

# Synergetik Therapie

von Bernd Joschko

Die Synergetik Therapie wurde 1988 von Bernd Joschko definiert. Sie stellt eine „Anleitung zur Selbstheilung“ dar. Schon Ende der siebziger Jahre sammelte der Physik-Ingenieur zahlreiche Erfahrungen mit Selbsterfahrungstherapien und ganzheitlichen Therapieansätzen. In der Entwicklungsphase der Synergetik Therapie begann er, die wirkungsvollsten Aspekte in Bezug auf Entwicklung und Heilung eines Individuums in Einzelsitzungen (in Tiefenentspannung) kreativ zu kombinieren, um den Energiefluß zu erhöhen. Dabei entdeckte er schon sehr bald den „Selbstorganisationsprozeß auf der Informationsebene“, d.h. alle Erinnerungs- und Symbolbilder stehen in ständiger Wechselwirkung und bilden Muster. Werden einzelne Bilder verändert, ändern sich auch gleichzeitig die Beziehungen der Bilder zueinander. Die Anordnung aller Beziehungen untereinander - die Energiebildstruktur der neuronalen Matrix - repräsentiert die Struktur von Krankheiten. Diese wird durch die methodische Arbeitsweise der Synergetik Therapie gezielt durch Selbstorganisationsprozesse aufgelöst. In den letzten 5 Jahren konnten dahingehend umfangreiche Erfahrungen - auch mit schwerkranken Menschen (z.B. Krebs, MS, Schuppenflechte, Asthma, Epilepsie, AIDS) gesammelt werden. Sie führten zu der Arbeitshypothese, daß sich jeder Kranke nur selbst heilen kann - wenn er seine abgespeicherten Erlebnisse aktiv verändert. Dabei braucht er die Unterstützung eines erfahrenen Helfers.



In der Synergetik Therapie werden die von Hermann Haken gefundenen Naturgesetze der Synergetik - der Lehre vom Zusammenwirken - angewandt. Der Physikprofessor und Mathematiker Haken entdeckte in seiner Lasertheorie das Selbstorganisationsprinzip und konnte dieses auch mathematisch nachweisen. Schon vor Hermann Haken wurden zwei Wissenschaftler für die Entdeckung des Selbstorganisationsprinzips mit einem Nobelpreis ausgezeichnet.

Leben beinhaltet immer Organisationsmuster und auch das Gehirn kommuniziert als ein riesiges, verwobenes Netzwerksystem. Schon vor 50 Jahren tauchte die Idee der Selbstorganisation in der Gehirnforschung auf. Der Gehirnwissenschaftler Maturana z.B. hält die Wahrnehmungsleistung des Gehirns für selbstorganisierend - ständig werden neue Beziehungen innerhalb des neuronalen Netzwerkes hergestellt. Der Physikingenieur Joschko übertrug erstmals die Prinzipien der synergetischen Mustererkennung auf die in Tiefenentspannung auftretenden inneren Bilder. Damit gibt er dem kranken Menschen eine Möglichkeit an die Hand, in der eigenen Psyche Selbstorganisationsprozesse auszulösen, die gleichzeitig zu Selbstheilungsprozessen des Körpers führen. Die dabei notwendigen synergetischen Gesetzmäßigkeiten sind die Überführung der Anordnung der Energiebildstruktur in ein deterministisches Chaos, d.h. sie müssen nur aktiv destabilisiert werden. Es darf nicht zielorientiert gearbeitet werden - es dürfen keine wünschenswerten positiven Bilder installiert werden. Die Auffindung der krankmachenden Bilderstrukturen erfolgt nach den von Haken gefundenen Gesetzmäßigkeiten der Mustererkennung. Sie werden in einem freilaufenden assoziativen Suchprozeß gefunden.

In nun mittlerweile 10-jähriger Forschungsarbeit wurde das Prinzip der Selbstorganisation von B. Joschko in der Psyche nachgewiesen. Die Psyche eines Menschen ist der Ausdruck seiner neuronalen Matrix, einfacher gesagt seines Gehirns. In Tiefenentspannung können die Gehirnbilder als innere Energiebilder in einem assoziativen Prozeß als Innenweltreise sichtbar gemacht werden. Alle, in der Psyche eines Menschen enthaltenen Informationsmuster wie z.B. Kindheitserinnerungen, Symbol- und Reinkarnationsbilder, sowie Bilder aus dem Kollektivpool und Informationen aus dem Morphogenetischen Feld (Sheldrake) stehen in ständiger Wechselwirkung miteinander und können durch Selbstorganisation in ihrer Informationsstruktur dauerhaft verändert werden. Sie verändern sich zu einer evolutionär höherwertigen Ordnungsstruktur und ziehen Selbstheilung auf der Körperbene nach sich.

