

## **Petra Thielheim - Abschlussarbeit zur Ausbildung in der Synergetik-Therapie B 14/15**

**Synergetik** = die Lehre vom Zusammenwirken = die Lehre von der Selbstorganisation

### **Der Ansatz**

Synergetik, die Theorie der Selbstorganisation, die in den 70er Jahren von dem Physiker Hermann Haaken aufgestellt wurde.

Bernd Joschko, selbst Physiker und Kriminalist, machte sich unter anderem diese Theorie bei der Entwicklung der Synergetik Therapie zu nutze.

Joschkos Ingenieurarbeit als Physiker beinhaltete die Untersuchung von Rohrströmungen bei kleinen Geschwindigkeiten. Er konstruierte eine Luftstrahldüse aus einer Vielzahl Plexiglasscheibchen und veränderte die Anordnung dieser Scheibchen mit dem Ziel der Verbesserung des Strömungsverhaltens. Jede Verbesserung liess er gelten, jede Verschlechterung rückgängig gemacht - er agierte damit entsprechend der Evolution<sup>1</sup>: nur das Beste überlebt. Letztendlich erreichte er mit seinen Versuchen den optimalsten Zustand - egal welche Veränderungen er durchführte, eine weitere Verbesserung war nicht möglich.

---

<sup>1</sup> WIKIPEDIA: Evolution ist in der Systemtheorie ein Prozess, bei dem durch Reproduktion oder Replikation von einem System Kopien hergestellt werden, die sich voneinander und von ihrem Ursprungssystem durch Variation unterscheiden und bei dem nur ein Teil dieser Kopien auf Grund von Selektion für einen weiteren Kopiervorgang zugelassen werden

Der Luftdurchsatz gegenüber dem Ursprungsansatz war um 300% verbessert.

Der nächste Schritt führte zur „Evolutions-Bionik“.

Die Bionik beschäftigt sich mit der Erforschung der „Erfindungen der Natur“, d.h. es wird „gespickt“ - wie macht es die Natur, wie können wir das in unseren technischen Weiterentwicklungen „nachahmen“.

Evolutionsbionik also: Ein selektiver Prozess auf dem Weg zur Weiterentwicklung zur nächst höheren Ordnung.

Nun kam der Kriminalist in ihm zum Zuge, der Profiler: welche Muster, Verhaltensweisen sind für bestimmte Geschehnisse, bestimmte Abläufe verantwortlich. Wo liegen die Ursachen für Fehl-Entwicklungen, die den Menschen von seinem Lebensweg abbringen, ihn auf die „schiefe Bahn“ kommen lassen.

Diese Überlegungen und Erkenntnisse führten ihn Anfang der siebziger Jahre zur Begründung eines neuen Berufes: der Synergetik Therapie.

Welche Fehl-Schaltungen im Menschen führen dazu, dass er sein Potential nicht zu 100% lebt. Welche Miss-Bildungen hindern ihn seine volle Lebenskraft zu entfalten, voll zu sich selbst zu stehen. Wann und wo weicht er von der Optimalentwicklung ab, warum, durch welche Umstände hindert er sich an seiner Weiterentwicklung.

### **Wie nehmen wir wahr - Wie entstehen unsere inneren Bilder**

Im Unbewussten - auf der neuronalen Ebene - nun sind alle Ereignisse unseres Lebens in Form von Bildern abgespeichert. Sie stellen eine Art neuronale Muster

= Energiebilder dar. Übersetzt bedeutet das für uns: In unseren Bildern ist Energie gebunden, wir leben also nicht zu 100% unsere Energie.

Früher ging man davon aus, dass alle Erinnerungen fein säuberlich in Schubladen verstaut sind. Schubladen die fein säuberlich verrammelt und verriegelt gehalten wurden, um „böse“ und „schlechte“ Erinnerungen gut unter Verschluss zu halten, damit sie einen im Alltag nicht einholten, keine Überflutung stattfand.

Erst in den neunziger Jahren stellte die Wissenschaft fest, dass die beiden Hirnhälften des Menschen, die linke und die rechte Hemisphäre, im Laufe der Entwicklung vom Kleinkind zum Erwachsenen unterschiedliche Aufgaben erfüllen.

