirkzusammenhänge und über die Seriosität wissenschaftlicher Forschung insgesamt.

In der Tat rüttelte SHELDRAKES Hypothese – dass die Formen in der Natur weder allein durch die Gene, noch im darwinschen "Kampf ums Dasein", sondern durch ein

30) Vgl. CAPRA, Fritjof: Lebensnetz. Eine neues Verständnis der lebendigen Welt. Bern [u. a.] 1995.

"morphogenetisches", formverursachendes Feld entstehen – an den Grundfesten naturwissenschaftlicher Glaubenssätze. Die wüste Drohung einer Bücherverbrennung zeigt, dass hier ein wunder Punkt in der fundamentalen Weltanschauung des wissenschaftlichen Establishments berührt war. Das etwas moderner eingestellte Fachblatt 'Scientist' schrieb denn auch: *Wenn Sheldrake recht hat, dann hat die westliche Wissenschaft die Welt ganz übel fehlgedeutet – und alles, was in ihr lebt, dazu.*[31)]

Das Herausfordernde an SHELDRAKES neuer Theorie war, dass er nicht einfach spe- kulierte, sondern seine Behauptungen anhand objektiver, wiederholbarer Experimente aufstellte und die Ergebnisse einiger erster Versuche gleich vorlegte. In der Folgezeit fanden, gefördert durch Preisgelder von Universitäten und Institutionen, weitere Experimente zur Überprüfung der Hypothese statt. Die Ergebnisse waren positiv.

1988 ging der Streit um die morphogenetischen Felder in eine weitere Runde. In England erschien ein neues Buch von SHELDRAKE (**Das Gedächtnis der Natur**) in dem der Autor seine Hypothese in ihren historischen und philosophischen Gesamt- zusammenhang stellt und verdeutlicht, dass sie auf ein vollkommen neues, durch und durch evolutionäres Verständnis der Welt hinausläuft: Nicht ewige, unverrückbare Naturgesetze regieren das Universum und das Leben, sondern ein sich durch die Gegenwart ständig veränderndes, evolutionierendes Gedächtnis der Vergangenheit.

Rupert SHELDRAKE in: *Das Gedächtnis der Natur*

Dieses Buch erforscht die Möglichkeit, daß die Natur ein Gedächtnis besitzt. Es vertritt die Ansicht, daß natürliche Systeme wie Termitenkolonien, Tauben, Orchideen und Insulinmoleküle von allen früheren Exemplaren ihrer Art, wann und wo auch immer diese existiert haben mögen, eine kollektive Erinnerung übernehmen.

Diese kollektive Erinnerung ist von kumulativem Charakter, wird also durch Wiederholung immer weiter ausgeprägt, so daß wir sagen können, die Natur oder Eigenart der Dinge sei Ergebnis eines Habitualisierungsprozesses, also Gewohnheit: Die Dinge sind so, wie sie sind, weil sie so waren, wie sie waren.

Gewohnheiten könnten in der Natur aller lebenden Organismen, in der Natur der Kristalle, Moleküle und Atome, ja des ganzen Kosmos liegen. (...) Diese Möglichkeiten sind im Rahmen einer wissenschaftlichen Hypothese denkbar, die ich 'Hypothese der Formbildungsursachen' nenne. Nach dieser Hypothese hängen Gestalt und Art der Dinge von Feldern ab, die ich 'morphische Felder' nenne.

Jedes natürliche System besitzt ein eigenes spezifisches Feld und so sprechen wir von einem Insulinfeld, einem Buchenfeld, einem Schwalbenfeld und so weiter. Alle Atome, Moleküle, Organismen, Gesellschaften, Konventionen und mentalen Gewohnheiten werden von solchen Feldern geformt.

Morphische Felder sind, wie die bekannten Felder der Physik, nicht-materielle Kraftzonen, die sich im Raum ausbreiten und in der Zeit andauern. (...) Wenn solch ein organisiertes System aufhört zu existieren – etwa wenn ein Atom sich spaltet, eine Schneeflocke schmilzt, ein Tier stirbt – so verschwindet das organisierende Feld von dem Ort, an dem das System sich befand. In einem anderen Sinne jedoch verschwinden morphische Felder nicht: Sie sind potentielle Organisationsmuster und können sich zu einer anderen Zeit und an einem anderen Ort wieder konkretisieren, wenn die entsprechenden physikalischen Bedingungen gegeben sind. Den Prozeß, durch den Vergangenheit innerhalb eines morphischen Felds zur Gegenwart wird, nenne ich 'morphische Resonanz'.

---

31) Vgl. BRÖCKERS, Mathias: Hat die Natur ein Gedächtnis? In: TAZ Nr. 3116 (26.05.1990).

SHELDRAKES Theorie geht davon aus, dass die gesamte Natur einschließlich des Kosmos ein **selbstorganisiertes System** ist, dessen Baupläne nicht für alle Ewigkeiten fixiert sind, sondern sich mit den von ihnen organisierten Systemen entwickeln. Die biologische Information wird dabei nicht durch die Gene vererbt, sondern durch die "morphische Resonanz", mit der sich der Organismus auf das Muster des morphischen Feldes seiner Spezies "einschwingt".



SHELDRAKE vergleicht die Situation mit einem Fernsehapparat: Die Bilder auf dem Schirm entstehen im TV-Studio und werden durch ein elektromagnetisches Feld übertragen. Um das Bild erzeugen zu können, muss der Apparat mit den richtigen, verdrahteten Komponenten ausgestattet, mit elektrischer Energie versorgt und auf die Sender-Frequenz eingestellt sein. Veränderungen an der Ausstattung, etwa ein fehlerhafter Transistor, stören das Bild auf dem Schirm oder lassen es verschwinden - doch niemand käme auf die Idee, dass die Bilder aus den Transistoren und den anderen Komponenten bestehen und dem TV -Apparat einprogrammiert sind. Die herkömmliche Biologie aber tut genau dies: Sie wertet die Tatsache, dass Veränderungen an den genetischen Komponenten Form und Verhalten eines Organismus beeinflussen können, als Beweis dafür, dass Form und Verhalten in den Genen kodiert oder genetisch programmiert seien.

Die Natur hat also nicht nur ein Gedächtnis, dieses Gedächtnis existiert auch außerhalb der materiellen Körper und überbrückt Zeit und Raum. Es wundert nicht, dass diese große, universale Hypothese auf den Widerspruch der etablierten Wissenschaft gestoßen ist. Doch SHELDRAKES Theorie kann einige Phänomene erklären, vor denen der empirische Rationalismus schlichtweg ratlos steht. Für Chemiker beispielsweise ist es sehr schwierig, eine neue Kristallart herzustellen, oft müssen die Zutaten monatelang reagieren, bis sie kristallisieren - ist es aber einmal irgendwo auf der Welt gelungen, ein solches neues Kristall herzustellen, geht es fortan überall viel schneller vonstatten.



Erklärt wurde diese mysteriöse Fernwirkung bisher mit der wahrhaft haarsträubenden These, dass sich winzige Partikel in den Barthaaren reisender Chemiker festgesetzt und die anderen Experimente infiziert hätten. SHELDRAKES Lösungsvorschlag: Das neue Kristall hat ein morphisches Feld aufgebaut, das als Sender wirkt.



SHELDRAKES Theorie wird nicht nur durch seine Experimente gestützt, sondern auch durch neuere Erkenntnisse anderer Wissenschaftszweige: So findet die merkwürdige Fernwirkung der morphischen Resonanz eine Entsprechung in den Ergebnissen der **Quantenphysik**, die in der Welt der kleinsten Teilchen eine unerklärliche Resonanz Informationsübertragung ohne Energie - festgestellt hat. Und dass, wie SHELDRAKE behauptet, das Gedächtnis der Natur nicht nur innerhalb, sondern auch außerhalb der Organismen, in einem biologischen Kraftfeld, lokalisiert ist, entspricht dem Ergebnis der Gehirn-Forschung, die bei ihren Versuchen, Erinnerung und Gedächtnis zu lokalisieren, zu dem paradoxen Schluss kam:

Das Gedächtnis ist überall, aber nirgendwo im besonderen.

Dass eine solche Nicht-Örtlichkeit für ein mechanistisches Weltbild untragbar ist, liegt auf der Hand – entsprechend stieß SHELDRAKES These, welche die für den Mechanikerverstand unangenehmen Ergebnisse der Quantenphysik und der Neuro-Wissenschaft von einer ganz anderen Seite bestätigte, auf harsche Ablehnung.

7.2 Morphische Felder im Außen und Innen

Ein Experiment mit dem morphischen Feld

Wenn Du selbst einmal ausprobieren möchtest, ob Du auf das morpho- genetische Feld Zugriff nehmen kannst, dann wähle doch einmal einen Menschen aus, von dem Du schon länger nichts mehr gehört hast.

Kein zu weit entfernter Mensch, so dass es nicht allzu unwahrscheinlich ist, dass er sich von sich aus einmal melden könnte (also zu Anfang nicht gleich den im Streit ausgewanderten Cousin in Australien, sondern vielleicht eine gute Freundin, die sich ein paar Wochen nicht mehr gemeldet hat) und denke einmal konzentriert an diesen Menschen.

Stelle Dir ihn vor Deinem inneren Auge bildlich vor und sage ihm in Gedanken
Melde Dich bei mir!

Sei nicht zu hektisch damit. Wiederhole die Übung in regelmäßigen Abständen (vielleicht 3 mal am Tag) und warte ab, was geschieht.

Wenn sich dieser Mensch meldet, dann frage ihn, was ihn dazu bewegt hat und wann genau er auf die Idee gekommen ist, Dich anzurufen.

Eine Mutter spürt aus über 1000 km Entfernung, dass es ihrem Kind schlecht geht.

Ein Hund spürt, dass sein Herrchen nach Hause kommt und reagiert auffällig, obwohl dieser normalerweise nicht um diese Zeit heimkehrt und noch einige Kilo- meter entfernt ist.

Anfang Februar 1975 erwachten Schlangen nahe der nordostchinesische Stadt Haicheng vorzeitig aus dem Winterschlaf, um einem Beben zu entfliehen, das die Stadt wenige Tage später in Trümmer legte. Damals hatten Seismologen das Verhalten der Tiere richtig gedeutet, entsprechende Messungen vorgenommen und die Stadt rechtzeitig räumen lassen.

Anders im Mai 2008: Kröten warnten vor dem verheerenden Erdbeben in Südwestchina und waren zu Hunderttausenden aus der Erde gekrochen und durch die Stadt Mianyang gehüpft. Warum die Krötenwanderung in Mianyang nicht als Warnung wahrgenommen wurde, ist unklar. Womöglich wurde den zuständigen Behörden das auffällige Verhalten der Tiere einfach nicht gemeldet.



Wir leben in einer Zeit eines Paradigmenwechsels (vgl. Kapitel 3). Dies führt dazu, dass über lange Dekaden unterschiedliche und einander zum Teil ausschließende Weltbilder, Thesen und Theorien im Konkurrenzkampf miteinander stehen. Zu den Opfern dieses längeren Prozesses zählen u. a. die vielen Tausend Toten, die 2008 in Mianyang umkamen. Schwer tut sich der Intellekt des Menschen damit, Dinge anzuerkennen, die er nicht begreift und so grassieren zahlreiche Theorien darüber, was denn genau die Tiere beim Nahen einer Naturkatastrophe bewegt, die Flucht zu ergreifen.

Es gilt als "letztlich noch nicht geklärt" was Vögel, Pferde, Elefanten und Fische veranlasst, vor einem starken Erdbeben verrückt zu spielen. Es gibt Thesen, die besagen, dass durch den starken Druck und die Reibung im Gestein elektrische Ströme entstehen, die wiederum das in feinen Gesteinsrissen vorhandene Wasser zersetzen. Die dabei entstehenden positiv geladenen Teilchen würden von den Tieren als Aerosole über die Atemluft aufgenommen und verursachten bei ihnen die Ausschüttung des Angst auslösenden Nervenbotenstoffs Serotonin. Elefanten sollen ferner den Infraschall und somit tiefste Schwingungen eines Seebebens über große Entfernungen spüren können. Andere Tiere wie Schlangen und einige Käferarten besäßen dagegen Infrarotsensoren und registrierten damit bereits minimale Temperaturänderungen, wenn in Erdbeben-

zonen um Vulkane aufsteigende Lava den Erdboden erwärmt. Und viele Vögel bemerkten Schwankungen des Erdmagnetfelds, wie sie auch mit Erdbeben einhergehen. Und weil zahlreiche Vögel im Gegensatz zum Menschen auch im ultravioletten Bereich sehen, könnten sie womöglich Gase wahrnehmen, die vor einem Erdbeben aus dem Boden entweichen.



Diese Thesen erinnern ungewollt an Theorien des aufkommenden Industriezeitalters als im 19. Jahrhundert bislang unbekannte Reisegeschwindigkeiten mit der Eisenbahn erreicht werden konnte und man fürchtete, dass einem der Kopf vom Druck platzen könnte, wenn ein Zug mit der Geschwindigkeit von 30 Stundenkilometern in einen Tunnel einführe.

Für **synergetische Innenweltreisen** ist es letztlich nicht relevant, ob es Erdmagnetfelder, morphische Felder oder sonstige Felder sind, die Mutterinstinkte in Gefahrenmomenten hervorrufen und deutlich machen, dass Verbindungen zwischen Familienmitgliedern bestehen, die weit über das hinausgehen, was mittels Vererbungslehre oder Elternliebe erklärbar wäre. Diese Verbindungen sind in der Innenwelt schlicht ein Faktum und gängig rückkoppelt man die Erfahrungen des Klienten mit den Erfahrungen, die die Eltern in ihrer Kindheit gemacht haben. [32)] Dabei erlebt man teils symbolische Szenen, teils jedoch auch biographische Szenen aus der Kindheit der Eltern (oder der Urgroßeltern), deren Wahrheitsgehalt frappierend sein kann. Auch das Eintauchen in Erfahrungen vor der eigenen Geburt, vor der eigenen Befruchtung, vor diesem Leben ist im Zuge synergetischer Innenweltreisen nicht ungewöhnlich und mitunter unumgänglich, wenn das aktuelle Thema der Session auf solche Beziehungen hinführt.

Von den gängigen Thesen bietet sich SHELDRAKES Theorie der morphischen Felder gerade deswegen an, weil sie unscharf und offen formuliert ist (was ihr mitunter von Kritikern vorgeworfen wird). 'Morphische Resonanz' – also der Prozess, durch den Vergangenheit innerhalb eines morphischen Felds zur Gegenwart wird – findet gängig in jeder Innenweltreise statt, wenn wir nach themenspezifischen Fraktalen im Leben des Klienten und seiner Verwandten suchen. Entscheidend ist dabei nicht, auf was wir diese wechselseitigen Beziehungen zurückführen, sondern dass wir sie – wo es nötig ist – erlösen! Tief angesetzt in der Kindheit der Mutter oder der Oma kann die Transformationsarbeit sehr wirkungsmächtig sein, so dass anschließend alle selbst- ähnlichen Konstellationen und Szenen, die vordem im Leben des Klienten aufgedeckt wurden, scheinbar von selbst und ohne weiteres Zutun "kippen" und sich selbstorganisatorisch optimieren. Und erstaunlich sind immer wieder die morphischen Effekte, die im Außen infolge von Innenweltreisen auftreten können: Schulden lösen sich nach einer gründlichen Session in Nichts auf, weil die Gläubigerbank Insolvenz anmeldet; Papas rufen nach Jahren überraschend an und wünschen sich wieder Nähe zu ihrem Kind (das am Vortag eine Sitzung zu diesem Thema gemacht hat) – Zufälle, die mittels synergetischer Innenweltreisen "programmierbar" zu sein scheinen.



Die Kapitel *Pastlifes* und *Innere Mama/Innerer Papa* im Ausbildungsmaterial "Synergetik Basic 3/4" greifen die Thematik der morphischen Felder erneut auf und vertiefen sie.

---

32) Vgl. dazu auch STACHOWIAK, Marina: Psychobionik. Integrales Heilen auf dem Weg in ein neues Bewusstsein. Ahlerstedt 2008, S. 81-85.

Synergetik Basic 2/4

Reichtum und Schatten in der inneren Welt

1 Einleitung: Reichtum und Schatten in der inneren Welt

So wie im Winter in uns das Gefühl von Sommersonne auf der Haut verblasst, so schwindet bei vielen Menschen im Laufe ihres Lebens das Gefühl für die eigene Lebendigkeit. Dies sind keine Ausnahmen, es ist in unserem Kulturkreis der Normalfall - wir arbeiten, um die Familie zu versorgen und zu ernähren, um das Haus und das Auto abzuzahlen. Wir ertragen ignorante Chefs, missmutige Kollegen, tratschende Nachbarn und manchmal auch einen Lebenspartner, mit dem uns nur noch die Gewohnheit verbindet - und "funktionieren" in unserem Alltag. Viele Menschen haben gar kein Bewusstsein mehr dafür, wie umfassend sie in ihrer Lebendigkeit eingeschränkt sind, was "Lebendigkeit" eigentlich alles bedeuten kann - "mir geht's prima, läuft alles ganz normal!"

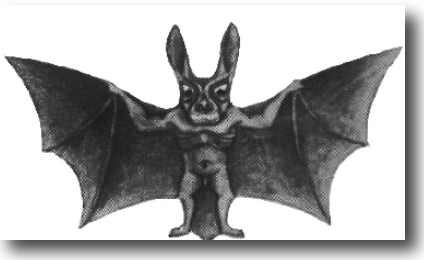
'Grauer Alltag' ist vielen ein Begriff; Stress, Kopfschmerztabletten und blutdruck- senkende Mittel gehören hierzulande zur Normalität - bei den anderen im Be- kanntenkreis und im Fernsehen ist es ja auch so; Höhenangst und Lampenfieber sind weit verbreitet und auch die nagende Sorge um den guten Ruf bei Verwandten, Bekannten und Kollegen ist doch ganz normal ...

Macht das Leben etwas mit uns oder machen wir etwas mit dem Leben?

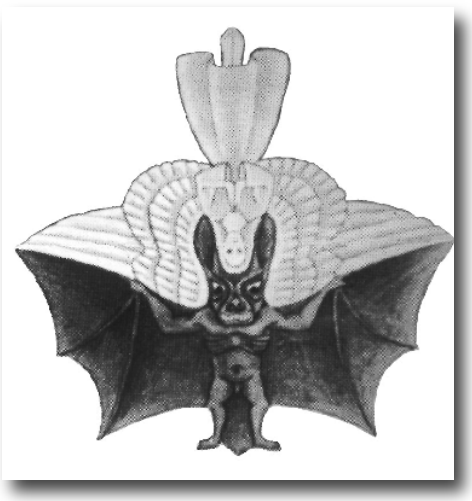
Der Reichtum oder der Mangel an Möglichkeiten, über die wir in der Innenwelt verfügen, entspricht der Handlungskompetenz, über die wir in unserem Leben verfügen.



Der Reichtum drückt sich als sehr differenzierte Innenwelt aus: detailreiche Bilder, hilfsbereite Symbolfiguren, lebendige Persönlichkeitsanteile, glückliche und unter- stützende Familienmitglieder gehören ebenso dazu wie schöne Orte, die nicht nur den Rahmen der aktuell behandelten Thematik in der Innenwelt abgeben, sondern auch symbolisch für die Qualität der gesamten Lebenseinstellung des Klienten stehen.

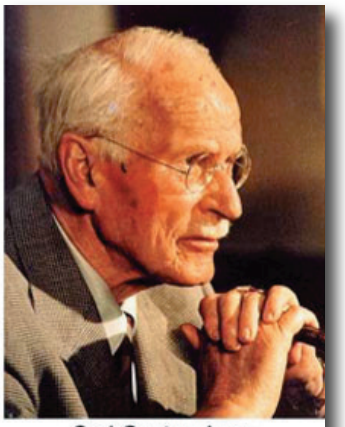


Umgekehrt verweisen kalte, unangenehme Kellergewölbe auf nicht aufgearbeitete Themen und Erfahrungen im Leben. Etwa ein Symbolraum, der halb im Dunkeln liegt, wobei sich die Mama im helleren und der Papa im dunkleren Teil befindet. Häufig sind uns unsere verdrängten Schlüsselerlebnisse der Kindheit im Alltag nicht bewusst und liegen in der Innenwelt buchstäblich im "Schatten". Diesen Begriff prägte C. G. JUNG Mitte des 20. Jahrhunderts. Der Schatten ist all das, was wir nicht sein wollen, was wir nicht in uns vorfinden wollen, was wir nicht leben wollen. Unser "Nein" vermag es zwar, diesen Teil unseres Lebens aus unserem Wachbewusstsein zu tilgen, doch finden wir ihn in der Innenwelt wieder auf, da er zu uns gehört – ein Missbrauch etwa, der vor Jahrzehnten geschah und von dem wir absolut nichts wissen (wollen).



Diese Verdrängung führt zu allerhand verzerrten Wahrnehmungen (vgl. *Basic 1/4*, Kap. 2). Wir empfinden den Schattenbereich als unangenehm, ja als peinlich. Die Stärke der damit verbundenen Gefühle gaukelt uns vor, dass diese von uns erlebte und gelebte Wahrnehmung von allen Menschen geteilt wird und wir verkennen dabei, dass es sich ausschließlich um unsere persönliche Wahrnehmung handelt. Auch führt die Verdrängung in der Regel dazu, dass wir den Schatten nach außen projizieren und unsere

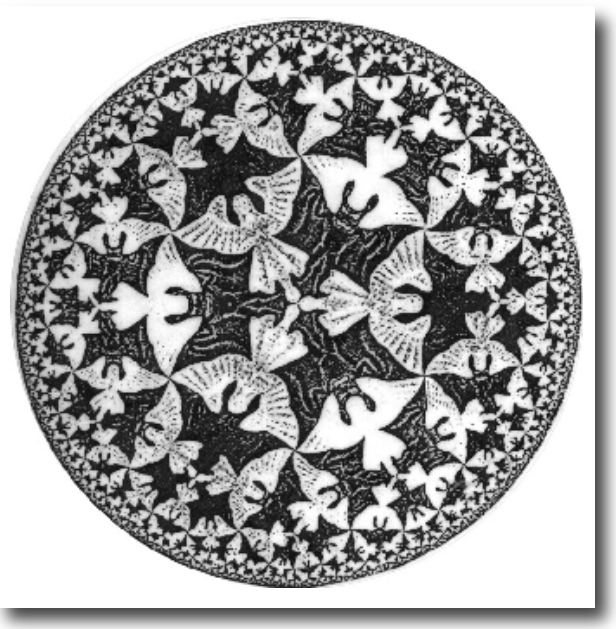
Weltwahrnehmung danach ausrichten. Unsere Verachtung und Kritik betrifft dann präzise das, was wir in uns nicht wahrhaben wollen.


Carl Gustav Jung

Während die dem Schatten eigentümlichen Züge ohne allzu große Mühe als persönlichkeitszugehörige Eigenschaften erkannt werden können, versagt hier sowohl die Einsicht wie der Wille, denn der Grund zur Emotion scheint ohne allen Zweifel beim Andern zu liegen. Für den objektiven Beobachter mag es noch so offenkundig sein, dass es sich um Projektionen handelt. Trotzdem besteht doch wenig Hoffnung, dass dieselben vom Subjekt eingesehen werden. Man muss schon davon überzeugt sein, dass man auch gelegentlich Unrecht haben könnte, um gewillt zu sein, emotional betonte Projektionen vom Objekt abzulösen.

Nehmen wir nun an, dass bei einem gewissen Individuum keinerlei Neigung besteht, die Projektionen einzusehen. Der projektionsbildende Faktor hat dann freies Spiel und kann, wenn er überhaupt ein Ziel besitzt, dieses verwirklichen bzw. den für seine Wirksamkeit charakteristischen Folgezustand herbeiführen. Das Projizierende ist bekanntlich nicht das bewusste Subjekt, sondern das Unbewusste. Man findet daher die Projektionen vor und macht sie nicht. Der Erfolg der Projektionen ist eine Isolierung des Subjekts gegenüber der Umwelt, indem statt einer wirklichen Beziehung zu derselben nur eine illusionäre vorhanden ist. 33)

Schatten und damit Mangel kann sich in der Innenwelt sehr vielfältig ausdrücken: In der Gleichgültigkeit der vorgefundenen Symbolfiguren und Familienmitglieder, im Ausdruck ihres Zustands (alt, schwach, grau, zerlumpt, erstarrt, tot) und in der Beschaffenheit der ganzen Innenwelt (dunkel, kalt, feucht, kellerartig, betoniert oder ohne Fußboden). Auch das Nichtvorhandensein von wichtigen Personen des Lebens oder helfenden inneren Instanzen kann Mangel ausdrücken.



Schließlich ist noch emotionale Armut zu nennen, wenn etwa über traumatische Erlebnisse gefühlsarm berichtet wird und/oder die Perspektive des Klienten die Position der dritten Person einnimmt. Umgekehrt kann es vorkommen, dass rasante, schillernde bunte und reichhaltige Bilderwelten erlebt werden, die den Begleiter der Sitzung dazu verführen können, "auf dem Film auszurutschen". Transformationen, die den Klienten nicht emotional tief berühren und nicht zu körperlichen Reaktionen führen, sind selten echte Transformationen, sondern lenken mittels einer scheinbar hilfsbereiten und vielfältigen Innenwelt vom eigentlichen Problem, vom eigentlichen Schatten – der einen erstarren ließe – ab.

Die Innenwelt entspricht hierbei mitunter selbstähnlich den (Über-)Lebensstrategien des Klienten im Alltag, in dem er es sich zur Angewohnheit gemacht hat, Probleme schönzureden oder wegzudiskutieren, anstatt sie anzusehen und anzunehmen. Tiefe emotionale Betroffenheit und entsprechende Körperreaktionen sind hingegen ein untrügliches Anzeichen für die Tiefe und Authentizität der Erlebnisse in der Innenwelt und Voraussetzung für echte und nachhaltige Transformationsarbeit. Je tiefer wir emotional

Intellektuelle Einsichten befreien nie!

Es nützt nichts, jemanden mit Waschzwang zu erklären, dass die Hände sauber sind, denn es liegt ein Zwang dahinter, eine Arbeitsanweisung aus dem Unbewussten, die so mächtig ist, dass sie den Willen ausschaltet. Diese Arbeitsanweisung muss verändert werden, damit sich die Spannung auflösen kann und anders gehandelt werden kann. Wir müssen schauen – auch auf die hässlichen Dinge in uns. Synergetische Innenweltreisen erlösen den Schatten und transformieren ihn – das allein rechtfertigt dieses Vorgehen (B. JOSCHKO).

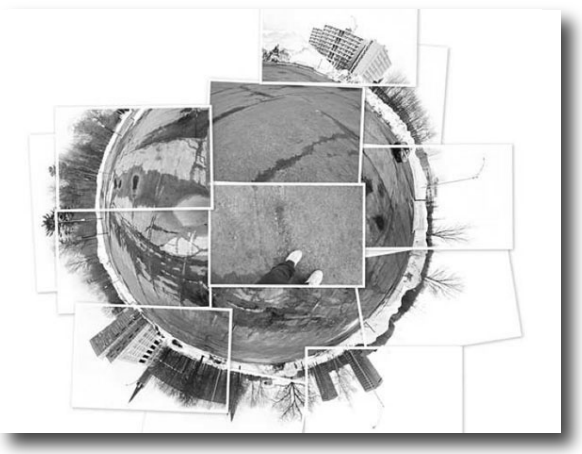
33) JUNG, C. G.: Welt der Psyche. 7. Aufl. Frankfurt/M. 1985, S. 72f. 67

betroffen sind, um so umfassender kann die Transformation erfolgen; reines "Bildergucken" beschert vielleicht einen unterhaltsamen Nachmittag, ändert jedoch nichts an der Thematik des Klienten.

Im Schatten können unterdrückte Gefühle wieder hochkommen – wir sind ungerecht, gemein oder entwickeln Hassgefühle –, Gefühle, die wir uns im Alltag nicht leisten können. Im Zuge einer Innenweltreise müssen wir dort hin, um den Schmerz zu erlösen, der uns angetan worden ist. Denn die Vergangenheit arbeitet ständig weiter im Gehirn. Wir können uns nicht vor dem Schatten schützen, weil die entsprechenden Energiebilder (der Papa, der einen gerade schlägt, der Onkel, der einen gerade missbraucht) in uns sind.
Im vorliegenden Ausbildungsmaterial geht es um Methoden und Techniken, die die Innenwelt bereichern und die Handlungskompetenz des Klienten stärken können. Oftmals helfen sie uns dabei, den Schatten zu demaskieren und zu dekonstruieren, etwa indem sie uns helfende Instanzen bescheren, die dem Klien- ten nachhaltig helfend zur Seite stehen. Wenn bestimmte innere Bereiche so sehr in den Schat- tenbereich verdrängt worden sind, dass sie nicht auf direktem Wege dem Bewusstsein zugänglich sind, lassen sich effektive Interventionstechniken einsetzen, um diese verdrängten Seelenbereiche wieder zugänglich zu machen.

2 Handlungskompetenz und Musterhandeln

Findet ein Klient in seiner Innenwelt graue Monotonie vor, die auf keine seiner Fragen antwortet und die ihn dermaßen beherrscht, dass er weder einen Schritt vor noch einen Schritt zurück machen kann, wird offenkundig, dass er (zumindest in Bezug auf das gegenwärtige Thema) über kaum bzw. keine Handlungskompetenz verfügt. Er kommt nicht von allein ins Tun, ist unfähig zu handeln und wird von den Gegebenheiten in der Innenwelt beherrscht, die selbstähnlich die momentane Konstellation seines Lebens im Außen versinnbildlichen – Stillstand und Ratlosigkeit beherrschen die Szene.



Handlungskompetenz ist die Fähigkeit, etwas zu tun und zwar im Innen wie im Außen. Anders jedoch als im Alltag, wo die Probleme mitunter verworren und unübersichtlich erscheinen, konzentrieren sich Innenweltreisen auf das Hier und Jetzt. Der Klient hat sein Dilemma und seine Handlungsunfähigkeit deutlich vor Augen. Er kann klar darauf hingewiesen werden: Das ist der Ausdruck Deiner Innenwelt in Bezug auf das Thema; damit läufst Du durch's Leben – willst Du das? – Was willst Du tun?

Manchmal ist die Handlungsunfähigkeit so groß, dass ihm dennoch nichts einfällt. Hier können Techniken helfen, wie sie im 4. Kapitel beschrieben werden. Mitunter genügt es jedoch auch schon, wenn der Klient sich von der Matratze erhebt und ganz bewusst einen Schritt im Raum macht. Und dann noch einen... Das Gegenteil von Handlungsunfähigkeit ist das Tun und so genügt es vielleicht auch schon, wenn eine Kleinigkeit gemacht wird – etwa einen Eimer Wasser auf das staubigeGrau zu schütten – und schon kann Bewegung "ins Spiel" kommen und die Transformation der Situation einsetzen. Das Wachsen der Handlungskompetenz findet hier ihren Anfang und lässt auch den (Lebens-)Mut wieder aufkommen.

Handlungskompetent ist der 'Tuende', wozu letztendlich auch das Handeln des 'Täters' und damit die Annahme des eigenen Schattenbereichs zählt – das, was wir normalerweise nicht sein oder tun wollen oder können: hassen, wüten, zerstören, töten, vergeben, lieben, erlösen, heilen ...

