Nr. 46 Mai 1986 DM 5,— C 20356 F

Holgramm

Körpertherapien

Körperarbeit und
Jung'sche Analyse

Wilhelm Reich und New Age

Mystik und Physik

Zentrale Kontaktadresse
für Körpertherapien

DER KLEINE VERLAG MIT GROSSEM PROGRAMM

HERBST '85

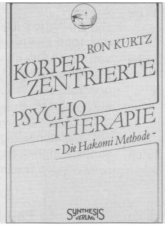
SYNTHESIS VERLAG

Reiki, eine Wiedergeburt aus der jahrtausendealten Tradition des natürlichen Heilens, ist allen Anteilen nach auf dem Weg, sich zu einer Volksheilkunst zu entwickeln. Immer mehr Therapeuten beziehen es in ihr Behandlungsprogramm mit ein oder praktizieren ausschließlich mit Reiki, aber vor allem Laien verwenden es als wirksame Hilfe für ein beschwerdenfreies Leben.

240 S., 35 Abb. DM 28,–

Diese autorisierte Biographie ist die erste Aufzeichnung des Lebens Seiner Heiligkeit seit seiner Autobiographie, und die erste Darstellung des Lebens der vorhergehenden dreizehn Dalai Lamas.

Ca. 280 S., m. zahlreichen, bisher noch nicht veröffentl. Fotos DM 28,–



In diesem Buch verbindet Ron Kurtz in genialer Eigenart philosophisch-psychologische Theorien und therapeutische Erkenntnisse unserer Zeit mit den zeitlosen Inhalten des Buddhismus

320 S., gebunden DM 38,–

Browns Theorie der chronischen Muskelspannung und deren Auflösung führt weit über den körpertherapeutischen Ansatz hinaus zu dem ursprünglichen energetischen Verständnis der höheren geistigen Entwicklung und dem persönlichen Wachstum des Menschen.

336 S., 27 Abb., gebunden DM 39,–

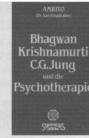
Aus der Backlist (4-Farb- und Sonderprospekte stehen zu Ihrer Verfügung)

320 S., 46 Abb., DM 34,–

152 S., 30 Abb., DM 18,–

180 S., ill., DM 24,–

240 S., DM 24,–



226 S., DM 26,–

217 S., DM 24,–

233 S., DM 24,–

228 S., DM 24,–

156 S., 4-farb., DM 34,–

120 S., ill., DM 16,–

228 S., DM 48,–

240 S., DM 39,–

160 S., DM 18,–

240 S., DM 28,–

Don Johnson · **Rolfing** · Inhalt und Methode dieser Körpertherapie werden dargelegt. 164 S., DM 24,–

Peter Mandel · **Energetische Terminalpunkt-Diagnose** · Die Methode der Kirliandiagnostik. 220 S., 300 Fotos, DM 48,–

Ulrich Sollmann · **Bioenergetische Analyse** · Die fachliche Ergänzung zu allen Lowen-Titeln, 256 S., DM 32,–

Helmut Sieczka · **Ich mag mich selbst** · Affirmationen sind positive und schöpferische Gedanken. 28 S., DM 5,–

Georg Schafer · **Im Reiche des Mescal** · Ein kosmisches Märchen um Schwarzhaar, dem Traumer. 40 S., DM 28,–

Astro-Tafel · Der Weg zur Astrologie · **13-Farbdruck** (DIN A2) m. Begleitheft zur Astrologie u. Harmonik. DM 16,–

SYNTHESIS-VERLAG Siegmar Gerken, Lutterbecks Busch 9, 4300 Essen 1, Tel. 02 01 / 71 88 70 oder 0 88 09 / 5 68

Auslieferungen:	**BRD**	Vereinigte Verlagsauslieferung GmbH. An der Autobahn, 4830 Gütersloh, Tel. 0 52 41 / 8 01
	Berlin	Frank Schickler, Postfach 21 02 29, D-1000 Berlin 21
	Schweiz	Neue Bücher AG, Postfach, CH-8027 Zürich, Tel. (01) 2 02 74 74
	Österreich	Dr. F. Hain, Dr. O. Neurath-Gasse 5, A-1220 Wien, Tel. 2 22 / 22 65 65, Telex 1 34 071

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser,

das letzte Heft hat viel postiven Zuspruch erhalten. Allerdings ist uns ein Fehler unterlaufen, den wir hier korrigieren möchten: In dem Artikel "Die Wiedergeburt der Göttin" hieß es, daß den schweizer Frauen noch immer das Wahlrecht vorenthalten wird. Tatsächlich ist dies nur noch in ein paar wenigen, kleineren Kantonen der Fall, und auf Bundesebene haben Frauen volles aktives und passives Wahlrecht. Die Männergesellschaft tut sich natürlich auch in der Schweiz schwer, die Frauen gleichberechtigt am politischen Leben teilnehmen zu lassen – wie in der Bundesrepublik. Wie wir wissen, hat das viele Gründe. Allerdings ist der Begriff "Gleichberechtigung" auch zweischneidig. Feministinnen meinen deshalb auch, daß "gleich" bedeutet, den Männern gleich zu sein und ihre Politik und Vorstellungen mitzutragen, was ja in vielen Fällen von Frauen gar nicht gewünscht wird. Wenn Frauen sich nur an die von Männern gesetzten Vorstellungen halten, haben sie eigentlich nichts gewonnen. Deshalb ist die Diskussion um Frauen bei der Bundeswehr eine Verschleierung echter Bedürfnisse: nämlich der Abschaffung des Militärs, das ja gerade eine der vielen abseitigen Erfindungen von Männern ist. Frauen sollten aktiv gegen die Militarisierung auf und außerhalb der Erde einstehen, nicht wegen vermeintlicher Gleichberechtigung diesen Wahn noch durch ihre Teilnahme unterstützen!

Nachdem wir in diesem Heft das Thema "Körpertherapie" vorbereiteten, flatterten viele Seminarangebote zu Körpertherapien mit der Post an – obwohl die Leute garnicht wußten, daß wir das Thema etwas ausführlicher behandeln. Wie Ihr wißt und wie es in dem Artikel auch angedeutet wird, stehen wir dem ganzen Seminarangebot kritisch gegenüber. Zum einen wurde hier ein "Markt" geschaffen und und geweckt, zum anderen verdienen manche überdurchschnittlich viel Geld damit. Die andere Seite ist, daß die Veranstaltung von Seminaren oft viel Geld kostet, und die Therapeuten auch ihren Verdienst haben müssen. Hinzu kommt, daß es auch echte Bedürfnisse nach Selbsterfahrung gibt, daß viele von uns durch Erziehung und andere Faktoren ihr ganzes Potential nicht voll entwickeln können und Unterstützung und Hilfe dazu benötigen. Wir meinen also, daß jeder selbstverantwortlich wählen sollte. Der Artikel gibt Euch vielleicht einen Überblick.

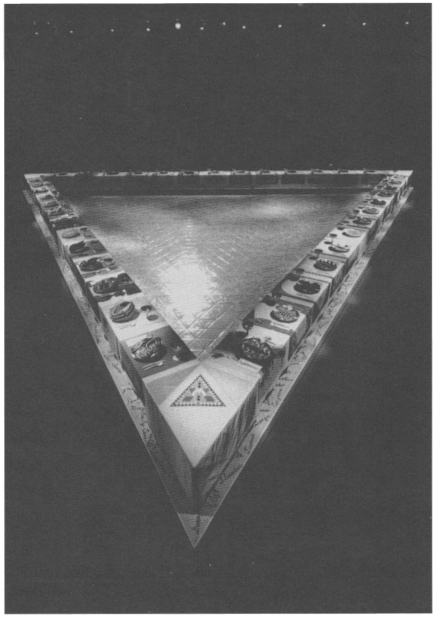
Da das Thema in einem Artikel nicht erschöpfend behandelt werdet kann, wollen wir in diesem Heft und in den nächsten Heften weitere Artikel zu verschiedenen Körpertherapieformen bringen, um noch mehr Informationen zu verschaffen (die Masse an Büchern kann sich ja kaum jemand kaufen!). Wir sind natürlich auch für Artikel aus der Leserschaft (von Therapeuten oder Leuten, die über ihre Erfahrungen berichten) dankbar. Leider sind einige versprochene Artikel für dieses Heft nicht rechtzeitig gekommen.

Wir wünschen einen wunderschönen Frühling!

Magdalena und Bruno Martin

THE DINNER PARTY und das Fest der 1000 Frauen

Damit wir die Reichweite und Schönheit ihres Erbes erkennen... (Judy Chicago)



Da läßt sich in Florenz eine Gruppe junger Leute von einem erstaunten Museumswächter vorbei an den Werken alter Meister in die Hinterzimmer der Uffizien führen, um dort die Bilder einer Malerin des 16. Jahrhunderts zu betrachten. Da durchstöbert eine Frankfurter Künstlerin die Universitätsbibliothek nach den zarten Schmetterlingszeichnungen der Naturwissenschaftlerin Maria Sybilla Merian. Deutsche Musikerinnen bereiten die Gründung des "Clara-Schumann-Orchesters" vor, das selten gehörte Werke zum Klingen bringen wird – die Musik großer Komponistinnen. Wissenschaftler/innen und Laien befassen sich mit den Erkenntnissen mittelalterlicher Ärztinnen und Hebammen, mit den Schriften des Universalgenies Hildegard von Bingen oder mit den programmatischen Reden der Mary Wollstonecraft. Einige, wie die Arbeitsgruppe "Frauen vom See" in der Nähe des Bodensees, entdecken die Geschichte von Frauen ihrer näheren Umgebung. Anderen geht es um die ganz großen historischen Fragen: Hat es tatsächlich Matriarchate, mutterrechtliche Gesellschaften gegeben – und was bewirkte ihren Untergang? Welches uralte Wissen der Menschheit ist mit der Hexen- und Ketzerverbrennung vernichtet worden?

Diese Bewegung des Forschens und Entdeckens ist weltweit und beschäftigt von Jahr zu Jahr mehr Menschen der unterschiedlichsten Herkunft und Einstellung. Von den etablierten Wissenschaften und Kün-

sten wird sie allenfalls geduldet, oft bekämpft, selten gefördert. Sie ist gefährlich, denn sie stellt unser gesamtes Weltbild in Frage, unsere gängige Auffassung von Wissenschaft, Kultur, Geschichte, von dem was wir Fortschritt nennen und was wir für überliefernswert halten. Sie ist heilsam und bereichernd, denn es geht ihr darum, einen weitgehend unbekannten Schatz an spirituellen, musischen und wissenschaftlichen Erkenntnissen und Erfahrungen zu heben, ein Erbe wiederzuentdecken, das zukunftsweisend ist: das Erbe der Frauen.

Ein einzigartiges Kunstwerk hat dafür gesorgt, daß im vergangenen Jahr auch in Deutschland die Zahl derer, die sich mit der verborgenen Seite der Menschheitsgeschichte befassen, sprunghaft angestiegen ist: Das symbolische Gastmahl THE DINNER PARTY, ein sallfüllender, dreieckiger Bankettisch, gedeckt zu Ehren von 39 berühmten Frauen aus Mythos und Geschichte, gewidmet weiteren 999 berühmten Persönlichkeiten, von denen einige, wie zum Beispiel Simone de Beauvoir, noch leben. Schöpferin sämtlicher Entwürfe zu THE DINNER PARTY ist die amerikanische Malerin, Bildhauerin und Performance-Künstlerin Judy Chicago, die von 1974-1979 zeitweise mit einem Team von 400 Frauen und 11 Männern aus aller Welt an der Gestaltung des Werkes arbeitete.

THE DINNER PARTY ist in Entstehung, Form, Inhalt und Ausstrahlungskraft mit keinem anderen Kunstwerk vergleichbar und beweist eindrucksvoll, welche Energien Kunst freisetzen kann, wenn ihr Anliegen die Mauern der Museen und der "Kunstszene" sprengt und viele Menschen in ihrem alltäglichen Fühlen und Denken beschäftigt.

Bereits kurz nachdem Judy Chicago die Grundidee ihres Werkes entwickelt hatte, wurde ihr klar, daß sie Jahrzehnte benötigen würde, um es im Alleingang zu vollenden. Außerdem war es ihr wichtig, andere Menschen in die Forschungs- und Gestaltungsarbeiten einzubeziehen und den Vorgang künstlerischen Schaffens durchsichtig zu machen. So wuchs das Team, das in einer Atmosphäre des Vertrauens und des gegenseitigen Respekts an THE DINNER PARTY arbeitete. Allein 20 Mitarbeiterinnen stellten über Jahre hin die Informationen zu den historischen und legendären Frauen zusammen, die durch ein Gedeck am Bankettisch der DINNER PARTY geehrt oder auf dem Boden des Werkes verzeichnet werden sollten. Die übrigen gingen daran, dieses Wissen nach Plänen von Judy Chicago in Porzellan- und Textilarbeiten umzusetzen: Jeder der 39 Teller und Läufer erzählt in vielen Farben und Symbolen und Motiven vom Leben der Frau, der er gewidmet ist. Dabei bedient sich Judy Chicago einer Symbolsprache, die weiblicher Körper- und Lebenserfahrung entspricht. So kehrt auf fast allen Tellern das in unserer Gesellschaft immer noch tabuisierte Motiv der Vulva wieder, gestaltet in Form eines Schmetterlings, der allmählich reliefähnliche Gestalt annimmt und sich von der Telleroberfläche löst, das heißt: sich befreit. Die Themen Geburt und Tod, frühe Göttinnen und Christentum, Verfolgung, Macht und Entfaltung der eigenen Fähigkeiten klingen an. Fast vergessene Techniken des Spinnens, Webens und Nähens – seit Urzeiten Tradition der Frauen, mit tiefem mythologischen Hintergrund, der sich in der Gestalt der Schicksalsgöttinnen (Nornen, Parzen) darstellt – wurden wiederentdeckt.

Ein Gang um den großen (15x15x15 Meter) DINNER-PARTY-Tisch ist eine Wanderung durch 3000 Jahre Menschheitsgeschichte, wie sie bisher nicht aufgeschrieben wurde: Vom ersten Gedeck, das dem weiblichen Schöpfungsprinzip (Primordial Goddess) gewidmet ist, führt der Weg über die Kulturbringerinnen (Ishtar, Sophia) zu Gestalten der Antike (Aspasia, Hypatia), der keltischen Kultur (Boadaceia, Saint Bridget), des Mittelalters (Hildegard von Bingen, Isabella d'Este, Artemisia Gentileschi) nach den USA (Anne Hutchinson, Sojourner Truth, Margaret Sanger) und schließlich in die Gegenwart.

Schon bei der ersten Ausstellung 1979 in San Francisco brach THE DINNER PARTY Besucherrekorde. Tausende fragten sind: Warum haben wir nie von diesen Frauen gehört? Wer bestimmt, welche menschlichen Erfahrungen und Bemühungen in unsere Geschichte eingehen? Viele schickten kleine, ebenfalls textil gestaltete Dreiecke an Judy Chicago, um Frauen zu ehren, die sie an der DINNER PARTY vermißten, so daß im Vorraum der Ausstellung ein großer Wandteppich entsteht, der das Anliegen des Werkes optisch fortsetzt. Andere beginnen mit vielfältigen Forschungen – wie eingangs beschrieben.

Seit THE DINNER PARTY 1985 in London zu sehen war, ist der Funke auf Deutschland übergesprungen – zur Thematik des Werkes finden Vorträge und Gesprächsrunden in Akademien, Universitäten und Schulen statt. In Frankfurt gründete sich der Verein "Die DINNER PARTY in Deutschland e.V.", der die vielen Aktivitäten koordiniert, berät, fördert. In Frankfurt laufen auch alle Bemühungen zusammen, THE DINNER PARTY in Deutschland auszustellen. Viele Museen lehnten dies bisher ab, vorgeblich aus finanziellen Gründen, tatsächlich aber wohl mehr aufgrund inhaltlicher Bedenken: Der kollektive Entstehungsprozeß des Werkes, die künstlerische Aufwertung von Alltagsgegenständen, die weibliche Symbolsprache, die inhaltliche Brisanz sind Zündstoff genug.