Die linke Hemisphäre ist für logisches Denken zuständig, steuert Detailwahrnehmung und ist Sitz des Sprachzentrums. Was das rechte Auge sieht, die rechte Hand tut wird in dieser Hirnhälfte zuerst aufgenommen. Die rechte Hirnhälfte arbeitet „ganzheitlich und intuitiv“ - was das linke Auge sieht wird von der rechten Hirnhälfte aufgenommen. Diese Hemisphäre ist zuständig für Kreativität und Wahrnehmung der Gesamtheit, steuert aber auch Wahrnehmung, Emotionen und Phantasie.

(Dies gilt für Rechtshänder - der Linkshänder ist gerade spiegelbildlich angelegt.)

Beide Hirnhälften stehen miteinander in ständiger Kommunikation, arbeiten „synergetisch“ miteinander.

Es findet ein ständiger Austausch von Informationen statt, das mit dem Auge Gesehene wird verglichen mit existierenden Bildern - daraus abgeleitet wird die

Reaktion. All dies mit derartiger Blitzgeschwindigkeit, dass wir mit der bewussten Wahrnehmung davon ausgeschlossen sind.

... wird verglichen mit existierenden Bildern ... daraus abgeleitet wird die Reaktion. Das heisst letztendlich reagieren wir im Rahmen der uns bekannten Muster, unsere Verhaltensweise orientiert sich an unseren Bildern, unsere Bilder sind entstanden aus unseren Erfahrungen.

... ein bestimmter Geruch löst eine Erinnerung in uns aus, verknüpft diesen Geruch mit dem Bild eines Erlebnisses

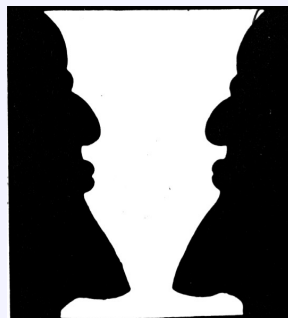
... ein bestimmtes Körpergefühl, ein Geräusch verbindet sich mit dem Bild eines Geschehnisses ...

Unsere Reaktionen werden also von Bildern, von Mustern gesteuert.

Noch einmal zur Verdeutlichung:

Zwei Menschen erleben dieselbe Situation, sehen z.B. einen x-beliebigen Vater oder eine x-beliebige Mutter ihr Kind heftig ausschimpfen - vielleicht weil es im Essen herummanscht, statt sauber und ordentlich mit dem Besteck umzugehen und aufzuessen.

Und jetzt kommt das „Kippbild“. Wer sieht was?



Der eine erkennt im Scherenschnitt zwei *Gesichter* im Halbprofil - der andere sieht stattdessen einen Pokal!

Der eine geht aufgrund seiner Erfahrung mit der Situation locker um, kann darüber hinweggehen

ohne sich davon angesprochen zu fühlen. Er hat diese Situation selbst nie erfahren.

Der andere geht in Resonanz. Er kennt dieses Bild aus eigener Kindheit, spürt die alte Wut in sich hochkommen.

Was ist geschehen? Ein Bild kommt an die Oberfläche, er sieht sich selbst noch einmal in dieser Situation.

Und so geschieht es in unserem Alltag in jedem Moment. In jeder Sekunde geschehen Dinge um uns herum - wir nehmen es wahr, registrieren... und gehen darüber hinweg, es trifft uns nicht. Oder wir gehen in Resonanz, etwas spricht uns an... hier wird uns etwas „gespiegelt“, wir erkennen uns selbst wieder.

Wir leben in diesem Moment unser Muster, unsere Schattenanteile.

Gehen wir mal auf der Zeitschiene ein Stück zurück:

Noch im 19. Jahrhundert war es, wie in Schriften von u.a. .... Nachzulesen ist, eine Selbstverständlichkeit den Menschen als die Ein-heit von Körper Geist und Seele zu begreifen. Erst mit zunehmender Forschungsarbeit wurde der Körper als der einzig greifbare, fassbare, „materielle“ Teil des Menschen in den Vordergrund gestellt, die Ein-heit auf das Zusammenwirken der Abläufe in der Materie geschrumpft.ü

In unserer Zeit war verloren gegangen dass letztendlich alles - nicht nur der Mensch, auch die Tier- und Pflanzenwelt, die Erde, das Wasser, die Luft - dass dies alles die Ein-heit ist, dass dies alles eines höheren Ursprungs ist. Und nur wir aus unserer heutigen Sichtweise uns darauf konzentrieren das Molekül zu sehen, das Atom, die kleinste Einheit und den Zusammenhang mit der gesamten Ein-heit völlig aus dem Blickwinkel verloren haben.