Die Heidelberger Schule für Psychosomatik vertritt den Standpunkt, daß es keine Krankheiten gibt, sondern nur kranke Menschen mit der Einmaligkeit ihrer individuellen Erkrankung und ihrer Geschichtlichkeit. Diese Grundannahme nutzt die Synergetik Therapie zur Aufdeckung der im Gehirn des kranken Menschen verankerten fraktalen, neuronalen informationsstrukturen. Verändert nun der Klient eigenverantwortlich unter Anleitung eines Synergetik Therapeuten und unter der Anwendung der synergetischen Gesetzmäßigkeiten alle auftauchenden Innenweltbilder, so führt dies folgerichtig zu Selbstheilungsprozessen durch Selbstorganisation. Der Klient spricht dabei die Bilder in der Gegenwartsform an - er erlebt sie noch einmal - und folgt dabei seinen Handlungsimpulsen. Er bekommt nicht vorgegeben, was er zu tun hat, sondern nur Ratschläge als Möglichkeiten zur Veränderung.

Die drei Ebenen Gehirn - Immunsystem - Körper/Organe stehen in ständiger Wechselwirkung miteinander PNI (Psychoneuroimmunologie) und unterliegen ebenfalls dem Prinzip der Selbstorganisation. Betrachtet man diese Tatsache, so wird deutlich, warum in der Synergetik Therapie Symptome als Ausdruck der im Gehirn verankerten Informationsstruktur nicht bekämpft werden dürfen, sondern im Gegenteil dazu genutzt werden, um diese über die Energiebilder sichtbar zu machen und zu verändern. Synergetik Therapie scheint demzufolge geeignet, Krankheitsstrukturen aufzulösen. Das Ziel dabei sind Spontanremissionen, die vom kranken Menschen selbst gezielt erzeugt werden. Zwei wesentliche Punkte bei diesem neuen Selbstheilungsansatz sind zum einen, daß die „innere Arbeit“ nur aktiv vom Klienten selbst durchgeführt werden kann (Stärkung der Eigenverantwortung und der Handlungskompetenz) und zum anderen, daß sie keinesfalls strategisch, d.h. zielorientiert erfolgen darf. Vielmehr muß sie synergetischen Gesetzmäßigkeiten folgen, in denen sich die Erkenntnisse der Chaosforschung integrieren lassen: Eine kleine Veränderung kann eine große Wirkung verursachen und grundlegende Informationsmuster evolutionär verändern.

## Behandlungsablauf

Der Synergetik Therapeut führt keine wie auch immer geartete Form von Behandlung durch. Ein Vorgespräch ist nicht notwendig, kann aber hilfreich sein, damit der Klient seine Wünsche formulieren kann, worauf er den Schwerpunkt der Aufmerksamkeit in seiner Innenweltreise legen will. Zu Beginn der Sitzung legt sich der Klient auf eine bequeme Unterlage. Er trägt eine Augenbinde um seine Aufmerksamkeit nach Innen zu richten und wird dann mittels Text und Musik in Tiefenentspannung geführt. Wenn der Klient sich im Tiefenentspannungszustand befindet, bittet ihn der Therapeut, eine Treppe zu visualisieren, die nach unten führt. Am Fuße der Treppe soll er sich einen Gang vorstellen, von dem Türen abgehen. Mit Geräuschuntermalung von einer CD (Türenquietschen) öffnet er eine freigewählte Tür und beschreibt den dahinterliegenden Raum. Dieses erste auftauchende Symbolbild ist mit Erlebnissen und Gefühlen assoziativ verknüpft. Der Klient folgt dieser inneren Energiestruktur und kann dabei mit allen inneren Zuständen und Bildern in einer freien und konfrontativen Dialog treten, d.h. er spricht alles, was auftaucht direkt und in der Gegenwartsform an. Zur Unterstützung bzw. Provokation kann der Synergetik Therapeut auch Schritte einspielen, um z.B. einen inneren Helfer auftauchen zu lassen.

Durch die innere Konfrontation, die in manchen Fällen auch mit Hilfe eines Dhyandos (Schlagstock) erfolgt, lassen sich Symbolbilder, die Persönlichkeitsanteilen entsprechen und Kindheitsprägungen entspringen, verändern. Kollektivsymbole, wie sie auch schon C.G. Jung beschrieben hat, bleiben im Gegensatz zu den Persönlichkeitsanteilen autonom. Sie werten nicht, lassen sich auch nicht verändern oder beeinflussen. Sie stehen dem Klienten jederzeit hilfreich zur Seite, um z.B. tiefliegende Schockerlebnisse aufzudecken. Die Erscheinungsebenen der Informationsstruktur - innere Bilder (reale Erinnerungen, Phantasiebilder, Symbole, Persönlichkeitsanteile, autonome Instanzen etc.) - Körperempfindungen (Wärme, Kribbeln, Spannung etc.) - Emotionen (Trauer, Wut, Freude etc.) können dabei jederzeit gewechselt werden, um den Energiefluß aufrechtzuerhalten. Dabei geht es immer wieder darum, neue „unlogische“ Handlungen, d.h. Neuverknüpfungen zu machen, um die zugrundeliegende Struktur zu destabilisieren. So kann der Klient z.B. mit seinem heutigen Bewußtsein das Erinnerungsbild als Baby aufsuchen und in den entscheidenden Situationen neu handeln und dem Baby hilfreich zur Seite stehen. Auch abgespeicherte Traumata lassen sich auf diese Weise leicht bearbeiten und auflösen. Diese Prozesse beinhalten dann oft intensive kathartische Gefühlsausbrüche.