Um das Finanzargument zu entkräften und gleichzeitig THE DINNER PARTY für einen Tag lebendig werden zu lassen, lädt Dagmar von Garnier*, Initiatorin des DINNER-PARTY-Vereins, am 7.Juni 1986 in die Alte Oper Frankfurt zu einer ganztägigen symbolischen Begegnung ein: Zum "Fest der 1000 Frauen". Jede Teilnehmerin wird an diesem Tag eine an der DINNER PARTY genannte Frau vertreten und

ihr Werk zum Leben erwecken. Künstlerinnen, Wissenschaftlerinnen, Politikerinnen und mythologische Gestalten von einst werden sich treffen und einen Tag voller Musik und Tanz, kleinen Theaterdarbietungen, Ritualen und vielen Gesprächen erleben. Jede von ihnen zahlt entsprechend den 39 Plätzen der DINNER PARTY einen symbolischen Betrag von 390,- DM ein, um einen DINNER-PARTY-Unterstützungsfond zu gründen. Diese Summe aufzubringen fällt kaum einer Mäzenin leicht – und doch gelingt es jeder, die von dem Anliegen berührt ist, mit viel Erfindungsgabe und mit Unterstützung anderer. Viele haben sich bereits mit Leben und Werk "ihrer" Frau vertrautgemacht – so wird die Kölner Dirigentin Elke Mascha Blankenburg die Komponistin Fanny Mendelssohn-Hensel vertreten und mit einem Frauensymphonieorchester deren C-Dur-Ouvertüre aufführen. Längst nicht alle Beiträge sind so spektakulär, viele werden einfach in kleinen Gruppen über "ihre" Frau berichten.

Schon jetzt zieht das "Fest der 1000 Frauen" die Aufmerksamkeit der Medien auf sich. Sicherlich bedarf es solcher mutigen und phantasievollen Vorhaben, um zu erreichen, daß lange verschüttetes Wissen eines Tages wieder selbstverständliches Allgemeingut wird. Alle interessierten Frauen sind eingeladen, Mäzenin zu sein. Informationen, sowie die Namensliste der DINNER-PARTY-Frauen verschickt der Verein "Die DINNER PARTY in Deutschland", Schneckenhofstr.33, 6000 Frankfurt/M 70 (bitte 4 DM Rückporto beilegen).

Inge Müller

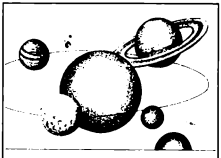
Anmerkung:
* siehe Artikel in Hologramm Nr.28 (Januar 1982): Denn die Weisheit ist beweglicher als alle Bewegung, ein Gespräch mit Dagmar von Garnier.

Gift aus dem Katalysator

Nur scheinbar gut ist, daß die Katalysator-bestückten Autos immer mehr Käufer finden. Zwar benötigen Katalysator-Fahrzeuge kein Blei im Benzin und pusten weniger Stickoxyde in die Luft, aber dafür verseuchen sie die Umwelt mit einem weiteren gefährlichen Gift: *Platin.* Nach Ansicht von Fachleuten genügt schon ein tausendstel Gramm Platin im Abgas, um eine Fläche von einem Quadratkilometer (1 qkm) "in bedenklicher Weise toxikologisch zu belasten". Platin ist seit langem als Störfaktor vor allem des Immunsystems bekannt. Die Gefährlichkeit ist so groß, daß z.B. die amerikanischen Sicherheitsvorschriften der Chemie-Industrie platin-gekoppelte Katalysatoren-Techniken, solange sie in freiem Austausch mit der Atmosphäre eingesetzt werden, absolut verbieten.

Einige US-Forscher fragen sich schon, ob nicht die Immunschwäche-Erkrankung AIDS sowie die wachsende Lungenkrebshäufigkeit (trotz besserer Luft und weniger Raucher) möglicherweise mit auf die großangelegte Einführung des Katalysators zurückgeführt werden kann.

Außerdem erzeuge ein Katalysator im Betrieb (nur dann) eine starke *elektromagnetische Strahlung,* die sich dem gesamten Fahrzeug mitteilt und das erdmagnetische Feld verzerrt. Mittel- oder langfristig könne dies zu biologischen Schäden beim Menschen führen. Fachleute fordern, solange die Situation unklar ist, einen sofortigen Stop des Verkaufs und Betriebs von Fahrzeugen mit Platin-Katalysatoren.
Quelle: Trendwende, J. Uebel, 2862 Worpswede; Raum & Zeit, IV/85, 3007 Gehrden



Astro-Logik

Astro-Computer Service der Buchhandlung HIER & JETZT

Geburtshoroskop
Vierfarbige Kreisgraphik auf DIN A 4 Karton incl. Auflistung aller Faktoren des Horoskops. DM 12,–

Transitliste
Die wichtigsten Transite (Jupiter bis Pluto); Ausdruck für ein Jahr. 10,–

Partnerschaftshoroskop
Direkter Vergleich zweier Horoskope. Übersichtliche, vierfarbige Kreisgraphik 22,–

Ferner Progressionen, Halbsummen, Solare usw. Gesamtprospekt anfordern.
Wir rechnen mit Koch-Häusern, Placidus und 30° gleiche Häuser auf Wunsch möglich.

Wie bestellen?
Per Post, Telefon oder persönlich. Name, Geburtsort- und -zeit angeben.
Versand
Bezahlen im Voraus per V.-Scheck oder Überweisung. Versandkosten der Kreisgraphik 1,30 DM.
Kto.: K. Nebel, Postgiro Hmb. Kto.-Nr. 38381-205

ASTRO-LOGIK
Erzberger Str. 10 - 2 HH 50
040 / 39 57 84

Mystik und Physik

Ist das holographische Weltbild richtig?

Dennis Gabor hatte im Jahre 1947 das mathematische Prinzip der Holographie entdeckt, wofür er später den Nobelpreis bekam. Mit der Erfindung der Laser-Technik konnte die Holographie schließlich praktisch verwirklicht werden. Es ist eine faszinierende Technik: Die mittels Interferenzmustern erzeugten Hologramme speichern Informationen durch das Zusammenspiel von Energiefrequenzen. Diese Interferenzmuster werden im Hologramm so aufgezeichnet, daß sie keine bildhafte Ähnlichkeit mit den dargestellten Objekten haben, denn diese Muster sehen völlig wirr aus; dennoch sind in jedem Teil zahlreiche Informations-Bits über das Gesamtmuster enthalten. In den Raum projiziert wird ein zuvor holographiertes dreidimensionales Objekt ebenso dreidimensional als Lichtobjekt dargestellt, das sogar perspektivisch von allen Seiten betrachtet werden kann.

Schon von Anfang an sahen Wissenschaftler in dieser Technik das Potential für grundlegende philosophische und naturwissenschaftliche Erkenntnisse. Der Gehirnforscher Karl Pribram griff diese Idee Anfang der siebziger Jahre auf, weil es ihm Lösungen für die Informationsspeicherung im Gehirn anbot. Denn er stellte fest, daß trotz Entfernung oder Schädigung von Gehirnteilen alle Informationen weiterhin vorhanden bleiben. Daher kam er zu dem Schluß, daß das Gehirn die Informationen ähnlich wie eine holographische Aufnahme speichert. Auch in der Computertechnologie wird die holographische Informationsspeicherung in naher Zukunft die herkömmlichen Speichertechniken veralten lassen.

Die Idee oder die Metapher des Hologramms hat seit Jahren die philosophische und spirituelle Weltsicht vieler Menschen geprägt. Wir sind in der Lage uns vorzustellen, unser Gehirn sei eine Art Hologramm, die Welt, der Kosmos und alles weitere seien wie in einem Hologramm miteinander verknüpft. Jeder Teil sei ein Ausdruck des Ganzen. Marylin Ferguson faßt die Annahmen vieler Forscher so zusammen: "Unser Gehirn konstruiert aufgrund mathematischer Berechnungen die 'harte' Wirklichkeit durch Interpretationen von Frequenzen aus einer Dimension, die Raum und Zeit transzendiert. Das Gehirn sei ein Hologramm, das ein holographisches Universum interpretiert."

Wie bei allen wissenschaftlichen Annahmen und Theorien regt sich natürlich Widerspruch. Da gibt es einerseits Naturwissenschaftler, welche diese ganze Idee als mystische Fantasie abtun, andererseits aber Mystiker, denen diese Idee wie "Pop-Mystik" klingt. Dazu gehört der Psychologe und Zen-Buddhist Ken Wilber. In dem Buch **Das holographische Weltbild**, das gerade im Scherz-Verlag erschienen ist, hat er alle bedeutenden Köpfe, die sich mit dem holographischen Weltbild beschäftigen, versammelt, darunter Karl Pribram, Fritjof Capra, David Bohm, Karl Pribram, M. Ferguson, John Battista und andere. Ken Wilber selbst kommt auch ausführlich zu Wort, einmal in einem Artikel, in dem er seine Kritik an dieser Idee kurz zusammenfaßt, und ein zweites Mal, wo er im Gespräch mit dem Herausgeber der Zeitschrift "ReVision" auf viele Kritikpunkte und Fragen eingeht.

Ich möchte im folgenden hauptsächlich zwei gegensätzliche Standpunkte aufgreifen: 1. die Thesen von Ken Wilber, weil er die das holographische Weltbild in Frage stellt und 2. Fritjof Capras differenzierte Kritik an Wilbers Interpretation spiritueller Lehren.

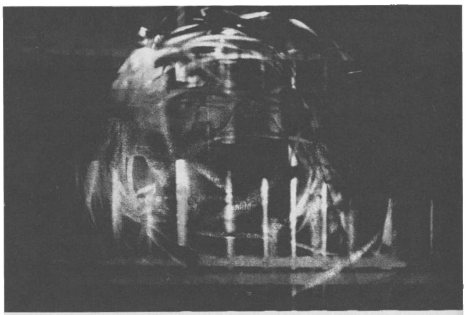
Es sei vorausgeschickt, daß Ken Wilber eine Stufenfolge verschiedener Bewußtseinsebenen aus der "Ewigen Philosophie" benutzt. Diese sind: 1. die materielle Ebene, 2. die biologische, 3. die mentale (Ego, Logik, Denken), 4. die subtile (archetypisch, intuitiv), 5. die kausale (vollkommene Transzendenz) und 6. die absolute (Bewußtsein an sich, die Quelle aller Ebenen). Er schreibt dazu: "Man beachte, daß diese verschiedenen Disziplinen, genauso wie die Ebenen, an die sie sich wenden, hierarchisch sind. So wie jede Ebene des Spektrums ihre Vorgängerin transzendiert, aber einbezieht, so umschließt jedes höhere Studium auch die niederen Disziplinen – aber nicht umgekehrt."

Aus dieser Stufenfolge leitet er ab, daß es zwar eine Ganzheit gibt, insofern alles aus dem Absoluten entsteht und von diesem durchdrungen ist, aber andererseits wird das Absolute oder eine höhere Ebene nicht von einer tieferen Ebene des Seins durchdrungen und beeinflußt. "Manchmal heißt es, die neue Physik sei zumindest mit der mystischen Weltsicht im Einklang. Meines Erachtens können wir leicht zustimmen, daß gewisse Aspekte einiger Interpretationen des mathematischen Quantenformalismus, formuliert man sie in der Umgangssprache, sich ähnlich anhören wie einige Aspekte der mystischen Weltanschauung – nicht in bezug auf die Welt (Ebenen 1 – 6), sondern auf Ebene 1. Durch diesen möglichen Einklang wird die

Einsicht des Mystikers jedoch weder als gültig bestätigt noch erklärt." Ken Wilber kritisiert daher die holographischen (oder holonomischen – wie George Leonard es ausdrückte) Weltbilder als ungeeignet für echte mystische Erkenntnis. An anderer Stelle nennt er dies "pantheistisch", denn es sei eine verschwommene Einheitslehre, die allein darauf beruht, daß das Gedächtnis möglicherweise holographisch gespeichert wird. "Nach Maßgabe selbst dieser Theorie könnte das zu nichts anderem führen, als zu einer Erfahrung der Rumpelkammer des eigenen Gedächtnisses – schön verschwommen und ohne den Vorteil eines linearen Ablesens. Wie jemand den Sprung machen könnte von der Verschwommenheit des eigenen Gedächtnisses zu dem kristallklaren Bewußtsein, das den Geist, den Körper, das Selbst und die Welt transzendiert, das wird nicht deutlich. Es ist ein wilder theoretischer Sprung, vom 'holographisch gespeicherten persönlichen Gedächtnis' zu der Behauptung zu gelangen, 'deshalb sei der Geist aller Menschen Teil eines transpersonalen Hologramms'."

Auch die angebliche Mystik der neuen Physik wird von Wilber hart kritisiert. Für ihn zeigt sie nur die Tatsache von materiellen und physikalischen Energiezusammenhängen, die aber weder das Leben, die Ökologie, die Psychologie noch höhere Dinge erklären und verständlich machen können. Auf die Frage: "Da alle Dinge letztlich aus Elementarteilchen bestehen, hat die Physik (nicht) ein allerhöchstes Einssein gezeigt?" meint Wilber: "Alle Dinge sind eben *nicht* letztlich aus Elementarteilchen gemacht. Alle Dinge, einschließlich der Elementarteilchen, bestehen letztlich aus Gott. Aber Sie erwähnen hier die populärste Version, die in Wirklichkeit eine extreme Form von Reduktionismus ist. Sie ist wohl deswegen so populär, weil sie zum Zusammenbruch der Hierarchie paßt."

Fritjof Capra hält nicht so viel von Ken Wilbers Hierarchie, er sieht den Kosmos eher als eine Stufenfolge von komplexen, verschiedenen Ebenen, die untereinander verbunden und voneinander abhängig sind. "Im menschlichen Organismus haben wir Organe, die ihrerseits aus Gewebe bestehen und diese wiederum aus Zellen. Doch steht jede dieser Ebenen in Wechselwirkung mit ihrer gesamten Umwelt und beeinflußt jede andere Ebene. .. Beim Baum sieht man deutlich, daß er seine Nahrung aus den Wurzeln und aus den Blättern bezieht. Die Sonne ernährt die Blätter, und die Wurzeln holen die Nahrung aus der Erde. Sie kommt also vom Himmel und aus der Erde, wenn man es poetisch ausdrücken will. Beides wird gebraucht, keines ist vorrangig; alle Ebenen wirken in der Umwelt aufeinander ein. Das ist ein viel besseres Vorstellungsbild von der aus vielen Ebenen bestehenden Struktur, die wir in der Natur beobachten. Nun ist es historisch und kulturelle interessant, daß hierarchische Systeme charakteristisch für patriarchalische Kulturen sind. Eine Hierarchie ist immer mit dem männlichen Bewußtsein assoziiert... Sehen Sie sich doch einmal die historischen Hierarchien an. Die Päpste sind Männer, die Bischöfe sind Männer, Gott ist ein Mann, und so fort... Ich bringe das zur Sprache, weil Wilber sagt, alle zur Ewigen Philosophie gehörigen Überlieferungen betonen Hierarchien, was nicht ganz stimmt. Hierarchien werden vor allem von Philosophien herausgestellt, die patriarchalische Überlieferungen sind. So hebt der Taoismus, von dem ich glaube, daß er seine Wurzeln in der matriarchalischen Kultur hat, stets das feminine Element hervor; er kennt keine Hierarchien. Der Hinduismus dagegen kennt sie, ebenso der Buddhismus, der Islam und das Christentum. Es gibt jedoch andere überlieferungen, die keine Hierarchien kennen. So ist es meines Erachtens wichtig zu erkennen, daß hierarchische Strukturen kein Naturgesetz sind, sondern menschliche Konstruktionen."



"Freiheit": Ein Hologramm von Alexander und Hariharan, ausgestellt im Filmmuseum

Fritjof Capras gegensätzlicher Standpunkt zu Ken Wilbers Kritik an dem holographischen Weltbild ist deshalb wichtig, weil es ja nicht nur darum geht, ob die neue Physik, die Gehirnforschung, die Biologie und andere Naturwissenschaften eine falsche Einheit beschreiben, sondern es geht vor allem darum, ob die Metapher vom Hologramm, von einer grundsätzlichen gegenseitigen Durchdringung und Verknüpfung alles Bestehenden nicht nur von oben nach unten, sondern auch von unten nach oben wirkt, wenn wir diese griffigen räumlichen Bilder überhaupt benutzen wollen. Es stellt sich nämlich die Frage, ob der Mensch inner-

halb der Schöpfung überhaupt eine Rolle spielt, ob wir nur Traumbilder einer kalten, absoluten Intelligenz oder im Zusammenspiel mit der Schöpfung von Bedeutung sind.