Langsam hat ein Wandel begonnen. Mehr und mehr erweitert sich wieder unser Horizont, beginnt der eine oder andere zu erkennen, dass alles einen Ursprungs ist.

Und so mehren sich die Erkenntnisse, dass auch der Mensch nicht nur aus Einzelteilen wie Organen besteht, dass er nicht mal eben in die „Werkstatt zu Inspektion“, sprich zum Arzt geht sich von Symptomen befreien zu lassen. Denn was ist ein Symptom? Ein Begriff aus dem griechischen „symptoma“ „Begleiterscheinung“

Das Symptom ist also letzt endlich nichts anderes als der äussere Ausdruck, das äussere Zeichen eines viel tiefer liegenden Geschehens. Das Symptom ist es, das dieses Geschehen sichtbar macht. Und die Schulmedizin tut nichts anderes als dieses äussere Erscheinungsbild - das eigentlich nur den Aufschrei der Seele zum Ausdruck bringt - zu korrigieren, bekämpft den äusseren Zustand und unterdrückt die innere Wahrheit.

Aber, wenn ich den Zeiger meiner Uhr zwei Stunden zurückdrehe auf 10 Uhr, um ein wenig Zeit zu gewinnen ... es bleibt trotzdem 12 Uhr ... es ist eine Illusion, damit etwas geändert oder gewonnen zu haben, ein Selbstbetrug!

Und so schlucken wir eifrig Tabletten und Tropfen ... ändern aber nur die äusseren Anzeichen, das Symptom, unterdrücken den Schrei der Seele, solange

wir nicht bereit sind uns mit unserer inneren Wirklichkeit auseinanderzusetzen.

Es gibt noch einen weiteren Aspekt: wir sind in eine Welt des Getrennt-seins eingetreten um auf dieser Welt die Dualität zu erfahren.

Jeder aufmerksame Beobachter sieht und weiss: Kleinkinder leben in einer anderen Welt, haben eine andere Wahrnehmung, sind noch verbunden mit einer anderen Energie. Erst mit dem Heranwachsen, mit dem Einsetzen gesellschaftlicher Konditionierung erfahren sie das Getrennt-sein, erst an dieser Stelle setzt Polarität ein, die Unterscheidung zwischen „gut und böse“.

Und so ist es zwangsläufig, dass der Grundstein für unsere Prägungen im häuslichen, im familiären Bereich zu finden ist, dass hier die Grundlage für unsere Schattenanteile, unsere Abspaltungen bis hin zu Teilpersönlichkeiten - autonom agierenden Persönlichkeitsanteilen - gelegt wird. Die Muster sind also Teil unseres Entwicklungsprozesses.

*„Entwicklung ist die Entfaltung eines zweckhaften Ganzen in Auseinandersetzung mit anderen zweckhaften Ganzen. Es handelt sich um einen irreversiblen Differenzierungsprozess, an dessen Ende Mündigkeit (Selbständigkeit, Lebensausstattung, Identität) steht (stehen soll).“*

*„Lernen (jede durch Umwelt- oder Erfahrungswirkung provozierte Verhaltensänderung) wird durch Erziehung (= alle Einwirkungen, die Menschen zum Lernen veranlassen) in Gang gesetzt und erfolgt durch direkten Umweltkontakt, durch unbewusste zwischenmenschliche Einwirkungen (Funktionale Erziehung) oder durch bewusste, gezielte Maßnahmen (Intentionale Erziehung)“ (aus: Psychologie-Kompodium*

members.chello.at/thomas.knob/PSYSTOFF2.htm#DEFINITIONEN)

Richtig Entwicklung ist die zweckhafte Auseinandersetzung mit anderen zum zweckhaften Ganzen. Richtig Lernen ist durch von aussen provozierte Verhaltensänderung.