Der freilaufende synergetische Suchprozeß reduziert die immense Informationsmenge im Gehirn auf fraktale Informationsmuster und führt diese mit wenigen, aber wichtigen Ordnungsparametern in einen Selbstorganisationsprozeß über. Diese Ordnungsparameter unterstützen die Selbstheilung (z.B. Handlungskompetenz). Sie sind mit den Forschungsergebnissen aus der Psychoneuroimmunologie identisch. So kann die Struktur eines jeden Konfliktes oder jeder Krankheit vom Klienten selbst in einer freifließenden Innenweltreise mit Hilfe des begleitenden Therapeuten deutlich herausgearbeitet werden. Die Strukturkippung erfolgt oftmals sehr einfach, z.B. durch „Farber einlaufen lassen“ in einzelne Energiebilder, die auf diese Weise direkt verändert werden. Der Effekt des „Flügelschlag des Schmetterlings“ aus der Chaosforschung, der beschreibt, daß schon kleinste Veränderungen der Anfangsrandbedingungen große Effekte, d.h. umfassende Veränderungen in der Gesamtstruktur herbeiführen können, wirkt auch in der Musterveränderung der Psyche. Die inneren Erfahrungen der Klienten sind oftmals sehr überraschend und von hoher Intensität. Letztendlich könnte man sie am ehesten mit dem Begriff religio - Rückverbindung beschreiben.

Die Synergetik Therapie arbeitet unter anderem auch mit vorgegebenen Energiebildern, wie z.B. dem „Inneren Löwen“ oder der „Inneren Frau“, dem „Inneren Mann“. Der Klient kann in diese Bilder das eigene Material projizieren und auf diese Weise mit den Themen „Aggression/Durchsetzung“ oder „Weiblichkeit/Männlichkeit“ arbeiten und so bestimmte Fähigkeiten oder Qualitäten trainieren. Die Synergetik Therapie ist ein stark erlebnisorientierter Ansatz, mit dem Ziel, versäumte oder verweigerte Entwicklung gezielt und kurzfristig nachzuholen. Am Ende einer Sitzung begibt sich der Klient noch einmal in das Anfangsbild des ersten Raumes. Dort kann er dann überprüfen, wie dieser Raum sich durch die Selbstorganisation verändert hat: Er ist heller, freundlicher, farbiger, mit mehr Details ausgestattet und wird gefühlsmäßig angenehmer erlebt. Jede Einzelsitzung wird auf Band aufgenommen. Der Klient erhält am Ende der Sitzung eine Kassette mit nachhause. So kann er durch erneutes Anhören des Erlebten zusätzliche tiefe Einsichten gewinnen.

## Anwendungsbereich

Die Synergetik Therapie arbeitet vorwiegend auf der Ebene der inneren Energiebilder und kann nur von eigenverantwortlichen und aktiven Klienten angewendet werden. Sie ist als „Anleitung zur Selbstheilung“ konzipiert und vertritt die Arbeitshypothese, daß nahezu jeder Krankheits hintergrund nur vom Klienten selbst aufgelöst werden kann, mit der Folge, daß auch auf der Körperebene ein Selbstheilungsprozeß in Gang gesetzt wird. Der Synergetik Therapeut hat keine psychotherapeutische Kompetenz. Er bietet auch keinerlei Lebensberatung oder ein wertendes Weltbild mit daraus resultierenden Verhaltensprogrammen an. Seine ausschließliche Kompetenz „beschränkt“ sich darauf, daß er Klienten auf ihrer Innenweltreise begleitet und sie hinsichtlich der Anwendung der synergetischen Gesetzmäßigkeiten unterstützt. Die medizinische Ebene bleibt dabei völlig unberührt; es werden keinerlei Empfehlungen hinsichtlich medizinischer Behandlungen ausgesprochen.

Ein weiteres Arbeitsgebiet der Synergetik Therapie ist der Bereich des Mentaltrainings. Da alle Informationen im Gehirn abgespeichert sind, können kreative Prozesse zur Informationsgewinnung, Problemlösung oder Persönlichkeitsentfaltung auch gezielt per Selbstorganisation in der Innenwelt ausgelöst werden.

## Erfolgsaussichten und Risiken

Die Erfolge jedes individuellen Selbstheilungsprozesses, mit anderen Worten die sichtbaren Ergebnisse sind überwiegend vom Klienten selbst abhängig, d.h. von dessen Bereitschaft, Geschwindigkeit und Intensität in der inneren Arbeit. Die Umsetzung in die äußere Realität des Lebens erfolgt ebenso selbstverantwortlich durch den Klienten. Oftmals sind mit wenigen Sitzungen, die in der Regel ca. 2 Stunden dauern, erstaunliche Erfolge zu erzielen. Da Selbstorganisationsprozesse in evolutionärer Sicht nur positiv, d.h. hin zu höheren Ordnungen - zu mehr Lebendigkeit, Freiheit, Gesundheit und Individualität verlaufen, treten Risiken nicht auf.