Transformationen, Handlungskompetenz und Mut stehen in Wechselwirkung miteinander. Handlungskompetenz und Mut wachsen im Zuge vieler Transformations- erfahrungen (vgl. *Basic 1/4*, Kap. 4.2; 5.2; 6.2), sowohl während einer Sitzung als auch generell im Laufe vieler Sitzungen – und nicht zuletzt durch Umsetzung im alltäglichen Leben.

Mit zunehmender Handlungskompetenz in der Innenwelt wächst auch die Handlungskompetenz im Außen und wir beginnen etwas mit dem Leben zu machen und uns nicht mehr alles bieten zu lassen: vom Chef, vom Ehepartner, von den Eltern usw. Das Leben im Alltag beschert uns immer Themen, die bereits in der Innenwelt bearbeitet worden sind und fragt danach, ob wir auch hier genug Konsequenz und Mut besitzen, un-

sere Themen anzugehen, unbequeme Entscheidungen zu treffen und Verantwortung für unser Tun und Handeln zu übernehmen. Es genügt nicht, sich ausschließlich "fit" und handlungskompetent in der Innenwelt zu machen!



Musterhandeln entsteht, wenn wir nicht handlungskompetent sind, wenn wir die seelischen Verletzungen unserer Kindheit nicht erlöst haben; wenn uns im Alltag Muster beherrschen und unser Verhalten diktieren. Muster sind komplex vernetzte Informationsstrukturen unserer Innen- welt, die sich aus schönen und vor allem weniger schönen Erfahrungen in unserer Kindheit zusammensetzen – aus traumatischen Erlebnissen, aus Verlust- und Mangelerfahrungen aller Art. Ist beispielsweise eine Mutter nicht in der Lage, ihrem Kind Liebe und Wärme zu schenken (vielleicht, weil sie so etwas selbst nie erfahren hat), besitzt der junge Mensch ein tief sitzendes Liebesdefizit in seiner Seele, das auf Erlösung wartet – und zwar Jahre lang. Solange, bis der erste Partner bzw. der Ehepartner ins Leben tritt. "Selbstverständlich" ist dieser dann dafür zuständig, das tiefe Loch in der verletzten Seele zu füllen! Am besten in jeder Sekunde, mit seiner ganzen Kraft und der gesammelten Aufmerksamkeit. Offen oder unterschwellig vorgetragene Eifersucht hält dabei mögliche Konkurrenten vom Platz – ein allgemein gesellschaftliches Phänomen.

Dies kann im Extremfall so weit gehen, dass man seinen Lebenspartner (den man zu lieben glaubt) massiv in seinen sozialen und beruflichen Freiräumen einschränkt und etwa der Ehefrau (eine Masseurin) verbietet, Männer zu massieren oder dem Ehemann (ein Manager in der Finanzwirtschaft) klarmacht, dass Tagungen mit Übernachtungen "nicht drin sind" etc. Hier handeln die Menschen gemäß ihrer seelischen Defizit-Muster, die aus (früh-)kindlichen Mangelerfahrungen resultieren und den einen Partner dazu verführen, den eigentlich geliebten Menschen seelisch und sozial massiv einzuschnüren, während sie den anderen Partner dazu bringen, "es mit sich machen zu lassen". Es gehören dazu immer zwei musterhandelnde Menschen. Musterhandeln ist das Gegenteil von Handlungskompetenz.

3 Symbolbilder und biographische Bilder

Der Begriff 'Symbol' stammt aus dem Griechischen und bezeichnet etwas Zusammengefügtes. Es ist ein Sinnbild, ein Bedeutungsträger, der sich auf eine Vorstellung bezieht. In der Innenwelt ist es die Vorstellung des Unbewussten, mit dem wir während einer Innenweltreise in Kontakt und in Kommunikation treten. [34)]

Symbolbilder sind alle Bilder, die nicht biographischen Ursprungs sind. Biographische Bilder sind etwa Papa, Mama, Bruder, das Kinderzimmer, das Wohnhaus etc. Bio- graphische Bilder können symbolisch eingefärbt bzw. verzerrt sein, etwa der Papa, der als abgerissene Gestalt in Lumpen und langen grauen verfilzten Haaren auftritt etc. Der Übergang von biographischen zu symbolischen Bildern kann fließend sein. Davon zu unterscheiden sind die Urbilder, auf die in *Basic 3/4* eingegangen wird.

3.1 Autonome Qualität innerer Bilder

Menschen, die noch keine Erfahrung mit ihrer Innenwelt gemacht haben, ist es im allgemeinen nicht bewusst, dass die "Software" ihres Gehirns (ihre Innenwelt) von inneren Bildern – Figuren, Orten und Situationen – bestimmt wird. Diese Bilder verfügen mitunter über einen ausgesprochen autonomen Charakter und können das Verhalten des Menschen in der Außenwelt beeinflussen (vgl. Kap. 2, Musterhandeln). Ein Drittel unseres Lebens verbringen wir im Schlaf und einen wesentlichen Teil davon wiederum im Traumzustand. Das wir hier die inneren Bilder jedoch in aller Regel nicht bewusst erleben, führt dazu, dass wir diese innere Welt beim Aufwachen häufig lapidar abtun als *Quatsch, von dem wir heute wieder geträumt haben.*

34) Vgl. dazu JUNG, Carl Gustav: Über psychische Energetik und das Wesen der Träume. Zürich 1948. 72

Die autonome Qualität drückt sich während einer Innenweltreise zunächst darin aus, dass die Bilder unmittelbar aus dem Unbewussten aufsteigen und sich spontan präsentieren – und eben nicht vom Verstand kreiert werden. Dies betrifft nicht allein ihre Gestalt, sondern auch ihr Handeln. Mitunter ist etwa das Verhalten des inneren Papas ganz anders, als man es sich wünscht bzw. als es sich das Wachbewusstsein wünscht. Wir erkennen daran, dass wir mehr sind, als das gewohnte Wachbewusstsein und begegnen unserem Schatten – von dem wir bisher nicht (kognitiv) wussten.


M. C. Escher: Bildergalerie 13

Als Begleiter erkennen wir an der Überraschung des Klienten angesichts des auto- nomen Verhaltens innerer Anteile, dass wir gerade mit "authentischem Material" arbeiten und dass uns nicht die mitunter sehr rührige Vorstellungskraft seines Verstandes etwas vorgaukelt und uns damit vom Schattenbereich wegführt.

Dies bezieht sich auch auf Transformationsvorgänge, die sich infolge von Rück- kopplungen selbstorganisatorisch als emergente Geschehensprozesse (vgl. *Basic 1/4*, Kap. 2.1, 5.2) gestalten und die damit ebenfalls eine autonome Qualität besitzen (müssen), damit sie tiefgreifende Veränderungen im Innen und Außen hervorbringen können. Auch hier vermittelt uns die Überraschung des Klienten aufgrund des ungewohnten Erscheinens und Verhaltens der vordem im Schatten liegenden Persönlichkeitsanteile die Tiefe und Authentizität der vollbrachten Arbeit in der Innenwelt.

3.2 Innerer Löwe

Der Begleiter zieht ein Scheibchen (vgl. *Basis 1/4,* Kap. 6.2), indem er die Idee, das Bild des Löwen eingibt. Um diesen Energiebereich als Energiestruktur im Unbewussten sichtbar zu machen, wird der Klient aufgefordert, sich seinen Inneren Löwen als Symboltier vorzustellen oder aufzurufen bzw. auftauchen zu lassen und dann Rückmeldung zu geben über Größe, Körperbau, Abstand u. ä. Der Klient wird gebeten, die Konfrontation mit dem Löwen dadurch zu erhöhen, dass er ihn anspricht, ihm Fragen stellt, wie „wie geht es dir, was brauchst du? “ Interessant ist auch, wahr- zunehmen, in welchem Kontext dieser Löwe steht, ob er etwa eingesperrt ist oder im Dschungel lebt – oder ob er sich lediglich als zahmer, vertrottelter Plüschlöwe darstellt.



Der Begleiter kann dem Klienten erklären, dass der Löwe einen Teil seiner inneren Fähigkeiten symbolisiert. Er kann dem Klienten nahelegen, sich intensiver mit dem Löwen zu beschäftigen, um zu lernen, mit Klarheit, Aggression, Durchsetzungsvermögen, Power und Wildheit umzugehen. Die Auseinandersetzung kann eingeleitet werden durch die Aufforderung, näher auf ihn zuzugehen, ihn anzuschauen (wichtig), ihn auch zu streicheln, anzufassen. Der Klient soll dem Löwen erlauben, spontane Äußerungen zu machen, so dass eine Kommunikation entsteht. Das Ziel ist, diesen Löwen, also diesen Energieanteil sich zum Freund zu machen, damit er nicht autonom im Klienten existiert, sondern als sein Partner für ihn da ist.



Damit diese Konfrontation nicht auf einer oberflächlichen Phantasieebene bleibt, „macht nun der Begleiter Feuer“, indem er echtes Löwenbrüllen über CD einspielt. Häufig zeigt sich der Effekt, dass der Löwe schnell sein Aussehen und seinen Energieausdruck verändert, da die

Geräusche direkt im Unbewussten echtes Material provozieren. Das „Selbstbildnis“ wird energetisch echt. Dies macht den Aspekt sichtbar, dass oft eine hohe Differenz zwischen Selbsteinschätzung und dementsprechender vorgenommener Visualisierung und innerer Energiewirklichkeit vorhanden ist. Häufig wird der Löwe durch Betätigung des Lautstärkereglers gefährlicher und dadurch die Konfrontation intensiver. Der Prozess, in dem der Klient sich dem Löwen zum Freund macht, kann sehr kreativ gestaltet werden.

Es geht immer darum, dass der Klient selbst Wege findet, sich mit dem Löwen anzufreunden und der Begleiter nur Anregungen als Hilfestellung gibt. Es geht nicht darum, eine bestimmte innere, „richtige“ Struktur zu etablieren, da dieser Anteil immer individuell ist. Es geht vielmehr darum, den Schattenanteil Gefährlichkeit („ich habe Angst vor ihm“) aufzulösen. Dies muss nicht, wie allerdings meistens möglich, direkt in einer einzigen Session erfolgen, sondern kann auch über einen Prozessverlauf von mehreren Sitzungen verteilt werden. Dabei ist es auch möglich, Vereinbarungen mit dem Löwen zu treffen und ihm zum Beispiel nicht auf einmal in die Freiheit zu entlassen, weil der Klient mit seiner inneren Energiestruktur erst umgehen lernen muss. Wesentlich ist jedoch, dass der Klient den Löwen auf keinen Fall weiterhin wegschickt oder einsperrt.

Das Ziel ist immer, dass der Klient Meister seiner inneren Energie ist und sich ggf. befreit von ihn dominierenden Energien, die er normalerweise als Projektion im Außen erlebt und dort bekämpft oder vermeidet. Sollte diese Energie dem Klienten sehr unvertraut sein, kann er mit seinem Bewusstsein auch direkt in den Löwen hineingehen und aus dessen Augen heraus schauen, um so diese Energiequalität intensiv zu spüren und kennenzulernen und dadurch wieder verstärkt in sein Bewusstsein zu holen. Der Klient kann sich dem Löwen vollkommen ausliefern, um tiefer gehende Erfahrungen zu machen oder auch sich von dem Löwen wichtige Situationen aus seinem Leben zeigen lassen bzw. sich von ihm in „sein Reich“ führen lassen, um dort sehr umfangreich diese Energiequalität kennenzulernen.

Ist der Integrationsprozess mit dem Löwe abgeschlossen, ist es meist sehr interessant für den Klienten, sofort diese neue Qualität in einer Zukunftsprojektion oder in einer alten noch abgespeicherten Situation zu testen. In diesen Situationen macht er dann die Erfahrung, wie er sich mit dem Löwen als Freund an seiner Seite vollkommen anders verhält. Der Löwe kann in der Situation gegebenenfalls brüllend eingreifen, was der Begleiter durch das Einspielen des Löwengebrülls unterstützen kann. Er kann z. B. mit dem Löwen als Freund zu seinem Chef gehen und eine Gehaltserhöhung fordern oder ihn in Zukunft immer als imaginären Begleiter bei sich haben. Das wirkt wie eine Ankerung und der Schritt, diese Energie im realen Leben umzusetzen, fällt leichter. Wenn der Löwe im Unbewussten des Klienten installiert ist, ist er immer wieder verfügbar. Der Klient hat das subjektive Gefühl „ich habe meinen Inneren Löwen immer bei mir, er stärkt mich, er beschützt mich“. Die alte neuronal abgespeicherte Energiewirklichkeit entsteht selbstorganisatorisch neu - oft mit verblüffenden Resultaten, die den Klienten in Erstaunen und Begeisterung versetzen. Dadurch wird eine grundlegende Verhaltensveränderung des Klienten in seiner Außenwelt schon im Voraus in seiner Innenwelt „trainiert“. Es wird empfohlen, den inneren Löwen in Sitzungsverläufen häufiger einzubauen, da er grundlegende und wertvolle Veränderungen schnell erzeugt.

Diese Darstellung zeigt das grundsätzliche Schema auf, wie mit inneren Tieren umgegangen werden kann, so dass es dem Begleiter überlassen bleibt, eigene Kreationen zu entwickeln, z. B. mit dem Inneren Wolf oder anderen Krafttieren zu arbeiten. (Weitere Beispiele: Adler - Freiheit, Hirsch - Gruppenverhalten, Rangfolge, Fruchtbarkeit, Stier - Männlichkeit und Potenz, Eule - Weisheit, Schlange, Bär, Pfau, Hahn, Hund, Katze, Einhorn, Pferd, Schaf, Panther, Storch etc.). Grundsätzlich sind alle in der Innenwelt auftauchenden Tiere keine Fremdenergien oder gechannelte Wesen, sondern immer eigene Energieanteile (nach C. G. JUNG Archetypen aus dem Kollektiven Unbewussten zu denen jeder Einzelne individuellen Zugang hat und die ähnliche Energiequalitäten symbolisch repräsentieren), die es gilt, aus dem Schattenbereich zu erlösen und ihre ursprüngliche Qualität dem Klienten wieder verfügbar zu machen.



Man kann auch sagen, der Klient holt sich aus den Kollektivenergien bestimmte Qualitäten und transformiert sie, um diese individuellen Qualitäten für sich zu nutzen, d. h. er macht die Kollektivenergie zu seiner eigenen Energie.

3.3 Innere Instanzen und innere Helfer

In vielen Situationen kann es sehr hilfreich sein, den Klienten aufzufordern, eine innere Instanz bzw. innere Helfer aufzurufen, mitunter erscheinen sie auch von allein. Manchmal deuten sie sich zunächst nur an und lassen sich dann nach und nach entdecken, bzw. bilden sich nach und nach selbstorganisatorisch. Sie können auch vom Begleiter vorgegeben werden, wie beispielsweise:

- Innere Helfer, der Bote
- Innere Kreativität, der Sprengmeister, der gestaltgegebene Freiheitsdrang (vgl. Kap. 4.2 Mauersprengen)
- Gegenstände, wie etwa ein Vorschlaghammer (vgl. Kapitel 4.3 Scheibenklirren)
- mythologische Figuren, wie Merlin, Zauberer, Hexe, alle Märchensymbole, Naturgeister (Elfen, Feen, Zwerge), der Tod, der Teufel
- spirituelle/religiöse Figuren, wie der Mönch, der Schutzengel, das höhere Selbst, Jesus oder Gott
- Comicfiguren
- Innerer Heiler, innerer Arzt, Schamane
- Alter weiser Mann, weise Frau, der Hellseher



Es gibt deutliche Unterschiede zwischen 'inneren Helfern' unterschiedlichster Art und 'inneren Instanzen'. Innere Instanzen sind dadurch gekennzeichnet, dass sie zwar, wie alle anderen inneren Bilder, aus dem eigenen Energiefeld kommen, aber göttliche/universelle Aspekte beinhalten. Dies drückt sich beispielsweise durch ihre vollkommen autonome und vor allem unbeeinflussbare Haltung aus. Das heißt, es befinden sich keine Egoanteile in diesen Gestalten, so dass man sie nicht formen, durch Konfrontationen transformieren oder z. B. durch "Farbe einlaufen lassen" verändern kann. Sollte dies doch geschehen, handelt es sich um Persönlichkeitsanteile wie vielleicht der innere Helfer, die Kreativität, der innere Schutz oder auch unerlöste Aspekte der eigenen Seele.

Die Autonomie der inneren Instanzen zeichnet sich dadurch aus, dass sie sich nicht provozieren lassen, nur Vorschläge machen und keine Wertungen abgeben. Sie sind immer hilfsbereit, wohlwollend und verständnisvoll. Man darf sie auf die Probe stellen und auch ihre Unterstützung ablehnen, denn sie respektieren immer die individuellen Bedürfnisse und Entscheidungen des Klienten. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, innere Instanzen um Geschenke zu bitten oder konkrete Fragen an sie zu richten.

Sollte eine innere Instanz "beleidigt" reagieren, hat sie sich dadurch eindeutig als Persönlichkeitsanteil selbst entlarvt. In diesem Zusammenhang ist es als "Test" anzusehen, auch einmal auf einen Engel "draufzuhauen", um zu prüfen, ob dieser beleidigt, erzürnt, transformiert etc. reagiert.

Innere Instanzen verweigern auch manchmal die Hilfeleistung, um damit die Eigenaktivität (Handlungskompetenz) der Klienten zu provozieren. Dann ist genau dieses Verhalten der inneren Instanz die im Moment optimale Form der Hilfe. Innere Instanzen sind allerdings immer bereit, mit dem Klienten in Verbindung zu bleiben und jederzeit zu erscheinen, wenn sie gerufen werden.

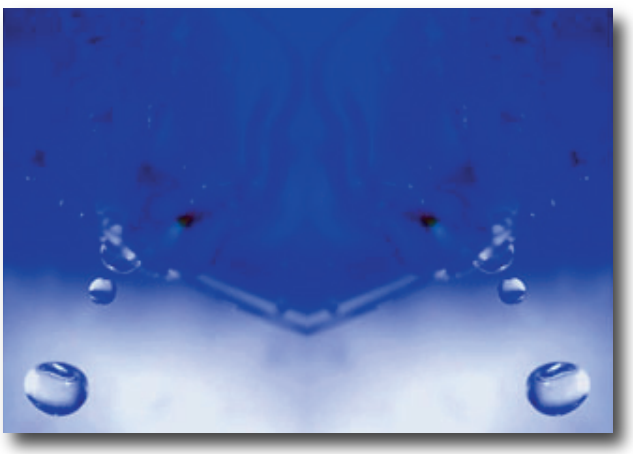
Eine allgemeingültige Zuordnung anhand der Erscheinungsform, welche Gestalt nun als "innere Instanz" und welche "innerer Helfer" in der Innenwelt anzusehen ist, erscheint schwierig. Wesentlich ist auch nicht die äußere Erscheinungsform, sondern die Qualität, die verkörpert wird. Diese ist im Einzelfall zu prüfen und manch strahlender Engel entpuppt sich dann – nachdem erst der Reißverschluss auf dem Rücken entdeckt und geöffnet worden ist – als unzufriedener Persönlichkeitsanteil, der auf Erlösung wartet.

4 Transformation durch Rituale

4.1 Farbe einlaufen lassen

Die Technik des Farbe-einlaufen-lassen ersetzt keine umfassende, auf Rückkopplung und Prozessarbeit basierte, Transformationsarbeit, da sie gewissermaßen nur "oberflächlich" Schattenanteile bearbeitet.
Sie ist jedoch gut geeignet, um mit wenig Aufwand, Veränderungen von Schattenanteilen zu erzeugen, was aus unterschiedlichen Gründen sinnvoll sein kann.

Etwa, wenn gegen Ende einer Sitzung noch festsitzende, unkooperierende Schattenanteile auftauchen oder wenn sich die Problematik des Klienten tief im Familienfeld verzweigt und sich immer und immer wieder selbstähnlich in der Kindheit der Mama, der Oma, der Uroma, der Ururoma etc. manifestiert. Tief im Familienfeld angesetzt, kann sie die anschließende Transformationsarbeit von Faktoren in der Kindheit des Klienten deutlich erleichtern. Auch für Demo- oder Probesitzungen stellt sie ein probates Mittel dar, um dem im Umgang mit seiner Innenwelt noch unerfahrenen Neu-Klienten einen Gefühl von Machbarkeit und damit Handlungskompetenz zu vermitteln.



- Der Klient wird angeregt, den inneren Anteil von sich, zu dem er keinen Zugang hat (also Mama, Papa, Bruder, Oma, Freund usw.), danach zu befragen, welche Qualität er benötigt, um dies oder jenes zu tun, zu sein etc. Hierbei ist es bei Klienten, die noch über wenig Erfahrung im Umgang mit ihrer Innenwelt verfügen mittels Y-Fragen (vgl. Basishandwerkszeug) zu unterstützen ("Frag ihn mal, ob er Mut braucht oder Hoffnung oder Kraft" o. ä.).

- Wenn der innere Anteil geantwortet hat, dass er etwa "Mut" benötigt, wird der Klient dazu angehalten, sich zu erkundigen: "Wenn Mut eine Farbe wäre, welche Farbe ist es?" (Hinweis: Nie den Klienten direkt fragen; der Klient soll es sich immer vom inneren Gegenüber mitteilen lassen.) – Beispielsweise: blau.

- Der Begleiter informiert den Klienten: Du weißt, blau ist unendlich im Universum vorhanden – öffne Dein Scheitelchakra (ggf. muss man dem Klienten erklären, was und wo das ist) und lasse die blaue Farbe in Dich einlaufen und zwar so lange, bis die Farbe ganz Dich erfüllt und von selbst aufhört zu fließen – dann sage mir Bescheid. (Hintergrundmusik: "Tranzendenz Yin" (CD "Weiblichkeit")).

- Als Zwischenschritt kann der Klient angehalten werden, zu beschreiben, was er wahrnimmt bzw. wo die Farbe hinein läuft – sollte die Farbe etwa nur bis zum Solarplexus aufsteigen, ist dies ein Hinweis auf eine mögliche Blockade in diesem Bereich.

- Schließlich wird der Klient dazu aufgefordert, die Farbe erneut und durch sich hindurch zum Gegenüber fließen zu lassen und zu beobachten, wie sich eine Verbindung herstellt (Hinweis: Es sollte hier hierbei nichts vorgegeben werden, damit sich die Art und Weise der Verbindung und der Energieübertragung alleine (selbstorganisatorisch) bilden kann, denn es ist ein Unterschied, ob die Farbe über die Hände fließt oder beispielsweise ob die Herzen sich öffnen.) – Auch hier wird der Klient dazu angeregt, die Farbe so lange fließen zu lassen, bis sie von selbst aufhört (Hintergrundmusik wie oben)

Das Ritual kann mehrere Minuten in Anspruch nehmen und stellt sich stets ganz individuell dar. Je nach Handlungskompetenz bzw. Wahrnehmungsgewohnheiten des Klienten kann es auch vorkommen, dass er die Farbe bei sich selbst "nur" als ein zunehmendes Kribbeln im eigenen Körper wahrnimmt und sich die Farbe erst beim Hinüberfließen zum Gegenüber als eigentliche Farbe darstellt.

Wichtig ist es nun, die sich einstellenden Veränderungen wahrzunehmen. Dies kann mehrere Minuten in Anspruch nehmen und stellt einen wichtigen Schritt in der Transformationsarbeit dar. Anschließend bzw. im weiteren Sitzungsverlauf kann der veränderte innere Anteil mit anderen Faktoren, Situationen, Figuren etc. rückgekoppelt werden.

4. 2 Mauersprengen

Der Klient wird aufgefordert, seinen Widerstand als Mauer zu visualisieren, ggf. tritt auch eine Mauer im Verlauf einer Sitzung von allein auf und repräsentiert sein Ver- hältnis zur Thematik in seinem Leben. Diese Mauer stellt sein "eingemauert sein", seine Blockaden, Hindernisse, Abgrenzungen dar.

Der Klient wird anschließend dazu angeregt, die Mauer genau wahrzunehmen, sie zu beschreiben: aus welchem Material sie ist, wie hoch sie ist, wie fest, ob diese Mauer von links nach rechts oder um ihn herum geschlossen ist. Er kann sie auch mit seinen Händen berühren, um Kontakt aufzunehmen und Eigenschaften, wie etwa Festigkeit, Fugen ganzheitlich zu erfahren.

All diese Hinweise sind symbolischer Ausdruck von dem Kontakt, der gerade zur Bearbeitung ansteht. Dem Klienten wird mitgeteilt, dass es eine sehr kraftvolle Methode gibt, sich von diesen Begrenzungen zu befreien, mit dem gleichzeitigen Effekt, auch Schutz zu verlieren, denn Mauern symbolisieren im negativen Aspekt Einengung und im positiven Aspekt Geborgenheit und Sicherheit. Der Begleiter weist den Klienten darauf hin, dass er diese Mauern sprengen kann.

Gibt der Klient seine Zustimmung, kann beispielsweise die innere Kreativität des Klienten als Anteil – als innerer Helfer – aufgerufen werden. Sie wird aufgefordert, Sprengladungen an der Mauer zu verteilen, wie es für diesen Vorgang optimal ist. Ist der Klient ängstlich, kann er auch einen Spezialisten kommen lassen (etwa einen Schweizer Tunnelbauer als Sprengmeister). Es geht immer nach dem Klienten, er sollte nie zu etwas überredet werden. Ggf. lässt sich auch der Freiheitsdrang des Klienten als Gestalt aufrufen, der dann gebeten wird, den Vorgang mit zu gestalten.



Der Begleiter gibt so viel Zeit, bis die Sprengladung erfolgreich angebracht wurde. Auch hierbei ist es für den Prozess und sein Ergebnis wichtig, dass der Klient die Prozedur umfassend verfolgt, beschreibt und somit erlebt. Der Klient wird schließlich dazu aufgefordert, den Hebel der Zündvorrichtung persönlich zu bedienen und einen kurzen Countdown zu zählen. Auch dies ist ein Ritual innerhalb des Sprengrituals und ermöglicht es dem Begleiter punktgenau sehr heftige laute Sprenggeräusche einzuspielen (gute Lautsprecher verwenden!). Der Klient wird aufgefordert, zu berichten, was er wahrnimmt. Die neuronalen Verknüpfungen im Gehirn werden durch die akustische Unterstützung der Sprenggeräusche neu verschaltet, so dass auf der Symbolebene eine dauerhafte Veränderung geschieht, die der Klient als Erlebnis intensiv wahrnimmt.

Das Ergebnis ist immer sehr individuell: Von einem kleinen Loch in der Mauer, durch das er hindurch kriechen kann bis zum Einsturz der gesamten Mauer. Zumeist kann der Klient sehr spontan dahinterliegende Ereignisse, Personen oder Gefühle wahrnehmen oder sich aus seinem "Gefängnis" befreien, um die vordem verborgenen Seelen- landschaften nun zu erkunden. Diese symbolisieren mitunter längst vergessene Qualitäten, wie Weite und Fülle. Diese Qualitäten sind gut geeignet, um sie in vielen nachfolgenden inneren Situationen aufzurufen.

Hinweis: Häufig geschehen intensive Gefühlsausbrüche, die als Befreiungsakt empfunden werden. Sollte sich der Klient an dem von ihm verursachten "Trümmerfeld" stören, kann er dieses in eigener Regie kreativ "aufräumen" oder auch z. B. "Gras über die Sache wachsen lassen" (Zeitreise machen und Veränderung wahrnehmen).

Bei depressiven Menschen ist das Mauersprengen als Interventionstechnik sehr empfehlenswert, da es sehr lange Umwege abkürzt und somit die Sitzung effektiver macht. Man kann diesen Vorgang auch mehrmals wiederholen, denn manchmal gibt es weitere Mauern.

4.3 Scheibenklirren

Ist die Sinneswahrnehmung des Klienten in bestimmten Bereichen eingeschränkt (getrübt, nebelig, dunkel), kann der Begleiter dies dem Klienten wie einen symbolischen Filter erklären und ihn auffordern, diesen Filter als milchig trübe Glasscheibe zu visualisieren.

Auch hier wird wieder nachgefragt, wie hoch und wie dicht die Glasscheibe um ihn ist. Häufig wird dieses Bild als Glasglocke wahrgenommen. Auch hier muss der Klient wieder seine Einwilligung geben, diese Glasscheibe selbst zu zerstören, die dann allerdings unwiederbringlich seine Schutz- oder Filterfunktion verliert.

Hat der Klient die Glasscheibe als Bild vor dem inneren Auge, gibt ihm der Begleiter den Hinweis, dass ein dicker, schwerer Vorschlaghammer neben ihm auf dem Boden liegt, den er nur in die Hand zu nehmen braucht, um sich aus eigener Kraft zu befreien. Der Klient kann angeregt werden, aktive Bewegungen direkt mit den Armen durchzuführen, ggf. auch mit dem Dhyando zu schlagen (Körper-Geist-Seele-Erfahrung), während der Begleiter Geräusche zerbrechender Scheiben einspielt.

Diese Befreiungsarbeit kann einige Zeit in Anspruch nehmen, wobei der Begleiter auf die Reaktionen des Klienten achtet und nachfragt, ob noch Glas vorhanden ist bzw. ob er noch weitermachen möchte. Es konnte beobachtet werden, dass bei diesen Befreiungsprozessen sich noch nie jemand selbst verletzt hat.



Manche Klienten sehen eine Glaswand aus Glasbausteinen und sie müssen mit hohem persönlichen Einsatz sich bemühen, ein Loch frei zu schlagen, während bei anderen das gesamte Glasgebäude nur durch einen kräftigen Schlag in sich zusammenbricht. Dies ist abhängig davon, wie tief der verborgene Anteil verdrängt worden ist, bzw. wie bereit das Unbewusste ist, die schützende Funktion der Verdrängung aufzugeben, um diesen Anteil der Seele zu offenbaren, was unweigerlich dann eine Auseinandersetzung mit den seinerzeit erlebten Geschehnissen nach sich zieht.

Hinter der Glaswand auftauchende Qualitäten oder dargestellt zu erkunden und stehen dem Bewusstsein wieder zur Verfügung. Wenn der Klient es wünscht, kann er auch hier wieder Aufräumarbeiten durchführen oder er freut sich nur, dass in seinem Glashaus endlich eine Tür oder ein Durchgang existiert.

Es darf nicht das Ziel des Begleiters sein, darauf zu drängen, das Glashaus vollständig zu zerstören, denn das Ergebnis, welches der Weisheit des Unbewussten entstammt, ist für den jetzigen Moment immer optimal.

Auch bei dieser Interventionstechnik wird durch die intensive akustische Unterstützung auf neuronaler Ebene das bestehende System wirkender Attraktoren
(vgl. *Basic 1/4,* Kap. 5.2) ausgehebelt.

Dem Unbewussten wird so die Gelegenheit gegeben, selbstorganisatorisch neue Konstellationen zu kreieren.



4.4 Verabschiedungen

Verabschiedungen können sich während einer Innenweltreise ganz unterschiedlich gestalten und manifestieren sich zuweilen autonom als Vollzug eines selbstorgani- satorischen Prozesses (vgl. Kap. 3.1). Verabschiedungen sind sehr wirkungsvolle Transformationsvorgänge, da das bisherige negative innere Bild, bzw. der bisherige Attraktor des Klienten in Bezug auf das jeweilige Thema, durch sein völliges Verschwinden deaktiviert wird.