Aber in einem irrt der Psychologe. Die Erfahrung als solche ist nicht irreversibel - unumkehrbar!

(Wobei auch die Psychologie auf dem Weg der Weiterentwicklung in klinischen Forschungen psychosomatische Zusammenhänge bei Krankheiten zu untersuchen beginnt).

Und hier nun setzt die **Synergetik Therapie** an:

Auf dem Weg zur Evolutionsbionik ist es zunächst ein Konglomerat - das Zusammenfügen unterschiedlichster Ideen und Erkenntnisse.

In den bisherigen Therapierichtungen wird mit der Schulung des positiven Denkens, der Hypnose, der Visualisierung und vielem anderen mehr gearbeitet - innere Bilder werden sichtbar gemacht.

Die Synergetik Therapie geht nun den entscheidenden Schritt weiter. Sie beschränkt sich nicht auf die Sichtbar-Machung. Hier werden die Bilder bearbeitet, verändert, gekippt - wir werden zu einem neuen Bewusstsein geführt.

**Die Tiefenentspannung:**



Synergetik arbeitet im Alpha-Zustand, d.h. das Gehirn arbeitet statt mit der normalen Tages-Bewusstseinsfrequenz von 11-30 Hz auf einer niedrigeren Frequenz von 8-10 Hz. Dieser Zustand bewirkt, dass du jederzeit bei vollem Bewusstsein bist, aber dennoch Zugang zu deinem Unbewussten, zum Eingang zur Seele, hast und damit in die Lage versetzt bist Zugang zu deinen inneren Bildern zu erreichen. Du gehst also in das Zentrum deiner grössten Kreativität, zu deinen Energiebildern.

### **Die Energiebilder**

Du kennst diese Art von Bildern - es sind die Träume. Mit Träumen erhältst du Signale vom Unbewussten, die jedoch von uns oft nur sehr schwer zu deuten sind, weil du die Wertigkeit der Symbole oder symbolischen Bilder nicht deuten kannst.

Ich denke auch dir ist bewusst, dass all deine Handlungen und Taten vom Unbewussten stark beeinflusst sind, dass du dem Unbewussten unterliegst. Denke nur einfach an Streitigkeiten zwischen zwei sich nahe stehenden Menschen. Der eine pocht auf sein Recht, lässt den anderen nicht zu Wort kommen, setzt sich über alle Formen der Höflichkeit hinweg. Was hier aus ihm spricht ist sein Schattenanteil.

### **Die Bearbeitung der Energiebilder**

Im Alpha-Zustand kannst du nun diese inneren Bilder, diese Schattenanteile bearbeiten.

Ich, die Therapeutin bin ein Reisebegleiter - gebe Anregungen, „zieht Scheibchen“, mache Vorschläge z.B. dir von inneren Instanzen helfen zu lassen,

wenn die Reise zum „inneren Ich“ mal ins stocken gerät.

Mit leichter Musikuntermalung wird ein Entspannungstext vorgelesen, der - als Hilfestellung - zu einer Treppe ins Unbewusste führt. Oft tauchen Keller und finstere Gänge auf, viele nicht eben einladend und doch ist es die Welt deiner Energiebilder.

Du gehst Stück für Stück noch einmal in die vielfältigen Bilder, die dich geformt, zu deinen Mustern geführt haben.

Du gehst zurück auf der Zeitschiene, stehst noch einmal vor dem Bild „Mutter hat mich ungerecht behandelt“, „mein Mann hat mich damit böse gekränkt“, „mein Vater hat mich nie geliebt“, „meine Geschwister wurden immer bevorzugt“, „ich bin nicht gewollt“, „ich kann den Tod meines ... nicht überwinden“, „ich kann die Bilder dieses Unfalls nicht vergessen“ ... erlebst noch einmal diese ganz konkrete Situation, erlebst die Gefühlskälte der Mutter, gehst weiter zurück bis zur Entstehung dieser Gefühlskälte, bis zu den Grosseltern und weiter Du gehst zurück auf der Zeitschiene „wo ist meine Krankheit entstanden, welche meiner Bilder haben dazu geführt“, „wo ist meine Erfolglosigkeit entstanden“, „warum hab ich kein Glück mit den Männern“, „warum halte ich ihm den Rücken frei“ ... egal was, die Liste kann endlos fortgeführt werden - jedes deiner Negativ-Gefühle ist an irgendeiner Stelle in deinem Leben entstanden, ist ebenso ein „Symptom“ (nur würden du eben nicht unbedingt die Idee haben, Gefühle mit Tabletten zu bekämpfen).