Nach Ken Wilbers Vorstellung ist das nicht der Fall. "..sie (die Ebenen) wirken aufeinander ein, jedoch *nicht* auf gegenseitige oder absolut gleichwertige Weise, aus dem einfachen Grunde, weil sie nicht gleichwertig sind. Wenn die höheren Ebenen Attribute enthalten, die auf niederen Ebenen nicht anzutreffen sind, dann kann es zwischen ihnen nicht zweiseitige Gleichwertigkeit geben. Mein Hund und ich können auf der Ebene sensorisch-motorischer Wahrnehmung aufeinander einwirken, nicht aber auf der Ebene des symbolhaften Geistes – wir können nicht über Shakespeare diskutieren." Der Gesprächspartner stellt dazu die Frage: "Heißt es aber nicht in den östlichen Überlieferungen, daß *alle* Dinge sich gegenseitig auf vollkommene Weise durchdringen?" "Nein, das ist reine Pop-Mystik. Die tatsächlichen Überlieferungen sind erheblich verfeinerter. Ich nehme an, Sie beziehen sich auf den Hua-Yen- oder Kegon-Buddhismus? ..." (siehe dazu: Suzuki, Ur-Erfahrung und Ur-Wissen). Wilber erklärt kurz diese Philosophie, aber der Gesprächspartner bleibt hartnäckig. "Wie steht es um das Absolute? Ist das nicht an jedem beliebigen Punkt gleich vorhanden?" Wilber: "Es ist, wie ich schon sagte, paradox. Alles am Absoluten ist auf gleiche Weise an jedem beliebigem Punkt, *und* einige Punkte stehen dem Absoluten näher als andere. Die Hierarchie gilt für das manifeste Universum, in dem es Ebenen zunehmender Wirklichkeit (oder abnehmender Illusion) gibt, die zum absolut Wirklichen aufsteigen. Und diese Ebenen wirken nicht eindimensional und auf gleichwertige Weise aufeinander." Für Capra ist Wilbers Theorie irreführend. Seiner Meinung nach werden dadurch "Macht und Beherrschung stärker betont als Komplexität. Die Struktur dieser Ebenen ist letzten Endes davon abhängig, wie wir sie betrachten. Wir haben schon an anderer Stelle festgestellt, daß Strukturen der Materie Strukturen des Geistes widerspiegeln; was auch immer wir anschauen, hängt von unseren Vorstellungen ab. Ich meine, Ken Wilber nimmt diese Ebenen etwas zu ernst. Wenn er sagt 'Es gibt sechs Hauptebenen' dann trifft das zu; doch sind die ontologischen Ebenen wie alle anderen begrifflichen Vorstellungen letzten Endes *Maya*. Die Art, wie wir die Wirklichkeit aufspalten, ist illusorisch und relativ und, wie wir in der Naturwissenschaft sagen würden, nur annähernd." "Also eine reine Arbeitsdefinition, keine unumstößliche Struktur in der Natur?" Capra: "Richtig. Wilber sagt z.B.: 'Physik und Mystik sind nicht zwei verschiedene Wege zur selben Wirklichkeit, sondern verschiedene Wege zu zwei verschiedenen Ebenen der Wirklichkeit.' Das trifft zweifellos zu; letztlich sind jedoch auch diese beiden Ebenen dieselben. Es sind unterschiedliche Aspekte derselben ehrfurchtgebietenden und geheimnisvollen Welt, in der Form Leere und Leere Form ist."

Also doch eine Diskussion um Kaisers Bart? Ich glaube nicht. Das Buch wirft in vielerlei Hinsicht interessante Fragen auf, gibt viele nachdenkenswerte Erkenntnisse, auch über die hier zusammengefaßte Diskussion zwischen zwei herausragenden Denkern hinaus. Was das Buch nicht beantwortet, aber ein Thema ist, das jeden spirituellen Sucher interessieren müßte, ist, inwieweit diese ganze Diskussion über ein neues Weltbild konkreten Bezug zu unserem Leben hat. Auf der politischen Ebene stimme ich Fritjof Capra voll zu, der sagt, daß die Physik dazu beitragen kann, ein ökologisches Bewußtsein zu erzeugen. Ob die Naturwissenschaft weiter Bomben und Rüstung entwickelt oder zu einem besseren und rüstungsfreien Leben auf der Erde mithilft, ist eine entscheidende Frage der richtigen Weltanschauung. Capra meint, wenn der Wissenschaftler das Leben und die Natur als Ganzheit sieht, kann er nicht mehr (jedenfalls nicht mit gutem Gewissen) für die Zerstörung arbeiten. Und es gibt schon eine Reihe von Wissenschaftlern, die dies ablehnen. Es ist zu hoffen, daß diese Diskussion nicht an den anderen vorbeigeht.

Aber auch für unsere persönliche Entwicklung haben Weltbilder entscheidende Bedeutung. Das christliche Weltbild hat z. B. Jahrhunderte Denken und Handeln von Menschen beeinflußt. Jetzt ist es an der Zeit, daß ein neues, ganzheitlicheres Weltbild unser Denken und Handeln beeinflußt, da es, wie Capra sagt, um das Überleben der Menschheit geht. Wir müssen erkennen, daß wir als denkende Menschen Verantwortung für uns selbst und den Planeten haben. Wenn aber die extrem hierarchische Vorstellung von Wilber sich durchsetzen würde, wäre unsere Verantwortung zu sehr vom Einfluß höherer Mächte in der Hierarchie abhängig. Und genau diese Haltung hat in den letzten zwei Jahrtausenden zu unzähligem menschlichen Leid und heute zur Umweltkrise und kapitalistischen (und materialistisch-kommunistischen) Ausbeutung von Mensch und Natur geführt. Immerhin war Ken Wilber als Herausgeber des Buches bereit, auch gegensätzliche Meinungen zu veröffentlichen. Vielleicht gibt er sich fürs erste auch mit einer pantheistischen Weltanschauung zufrieden, wenn diese hilft, ein besseres Leben auf der Erde zu schaffen?

Bruno Martin

Literatur:

Ken Wilber (Hrsg.): *Das holographische Weltbild*, München 1986, Scherz-Verlag

Suzuki, D.T.: *Ur-Wissen und Ur-Erfahrung*, Wien 1983, Octopus Verlag

Capra, Fritjof: *Wendezeit – Bausteine für ein neues Weltbild*, München 1983, Scherz Verlag

Kosmogonie der neuen Physik

Arnold Keyserling

Jedem Mittelschüler sind heute die Grundbegriffe der Naturwissenschaft – Masse, Energie, Information, Quanten, Konstanten und Urknall – selbstverständlich. Doch wenn er versucht, zwischen diesen nachweisbaren Gegebenheiten, seinem Innenleben und der Religion Beziehungen zu schaffen, wird sein Bemühen in das Reich der Spekulation verwiesen, und viele geistige Führer lehnen ein rationales Verständnis, ja die Bemühung dafür grundsätzlich ab.

Doch ein Mensch kann nicht in verschiedenen Welten leben, irgendwie muß die Brücke zwischen innen und außen geschaffen werden, um einen Sinn im Dasein zu finden oder zu schaffen. Abseits von der offiziellen Lehrmeinung haben nun eine Reihe von Naturwissenschaftlern und Bewußtseinsforschern – **Young, Bentof, Lozanof** usw. – Entsprechungen aufgedeckt, die es ermöglichen, einen Zusammenhang von Natur und persönlicher Entfaltung im Modell begreiflich zu machen.

Der Ansatz ist das Werk von **Arthur M. Young**, dem Erfinder des Bell-Helikopters. Er wies darauf hin, daß die Plancksche Konstante *h* nicht ein Energiepaket darstellt, sondern ein "Wirkungsquantum" (quanta of action) bedeutet – also keine objektive Gegebenheit, sondern der zahlenmäßige Ursprung aller Massen und Energien ist, und somit Ausdruck Gottes in der Welt; alle Subjekthaftigkeit läßt sich auf Quanten zurückführen. Gott ist bei **von Cusanus** der kleinste Teil alles Bestehenden. Gott ist aber gleichzeitig auch das All in seiner unendlichen Ausdehnung und damit der Raum, worin die Quanten die Welt erschaffen. Hier deckt sich die physikalische Auffassung mit der indianischen Zweiheit *Wakan-Skwann* oder der chinesischen *Wu Chi – Tai Chi*. Der leere Raum enthält punkthaft unendliche Energie, die sich in allen Richtungen ausdehnt mit der gleichbleibenden Geschwindigkeit des Lichts, *c*. Diese Lichtgeschwindigkeit ist für bewegliche und ruhende Körper gleich: sie ist daher Ursprung des Beharrenden im Wandel, und damit des Bewußtseins, der Information. Nur Wahrnehmer sind Subjekte der Welt, die imstande sind, die Nichtzeit, den Augenblick, zu erleben und zu verwirklichen.

Aus den Quanta entsteht der Mikrokosmos, das All beherbergt den Makrokosmos. Ihre energetische Grundlage sind Elektromagnetismus und Schwerkraft, verbunden durch die gemeinsame Lichtgeschwindigkeit als Ursprung des Beharrens im Wandel, der Invarianz, der Information.

Die Information nun bestimmt das Bewußtsein; es besteht zwischen Wissen und Zufall:

Information (bits) – Zufall
Bewußtsein
Formation (Wissen

Bit bedeutet voraussagbares Wissen: werfe ich eine Münze, so erscheint entweder Zahl oder Bild; diese Wahrscheinlichkeit von 50% nennt man ein *Bit*. Jede Sprache und jede Wissenschaft hat eine bestimmte Anzahl von Voraussagbarkeiten, etwa die deutsche Sprache mit etwas über 3 *Bits*. Mittels dieses Wissens einer Sprache, wozu auch alle Wissenschaften gehören, kann man sich dem Nicht-Festgelegten, der Zukunft und dem Zufall nähern: Information ist also das ewig Neue.

Information vermehrt sich im Wechsel von Null und Eins, Ausdehnung und Zusammenziehen, Beobachtung und Erinnerung im Bewußtsein, deren Richtung beim Menschen im Sekundenrhythmus wechselt.

Somit stehen dem göttlichen Ursprung, dem weißen Loch, die Einzelwesen gegenüber, die imstande sind, höhere Integrationen im Kosmos zu erreichen, wenn sie nicht statisch im Wissen, der Formation, verharren, sondern ewig im Wechsel bleiben: die schwarzen Löcher.

Diese wenigen Daten zeigen, wieso die dichterischen Kosmogonien wie jene der Bibel zu einem Fehlschluß führen, als wäre der Mensch und sein möglicher Lebenssinn Teil einer vorgegebenen 'heiligen Ge-

Gott

Quanta	**c**	**All**
Mikrokosmos	**Kosmos**	**Makrokosmos**
Elektromagnetismus	**Information**	**Gravitation**

schichte', z.B. vom Paradies und Sündenfall über das jüngste Gericht zu einem neuen Paradies. Und dennoch ist ihre mythische Schau richtig, wenn sie in das physikalische Verständnis überführt wird: der Mythos meint vielen nachvollziehbaren Vorgang, der sich aus der Symmetrie unserer Welt ergibt und den als erster **Young** dargestellt hat. Wir werden seine Ausführungen im *Reflexive Universe* durch die makrokosmische Komponente und die Entdekkungen von Bentof ergänzen.

und sie in verschiedener Art zu verwenden. Während die qualitativen Urbestandteile sich auf die Zweiheit zurückführen lassen, gibt es 92 natürliche chemische Elemente.

Das Molekül hat die geringste Freiheit, ist starr als Metall, Salz oder Kristall, und hat absolute Symmetrie. So ist das Licht gleichsam im Molekül gefangen. Andererseits gibt es aber eine schier unendliche Anzahl von Molekülen, der Kombination sind keine Grenzen gesetzt außer jener der Verbindung der Atome im Achterkreis der Wertigkeit.

	Urlicht	
↓ Mikrokosmos	Kosmos	Makrokosmos ↓
Elektromagnetismus	Information	Gravitation
Quanta	c,Gott	All
Photon	Mensch	Galaxie
Proton/Elektron	Tier	Sonne
Atom	Pflanze	Erde
Molekül	DNA ↑	Mond
	Urkraft	

Die äußeren Reihen bedeuten einen Verlust an Freiheit, die mittlere ihre Rückgewinnung.

Die linke Reihe:
Ein Photon hat als kleineste Einheit der Strahlungsenergie eine Ladung von vielen Billionen Volt, bewegt sich mit Lichtgeschwindigkeit, und hat keine Masse.

Protonen und Elektronen haben eine geringere Energie und auch einen geringeren Freiheitsgrad: sie unterliegen dem Gesetz von Abstoßung und Anziehung, bestimmen im Universum den Plasmazustand.

Atome haben eine noch geringere Freiheit, streben nach Aufrechterhaltung ihres Grundzustandes, sind in der Lage Quanten aufzunehmen

Die rechte Reihe:
Makrokosmos ist das All, welches nach der Urknalltheorie zwischen Ausdehnung und Zusammenziehung pulsiert, wobei der Ort der Urexplosion überall war und ist: seine Zeit ist der Augenblick und die Möglichkeit der Dauer, sein Beharren das Bewußtsein und die Lichtgeschwindigkeit, in deren Rahmen alle Massen und Energien entstehen. Der leere Raum hat unendliche Energie, aus welcher die Galaxien entstehen.

Die *Galaxien* spiralen mit Armen, drehen sich um ihre Mitte, und halten das Licht in Schwerkraftfeldern: es wird durch die Schwerkraft gebeugt. So ist die Galaxie der weiteste begreifliche zeitliche Rahmen, so wie unsere Galaxie seit ihrer Geburt 21 Umdrehungen vollzogen hat, sie ist also gerade 'mündig' geworden.

In den Galaxien sind die Zwillingssterne, Sonnen und Planeten, wobei die Sonnen in ihrer Vereinigung der Wasserstoffprotonen zu Helium sowohl die Schwerkraftsmitte als auch das Licht als Feuer erzeugen. So steht die Sonne in Entsprechung zum Plasmazustand der Protonen und Elektronen, enthält aber nur einen Teil der chemischen Elemente, wahrscheinlich bis 26.

Die Sonne dreht sich in unserer Galaxie, der Milchstraße, die Erde um die Sonne. Sie enthält alle Atome, ja es lassen sich sogar künstliche bis theoretisch 116 herstellen.

Aus der Wechselwirkung zwischen Erdoberfläche, Sonne und Mond als Träger und Lenker der Wassermassen im Rahmen der Schwerkraft entstehen die Moleküle in den drei Zuständen fest, flüssig und gasförmig; ihr Gesetz ist der Achterkreis der Edelgase.

Die mittlere Reihe:
Das Wesen des Alls ist Urlicht, *Wakan*. Licht bedeutet bereits die Wahrnehmung durch das Auge; Photonen, die in das Auge eindringen, sterben als solche und erzeugen elektromagnetische Wirkungen. Photonen, Protonen, Atome und Moleküle sind raumhaft, beharren in der Zeit; die makrokosmischen Strukturen des Alls, Galaxien, Sonnen, Planeten und Monde sind zeithaft. Doch im Molekül ist nun der Gegensatz zum Urlicht in der Urkraft erreicht, in der Fähigkeit des Wachstums und der Fortpflanzung der Wesen.

Wesen entfalten sich nach dem Gesetz der Oktave durch Teilung wie in der Mitose – Viren können sowohl kristallin als auch lebendig auftreten. Jedes Wesen ist ursprünglich eine Parzelle des Urlichts und strebt wieder zu diesem zurück. Damit verstehen wir den *Mythos des Falles und der Rückkehr:* erst wenn sich das Wesen mit den Strukturen von Raum und Zeit bekleidet, hat es seine Vollendung erreicht. *Per aspera ad astra* – durch das Dunkel zum Licht, oder:

niedergefahren zur Hölle, am dritten Tage – die Zeit des unsichtbaren Neumondes – aufgefahren gen Himmel, heißt es im religiösen Mythos.

Die DNA teilen sich in ihren Spiralstrukturen wie ein Reißverschluß. Nun beginnt der Aufstieg in die Freiheit: die Pflanze unterscheidet oben und unten, wechselt zwischen Existenz im Samen und ausgewachsener Gestalt, ist auf die Erde bezogen und der Sonne zugewandt.

Das Tier hat neben der Verschiedenheit oben-unten auch jene hinten-vorn, lebt im Zyklus des Essens und Gegessenwerdens aus seinen Motiven und Instinkten, die mit der Erfahrung gekoppelt sind; es hat seinen Platz im Ökosystem und ist in seiner Merkwelt und Wirkwelt beweglich. Gleich den Protonen und Elektronen des Plasmazustandes wird es durch Anziehung und Abstoßung, Lust und Schmerz gelenkt, und kann daher auch von außen manipuliert werden.

Bei Menschen tritt als weiterer Freiheitsgrad die Unterscheidung von rechts und links in den Großhirnhemisphären hinzu, die Fähigkeit, in Traummotiven oder Wünschen und in der Erfahrung der Sinne zu wählen, und damit ebenfalls in der Zeit als Dauer zu beharren, sich mit einer Lebenslinie zu identifizieren.