Der Innenwelt wird damit Gelegenheit gegeben, sich zu einem anderen Attraktor auszurichten (vgl. Basic 3/4, Urbilder), was sich auf der Bildebene qualitativ ausdrückt in schöneren symbolischen und biographischen Bildern, hilfsbereiten, verständnisvollen und liebesfähigen Familienmitgliedern, Partnern etc.

Es gibt unterschiedliche Möglichkeiten, dies zu erreichen. Als wirkungsvoll hat sich das Zerschlagen des Bildes mittels eines Schlagstocks (Dhyando) erwiesen. Diese ganzheitliche – Körper, Geist und Seele einbeziehende – Transformationstechnik ist häufig die schnellste Weise, verstockte, lieblose, uneinsichtige oder gewalttätige Innenweltbilder zu zerstören und damit zu deaktivieren (vgl. Basic 1/4, Kap. 6.2).

Häufig bleibt ein kleiner Rest zurück, der im Interesse einer vollständigen Transformationsarbeit weiter bearbeit werden muss. Die Reste können verbrannt (Geräusch von der CD einspielen!), in Salzsäure gegeben oder beerdigt werden. Häufig weiß es die Innenwelt des Klienten von allein, auf welche Art und Weise dies zu erledigen ist. Auch hier ist es für den Klienten wichtig, diesen selbstorganisatorischen Prozess genau zu beobachten und sehr genau wahrzunehmen, wie der Rest des inneren Anteils etwa zu Asche wird und schließlich im Wind verweht.

Hat der Klient ein geliebtes Familienmitglied verloren und dies noch nicht verwunden – in frühen Jahren den Vater oder die Mutter oder später das eigene Kind –, verlaufen Verabschiedungen anders. Hier ist es zunächst nötig, die Situation des Verlustes abermals zu erleben (und zu erleiden), um eine bewusste Verbindung mit diesem Erlebnis herzustellen. Häufig gab es in der biographischen Situation keine Gelegenheit für eine angemessene Verabschiedung, was nun nachgeholt werden kann und den ersten Schritt der Transformation darstellt, da es sich dabei bereits um eine Rückkopplung handelt.

Der Klient erlebt diesen Moment in der Regel intensiv auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene. Da in der Innenwelt nicht die Natur- und Logikgesetze der Außenwelt existieren, ist es ohne weiteres möglich, dass Verstorbene infolge von Rückkopplungen schließlich wieder sprechen, ihr frühes Ableben dem Klienten erläutern, sich aus dem Sarg erheben, auf einer Wolke den Klienten begleiten und auch generell nun in der Innenwelt des Klienten einen festen Platz einnehmen und für ihn da sind.

Diese Herstellung einer inneren Verbindung zu ehedem verlorenen, engsten Familienangehörigen ist eminent wichtig für das Seelenleben des Klienten und bildet etwa bei einem frühen Vaterverlust die Basis für ein Gefühl von Selbstvertrauen und damit Handlungskompetenz.

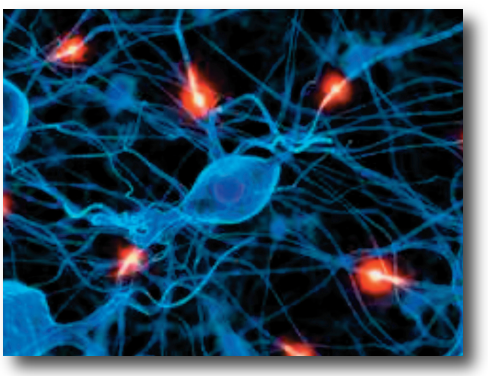


Ein Gefühl, das Menschen ohne diese Verlusterfahrung selbstverständlich erscheinen mag, das jedoch für den Klienten mit dieser Erfahrung eine völlig neue Dimension in seinem Leben darstellt und starken Einfluss hat auf sein Verhalten im Außen.

Synergetik Basic 3/4
Komplexität von Informationsstrukturen im Gehirn

1 Einleitung:
Komplexität von Informationsstrukturen im Gehirn

Die Quantentheorie betrachtet das Universum nicht mehr als Maschine, die aus einer Vielzahl von isolierten Objekten besteht, sondern beschreibt das Universum als ein unteilbares, dynamisches Ganzes, dessen Teile auf ganz wesentliche Weise in Wechselbeziehung stehen und nur als Strukturen eines Vorganges von kosmischen Dimensionen verstanden werden können (vgl. *Synergetik Basic 1/4*, Kap. 3.2: *Das ganzheitliche Weltbild*). Selbstähnlich finden sich diese Zusammenhänge beim Men- schen in sozialen Beziehungsgefügen in der Familie, im Beruf und im Bekanntenkreis, die ihren Niederschlag auf neuronaler Ebene von Kindheit an im Gehirn finden. Komplexität und Vernetzung von Informationsstrukturen bestimmen grundsätzlich die Innenwelt – ihre Aufdeckung und die Erlösung festsetzender komplexer Muster sind gängig Gegenstand der Arbeit in synergetischen Innenweltreisen. Unliebsame oder gar krank machende Verhaltensmuster oder Beziehungsstrukturen im Außen (d. h. das Thema der Sitzung) stehen in der Innenwelt in Zusammenhang mit Situationen in der Jugend und der Kindheit des Klienten, aber auch mit Verhaltensmustern der Eltern sowie deren Kindheit. Hinzu kommt das Verhalten der Großeltern in der Kindheit der Eltern, deren Erlebnisse sowie die historischen Umstände der damaligen Zeit etc. Je nach Relevanz präsentiert uns das Unbewusste des Klienten die entsprechenden Einflussfaktoren. D. h. diejenigen Szenen und Erlebnisse, die direkt oder indirekt Einfluss auf die Situation nehmen, in der sich der Klient aktuell befindet, denn in der Seele gibt es nicht die Zeitqualität "gestern", "damals" oder "früher"; alles ist als "jetzt!" abgelegt und wirkt im Unbewussten auf das Leben und den Alltag. Aufdecken können wir diese komplexen Beziehungsgefüge, indem wir – gemäß dem Basishandwerkszeug – "dem Energiefluss folgen", "den letzten Impuls aufnehmen" etc.



Im vorliegenden Ausbildungsmaterial geht es um die Frage, wie Komplexität in der Innenwelt entsteht, auf welchen Weisen sie sich im Menschen manifestiert und wie mit ihr umzugehen ist. Dazu ist es zunächst nötig, Prägungen und Vererbungen in ihrer körperlichen Dimension zu erfassen, um aufzuzeigen, dass die Arbeit in der Innenwelt anknüpft an Forschungserkenntnisse anderer Disziplinen. Da Körper-Geist-Seele eine Einheit bilden, lassen sich notwendigerweise die in der Innenwelt ermittelten Faktoren auch auf körperlicher Ebene feststellen. Umgekehrt belegen die Erkenntnisse zu Prägungen und Vererbungen im physischen Bereich die Relevanz der innenweltlichen Arbeit.

Die Weite, der in der Innenwelt aufgefundenen Faktoren und Einflussgrößen, deuten die beiden anschließenden Kapitel an, in denen es um die wirksamen Energiefelder der Familie und der Pastlifes geht. Die wichtigste innenweltliche Symbolfigur ist dabei das Innere Kind, das ein Produkt des bisherigen Lebens ist, aufgrund der gemachten Erfahrungen mit seinen Eltern, Verwandten und Bekannten, aber ggf. auch in anderen Konstellationen, die jenseits des derzeitigen Lebens liegen.

2 Prägung und Vererbung in ihrer körperlichen Dimension
2.1 'Komplexität' in der Hirnforschung

Das menschliche Gehirn ist eines der komplexesten bekannten Systeme. Dabei ist jedes Gehirn ein individuelles und komplexes System, dass zwar nach den selben Gesetzen arbeitet, aber unterschiedlich erlebte Bewusstseinseinheiten hervorbringen kann. Diese Komplexität erstaunt um so mehr vor dem Hintergrund, dass das Gehirn lediglich aus wenigen unterschiedlichen Typen von Nervenzellen aufgebaut ist.

Diese bilden laufend Netzwerke, deren Kombinationsmöglichkeiten die Anzahl der Atome im Weltall über-

steigt. Das Gehirn ist ein klassisches komplexes System, weil es aus sehr vielen Elementen besteht, die miteinander verkoppelt sind und auf diese Weise eine Dynamik entwickeln können, die charakteristisch ist für komplexe Systeme (vgl. *Synergetik Basic 1/4*, Kap. 5: *Chaostheorie und fraktale Muster*).

Das Ergebnis ist mehr als die Summe seiner Teile

Aus der Verknüpfung von einzelnen Elementen der gleichen Art, den Nervenzellen, entstehen Cluster [35)], die wiederum miteinander verbunden sind und ein System bilden, das das Bewusstsein ermöglicht. Das Ergebnis dieses komplexen Systems ist mehr als die Summe seiner Teile und biochemischen Reaktionen und führt zu einem immer individuellen Resultat. Obwohl wir Bewusstsein als etwas Einheitliches erleben, ergibt das zeitliche Zusammenspiel aller Subsysteme erst die Grundlage für emergente Eigenschaften wie Bewusstsein.


Prof. Dr. Wolf Singer

In Wirklichkeit ist es ein System, dass sich aus sehr vielen getrennt angelegten Subsystemen zusammensetzt, die alle an irgendwelchen Teilaspekten der Wahrnehmung oder der Zukunftsplanung arbeiten. Alle Subsysteme sind miteinander verkoppelt und kommunizieren miteinander. Die Verschaltung ist so angelegt, dass daraus kohärente (zusammenhängende) Zustände entstehen können, die sich selbst organisieren und keines Führers bedürfen. Am besten stellt man sich ein Orchester vor, dass auch ohne Dirigent spielen kann, wenn es sich auf einen gemeinsamen Rhythmus geeinigt hat, so Hirnforscher Wolf Singer. 36) In der Innenwelt begegnet uns dieser Umstand im autonomen Verhalten der vorgefundenen Persönlichkeiten (vgl. etwa Kap. 3.2 *Innere Eltern).*

Synergetische Innenweltreisen beschäftigen sich gängig mit Erfahrungen, die der Klient in seiner Prägephase (bis ca. 6. Lebensjahr) gemacht hat. Sie bilden sehr häufig die Basis für Probleme, die sein Leben durchziehen oder die sich im fortgeschrittenen Alter herausbilden. Wenn ein Baby zur Welt kommt, ist sein Gehirn noch sehr unreif. Zwischen den unzähligen Nervenzellen gibt es nur wenige Verschaltungen. Weil das sich entwickelnde Gehirn nicht „weiß", welche Nervenzellverschaltungen und synaptischen Verbindungen in welcher Weise auszuformen und miteinander zu verknüpfen sind, wird in allen Regionen zunächst ein enormer Überschuss an Nervenzellen, Fortsätzen und Synapsen produziert. Erhalten bleiben im weiteren Verlauf des Reifungsprozesses davon jedoch nur diejenigen Nervenzellen, Fortsätze und Synapsen, die funktionell genutzt, d. h. in größere funktionelle Netzwerke integriert und auf diese Weise stabilisiert werden können. Der Rest wird wieder abgebaut. Dieser Prozess verläuft in einer charakteristischen zeitlichen Abfolge, die über Stammhirn, Mittelhirn (Thalamus, Hypothalamus, limbisches System) zum Vorderhirn verläuft (vgl. *Synergetik Basic 1/4,* Kap. 4.1: *Aufbau des Gehirns)*. In den älteren Bereichen ist diese nutzungsabhängige Strukturierung zum Zeitpunkt der Geburt weitgehend abgeschlossen. In der jüngsten Hirnregion, dem frontalen Cortex, wird das Maximum der synaptischen Dichte erst im zweiten Lebensjahr erreicht. Wird der allmähliche Ablauf dieser Reifungsprozesse an irgendeiner Stelle gestört, wirkt sich diese Störung auch auf alle nachfolgenden Reifungsschritte in all jenen Regionen aus, die funktionell von dieser Störung betrof- fen sind.


Prof. Dr. Gerald Hüther

In den jüngeren Bereichen des Gehirns wird der Prozess der nutzungsabhängigen Strukturierung durch die äußeren Rahmenbedingungen des Kindes – familiäres und soziales Umfeld, Anregungen, Forderungen, Erziehung und Sozialisation – und den unter diesen Bedingungen jetzt gemachten oder von nahestehenden Bezugspersonen übernommenen Erfahrungen bestimmt. [37)]

35) 'Cluster' [engl.] = Traube, Bündel, Schwarm, Haufen.

36) Prof. Dr. Wolf Singer ist Direktor der Abteilung für Neurophysiologie am Max-Planck-Institut für Hirnforschung in Frankfurt am Main.

37) Vgl. HÜTHER, Gerald: Kinder brauchen Wurzeln – Die Bedeutung emotionaler Sicherheit für die Hirnentwicklung (zu finden unter: http://www.dijg.de/gerald-huether.html). Hüther ist Professor für Neurobiologie an der Psychiatrischen Klinik der Universität Göttingen. Er zählt zu den führenden Wissenschaftlern auf dem Gebiet der experimentellen Hirnforschung.

Erfahrungsabhängige Entwicklung synaptischer Verschaltungsmuster

Die strukturelle Verankerung von Erfahrungen ist eng an die Aktivierung, limbischer Hirnregionen geknüpft, die für die Emotionen zuständig sind. Zu einer Aktivierung dieser Bereiche kommt es immer dann, wenn etwas Neues, Unerwartetes wahrgenommen wird. Das kann entweder als Bedrohung (Angst) oder als Belohnung (Freude) empfunden werden. Die damit einhergehende Aktivierung limbischer Zentren führt zu einer vermehrten Ausschüttung einer ganzen Reihe von Signalstoffen mit trophischen, neuroplastischen Wirkungen (Transmitter, Mediatoren, Hormone) in den höheren assoziativen kortikalen Regionen. Unter dem Einfluss dieser Signalstoffe (z. B. Katecholamine, Neuropeptide), die die Bildung und Bahnung synaptischer Verschaltungen stimulieren, kommt es zur Festigung und Stabilisierung insbesondere all jener Nervenzellverschaltungen, die im Verlauf der emotionalen Aktivierung besonders intensiv genutzt werden. Die strukturelle Verankerung positiver oder negativer Er- fahrungen bildet ein „emotionales Gedächtnis" für erfolgreiche oder erfolglose Bewältigungsstrategien.

Steigt die emotionale Aktivierung weiter an (Angst, Stress), so kommt es zu einer eskalierenden, unspezifischen Erregung in den verbundenen höheren Bereichen (Verwirrung, Ratlosigkeit). Gebahnt und stabilisiert werden unter diesen Bedingungen die zur Bewältigung dann aktivierten, weniger komplexen, älteren und bereits „bewährten" Verschaltungen. Wird die Aktivierung der emotionalen Zentren überstark und lässt sie sich nicht durch den Rückgriff auf eine geeignete Bewältigungsstrategie abstellen (langanhaltende, unkontrollierbare Angst- und Stressreaktion), so reagiert das Gehirn mit der Aktivierung einer archaischen, sehr früh angelegten und von tiefer liegenden subcorticalen Bereichen gesteuerten „Notfallreaktion" (Erstarrung, Hilflosigkeit). Die damit einhergehende Überflutung des Hirns mit Cortisol begünstigt die Destabilisierung und Regression (Rückentwicklung) bereits entstandener und gebahnter neuronaler Verschaltungen in all jenen Bereichen des Gehirns, die eine besonders hohe Dichte an Cortisolrezeptoren aufweisen (Hippocampus, limbischer und präfrontaler Cortex).

Nichts erzeugt nun soviel unspezifische Erregung im Hirn (und vor allem in den emotionalen Zentren) eines Kleinkindes wie das plötzliche Verschwinden der Mutter oder des Vaters. Offenbar ist der Verlust der bis dahin vorhandenen Sicherheit bietenden Bezugsperson die bedrohlichste und massivste Störung, die das sich entwickelnde Gehirn treffen kann.

Stabile soziale Bindungen sind die Grundlage für eine gesunde Hirnentwicklung

Wenn Kinder zur Welt kommen, sind sie auf die Hilfe Erwachsener angewiesen. Sie brauchen nicht nur jemanden, der sie wärmt, nährt, sauber hält und sich mit ihnen beschäftigt. Noch wichtiger ist es, dass immer dann, wenn sie Angst haben, jemand da ist, der ihnen beisteht und ihnen zeigt, dass es möglich ist, diese Angst zu überwinden. Wenn ein Kind das Glück hat, jemanden zu finden, der ihm in solchen Situationen regelmäßig hilft und ihm Geborgenheit und Sicherheit bietet, werden alle dabei aktivierten Verschaltungen in seinem Gehirn gebahnt. Auf diese Weise entsteht eine enge Bindung an die primäre(n) Bezugsperson(en).

Leider klappt das nicht immer. Es gibt zahlreiche erwachsene Menschen, die nicht genügend Gelegenheit hatten, sich während ihrer Kindheit hinreichend viele Kom- petenzen anzueignen, vielfältige eigene Erfahrungen zu machen und das für eine autonome Entwicklung erforderliche Selbstvertrauen auszubilden. Sie bleiben entweder in einer abhängigen Beziehung zu ihren primären Bezugspersonen oder suchen sich Partner, mit denen sie diese abhängige Beziehung weiterführen können. Bekommen sie Kinder, so entwickeln sie auch zu diesen eine abhängige und abhängig-machende „Klammerbeziehung" (vgl. Kap. 2.2 *Intergenerative Beziehungsdynamik).*

Die wichtigste Ursache für die Entstehung früher Bindungsstörungen ist ein Mangel an emotionaler Zuwendung. Es gibt viele Eltern, die noch sehr stark mit sich selbst beschäftigt sind, denen ihre berufliche Karriere ungeheuer wichtig ist, die sich selbst verwirklichen, viel erleben und das Leben genießen wollen. Sie kümmern sich intensiv um ihr Aussehen, ihre Hobbys, ihre Wohnungseinrichtung und um die Anschaffung und Zurschaustellung unterschiedlicher Statussymbole. Kinder sind diesen selbstbezogenen Eltern bei der Ver-

wirklichung ihrer individuellen Ziele eher hinderlich, und das kindliche Bedürfnis nach Aufmerksamkeit, Geborgenheit und Zuwendung wird ihnen allzu leicht lästig. Was das Kind aber wirklich braucht, nämlich dass sie ganz und gar da sind, dass sie sich ihm voll und ganz, also emotional, geistig und körperlich zuwenden, wenn es verunsichert ist und Angst hat, das schenken diese Eltern ihren Kinder nicht oder zumindest nicht dann, wenn diese es besonders dringend brauchen. Deshalb sind solche Kinder oft bereits sehr früh gezwungen, sich auf sich selbst zu verlassen.



Bei ihnen ist die emotionale Bindung an primäre Bezugspersonen nur unzureichend entwickelt. Sie sind gezwungen, den daraus resultierenden Mangel an emotionaler Sicherheit durch verstärkte Selbstbezogenheit zu kompensieren. So schaffen sie sich eine eigene, von ihnen selbst bestimmte Lebenswelt und schirmen sich gegenüber fremden Einflüssen und Anregungen ab, die nicht mit ihren Vorstellungen übereinstimmen. In dieser nur von ihnen selbst bestimmten Welt gibt es keine wirklichen Herausforderungen mehr. Es können keine vielfältigen neuen Erfahrungen gemacht und im sich entwickelnden Gehirn verankert werden. Wichtige Entwicklungsprozesse im kindlichen Gehirn finden nicht mehr oder nur eingeschränkt statt.

Für das Lernverhalten der Kinder bedeutet dies einen Rückgang an Motivation, Verstehen, Behalten, Erinnern, Erkennen von Zusammenhängen und eine eingeschränkte Fähigkeit beim Erkennen und Lösen von Konflikten. Ihr Sozialverhalten wird von zunehmendem Rückzug in selbstgeschaffene Welten, Ablehnung fremder Vorstellungen und aggressiver Verteidigung ihrer eigenen Ansichten und Haltungen bestimmt.

Meist handelt es sich hierbei um sehr rigide, einseitige, pseudoautonome Strategien der Angstbewältigung. Die dabei aktivierten neuronalen Verschaltungen werden um so nachhaltiger gebahnt, je früher und je häufiger sie eingesetzt werden. Sie können schließlich das gesamte Fühlen, Denken und Handeln dieser Kinder bestimmen. Die betreffenden Kinder grenzen sich zunehmend von den Vorstellungen anderer, vor allem denen Erwachsener ab. Ihr mangelndes Einfühlungsvermögen behindert sie beim Erwerb vielfältiger sozialer Kompetenzen. Damit fehlt ihnen die Grundvoraussetzung dafür, gemeinsam mit möglichst vielen, unterschiedlichen Menschen nach tragfähigen Lösungen zu suchen und Verantwortung für sich und andere übernehmen zu können.

Frühe Bindungsstörungen haben Auswirkungen auf die Entwicklung des Gehirns und der Persönlichkeit im späteren Leben. Menschen, die keine sicheren Bindungen ausbilden konnten, haben Angst vor körperlicher und emotionaler Nähe. Wenn es ihnen nicht gelingt, diese Angst zu überwinden, bleiben sie zeitlebens isoliert, ich-bezogen und bindungsunfähig.

Diese Prägungen lassen sich mittels synergetischer Innenweltreisen auch nachträglich noch bearbeiten und auflösen. Wesentlich hierfür ist jedoch ein grundsätzliches Bewusstsein dafür, dass ein Defizit existiert. Nicht wenige Erwachsene haben sich mit den Einschränkungen im Alltag (Ängste, Unsicherheiten, Selbstwertverlust etc.), die von frühkindlichen seelischen Verletzungen herrühren, dergestalt arrangiert, dass sie ihre Weltwahrnehmung für "normal" halten und sich nicht vorstellen können, dass man das Leben auch ganz anders leben kann (vgl. *Synergetik Basic 1/4*, Kap. 2: *Wahrnehmung*) – vergleichbar einer Wanderung, auf der man lange Zeit einen schweren Rucksack trägt und ihn irgendwann kaum mehr beachtet. Erst wenn man sich seiner während einer Rast entledigt, bemerkt man, wie leicht das Gehen sein kann. "Leichtigkeit" ist eine der üblichen Empfindungen, die sich nach einer synergetischen Innenweltreise einstellen, wenn tief im Familien-Energiefeld gearbeitet worden ist und seelische Verletzungen geheilt worden sind.



Das trotzige Kind

2.2 Intergenerative Beziehungsdynamik

Üblicherweise beziehen wir die Probleme, die uns unser Alltag präsentiert, auf uns und unser individuelles Leben. Dass Störungsbilder und aktuelle Konflikte Ausdruck eines mehrgenerational gewachsenen Prozesses sind und somit immer auch eine familiengeschichtliche Bedeutung und Analogie besitzen, ist zwar seit den 1960er Jahren bekannt,[38] jedoch im Allgemeinbewusstsein auch noch heutzutage kaum präsent. Die Reproduktion unbewusster familiär und mehrgenerational relevanter Kon- flikte eröffnet immer wieder die Möglichkeit, über Generationen verschobene (vererbte) Konflikte in ihrer aktuellen Ausprägung zu lösen.

Kinder übernehmen aufgrund der Prägung in ihren ersten Lebensjahren (vgl. Kap. 2.1 *'Komplexität' in der Hirnforschung)* eine Rolle im Drama zwischen den Generationen, ohne dass sie sich dessen bewusst sind. Ein direkter Zusammenhang zwischen Störungen des Einzelnen, seiner Stellung in der Generationenfolge und unbewussten Konflikten im sozialen Gefüge findet sich immer wieder in Innenweltreisen. STIERLIN ergänzt die mehrgenerationalen Theorien um den Begriff der 'Delegation'. Er meint einen familiären Prozess, in dessen Verlauf Kinder versuchen, „unausgelebte" Bedürfnisse, Wünsche, Lebensentwürfe etc. ihrer Eltern durch ihre Lebensweise zu befriedigen. [39]

Die mehrgenerationale Theorie hebt den Faktor der Zeitgeschichte im System der Generationen hervor. [40] Ein Umstand, der auch durch Innenweltreisen bestätigt wird: Immer wieder decken wir familiäre Muster emotionaler Defizite auf, die durch die historischen Begleitumstände mit bedingt sind: Eine Klientin etwa, die Probleme in ihrem Beziehungsleben hat, eine Sitzung zu diesem Thema nimmt und erfährt, dass dieses in Beziehung steht mit der Gefühlskälte ihrer Mutter in ihrer Kindheit. Bittet man die Innere Mutter zu zeigen, wo diese Gefühlskälte herrührt, kommen häufig Bilder aus der Kriegs- oder Nachkriegszeit zum Vorschein: die Männer sind im Krieg oder in Gefangenschaft und die Frauen sind mit ihren 4 bis 6 Kindern im Alltag überfordert; auf dem Lande liegen die Kleinkinder mitunter während der Feldarbeit am Feldrand, dürftig betreut von damit überforderten älteren Geschwistern.

Kehren die Männer heim, sind sie häufig traumatisiert und emotional verhärtet – wie soll ein Junge, der nie die Geborgenheit und Sicherheit eines starken und liebenden Papas in den ersten sechs Jahren seines Lebens erfahren hat, Liebe, Geborgenheit und Selbstsicherheit zur Basis seines Lebens machen? Diese „emotionale Leerstellen" begleiten ihn durch sein Leben und häufig gibt er sie unbewusst weiter an die nächste Generation (Jungen weinen nicht!) – sofern er nicht daran arbeitet und auf seelischer Ebene die erlittenen Verletzungen heilt. Neben der Vererbung von emotionalen Defiziten gibt es auch die Weitergabe von Wertvorstellungen (Jungs sind mehr wert als Mädchen!) oder Rollenerwartungen (Kindererziehung ist Frauensache!)



Ein erster Schritt zur Überwindung solcher intergenerativer Familienmuster ist die Bewusstwerdung der faktisch und aktuell vorhandenen familiären Themen. Nicht we- nige Menschen fassen für sich kognitiv den Entschluss: so wie meine Mutter will ich nicht werden! Verfallen wir ins Gegenteil, sind sie jedoch noch nicht frei vom Familienmuster, da es das Verhalten immer noch beherrscht. Dies führt häufig dazu, die Kinder mit Liebe zu überschütten oder übermäßige Angst um sie zu haben, was entsprechende Reaktionen seitens der Kinder mit sich bringt. Im besten Fall führen kognitive Erkenntnisse dazu, die Vererbungskette zu unterbrechen – seelische Verletzungen heilen sie allerdings kaum.

---

38) MASSING, A.; REICH, G.; SPERLING, E.: Die Mehrgenerationen-Familientherapie. Göttingen 1992.

39) STIERLIN, H.: Delegation und Familie – Beitrag zum Heidelberger familiendynamischen Konzept. Frankfurt/M. 1982.

40) Die Relevanz des Faktors Zeitgeschichte für das Thema Drogenabhängigkeit hebt Michael KLEIN (in: Kinder und Suchtgefahren. Risiken, Prävention, Hilfen. Stuttgart 2008, S. 330-334) hervor.

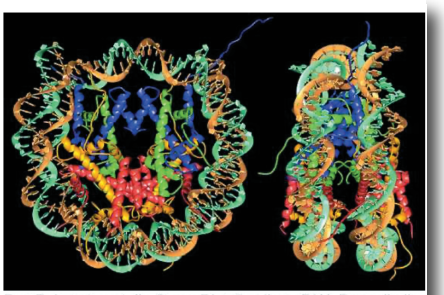
2.3 Epigenetik – Vererbung ist mehr als die Summe der Gene

Obwohl mit der Entschlüsselung des menschlichen Erbguts der Text im Buch des Lebens nun bekannt ist, kann ihn noch immer niemand vollständig lesen. Grund dafür ist die so genannte Epigenetik: Schaltermoleküle, Eiweiße und andere Signalstoffe der Zelle bestimmen, ob und wann Gene ein- oder ausgeschaltet werden. Diese epigenetischen Veränderungen steuern die Krebsentstehung, verursachen Probleme in der Stammzelltherapie und beim Klonen und bestimmen, welche Eigenschaften vom Vater und welche von der Mutter vererbt werden. Die Erforschung epigenetischer Phä- nomene steht noch am Anfang – doch sie beantwortet schon jetzt viele wichtige Fragen.

Die Entschlüsselung des menschlichen Erbguts brachte die Euphorie über die Gentechnik auf den Höhepunkt. 41) Maßgeschneiderte Medikamente schienen zum Greifen nahe und die Gentherapie versprach Heilung für nahezu alle Krankheiten. Zu ihrem Leidwesen mussten Wissenschaftler jedoch bald feststellen, dass zum Wunder des Lebens wohl doch mehr gehört die Reihenfolge der Buchstaben in den Genen, dem Buch des Lebens. Wie kann es zum Beispiel sein, dass eineiige Zwillinge, die ja bis ins letzte Detail genetisch identisch sind, oft unterschiedlich aussehen? Warum fangen Zellen plötzlich an, sich immer und immer wieder zu teilen, ohne dass eine Mutation, also eine Veränderung in der Gensequenz, festgestellt werden kann?

Die Antworten liefert ein Forschungszweig, der lange Zeit nicht wirklich ernst ge- nommen wurde: die Epigenetik. Dieser Wissenschaftszweig untersucht nicht die Se- quenz oder die Organisation der Gene, sondern wie, wann und warum sie ein- oder ausgeschaltet werden. Auch wenn die Epigenetik keine ganz neue Wissenschaft ist, kennen die Forscher deren Hauptdarsteller erst seit wenigen Jahren. Direkt am Ge- schehen, also an der Erbsubstanz DNA, sorgen kleine chemische Schaltergruppen für die Formatierung im Buch des Lebens: Sie können ganze genetische Kapitel so verändern, dass sie nicht mehr lesbar sind, sie können in anderen Kapiteln die Schriftzeichen vergrößern und sie somit betonen, und sie können sogar neue Informationen erzeugen, indem sie auf entferntere Kapitel verweisen.

Welche Kapitel wie verändert werden, bestimmen die „Histone“, eine Gruppe von Eiweißmolekülen, die die DNA im Zellkern verpacken. Sie machen die Erbsubstanz erst für Enzyme und andere Proteine zugänglich. Eine ebenso wichtige Aufgabe kommt kurzen Verwandten der DNA zu, den so genannten kleinen RNAs. Sie haben eine Signalfunktion und können den Anbau von Schaltergruppen an die DNA veranlassen.



Das Paket steuert die Gene: Die stimulierte DNA-Doppelhelix (grün-orange) bildet mit Histonen (Mitte, farbig) das Chromatin Gerüst im Zellkern

Während unseres Lebens ermöglichen epigenetische Veränderungen den Zellen, auf Umweltveränderungen und Einflüsse zu reagieren, ohne dass die DNA selber geändert werden muss. Über das Epigenom wirkt das Umfeld auf die Gene im Zellkern ein. Erziehung, frühkindliche Einwirkung von Chemikalien, Stress usw. beeinflussen die epigenetischen Stellschrauben, mit denen die Aktivität der Gene vorübergehend oder dauerhaft verändert oder sogar fürs ganze Leben geprägt wird (manchmal sogar Generationen übergreifend). 42) Genau betrachtet werden dazu die Gene und das Verpackungsmaterial entlang des DNA-Fadens biochemisch modifiziert. Die „C“ (Cytosin) oder „A“ (Adenin) im Gencode können beispielsweise mit kleinen Methylgruppen beladen und so für den Leseapparat unzugänglich gemacht werden. Oder es werden mitunter die Verpackungsproteine, die den Genomfaden einwickeln und auf diese Weise das Ablesen des Programms entscheidend beeinflussen, durch solche chemischen Schalter verändert. Das Ergebnis ist immer das gleiche: Gene werden aktiviert oder deaktiviert.