### **Rückkoppelung, Chaos, Musterkipfung und Selbstorganisation**

... und jetzt, in deiner Innenwelt bist Du befähigt diese Bilder, dieses Gefühl im Ursprung zu ändern, dich zur Wehr zu setzen, befähigt dieses Bild zu zerstören,

einen neuen Kontext zu schaffen - dieses Muster in dir zu kippen. Du gehst in Rückkoppelung zu den Bildern, Du sprichst Sie direkt an, gehst in direkten Austausch

Wie das funktioniert?

Es geht hierbei nicht um Verstandesarbeit, sondern einfach nur darum den inneren Impulsen, deiner inneren Weisheit zu folgen, in direkte Rückkoppelung zu gehen.

Das heisst es geht nicht um ein Betrachten von Bildern, sondern um direkte Auseinandersetzung. Du sprichst die Bilder, die Personen direkt an, Du beobachtest ihre Reaktionen, Du hörst ihre Antworten, Du nimmst Deine eigenen Gefühle aber auch die deines Gegenübers wahr, du schlüpfst in ihre Rolle, siehst die Welt aus ihren Augen, Du nimmst Dich selbst in Deiner verletzten Situation wahr, betrachtest die Welt aus Deinen Kinderaugen.

Du nimmst alle Helfer, die dir auf deiner Innenreise zur Verfügung stehen - ob es Symbolfiguren sind wie der weise Mann oder die weise Frau, ob es der innere Löwe als Symbol deiner Kraft ist, ob du Boten oder Schutzengel anrufst, um dir den Weg zur Entstehung zu weisen und bei der Auflösung des Musters behilflich zu sein -

... mit Geräuschen von Detonationen wirst Du Mauern sprengen ... um dahinter eine Welt der Reinheit und des Friedens zu finden,

... den Chef für seine Ungerechtigkeit beschimpfen.. und im nächsten Moment die Gehaltserhöhung nicht nur verlangen sondern auch noch bekommen

... mit dem Schlagstock das Bild des lieblosen Ehemannes zerschlagen... du wirst den verprügelten Mann liebevoll in die Arme schliessen und endlich .....

Du gibst Dir Raum für deine Gefühle, heulst Rotz und Wasser, lachst bis zur

Atemlosigkeit ... und all das fast im selben Atemzug.

Du wirst selbst erkennen, wie sich die Geschehnisse aneinander gereiht haben, wie immer wieder dasselbe Muster gegriffen hat, du immer wieder dieselben Verhaltensweisen an den Tag gelegt hast. Und damit dass du dies erfährst, in deiner Innenwelt erlebst, wirst du nicht nur das Bild in deiner Innenwelt verändern - du wirst es auch „draussen“, im realen Leben erleben wie du dich, deine Ausstrahlung sich verändert, wie deine geänderten Verhaltensweise sich auf andere auswirkt, sie dich mit anderen Augen wahrnehmen.

Was ist geschehen? Wir haben Chaos angerichtet. Wir haben Energien freigesetzt. Du bist nicht länger das Opfer.

Die energetischen Bilder bislang gültiger Leitsätze sind ins Chaos gestürzt. Deine bisherige Informationsstruktur gerät ins Wanken. Die Evolution fasst, Selbstorganisation setzt ein, die Neuordnung beginnt.

Du hast jetzt diese mühevollen Reise zur dir gemacht. Du hast ein Bild deiner Innenwelt, deiner Realität verändert.

Und du wirst dich fragen: hab ich mir eine Illusion geschaffen? Wir prüfen das gemeinsam.

Wir gehen zurück zu deinem Eingangsbild - z.B. dem düsteren Kellerraum mit seinen Geheimnissen. Und du wirst diesen Raum völlig verändert wieder finden. Das dunkle, muffige Gewölbe hat sich verändert, ist ein lichter Ort geworden der dich willkommen heisst.