Doch der Mensch ist seinem Bewußtsein nicht das letzte: seine größte Freiheit ist der Augenblick, das Allbewußtsein oder kosmische Bewußtsein. seine Teilnahme am Sinn, an der Gattung, am Menschen im All, und damit an Gott.

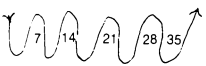
Physikalisch gesehen, das heißt aus der Natur begriffen, ist Gott Urlicht, Urkraft und Urwort. Die Urkraft offenbart sich als das Gesetz der Musik, der Töne und Intervalle, von Rhythmus, Harmonie, Melodie und Resonanz: nur aus dieser heraus, aus den Bewegungen von Kreis und Pendel läßt sich Kraft begreifen.

Reich bezeichnete die Lebenskraft, welche den starken Kräften der Atomkernbildung aus der kosmischen Energie gegenübersteht als *Orgon*, die blaue Energie, die die goldene ergänzt und mit ihr zusammen die weiße und schwarze Energie der Wortwerdung, die Schaffung des wahren Bewußtseins in der Mitte bestimmt. Doch der Schritt von der Physik zum Bewußtsein verlangt eine weitere Komponente, die historisch durch die Mysterienkulte, und wissenschaftlich durch die Erkenntnis der Bewußtseinsstufen und der Rhythmen der Gehirnströme entdeckt worden ist.

Bewußtseinstufen

Urkraft schafft Vielheit, Urlicht Einheit. Vielheit und Einheit vereinen sich im Bewußtsein. Von der Vielheit her ist die Stufenordnung eine aufsteigende Hierarchie der Befreiung. Doch von der Einheit aus sind es Schichten des Bewußtseins. Der Durchschnittsmensch lebt in einer oder zweien von ihnen, der befreite Mensch aber in allen fünfen.

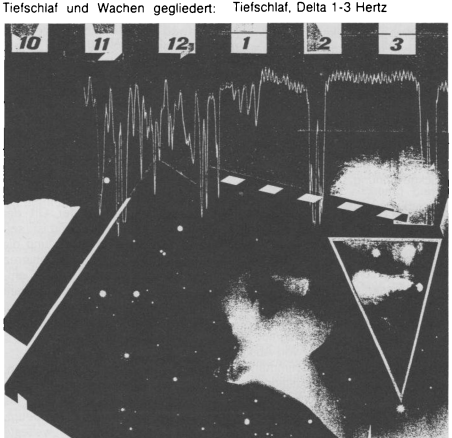
Jede Nacht durchläuft der Mensch im Schlaf fünf Mal die vier Stufen zwischen Wachen, REM-Traum, Visionstraum und Tiefschlaf. Laut **Lozanof** ist das Verhältnis zwischen Tiefschlaf und Wachen gegliedert:



die Traumperioden umfassen bei einem achtstündigen Schlaf 7, 14, 21, 28 und 35 Minuten. Nach jeder Periode kommt man bis zur Schwelle des Erwachens, erhält aber wieder den Auftrag des Einschlafens, oder bleibt dann eine ganze Periode wach.

Jeder der Zustände hat seinen Schwerpunkt in einem anderen Rhythmus als Gehirnstrom, man kann also von außen erkennen, in welchem der Mensch sich gerade befindet:

Sinn 32-64 Hertz
Wachen, Beta 16-31 Hertz
REM, Alpha 8-15 Hertz
Vision, Theta 4-7 Hertz
Tiefschlaf, Delta 1-3 Hertz



Man bezeichnet die neue Physik auch als Gnosis, weil sie wieder den Zusammenhang von Bewußtsein und Erfahrung der Wirklichkeit sucht, ohne letztere durch eine Idiologie zu verdoppeln: das griechische Wort *gnosis* heißt sowohl Erkenntnis als auch geschlechtliche Vereinigung. Die Vereinigung ist der Urrhythmus, der Zugang zur bergenden Urkraft, die Erkenntnis das Finden des Sinnes. Der Sinn hat als Gestaltwahrnehmung eine Schwingung zwischen 32 und 64 Hertz, nur in dieser Geschwindigkeit werden Zusammenhänge zum Einfall, tauchen, wie Bentof sich ausdrückt, in *big chunks*, großen Brocken auf; Mozart schrieb, er habe alle seine Symphonien in gleichsam einem Augenblick erfaßt. Dieses Überbewußtsein ist noch jenseits des Wachens, aber als Intuition jedem erreichbar, der sich darum bemüht.

Die Schichten entsprechen den Weltbereichen, und somit ergibt sich für den Menschen ein Aufstieg durch die Naturreiche bis zum göttlichen Bewußtsein. Im Schlaf geht das Bewußtsein zuerst in die Tiefe der Deltawellen, taucht dann wieder auf. Desgleichen erlebt sich das Wesen zuerst vor der Empfängnis als ein bestimmtes Bild, als Vision mit einer konkreten Bedeutung. Diese tritt ein in die molekulare Welt der Zelle, vereint sich mit der orgonischen Kraft des Schalles: der Abstieg ins Dunkel.

Das Kleinstkind erlebt seine Ichhaftigkeit als die Bedürfnisse, die es überfallen: während im Mutterleib alle befriedigt waren, müssen sie nun durch andere erfüllt werden. So entsteht die Abkapselung des Ichbildes im später sexuellen Bereich. Diese Abspaltung sperrt den Menschen in eine Dreiheit von Stolz, Haß und Streben nach Wollust; buddhistisch der Hahn, die Schlange und das Schwein. Bis zur Geschlechtsreife ist diese Struktur ungefährlich, weil sie im Spiel aus den Träumen gelenkt wird. Doch dann nach dem siebten Lebensjahr handelt es sich darum, bewußt den Rückweg zum Überbewußtsein, zur Gattung oder dem Menschen im All anzutreten.

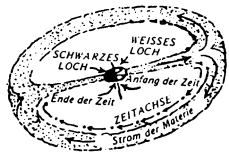
Jedes der Weltbereiche bringt eine andere Bewußtseinsstufe: die Pflanze ist im Samen enthalten; laut **Bentof** ist dies die körperliche Traumwelt, worin der Mensch sich aber nicht in Samenform, sondern eben in der Bildervielfalt erlebt. Wie der Same eine Entelechie (Gestaltungskraft) in sich trägt, drängt auch die menschliche Anlage nach Verwirklichung, zeigt sich als Motivation.

Die nächste Stufe des Tieres ist durch den REM-Traum gekennzeichnet, das dauernde Streben, das mentale Gleichgewicht aufrechtzuerhalten. Der REM-Traum ist nicht nur Wunscherfüllung im Bild, sondern Ergänzung; in einer Fastenklinik träumt man von großen Speisenfolgen. Neurose und Psychose entstehen, wenn der REM-Traum seine Rolle nicht mehr erfüllt und der Mensch sein Leiden auf äußere Umstände oder andere Menschen zurückführt.

Der Zeitrahmen der Motivation ist der Tag: Nachttraum und Tagesablauf sind aufeinander abzustimmen. Der Zeitraum des mentalen Gleichgewichts, der tierischen Bewußtheit ist das Jahr, versinnbildlicht im Tierkreis mit seinen wechselnden Schwerpunkten.

Der Zeitrahmen des Geistes, des menschlichen Bereichs, ist die Galaxie als die Fähigkeit, alle planetarischen Zeitrhythmen – sp die drei Saturnabläufe von 29 Jahren der Generationen (Kind, Erwachsener, Alter), oder den 84jährigen Lebenskreis des Uranus auf die Öffnung gegenüber den Mächten der Geschichte, der Geister und Wesenheiten zu richten.

Das höhere Selbst des Gewahrseins schließlich ist Teil der Gattung, der Liebe, in der allein der Mensch sein gesamtes kosmisches Bewußtsein verwirklicht, und damit sich die Umkehr vollzieht: anstelle eines nur aufnehmenden Wesens, des schwarzen Loches, wird man zum weißen Loch, zum Teil der Schöpfung, die Urkraft und Urlicht im lebendigen Wort vereint. Der wahre Himmel ist nicht 'oben' in einem anderen Größenbereich, sondern zugänglich

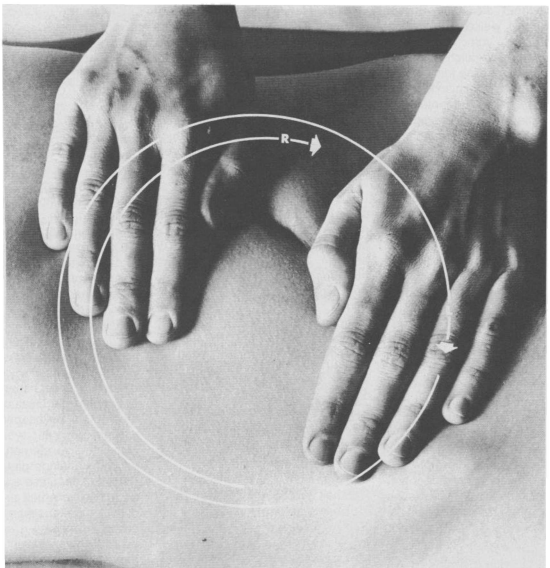


in unserer Vorstellung und kann von jedem erlebbar werden, der die Reflexion des Ichbildes sprengt: Kosmos umfaßt Himmel und Erde.

Die sokratische Philosophie nannte das Erwecken zur vollen Bewußtheit *Maieutik*, Hebammenkunst. Die meisten esoterischen Methoden sind ein Teil der Maieutik, und werden verfälscht, wenn sie psychologisch für die Anpassung an eine Gesellschaft eingesetzt werden, die das wahre Bewußtsein nicht kennt. Aus diesem Grunde haben wir in Wien begonnen, die Gesamtheit der Methoden als philosophisches Handwerk im Sinne der *artes liberales* des Mittelalters zu erlernen: die Anamnese des Lehrlings gibt die Orientierung, und der Geselle wird imstande, sie mit seiner Arbeit zu erproben, um damit vom Menschen zum Mitmenschen zu werden. Und der Meister schließlich verwirklicht keinen höheren Seinszustand – mehr als Mitmensch kann niemand werden – sondern ist imstande, den Weg der Befreiung zu lehren.

Damit erweist sich die neue Physik als Wegwissen im Sinne der Religion, und ermöglicht uns vielleicht, die mythischen und symbolischen Formulierungen in eine logisch-rationale Form zu überführen.

Anmerkung: die Ausbildung zum Gesellen der Maieutik beginnt jährlich im September in Wien, umfaßt etwas 15 Wochenstunden, davon ein Teil an der Hochschule für angewandte Kunst, und mehrere Wochenenden, zu welchen führende Pioniere aus aller Welt eingeladen werden. Sie ist auf 30 Studenten pro Jahr beschränkt, Kosten etwa 300 DM im Monat, die Lehrveranstaltungen folgen dem Zeitplan der Universität.



Körpertherapie

Vor ein paar Tagen brachte mir die Post ein auf Kunstdruck-Glanzpapier mit farbigen Bildern bestückten Prospekt eines neuen Seminar- und Meditationszentrum auf Lanzarote ins Haus. Dieser Prospekt bot nicht nur eine wunderschöne Landschaft und eine moderne Hotelanlage mit Pyramide, sondern auch ein "breitgefächtertes Themenangebot" das von Bibel-Gita-I Ging und Numerologie über Bachblüten-Therapie und Astrologie zu Selbsterfahrungs-Workshops, Fasten, Meditation, Schweigen und allen anderen bekannten spirituellen und therapeutischen Methoden des New Age reichte. Die Veranstalter sprachen davon, daß sie alles tun werden, "um Ihnen Ihren Aufenthalt so angenehm wie möglich zu gestalten".

Das Programm enthielt viele angesehene und erfahrene Referenten (m/f), die sicherlich aus ehrenwerten Motiven für dieses Zentrum arbeiten (und sicher auch gerne die Gelegenheit nutzen, im angenehmen Klima einmal auszuspannen).

Es gibt inzwischen im In- und Ausland eine ganze Menge größerer und kleinerer Zentren, die ein ähnliches Angebot haben. Für einen kritischen Beobachter stellt sich das ganze Therapie-Meditations-Selbsterfahrungs-usw.-Angebot schon beinahe wie ein Volkssport dar. Die Feministin Mary Daly sieht den ganzen Therapierummel als "Sucht", die sie scharfsinnig deutet: "Der Terminus *therapeutisch* kommt vom griechischen *therapeuein*, das heißt 'pflegen, anbeten oder medizinisch

behandeln'. Genau wie sich der Katholik verpflichtet fühlt, regelmäßig die Messe zu besuchen und den Gott der Kirche anzubeten, und genau wie Patienten regelmäßig medizinisch behandelt werden, kehren auch die Klienten einer Therapie immer wieder zurück (in des Wortes direkter und übertragener Bedeutung)." (Mary Daly, Gyn/Ökologie, Verlag Frauenoffensive) Im Verlauf ihrer Analyse sticht die Feministin noch stärker ins Wespennest des Therapismus, der im wesentlichen eine männliche Domäne ist, was die vielen Veröffentlichungen darüber bezeugen; aber sie führt noch einen bedeutenden Grund für ihre Kritik an: "Sich gegen den Triumph des Therapeutischen auflehnen ist eine wichtige Voraussetzung, sich der Transzendenz zu versichern."

Ist eine Therapie überhaupt nötig?

Ihre Kritik, die uneingeschränkt für die Selbstbestimmung von Frauen eintritt, ist, was den Therapismus betrifft, auch für Männer be-denkenswert. Denn nicht nur Frauen unterliegen heutzutage der "Therapiesucht". Doch andererseits ist Befreiung und Transzendenz, das Überschreiten persönlicher Grenzen, bei vielen Frauen und Männern durch psychische, soziale und kulturelle Mechanismen blockiert. Aus diesem Grund können Therapien – wenn sie nicht der Anpassung an geltende Normen oder 'Anti-Normen' dienen – durchaus freimachen von persönlichen Hindernissen, die den Weg zur Transzendenz und Selbsterkenntnis versperren.

Leider verstellt das masssenhafte Angebot von unterschiedlichsten Therapien vielen Suchenden die Sicht. Begriffe wie 'Transaktionsanalyse', 'bioenergetische Analyse' oder 'Kum Nye' – um nur ein paar wenige herauszugreifen – sind für die meisten Laien (und manchmal auch für Therapeuten) wie chinesische Dörfer. Wie das üppige Angebot in den Regalen eines Supermarkts, der die Grundbedürfnisse schlecht und recht befriedigt, aber obendrein auch neue und viele unnötige 'Bedürfnisse' weckt, geht es auch mit dem Seminar-Angebot, das – auch wenn damit teilweise echte Bedürfnisse nach Heilung und Ganzheit abgedeckt werden – nicht ganz ohne Gefahr ist, wie Mary Daly deutlich macht: "Wie die Religion neigt die Therapie dazu, Transzendenz zu ersetzen, jeden Prozeß zu assimilieren/konsumieren, schöpferische Energie abzuziehen, Originalität zu vernichten, Sprünge der Phantasie falsch zu deuten, das Selbst vor Selbst-stärkendem Allein-Sein abzuschirmen. Das Selbst wird zum Betrachter ihrer (seiner) eigenen gefrorenen, karikierten Geschichte. Sie wird in Karteikästen voller falscher Kategorien abgelegt, ver-legt. So eingeordnet, reiht sie sich den Prozessionen derer ein, die sich für die Talfahrt von Bewußtsein und Vorstellungskraft entschieden haben." (aus: Gyn/Ökologie)

Diese – in vieler Hinsicht berechtigte Kritik – sollte einen Anstoß geben, das therapeutische Angebot, über das ich in diesem Artikel einen kleinen Überblick verschaffen möchte, genauer zu studieren; denn jeder Therapeut versichert, seine (ihre) Methode sei der letzte Stand der Erkenntnis und unbedingt notwendig, wenn jemand mit sich weiterkommen will. Wir sollten uns durchaus darüber im klaren sein, daß jede(r) auch die Möglichkeit hat, sich gegen eine Therapie zu entscheiden, ohne das Gefühl zu bekommen, sie/er sei ein minderwertiges Subjekt.

Körper und Psyche

Eine der bedeutendsten Änderungen der Weltanschauung, die vom 'holographischen Paradigma' beeinflußt wurde, war die Wiederentdeckung des Körpers. Der Mensch wird immer mehr als Ganzheit von Körper und Seele (und Geist) erkannt, im Gegensatz zum hauptsächlich christlich geprägten Verständnis der irrigen Trennung von Körper und Geist. Psychologen und Körpertherapeuten entdeckten immer deutlicher, daß sich geistig-seelische Abläufe im Körper widerspiegeln oder sich dort manifestieren. Umgekehrt erfahren sie durch ihre Praxis, daß die Manipulation des Körpers, seiner Haltungen, seiner Muskeln usw. erstarrte psychische Prozesse in Bewegung versetzen kann.