Wie das individuelle Epigenom im Einzelnen aussieht, wie es erzeugt wird, lässt sich bisher kaum sagen. Dass es sich dabei aber nicht etwa um oberflächliche, gar marginale Anpassungen handelt, sondern um massive Eingriffe, die das Leben fundamental verändern können, hat sich zuletzt in einer Reihe von Arbeiten aus der Hirnforschung gezeigt.

---

41) Das Humangenomprojekt (HGP, engl. Human Genome Project) wurde im Herbst 1990 mit dem Ziel gegründet, das Genom des Menschen vollständig zu entschlüsseln. Seit April 2003 gilt das menschliche Genom offiziell als vollständig entschlüsselt, auch wenn die Bedeutung aller Gene noch nicht bekannt ist und Folgeprojekte die Arbeit HGPs fortsetzen. Das Humangenomprojekt selber gilt seit 2003 als offiziell beendet.

42) Vgl. auch LIPTON, Bruce: Intelligente Zellen. Wie Erfahrungen unsere Gene steuern. Burgrain 2006.

Gedächtnis und Erinnerungen, so meinen viele Neurobiologen immer noch, werden allein durch die Qualität von Nervenverbindungen ermöglicht. Wird etwas intensiv gelernt, werden die neuronalen Netze zwischen bestimmten Hirnarealen gestärkt, ins- besondere vom Hippocampus als dem Gedächtniszentrum und den zugehörigen Hirnarealen im Großhirn. Die Signale werden fortan schneller und leichter übertragen. Wie die Hirnforscherin Courtney Miller vom Scripps Institute in Florida jetzt allerdings in der Zeitschrift Nature Neuroscience gezeigt hat, lässt sich das Gedächtnis durch Zugriff auf das Epigenom praktisch mit einem Schlag ausradieren.

Epigenetik: Mütter können Erfahrungen vererben

Forscher haben an Mäusen nachgewiesen, dass Mütter nicht nur ihr Erbgut, sondern auch Spuren von Erfahrungen an ihre Nachkommen vererben. Die Ergebnisse stehen im Widerspruch zur klassischen Genetik.

Mäuse mit einem genetisch bedingten Gedächtnisdefekt erben nicht nur den DNA-Fehler, sondern auch, was die Eltern gelernt haben. Mit dieser Beobachtung ist US- Forschern ein spektakulärer Nachweis der sogenannten epigenetischen Vererbung gelungen: Nicht nur die von Geburt an feststehende DNA-Sequenz wird vererbt, sondern auch Eigenschaften, die im Lauf des Lebens durch Umwelteinflüsse entstehen. Der Effekt zeigte sich sowohl im Verhalten der Tiere als auch in physiologischen Untersuchungen ihrer Gehirnzellen. Die Forscher um Junko ARAI von der Tufts University in Boston untersuchten den Nachwuchs und stellten fest, dass verblüffender Weise auch die Jungtiere von den Erziehungsprogrammen profitierten, die ihre Mütter Monate zuvor erfahren hatten. Obwohl die Tiere denselben Gendefekt trugen und direkt nach der Geburt von ihrer Mutter getrennt wurden, wiesen sie für über einen Monat eine normale Gedächtnisaktivität auf. Das von der Mutter Erlernte wurde offenbar während der Tragzeit auf die Nachkommen übertragen. Dies ist nach Meinung der Wissenschaftler ein Beleg dafür, dass vom eigentlichen DNA-Code unabhängige Erbinformationen existieren, die im Gegensatz zur DNA im Laufe des Lebens durch die Umwelt beeinflusst werden können. Das widerspricht der klassischen Genetik.

Die sogenannte **transgenerationale Epigenetik** ist erst seit kurzem wissenschaftlich akzeptiert. Die Epigenetik erklärt, warum beispielsweise Haut- und Muskelzellen völlig verschieden sind, obwohl sie dieselbe DNA besitzen. Der Grund sind molekulare Mechanismen, die beeinflussen, wo und wie das Erbgut ausgelesen wird. Die transgenerationale Epigenetik besagt, dass solche Mechanismen per Eizelle von der Mutter auf das Kind vererbt werden. [43)]

Vor einiger Zeit gab es dazu bereits Hinweise. Niederländische Großmütter, die zu Kriegszeiten darben mussten, brachten nicht nur kleinere Töchter zur Welt. Auch die Generation der Enkel war noch untergewichtig, obwohl deren Mütter in der Schwangerschaft keinen Hunger mehr leiden mussten. Mit solchen Fragen nach einem epigenetischen Mechanismus, der viel mehr an als in den Genen wirkt, beschäftigen sich Stammzellforscher ebenso wie Pflanzenzüchter, Insektenkundler oder Psychologen.

Erlebnisse in der Kindheit prägen oft die Entwicklung eines Menschen. Forscher glauben nun nachweisen zu können, dass kindliche Gewalterfahrungen sich in Veränderungen der epigenetischen Mechanismen niederschlagen. Molekulare Spuren im Erbgut von Misshandlungsopfern sprechen dafür – die Schläge trafen offenbar auch die Gene der Opfer. Und da Tierversuche zeigen, dass sich epigenetische Schlösser wieder öffnen lassen, hegt Moshe SZYF vom McGill-Department of Pharmacology and Therapeutics gar die Hoffnung auf eine Therapie. Was im Zuge synergetischer Innenweltreisen seit Jahren praktiziert wird, wird allmählich common sense: So schreibt die FAZ in ihrer Online-Ausgabe, dass bisherige Grundannahmen ins Wanken kommen: Glaubte man bisher, dass der Mensch durch seine Gene und seine frühkindliche Entwicklung festgelegt zu sein schien, so heißt es nun, dass sich in jeder Lebensphase noch etwas ändert: Alles ist im Fluss, so Florian HOLSBOER, Direktor am Max-Planck- Institut für Psychiatrie in München. Er erhofft sich aus den Erkenntnissen der Epigenetik irgendwann einen therapeutischen Ansatz für Traumapatienten. 44) Er will ihre molekularen Narben heilen – bis dahin werden wohl noch etliche Labormäuse ein qualvolles Leben leben müssen, während synergetische Innenweltreisen bereits erfolgreich seelische Verletzungen heilen.

---

43) Vgl. JUTZI, Sebastian: Epigenetik – Das Leben prägt das Genom. In Focus-Online: http://www.focus.de/ gesundheit/news/epigenetik-das-leben-praegt-das-genom_aid_317642.html.

44) Vgl.http://www.faz.net/s/Rub268AB64801534CF288DF93BB89F2D797/Doc~EFFAD72145EAD472498043FB4B095E97E~A Tpl~Ecommon~Scontent.html.

3 Komplexität in der Innenwelt



Anteile von uns, die wir während einer Innenweltreise auffinden, können Momentaufnahmen einer bestimmten biographischen Situation sein, etwa als wir uns hilflos gefühlt haben. Häufig handelt es sich dabei aber auch um Symbolbilder, die die Summe der Erfahrungen in Bezug auf eine gewisse Fragestellung darstellen und damit eine komplexe Informationsstruktur des Unbewussten darstellen. Der Innere Löwe etwa kann die Summe der Erfahrungen darstellen, die wir mit 'Kraft' in unserem Leben gemacht haben (vgl. *Synergetik Basic 2/4*, Kap. 3.2: *Innerer Löwe*). Liegt er beispielsweise an einer Kette, deutet dies auf Situationen im Leben hin, in der erlebt wurde, wie Kraft, Selbstvertrauen und Zuversicht etc. gebremst wurden. Zwei Ebenen werden dabei deutlich: Zum einen der **Ist-Zustand** (des Löwen etwa) sowie zum anderen das dahinter liegende **Urbild** (des Löwen), das den Attraktor synergetischer Transformationsarbeit darstellt. Alle Transformationsarbeit, die nach dem Basishandwerkszeug in der Innenwelt geleistet wird, lässt die Symbolbilder selbstorganisatorisch sich in Richtung Urbild entwickeln. Innenwelt ist prinzipiell so angelegt, dass steckengebliebene Erfahrungen nachgeholt werden und entsprechende Symbolbilder und Persönlichkeitsanteile sich in Richtung des jeweiligen Urbildes entwickeln wollen; das ist der Grund, warum Menschen ein Interesse entwickeln, sich mit sich selbst zu beschäftigen.

Komplexität drückt sich in der Innenwelt ferner darin aus, dass die Bilder untereinander vernetzt sind: Das Innere Kind steht in Wechselwirkung mit den Inneren Eltern; das Bild des Inneren Papas mit dem der Inneren Mama. Es gibt kein lebendiges, wunderbares Inneres Kind, wenn die Bilder der Inneren Eltern leblos sind. Die Innere Frau steht in Beziehung zum Inneren Mann (vgl. *Synergetik Basic 4/4)*. Alle Bilder, insbesondere die der zentralen inneren Symbole und Persönlichkeitsanteile, wirken aufeinander ein und beeinflussen sich.

Komplexität in der Innenwelt entsteht durch Bündelung und Vernetzung von Informationen in Wechselwirkung

Diese systemischen Wechselwirkungen bringen es mit sich, dass die Arbeit an einem Aspekt in der Innenwelt selbstorganisatorisch und durch Rückkopplungen Auswirkungen hat auf das ganze System (vgl. *Synergetik Basic 1/4,* Kap. 2.1, 4.2, 5.2) [45] :

> Konfliktmuster mit ihren ineinander verschachtelten selbstähnlichen Bezügen (Fraktalen) werden von Attraktoren beherrscht, die sich im Laufe des bisherigen Lebens aufgrund bestimmter Erlebnisse herausgebildet haben und die den Attraktor des jeweiligen Urbildes "überlagern" (etwa: *ich habe nie erlebt, dass mein Papa mich annimmt; ich kann mir nicht vorstellen, dass sich das ändert; ich habe mit ihm gebrochen und will keinen Kontakt mehr mit ihm*).
>
> Um die bestehende Informationsstruktur zum „Kippen" zu bringen, muss diese zunächst in ein Chaos versetzt werden (vgl. *Basishandwerkszeug*), welches sie so weit destabilisiert, dass sie in sich zusammenbricht. Erst danach kann über einen Selbstorganisationsprozess ein Neuaufbau einsetzen, welcher sich am Attraktor des Urbildes orientiert. Der Selbstorganisationsprozess stellt ein emergentes Geschehen dar, das sich weder der Klient noch der Begleiter "ausdenkt" – es baut sich emergent eine neue und höherwertigere Infor- mationsstruktur auf. Da sich Körper, Geist und Seele selbstähnlich verhalten, wirken sich Innenweltreisen auch auf die anderen Ebenen aus.

---

45) Kap. 2.1: *Optimierung,* 4.2: *Die Seelenebene des Gehirns,* 5.2: *Emergenz, Attraktor und Selbstähnlichkeit.*

3.1 Inneres Kind[46)]

Das **Urbild des Inneren Kindes** ist in etwa 6 bis 7 Jahre alt, es ist lebendig und gesund, verspielt, auf- geschlossen, neugierig, selbstbewusst und kontaktfreudig.

Wenn ein Erwachsener das erste mal sein Inneres Kind aufsucht, erscheint es in aller Regel nicht mit all diesen Qualitäten, da nicht immer beide Eltern die nötige Zeit aufbrachten und das Kind in seiner Unschuld und Verletzlichkeit Enttäuschungen unterschiedlicher Art erlebt hat – das ist der Normalfall. Wichtig ist, darüber Klarheit zu haben, dass das Ziel syner- getischer Optimierungsarbeit die (Wieder-)Herstellung des Urbildes in der Innenwelt des Klienten ist.

Das tatsächlich vorgefundene Innere Kind kann sich beim Erstkontakt deutlich vom Urbild unterscheiden:[47)] Vielleicht steht es in einer Ecke und traut sich nicht in den Vordergrund zu kommen, ist ängstlich, depressiv und gehemmt oder auch gelangweilt oder gar aggressiv; vielleicht ist es in Lumpen gehüllt, körperlich beeinträchtigt oder in seiner Entwicklung zurückgeblieben sein (1-3 Jahre alt, was darauf hindeutet, dass sich etwas in diesem Alter zugetragen hat). Aus- sagekräftig ist auch der Ort, wo das Innere Kind aufgefunden wird: Spielt es glücklich im Kinderzimmer oder sitzt es allein im Keller?



Auch viele Arten von Verschachtelungen sind möglich, etwa, dass es vordergründig niedlich und verspielt ist, beim Ansprechen jedoch traurig wird oder sich monströs verändert und Schattenanteile offenbart (vgl. *Synergetik Basic 2/4*, Kap. 1: *Reichtum und Schatten in der inneren Welt*). Wichtig ist es, auf Untertöne des Klienten bei der Beschreibung des Inneren Kindes zu achten: es sieht ziemlich gesund aus, es ist eigentlich zufrieden etc. – das Innere Kind kann – wie der dazu gehörige Erwachsene – über viele Schalen (und Schatten) verfügen, die sich erst nach und nach offenbaren. Hier ist die Sensibilität und Empathie des Begleiters gefragt, aber auch Auf- merksamkeit, Ehrlichkeit und Entschlossenheit des Klienten. Die Schattenbereiche der Seele mit ihren Verkapselungen erfüllten unter Umständen lange Zeit im Leben die wichtige Aufgabe, den Gesamtorganismus am Leben zu erhalten. Demzufolge braucht es manchmal viel Einfühlungsvermögen, um diese intimen Bereiche ins Licht des Bewusstseins zu bringen. Es kann vorkommen, dass das Kind zwar erscheint und freudig durch die Gegend trollt, doch nur der genaue Blick offenbart, dass das Gesicht des Kindes eigentlich nicht wirklich zu sehen ist; vielleicht flackern dann beim Versuch, es zu erkennen, ablenkende Bilder durch das Gesicht des Inneren Kindes – bis es sich schließlich doch preisgibt: monströs verunstaltet, eingesperrt in einem Laufstall, die Augen entsetzt und erstarrt weit aufgerissen. Im Falle von Missbrauch ist mit mehreren Inneren Kindern zu rechnen. Um Abspaltungen aufzudecken, kann man das scheinbar intakte Innere Kind nach weiteren Anteilen fragen. Traumata deuten sich auch dann an, wenn der Klient das Geschehen „von oben" oder aus der Perspektive der dritten Person betrachtet.

---

46) Das 'Innere Kind' ist ein Begriff, der heutzutage recht geläufig ist. Vor wenigen Jahrzehnten war das noch anders und man wäre bei seiner Erwähnung auf Unverständnis gestoßen. Bekannt wurde der Begriff zum einen durch das Buch Aussöhnung mit dem inneren Kind von Erika J. CHOPICH und Margaret PAUL (5. Aufl. Freiburg/Br. 1998; DIESS.: Arbeitsbuch: Aussöhnung mit dem Inneren Kind. 1. Aufl. Freiburg/Br. 2005). In der Synergetik geht es nicht nur darum, das Innere Kind zu „haben", sondern auch, das Innere Kind zu „sein" – es zu fühlen, aus seiner Perspektive die Welt wahrzunehmen und seine Defizite zu heilen, um es gesund jederzeit im Alltag in uns zu spüren.

47) Im Kontext der synergetischen Ausbildung kann es vorkommen, dass man gezielt das Innere Kind auf- sucht, um seine Beschaffenheit zu überprüfen und Kontakt zu wichtigen „Themen" in der Kindheit zu bekommen; selten nur wird ein Klient in eine freiberuflich arbeitende synergetische Praxis kommen und vorschlagen, das Innere Kind in seiner ganzen qualitativen Breite kennen zu lernen. Das Kind taucht hier vielmehr häufig im Zusammenhang mit aktuellen Problemen aus dem Alltag des Erwachsenen (Beziehungs- und Berufsleben etc.) und ihren Selbstähnlichkeiten in der Kindheit des Klienten auf. Das damit in Beziehung stehende Bild des Kindes besitzt häufig vor allem biographische und weniger symbolische Qualitäten. Es steht jedoch mit dem eigentlichen Symbolbild des Inneren Kindes in enger Beziehung und stellt eine seiner Fassetten dar. Im Rahmen einer Sitzung ist grundsätzlich mit ihm genauso zu verfahren, wie mit dem Inneren Kind. Auch kann es dienlich sein, das eigentliche Symbolbild des Inneren Kindes mit in die Sitzung einzubeziehen.

Hat das Kind in der Vergangenheit viel Schmerz oder Traumatisierungen erlebt, wird es möglicherweise vom Inneren Erwachsenen abgetrennt. Der Erwachsene will sich damit davor schützen, den Schmerz des Kindes zu fühlen und lehnt es ab, die Verantwortung für es zu übernehmen. Er möchte die eigene Hilflosigkeit und das Ausgeliefertsein nicht spüren oder fühlt sich überfordert, das Kind zu versorgen. So haben viele Menschen beim Heranwachsen gelernt, den Zugang zu ihrem Inneren Kind zu drosseln oder abzuschneiden, um bestimmte Gefühle nicht mehr fühlen zu müssen. Das Problem entsteht u. a., weil es nicht möglich ist, nur die schlimmen Gefühle auszuklammern, sondern gleichzeitig der Zugang zu den positiven Gefühlen versperrt wird.

Das abgelehnte Innere Kind empfindet sich dann als unzulänglich, schlecht, nicht liebenswert und entwickelt intensive Gefühle von Schuld und Scham. Es lernt, sich davor zu fürchten, dass die Menschen es verlassen und zurückweisen. Dieses „ungeliebte Kind" lebt in der ständigen Erwartung zurückgewiesen zu werden und projiziert diese Erwartung auf andere Menschen, unterstellt ihnen, es permanent abzulehnen. So kann beispielsweise geringfügige Kritik durch den Partner panische Angst auslösen, weil das im Unbewussten lebende und wirkende Innere Kind diese Kritik mit altbekannten Gefühlen von Angst vor Strafe und Zurückweisung verbindet, und eine an sich harmlose Situation kann unangemessen eskalieren (vgl. „Musterhandeln", *Synergetik Basic 2/4*, Kap.2: *Handlungskompetenz und Musterhandeln*).

Der „lieblose Erwachsene", der das Kind nicht annimmt, verhält sich so, wie unsere Eltern oder andere Bezugspersonen uns geprägt haben. Er handelt nach falschen Glaubenssätzen bzw. Widerstandsmustern zum Inneren Kind, die beispielsweise heißen können:

- Ich kann mich selbst nicht glücklich machen, andere können das besser als ich;
- andere sind für meine Gefühle verantwortlich und ich bin für ihre verantwortlich;
- ich bin egoistisch und falsch, wenn ich mich selbst glücklich mache;
- im Grunde meines Wesens bin ich schlecht;
- am besten ist es, Bedürfnisse nach Liebe und Zuwendung wegzuschieben.

Das Wichtigste ist zunächst, Kontakt mit dem Inneren Kind aufzunehmen, (was unter- schiedliche bewusste und unbewusste Bereiche im Gehirn neuronal neu verschaltet): es ansprechen, berühren, in den Arm nehmen, sich hinein fühlen. Wenn das Innere Kind nicht so schön aussieht, kann dies mitunter sehr schwer fallen. Es ist wichtig, mit seinem Inneren Kind wieder in einen ehrlichen, offenen Dialog zu treten, ohne ihm Vorschriften zu machen oder intellektuelle Erklärungen abzugeben. Man kann ihm Fragen stellen, wie *Was brauchst du? Was willst du mir zeigen? Wie lebst du? Nimm mich mit in deine Welt! oder Zeig mir, wie es dir früher ergangen ist usw.*

Synergetische Innenweltreisen bieten dem Klienten die Möglichkeit, durch intensives sich beziehen auf das Innere Kind, dieses wieder ganz tief kennenzulernen und dadurch immer mehr wieder anzunehmen und die oben genannten Qualitäten in sich wieder zu erwecken. Der Klient kann sich auch von seinem Inneren Kind prägende Situationen zeigen lassen und diese nach dem Basishandwerkszeug synergetisch verändern. Dadurch wird das Kind befreit und erlangt immer mehr seine Lebendigkeit zurück .

Erfahrungsgemäß ist es sehr wichtig, der Arbeit mit dem Inneren Kind viel Raum zu geben, da die meisten seelischen Verletzungen und Einschränkungen aus der Prägephase der Kindheit stammen und der strategischen Erziehung der Eltern, die häufig immer nur das Beste wollten – nun arbeiten wir daran, das Beste wieder zurück zu bekommen.



Der Begleiter kann den Klienten dazu anregen, mit seinem Bewusstsein in das Innere Kind einzusteigen und zu fühlen, wie das Kind sich fühlt, um dann aus dieser Perspektive mit seinem Erwachsenen-Ich zu sprechen. Als weitere Möglichkeit bietet sich an, Lieblingstiere oder Lieblingsspielzeug aus der Kindheit auftauchen zu lassen und mit diesen Dingen in Dialog zu treten. Manchmal leidet das Innere Kind noch darunter, dass seine Mutter oder sein Vater Spielzeug unbedacht weggeworfen hat. Dann ist es sehr heilsam, mit dem Inneren Papa oder der Inneren Mama zu arbeiten, um das Spielzeug wieder zurückzubekommen und die seelische Verletzung zu heilen (s. u.).

Man kann das Innere Kind auch mit in die heutige Welt nehmen, um ihm zu zeigen, was aus ihm wird. Wenn es die Zusammenhänge erkennt, fällt es ihm leichter, seinem Vater oder seiner Mutter zu widersprechen. Auch sie können mit den Auswirkungen ihres Tun konfrontiert werden. Schon durch diese Rückkopplungen können wichtige Selbstorga- nisationsprozesse ausgelöst werden, die sehr effektiv sind.



Für starke Persönlichkeitsabspaltungen gilt als oberste Orientierung eine Haltung des Annehmens und der Integration. Gefühlszustände sind zu entladen, Schuldvorwürfe zu fördern, denn ein nur auf der Verständnisebene vollzogene Betrachtung der Kindheit festigt diese innerlich noch weiter. Die Schattenarbeit lässt sich nur durch aktives innerliches Erleben vollziehen, sonst besteht die Wahrscheinlichkeit der mehrgenerationalen Vererbung oder im schlimmsten Fall die Gefahr der explosiven Entladung in der Außenwelt.

Das Symbolbild des Inneren Kindes ist etwas „Zusammengefügtes" und ein Bedeutungsträger (vgl. *Synergetik Basic 2/4*, Kap. 3: *Symbolbilder und biographische Bilder*) – es bündelt bildlich und emotional Informationen aus der Kindheit und reprä- sentiert Wesenszüge des Erwachsenen in Hinblick auf Selbstbewusstsein, Beziehungsleben, Handlungskompetenz etc. Es symbolisiert die Basis des gesamten Lebens und ist – im optimalen Fall – nicht zufällig zwischen 6 und 7 Jahre alt, da in diesem Alter die Prägung weitestgehend abgeschlossen ist (s. o. Kap. 2.1 '*Komplexität' in der Hirnforschung*) und das Set an Eigenschaften, Fähigkeiten, Defiziten etc. des heranwachsenden Menschen nun feststeht. Umgekehrt bedeutet dies, dass es häufig genügt, den Schwerpunkt der synergetischen Arbeit auf die ersten sechs Jahre zu legen, um das Innere Kind zu heilen. Ist an Entwicklung und Erfahrung in der Innenwelt das nachgeholt worden, was in der Biographie verpasst worden war, wird sich auch der Ist-Zustand des Erwachsenen mit seinen aktuellen Problemen fundamental verändern, da seine Basis optimiert worden ist. Wichtige Ereignisse aus dem späteren Leben stehen häufig in Beziehung zu Situationen der ersten sechs Jahre und kippen quasi „von allein", wenn umfassend die prägenden Szenen der frühen Jahre aufgearbeitet worden sind; eine minuziöse Aufarbeitung des gesamten Lebens ist somit nicht unbedingt nötig (natürlich muss z. B. ein Trauma mit 12 Jahren umfassend eigens bearbeitet werden!).

So wie das Kind, das bis zum circa sechsten Lebensjahr gut etabliert ist, nicht davor gefeit ist, „Schicksalsschläge" im Leben zu erleben, so widerfahren dem Klienten auch nach synergetischer Transformation des Inneren Kindes noch widrige Herausforderungen – entscheidend ist dabei jedoch: mit welcher seelischen Standfestigkeit be- gegnen wir den Aufgaben im Leben? Begreifen wir sie als Chancen zum Reifen oder verzweifeln wir an ihnen?

Die neuronale Entwicklung in den ersten Lebensjahren eines Menschen (s. Kap. 2.1) und die innenweltliche Entwicklung des Inneren Kindes korrespondieren miteinander und bilden die Basis für das weitere Leben – die synergetische Arbeit zielt darauf ab, diese Basis, und damit den Menschen insgesamt, zu stärken.



Das Kind ist ein Produkt der Eltern. Die mehrgenerationalen Bezüge drücken sich als Prägungen und Vererbungen sowohl auf der körperlichen als auch auf der geistigen und seelischen Ebene aus. Aufgrund der systemischen Zusammenhänge von Körper, Geist und Seele genügt es häufig, Energie in eine dieser Ebenen zu geben, um Auswirkungen im Gesamtsystem festzustellen. Wenn wir das Innere Kind erlösen wollen, müssen wir an den Inneren Eltern arbeiten.

3.1 Innere Eltern



Die meisten unserer Probleme im Leben hängen mit unseren Eltern und unseren Erfahrungen mit ihnen zusammen: In Partnerschaften und Beziehungen, mit unseren eigenen Kindern und im Beruf wirken im Unbewussten die uns mitgegebenen Grundprägungen.

Die Eltern sind die Urerfahrung, die wir in unserem Leben gemacht haben. Sie bestimmen, wie wir in bestimmten Situationen spontan reagieren, was wir im Leben verwirklichen können und welchen Typ Mensch wir interessant finden und an wen wir uns binden (ob es uns gefällt oder nicht).

Es geht dabei nicht um Schuldzuweisungen – es geht darum, die uns belastenden Grundprägungen in unserer Seele zu erlösen und uns damit frei in unserem Handeln im Alltag zu machen.

Das **Urbild der Inneren Mama** vermittelt Sicherheit, Zuwendung, Geborgenheit und vor allem Liebe. Körperlich ist ihre Wirkung insbesondere im Herzen konkret spürbar. Am besten ist es, wenn der Klient von selbst feststellt, das er sie im Herzen spürt. Eine rein kognitive Wahrnehmung ihrer Anwesenheit ist ein Anzeichen dafür, dass die notwendige Emotionalität nicht vorliegt und Erlebnisse im Hintergrund wirken, die eine emotionale Nähe zur Mutter verhindern.

Das **Urbild des Inneren Papas** schenkt neben bedingungsloser Liebe und Zuwendung insbesondere Geborgenheit und Sicherheit (ideell wie materiell).

Innere Eltern, deren Bild mit der körperlichen und seelischen Gesundheit des Klienten korrespondieren, stehen im Idealfall (Urbild) hinter dem Kind, sind stolz auf das Kind und geben ihm ihre gesamte Energie. Alles was es tut bejahen sie uneingeschränkt, auch wenn es einmal „was Dummes“ macht; sie stehen mit tiefem Verständnis hinter ihm und helfen ihm aus allem heraus.

Sehr viele Menschen in unserem Kulturkreis haben solche Eltern in ihrem Leben (im Außen) nicht kennengelernt. Wenn diese Menschen in ihrer Innenwelt zum ersten mal erfahren, dass sich so Eltern anfühlen, geht ein neuronaler Sturm durch die.bestehenden Verschaltungen ihres Gehirns, der so einiges im Innen und Außen hinweg fegt.

Bis es dazu kommt, vergehen eine oder auch viele Sitzungen, je nach Komplexität der in der Innenwelt abgelegten individuellen Erfahrungen. Wie auch beim Inneren Kind ist der Zustand der Inneren Eltern sehr aussagekräftig. Gleiches gilt auch für den Ort, an dem sie aufgefunden werden. Ruft man die Inneren Eltern herbei, kann es vorkommen, dass das Energiebild der Inneren Mama und/oder des Inneren Papas woanders hinschaut, sich nicht für die Belange ihres Kindes interessiert, nicht antwortet, ihm keine Hilfe zubilligen will oder auch gar nicht erst erscheint (gedankliche, räumliche, emotionale Distanz bzw. Abwesenheit). Häufig verhält es sich so mit dem Elternteil, der biographisch bereits früh abwesend war, sei es durch Scheidung, Tod oder aus anderen Gründen. Anzumerken ist in diesem Zusammenhang, dass ein früher Totalverlust eines Elternteil (so schwerwiegend er im Leben des Klienten auch wirkte) deutlich schneller seelisch zu heilen scheint, als etwa Erfahrungen mit einer chronisch kranken Mutter, die ihrem Kind über Jahrzehnte Pflege, Zuwendung und Energie abverlangte – aufgrund der Vielfalt und Komplexität der damit verbundenen negativen Lebenssituationen.

Wesentlich ist zudem die Qualität der Paarbeziehung der Inneren Eltern. Dabei ist zu betonen, dass es hierbei nicht darum geht, moralische Grundsätze über die Art und Weise, wie Paare miteinander umzugehen haben, zu vertreten, sondern Erfahrungs- werte zu vermitteln, welche elterlichen Qualitäten mit dem körperlich-seelischen Befin- den des Klienten in Beziehung stehen. Zerstrittene Eltern sind im Außen häufig ein Faktum; in der Innenwelt stellen streitende Eltern einen innerseelischen Konflikt des Klienten dar, da es sich bei den Inneren Eltern um Seelenanteile des eigenen Unbewussten handelt. Ihre Handlungsanweisungen bekamen diese Energiebilder durch die Erfahrungen, die der Klient mit seinen Eltern im Außen gemacht hat.

Da in der Innenwelt (wie auch im Reich der Träume) nicht die gleichen Logikgesetze wie im Außen gelten,

kann es infolge synerge- tischer Transformationsarbeit zu scheinbar unlogischen oder paradoxen Situationen, Kon- stellationen und Paarbeziehungen kommen: Auch wenn die Eltern im Außen geschieden sind und sich seit Jahren nicht mehr ge- sprochen haben, können sie in der Innenwelt ein Paar bilden; gestorbene Väter können auferstehen und Entschuldigungen aussprechen oder der verstorbene Elternanteil kann den Klienten fortan „auf seiner Wolke“ im Leben begleiten etc. Wichtig ist allein die emotionale Qualität und Realität, mit der die unterschiedlichen Symbolbilder und Persönlichkeitsanteile zueinander stehen. Vielleicht gehen die Inneren Eltern, wie ihre geschiedenen Entsprechungen im Außen, getrennte Wege, nur tun sie es dann einvernehmlich, im Frieden und sind jederzeit für ihr Kind da, wenn es ihrer Hilfe bedarf. Was infolge umfangreicher synergetischer Beziehungsarbeit in der Innenwelt aufgrund der 'morphischen Resonanz' mit den tatsächlichen Eltern im Außen passiert, mag jeder für sich selbst erfahren (vgl. *Synergetik Basic 1/4,* Kap. 7.2: *Morphische Felder im Außen und Innen)*.