Oder: Deine Sitzung hatte das Thema berufliche Erfolglosigkeit. Wir gehen auf der Zeitschiene vorwärts und prüfen wie Dein Terminkalender in einem halben Jahr aussieht. Wie Dein Bankkonto aussieht.

### **Eigenverantwortung und Handlungskompetenz**

Du wirst eine neue Energie spüren! Deine Energien sind gebunden indem du dich in konditionierten Mustern bewegst, indem du nicht dich selbst, dein eigenes Potential lebst. Jedes Aufdecken anerzogener Verhaltensweisen führt dich ein Stückchen weit zu dir selbst, zu deiner inneren Kraft, zu Deiner Handlungskompetenz. Du bist nicht mehr länger gefangen in deiner „Opferrolle“, du bist frei die Verantwortung für dich selbst zu übernehmen.

Denn was ist Wirklichkeit? „Ich bin der Schöpfer meiner Realität“. Indem ich mich von meinen Negativ-Bildern befreie, meine Wahrnehmung verändere, schaffe ich mir meine neue Welt.

Denn alles ist deins, deine Innenwelt, deine Wirklichkeit, die du dir erschaffen hast

Es gibt keinen Grund vor einer Sitzung, seinen inneren Bildern Angst zu haben. Die innere Weisheit wird dich immer nur so weit führen, wie du „reif“ bist, nur so weit wie du es ertragen kannst. In weiteren Sitzungen wird sich dann Schicht um Schicht lösen, dich zu weiteren, tieferen Erkenntnissen führen.

### **Schlussbetrachtung**

Aus der Chaosforschung ist bekannt, dass die Dynamik eines Systems

empfindlich von den Anfangsbedingungen abhängig ist, eine langfristige Entwicklung also nicht linear verläuft, nicht vorhersehbar ist.

Das oft genannte Beispiel: „*Der Flügelschlag eines Schmetterlings im Amazonas-Urwald kann einen Orkan in Europa auslösen*“

Übersetzt auf die vorangegangenen Betrachtungen:

Wir alle treten mit den gleichen Vorbedingungen in diese Welt - aber unsere weitere Entwicklung steht in Abhängigkeit zu den Anfangsbedingungen, zu Einflüssen aus unserer Umgebung in unseren frühesten Tagen, in Abhängigkeit zu traumatischen, „unvergesslichen“ Erlebnissen. Der Mensch als komplexes System passt sich an.

Die Prägungen durch diese Anfangsbedingungen verstärken sich im Laufe unseres Lebens exponentiell<sup>2</sup>, d.h. aus den Mustern der Anfangsprägungen wachsen ständig neue Verhaltensmuster, bis wir gefangen in uns selbst im Rahmen dieser Muster „funktionieren“, aber nicht mehr uns selbst leben.

Die Befreiung aus dieser Situation kommt dem Aufstieg des Phoenix aus der Asche gleich.

Nach der Fabel ist dieses mythische Wesen in der Lage zu verbrennen und aus seiner Asche neu zu erstehen.

Eine andere Form der Fabel besagt: In der Spätantike wurde der Phönix dann zum Symbol der Unsterblichkeit, da er die Fähigkeit hatte, sich zu regenerieren, wenn Feinde ihn verwundet hatten. Der Phönix hat heilende Tränen. So sagt man, dass Wunden sich schließen, wenn er seine Tränen darauf vergießt.

---

<sup>2</sup> WIKIPEDIA: Das Wachstum oder die Abnahme (auch Zerfall oder negatives Wachstum) eines Bestandes wird als **exponentiell** bezeichnet, wenn sich der Wachstumsvorgang durch eine Exponentialfunktion beschreiben lässt. Dies ist genau dann der Fall, wenn sich der Bestand pro Zeiteinheit nicht um einen festen Wert ändert (lineares Wachstum), sondern um einen festen Prozentsatz.

Indem ich also mit Hilfe eines synergetischen Prozesses die bisherigen Ordnung ins Chaos stürze, sie hinter mir lasse, verbrenne bin ich in die Lage versetzt „aus der Asche neu zu erstehen“, oder eben - im Rahmen der Evolutionsbionik - mein Leben auf der nächst höheren Ebene neu zu kreieren.

April 2007