Der Körper besteht aus vielen Schichten oder Ebenen: Von der Zelle und ihren Molekülstrukturen bis hin zu Organen, Geweben, Muskeln, Skelett und der äußeren Gestalt. Das Gehirn und mit ihm verbundene Nervenbahnen sind offenbar die Verstärker und Impulsgeber für das körperliche Sein. Die Wechselwirkung zwischen Nervenimpulsen und allgemeinem Körper und umgekehrt, ist unzweifelhaft. Der Körper ist, wie wir inzwischen wissen, sehr sensitiv; diese Sensitivität hat mehrere Schichten. Unser Körper ist auch das Instrument, mit dem wir unsere Erfahrungen machen, sie sind ohne Körper nicht möglich.

"Der materielle Körper läßt sich also als Instrument sehen, das bestens geeignet ist, mit der physikalischen Umwelt 'wechselzuwirken'. Er wird von 'Körpern' oder 'Feldern' höherer Schwingung durchdrungen, die die Grenzen des Materiellen überschreiten..." verdeutlicht Ithzak Bentof. Der Autor spricht hier an, daß der physische 'Körper' innerhalb oder mit anderen 'Körpern' besteht, die aus einer anderen Energie bestehen oder auf einer anderen Frequenz 'schwingen'. Für viele, die sich mit den spirituellen Wissenschaften beschäftigt haben, ist das nicht neu. Doch im Zusammenhang mit Psychologie bietet diese physikalische Betrachtung ein Erklärungsmuster für psychische Strukturen und Erinnerungen. Es ist auch eine Erfahrung, daß die intensive Arbeit mit dem Körper, ruhende Energien aktivieren und auf sensitivere Ebenen transformieren kann – wie es ja auch umgekehrt geschieht: eine Absicht, den Körper zu bewegen, kann diesen in Bewegung versetzen.

Die Sensibilisierung des Körpers durch Übung, Training, Berührung

weckt auch die Lust am Körper. Denn es ist die erhöhte Sensitivität, die unsere Körpererfahrungen verstärken. Ebenso speichert die Sensitivität oder die sensitive Energie Erfahrungen. Die konzentriertere Energie (nach Bentofs Bild die 'höhere' oder 'feinere' Schwingungsebene) ist wahrscheinlich unser 'Gefühlskörper' oder die Psyche. Es ist deshalb naheliegend, daß eine innere (medizinische) wie äußere Behandlung des Körpers blockierte Energien, die sich im Körper festgesetzt hatten (weil die Psyche ja mit dem physischen Körper 'wechselwirkt'), wieder in Fluß gebracht werden können.

Wenn wir also den Begriff 'Energie' gebrauchen, sollten wir uns im klaren sein, daß 'Energie' unterschiedliche Frequenzen hat; aus der Physik wissen wir ja, daß jede Farbe eine andere Frequenz hat, oder daß sich die Wellenlängen der Farben und die Frequenzen der Töne entsprechen (siehe dazu Cousto: Die kosmische Oktave). So unterscheidet sich auch die Energiefrequenz von Gedanken und Gefühlen von der elektrischen Energie beispielsweise. Elektrische Energie kann von außen gemessen und ihre Wirkungen können gesehen werden. Bei Empfindungen und Gefühlen ist das anders. Sie sind gewissermaßen in uns und können körperlich empfunden werden. Wenn auch die Kirlian-Fotografie Ausstrahlungen des Körpers sichtbar machen kann, wissen wir nicht, auf welchen Frequenzen Gefühle schwingen. Was wir inzwischen jedoch wissen, ist, daß die Körperzellen von unseren Gefühlen beeinflußt werden oder diese speichern.

Das psychosomatische Paradigma geht von der Wechselwirkung dieser Energien aus. Deshalb ist eine Körpertherapie in der Lage, psychische Prozesse anzustoßen, um mögliche Erstarrungen psychischer Energien im Körper, sozusagen eine sensitive Energiestufe tiefer aufzulösen. Trotz umfangreicher psychologischer Arbeit ist den meisten Psychologen aber noch nicht ganz klar, was sie durch ihre Therapie aktivieren. Denn es hat sich gezeigt, wie Sabetti schreibt, daß "Körpertherapien, die Einsicht und Emotionen einbeziehen, oft übersehen, daß es letztlich nicht der Körper ist, der gestreßt oder befreit werden muß; nur auf der physischen Ebene 'sind' wir unser Körper. Die Methode, bei bestimmten Körperpartien anzusetzen, um bestimmte Emotionen freiwerden zu lassen, beruht auf der irrigen Annahme, daß bestimmte Emotionen an bestimmten Stellen gebunden sind. Tatsächlich kann man aber an ein und derselben Körperstelle durch verschiedene Techniken unterschiedliche Emotionen freisetzen." (S. Sabetti, Lebensenergie, Scherz Verlag)

Die Wiederentdeckung des Körpers hat eine Flut von neuen Therapieformen aus dem asiatischen Raum und aus den USA in Deutschland angeschwmmt. Dabei wird meistens vergessen, daß wir auf großartige Körper-Seele-Therapeuten im europäischen Raum zurückblicken können, deren Einfluß maßgeblich an den Entwicklungen in den USA beteiligt gewesen war. Das gewandelte Verständnis des Körpers ist nicht auf einmal entstanden, es hat viele Quellen. Um nur einige Pioniere zu nennen: P. Delsarte, Leo Kofler, Jaques-Dalcroze, G. Stebbins, Schaffhorst und Andersen, Mensendiek, Kallmeyer, Elsa Gindler, R. Bode, F.M. Alexander, H. Medau, R. von Laban, Marie Wigmann, Rosalia Chladek und Gerda Alexander.

Heilung

Ich möchte zunächst den Begriff 'Heilung' unter zwei Gesichtspunkten betrachten: a) Heilung einer psychischen oder körperlichen Krankheit, die sich bereits manifestiert hat, oder b) Heilung im Sinne von Ganzwerdung oder der Entfaltung von schlummernden Anlagen.

Es ist für viele selbstverständlich, daß sie, wenn sie psychisch oder körperlich krank sind oder sich Unwohl fühlen, zum Arzt oder Psychotherapeuten gehen. Unter einem ganzheitlichen Gesichtspunkt wird in vielen Fällen außer einer rein medizinischen Behandlung eine körpertherapeutische und psychotherapeutische Behandlung erforderlich sein. Hierbei kommt es natürlich auf das Wissen und die Erfahrung des Naturheilers und Therapeuten an, welche Maßnahmen er vorschlägt.

Im zweiten Fall, d.h. wenn jemand unausgeglichen, mit dem Leben unzufrieden ist oder 'ganzwerden' möchte, sucht sie/er vielleicht einen Therapeuten oder eine therapeutische Gruppe auf, die ja massenhaft angeboten werden; viele suchen ihr 'Heil' auch in spirituellen Richtungen. Im Rahmen meines Themas gehe ich hier hauptsächlich auf die angebotenen Therapieformen ein, die ein Schwergewicht auf die Arbeit mit dem Körper legen.

Aber zuvor noch eine kritische Anmerkung zu Gruppen: Gruppen haben ihre eigene Dynamik. Ein Vorteil für die Teilnehmer ist es manchmal, mit anderen in einer Gruppe zu arbeiten, weil diese sehr intensiv sein kann; andere Teilnehmer dienen in einer Gruppe als Spiegel für eigene Wünsche und Probleme. Andererseits kann eine Gruppe auch die eigenen Probleme und Bedürfnisse überlagern: es passiert so viel, daß der Teilnehmer gar nicht zu sich selbst kommt. Die Psychoanalytikerin Alice Miller setzt sich deshalb auch sehr kritisch mit dem Gruppenphänomen in der Psychotherapie auseinander: "Sollte es einem Patienten möglich geworden sein, durch die verschiedenen Techniken, z.B. des leeren Stuhls in der Gestalttherapie oder der Gruppensituation in der Transaktionsanalyse oder auch einer familientherapeutischen Sitzung, an die wahren Gefühle seiner Kindheit heranzukommen, dann wird er schnell dazu aufgefordert, einzusehen, daß seine Ängste heute nicht mehr begründet seien, sein Trotz nicht mehr nötig sei, seine Anerkennungsbedürfnisse ja durch die Gruppe längst befriedigt würden – allerdings ohne daß er es merke. Es wird ihm auch gezeigt, daß er seine Eltern nicht nur hasse, sondern auch liebe und daß diese ja auch

nur aus Liebe Fehler gemacht haben. Das alles weiß der erwachsene Mensch schon längst, hört es aber gerne noch einmal, weil ihm das noch einmal hilft, das Kind, das in ihm gerade zu weinen angefangen hat, zu verleugnen, zu beschwichtigen und zu beherrschen. So wird der Therapeut oder die Gruppe oder er selber dem Kind die 'dummen', weil in der heutigen Situation nicht mehr adäquaten (und doch so intensiven) Gefühle ausreden, und das, was die Behandlung hätte bewirken können, nämlich das Erwachen und Reifen dieses wahren Selbst des Kindes, wird durch eine Behandlung, die dem zornigen Kind die Begleitung verweigert, wieder zunichte gemacht." (Alice Miller, Du sollst nicht merken).

Diese Feststellungen sind auch insofern wichtig, weil viele Therapeuten und Gruppenleiter nicht in der Lage sind, den Schmerz und die Wut, die Trauer oder Angst eines Klienten auszuhalten und zu ertragen, weil sie vielleicht selber nie diesen Prozeß nacherleben konnten. Vieles, was unter der Fahne des New Age als Gruppentherapie (oder Einzeltherapie) läuft, beschönigt und unterdrückt oft genug reale Bedürfnisse, wie Alice Miller es gesehen hat.

Körpertherapieformen

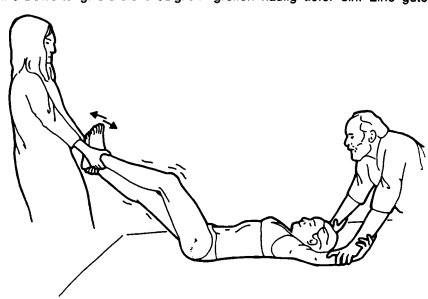
Eine kritische und differenzierte Betrachtung dient ja in erster Linie der Entscheidungsfindung des Lesers. Jede(r) ist mündig und selbstverantwortlich und kann das auswählen, was sie/er für richtig hält. Gehen wir mit kritischem Bewußtsein zu einem Therapeuten, haben wir die Möglichkeit, diese Therapie auch wieder abzubrechen, wenn wir merken, daß sie nicht die Probleme behebt, die wir möglicherweise haben.

Die Körpertherapien, die im folgenden aufgelistet werden, erfüllen unterschiedliche Zwecke. Ich habe natürlich nicht alles ausprobiert; manche Dinge sind mir aber durch Freunde oder aus der Literatur bekannt. Einiges habe ich selbst erfahren. Es geht mir hier nicht um Werbung für irgendwelche Verlage (oder Therapierichtungen, deren zentrale Adressen im Kasten gegeben werden), es geht mir hier um die Information von Euch, den Lesern. Es ist nicht leicht, durch die ganze Vielfalt (und den Wirrwarr) von Angeboten durchzublicken. Deshalb ist es auf jeden Fall sinnvoll, bevor du dich darauf einläßt (weil du es wirklich benötigst), dich erst einmal zu informieren, was dazu geschrieben wird. Erst wenn es wirklich einleuchtend ist, was da so geschrieben steht, sollte man/frau sich probeweise praktisch darauf einlassen. Hier gilt das gleiche wie für spirituelle Disziplinen: "Prüft alles, behaltet das Gute" (Goethe).

Ich möchte zum besseren Überblick die Körpertherapieformen noch etwas einteilen. Diese Einteilung ist keine Bewertung. Sie dient lediglich dazu, leichter zu erkennen, wo der Schwerpunkt der Sache liegt. Wenn ich z.B. energetische Formen anspreche, meine ich damit, daß diese über körperliche Manipulation Energien im Körper aktiviert, aber nicht unbedingt psychologische Prozesse. Medizinische Körpertherapien wie Akupunktur sollen hier nicht aufgelistet werden, da sie mehr unter medizinische Behandlung fallen (wie Kräuter u.a., die ja alle auf den Körper einwirken).

Körperliche Behandlungstechniken wie Gymnastik oder Haltungstherapie sind *körpermotorische* Übungen oder Manipulationen. Es hat sich gezeigt, daß (weil es ja keine Trennung gibt) diese auch emotionale oder geistige Prozesse anregen. Eine gebeugte Haltung kann z.B. auf mangelndes Selbstbewußtsein zurückgehen, was wiederum Ursachen in der Erziehung haben kann. Die Übung einer motorisch richtigen Haltung kann so an dieser Ursache kratzen oder sie im Laufe der Zeit bewußtwerden lassen und beheben. Auch körperliche Krankheiten (nicht nur Rückenschmerzen) beruhen oft auf Haltungsfehlern, oder auf psychischen Ursachen, die über die Verbesserung der Körpermotorik zumindest gemildert, gebessert oder manchmal sogar geheilt werden können.

Körperenergetische Methoden greifen häufig tiefer ein. Eine gute



Massage hebt, wie viele wissen, das Wohlbefinden oder weckt die vielleicht unterdrückte körperliche Sensitivität und Sinnlichkeit. Psychologische Massagetechniken wie das Rolfing können tiefere psychische Muster offenlegen und psychische und körperliche Probleme aufdecken. Diese Methoden *können* helfen, doch selbstverständlich wirken sie bei jedem Menschen anders.

Eine weitere Ebene ist die *bioenergetische Psychoanalyse*. Eine

ihrer bekanntesten Formen geht auf Wilhelm Reich zurück, der als erster Analytiker die direkte Berührung des Körpers eingeführt hat, die zuvor aus Angst vor 'Übertragung' und 'Gegenübertragung' verpönt war. Die bioenergetische Analyse versucht, durch Atemübungen und körperliche Behandlungsmethoden die Energien im Körper wieder zum Fließen zu bringen. Viele Therapeuten gingen über die "verbal sehr aggressiven Techniken der Charakteranalyse, wie sie Wilhelm Reich praktiziert hat" (M.Brown) hinaus und benutzen sanftere Methoden.

Ein weiterer Grund für die Vielfalt von therapeutischen Methoden ist die eigene Erfahrung des Therapeuten. Wenn sie/er besondere Erfolge (oder Schwierigkeiten) mit einer Methode hat und dazulernt, entstehen sehr leicht Abwandlungen bereits bekannter Methoden. Aufgeschlossene Therapeuten wenden heute eine Vielfalt von Methoden an, um die Schwierigkeiten des Klienten nicht unnötig in beschränkte Kategorien zu fassen und sich nicht die Chance zu nehmen, eine echte Heilung zu bewirken.

Im folgenden stelle ich die vielfältigen Methoden der Körperübung und Körper-Psychotherapie in lexikalischer Form kurz dar und gebe Literaturhinweise – die wegen der Menge des Angebot natürlich unvollständig sein müssen.

0. Allgemeine Thematik

Ein grundlegendes Eindringen in die Polarität von Gesundheit und Krankheit, um zu einem Verständnis unserer Haltung zu diesen Prozessen zu gelangen, ist ein guter Ausgangspunkt, mehr über das Geheimnis des Lebens zu erfahren.
Literatur:

Dossey, Larry: *Wahre Gesundheit finden*, Scherz-Verlag 1986
Dossey setzt sich kritisch mit einem ganzheitlichen Verständnis von Medizin und Heilung auseinander, das für Patienten und Ärzte gleichermaßen wesentliche Fragen aufwirft, z.B.: "Können wir Gesundsein überhaupt aushalten?"
Vom gleichen Autor:
Dossey, Larry: *Die Medizin von Raum und Zeit*, Sphinx-Verlag 1984

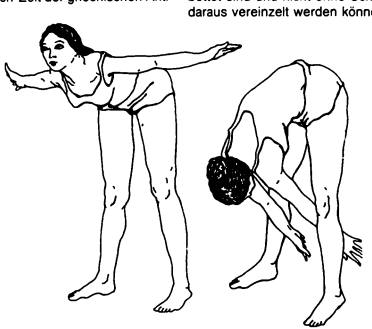
Grossinger, Richard: *Wege des Heilens*, Goldmann 1985
In diesem Werk geht es um die Strukturen und Wurzeln des Heilens selbst.