Manchmal kommt es nach Innenweltreisen im Außen zu Situationen der Entsprechung: Kontaktaufnahmen und Begegnungen mit den Eltern im Außen, denen ein gewisses Unbehagen aufgrund der früheren Erfahrungen vorausgeht. Das Leben fordert nun dazu auf, auch hier Handlungskompetenz und Mut aufzubringen, um das Thema der Sitzung zu vervollständigen (vgl. *Synergetik Basic 2/4*, Kap. 2: *Handlungskompetenz und Musterhandeln*). Wird die Umsetzung verpasst, kann es sein, dass die geleistete Arbeit in der Innenwelt verpufft bzw. aufgeschoben wird, da offenbar immer noch themenrelevante Blockaden im Unbewussten wirken, die uns zu allerlei Ausflüchten verleiten. Letztlich belegen sie, dass wir noch nicht über genügend Selbstvertrauen verfügen, unsere Herausforderungen auch im Außen zu suchen und zu bestehen. Das Außen (unsere Lebensumstände, unsere Familien-, Beziehungs-, Berufs- und Finanzsituation etc.) ist der ehrlichste Spiegel unseres Selbst, den wir haben – so unangenehm das auch sein kann.

Ehrlichkeit sich selbst und der eigenen Lebenssituation gegenüber ist eine Qualität, die durch synergetische Innenweltreisen geschult werden kann. Und sie ist wesentlich für die erfolgreiche Umsetzung im Innen und Außen. Relevant ist dabei, überhaupt erkennen zu können, welche Qualitäten zu einer gesunden und welche zu einer ein- geschränkten Innenwelt gehören: Der Klient, der zeitlebens die emotionalen Defizite seiner Eltern erfahren hat, findet es unter Umständen völlig normal, dass seine Inneren Eltern abwesend reagieren, ihr Verhalten mit der vielen zu erledigenden Arbeit entschuldigen und sogar noch Verständnis einfordern – dieser Attraktor bestimmte bislang seine Lebenswahrnehmung (vgl. *Synergetik Basic 1/4*, Kap. 2: *Wahrnehmung* und 5.2: *Emergenz, Attraktor und Selbstähnlichkeit)*. Ebenso erscheint es völlig selbstverständlich, dass der Innere Großvater nun einmal in den Krieg zu ziehen hat, auch wenn er damit das Familienleben ins Chaos stürzt. Bei konsequenter Anwendung des Basishandwerkszeugs werden selbstorganisatorisch völlig neue Optionen, Perspektiven und Lösungen (auch im Widerspruch zur Logik der Außenwelt) emergieren und damit eine neue emotionale Wirklichkeit in der Seelenlandschaft des Klienten erschaffen.

> Jede Innenwelt ist ein Unikat und weist individuelle Zusammenhänge und Beziehungsstrukturen auf. Dennoch gibt es Übereinstimmungen, die Innen- welten insgesamt ausmachen: Die wesentliche Rolle der leiblichen Eltern für das Innere Kind und die Themen des erwachsenen Klienten etwa oder auch die Symbolik für Verdrängungen und unangenehme Themen durch 'Schatten' (dunkle Kellerräume, grob behauene, feuchte Felsenwände etc.). Stattfindende Heilungen werden häufig repräsentiert durch die Zunahme des Lichts, durch das Wegfallen von Wänden und die Öffnung vordem dunkler Räume. Kalte leere Symbolräume zeigen sich nach erfolgter Transformationsarbeit im Familienenergiefeld wohnlich eingerichtet, freundlich und behaglich – analog zur nun veränderten Familienstruktur und der damit verbundenen neuen emotionalen Wirklichkeit.

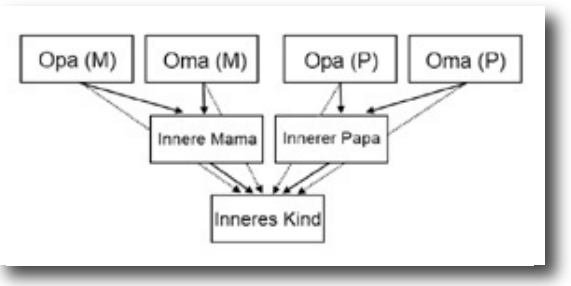
Zu den Vorzügen der synergetischen Methode und der Arbeit mit den inneren Energiebildern gehört die hohe Präzision, mit der Zustände und Zusammenhänge aufgedeckt, Transformationen eingeleitet und Arbeitsergebnisse überprüft werden können. Die Qualität der inneren Bilder in Verbindung mit den damit verbundenen Emotionen geben über die Prozessfortschritte Aufschluss. So lässt sich etwa auch entgegen eines wirkenden Attraktors zunächst klären (bzw. erwirken), ob überhaupt der Innere Papa oder die Innere Mama zur Mithilfe bereit ist; sie brauchen es zunächst noch nicht einmal zu tun – doch destabilisiert bereits die Wahrnehmung eines kleinen Kopfnickens das vorherrschende Muster und stellt den Beginn umfangreicher Transformationsarbeit dar.

Bei der Arbeit mit den Inneren Eltern ist darauf zu achten, dass genau die Eltern in die Transformationsarbeit einbezogen werden, die zu dem jeweiligen Ereignis auch gehören: Es nützt nichts, mit dem 60jährigen Papa

zu arbeiten, wenn der 20jährige das zu bearbeitende Trauma herbeigeführt hat. Hat das Kind etwas mit 6 Jahren erlebt, ist der dazu passende Papa herbeizuholen; kommt er nicht oder ein deutlich zu alter Papa liegt eine Verzerrung vor, die ggf. auf Schattenbereiche verweist. Gerade beim Rückkoppeln unterschiedlicher Persönlichkeitsanteile und Symbolfiguren im weiteren Verlauf der Sitzung muss der Begleiter den Überblick darüber behalten, welche Elternanteile gerade mit welchem Kindanteil kommunizieren.

Häufig erfährt der Klient im Zuge der Aufdeckungsphase, dass die ihm bekannten Probleme bereits die Kindheit seiner Eltern beherrschten. Üblicherweise reicht die synergetische Aufdeckungs- und Transformationsarbeit bis in die Kindheit der Eltern hinein und schließt damit die intergenerativen Einflüsse mit ein.

3.2 Familienenergiefeld



Die inneren Konflikte, die ein Klient mit sich trägt und die nach und nach während einer Innenweltreise aufgedeckt wer- den verzweigen sich mehr oder weniger tief im Familienener- giefeld. In der „klassischen Kon- stellation" können bis zu vier Innere Großeltern sowie zwei Innere Eltern mit dem Inneren Kind und damit dem zu bearbeitenden Thema in Beziehung stehen (4-2-1-Struktur). In der Realität treten unzählig viele Variationen und Ergänzungen dieser Konstellation auf und bestimmen die intergenerativen Zusammenhänge in der Innenwelt. So können die Großeltern indirekt über die Prägung der Eltern auf das Innere Kind einwirken, es kommt jedoch auch häufig vor, dass sie direkten Einfluss nehmen, da sie mit im Elternhaus lebten und das Kind unmittelbar prägten. Ggf. ersetzten sie auch einen fehlenden Elternteil und fungierten im Leben des Inneren Kindes quasi als „Ersatzvater".

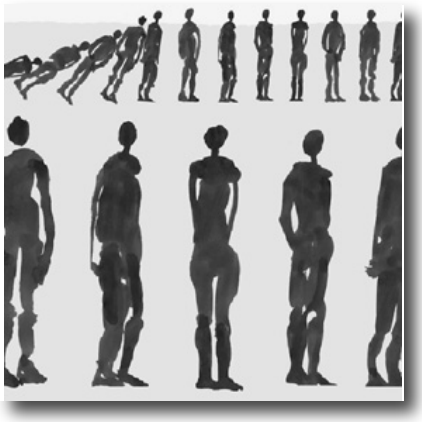
Das Familienenergiefeld kann sich ausgesprochen komplex darstellen: Stiefeltern, alleinerziehende Oma, miterziehende größere Geschwister oder Großtanten etc. können daran beteiligt sein. Inzest in der Familie ruft ganz eigene Strukturen hervor, die aber ebenso mit dem Basishandwerkszeug bearbeitet werden können, wie die klassische 4-2-1-Konstellation. Gleiches gilt für ein Scheidungskind, das bereits im dritten Lebensmonat seinen echten Papa „verlor" und fortan von einem Stiefvater aufgezogen wurde. Es hat im wesentlichen zwar nur den Stiefvater erlebt, doch ist der leibliche Vater dennoch wichtig. Auch er ist in den Sitzungsverlauf miteinzubeziehen und sollte schließlich, wie alle anderen Familienmitglieder, dem Inneren Kind seine ganze Aufmerksamkeit, Liebe und Zuwendung in der Innenwelt zukommen lassen; dieses Kind verfügt in der Innenwelt über zwei Innere Papas und eine Innere Mama.

Mitunter haben nicht nur leibliche Familienmitglieder eine prägende und vererbende Rolle für das Innere Kind gespielt, sondern auch außerfamiliäre Personen: früher die Knechte und Mägde, die mit im Haushalt wohnten, heute etwa Tagesmütter, Patentanten etc., die den Alltag des Kindes begleiten, während beide Eltern beruflich außer Haus sind.

In Vorträgen (ohne Demo-Sitzung) ist Menschen, die noch keine Erfahrungen mit ihrer Innenwelt gemacht haben, die ganze Tiefe des Familienfeldes nicht leicht zu vermitteln. Der Verstand allein kann häufig nur schwer akzeptieren, dass wir in unserer Seele nicht nur sämtliche Situationen unseres eigenen Lebens, sondern auch die Kind- heitserlebnisse unserer Eltern, Großeltern und Urgroßeltern usw. auffinden können, obwohl wir dort nicht zugegen bzw. geboren waren. Leichter ist es da schon, auf der Erlebnisebene während einer Sitzung die Menschen mit diesen Realitäten der Innenwelt in Kontakt zu bringen. Wie auch beim folgenden Kapitel zum Pastlife-Energiefeld ist es für die synergetische Arbeit zunächst nicht relevant, wie diese Bilder in unser Bewusstsein kommen. Wichtig ist, dass sie da sind, dass sie mit dem Thema in Beziehung stehen und dass sie bearbeitet werden müssen.

Manchmal genügt es für die Arbeit im tiefen Familienenergiefeld bereits, den Großeltern oder den Urgroßeltern die Folgen ihrer Entscheidungen und ihres Tun für die nach- folgenden Generationen insgesamt und für den Klienten im Besonderen vor Augen zu führen, um sie zu einer Abkehr ihres Verhaltens zu bewegen. Damit wird der vor- herrschende Attraktor destabilisiert und die in der Innenwelt autonom agierenden Persönlichkeitsanteile und Symbolbilder gezwungen, selbstorganisatorisch neue Reaktionsmöglichkeiten und Verhaltensweisen zu finden, die eine größere Nähe zum entsprechenden Urbild aufweisen.

Auch das Farbe-einlaufen-lassen (vgl. *Synergetik Basic 2/4,* Kap. 4.1: *Farbe einlaufen lassen*) ist ein Werkzeug, das – tief im Familien- energiefeld angesetzt – häufig bestehende Attraktoren destabilisieren kann. Oft ist es so, dass sich, je tiefer im Familienfeld mit Bezug zum Thema gearbeitet wird, der aufzubringende Aufwand für den Klient verringert (vgl. *Synergetik Basic 1/4*, Kap. 2.1: *Optimierung und 5: Chaostheorie und fraktale Muster – 'Schmetterlingseffekt'*). Die vordem aufgedeckten selbstähnlichen Bezüge zur eigenen Biographie bilden quasi den „roten Faden", an dem entlang anschließend die prägenden Szenen aus der Kindheit der Eltern und der eigenen Kindheit beinahe wie von selbst kippen ('Dominoeffekt').

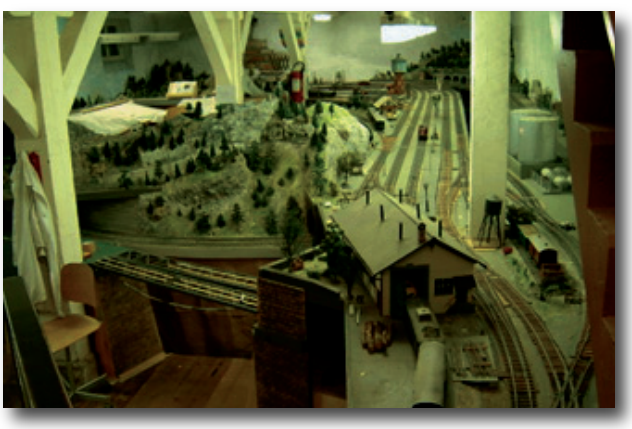


Es kommt vor, dass sich der aufgedeckte „rote Faden" der selbstähnlichen Bezüge nicht nur ins Familienenergiefeld erstreckt, sondern darüber hinausreicht ins Pastlife-Energiefeld; entsprechend weitreichend kann damit der „Hebelarm" der Transformationsarbeit sein.

4 Reinkarnationsbilder

4.1 Klassische Reinkarnationstherapie / Rückführungstherapie

Rückführungen in frühere Leben sind seit den ersten Experimenten mit Hypnose bekannt. Im 19. Jahrhundert und beginnenden 20. Jahrhundert haben viele Hypno- tiseure auf der Seelenebene Bilder früherer Leben entdeckt. Entsprechende Bilder und Geschehnisse lassen sich grundsätzlich in jedem Menschen auffinden und sind nicht gebunden an weltanschauliche Grundeinstellungen; man kann frühere Leben auch als Symbolbildebene begreifen, die Aufschluss über das Hier und Jetzt geben. Es ist für die synergetische Arbeit unerheblich, ob man an die Existenz früherer Leben „glaubt" oder nicht – Bilder früherer Leben sind ein innenweltliches Faktum, sie tauchen mit Bezügen zum jetzigen Leben auf und folglich kann und muss man mit ihnen arbeiten, wenn sie im Kontext einer Thematik auftauchen. Für einen Klienten mit einem „Beziehungsthema" etwa (als Ehemann das Geld zu verprassen und dait die Familie zu belasten) ist die Frage, ob es frühere Leben gibt oder nicht, nicht wirklich relevant. Wenn er erkennt, dass sein kostspieliges Hobby – im Keller ganze Modelleisenbahnlandschaften zu installieren – auf ein unerlöstes früheres Leben als Lokführer zurückgeht und er dieses erlöst und sich damit von seinem Musterhandeln im Alltag (!) befreien kann, hat die Arbeit im morphischen Feld früherer Leben ihre Wirkung entfaltet und das Familienleben wieder harmonisiert (vgl. *Synergetik Basic 2/4*, Kap. 2: *Handungskompetenz und Musterhandeln*).



Nicht wenige Menschen reduzieren die Thematik früherer Leben auf eine rein welt- anschauliche Frage und lehnen die Vorstellung ab, schon einmal in einem anderen Körper gelebt zu haben. Das Unverständnis rührt vor allem daher, dass diese Menschen in aller Regel noch keine eigene Erfahrungen mit inneren Bildern früherer Leben und den Beziehungen zum ihrem persönlichen Leben und Alltag gemacht haben – Kompetenz erwächst nie der Verstandesebene allein, sondern bedarf immer auch der Erfahrungsebene.

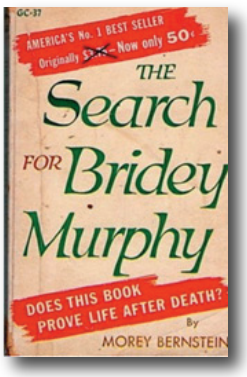
Bereits Anfang der 1850er Jahren führte der Magnetiseur [48)] Jules Denis De Sennevoy, Baron Du Potet durch eine frühe hypnotische Technik Trancezustände herbei und einige der Versuchspersonen scheinen über frühere Leben berichtet zu haben. Der russische Prinz Nikolai Borisovich Galitzin, der eine Zeit in Hessen verbrachte, führte 1862 mit einer ungebildeten hessischen Frau aus Bad Homburg, die kein Wort Französisch konnte, ebenfalls ein hypnotisches Experiment durch. Zur Überraschung der Anwesenden begann sie fließend Französisch zu sprechen und erzählte, dass sie im 18. Jahrhundert schon einmal gelebt habe. Sie sei die Gräfin Y. und habe ihren Mann unter Umständen umgebracht, die von der Umwelt für einen Unfall ge-

---

48) Ein Magnetiseur war Anwender der magnetischen Kur (Magnetisieren), eine von Franz Anton Mesmer (1734-1815) erdachte Heilmethode zur Auflösung von Blockaden der von ihm angenommenenim Körper zirkulierenden Energie (Fluidum). Seine vielfach kritisierte spekulative Theorie und die von ihm entwickelten Behandlungsmethoden des Magnetisierens werden auch als Mesmerismus, die Anwendung auch als Heilmagnetismus bezeichnet.

halten wurden. Deshalb habe sie als hessische Frau ein schweres Leben. Der Prinz fuhr später an den besagten Tatort und konnte die Existenz jener Person bestätigen.

Ein anderer Pionier auf dem Gebiet war der französische Oberstleutnant und SpiritistAlbert de Rochas d'Aiglun. Er führte im beginnenden 20. Jahrhundert eine Anzahl von Rückführungen in frühere Leben durch und veröffentlichte das erste Buch zum Thema· [49)] Bis in die erste Hälfte des 20. Jahrhunderts gab es unterschiedliche Experimente im morphischen Feld früherer Leben, die unter Hypnose erfolgten. [50)]



Morey (Morris) Bernstein sorgte für viel Aufruhr mit seinem Buch *The Search for Bridey Murphy* (New York 1956), worin er den Fall der amerikanischen Frau Virginia Tighe (im Buch Ruth Simmons genannt) vorlegte. Sie ging in mehreren Hypnosesitzungen zurück zu ihrem Leben als Bridey Murphy in Irland. Das Buch ist in jeder nur möglichen Weise kritisiert worden und Versuche wurden unternommen, den Fall als eine Erfindung zu entlarven. Der Journalist William Barker recherchierte für die Tageszeitung *Post* in Denver den Fall und reiste nach Irland. [51)] Seine Rechercheergebnisse konnten freilich die Kritiker nicht überzeugen, da hier einander ausschließende Weltwahrnehmungen aufeinander prallten (vgl. *Synergetik Basic 1/4*, Kap. 2: *Wahrnehmung*).

Das Buch von Bernstein hat dennoch viele Menschen in der westlichen Welt dazu inspiriert, selbst solche Experimente durchzuführen. Ab den 1960er Jahren wurden in wachsender Zahl hypnotischen Rückführungen in den USA, Europa und Australien durchgeführt. Mit der Zeit wurde entdeckt, dass eine Rückführung auch ohne Hypnose durchgeführt werden kann und eine therapeutische Wirkung haben kann.

Begründer der heutigen Rückführungstherapie waren Psychiater wie etwa der Brite Alexander Cannon, [52)] der aktuelle Probleme des Klienten mit lang zurückliegenden Traumata erklärte. Der erste Psychiater, der damit begann, Menschen so zu behandeln und darüber Veröffentlichungen machte, war Denys Kelsey aus Großbritannien, der 1968 das erste Buch über Rückführungstherapie veröffentlichte. [53)] In Deutschland war Thorvald Dethlefsen ihr Pionier. Seit den späten 80ern hat sich der Begriff Rückführungstherapie, oder Regressionstherapie, bei den Praktizierenden durchgesetzt. [54)]



Es gibt verschiedene Techniken, die angewandt werden, um Rückführungen zu erreichen. Viele Anwender arbeiten mit Methoden, die eine leichte Trance oder Hypnose erzeugen, beispielsweise durch hyperventilierendes Atmen. Andere arbeiten mit geistiger Versenkung oder Meditation. Es gibt aber auch Methoden, die ohne solche Techniken auskommen. Oft wird anfänglich nach Erinnerungen aus diesem Leben, nach Geburt und Schwangerschaft gefragt und erst dann nach früheren Inkarnationen.

Reinkarnationstherapie nach Thorwald DETHLEFSEN sucht weder in den früheren Leben noch in der Biographie des Menschen nach den „Ursachen" von Traumata und Problemen im Leben. [55)] Die Probleme lassen sich zwar finden, stellen jedoch keine „Ursache" dar. DETHLEFSEN geht zunächst davon aus, dass der Mensch ein bestimmtes Problem hat bzw. in einem bestimmten Muster lebt. Und dieses Muster ergibt sich aus der Verteilung von integrierten und nicht-integrierten Bewusstseinsbestandteilen und seelischen Inhalten. Egal was dieser Mensch unternimmt, er setzt stets dieses Muster in eine Form um. Dadurch ist es möglich, ganz gleich wo

---

49) ROCHAS D'AIGLUN, Albert de: Les vies successives. Paris 1911; 2. Aufl. Paris 1924 (dt. Übers.: Die aufeinanderfolgenden Leben. Leipzig 1914).

50) MARTIN, Asa Roy: Researches in Reincarnation and Beyond. Sharon (USA) 1942; BJÖRKHEM, John: De hypnotiska hallucinationerna [Habilitationsschrift, dt.: Die hypnotischen Halluzinationen]. Lund, 1942; BAKER, R. A.: The Effect of Suggestion on Past-Lives Regression. In: American Journal of Clinical Hypnosis, Jg. 25, Nr. 1, S. 71-76; BLYTH, Henry: The Three Lives of Naomi Henry. London 1956; BLOXHAM, Arnall: Who was Ann Ockenden? London 1958; IVERSON, Jeffrey: Reincarnation. The staggering Evidence of the Bloxham Tapes. 3. Aufl. London 1982.

51) BARKER, William: The Case for Bridey in Ireland. In: BERNSTEIN, Morey: The Search for Bridey Murphy New York

52) CANNON, Alexander: The Power of Karma in Relation to Destiny. New York 1937.

53) KELSEY, Denys / GRANT, Joan: Many Lifetimes. London 1967

54) LEUWER, Horst: Die verborgene Wahrheit: Rückführungen als spiritueller Neubeginn. Norderstedt

man genau hinschaut, dieses Muster zu finden. So finde sich nicht nur in der Kindheit das Problem, sondern auch am gestrigen Tag, in der vorigen Woche und vor einem Jahr; aber auch im Ablauf der Geburt, in der Embryonalphase und eben auch in beliebig vielen auffindbaren früheren Leben. Es seien jeweils niemals „Ursachen", sondern nur „Sachen", wie *Perlen auf einer Schnur.*

> Reinkarnationstherapie macht es möglich, Menschen in eine Regression einzufädeln, um damit Vergangenes wieder erleben zu lassen und in Bereiche zu gehen, die sich als Leben darstellen. Nicht alles, was so auftaucht, ist eine frühere Inkarnation. Auf der anderen Seite heißt das noch nicht: alles, was so auftaucht ist keine frühere Inkarnation. Man kommt in einen weiten Bereich, in dem am Anfang symbolische Bilder eine gewisse Dominanz haben. Werden die durcharbeitet, kommt man an Mischformen von Inkarnationen, die einen gewissen historischen Anspruch haben, mit Abwandlungen, die von Abwehrmechanismen gefärbt werden. Arbeitet man lang genug, dann kann man durchkommen bis auch zu historisch stimmenden Inkarnationen. Für therapeutische Unternehmungen ist diese Unterscheidung irrelevant: Was immer jetzt auftaucht, ist Material. Material, mit dem man arbeiten kann, genauso wie man mit historischem Kindheitserlebnissen arbeiten kann und mit Träumen arbeiten kann (T. DETHLEFSEN).

Ein Symptom, wie etwa beklemmendes Gefühl am Hals, wird entlang der Zeitachse nachgegangen. Man findet selbstähnliche Situationen, beispielsweise bei der Geburt (Nabelschnur), geht weiter und erlebt ein früheres Leben, in dem man vielleicht erwürgt aus dem Leben schied. Häufig beschränkt sich Pastlife-Therapie darauf, dieses Erlebnis intensiv zu durchleben, wodurch es im Einzelfall zu einer solch großen ener- getischen Entlastung kommen kann, dass das Symptom verschwindet. Es lassen sich dennoch weitere frühere Leben aufrufen mit ähnlichen Situationen, die sich am gleichen Symptom orientieren. Das Symptom ist jedoch nur Ausdruck eines Themas. Einige Pastlife-Therapien machen hier halt, da die scheinbare Ursache für das beklemmende Gefühl am Hals gefunden wurde. Doch hat das noch nichts mit Auflösung des Lebens- musters zu tun, da sich der Klient bisher immer nur als Opfer fühlte. Es ist zu fragen: Wie weit werden dem Klienten bislang lediglich Projektionsflächen für sein Lebensmuster geboten? (Vgl. Synergetik Basic 2/4, Kap. 1: Reichtum und Schatten in der inneren Welt). Bislang hat sich der Klient nur an der symptomatischen Kette entlang bewegt und sich immer als Erleidender (als Opfer) empfunden. Irgendwann jedoch kommt der Punkt, an dem sich die Perspektive dieser Kette unterschiedlicher früherer Leben in den Gegenpol umkehrt. Nun tauchen frühere Leben auf, in denen der Klient selbst der Täter ist und eine gegenpolare Kette beginnt, die sich am gleichen Symptom orientiert – auf der Erfahrungsebene kommt der Klient nun in seinen Schattenbereich. Dieses Erleben bedeutet Identifikation mit einem bislang abgewehrten Schattenanteil. Nicht mehr Du bist der Mörder, der ungerechte Ehemann, der despotische Chef etc., sondern ich bin es selbst und erkenne die selbstähnlichen Bezüge zu meinem Leben heute.

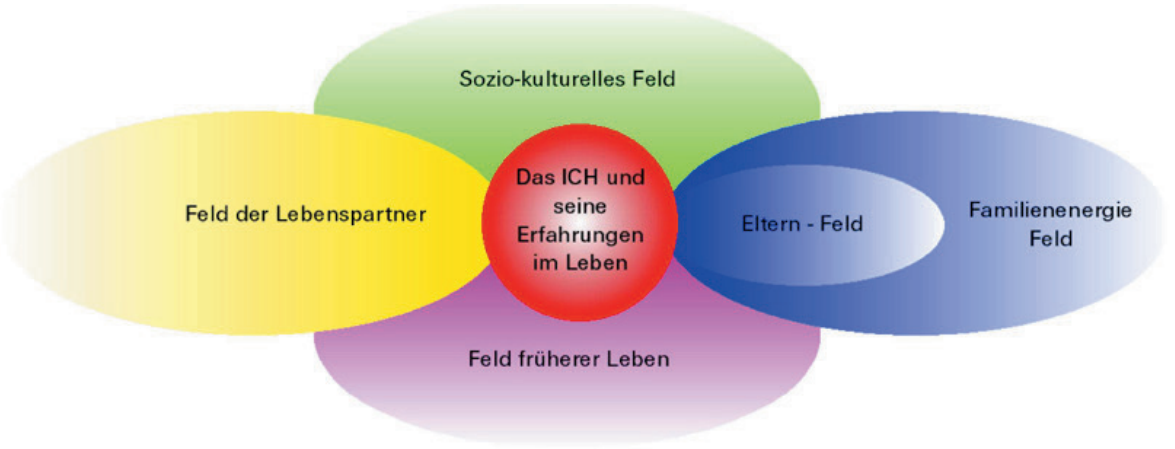
Ebenso wie bei synergetischen Innenweltreisen ist es hier notwendig, dass der Be- gleiter dieses Prozesses absolut wertfrei ist. Nur durch eigene Wertfreiheit ist er in der Lage, einen unsichtbaren Raum zur Verfügung zu stellen, den der Klient jetzt mit Erstaunen betreten kann und bemerkt: Hier darf ich so sein. Das darf zu mir gehören! Ich darf und kann dazu Ja sagen! Das Hauptproblem des Klienten ist es ja häufig, dass er sich letztlich nicht akzeptiert. Es geht der Reinkarnationstherapie darum, den Menschen mit sich selbst auszusöhnen: Über den Umweg früherer Leben ihm seinen Schattenbereich zu veranschaulichen und tiefgreifende Erkenntnisprozesse anzuregen, die auf neuen Erfahrungen fußen.

In der Reinkarnationstherapie geht es um die Rückführung zur Einheit, das eingebettet sein in die Schöpfung, um dadurch dieses Ur- und Grundempfinden wieder zu erfahren. Zum Verlust dieser Einheit führte das „Abgesondert sein" von der Einheit, das „Selbstbestimmen wollen", wie die Schöpfung zu sein habe .
Das Bewusstmachen des Lebensweges – von der Schöpfung an bis heute – ist nicht Gegenstand von Reinkarnationssitzungen, sondern es geht um das Verstehen der Muster und Programmierungen „von damals". Durch eine Neuorientierung und das heutige Bewusstsein kann aus dem laufenden Kreis ausgebrochen werden. Jede unan- genehme Bewusstseinserfahrung bindet Energie und wird meist so lange (unbewusst) wiederholt, bis der Erlebnisinhalt als Lernaufgabe verstanden wurde. Ziel der Rein- karnationstherapie ist die Bewusstwerdung, welchen Auftrag wir in diesem Leben haben. [56)]

---

55) DETHLEFSEN, Thorwald: Den Schatten angliedern. Die theoretischen Grundlagen der Reinkarnations- therapie. In: WIESENDANGER, Harald (Hrsg.): Wiedergeburt. Frankfurt a.M., 1991, S. 71-96; DERS.: Das Leben nach dem Leben (1974); DERS.: Das Erlebnis der Wiedergeburt (1976); DERS.: Schicksal als Chance (1979); DERS. / DAHLKE, Rüdiger: Krankheit als Weg (1983); DERS. (Hg.): Gut und Böse (1989); DERS.: Ödipus der Rätsellöser (1990); DERS.: Kawwana

4.2 Frühere Leben in synergetischen Prozessen



Die ua. in der Seele wirkenden morphischen Felder

Um dem Klienten zu seinen Erkenntnissen zu verhelfen, werden in der Reinkarnationstherapie gängig große Therapieverläufe veranschlagt – zwei bis vier Wochen täglich eine Sitzung etwa –, um nach und nach zum Schattenbereich vorzustoßen und diesen zu integrieren. Problematisch kann dieses Vorgehen sein, wenn der Klient den Prozessverlauf vorzeitig abbricht und untransformierte Opferrollen oder Schattenanteile in seinen Alltag trägt. Dies erscheint nicht nur aus synergetischer Sicht fragwürdig und so tendieren mittlerweile auch Rückführungstherapeuten zu deutlich kompakteren Therapieprozessen. Unterschiede gibt es auch im Umgang mit dem aufgefunden Material: Neben der Katharsis, [57]) für die die Synergetik einen radikal freien Raum zur Verfügung stellt, ist es vor allem das im Basishandwerkszeug beschriebene Vorgehen (Arbeit in der innenweltlichen Gegenwart, die Herstellung biographischer Bezüge, Rückkopplungen etc.) und das Synergetische Profiling, das den methodischen Unterschied ausmacht und seelische Verletzungen systematisch erfasst und zutiefst ausheilen lässt. Wie in der Reinkarnationstherapie geht es dabei immer auch um Schattenarbeit, um das Erkennen und Annehmen innerer Schattenanteile – allerdings in jeder (!) Sitzung. Die reichen Erfahrungen, die die Reinkarnationstherapie für Arbeiten im morphischen Feld früherer Leben bereithält, können auch für synergetische Innenweltbegleiter anregend sein. [58])

Im Zentrum synergetischer Innenweltreisen steht das derzeitige Leben des Klienten. Wir arbeiten stets mit dem Bildmaterial, was auftaucht und befragen die Innenwelt, welche Situation mit welchem Ereignis in Beziehung steht. Stellen wir etwa fest, dass ein Beziehungsthema mit dem frühen Verlust des Vaters zusammenhängt, arbeiten wir folgerichtig in der Kindheit der Klientin. 'Vater' ist (neben 'Mutter') jedoch ein sehr weit- verzweigtes Grundthema der Innenwelt und muss ggf. mehrfach aus ganz unter- schiedlichen Blickwinkeln bearbeitet werden. Dabei kann es vorkommen, dass bereits in der ersten Sitzung zum Thema oder auch später der Energiefluss (vgl. *Basishandwerkszeug*) über die Geburt zurück in ein früheres Leben führt, etwa in die Situation, in der das erlebende Ich sich als eine Frau wahrnimmt, die ihren Ehemann auf einem nahegelegenen Schlachtfeld verliert und ihn später dort liegend auffindet. Die Bilder tauchen dann auf, wenn sie etwas mit dem Thema zu tun haben und die Sitzung bzw. den Prozessverlauf voranbringen.

Wie auf der biographischen Ebene werden auf der Ebene früherer Leben die auftauchenden Situationen und Symbolbilder mit der Thematik der Sitzung rückgekoppelt. Besonderer Bezugspunkt bleibt dabei jedoch immer das aktuelle Leben des Klienten mit seinen Themen und Problemen, die ihn die synergetische Innenweltreise beginnen lies. So wie man bei der Arbeit mit dem Inneren Kind unter Umständen mit zwei Inneren Papas arbeitet (Thema + Vater / Stiefvater), so lassen sich auch Personen und Situa- tionen früherer Leben

---

56) Hinsichtlich der unterschiedlichen Methoden innerhalb der Reinkarnations-/Rückführungstherapie vgl. SYNERGETIK THERAPIE INSTITUT: Selbstheilung – 60 Ganzheitliche Therapieansätze der Selbstheilung, S. 38f.; 60f.

57) Die Katharsis (griech. 'Reinigung') bezeichnet das Ausleben innerer Konflikte und verdrängter Emotionen. Vornehmlich wird in der Literatur von Katharsis gesprochen, wenn durch das Ausleben von Aggressionen (Dhyando-Arbeit) in Spannung verhaftete innere Energie (Aggressionen, Ängste etc.) gelockert und gelöst werden. Katharsis bezieht sich allerdings nicht ausschließlich auf Aggressionen, sondern auch auf andere Primärgefühle (Trauer, Schmerz, Wut, Ekel, Freude, Lust, Dankbarkeit).

58) Vgl. etwa GOSZTONYI, Alexander: Grundlagen und Praxis der Rückführungstherapie. Das Schicksal des Menschen aus Sicht der Reinkarnationslehre. Oberstdorf 2009. Das circa 1300 Seiten(!) umfassende Standardwerk zum Thema entstammt der 50jährigen Praxis-, Lehr- und Forschungstätigkeit GOSZTONYIS.

mit denen des aktuellen Lebens verknüpfen und rückkoppeln (Thema + aktuelles Leben / frühere Leben).

Schließlich gehen wir auf einer Meta-Ebene zwischen den Leben in Kontakt mit der Inneren Instanz des eigenen 'Höheren Selbst' und beziehen diese Perspektive mit in den Prozessverlauf ein. [59)] Was wollte ich lernen? Habe ich es gelernt? etc. Das Höhere Selbst ist eine Instanz, die auch für andere Themen und Sitzungsverläufe – etwa im Familienenergiefeld – wichtige und weitreichende Informationen über die Herausfor- derungen, die unser Leben bestimmen, bereithalten kann. Klienten, denen es gelingt, in Kontakt mit ihrem Höheren Selbst zu treten, verfügen bereits über einen guten Zugang zu ihrer Innenwelt und ein gehöriges Maß an Handlungskompetenz. Es scheint so zu sein, dass diese Voraussetzung auch gegeben sein muss, damit Bilder früherer Leben von alleine während einer Innenweltreise auftauchen.

Es ist ungewöhnlich, dass ein Klient in der Erstsitzung in Situationen früherer Leben kommt. So wie sich auch der Verlauf einer einzelnen Sitzung entwickelt – und die Informationen zunächst noch verschlüsselt und schließlich in ihrer Komplexität offenbar sind – so differenziert sich auch die Innenwelt eines Klienten im Zuge eines längeren Prozessverlaufes. Geht es zunächst noch auf der Symbol- oder biographischen Ebene um die prägenden Erlebnisse in der Kindheit, kommen im weiteren Verlauf zunehmend transformierte Persönlichkeitsanteile und Instanzen hinzu, die jede weitere Prozessarbeit beschleunigen. Aufscheinende frühere Leben differenzieren unser Bewusstsein von uns selbst und schenken uns (nach ihrer Transformation!) ein reiches emotionales und kulturgeschichtliches Erbe, das unsere Weltwahrnehmung immens vergrößert und sich auch auf unser Verhalten und unsere Konfliktfähigkeit, aber auch auf unsere Problemwahrnehmung im Alltag massiv auswirkt. Vordem störend empfundene Konfliktfelder im Beruf, Nachbarschaft, Familienleben schrumpfen angesichts der erweiterten Vergleichsgrundlage der Weltwahr- nehmung unter Umständen zu Nichtigkeiten zusammen – ein ähnlicher Effekt, wie ihn etwa Entwicklungshelfer oder Mitarbeiter beim Katastrophenschutz erleben, wenn sie von Auslandseinsätzen wieder nach Hause kommen und sich darüber wundern, wie sehr sich der Nachbar über einen ungemähten Rasen aufregen kann.



Synergetik Basic 4/4

1 Einleitung: Stillstand und Energiefluss

Leben ist Bewegung. Ein pulsierender Wechsel zwischen Tag und Nacht, Sommer und Winter, Herausforderungen und kreativen Lösungen. Viele Menschen nehmen jedoch ihr Leben anders wahr: Gleichförmigkeit im Beruf, Abhängigkeiten und verfahrene Situationen in der Familie und Stillstand in der persönlichen Entwicklung. Das Thema Handlungskompetenz behandelt *Synergetik Basic 2/4* unter unter dem Gesichtspunkt von *Schatten und Reichtum in der inneren Welt*. D. h. wie mannigfaltig sich die Innenwelt darstellt und welche der verdrängten Themen diesen Reichtum als „Schatten" hindern.

Das vorliegende Material erweitert den Gesichtspunkt Handlungskompetenz um die Aspekte Stillstand und Bewegung im Alltag und in der Innenwelt – zusammenfassend ausgedrückt als Energiefluss im Leben. Es geht dabei auch um die Komplettierung der behandelten wichtigsten innenweltlichen Symbolfiguren und Faktoren, die den Energiefluss drosseln können (vgl. *Synergetik Basic 1/4,* Kap. 6.2: *Das Scheibchenziehen)*: die Innere Frau und der Innere Mann (Kapitel 2) sowie frühere und aktuelle Beziehungen, wie etwa Lebenspartner (Kapitel 3). Bezogen auf die übergeordneten Fragen des Lebens, lassen sich diese Aspekte insgesamt beschreiben als Lebenskompetenz, deren Grad sich mittels Innenweltreisen nicht nur feststellen, sondern auch „trainieren" lässt (Kapitel 4).



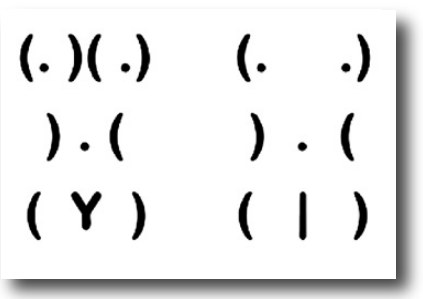
59) Vgl. Anhang 1: Kontaktaufnahme mit dem Höheren Selbst / Inneren Meister

2 Geschlechtsspezifische Antriebe im Außen und Innen
2.1 Kulturelle Dimension der Geschlechtlichkeit

Wie kompetent sind wir, im Leben den richtigen Partner zu finden? Was ist ein richtiger Partner? Was ist richtig für mich? Und welche Erfahrungen suche ich (unbewusst) im Leben und richte (unbewusst) meine Partnerwahl danach aus? Habe ich überhaupt einen Partner oder dient mir der Mensch, mit dem ich zusammenlebe, doch vor- nehmlich als Projektionsfläche meiner unerfüllten Wünsche – als Fixpunkt, der mir Halt gibt, mich festhält, mich einengt, weil ich seit Kindheit an nichts darüber hinaus von meinem Leben erwarte? Seine Missachtungen, sein Wegsehen, sein Fremdgehen sind für mich normal – es war immer so. Warum sollte ich etwas daran ändern? Wie sehr ähnelt mein Partner meinen Eltern? Und wie sehr ähnelt mein Schicksal den Schicksalen meiner Vorfahren.

Partnerschaft, Geschlechtlichkeit, Sexualität sowie elterliche und kulturelle Prägungen in ihren morphischen Feldern (vgl. *Synergetik Basic 3/4* - Kap. 3.2 *Familienenergiefeld* und 4.2 *Frühere Leben in synergetischen Prozessen*) stehen in einem engen Verhältnis zueinander – in der Innenwelt finden sich diese Aspekte u. a. gebündelt in den Symbolbildern des Inneren Mannes und der Inneren Frau. Diesen Bildern wohnt nicht nur ein individuelles Moment inne – resultierend aus den jeweiligen Erfahrungen im eigenen Leben und im Leben der Familie –, sondern auch ein generelles: sie sind auch ein Produkt des uns umgebenden gesellschaftlich-kulturellen Kontextes einschließlich seiner historischen Entwicklungen.

Geschlechtlichkeit ist verbunden mit der geschlechts- typischen Erlebniswelt des Menschen und ihren spezifischen biologischen, psychischen und kulturellen Bedingungen. Das Menschsein ist an eine biologisch (genetisch) bestimmte Geschlechtszugehörigkeit gebunden. Die Geschlechtlichkeit hat eine biologische Veranlagung, ist aber kulturell überformt und daher zeitbedingt und relativ. Der mit der Geschlechtszugehörigkeit verbundene spezifische Zugang zur Natur bleibt daher nicht auf biologische Gegebenheiten beschränkt, sondern wirkt sich auch auf der sozialen und seelischen Ebene aus und führt dort zu Unterschieden des Erlebens, Verarbeitens und Reagierens analog der jeweiligen Persönlichkeitsstruktur und der gemachten Erfahrungen im Leben. [60)]



Hinter allen Unterschieden zwischen Mann und Frau liegt eine Gemeinsamkeit. Jeder Mann hat in sich auch einen Anteil an Weiblichkeit, jede Frau auch einen an Männ- lichkeit. Andererseits wird der Geschlechtsunterschied betont und vergrößert durch die Vorstellungen, die in der jeweiligen Gesellschaft von Männlichkeit oder Weiblichkeit vorherrschen. Diese Geschlechtsrollen werden schon durch die Erziehung in früher Kindheit eingeübt. Die Sexualität ist zwar mit der Fortpflanzung verzahnt, und erst in jüngster Zeit kann man sie davon trennen, aber sie deckt sich nicht mit der Arterhaltung. Sie wird von einem Verlangen nach Lust gesteuert, die sich auch anders als in der Geschlechtsvereinigung und sogar ohne jeden Bezug zu den Geschlechtsorganen erfahren lässt. Von Anfang an heftet er sich auch an andere Funktionen.

Das Verlangen nach Lust ist von vornherein von dem Bedürfnis nach Liebe begleitet. Der Sexualtrieb ist auch ein Trieb nach Schutz, Fürsorge, Geborgenheit, Anerkennung durch andere und Selbstbestätigung. Er drückt sich auch darin aus, sich, andere und anderes lieben zu können und ist im hohen Maße von den Erfahrungen abhängig, die der Mensch frühkindlich gemacht hat (vgl. *Synergetik Basic 3/4*, Kap. 2: *Prägung und Vererbung in ihrer körperlichen Dimension*). Die Libido, als Trieb nach Lust wie nach Liebe, strebt auch nach Bindung. Sie sucht nach Objekten, an die sie sich heften kann. Ihr Bezugspunkt kann ebenso eine Person des anderen oder eigenen Geschlechts, aber auch eine Gruppe, ein Tier, ein Gegenstand, eine Idee oder das eigene Ich sein. Doch Lust und Liebe können im Widerspruch zueinander stehen. Jede Bindung beinhaltet Verzicht, während die bindungslose Lust oftmals ohne Geborgenheit bleiben kann.

Die Sexualität des Menschen unterscheidet sich von der des Tieres schon durch die Bedingungen des Körperbaus im Zusammenhang mit dem ständigen Aufrechtgang. Anders als die weitaus meisten Tiere ist er nicht durch eine Brunstzeit beschränkt, sondern sexuell ständig erregbar. Entscheidend ist wohl seine Fähigkeit zum Bewusstsein und entsprechend dazu der Bedeutungsschwund der Instinkte – jede Tierart bringt in-

---

60) Zur sozialen Dimension vgl. BÖNOLD, Fritjof: Geschlecht – Subjekt – Erziehung. Zur Kritik und pädagogischen Bedeutung von Geschlechtlichkeit in der Moderne. Herbolzheim 2003.

stinktsicher ihre Nachkommen zur Welt, nur der Mensch informiert sich über Elternratgeber, besucht geburtsvorbereitende Kurse und führt hitzige Debatten über autoritäre oder antiautoritäre Erziehungsstile, die ihrerseits abhängig sind von aktuellen Modeströmungen der Gesellschaft. Der Mensch hat Entscheidungen zu treffen, für die er sich verantwortlich weiß, und die ein Gefühl der Schuld mit sich bringen. Dazu kommt seine Abhängigkeit von der Gemeinschaft, aus der sich viele Triebverzichte ergeben.

Das Lustverlangen kann sich an Befriedigungen knüpfen, die von der ursprünglichen Sexualität weit ab zu liegen scheinen, und die doch einen Ersatz für die sexuelle Lust darstellen. Die Libido kann sich Zwecken unterordnen, die sozial anerkannt werden, weil sie über die persönliche Befriedigung und den privaten Bereich hinausgehen. Auch die Liebe zur Menschheit, zu Tieren, zur Kunst, zu Gott oder zu irgendeinem Steckenpferd wird noch von denselben Kräften gespeist, die die Sexualität im engeren Sinne bestimmen.

Lust- und Triebverzichte, aber auch Ersatzbefriedigungen mit ihren mannigfaltigen Ausprägungen liegen häufig hinter den vordergründigen Themen, um die es in Innen- weltreisen geht. Sie sind tief im Seelenfeld verwurzelt und bestimmen unser Verhalten im Außen: Das Verlangen nach Beachtung, Anerkennung und Wertschätzung trägt dazu bei, dass Menschen zu Workoholikern werden, Kollegen und Nachbarn zu Neidern und Ehepartner zu eifersüchtigen Gralshütern. Die daraus resultierenden Verhaltensweisen sind ein gesamtgesellschaftliches Phänomen. Die Auswirkungen gelten als „normal", ihre Ursachen sind in aller Regel unbekannt, da ein differenziertes Bewusstsein hinsichtlich der in der Seele wirksamen Kräfte gesellschaftlich allenfalls ansatzweise vorhanden ist. Physik, Chemie, Biologie werden in der Schule unterrichtet, jedoch keine Grundkenntnisse in der Seelenkunde des Menschen. Unwissend hinsichtlich innerseelischer Verletzungen, Bedürfnisse und Gesetzmäßigkeiten wächst der Mensch heran, geht Partnerschaften ein und pflanzt sich fort und vererbt „seine" Themen an die nächste Generation weiter (vgl. *Synergetik Basic 3/4*, Kap. 2.2 *Intergenerative Beziehungsdynamik*).

Ungelebte Sexualität wird mitunter phasenweise oder auch ein Leben lang im Unbewussten zur „Verschluss-Sache" erklärt, damit im Außen das gesellschaftskonforme Verhalten gewahrt bleiben kann, woran auch die „Sexuellen Revolution" der 60er- und 70er-Jahre nicht nachhaltig etwas ändern konnte. Das World Wide Web mit seinen rund 1,4 Millionen Porno-Sites gibt beredte Auskunft über Schein und Sein der zumeist männlichen Sexualität in unserem Kulturkreis; das weibliche Pendant findet sich unter anderem in der Frauenliteratur auf den oberen Rängen der Bestsellerlisten. Welche frühkindliche Wertschätzung wir erfahren haben und was wir uns als Erwachsene wert sind, drückt sich häufig auch in unserem gelebten und verdrängten Beziehungs- und Sexualleben aus.

> Wie geschlossen oder wie offen kann ich mir Partnerschaft vorstellen? Was kann ich dem Partner alles „erlauben", wo beginnt meine Eifersucht und was verletzt mich zutiefst?
> Wie sehr bin ich abhängig von einer geschlossen Beziehung oder brauche ich, um mich entfalten zu können, eine dezidiert offene Partnerschaft?
> Welche seelischen Verletzungen und Bedürfnisse drücken sich darin aus, wenn ich meinem Partner nur wenig Raum für eigene Erfahrungen geben kann – bzw. wenn mein ständiges Verlangen nach dem Kick des Verliebtseins mich nach anderen Beziehungen suchen lässt und ich damit meinen Lebenspartner belaste?
> Was ist das rechte Maß?
> Wo ist Stillstand und wo Bewegung in meinem Leben?

Wie sehr und wie ganz wir uns selbst annehmen können, dokumentieren die Gedanken, die uns durch den Kopf gehen, wenn wir morgens entblößt vor dem Badezimmerspiegel stehen und uns selbst betrachten. Der Körper, den wir dort sehen, erzählt uns selbstähnlich und schonungslos ehrlich von unserem Leben, das wir geführt haben und gerade führen; unsere Gedanken dabei offenbaren uns die unserem Leben zugrundeliegenden Wertmaßstäbe uns selbst betreffend. Wie viel von mir kann ich annehmen, was alles lehne ich ab? So viel Ehrlichkeit sich selbst gegenüber ist nicht jedermanns Sache, woraus sich sogar nationale Stereotypen entwickeln können. Eine gewisse Sparte der englischsprachigen Reiseliteratur etwa hat sich darauf spezialisiert, gängige englische Vorurteile über Deutschlands Strände zu bedienen:

Es ist schon ein Schock, wenn Leute, die man für achtbare Ehepaare mittleren Alters halten würde, oben ohne oder sogar splitternackt durch die Öffentlichkeit stolzieren, schreibt Cathy DOBSON in ihrem Buch "Pla-

net Germany". *Selbst in öffentlichen Anlagen - von denen eine auch noch Englischer Garten heißt! - kann man unvermittelt vor einem entblößten Teutonen stehen, der dort seine Bratwurst grillt. (...) Der Rest der Welt gibt Unmengen an Geld dafür aus, Beine und Achselhöhlen von Haaren zu befreien, während die Deutschen diese Körperregionen geradezu zu düngen scheinen.* Gängig wird in Reiseliteratur vor einem Besuch in der Sauna gewarnt. [61)] Denn dort werde man genötigt, sich vollends zu entkleiden! *Badehosen sollen angeblich unhygienisch sein (...) In den gemischten Umkleideräumen wird das Ganze Übel sichtbar,* schildert DOBSON mit Gefühl für Dramatik.



In weiten Teilen Mitteleuropas badeten die Menschen bis ins 18. Jahrhundert hinein in Flüssen und Seen nackt, wenn auch oft nach Geschlechtern getrennt. Erst im späten 18. Jahrhun- dert begann hier die wirksame Tabuisierung der öffentlichen Nacktheit, die im dünner besiedelten Skandinavien nie durch- gesetzt wurde. Die rigiden bürgerliche Moralvorstellungen des beginnenden 20. Jahrhunderts rief insbesondere in Deutschland zahlreiche Gegenbewegungen hervor, wie etwa die Freikörperkulturbewegung. 1898 entstand in Essen der erste Freikörperkultur-Verein. Hinter dieser Bewegung stand – jedenfalls in Deutschland – eine Lebenseinstellung, nach welcher der nackte Körper kein Grund für Schamgefühle ist. Die Nacktheit der FKK sollte nicht das Bedürfnis nach Sexualität ansprechen.

Die Bezeichnung Freikörperkultur ist erweitert aus Körperkultur, worunter Anfang des 20. Jahrhunderts die Hinwendung zum Körperlichen durch Sport, Wandern und andere Freizeitgestaltung in der Natur verstanden wurde. Dies galt als Gegenbewegung zu einem als „muffig“ empfundenen Bürgertum und einer beengten, städtischen Lebens- und Wohnsituation mit wenig Luft und Licht. Diese Bewegung mit bequemer und gesunder Kleidung vollzog dann zum Teil den Schritt zur Nacktheit und wählte den Zusatz "Frei-" zum Hauptbegriff "Körperkultur" – und stieß mit dieser Haltung auf starke gesellschaftliche Tabuschranken. Konservative Kreise versuchten das besonders unter den städtischen Intellektuellen populäre Nacktbaden als Sittenverfall zu bekämpfen, was die Verbreitung nicht nachhaltig verhindern konnte. Ab den 1970er Jahren ent- wickelte sich diese Haltung in beiden Teilen Deutschlands zur Massenbewegung und wurde ein selbstverständliches Ausdrucksmittel des Theaters und der Aktionskunst.

Parallel mit dieser weitgehenden Enttabuisierung wurde es für FKK-Vereine immer schwieriger, Mitglieder zu werben. Die allgemeine Präsenz von Nacktheit hat gerade in den Medien in den letzten Jahren stark zugenommen, nackte Menschen sind zu einem normalen Teil der westlichen Kultur geworden. Während die Zahl der in Vereinen organisierten Naturisten zurückgeht, ist für viele Menschen Nacktheit – zumindest am Strand oder auf Werbeplakaten – inzwischen weit- gehend normal. Doch auch hier verwischen sich Schein und Sein, denn von einer entspannten Einstellung zum eigenen Körper in seinem Ist-Zustand ist unsere Gesellschaft aufgrund der herrschenden Schön- heitsideale, mitgegeben durch familär-kulturelle Prä- gungen, noch weit entfernt. Und so werden unsere Gedanken bei der Selbstschau vor dem Spiegel von diversen Mustersätzen beherrscht, in denen Bierspoiler, Fettröllchen, Krampfadern, Orangenhaut, Jojo-Diäten etc. eine große Rolle spielen, anstatt einfach nur zu fühlen: „Ja – das bin ich!“.

2.2 Anima und Animus bei C. G. Jung

'Animus' und 'Anima' sind Begriffe aus der Analytischen Psychologie Carl Gustav JUNGS. Sie entstammen seinem Theorieverständnis und auch wenn sie im Allgemeinen in der Synergetik nicht verwendet werden, sollen sie dennoch hier Erwähnung finden, da sie vielfach in der Literatur bzw. im Internet behandelt werden und Teilaspekte des Inneren Mannes und der Inneren Frau nach synergetischem Verständnis abdecken und insgesamt den Blick für die Thematik weiten.

---

61) Cathy DOBSON: Planet Germany. Guildford 2007; Hyde FLIPPO: When in Germany, Do as the Germans Do. Columbus 2002; Richard LORD: Culture Shock! Germany, London 2009; Greg NEES: Germany, Unravelling an Enigma, Boston 2000; Donald OLSON: Germany for Dummies, Hoboken 2009; Andrea SCHULTE-PEEVERS: Lonely Planet Germany, London 2010; Barry TOMALIN: Germany, Culture Smart!, The Essential Guide to Customs & Culture, London 2008; Pamela WILSON: Living and Working in Germany, London 2007.

Bei diesen Begriffen handelt sich um zwei der wichtigsten Archetypen, [61] die nach JUNG im kollektiven Unbewussten [62] angelegt sind und Einfluss haben auf die Seeleninhalte individueller Menschen; es sind Urbilder, die sich in religiösen Überlieferungen, Mythen oder Träumen niederschlagen.

JUNG geht davon aus, dass jeder Mensch zweigeschlechtlich angelegt ist, das heißt sowohl weibliche wie männliche Anlagen hat. Diese „Doppelveranlagung" durchziehe alle Bereiche des Lebens und Erlebens. **Anima** bezeichnet das Weibliche im Unbewussten des Mannes, Animus ist das männliche Gegenstück in der Frau. Die Anima beinhaltet die weiblichen Seeleneigenschaften des Mannes: Stimmungen, Gefühle, Ahnungen, Empfänglichkeit für das Irrationale, Liebesfähigkeit, Natursinn und insbesondere die Beziehung zum Unbewussten. Entwicklungspsychologisch wird die Anima wesentlich von der Beziehung zur Mutter geprägt. Entsprechend kann sie eher negative oder eher positive Züge tragen.

Problematisch ist nun, dass die Anima des Mannes die Tendenz besitzt, sich auf Menschen zu projizieren, das heißt auf eine konkrete Frau. Die **Projektion** der Anima nach außen ist oft ein störender Faktor in Beziehungen, weil der Mann dann von einer Frau erwartet, die Verkörperung einer zumeist unbewussten inneren Idee des Weiblichen in ihm zu sein. Die Anima kann in verschiedenen Entwicklungsstufen beim Mann auftreten. Bei Jungen wird die Anima regelmäßig vom Mutterarchetyp überlagert. Die Herauslösung der Anima aus dem Mutterarchetyp stellt einen zentralen Entwicklungsschritt dar, der mitunter aufgrund bestimmter biographischer Erlebnisse steckenbleibt und damit entsprechenden Einfluss auf die Wahl der Lebenspartner hat.



Der Projektionsvorgang ist dafür verantwortlich, dass sich ein Mann zum Beispiel plötzlich verliebt in der Annahme: "Das ist sie! Die hat, was ich suche", wobei bestimmte Frauentypen zu einer solchen Animaprojektion besonders einladen. Doch mit dieser Verlegung nach außen bzw. mit der Zuschreibung begehrter Aspekte an eine bestimmte Frau beginnt häufig – nach kurzem Hochgefühl – eine kaum enden wollende Leidensstrecke. Warum? Weil die Anima nicht dadurch im Mann Realität wird, dass er sie projiziert, sondern indem er sie in sich selbst entwickelt. Es ist häufig das Problem in Beziehungen, dass wir eigentlich uns selbst suchen und sehr schnell sehr einnehmend auf eine jeweils neue Liebe eingehen, weil die andere bzw. der andere uns anscheinend so ähnlich ist, so eigenartig vertraut und uns so ganz und gar versteht. Wir lassen uns faszinieren, wir identifizieren uns total – um dann vielleicht nach einer gewissen Zeit zu merken: das ist ja ein Fremder, der kaum oder gar nicht mehr zu uns zu passen scheint. Denn sucht

---

61) Das Wort 'Archetypus' stammt aus dem griechischen und bedeutet 'Urbild'. In der Psychologie ist damit eine unbewusste Energie gemeint, die in symbolischen Bildern in der Innenwelt, in Träumen, Meditationen, Mythen, Märchen, etc. erfahrbar ist. JUNG schreibt: Diese Bilder sind insofern 'Urbilder', als sie der Gattung [Mensch] schlechthin eigentümlich, und, wenn sie überhaupt je „entstanden" sind, so fällt ihre Entstehung zum mindesten mit dem Beginn der Gattung zusammen. Aus: JUNG, C. G.: Gesammelte Werke. Bd. 9.1: Die Archetypen und das kollektive Unbewusste. 3. Aufl. Freiburg/Br. 1978, S. 94.

62) Das 'kollektive Unbewusste' postuliert JUNG als Lagerstätte des seelischen Erbes der Mensch- heitsgeschichte, welches sich – ähnlich wie der biologische Körper – durch die Evolution hindurch entwickelt habe und von verschiedenen Erfahrungen geprägt worden sei. Alles, was irgendwann einmal von der individuellen Seele eines Menschen ausgedrückt wurde, werde zu einem Bestandteil der seelischen Grundkonstitution sowohl eines Menschen, als auch auf einer kollektiven Ebene zu einem Bestandteil der ganzen Gattung und damit zu einem Bestandteil des kollektiven Unbewussten. Der Begriff des kollektiven Unbewussten weist mithin deutliche Ähnlichkeiten zur Theorie der morphischen Felder auf (vgl. *Synergetik Basic 1/4*, Kap. 7: *Morphische Felder*) – Das kollektive Unbewusste ist ein Teil der Psyche, der von einem persönlichen Unbewussten dadurch (...) unterschieden werden kann, dass er seine Existenz nicht persönlicher Erfahrung verdankt und daher keine persönliche Erwerbung ist. Während das persönliche Unbewusste wesentlich aus Inhalten besteht, die zu einer Zeit bewusst waren, aus dem Bewusstsein jedoch entschwunden sind, indem sie entweder vergessen oder verdrängt wurden, waren die Inhalte der kollektiven Unbewussten nie im Bewusstsein und wurden somit nie individuell erworben, sondern verdanken ihr Dasein ausschließlich der Vererbung (JUNG, C. G.: Gesammelte Werke. Bd. 9.1: Die Archetypen und das kollektive Unbewusste. 3. Aufl. Freiburg/Br. 1978, S. 55).

man einen Menschen, mit dem man in jeder Hinsicht übereinstimmt, der alles versteht und in jeder Lebenslage immer zu einem selbst stehen kann, dann gibt es dafür nur eine bzw. einen: sich selbst. Einen anderen aber um seiner selbst willen zu lieben, ist ein großer Unterschied. Sobald wir in der Lage sind, auch(!) die Unterschiede zu lieben, offenbart sich die Zurücknahme der Projektionen bzw. die Integration von Schatten anteilen im Annehmen von sich selbst.

Eine positive Anima, die nicht projiziert wird, lässt den Mann seine weibliche Seite entwickeln. Diese ist nach JUNG zugleich eine Führerin nach innen. Denn sie bringt den Mann dazu, seine Gefühle, Phantasien, Empfindungen, seine Sehnsucht ernst zu nehmen, vielleicht ein Tagebuch zu führen und sich so auf dem Weg zum Selbst, zum Wachstum seiner inneren Welt zu helfen.

Für die Frau gilt entsprechendes. Der **Animus** ist der innere Mann in der Frau. Er tritt als männliche Figur in den Träumen von Frauen auf, zum Beispiel als mysteriöser und faszinierender Liebhaber, als Vaterfigur, Pastor, Professor, als Prinz, Zauberer usw. Wie jeder Archetyp kann er sowohl positiv als auch negativ wirken. Im Negativen besitzt er einen Todeszug, der die Frau von der Welt wegzieht. Im Positiven kann er ein vermittelnder und motivierender Faktor für intellektuelle Tätigkeit sein. Wenn der Animus nach außen auf einen bestimmten Mensch projiziert wird, kann dies zu ähnlichen Schwierigkeiten in der Beziehung zwischen Mann und Frau führen wie bei der Anima.



Im Märchen wird die Suche nach der Anima bzw. dem Animus in allen Geschichten von verzauberten Prin-zessinnen oder Prinzen erzählt. So ist der 'Froschkönig' ebenso der Animus einer selbstgefälligen, gelangweilten Prinzessin, wie es Falke und Bär bei 'Schneeweißchen und Rosenrot' oder der hässliche Unhold im 'Singenden, klingenden Bäumchen' sind. Auch in 'Die Schöne und das Biest' wird die selbstlose Hingabe und Geduld einer schönen Frau an ein schreckliches Wesen mit dessen Erlösung und ihrer beider Glück belohnt.