Sabetti, Stephano: *Lebensenergie*, Scherz Verlag, München 1985
Nach Sabetti ist die Lebensenergie ein ganzheitliches Schwingungsfeld, ein grundlegendes Organisationsprinzip des Universums. Im Körper zeigt sich die Anwesenheit der Lebensenergie als Gesundheit, im spirituellen Bereich als Seele und auf der spirituellen Ebene als Liebe. Sabetti untersucht in diesem Werk alle drei Ebenen und wie diese zusammenhängen. Aus seinen Erkenntnissen entwickelte er die 'Life-Energy-Therapie'.

1. Körperübungen mit energetischer Wirkung

Körperübungen gibt es schon seit tausenden von Jahren. Die bekanntesten östlichen Methoden sind das indische Hatha-Yoga und das chinesische Tai-Chi. In Europa wurde in der Hoch-Zeit der griechischen Antike die Gymnastik entwickelt, die ein wesentliches Element der griechischen Pädagogik war. Doch unter Gymnastik verstanden die Griechen etwas anderes als wir heute: "Die ursprüngliche griechische Gymnastik war Kultur der Geistesgegenwart. Ihr dienten die Fünf Gymnastischen Übungen durch ihre Natur voller Überraschungsmomente. Das Laufen, das Springen, das Speer- und das Diskus-Werfen, das Ringen, es läßt sich alles nicht leicht körpermechanisch systematisieren. Die Griechen mieden sorgfältig, es zu versuchen. Wer es tat, hieß Banause. Die Krönung der Gymnastik war das ganz unberechenbare Wagenrennen. (...) Im ursprünglichen Kulturzustand ist die Gymnastik in sinneswaches, dem Kunstwahrnehmen gleiches Wahrnehmen eingebettet, worin der Mensch als Mensch, nicht als Körper im Blick steht." Gymnastik war eingebettet in eine ganzheitliche Entfaltung: Selbstwahrnehmung, Kunstwahrnehmung, Dichtungssprechen, Musik u.a. (Wir merken: Das heutige Gymnasium ist so ein schwacher Abklatsch ursprünglicher Pädagogik.)

Einen ähnlichen Hintergrund haben auch Methoden Hatha-Yoga oder Tai-chi, die ursprünglich in ein größeres Ganzes einer umfassenden menschlichen Entwicklung gebettet sind und nicht ohne Schaden daraus vereinzelt werden können.



a) Hatha-Yoga, Kum Nye

Die indischen Yogis fanden schon früh heraus, daß Körperübungen die innere Ruhe fördert, die für ihre Meditation Ausgangspunkt ist. Über Spannung und Entspannung aller Körpermuskeln werden nicht nur Meridiane und Energien im Körper aktiviert, sondern auch emotionale Zustände, die sich in den Muskeln festgesetzt haben, gelöst. In Verbindung mit Atemübungen wird das *Prana* oder die Lebensenergie gestärkt. Das tibetische Kum Nye besteht aus intensiven Atemübungen, Körperübungen, Selbstmassage und Meditations- und Entspannungstechniken.

Literatur:

Harf, Anneliese: *Yoga-Praxis*, Herder Verlag, Freiburg 1977

Iyengar, B.K.S.: *Licht auf Yoga*; ders.: *Licht auf Pranayama*, beide im O.W. Barth Verlag, München
Iyengar ist der große "Guru" des Hatha-Yoga mit Zentren in aller Welt.

Tulku, Thartang: *Selbstheilung durch Entspannung*, Scherz Verlag, München
Das einzige theoretische und praktische Lehrbuch für Kum Nye.

Bei vielen Yoga-Systemen ist die Aktivierung der Energiezentren (Chakras) Teil der Arbeit. Einen Überblick verschafft:
Vollmar, Klausbernd: *Fahrplan durch die Chakren*, Werkstatt Edition Axel Dietrich Verlag 1985
Öffnen und Arbeiten mit Chakren, Wecken der Kundalini-Energie und ähnliche aus dem indischen Bereich kommende
Energieaktivierungsmethoden werden von Vollmar von der geistigen Analyse durchdrungen. In diesem Buch wird Theorie und Praxis der Chakrenarbeit dargestellt. Ausführliches Literaturverzeichnis für weiterführende Studien.

b) Tai-Chi und Kampfkünste

"Wahrscheinlich ist *taichi chuan* vor etwas 300 Jahren als Synthese bekannter Kampfkunst-Systeme und taoistischer Meditations- und Atemübungen entstanden. Die Legende erzählt uns vom taoistischen Mönch CHANG SAN-FENG, der im 12.Jh. n.Chr. *taichi chuan* entwickelt haben soll. CHANG war ein Meister der harten oder 'äußeren' Kampfkünste. Diese sind, so heißt es, im Kloster Shaolin unter Boddhidharma, dem indischen Begründer des Zen-Buddhismus, im 6. Jh. entstanden, und zwar aus Übungen, die den Mönchen als Ausgleich für das lange Sitzen in Meditation verordnet wurden. 'Auge, Faust und Fuß' sind ihre Prinzipien, d.h. das Training zielte auf hohe Reaktionsgeschwindigkeit und Ausbildung der Hände und Füße zu tödlichen Waffen." Hier sehen wir wieder: Kampfkünste und Tai-Chi sind Übungen der Geistesgegenwart!

Das 'sanfte' Tai-chi ist eine hervorragende Gesundheitsübung, weil es alle Körpermuskeln entspannt und die Lebensenergie *Ch'i* im Üben weckt.

Literatur:

Anders, Frieder: *Tai-Chi – Chinas lebendige Weisheit*, Eugen Diederichs Verlag 1985
Dieses Werk enthält außer ausgezeichneten Beiträgen zum Verständnis der chinesischen Philosophie und Medizin und taoistischer Meditation eine Darstellung des **Taichi Chuan** nach seinen inneren Prinzipien, außerdem eine Darstellung der chinesischen Ganzheitsmedizin Ch'i-kung von Josefine Zöller. Außerdem weiterführende Literaturhinweise.

Einen Überblick über die chinesische Heilkunst im allgemeinen bietet:
Palos, Stephan: *Chinesische Heilkunst*, O.W.Barth-Verlag 1984
Ein Standardwerk zur Einführung in Theorie und Praxis von Akupunktur, Moxibustion, Heilmassage, Heilgymnastik, Atemtherapie, Pharmokologie der Chinesen. Ausführliches Literaturverzeichnis zu diesen Themen.

Tohei, Koichi: *Das Ki-Buch*, Kristkeitz Verlag, Berlin 1980
Die geistigen Prinzipien des Aikido.

ders.: *This is Aikido*, Japan Publications
Das umfangreichste Übungsbuch

Zöller, Josefine: *Das Tao der Selbstheilung*, Scherz Verlag, München 1984
Auf den gleichen Prinzipien wie die Akupunktur aufbauend ist die alte chinesische Heilmethode Ch'i Kung (aus der sich auch das T'ai Chi entwickelte) eine grundlegende körpertherapeutische Methode zur Selbstheilung. Sie besteht aus Körper-, Atem- und Meditationsübungen.

c) Stretching

Außer dem bekannten Aerobic ist im Rahmen der Fitness-Welle das 'Stretching' (Strecken, Dehnen) populär geworden. Stretching, das langsam und ohne Überspannung durchgeführt werden sollte, dehnt die Muskeln so weit wie möglich, um ihre Geschmeidigkeit zu verstärken. Wie vieles, ist es natürlich keine 'neue' Art der Gymnastik, sondern geht auf die instinktiven menschlichen Verhaltensweisen zurück, wie das morgendliche Strecken beim Aufstehen. Das Strecken dehnt die Muskeln, die dann für eine Weile in dieser Position bleiben sollen. Es ist jedoch besser, diese Übungen in Verbindung mit Shiatsu durchzuführen, da Shiatsu die Steifheit der Muskeln löst und flexibler macht.
Literatur

Anderson, Bob: *Stretching*, Felicitas Hübner Verlag 1984
(siehe auch: Namikoshi, Toru: *Shiatsu + Stretching*, Japan Publications)

d) Feldenkrais

Schon 1929 veröffentliche Moshe Feldenkrais Bücher über Judo, welche die Körpermechanik und die Theorie des Judokampfes untersuchte. Durch diese Analyse

der Dynamik wirkungsvoller Körperbewegungen in Verbindung mit seinem zunehmenden Gewahrwerden der kybernetischen Natur des zentralen Nervensystems entwickelte Feldenkrais seine Technik der funktionalen Integration. "Als Reaktion auf die körperlichen, emotionalen, intellektuellen und erlebnismäßigen Grenzen, die dem Körper-Bewußtsein auferlegt sind, und dadurch auch allen Aspekten des Selbstbildes eines Individuums, hat Feldenkrais Tausende von Bewegungsübungen und Handlungen entwickelt, die dazu gedacht sind, die Menschen zu ermutigen, sich selbst und ihren Fähigkeiten gegenüber bewußter zu werden. Die Übungen sind so ungewohnt in ihrer Form und ihrer Anwendung, daß sie die Leute dazu zwingen, Aspekte ihres Selbst zu erforschen und einzubeziehen, die möglicherweise jahrelang aus ihrem Bewußtsein verschwunden waren." (Dychtwald) Die verschiedenen Feldenkrais-Übungen sind eher dazu gedacht, das Nervensystem zu befreien als Muskeln zu dehnen.

Literatur:

Feldenkrais, Moshe: *Bewußtheit durch Bewegung*, Suhrkamp, Frankfurt 1978

Houston, Jean und Masters, Robert: *Bewußtseinserweiterung über Körper und Geist*, Kösel, München 1983
Ein praktisches Übungsbuch auf der Grundlage von Feldenkrais-Übungen.

e) Gurdjieff-Movements

Auch die sogenannten 'Movements', die Gurdjieff als 'Heilige Gymnastik' bezeichnete, sind Übungen in Geistesgegenwart im griechischen Sinne. Geistesgegenwart – oder Aufmerksamkeit, wie wir heute sagen – versucht über Bewegungsübungen und Tänze den Übenden zu zentrieren. Dazu gehört im Falle der Gurdjieff-Movements begleitende Klaviermusik. Die Körperbewegungen sind zum Teil fließend, rhythmisch, zum Teil auch schnell und roboterhaft. Die Tänze werden ähnlich wie bei den bekannten Musicals der Amerikaner (z.B. 'Chorus-Line'), in synchronen Reihen durchgeführt. Allerdings sind die Gurdjieff-Tänze weniger auf die 'Performance' des Tanzes ausgerichtet, sondern dienen in erster Linie dazu, durch Übung der körperlichen Koordination in Verbindung mit Empfindung, Aufmerksamkeit und Gefühlen eine ganzheitliche Selbsterfahrung zu geben.

Wie bei anderen intensiven Bewegungsübungen können während des Trainings durch Spannung und Entspannung der Muskeln psychische Elemente beim Üben aufgedeckt werden, auf die allerdings vom Trainer nicht eingegangen wird, weil das Übungssystem davon ausgeht, daß sich die meisten unbewußten Blokkaden durch die Übung auflösen und eine Analyse dadurch überflüssig macht. (Ich persönlich meine, daß diesem Aspekt mehr Gewicht gegeben werden sollte.) Zu diesem Übungssystem ist keine Literatur vorhanden, da es nach Gurdjieff in das gesamte Gurdjieff-System eingebettet gelernt werden sollte.

f) Tanztherapie, Bauchtanz

Tanz harmonisiert den Körper, die Seele und den Geist und vermag die verlorene Einheit wieder herzustellen. Durch gezielte Bewegungen entsteht ein gleichmäßiger Energiefluß im Körper: Zentren im Gehirn werden angeregt. Natürlicher Tanz geht vom Körper aus, wie er im Augenblick ist, und von der Erkenntnis aus, daß Tanz das gesamte Wesen verändern kann und jeden Übenden dazu befähigt, sich selbst besser zu spüren und zu verstehen.

Tanztherapie ist ein offiziell anerkanntes Lehr- und Prüfungsfach. Außerhalb dieser offiziellen Arbeit des Tanztherapeuten-Verbandes gibt es Tanzlehrer wie Bernhard Wosien, die den Tanz aus traditionellen Aspekten und zur Freude der Selbsterfahrung lehren.

Das gleiche gilt für den arabischen *Bauchtanz*, der bei vielen Frauen Anklang gefunden hat. (Dazu gibt es ein Heyne-Taschenbuch mit Übungen). Da viele psychische und sexuelle Verspannungen sich im Beckengebiet festsetzen, ist der Bauchtanz eine hervorragende Methode, diese Energieblockaden zu lösen.

Eine weitere interessante Methode ist die Rhythmus-Therapie, wie sie von Reinhard Flatischler entwikkelt wurde. (Siehe Hologramm Nr.44)

Literatur:

Flatischler, Reinhard: *Die vergessene Macht des Rhythmus*, Synthesis, Essen 1984

Zentrale Kontaktadressen für Körpertherapien:

Reiki
AIRA
Brigitte Müller (Heilpraktikerin)
Auf der Schanz 19
6230 Frankfurt 80
tel.: 069-347273

Bodo Baginski
"Der Lebensbaum"
Neustädter Str.13
4800 Bielefeld 1
Tel: 0521-68060
(nicht AIRA)

Rolfing
Dr.phil Peter Schwind
Theodolindenstr.85
8000 München 90
Tel.: 089-345230
(Ausbildung u. Koordination in c
BRD)

The Rolf Institute
P.O.Box 1868
Boulder, CO 80306
USA

Metamorphische Methode
Plejaden-Verlag
Danckelmann-Str.10
1000 Berlin 31
Tel: 030-3217092

Jin Shin Do (Akupressur)
Dr. Jürgen Mücher
Charlottenstr.6
2800 Bremen 1

Shiatsu
Günther Klein
Mainweg 54
5000 Köln 80
Tel: 0221-636892

Polarity-Massage
Wilfried Teschler
Julius-Mosenplatz 4
2900 Oldenburg
Tel: 0441-14766

Feldenkrais
Ned Dwelle
Liebhermstr.1
8000 München 22

Anne Wechmann
Cuxhavener Str.195
2000 Hamburg 92
Tel: 040-7964612

Eutonie
Deutsche Eutoniegesellschaft
Dr. A. Vincent
Am Grafenbusch 1
4200 Oberhausen

Gerda Alexander Schule
Frederikagade 14
DK-1265 Kopenhagen

F.M.Alexander
Victor Chu
Schröderstr.39
6900 Heidelberg
Tel: 06221-401130
(auch Tai-chi)

Taichi Chuan und Ch'i Gong
Tao
Lindenstr.82
5000 Köln 1
Tel: 0221-248541

Frieder Anders (ITCCA)
Am Weingarten 12-14
6000 Frankfurt 90

Hatha-Yoga
Yoga im Dasein
U. u. R. von Hasselbach
Gartenweg 32
5423 Brauchbach 2
(siehe auch das dort herausgegebene Buch: "Mut und Anmut" mit 390 Adressen von Yoga-Lehrern)

Brunhild Börner-Kray
Scheckertstr.38
8702 Zell
Tel: 0931-462315

Yoga-Schule
Sri S. Rajagopalan
Simrockstr.25
5300 Bonn
Tel: 028-213679

Kum Nye
Matthias Dehne
Alpenstr.10
8085 Geltendorf
Tel: 08193-212

DO-IN (u. Makrobiotik)
Ost-West-Bund e.V.
Richard Theobald
Neunkircher Str. 56
6639 Rehlingen/Niedaltdorf
Tel: 06833-1632

Trager
Praxis für integrative Bewegung
Monika Sutter
Pfannenstilstr.18
CH-8820 Wädenswil
Tel: 01-7803977 (8-9 Uhr)

Rhythmustherapie
(Reinhard Flatschler)
Info über Siegmar Gerken
Sebastian-Jaud-Str.2
8129 Wessobrunn

Ganzheitliche Therapie
Ulrike Just (Ärztin)
Rahlstedter Bahnhofstr.39
2000 Hamburg 73
Tel: 040/6771580
(Privatkassen u. private Abrechnung)

Kirlian
GTD Mandel
Hildestr.8
7250 Bruchsal

Rebirthing
Deutsche Gesellschaft für Rebirthing

Dr. Rüdiger Stellberg
Wöllrather Str.7
4000 Düsseldorf 1
Tel: 0211-676153

Gestalt
Fritz Perls Institut
(H.Petzold)
Leibnizstr.52
6500 Mainz
(nur für Therapeuten)

Victor Chu
Schröderstr.39
6900 Heidelberg
Tel: 06221-401130

Bio-Release (Biodynamische Psychologie)
Boyessen Int. Inst.
Chateau de la Salle
F-71260 Lugny

Bioenergetik
Gesellschaft für bionergetische Analyse mbH
Regerstr.12
4800 Bielefeld 1

Core-Energetik
Core-Energetik (nach John Pierrakos):
Siegmar Gerken
Sebastian-Jaud-Str.2
8129 Wessobrunn-Haid
Tel:08809-568

Organismische Psychotherapie
Malcolm Brown
Villa Candida
I-21030 Cassano-Valcuvia
(Varese)
Italien
(Korresp. nur in Englisch)

Center for Energetic Studies
(Leitung Stan Keleman)
2045 San Francisco Street
Berkeley, CA 94709
USA

Hakomi
Roland Kopp
Im Linsenbühl 13
6901 Heidelberg-Dossenheim

PranaEnergetic
Padma
Wachstums- und Therapiezentrum
Neckarstr.81a
7000 Stuttgart 1
Tel:0711-292352

Gurdjieff
Studierhaus Stücht
Vladimir Bosnjak
Stücht 7
8551 Heiligenstadt
Tel: 09198-1444
od.:089-3088070

Transpersonale Psychologie
Deutsche Transpersonale Gesellschaft
Jägerhäusleweg 32
7800 Freiburg

Verschiedene Gruppen (Fort- und Weiterbildung:
Zist, Zentrum für Individual und Sozialtherapie
Zist 3
8122 Penzberg
Tel:08856-5192
(u.a. auch Atemtherapie nach Prof. Ilse Middendorf)

Coloman
St.Coloman 2
8091 Soyen
Tel.: 08073-728
(Verschiedene Therapien, u.a. auch Core-Energetik)

Angewandte Kinesiologie
Alfred Schetz
Johannitterstr.11
7800 Freiburg
Tel: 0761-35969

Musik und Tanz
Freies Musikzentrum e.V. München
Ismaningerstr.29
8000 München 80
Tel: 089-4706314

Falls Ihr weitere wichtige Adressen kennt, bitten wir um Mitteilung.

g) F.M. Alexander

Viele Haltungsschäden gehen auf den falschen Gebrauch des Körpers zurück. Einer der Pioniere auf dem Gebiet der Haltungskorrektur war F.M. Alexander. "Das Alexander-Prinzip geht davon aus, daß der Mensch potentiell Willensfreiheit besitzt, und daß es für die zukünftige Struktur des Körpers und für die Leistungen in fast allen Bereichen, die von Bedeutung sind, darauf ankommt, was man aus seinem genetischen Erbe macht. Das Prinzip setzt auf einer relativ groben Betrachtungsebene an; die Aufmerksamkeit wird darauf gelenkt, wie wir unseren Körper bei so einfachen Tätigkeiten wie dem Stehen, dem Sitzen und dem Hinlegen gebrauchen und mißbrauchen. (..) Ausgehend von dieser relativ groben Ebene, auf der mechanisch ungünstige Körperhaltungen betrachtet werden, kann man weiter zeigen, wie die grundlegende Struktur der Persönlichkeit bis in ihre feinsten und persönlichsten Bereiche vom Gebrauch des Körpers abhängig ist." (Barlow, W., Die Alexander-Technik) Auch zu unserem Thema der Körper-Psychotherapie hat Alexander wesentliches zu sagen: "Der Alexander-Ansatz kehrt den psychotherapeutischen Ansatz um. Der Psychotherapeut sagt: 'Sie werden Ihre unerwünschten Verhaltensweisen nur dann auf eine befriedigende Weise los werden, wenn Ihre psychischen Einstellungen in Ordnung sind.' Das Alexander-Prinzip hingegen sagt: 'Es ist unmöglich, Ihre psychischen Einstellungen auf eine befriedigende Weise in Ordnung zu bringen, solange Ihr verkehrter Körpergebrauch besteht."

Literatur:

Barlow, Wilfred: *Die Alexander-technik*, Kösel, München 1984
Das Buch ist eine ausgezeichnete und gründliche Beschreibung unserer Haltungsfehler, der daraus resultierenden Krankheiten und ihrer möglichen Besserung oder Heilung.

2. Körperenergetische Methoden

Viele kennen die klassische Muskelmassage, die tiefe Muskelentspannung bewirkt. Eine mehr psychisch orientierte Methode ist das Rolfing oder 'strukturelle Integration', eine Methode intensiver Muskelbehandlung und Massage, die von der Biochemikerin und Physiologin Ida Rolf entwickelt wurde. In den vielen Jahren, in denen sie Muskelgewebe und Zellstrukturen untersuchte, stellte sie fest, daß physische und emotionale Traumata das Muskel- und Bindegewebe versteifen und verhärten. Der Körper verliert seine Vitalität und Beweglichkeit. Gleichzeitig verursacht die Verhärtung der Muskeln eine Einschränkung der emotionalen Flexibilität. In den ersten zehn Rolfing-Sitzungen massiert der ausgebildete Rolfer den Körper tiefgehend, um Muskeln und Bindegewebe zu lockern und zu entspannen und dem Körper zu ermöglichen, eine integriertere Haltung einzunehmen. (Später sind u.U. noch mehr Sitzungen erforderlich.)

Im Gegensatz zur westlichen Massage umfaßt die östliche Massage die Meridiane und die Hauptpunkte entlang der Meridiane, um die elektromagnetischen Ströme im ganzen Körper zu harmonisieren. Weil sowohl die Hände und Finger wie auch die Füße und Zehen elektromagnetisch aufgeladen sind, kann deren Auflegen auf blockierte Meridiane oder verhärtete Punkte den ungestörten Energiekreislauf in den Meridianen aktivieren. Akupressur, Shiatsu, Do-In, An-Mo, und andere östliche Massagemethoden arbeiten alle mit den Punkten und Meridianen.

Literatur:

Baginski, Bodo und Sh. Sharamon: *Reiki – Universale Lebensenergie*, Synthesis, Essen 1985
Reiki ist eine Methode des Handauflegens, wobei die 'Lebensnergie' (jap.: KI) konzentriert über die Chakren in den psychischen Körper geleitet wird und dort das energetische Gleichgewicht herstellen soll.

Bendix, Gerard J.: *Handbuch für die Füße*, Plejaden Verlag
Eine illustrierte Anleitung zur Selbstbehandlung der Fußreflexzonen. Fußreflexzonen sollen durch ihre Massage ebenfalls die Energien bestimmter Organe stimulieren.

Blate, Michael: *Akupressurhandbuch*, Plejaden Verlag 1984
Die Ji-Jiu-Druckpunktmassage für Erste Hilfe und Selbstbehandlung.

Johnson, Don: *Rolfing*, Synthesis Verlag, Essen 1980
siehe auch: Dychtwald, Ken: *Körperbewußtsein*, Synthesis Verlag, Essen 1981
Dieses Buch ist gleichzeitig eine umfassende Studie der bewußten Körpertherapie.

Kushi, Michio: *Do-In-Buch*
Verlag Bruno Martin/Ost-West-Bund-Verlag 1980
Do-In ist eine Kombination von Selbstmassage (ähnlich der Shiatsu-Massage oder Akupressur), Atemübungen und meditativen Übungen.

Masunaga, Dr.S und Ohashi, Dr.W: *Das große Buch der Heilung durch Shiatsu*, O.W.Barth Verlag 1985
Shiatsu ist eine Körpermassagetechnik, die durch Stimulation von Meridianen und Akupunkten Energien in Fluß bringt körperliche Verspannungen und Haltungsschäden beheben kann.
Miller, Roberta Delong: *Psychische Massage*, Verlag Bruno Martin, Südergellersen 1982
Psychische Massage ist eine bioenergetische Heilmethode, die sich aus der Körpermassage entwickelt hat. Das Hinzukommen psychischer Wahrnehmung macht es möglich, Geist und Gefühle eines Menschen durch seinen Körper zu heilen oder ins Gleichgewicht zu bringen.

St.Pierre, Gaston und Debbie Boater: *Die Metamorphische Methode*, Plejaden Verlag, Berlin

Diese Methode wird als eine Art leichter Massage auf den Wirbelsäulen-Reflexzonen an Füßen, Händen und Kopf ausgeführt, was hauptsächlich prä-natale psychische Erfahrung freilegen kann.

Teschler, Wilfried: *Das Polarity-handbuch*, Schangrila-Verlag, Haldenwang

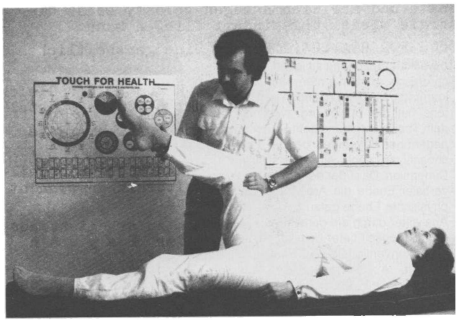
Die Polarity-Massage wurde von Dr.R. Stone in Indien entdeckt. Bei der Massage werden die Hände als Pole und die dazwischen fließende Energie genutzt, um im Körper des Partners befindliche Blockaden zu lösen.

Milton Trager

Milton Trager, der früher Akrobat und Tanzlehrer war, dann in Medizin promovierte, konzipierte seine Methode schon vor über 50 Jahren. Durch sanfte, rhythmische Bewegungen an jedem Teil des Körpers wird erreicht, daß die Bewegung den ganzen Körper erfaßt und tiefsitzende Spannungen auflöst.

Eutonie

Der Begriff 'Eutonie' setzt sich aus zwei Silben zusammen: dem griechischen *eu*, d.h. wohl, recht, harmonisch, und *tonus*, Spannung. Die Eutonie, die in ihrer heutigen Form schon seit über 40 Jahren von Gerda Alexander entwickelt wurde, zielt nicht auf die Auflösung vorhandener Spannungen, sondern auf die richtige Spannung, die "Wohlspannung", d.h. auf den Ausgleich der verschiedenen, gleichzeitig im Körper bestehenden Spannungen um zu einer Gesamtharmonie zu kommen. Entspannungs- und Visualisierungsübungen sollen das Körperraumbewußtsein fördern, eine willentliche Tonusumstellung erreichen, die Aura (oder Strahlungszone) über die sichtbare Grenze des Körperraums hinaus erspüren, sich in jeden Teil der Haut und des Körperinneren, einschließlich der Blutgefäße einzufühlen – um nur ein paar Dinge zu nennen. Die meisten Übungen lassen dem Übenden die Freiheit, sich selbst kennenzulernen und nicht von außen manipuliert zu werden, was ja viele der üblichen Methoden machen.



Literatur:

Alexander, Gerda: *Eutonie*, Kösel, München 1976

Angewandte Kinesiologie

Die von Dr. Diamond entwickelte Kinesiologie basiert auf Muskeltests. Das Testprogramm zeigt dem Übenden, wo seine Lebensenergie geschwächt ist (denn das deutet auf geschwächte Organe hin) und wie man sie durch Musik, Ernährung, Vorstellung und anderen Übungen wieder stärken kann. Seine weiterführenden Untersuchungen haben ergeben, daß jeder der zwölf Akupunktur-Meridiane sich auf besondere emotionale Zustände bezieht. Durch die Aktivierung positiver Gefühle sollen negative emotionale Zustände korrigiert werden können – was zur Stärkung der Lebensenergie und des Wohlbefindens führt.

Literatur

Diamond, Dr. John: *Life Energy*, New York 1985, dt.: *Die heilende Kraft der Emotionen* (erscheint 1986 im Verlag für angew. Kinesiologie, Freiburg)

Diamond, John: *Der Körper lügt nicht*, Verlag für angew. Kinesiologie, Freiburg 1984

Diamond, John: *Lebensenergie in der Musik*, Verlag Bruno Martin, Südergellersen

Thie: *Touch for Health*, Sphinx Verlag, Basel

3. Psychologische Körpertherapien

Einer der Begründer der psychologischen Körperarbeit war Wilhelm Reich. Sein herausragender Schüler und Mitarbeiter Alexander Lowenfaßt die bioenergetische Analyse zusammen: "Zuerst und vor allem wird der Patient als Einheit untersucht. Der bioenergetische Therapeut analysiert nicht nur das psychische Problem des Patienten, wie es jeder Analytiker

tut, sondern auch den physischen Ausdruck des Problems, wie er sich in der Körperstruktur und in den Bewegungen des Patienten manifestiert. Zweitens gehört zu der Technik ein systematischer Versuch, die physische Spannung zu lösen, die in chronisch angespannten und verkrampften Muskeln zu finden ist. Drittens hat die Beziehung zwischem dem Therapeuten und dem Patienten gegenüber derjenigen bei der Psychoanalyse noch eine zusätzliche Dimension. Da außer der Analyse auf verbaler Ebene die Arbeit auch auf physischer Ebene getan wird, ist der Analytiker durch die daraus resultierende Tätigkeit tiefer beteiligt als bei den konventionellen Techniken." (Lowen, A.: *Körperausdruck und Persönlichkeit*, Kösel Verlag, München 1981; amerik. Erstausgabe: 1958)

Das Werk von Reich und Lowen hat unterschiedliche Therapieformen beeinflußt. Ein Schwergewicht der Bioenergetik liegt auf der sexuellen Befreiung und Orgasmusfähigkeit. Hier liegt natürlich auch eine Schwäche: die bioenergetische Definition von gesundem sexuellen Ausdruck hat bei vielen Leuten auch neue Komplexe geschaffen, wenn sie nicht dieser Definition entsprachen. Wie bei allen Angeboten gilt auch hier eine kritische Betrachtung. Die bioenergetische Analyse führte auch zur allgemeinen Entwicklung von Gestalttherapie und vielen anderen Formen der humanistischen Psychologie.

Es soll in diesem Zusammenhang nicht unerwähnt bleiben, daß Wilhelm Reich und seine Frau Anna Reich viel von der Arbeit der deutschen Elsa Gindler und ihrer Schülerin Charlotte Selvers gelernt haben. Elsa Gindler nannte ihre Methode, die in den zwanziger Jahren entstand "Arbeit am Menschen". Charlotte Selver entwickelte dann in den U.S.A. ihre eigene Lehrmethode, welche die Selbstbewußtheit schulte, die sie 'Sensory Awareness' nannte. Erich Fromm, Wilhelm Reich (durch seine Frau) und Fritz Perls lernten Wesentliches aus dieser Arbeit.

Literatur

Keleman, Stanley: *Dein Körper formt dein Selbst*, Kösel Verlag, München 1980
Der bioenergetische Weg zu emotionaler und sexueller Befriedigung.

Keleman, Stanley: *Leibhaftes Leben*, Kösel, München 1982
Keleman verbindet hier in origineller Weise Elemente der Bioenergetik mit Grundgedanken seines Lehrers Graf Dürckheim über leibbezogene personale Entwicklung.

Kurtz, Ron: *Körperzentrierte Psychotherapie – Die Hakomi-Methode*, Synthesis, Essen 1986
Diese Arbeit beruht auf drei Pfeilern: körperzentrierte Psychotherapien wie Gestalt, Bioenergetik, Rolfing und Feldenkrais. Ebenso Techniken von Al Pesso, Carl Rogers und John Pierrakos. Aus dem Buddhismus und Taoismus kommt der gewaltlose Ansatz und japanische u. chinesische Medizin. Der dritte Pfeiler ist die Systemtheorie.

Lowen, Alexander: *Körperausdruck und Persönlichkeit*, Kösel Verlag, München 1981
Das Grundlagenwerk zur Theorie und Praxis der Bioenergetik. Siehe obiges Zitat.

Lowen, Alexander: *Liebe und Orgasmus*, Kösel Verlag, München 1980
Die bioenergetische Sexualtherapie.

Perls, Fritz: *Grundlagen der Gestalt-Therapie*, Pfeiffer, München 1982
Ein einführendes Werk mit Sitzungsprotokollen.

Rosenberg, Jack Lee: *Orgasmus*, Herzschlag, Berlin
Grundlage dieses Buches ist die Bioenergetik, erweitert durch Übungen aus dem Yoga und dem Tanz. Ein Standardwerk der Bioenergetik.

Sollmann, Ulrich (Hrsg): *Bioenergetische Analyse – Methoden der Körpertherapie*, Synthesis Verlag, Essen 1985
Ein themenspezifisches Werk zur therapeutischen Arbeit mit Bioenergetik. Enthält Artikel von Lowen, Petzold, Ware, Boadella, Khan-Ladas u.a. Siehe auch Artikel von R.C. Ware in diesem Heft.

Organismische Psychotherapie

Dr. Malcolm Brown entwickelte, beeinflußt durch C.G. Jung, A. Maslow, Neumann, Rogers und D.H. Lawrence eine eigene, sanfte Methode der Lösung der chronischen Muskelspannung und der Reaktivierung der natürlichen spirituellen Polaritäten der verkörperten Seele und transzendierten Psyche. Ihm geht es bei aller Therapie vor allem um ein energetisches Verständnis der höheren geistigen Entwicklung.