Eine Anima ist dagegen beispielsweise in 'Dornröschen', im 'Schneewittchen', im 'Aschenputtel' oder im 'Rapunzel' versteckt. Hier gilt umgekehrt dasselbe: Der eitle, hauptsächlich an Kämpfen oder sinnlosem Zeitvertreib interessierte Prinz macht sich auf den Weg (des Reifens und Wachsens), um die verzauberte Prinzessin und damit auch sich selbst zu befreien. Es kommt also nur darauf an und hängt gleichzeitig davon ab, dass zumindest einer noch viel an sich arbeiten muss, zwangsweise einen Reifeprozess durchmacht und mit Hilfe der wachsenden Liebe zu einem „unmöglichen“ Partner letztlich zu sich selbst findet.

> *Ich erwähne all dies, um zu illustrieren, zu welcher Größenordnung die von Anima und Animus veranlassten Projektionen gehören und welcher mora- lischen und intellektuellen Anstrengung es bedarf, um sie aufzulösen. Nun sind bei weitem nicht alle Inhalte von Anima und Animus projiziert. Viele davon treten spontan in Träumen usw. auf, und doch mehr können durch die sogenannte aktive Imagination bewusstgemacht werden. Hier stellt es sich nun heraus, dass Gedanken, Gefühle und Affekte in uns lebendig sind, die man nie für möglich gehalten hätte. Wer nie solche Erfahrungen an sich selber gemacht hat, dem kommt natürlich eine derartige Möglichkeit völlig phantastisch vor, denn ein normaler Mensch „weiß doch, was er denkt“. Diese Kindlichkeit des „Normalmenschen“ bildet die Regel schlechthin. Man kann daher von niemand, der diese Erfahrung nicht gemacht hat, erwarten, dass er das Wesen von Anima und Animus wirklich verstehe. Mit solchen Überlegungen gerät man in ein Neuland psychischer Erfahrungen, wenn es einem gelingt, sie auch prak- tisch wahrzunehmen. Wem es aber gelingt, der wird kaum verfehlen, aufs tiefste von allem, was ich nicht weiß, respektive nicht gewusst habe, beein- druckt zu sein. Heutzutage gehört dieser Erkenntniszuwachs noch zu den großen Seltenheiten* (C. G. JUNG) [63] – Auch noch nach knapp 100 Jahren trifft diese Einschätzung heutzutage für weite Teile unserer Gesellschaft zu, unab- hängig vom jeweiligen Bildungsgrad und gesellschaftlicher Stellung. Sehr viele Menschen sind sich ihrer Innenwelt und den ihr innewohnenden Antrieben nicht bewusst und behaupten „wir wissen doch, was wir denken!“ ...

63) JUNG, C. G.: Gesammelte Werke. Bd. 9.2: Aion. Beiträge zur Symbolik des Selbst. Freiburg/Br. 1976, S.28

2.3 Innere Frau und Innerer Mann

Anders als im Konzept von Animus-Anima wird in der Synergetik die Innere Frau (bzw. der Innere Mann) nicht nur als die komplementäre innere Kraft im Mann (in der Frau) verstanden. Grundsätzlich lassen sich beide Anteile in Männern wie in Frauen auffinden. Das, was wir vorfinden, stellt dabei die Summe aller Erfahrungen dar, die wir im Leben mit Männlichkeit bzw. mit Weiblichkeit gemacht haben – in der Familie (insbesondere in Bezug auf die Eltern und deren Umgang miteinander) sowie in den partnerschaftlichen Beziehungen. Daneben spielen auch kulturelle sowie morphische Prägungen eine wichtige Rolle. Verborgen hinter der aktuell in einer Sitzung vorgefundenen Gestalt der Inneren Frau, des Inneren Mannes liegt das jeweilige Urbild als Positiv-Attraktor der Transformationsarbeit (vgl. *Synergetik Basic 3/4*, Kap. 3: *Komplexität in der Innenwelt*). Je mehr die beiden Anteile dem Urbild entsprechen, desto größer ist die Handlungskompetenz des Menschen im Außen und Innen. Wie das Urbild konkret aussieht, ist stets sehr individuell und offenbart sich erst infolge mehrerer Sitzungen. Das Hineinspüren in das aktuelle Bild offenbart Bezüge und deutet vielleicht auch schon an, welcher Gestalt das Urbild sein müsste und warum die konkrete Realisierung der Inneren Frau, des Inneren Mannes davon abweicht.

Die Innere Frau bzw. der Innere Mann lässt sich grundsätzlich in jeder Innenweltsitzung aufrufen. Im Rahmen der Ausbildung hat sich für den Erstkontakt bewährt, einen Entspannungstext zu wählen, der den Klienten am Strand „absetzt" (dazu Meeresrauschen von der CD einspielen). Die inneren Anteile erhalten dort – zunächst separat – Gelegenheit, aus der Ferne allmählich aufzutauchen. [64)] Der Umstand, ob sie überhaupt erscheinen bzw. die Art und Weise, wie sie auftauchen, kann bereits wesentliche Informationen bereithalten. Kommt beispielsweise der Innere Mann als Bettler an Krücken daher und erlitt der Klient einen frühkindlichen Vaterverlust, liegen die Bezüge auf der Hand und offenbaren sich auch rasch nach Kontaktaufnahme mit dem Inneren Mann.

Wie auch beim Inneren Kind können Schattenanteile hinter einem gefälligen Äußeren verborgen liegen. Um verborgene Aspekte aufzudecken ist es zum Beispiel sinnvoll, sich die Wohnstätte der Inneren Frau, des Inneren Mannes zeigen zu lassen. Vielleicht kommt das Zimmer dem Klienten sogar bekannt vor. Wie auch in der synergetischen Aufstellungsarbeit bietet der dazugehörige Ort an sich Informationen zum Thema (siehe unten Kap. 3.1.2: *Aufstellungen in synergetischen Prozessen*). Relevant kann auch sein, welche Ausstrahlung der innere Anteil besitzt oder welche Botschaft er dem Klienten mitzuteilen hat. Insgesamt hat der Begleiter darauf zu achten, dass der Klient nicht über, sondern mit dem inneren Anteil spricht, damit die innere Konfrontation intensiver wird (vgl. Basishandwerkszeug).

Wesentliche Aussagekraft besitzt auch der Umgang, den Innere Frau und Innerer Mann untereinander haben: Lieben sie sich oder haben sie Angst voreinander? Verändert sich die Innere Frau, wenn der Innere Mann erscheint (oder umgekehrt)? Verstummt sie? Verschwindet sie wieder, wenn er kommt? Schauen sie sich an? Kennen sie sich überhaupt? – All diese Ausdrucksformen stehen selbstähnlichen in Beziehung zum biographischen Leben des Klienten und führen zu den prägenden Erlebnissen. Diese sind in der (oder den) weiteren Sitzung(en) zu klären und zu transformieren, damit die ihnen innewohnende Energie-in-Spannung nicht mehr im Unbewussten diese Bilder und Emotionen hervor- ruft und sich das Symbolbild Richtung Urbild entwickeln kann. Der Entwicklungsgang ist hierbei wiederum höchst individuell. Im Laufe mehrerer Sitzungen könnte er sich im Beispiel des frühen Vaterverlustes etwa darstellen als Dreischritt: Verkrüppelter Bettler – liebevoller Familienvater – indianischer Krieger, wobei der Krieger die Qualitäten des Familienvaters nach wie vor in sich birgt. Dies bedeutet nicht, dass der Krieger bereits das Urbild selbst darstellt. Vielmehr erhielt das Symbolbild des Inneren Mann in der fraglichen Sitzung die wesentliche Qualität, sich im Leben auch durchsetzen zu können – womit auch der Klient diese Qualität in der Innenwelt erhielt (der „Test" im Außen folgt garantiert!). Die Entwicklung erfolgt stets „in Richtung" des Urbildes, was bedeutet, dass weitere qualitative Verbesserungen möglich sind.

Allgemein gesprochen lässt sich an den Symbolbildern der Innere Frau und des Inneren Mannes ablesen,

---

64) Die Aufforderung kann etwa so lauten: „In der Ferne siehst du einen kleinen Punkt, der sich auf dich zubewegt und langsam größer wird. Dieser Punkt ist die Gestalt deiner Inneren Frau und je näher sie kommt, desto mehr Einzelheiten kannst du wahrnehmen, ihren Gang, ihre Haltung, ihre Ausstrahlung. Lass dir soviel Zeit dafür, wie du brauchst, damit dieser Vorgang sich von selbst dir offenbart.

wie wir mit der eigenen Geschlechtlichkeit und der anderen umgehen. Die Erfahrungen, die hinter den Bildern stehen, haben wesentlichen Einfluss auf die Wahrnehmung des anderen Geschlechts sowie auf die Zufriedenheit hinsichtlich der Partnerwahl und des gemeinsamen Lebens. Beide innere Anteile – insbesondere der gleichgeschlechtliche – treffen zudem Aussagen über das eigene Selbstverständnis als Mann bzw. als Frau. Der oben genannte gebrochene Mann in der Innenwelt einer Frau zeigt etwa auf, dass sie auf der einen Seite gewisse männliche Qualitäten (Stärke, nach außen gehen etc.) nicht oder nur kaum besitzt und nicht ausleben kann. Auf der anderen Seite verspürt sie eine Neigung zu Männern, die diesem Bild entsprechen, ganz gleich, ob sie damit in ihrem Leben zufrieden ist oder nicht. Selbst wenn dieser Attraktor nicht die Wahl des Lebenspartners bestimmt hat, ist er dennoch stets gegenwärtig und beeinflusst die Wahrnehmung auf der Arbeit, im Supermarkt, im Kino und in anderen Bereichen des Alltags.



Nach Transformation solcher Negativ-Attraktoren fängt die Welt an, anders auszusehen – wir nehmen beim Einkauf andere Typen von Männern und von Frauen war. Sehen in ihnen vielleicht nunmehr keine Schutzbefohlenden mehr, wollen unter Umständen keinen großen Jungen mehr heiraten oder finden auch die gefühlskalten Frauen (mit ihrer frappierenden Ähnlichkeit zur emotionalen Armut der eigenen Mutter) gar nicht mehr so attraktiv. Mit den gewandelten Wahrnehmungsgewohnheiten kommt auch das Leben insgesamt in Bewegung und die Handlungskompetenz steigt, so dass nicht mehr das Leben was mit uns, sondern wir was mit dem Leben machen.

3 Energiefluss im Beziehungsleben

3.1 Frühere und aktuelle Beziehungen

Wir leben in einem Netzwerk aus Beziehungen – in der Familie, [65)] mit dem Partner (und den Ex- Partnern), im Geschäftsleben und auf der Arbeit, im Freundes- und Bekanntenkreis – und erleben Stillstand und Bewegung im Energiefluss. Mit wem kann ich gut und mit wem geht es gar nicht? Welche Kontakte ignoriere ich, gleichwohl sie bestehen und mein Leben beeinflussen?

Wie viele Bekanntschaften habe ich und welche Qualität haben meine Freundschaften? Wie oberflächlich, wie tief, wie ehrlich, wie lebendig ist mein Beziehungsleben und wie leicht oder schwer fällt es mir, mit jedem x-beliebigen Menschen eine situativ angemessene Beziehung einzugehen? Bin ich eher handlungskompetent oder eher mustergeprägt in meinem Beziehungsleben? Und was geschieht mit mir, wenn mir im Außen meine Anima/mein Animus oder mein Ex-Partner begegnet?

Alte Beziehungen spielen selbst dann noch eine Rolle im Leben, wenn der Kontakt vielleicht schon seit Jahren zum Erliegen gekommen ist. Auf welche Weise gingen die Menschen (im Außen) auseinander und wie viel Energie befindet sich (in ihrem Innern) noch in Spannung? Häufig sind es auch die in alten Beziehungen gemachten Erfahrungen, die die Beziehung zu aktuellen Lebenspartnern belasten. Eifersucht etwa aufgrund des Fremdgehens des/der Ex-Partner kann auch in der aktuellen Beziehung noch solange ein Thema sein, bis es auf der Seelenebene bearbeitet wurde. Es bestimmt bzw. verzerrt mehr oder weniger die persönliche Wahrnehmung des Betroffenen – zum Teil auch völlig unabhängig vom realen Verhalten des neuen Partners und konfrontiert diesen unter Umständen mit Musterhandeln und aus der Luft gegriffenen Vorwürfen, die ihm einiges an Bewusstheit und Verständnis abverlangen. Mitunter führt die Aufdeckungsarbeit selbstähnlicher biographischer Situationen jedoch auch über den/die Ex-Partner zurück bis in die frühkindliche Präge-

65) Die wichtigen Eltern-Kind-Beziehungen werden hier nur indirekt behandelt. Ausführlicher finden sich diese in *Synergetik Basic 3/4*, Kap. 3: *Komplexität in der Innenwelt*. Vgl. auch unten Kap. 3.2: *Familienstruktur*.

phase. Dass Mama nicht genug Liebe aufbringen konnte, kann maßgeblich dazu beitragen, dass im Erwachsenenleben unbewusst ein vermuteter oder begründeter Verdacht auf Liebesentzug noch immer existenzbedrohlich aufgefasst wird. Ist dieses Thema jedoch in seinen unterschiedlichen selbstähnlichen Ausprägungen erlöst und die erlittene seelische Verletzung geheilt, kann der persönliche Selbstwert erkannt und die Projektion der Eifersucht aufgelöst werden.

Neben der Eifersucht können es Gefühle des Verlangens, der Schuld, der Scham, der Enttäuschung, des Hasses usw. sein, die uns in der Innenwelt noch immer an frühere Partner binden. Häufig sind diese Gefühle gut verborgen und auf die Frage im Vorgespräch, ob ihn denn noch etwas an sie binde, antwortet vielleicht der Klient mit einem erstaunlich vehementen „Nein! Wieso denn? Was soll diese Frage denn nun wieder?!" Unsere Schattenanteile liegen in der Regel verborgen im Unbewussten und sind obendrein nicht selten mit einem gewissen Schamgefühl verbunden. Vgl. *Synergetik Basic 2/4*, Kap. 1: Einleitung: *Reichtum und Schatten in der inneren Welt.*

Um also dem unbewussten Anteil im Klienten auch einmal Gelegenheit zu geben, zu Worte zu kommen, bietet sich ein Perspektivenwechsel an. Die Frage, der wir während einer Innenweltreise nachgehen können, könnte etwa sein: Will der Ex-Partner noch immer etwas von uns oder ist die Sache für ihn erledigt? Dies beschert uns unbewusste Antworten auf die Frage, was will ich noch immer von ihm, was bindet mich und meine Energie an ihn, denn der Partner, der in der Innenwelt auftaucht, ist schließlich nicht der Partner im Außen, sondern er ist ein Persönlichkeitsanteil von uns selbst – die Summe aller Erfahrungen, die wir mit ihm gemacht haben – und er ist ein Teil unserer Innenwelt geworden. Wenn dieser Anteil sagt: „Nein, ich kann Dich noch nicht loslassen," - dann bedeutet das nicht zuletzt, dass ein Teil in uns noch nicht loslassen kann.

Vielleicht versteht der Klient diese Zusammenhänge bereits während der Sitzung, doch sollte es der Begleiter vermeiden, ihn während der Sitzung darüber aufzuklären („schau mal: das bist Du"), denn er würde beginnen, auf der kognitive Ebene darüber nachzudenken und verbliebe nicht im Gefühl. In der Sitzung ist es jedoch wichtig, so lange auf der Gefühlsebene zu arbeiten, bis der Ex-Partner seine grundsätzliche Zustimmung und Unterstützung artikuliert („ich kann Dich nun gehen lassen", „nun kannst du tun, was du willst", „ich bin dir wohlgesonnen" etc.).

Während einer Innenweltreise lassen sich nach und nach sämtliche Ex-Partner gleich- sam einer synergetischen Aufstellung aufrufen (siehe unten Kap. 3.1.2: *Aufstellungen in synergetischen Prozessen*). So lässt sich durch Rückkopplungen und Heineinspüren systematisch aufdecken, ob die alten Beziehungen gelöst oder ungelöst sind und inwieweit sie Einfluss auf das aktuelle Beziehungsleben nehmen, indem sie noch Energien binden: Vielleicht denke ich ja nur, dass ich einen neuen Lebenspartner suche – während es in meinem Unbewussten eine Arbeitsanweisung gibt, die aufgrund der gemachten Erfahrungen dafür sorgt, dass ich mich („zufällig") immer nur in Menschen verliebe, die bereits „in festen Händen" sind. Oder, dass ich überhaupt niemand passendes mehr finde, was mir unbewusst bei all der damit verbunden Einsamkeit die „Vorteile" einbringt, mich einerseits nicht mit meinen erlittenen Verletzungen auseinander setzen zu müssen und andererseits durch Projektionen das Problem nach außen verlagern zu können („alle Männer sind Schweine!"). Innenweltreisen machen sichtbar, dass ich mit einem Gefühl lebe, dass dieser mich noch hasst oder ich jenem noch nicht verziehen habe, obwohl ich dachte, die Sache sei schon lange erledigt. Wesentlich ist im Zuge dieses Klärungsprozesses immer auch die Einbindung der eigenen inneren Eltern, um herauszufinden, wo die (Selbst-)Ähnlichkeiten und die intergenerativen Muster sind („lass deine Mama mal dazukommen und schau, was passiert", „wie gehen sie miteinander um?" etc.).

Auch in Bezug auf den **aktuellen Beziehungspartner** lässt sich fragen, ob und inwieweit die Beziehung frei ist. [66)] Kann ich den anderen so sein lassen, wie er ist oder bin ich in dieser Partnerschaft von meinen Handlungsmustern bestimmt? Dominanz, Scham, Eifersucht, übertriebene Nachgiebig- keit sind auch hier unterschwellige oder offen liegende Themen. Inwieweit bin ich wirklich frei und kann auch den anderen frei lassen, um seine eigenen Erfahrungen zu machen? Wie sehr bin ich abhängig von ihm? Bin ich angewiesen auf seine Sicherheit, Stärke, Anerkennung, auf die alltägliche Gewohnheit? Welche Freiheiten versage ich mir lieber, damit mein Partner – wenn er selbiges für sich reklamiert – mich nicht mit meinen tiefsten Verlustängsten konfrontiert? Bin ich handlungskompetent?

---

66) Vgl. dazu auch BETZ, Robert T.: Wahre Liebe lässt frei! Wie Frau und Mann zu sich selbst und zueinander finden. München 2009.

Die genannten Aspekte beschränken sich nicht nur auf partnerschaftliche Liebes- oder Ehebeziehungen. Sie gelten entsprechend für sämtliche **sozio-kulturellen Beziehungen**, die wir bewusst oder unbewusst, willentlich oder unabsichtlich eingehen: In der Nachbarschaft oder im Beruf, etwa hinsichtlich der Kollegen und Chefs oder in Bezug auf die Tatsache, dass ich vielleicht schon seit Monaten keinen neuen Job finde, weil ich mit dem alten noch nicht abgeschlossen habe. Auch ethnischen Zugehörigkeiten sind darunter zu verstehen, denn welchem Volke fühle ich mich zugehörig, wenn meine Eltern aus verschiedenen Ländern kommen? Wie sehr ist mir die ethnische Zugehörigkeit zu Hause bewusst – wie sehr im fernen Urlaubsland – wie sehr als Arbeitsmigrant oder gar während einer unfreiwilligen Flucht vor Krieg und Unterdrückung? Schließlich sei auch die eher auf abstrakter Ebene angesiedelte Beziehung zum Thema Geld zu nennen. Energiefluss im Leben drückt sich nicht zuletzt in dem Umstand aus, ob ausreichend Geld in meinem Leben fließt: Wie viel kommt rein? Wie viel geht raus? Neige ich zum Horten oder zur Verschwendung? Wie viel bin ich mir wert? – Diese Frage stellt sich spätestens dann, wenn ich beginne, Geld für das Begleiten von Innenweltreisen zu verlangen. Wie viel ist mir meine Arbeit wert? Wie viel ist sie anderen wert? Wie weit liegen hier Schein und Sein auseinander?

Alle alten und aktuellen Beziehungen bilden in unserer Innenwelt ein dichtes Netz biographisch relevanter Innenweltbilder (Situationen und Emotionen) und bestimmen die Art und Weise, wie sich unsere Innenwelt darstellt; das heißt, ob eher Stillstand oder eher Bewegung die Innenwelt eines Klienten in Bezug auf ein bestimmtes Thema beherrscht.

3.2 Familienstruktur

3.1.1 Formate der Systemaufstellungen



Theorie und Methodik der **Familienaufstellung** beruhen auf der Mehrgenerationen-Perspektive der Familientherapie, auf den Methoden der Familienrekonstruktionsarbeit und vor allem das Stellen von Familienskulpturen, die ein wichtiger Bestandteil der Systemischen Therapie [67)] sind. Hier wird das Indi- viduum u. a. als familiengeprägtes Wesen verstanden, dessen Entwicklungs- und Handlungsmöglichkeiten durch die Geschichte der vorhergehenden Generationen, durch überkommene Regeln, Muster und Loyalitäten stark mitbestimmt werden. Die Methodik entwickelte sich aus ähnlichen Aufstellungsformen, wie etwa das „Psychodrama“ des österreichischen Arztes Jakob Levy MORENO (1889-1974). Er wählte Stellvertreter für die jeweiligen Personen, die an einem in der therapeutischen Arbeit zu betrachtenden Konflikt beteiligt waren. Großen Einfluss hatte zum anderen die „Familienskulptur“, auch „Familienrekonstruktion“ genannt, die Virginia SATIR (1916-1988) in 1970er-Jahren entwickelte. Dieses Verfahren betont die Bedeutung der räumlichen Anordnung bei der Prozessarbeit. Um die Be deutung der Position von Familienmitgliedern kenntlich zu machen, wird eine „Familienskulptur“ erstellt, indem auch hier der Aufstellende nach dem Gespräch mit dem Leiter unter den anwesenden Personen sogenannte Stellvertreter entsprechend seiner Frage auswählt und diese intuitiv im Raum platziert. [68)]



Diese Technik ermöglicht es den Klienten, Familienbeziehungen nonverbal darzustellen und zu erkennen. Widersprüche oder Abweichungen zwischen dem, was körperlich gezeigt und dem, was gesagt wird, können reflektiert werden. Da hinderliche Pflichtgefühle kaum eine Rolle spielen, kann so ein recht wirklichkeitsgetreues Abbild der Gefühlsbeziehungen innerhalb der Familie entstehen. Anhand

67) Als 'Systemische Therapie' (auch: Systemische Familientherapie) wird eine psychotherapeutische Fachrichtung beschrieben, die systemische Zusammenhänge und interpersonelle Beziehungen in einer Gruppe als Grundlage für die Diagnose und Therapie von seelischen Beschwerden und interpersonellen Konflikten betrachtet. Seit Dezember 2008 ist diese Therapieform und ihre Wirksamkeit auch in Deutschland wissenschaftlich anerkannt.

68) Bei einer anderen Variante stellen sich die tatsächlichen Familienmitglieder in ihrem subjektiv passenden Abstand zueinander im Raum auf und nehmen zueinander eine körperliche Haltung ein, die die Beziehungen der Familienmitglieder zueinander ausdrückt. Dies unterstützen sie durch Gestik und Mimik. Dieses Standbild gleicht der Skulptur eines Bildhauers. Die Familienmitglieder werden nach ihrer Wahrnehmung, ihren Gefühlen und Impulsen befragt. Ferner sind auch Einzelsitzungen möglich, wobei die Aufstellung mittels Symbolen erfolgt (Holzfiguren, leeren Stühlen, Stofftieren etc.).

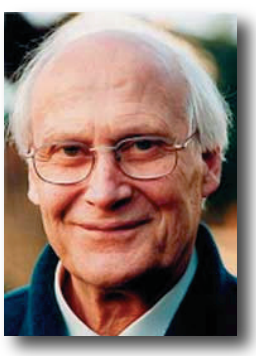
der dargestellten Konstellation kann sich der Therapeut ein Bild von dem sozialen Gefüge machen, in dem der Klient lebt und von dem er beeinflusst wird. Gleichzeitig ist es dem Klienten möglich, innerhalb dieses nun auch in äußerlich sichtbarer Weise dargestellten Beziehungsgeflechtes gleich eine Reaktion auf sein Verhalten zu erfahren, die anschließend auf der verbalen und emotionalen Ebene befragt werden kann.



Aufgrund der sich daraufhin entwickelnden psychischen Dynamik sollen die so gestellten Stellvertreter sich nach einer Zeit der Sammlung in der Regel so fühlen wie die von ihnen repräsentierten Personen. Die Stellvertreter können nun ihre eigenen Empfindungen und Gefühle „ausdrücken", die damit für die Anwesenden wahrnehmbar werden. Manche Leiter gehen davon aus, dass der Aufsteller die Lösung seiner Konflikte und Probleme bereits kennt und sie durch die Aufstellung aus dem Unbewussten oder einem verdrängten Zustand an die Oberfläche des Bewusstseins bringen kann. Zur Beschreibung der auftretenden transpersonalen Effekte der teilnehmenden Personen werden unterschiedliche Erklärungsmodelle herangezogen, [69] etwa die Theorie der morphogenetischen Felder (vgl. *Synergetik Basic 1/4,* Kap. 7: *Morphische Felder*) für Systemaufstellungen auch „das wissende Feld" genannt.



Neben dem Familienaufstellen in einer Gruppe von etwa 20 Menschen gibt es auch die Möglichkeit, nur mit einem Therapeuten und Symbolen für die einzelnen Familien- mitglieder ein soziales Gefüge aufzustellen. Schließlich gibt es eine weitere Form, in der der Aufsteller nur eine Person für sich selber aufstellt und dann Mitglieder der anwesenden Gruppe auf diese Situation reagieren und sich zu der aufgestellten Person an „passenden" Plätzen im Raum hinzustellen.



Große Bekanntheit, aber auch viel Kritik haben die Familienaufstellungen Bert HELLINGERS erfahren, [70] der sie im Rahmen von Großveranstaltungen publikumswirksam inszenierte und damit viel zu dem Bild beitrug, dass Familienaufstellungen als "Ultra-Kurz-Event" große Veränderungen herbeiführen können. In den Familienaufstellungen postuliert HELLINGER die Existenz vorgegebener Grundordnungen und Hierarchien und vertritt seine Konzepte, Interpretationen und Interventionen immer wieder mit einer Absolutheit, die die Autonomie der Klienten einschränkt: Es gebe eine Ordnung im Leben in jeder Familie nach der etwa jeder Erstgeborene seinen Platz vor dem Zweitgeborenen habe. Diese Ordnung sei ein Naturgesetz, egal ob sie uns gefalle oder nicht. Oder etwa, dass Kinder ihre Eltern lieben wollten. Werde dieser "Fluss der Liebe" unterbrochen, schlage er in Schmerz, Verzweiflung oder in Krankheit um. Wenn man hingegen den Eltern Ehre erweise – ganz gleich, was sie einem angetan hätten – komme etwas tief in der Seele in Ordnung. [71] In der Regel werde die "Ordnung" dadurch wiederhergestellt, dass Kinder sich vor den Elternstellvertretern verbeugen und diesen damit die Ehre erweisen: *Und wenn einer den Kopf leicht nach vorne neigt, fließt Energie. Er kommt viel mehr in Kontakt mit der Erde. Und wenn jetzt das einer vor seinen Eltern macht und macht das noch tiefer, dann bringt er die ursprüngliche Ordnung zur Geltung, nämlich dass die Eltern groß sind, und er ist klein.* 72)

Derartige Vorannahmen über Positionen im Familiengefüge und über Lösungswege erscheinen auch aus synergetischer Sicht unzulässig und unseriös, da die im Seelenfeld abgelegten Informationen stets sehr kom-

---

69) Eine wissenschaftliche Untersuchung legte Peter SCHLÖTTER im Jahr 2005 vor: In seiner Dissertation tritt er mit einer großangelegten Untersuchung (über 2800 Einzelversuche) den empirischen Nachweis an, dass die "repräsentierende Wahrnehmung" überindividuell reproduzierbar ist, dass also unterschiedlichste Personen tendenziell gleiche Wahrnehmungen in Systemaufstellungen äußern (SCHLÖTTER, Peter: Vertraute Sprache und ihre Entdeckung. Systemaufstellungen sind kein Zufallsprodukt – der empirische Nachweis. Heidelberg 2005.

70) Vgl. dazu u. a. die Stellungnahme der Deutschen Gesellschaft für Systemaufstellungen (DGfS) (http://www.dgsf.org/themen/berufspolitik/hellinger.htm).

71) FINCKE, Andreas: Die systemische Familientherapie nach Hellinger, MD-EZW 2/1998, S. 16.

72) Interview mit HELLINGER anlässlich einer Veranstaltung des Erickson-Institutes in Berlin 1995 (http://www.erickson-institut-berlin.de/frames/community/whc/texte/i-hellinger.htm).

plex und höchst individuell sind und in Innenweltsitzungen allein der „Energiefluss“ offenbart, wer mit wem und was in welcher Qualität verknüpft ist (vgl. *Basishandwerkszeug*).

Grundsätzlich lässt sich die Aufstellungstechnik mit ihren symbolischen Raumbezügen sehr vielseitig einsetzen und so werden sie heute in ganz unterschiedlichen Bereichen angewendet, unter anderem im Rahmen von Innenweltreisen (vgl. folgendes Kapitel). Der Ausdruck '**Systemaufstellung**' dient dabei als Oberbegriff für verschiedene Aufstellungsformate, von denen die Familienaufstellung die bekannteste ist Grundsätzlich lassen sich mittlerweile alle Arten von Themen aufstellen (**freie Aufstellungen**). Ein Kernpunkt des methodischen Vorgehens bei der Durchführung von Systemaufstellungen ist es, insbesondere solche Systemdynamiken durch die Aufstellungsmethode zu betrachten, die durch logisch-rationale Erwägungen im Allgemeinen weniger effektiv erfahrbar gemacht werden können. Bei allen Systemaufstellungen wird davon ausgegangen, dass die Vertreter in dem so aufgestellten System Aussagen machen (können), die den Aussagen bzw. Dynamiken des realen Systems nahe kommen und so eine Hilfe für Entscheidenden darstellen.



Die Zielsetzungen können dabei ganz allgemein Klärungsanliegen oder Fragen zum Management und Selbstmanagement innerhalb sozialer Systeme sein, etwa aus dem beruflichen Kontext mittels Organisationsaufstellungen bzw. Teamaufstellungen. Ein System besteht aus Elemen- ten, die zueinander in Beziehungen stehen. Eine Organisation oder eine Abteilung lässt sich als „Makrosystem“ betrachten, das aus einzelnen Mitarbeitern besteht, die zueinander in Bezug stehen. Hinter diesen stehen aber auch jeweils die eigenen Familiensysteme (also „Mikrosysteme“), gekennzeichnet durch eine je eigene Dynamik und gegebenenfalls „Blockaden“, die in die Arbeit der Organisation möglicherweise beeinflussend hineinwirken können. Die Mitarbeiter mit ihrer Loyalität und ihrem Zugehörigkeitsgefühl können dabei betrachtet werden als Schnittstelle zwischen dem Erfolg und Misserfolg.

Daneben gibt es auch Aufstellungsformate zur Förderung der spirituellen Entwicklung, zum Beispiel Archetypaufstellungen oder Systemaufstellungen mit Vertreterbezeich- nungen, die der antiken Mythologie oder den spirituellen Traditionen östlicher und auch westlicher Weltreligionen entlehnt sind.

3.1.2 Aufstellungen in synergetischen Prozessen

Wie auch in klassischen (freien) Systemaufstellungen lassen sich synergetische Auf- stellungen zu ganz unterschiedlichen Themen und Fragestellungen durchführen. Die in einer Systemaufstellung relevanten symbolischen Raumbezüge treten grundsätzlich bei jeder Innenweltreise auf und geben Aufschluss über die Qualität der zwischen- menschlichen Beziehungen. Ein Innerer Papa etwa, der in einem Symbolraum im Gegensatz zur restlichen Familie hinten in einer dunklen Ecke steht, birgt allein aufgrund seiner Position schon eine Information zum Thema.

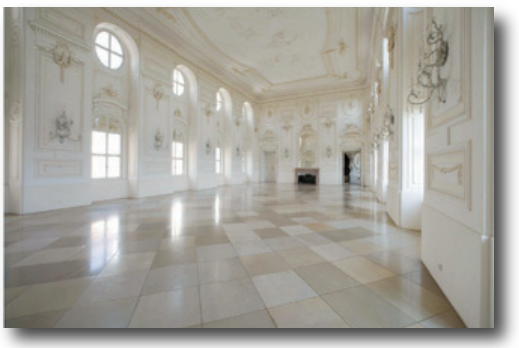
Es lassen sich jedoch auch eigens Themen in der Innenwelt aufstellen, etwa um die Qualität von Familienstrukturen, Geschäftsbeziehungen und -entwicklungen zu offenbaren, aber auch, um beispielsweise Informationen zur finanziellen Situation oder zum spirituellen Entwicklungsstand etc. aufzudecken. Hierbei können ganz unterschiedliche Personen und Symbole auftreten, angefangen von den inneren Eltern und sonstigen Familienmitgliedern über Bekannte bis hin zu Symbolfiguren, Teilpersönlichkeiten (In- nere Frau, Innerer Mann, Inneres Kind usw.) und Persönlichkeitsaspekten (Verstand, Gefühl, Kreativität, Mut etc.).

Die Kreativität, mit der Systemaufstellungen im Außen praktiziert werden, ist aus- gesprochen anregend für die Arbeit in der Innenwelt. Eine eingehende Beschäftigung damit schärft den Blick für innere Zusammenhänge und bietet einen reichen Ideen- schatz möglicher Anwendungsfelder für die Arbeit in der Innenwelt.

Ein wesentlicher Unterschied zu Aufstellungen, die im Außen stattfinden, ist, dass keine Stellvertreter bemüht werden müssen, was den enormen Vorteil mit sich bringt, dass der Klient alle Sinneseindrücke – räumliche Positionen, Perspektiven, Gefühlsregungen und -ausbrüche – durch Hineinversetzen und Hineinspüren unmittelbar und in seiner ganzen Breite körperlich und seelisch selbst erfahren kann. Aufgrund dieser Unmit-

telbarkeit lassen sich auch „Verzerrungen“ vermeiden, die durch die Einbeziehung der Wahrnehmung anderer Personen entstehen können.

Aufstellungen in der Innenwelt sind sehr dynamisch und bieten jederzeit die Möglichkeit, in eine tiefer gehende synergetische Prozessarbeit einzusteigen, um hinterher zu über- prüfen, wie sich das Bild verändert hat, das die Aufstellung gezeigt hat. Insgesamt bietet die Innenweltreise viele zusätzliche Informationen, dadurch dass sich der Klient selbst an den innenweltlichen Ort der Begegnung begibt:



Schreibt der Klient etwa „Familienaufstellung“ auf die Tür und betritt einen barocken Festsaal, in dem seine Familie ihn erwartet, ist das eine ganz andere Information, als wenn er durch die Tür eine unterirdische, übel riechende Kanalisation betritt, in der sich zunächst niemand befindet und die Familienangehörigen auch nur zögernd kommen, wenn sie gerufen werden. Nicht zuletzt die dynamischen Elemente bieten eine hohe symbolische Aussagekraft: Wie kommen die Familienmitglieder? Wer kommt zuerst? Wer nur zögerlich? Mit welchem Gesichtsausdruck kommen sie? Wer steht wo und wie fühlt es sich aus unserer Position und aus der Position der anderen an? Wer befindet sich im Licht und wer steht im Dunkeln? Wer hat Boden unter den Füßen und wer nicht? Wer antwortet uns und wer löst sich in Nichts auf, wenn wir ihn an- sprechen wollen? Welche weiteren Personen (Bekannte, Freunde etc.) oder Symbolfiguren (Tiere, Instanzen, Helfer) kommen vielleicht auch ungefragt hinzu? Ein emergentes Geschehen! (Vgl. *Synergetik Basic 1/4*, Kap. 5.2: *Emergenz, Attraktor, Selbstähnlichkeit (Fraktal*).)



Alle Personen und Gegenstände lassen sich durch Hineinspüren erforschen und weiten damit den persönlichen Blick auf das Thema: das leere Glas auf dem Tisch, die Innere Mama, das abgerissene Innere Kind dort hinten in der dunklen Ecke, der kleine Hund der kommt und was Wesentliches mitzuteilen hat, der ganze Ort des Geschehens – das alles sind wir selbst und sonst niemand! – Selbsterfahrung pur.

Mitunter erkennt der Klient zunächst gar nicht, welche Informationen sich im Bild des Inneren Kindes in der dunklen Ecke oder im Bild der desinteressierten Mutter verbergen – „so ist es nun einmal!“ – es ist die bildhaft sichtbar gemachte Normalität seines Le- bens! Häufig sind Klienten auch nicht unangenehm davon berührt, wenn die Innenwelt zu bestimmten Themen dunkle, feuchte Kellerräume hervorbringt; es fühlt sich stimmig an, weil sich auch das Leben nun einmal so anfühlt – in der Wahrnehmung des Klienten wohlgemerkt. Jeder Außenstehende, der Begleiter ebenso wie unbeteiligte Zuschauer, ahnen hingegen bereits bei derartigen Innenweltbildern das Ausmaß der dahinter lie- genden seelischen Verletzungen. Selbst wenn man den Klienten darauf aufmerksam machen würde, wüsste er nicht, wie daran etwas zu ändern wäre ... in den Bildern und in seiner Ratlosigkeit erkennen wir den wirkenden Negativ-Attraktor in seinem Leben. Häufig ist dieser so mächtig, dass sich der Mensch allein nicht davon befreien kann und Hilfe von außen benötigt. Übergestülpte Interpretationen und gutes Zureden sind allerdings kaum dazu geeignet, den in der Seele verwurzelten Attraktor dauerhaft zu deaktivieren, da er ein sinnvolles Produkt der bisherigen Erfahrungen im Leben darstellt (vgl. *Synergetik Basic 3/4*, Kap. 3: *Komplexität in der Innenwelt*). Dafür bedarf es eines Selbstorganisationsprozesses auf der Erfahrungsebene, den etwa die synergetische Rückkopplungsarbeit anregen kann (vgl. *Basishandwerkszeug*). Die Aufmerksamkeit bei der Begleitung liegt dabei auf der Herbeiführung von Rückkopplungen zwischen den beteiligten Persönlichkeitsanteilen und nicht auf dem Vorschreiben eines Resultats, das aufgrund der Komplexität und Individualität einer jeden Innenwelt nicht vorhergesagt werden kann.

Weg-Orientierung durch Rückkopplung und Energieerhöhung statt Ziel-Orientierung

Die kreativen Lösungen, die das Unbewusste infolge von Rückkopplungen selbstorganisatorisch generiert, sind immer wieder überraschend und in ihrem konkreten Ausdruck für den Klienten unvorhersehbar. Allerdings ist ein gängiges Ergebnis, dass es nicht darum geht, das die Kinder ihre Eltern zu achten haben, sondern umgedreht, dass die Eltern hinter ihren Kindern zu stehen haben. Dies ist das übliche (aber eben nicht zwingend notwendige) natürliche Ergebnis von Selbstorganisationsprozessen im Zuge von Innenweltreisen und beinhaltet auch die "rückgekoppelte" Achtung der eigenen Eltern. Der Weg dahin unterscheidet sich

allerdings wesentlich von HELLINGERS vorgegebenem Dogma.

Konkret besteht bei der Begleitung einer synergetischen Aufstellung die Hauptaufgabe des Begleiters darin, einen Selbstorganisationsprozess anzustoßen, beziehungsweise ihn in Gang zu halten. Dieser wird durch Energiezufuhr ausgelöst („Scheibchenziehen"). Dies kann so erfolgen, dass inneren Anteile dazu angeregt werden, sich mit den anderen Teilen des Systems zu konfrontieren – beispielsweise durch die Aufforderung hinzuschauen, näher zu gehen, mehr zu atmen, Worte oder Sätze aufsteigen zu lassen und den inneren Impulsen zu folgen. Wichtig ist dabei, dass der Begleiter keine Strategien oder Ziele verfolgt, sondern sich am Energiefluss im System orientiert. Dadurch wird das bestehende System destabilisiert und in ein deterministisches Chaos überführt, infolge dessen es sich selbstorganisatorisch eine neue Ordnung sucht, die dem momentanen Optimum entspricht. Vielleicht reagiert die vordem uninteressierte Innere Mutter infolge von Rückkopplungen nun mit einer gewissen Betroffenheit und gibt sich hilfsbereiter, was infolge der weiteren Sitzung(en) weiter optimiert werden kann (Transformation von Stillstand zu Bewegung). Insgesamt bieten sich syner- getische Aufstellungen an, mit früheren und späteren Sitzungen verknüpft zu werden, da transformierte innere Anteile und Personen auch in anderen Sitzungen aufgerufen werden können – etwa in einer Sitzungen zum tieferen Lebenssinn. Hier können wir erkennen und begreifen, für welche wichtigen Lebenserfahrungen wir gerade diese Mutter, diesen Vater, diese Familie benötigten. Unter Einbeziehung dieser übergeordneten Fragen können wir in so manchem erlittenen seelischen Leid plötzlich einen tieferen Sinn erkennen, der uns vordem verschlossen war. Diese wichtige Perspektive behandelt das nun folgende letzte Kapitel.

4 Lebenssinn

4.1 Sinn in der Logotherapie [73)]



Viktor E. FRANKL – der Begründer der Logotherapie – war 1938, als Hitlers Truppen in Österreich einmarschierten, Leiter der Neurologischen Station des jüdischen Rothschild-Spitals in Wien. Diese berufliche Stellung bewahrte ihn und seine Eltern zunächst noch vor der Deportation und ermöglichte ihm, die von den nationalsozialistischen Behörden organisierte Eutha- nasie jüdischer Geisteskranken zu sabotieren, indem er die Diagnosen umformulierte. 1940 ließ er sein amerikanisches Visum unbenutzt und blieb wegen seiner Eltern in Wien – wohl wissend, was dies für ihn bedeutete. 1942 wurde er nach Auschwitz deportiert.

FRANKL war und ist nicht zuletzt wegen seiner KZ-Aufenthalte, die seine Lehre bewahrheitet haben, und seines ganzen Lebens wegen glaubwürdig. In den KZs bestätigte sich der „survival value" (Überlebenswert) und der „Wille zum Sinn", der im Zentrum der Logotherapie steht. Jene Insassen, die auf die Zukunft hin orientiert waren, auf einen Sinn hin, überlebten am ehesten. Er machte die Erfahrung, dass der bekannte Satz Berthold Brechts „Erst kommt das Fressen, dann die Moral" selbst in Extremsituationen nicht immer richtig ist. FRANKL stellte fest, dass Menschlichkeit, Hilfsbereitschaft und Solidarität unter den Häftlingen im KZ häufig waren. Die Lektion von Auschwitz war für ihn, dass der Mensch ein sinnorientiertes Wesen ist. Wenn es überhaupt etwas gibt, dass ihn in einer Extremsituation aufrechtzuerhalten vermag, dann ist es das Wissen, dass das Leben einen Sinn hat und sei es auch nur, dass sich dieser Sinn erst in der Zukunft erfüllen lässt.

> Der Mensch kann nur überleben, wenn er auf etwas hin lebt. Und wie mir scheint, gilt dies nicht nur vom Überleben des einzelnen Menschen, sondern auch vom Überleben der Menschheit (V. E. FRANKL). [74)]

FRANKL verstarb 1997 im Alter von 92 Jahren. Noch im 74. Lebensjahr erwarb er den 3. Schwierigkeitsgrad beim Klettern und machte den Solo-Flugschein, weil er Angst vor dem Klettern und Fliegen hatte und meinte, dass man sich nicht alles von sich gefallen lassen müsse. Er erhielt 28 Ehrendoktorate und zahlreiche Auszeichnungen und Preise für sein Lebenswerk.

---

73) Nicht zu verwechseln mit 'Logopädie' ('Sprechererziehung'), den 1924 eingeführten Begriff für die Stimmheilkunde.

74) Zit. nach FABRY, Joseph B.: Das Ringen um Sinn. Eine Einführung in die Logotherapie. Freiburg/Br. 30 1978, S. 23.

Die Logotherapie hat keine eigene systematisierte Arbeitsweise entwickelt und vollzieht sich üblicherweise im Rahmen des Dialogs. [75] Nach FRANKL muß der Dialog den „Logos" (Geist, Sinn) enthalten. Martin BUBER betont, dass das „Ich erst zum Ich am Du" werde. [76] Dies gilt auch für die gemeinsamen Erfahrungen, die Klient und Begleiter im Zuge von Innenweltreisen machen. Grundsätzlich ist der logotherapeutische Ansatz offen für andere Methoden und Therapien und kann – sei es in der dialogischen Form oder sei es als allgemeine Grundhaltung des Therapeuten bzw. des Begleiters – eingesetzt werden etwa in der klientenzentrierten Gesprächstherapie, in der Gestalt- therapie sowie der Transaktionsanalyse oder dem Psychodrama und eben auch in der Synergetik. Es geht dabei darum, den Klienten zu befähigen, sein Schicksal selbst zu gestalten und sein Leben selbst in die Hand zu nehmen (Handlungskompetenz). Dazu ist es wichtig, dass er Vertrauen zu sich selbst gewinnt. Ein gesundes Selbstvertrauen ist hier von entscheidender Bedeutung und wird je nach Methodik unterschiedlich gestärkt.

Kernaussagen der Logotherapie sind:

- ***Das Leben hat einen Sinn, und es behält ihn unter allen Bedingungen und Umständen***
- ***Der Mensch hat einen „Willen zum Sinn", und wirklich glücklich ist er erst dann, wenn er das Bewusstsein hat, den Sinn seines Lebens erfüllt zu haben.***
- ***Der Mensch hat auch die Freiheit, diesen seinen Lebenssinn zu erfüllen.***

Wie auch beim Begleiten synergetischer Innenweltreisen ist das logotherapeutische Vorgehen geprägt von einer Grundhaltung der Offenheit. Diese ist jedoch konträr zu den Wunsch- und Erwartungshaltungen, mit denen man dem Leben allzu oft begegnet. FRANKL spricht daher von einer „kopernikanischen Wendung": Der Mensch hat nicht zu fragen, er ist vielmehr der vom Leben Befragte, der dem Leben zu antworten hat. In der Existenz selbst, also im praktischen Lebensvollzug, vollzieht der Mensch das Beant- worten ihrer eigenen Fragen. Viele ehemalige KZ-Häftlinge stellten (oder stellen) den Sinn des Lebens radikal in Frage. Wie auch Gefängnisinsassen nach langen Haftzeiten oder etwa Missbrauchsopfer fragten/fragen viele: Was hat das Leben mir noch zu bieten? Nach FRANKL müsste die Frage jedoch lauten: Was habe ich dem Leben noch zu bieten? (Im Sinne von: Was möchte ich mit dem Leben noch machen?) Diese Frage ist ein Appell an die Eigenverantwortung des Menschen.

Sinn entsteht vor allem durch die Aktivität des Menschen, also durch Handlung und Handlungskompetenz, Teilhabe an Bedeutendem, Beglückendem etc. Man kann ihn im entschlossenen Zugriff in der Innenwelt wie auch im alltäglichen Leben verwirklichen. Die Suche nach Sinn ist grundsätzlich in allen Menschen – bewusst oder unbewusst – angelegt, unter Umständen zwar verschüttet, doch auch in diesen Fällen aufrufbar unabhängig vom Bildungsgrad, Gesundheitszustand oder Reflexionsvermögen. Die Sinnfrage betrifft also nicht nur einige Menschen, die sich die Beschäftigung mit diesem „Luxus" leisten können, dafür genügend Zeit haben oder die erforderlichen Vorkenntnisse bzw. intellektuellen Fähigkeiten dafür haben.

FRANKL gibt nirgends in seinen Schriften eine allgemeine Definition von „Sinn". Der Sinn des Daseins kann immer nur ein konkreter sein, der sich wandeln kann. *Jeder Tag, jeder Stunde wartet also mit einem neuen Sinn auf, und auf jeden Menschen wartet ein anderer Sinn! So gibt es Sinn für einen jeden, und für einen jeden gibt es einen besonderen Sinn. Aus alledem ergibt sich, dass der Sinn, um den es da geht, ebenso von Situation zu Situation wie von Person zu Person wechseln muss (Sinn 'ad personam' und Sinn „ad situationem'). Aber er ist allgegenwärtig.* [77] Es gibt immer nur einen konkreten und individuellen Sinn. FRANKL erwiderte einem Studenten auf die Frage, was denn "der" Sinn im Leben ist: Die Frage wäre das Gleiche, als wenn man unter den Schachspielern Karpov oder Kasparow fragen würde: „Maestro, welches ist der beste Schachzug?" Sie würden lächeln und sagen: „Das ist so allgemein nicht zu beantworten; es gibt einen besten Schachzug nur in einer konkreten Spielkonstellation."[78]

---

75) Vgl. auch die Bücher von Elisabeth LUKAS: Freiheit und Identität (2005), Konzentration und Stille (2005), Wertfülle und Lebensfreude (2003), Logotherapie in Aktion (2002), Sehnsucht nach Sinn (1999), Lehrbuch der Logotherapie (1998), Auch dein Leiden hat Sinn (1981) u.v.m.

76) BUBER, Martin: Ich und Du. Heidelberg 1983

77) FRANKL, Viktor E.: Das Leiden am sinnlosen Leben (Psychotherapie für heute). Freiburg/Br. 1996, S. 30

78) FRANKL, Hamburger Vortrag 1994.

4.2 Lebenssinn – Lebensaufgabe – Lebenskompetenz

Das bloße Erkennen von Sinn, ändert noch nicht die Bilder, die in der Innenwelt präsent und aktiv sind und von da aus unser Leben und Handeln beeinflussen – das Erkennen ist jedoch ein erster wesentlicher Schritt zur Transformation. Im Gegensatz zu einer „üblichen" Sitzung, geht es beim Thema „Lebenssinn" um übergeordnete Fragen, um existentielle Grundbedingungen und Zusammenhänge des eigenen Lebens (frühere Leben durchaus eingeschlossen). Wie bei einer „üblichen Sitzung" geht es zwar auch um konkrete Situationen, Personen und wirkende Innenweltbilder, doch werden größere Kontexte mit einbezogen – der Fokus ist geweitet.

Es geht nicht um die Transformation einer bestimmten Situation oder eines gewissen Innenweltbildes, sondern um die Transformation eines ganzen Lebensthemas. Dies kann in zwei Schritten erfolgen: 1. Erkennen der Zusammenhänge und 2. tiefes Fühlen und Erleben der Zusammenhänge. Dies macht dabei einen Transformationsvorgang aus, der ähnlich intensiv ist, wie das Transformationserlebnis in einer „üblichen" Sitzung, wenn etwa in der Innenwelt der früh verstorbene Vater sich schließlich aus dem Sarg erhebt, freundlich lächelt und für den Klienten fortan im Leben (in der Innenwelt) begleitet. Themen-Transformation kann bedeuten, dass tiefes Verständnis für ein großes negativ empfundenes Thema (Schatten) entsteht, wie etwa immer wieder an den gleichen falschen Typ Mann/Frau zu geraten, kein Geld zu haben, krank zu sein, Missbrauch in allen Generationen und früheren Leben erlebt zu haben etc. Eine wesentliche Erkenntnis bzw. Erfahrung kann es sein, dass das „Problem" als solches nicht mehr im Zentrum steht, sondern dass es nunmehr als Zwischenschritt „auf etwas hin" empfunden wird: gerade dadurch bin ich zu dem geworden, was ich bin; gerade dadurch habe ich mir diese und jene Schlüsselkompetenzen angeeignet, die mich nun zu ganz anderen Aufgaben befähigen etc.

Selbstähnlich ist es diese Sinnfindung grundsätzlich Gegenstand einer jeden Sitzung: Die Herstellung und das Finden von Sinn ist tief in der Methode der Synergetik angelegt. Mit zunehmender Erfahrung in der Innenwelt, nach Ausbildung von Handlungskompetenz in der Innenwelt bzw. nach einiger Zeit kann es sehr weiterführend sein, „Lebenssinn" als solchen zum Thema einer Sitzung zu machen. Sinnvoll ist es, dass bereits zuvor einige Themen in der Innenwelt in ihrer ganzen tragischen Tiefe aufgedeckt, bearbeitet oder transformiert sind, damit überhaupt eine übergeordnete Perspektive eingenommen werden kann. Denn wenn noch so viel Hass oder Enttäuschung in Bezug auf die Mama und/oder den Papa etc. in mir vorherrscht, kann ich sie nicht betrachten und zudem darüber hinaus den roten Faden in meinem Leben erkennen – der mich beherrschende Negativ-Attraktor fokussiert meine Wahr- nehmung dann auf das belastende Empfinden ich bin so enttäuscht!, warum nur?!, ich hasse ihn so sehr! etc. Dieser Fokus führt dazu, so dass ich nicht in der Lage bin, handlungskompetent von meinem Musterhandeln abzusehen und dabei auch wahrzunehmen, was diese oder jene Erfahrung, Person oder Situation noch mit meinem Leben gemacht hat, außer mich leiden zu lassen.



Leben ist für viele eine Suche nach den Verbindungen zu allem. Zuerst steht es jedoch an, eine Verbindung zu sich selbst und den eigenen inneren Anteilen (Innere Mama, Innerer Papa etc.) herzustellen. Dann sind wir auch im Außen bindungsfähig und Übereinstimmung entstehen: Was ich sehe, spüre ich dann auch.

Die Qualität der inneren Bilder verändert sich im Laufe einer bzw. mehrerer Sitzungen, sie werden deutlicher, farbiger, emotionaler. Ich kann das innere Bild meines Papas immer besser sehen und irgendwann – wenn ich ihn riechen kann, ihm nah kommen kann, ihn in die Arme nehmen kann und überall spüre, ich sogar seine Bartstoppel spüren kann – dann ist er total da. Der nächste Schritt ist, in ihn hinein zu spüren, selbst Innerer Papa zu sein.

Er wirkt in mir. Vorher habe ich ihn abgelehnt, ihn gehasst, weil er mich geschlagen hat, mich nie verstanden hat, mich nie anerkannt hat. Da konnte ich nie sein, wie ich eigentlich wollte. Heute hat er das alles kapiert. Heute ist der Innere Papa sogar stolz darauf, dass ich ihn in meiner Innenwelt verhauen habe, dass ich ihn in meiner Innenwelt umgebracht habe – mehrmals! (Überwindung des Schattens durch Annahme der Täterrolle.) Und nun sagt er: „Mensch super, dass Du das hingekriegt hast!" Er ist sich seiner Rolle nun auch schon bewusst und hat sie in der Innenwelt auch schon viele male bereut (was mein Prozess ist, mein Bereuen). Aber irgendwann spüre ich ihn ganz: Er ist hinter mir und stärkt mich. Und in ihm drin ist auch sein Vater (Innerer Opa) und auch er stärkt mich und ihn. Wenn ich diese Anbindung haben, kann ich sein wo auch immer – auf der Erde oder sonst wo – dann bin ich nicht mehr getrennt von meiner Familie. Dann habe ich immer diese Verbindung und zwar zu mir selbst, denn es sind ja meine Seeleninhalte, die ich in der Innenwelt vorfinde.

Wir können mit unserem Bewusstsein in Verbindung gehen mit allem (Paralleluniversen, Inkarnationslinien etc.) und wir stecken noch in den Kinder- schuhen, wenn wir uns mit den inneren Eltern und dem ganzen Familiensystem auseinander zu setzen haben. Dies braucht seine Zeit und hat seinen Wert, doch irgendwann beginnen wir zu erkennen, dass die Welt und das Universum größer ist und wir erkennen, warum wir gerade diese Eltern, dieses Verhalten, diese Erlebnisse benötigten, um gewisse Qualitäten zu entwickeln, um gewisse Aufgaben erfüllen zu können. (U. IBENTHAL)

„Lebenssinn" als Thema einer Innenweltreise offenbart den Blick auf das gesamte Bild unseres Lebens mit allen Puzzleteilen. Während wir üblicherweise an einzelnen Puzzle- teilen arbeiten (zumeist den dunklen), arbeiten wir nunmehr am ganzen Bild und erkennen, worum es auf dem Bild überhaupt geht: Da gibt es helle Teile und auch dunkle und alle haben ihren Sinn, um ein kontrastreiches Bild zu erzeugen. Ist ein Teilchen besonders dunkel und haben wir dies zuvor noch eigens bearbeitet, bannt es jedoch unseren Blick (sowohl in der Innenwelt, als auch in unserer ganzen Lebenswahrnehmung) und wir sind kaum oder gar nicht in der Lage, das Bild als Ganzes wahrzunehmen.

Wie auch bei allen anderen Themen, erfolgt die Bearbeitung des „Lebenssinn" oder der „Lebensaufgabe" schlicht nach den Vorgaben des Basishandwerkszeugs. Gerade die Reduktion auf das Basishandwerkszeug macht dabei die Klarheit der Methode aus: Ich schreibe „Lebenssinn" auf die Tür und gehe hinein und wende das Basishandwerkszeug an, um die mich prägenden Themen formieren. Dabei erfahre ich, dass das, was mich vorher gebremst hat oder mir die Handlungskompetenz geraubt hat oder mir die Energie genommen hat, nach der Trans- formation etwas sehr Stärkendes und Heilendes sein kann. Wie dies im Einzelnen aussieht, ist sehr individuell und stets abhängig von der Innenwelt des Klienten. Bei dem einen drückt sich das Thema „Lebenssinn" eher auf spiritueller (Symbolbild-)Ebene aus, bei dem anderen erfolgt es auf einer rein materiellen Ebene.

„Lebenssinn" kann etwa darin erkannt werden, eine glückliche Familie zu haben und die eigenen Kinder im besten Sinne aufzuziehen. Dem geht unter Umständen die mehr oder weniger aufwen- dige Aufarbeitung der eigenen Kindheitserlebnisse voraus. Schließlich wird offenbar, dass alles, was bisher im Leben geschah, in diese Richtung weist – bis zu diesem Zeitpunkt. Wie auch in der Logotherapie, offenbart sich der Lebenssinn in einer Innenweltsitzung stets mit einem Bezug zum Jetzt. Womöglich behält dieser erkannte Sinn seine Relevanz bis zum Ende unserer Tage (und darüber hinaus), vielleicht verschiebt sich jedoch auch die Relevanz zugunsten eines anderen Aspekts bereits in der nächsten Woche, im nächsten Jahr oder im nächsten Jahrzehnt – es gibt immer nur einen konkreten und individuellen Sinn.

Haben wir erst entdeckt, dass alle unseren Marotten, alle erlittenen und verursachten Traumata, jegliche Verlust- und Mangelerfahrungen, aber auch unser größtes Glück eine Spur in unserem Leben gezogen haben, einen roten Faden, der sich sinnhaft zusammenfügend Ausdruck und Bedingung dieses Lebenssinns ist und auf unsere angeeigneten Qualitäten verweist, gehen wir anders durch unseren Alltag. Wir lernen, auf der Erfahrungsebene zu translebenskompetent sowohl im Negativen wie im Positiven unsere Aufgabe und unseren Fußabdruck in der Welt zu erkennen.

Paulo COELHO fasst dies in treffende Worte, denen nichts weiter hinzuzufügen ist:

Ich danke allen, die meine Träume belächelt haben; Sie haben meine Phantasie beflügelt.

Ich danke allen, die mich in ihr Schema pressen wollten; Sie haben mich den Wert der Freiheit gelehrt.

Ich danke allen, die mich belogen haben; Sie haben mir die Kraft der Wahrheit gezeigt.

Ich danke allen, die nicht an mich geglaubt haben; Sie haben mir zugemutet, Berge zu versetzen.

Ich danke allen, die mich abgeschrieben haben; Sie haben meinen Mut geweckt.

Ich danke allen, die mich verlassen haben; Sie haben mir Raum gegeben für Neues.

Ich danke allen, die mich verraten und missbraucht haben; Sie haben mich wachsam werden lassen.

Ich danke allen, die mich verletzt haben;

Sie haben mich gelehrt, im Schmerz zu wachsen.

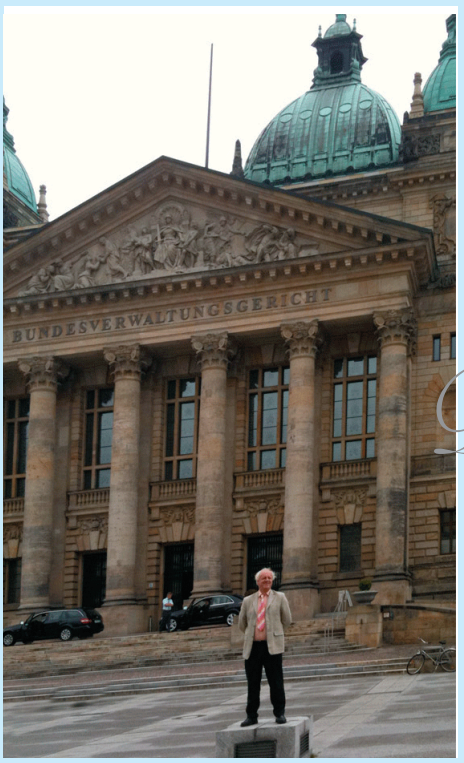
Ich danke allen, die meinen Frieden gestört haben; Sie haben mich stark gemacht, dafür einzutreten.

Vor allem aber danke ich all jenen, die mich lieben, so wie ich bin; Sie geben mir die Kraft zum Leben!

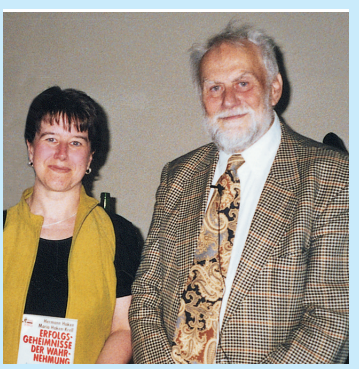
Danke.

Abschlussbemerkung von Bernd Joschko

Danke an Dr. Boris Grundmann. Er hat die Ausbildung zum Synergetik Therapeuten durchlaufen und diese wissenschaftliche Arbeit zur Synergetik Therapie erstellt. Sie entspricht dem Stand von 2010.



Meine Lebensaufgabe war es, die Synergetik von Prof. H. Haken zu entdecken (1976) und die Selbstorganisationstheorie auf die PSYCHE des Menschen anzuwenden und die Synergetik Therapie zu entwickeln.



Danke

1. Vorsitzende des Berufsverbandes der Synergetik Therapeutinnen und Therapeuten e.V. Renate Eymann und Prof. Dr. Hermann Haken (2005)

Danke an das Bundesverwaltungsgericht in Leipzig für die positive Akzeptierung der Synergetik Methode als Heilkunde (2010)

... und an Alle, die mitgemacht haben und sich getraut haben, ihre PSYCHE zu erforschen

Bernd Joschko - Psychobionik Institut am 26. Juni 2021 - mein 70. Geburtstag

Synergetik Basic