Literatur:

Brown, Dr. Malcolm: *Die heilende Berührung*, Synthesis, Essen 1985

Core-Energetik

Die "Core-Energetik" wurde von John Pierrakos entwickelt, nachdem er aufbauend auf die Arbeiten von Freud, Jung und Reich zusammen mit Alexander Lowen das psychotherapeutische Konzept der Bioenergetik erarbeitet hatte. Er bereicherte dieses durch eine spirituelle Sichtweise und transzendierte damit das klinische Modell der Bioenergetik. In der Theorie von Core-Energetik wird von der psychosomatischen Identität im Sinne Reichs ausgegangen. d.h. seelischen wie körperlichen Prozessen liegt eine identische Energie zugrunde. Unter 'Core' wird der innerste Wesenskern verstanden, der kreativ zur Entfaltung drängt.

Literatur:

Pierrakos, Dr. John: *Core – Das Zentrum Deiner Energie*, Synthesis, Essen 1986

Frauentherapie

Frauen sind, wie Mary Daly herausgearbeitet hat, ihrer ureigensten Natur nach selbst die schöpferischen Heiler; wenn es ihnen gelingt, sich ihren eigenen Heilpotentialen zu öffnen, wissen sie selbst, was für sie richtig und gut ist. Doch das ist sicherlich ein Idealzustand; die jahrhundertelange Unterdrückung weiblicher Eigenständigkeit und Ganzheit hat seine Spuren hinterlassen. Vieles ist verschüttet worden. Somit stellt sich auch für Frauen die Frage nach Therapie, Frauen-Selbsttherapie, d.h. eine Heilung, die wieder zu den Quellen ihrer eigenen Kraft zurückkehrt. Da, wie Mary Daly richtig gesehen hat, die von Freud stammenden Therapieformen sehr viel männliche Projektionen enthalten, beginnen Frauen jetzt, eigene Formen zur Wiedergewinnung ihrer Identität und 'Wildheit' zu finden.

Literatur

Barbach, Lonnie: *For Yourself*, Ullstein, Berlin 1982
Ein sexualtherapeutisches Programm für Frauen und Frauengruppen zur größeren sexuellen Befriedigung.

Eichenbaum, Luise u. Orbach, Susie: *Feministische Psychotherapie*, Kösel, München 1984
Feministische Frauen lehnen in vielerlei Hinsicht Therapie ab, weil die meisten Konzepte von Männern stammen. Hier haben zwei Frauen einen brauchbaren feministischen Ansatz entwickelt.

Frühmann, Renate: *Frauen und Therapie*, Junfermann Verlag
Hier äußern sich Frauen persönlich, theoretisch, poetisch, politisch zum Thema. Die einzelnen Beiträge befassen sich mit Gestalttherapie, Psychoanalyse, Tiefenpsychologie, themenzentrierte Interaktion und Bewegungstherapie. Themen sind Zeugung, Geburt, Schwangerschaft, Sexualität, Aggression, Identitätsfindung, Emanzipation u.a.

Ladas, Alice u. Harold: *Weibliche Therapeuten deuten auf eine neue Sicht der weiblichen Sexualität* in: Sollmann (Hrsg.) *Bioenergetische Analyse* (s.o.)
Dieser Artikel untersucht die Einstellung weiblicher (bioenergetischer) Analytikerinnen zur Sexualität im Zusammenhang mit ihrer körperorientierten Arbeit an sich und mit dem Klienten sowie die Auswirkungen von bioenergetischer Analyse auf die Sexualität von Frauen.

Rodewald, Dr. Rosemary L.: *Magie, Heilen und Menstruation*, Frauenoffensive, München
Acht unter Menstruationsstörungen leidende Frauen unternehmen es in einem halbjährigen Experiment unter Anwendung außerschulmedizinischer Methoden, die Ursachen aufzudecken und zu beheben. Eine Therapiearbeit ganz auf Frauenprobleme konzentriert.

Bruno Martin

Robert C. Ware

Körperarbeit und Jung'sche Analyse

Der folgende Artikel ist eine gekürzte Fassung des Beitrags "C.G.Jung und der Körper – Vernachlässigte Möglichkeiten der Therapie", zuerst erschienen in dem Buch von Ulrich Sollmann (Hrsg.): "Bioenergetische Analyse" (Synthesis Verlag, Essen). Der Artikel wurde aus Platzgründen stark gekürzt, deshalb empfiehlt es sich, den Originalbeitrag zu lesen. Da Jungs psychoanalytischer Ansatz immer mehr Anhänger findet, ist diese kritische Auseinandersetzung besonders interessant für eine weitere Diskussion.

Die Einheit von Körper und Psyche, Körper und Geist, ja Körper und Selbst ist eines der wesentlichen anthropologischen Postulate der analytischen Psychologie **C.G. Jungs**. Das Körperselbst bildet und bleibt ein einheitliches Substrat der Persönlichkeit und ihrer psychischen und psychosomatischen Prozesse. Das ist keine abstrakte theoretische Konzeption; es ist eine konkrete Erfahrung, die in ihrer Struktur die archetypische Basis der Person als Ganzes widerspiegelt. Das Körpergeschehen mit seinen energetischen Prozessen bietet uns zugleich einen sehr wichtigen therapeutischen Zugang zur Psychogenese und Psychosomatik unserer Patienten. Das anthropologische Postulat wird von **Jung** selbst und von seinen Nachfolgern sowohl archetypisch als auch entwicklungspsychologisch fundiert. Es erscheint schon in **Jungs** früher Auffassung der archetypischen Urbilder als "Selbstabbildungen der Instinkte" (1919, Gesamtwerke 8, § 277). Es wird bekräftigt in seiner Spätauffassung von Archetypen als *psychoide* Prinzipien, die Triebwesen und Geist in einer psychische Energie erzeugenden Gegensatzspannung zusammenbringen und zugleich transzendieren (1946, 'Zum Wesen des Psychischen', GW 8). (...)

In seinem Spätwerk *Mysterium Coniunctionis* (1955/56) spricht **Jung** von der "Verwirklichung" bzw. der "Verkörperung" der seelischen Entwicklung als der zweiten und schwierigsten Stufe des schöpferischen Prozesses der Selbstverwirklichung. Nach seiner Ansicht handelt es sich um einen Bewußtwerdungsprozeß, wo das, was ontogenetisch (entwicklungsgeschichtlich) zuerst kommt, als letztes bewußt wird: Am Anfang war das Selbst und der Körper, genauer gesagt, das Körperselbst. Die Entwicklungsgeschichte, die von **Jungs** Psychologie des Selbsts (vor allem bezogen auf die zweite Lebenshälfte) nachgezeichnet wird, ist folglich in diesem Sinne eine Rückkehr zu den Anfängen. Es ist m.E. in diesem Sinne zu verstehen, wenn **Jung** von der *Rückkehr* der Seele zum Körper ähnlich wie er von der Rückkehr der Ich-Persönlichkeit zum Selbst spricht.

Nach **Jung** ist das Ich nicht nur vom Körper beschränkt, sondern vor allem *im Körper begründet*. Um inflationistischen oder dekompensatorischen Wirkungen des Unbewußten entgegenzuwirken, ist es erforderlich, daß der Mensch mit beiden Füßen auf dem Boden seiner konkret-körperlichen Realität steht. Dies ist Körpersprache und Körperwirklichkeit. Somit ist Körpererfahrung im umfassenden Sinne eine unerläßliche Bedingung für den Individuationsprozeß und die Verwirklichung dessen Zielvorstellung von der Vollständigkeit menschlichen Lebens und Erlebens.

Kritik der Jung'schen Praxis – vernachlässigte Möglichkeiten?

Die früheste archetypische Wirklichkeit des Körperselbstes stellt in seiner energieerzeugenden Dialektik und Dynamik das vitale Persönlichkeitssubstrat dar, das die gesamte Existenz des lebendigen Organismus von der Empfängnis bis zum Tode weiterbewirkt. Diese Einheit ist nicht primär oder ursprünglich in dem Sinne, daß das Körperselbst nur zu Beginn da wäre, um durch nachfolgende Entwicklungsstufen der Persönlichkeit aufgehoben zu werden. Der Mensch *ist* seine Werdungsgeschichte und die Gleichzeitigkeit aller genetischen Aspekte dieser Geschichte stellt ein weiteres wesentliches anthropologisches Postulat dar. Ebenso dauert die ursprüngliche Einheit von Psyche und Soma ein ganzes Leben an. Ja, mit zunehmender Differenzierung des Ichbewußtseins und einer fast inhärenten Tendenz, ein eines Körpers beraubtes Kopfbewußtsein zu werden, wird diese psychosomatische Einheit umso wichtiger.

Durch die Entwicklung höher organisierter Formen auf dem geistigen Ende des archetypischen Spektrums werden die Manifestationen archetypischer Verhaltensmuster in sensumotorischer Körpererfahrung nicht ersetzt. Unglücklicherweise wird diese Tatsache in der *Praxis* der analytischen Psychotherapie, angefangen mit **Jung, Neumann, Fordham** u.a. weitgehend übergangen. Das heißt, sie tun so und handeln als wäre das

Körpersubstrat weniger bedeutsam für das Funktionieren des psychischen Organismus allgemein. Genauer gesagt, der Körper wird einer unkritischen Selbstverständlichkeit überantwortet und gerät dadurch in Vergessenheit. Die Aufmerksamkeit richtet sich fast ausschließlich auf geistige Funktionen des Denkens, Sprechens, und im weitesten Sinne des Wortes der *Imagination*. Im Mittelpunkt des Interesses steht insbesondere der *Symbolisierungsprozeß*, den **Jung** als "transzendente Funktion" (GW 8, § 131) bezeichnet. (..)

Gemäß dieser psychisch-geistigen Blickrichtung jedoch hat es **Jung** versäumt, ausreichend konkret und funktionell den Stellenwert des menschlichen Körpergeschehens für das "lebendige Symbol" zu erläutern und auszuarbeiten. Die Konsequenz aus seiner frühen Definition des Ich als "der psychologische Ausdruck des fest assoziierten Verbandes aller körperlichen Gemeinempfinden" (1907, GW 3, §83) hat **Jung** für die Therapie nicht gezogen. Demnach wäre der Ichkomplex in seinem tiefsten Wesen als Niederschlag und bewußte Repräsentanz des Selbstes "die imaginative Entfaltung (wörtlich: Ausarbeitung) von Körperteilen, Körpergefühlen und Körperfunktionen, in einem Wort die imaginative Entfaltung der *physischen* Lebendigkeit" (frei nach **Winnicott**).

Wie ich schon dargelegt habe, bildet der ganzheitliche Entwurf der Einheitswirklichkeit von Körperselbst und Körperseele eine der Säulen der Theorie der analytischen Psychologie. Jenseits dieses theoretischen Postulats muß jedoch eingeräumt werden, daß weder Jung noch die analytische Psychologie im allgemeinen der eigentlichen Körpererfahrung in der Praxis viel Beachtung geschenkt haben. Das ist umso erstaunlicher, wenn man feststellt, wie sehr **Jung** in seinen ganzen Schriften das Primat lebendiger Erfahrung vor einer einseitigen kognitiven Erkenntnis hervorhebt (z.B. GW 12, § 564, GW 14 passim; vgl. 20, p.18ff) Die außerordentliche Wichtigkeit der Körpererfahrung und der sensorischen Selbstwahrnehmung des Körpers und seiner energetischen Prozesse spielt in unseren bisherigen therapeutischen Forschungen und analytischen Bemühungen, soweit ich das überblicke, nur eine sehr untergeordnete Rolle.

Die Ganzheit des Körperselbst

Das primäre Selbst, die ursprüngliche Ganzheit des Gesamtorganismus, ist eine psychosomatische Einheit, ein *Körper*selbst. Wenn die Zeichen der Zeit nicht ganz trügen, beobachten wir heute im "Streben nach Überwindung der heutigen Bewußtseinsstufe" – wie vor 50 Jahren **Jung** (GW 10, §195) – eine weitere epochale Umkehr in Richtung auf die "Rückkehr der Seele zum Körper" (GW 16, §503). In diesem Zusammenhang erwähne ich nur die Ökobewegung in ihren mannigfaltigen Formen. Natürlich kann es sich keineswegs um eine Abkehr von den Kulturleistungen des menschlichen Geistes handeln. Von daher auch haben die alten zweigliedrigen Modelle, in denen sich Geist und Materie gegenüberstehen, ausgedient, ohne daß eine neue anthropologische Quaternio von *Körper, Seele, Geist* in der einheitsbildenden Wirklichkeit des *Selbstes* eine reife Artikulierung gefunden hätte. Ausdrücklich wären hier Jungs Ausführungen zum geistesgeschichtlichen *unus mundus*-Gedanken (besonders 1955/56 in *Mysterium Coniunctionis*, GW 14) zu erwähnen. Meines Erachtens dürfen die geistesgeschichtlichen, sozialpolitischen und entwicklungspsychologischen Rahmenbedingungen der "Wiederkehr zum Körper" bei einer Diskussion von theorie-technischen, körper-psychotherapeutischen Ansätzen und Maßnahmen nicht übergangen werden. Auch hier geht es um eine heilsame Abkehr von einer pathologisch gewordenen Geist-Psyche-Verbindung und die Wiedervereinigung der Psyche mit ihrer vitalen Basis, dem Körper.

Der Körper ist die Grundlage des menschlichen Organismus. Im Körper erscheint das ursprüngliche Selbst, das Unbewußte, die Seele des Menschen *leibhaftig*. Wenn man den Körper eines Menschen berührt und behandelt, berührt man sein Selbst, sein Unbewußtes, seine Seele. In einem Wort, man behandelt den ganzen Menschen. Im therapeutischen Umgang mit dem Körper bestehen Möglichkeiten, diese psychodynamische, vitale, energetische Ganzheit zu halten, zu behandeln sowie ihr Zugang zur Welt der Objekte und der menschlichen Beziehungen zu verschaffen. Der Sinn für den Körper als Ganzes, das Körpergefühl, ist die Basis für die Selbstwahrnehmung und das Selbstwertgefühl. Der Körper als Ganzheitsgebilde besteht weiterhin fort und, wie **Neumann** richtig gesehen hat, er ist gleichwertig und sogar identisch mit der Totalität der Psyche, die das Selbst ist. Dies gilt nach wie vor, nachdem die Herausbildung des Ich und der Ich-Selbst-Achse die fundamentale Gegensätzlichkeit zwischem Unbewußtem und Bewußtsein innerhalb der Persönlichkeit herstellt (15, p.311).

Eine Therapie, die anstrebt, die bewußte Persönlichkeit zu heilen und die Ganzheit und Vollständigkeit wiederherzustellen, muß dem Rechnungen tragen und meiner Meinung nach nicht zuletzt *konkrete Methoden* und eine *Theorie der Technik* entwickeln, die das Körperbewußtsein fördert und integriert. Denn die kulturell bedingte Abwertung des Körpers, die Kluft zwischen Psyche und Soma, *auch in der Psychotherapie und Psychosomatik*, begünstigt Spaltungsprozesse, die behoben werden müssen, wenn psychische Ganzheit und Gesundheit jemals erreicht werden wollen.

Möglichkeiten der Körper-Psychotherapie

Anhand eigener Erfahrungen mit Körper-Psychotherapie, vor allem in der Gestalt der bioenergetischen Analyse **Alexander Lowens** und der strukturellen Integration nach **Ida Rolf** will ich jetzt einige Möglichkeiten körperorientierter Psychotherapie andeuten. Wiederum sind es nur

Vorschläge und Anregungen, besonders für den körper-psychotherapeutisch unerfahrenen Therapeuten, den ich zum Miterleben und Ausprobieren, vor allem aber zu einer anderen Sichtweise des Körpers und einer offeneren Einstellung gegenüber der Körper-Psychotherapie ermuntern will.

Bioenergetik, genauer gesagt bioenergetische *Analyse* wird häufig mit Körperübungen identifiziert. Zu Unrecht: In **Jung**'scher Begrifflichkeit gesprochen, sind es die Erscheinungsformen des Körperselbst, mit denen die bioenergetische Analyse *aktiv* und *analytisch* arbeitet. Der Vergleich mit Jungs grundlegender Methode der aktiven Imagination drängt sich auf, läßt sich aber an dieser Stelle nicht weiter ausführen. über die bioenergetische Analyse schreibt **Lowen**: "Bioenergetik bietet einen Weg, die Persönlichkeit vom Körper und seinen energetischen Prozessen her zu verstehen. Diese Prozesse, nämlich die Energieproduktion durch Atmung und Stoffwechsel und die Entladung der Energie in Bewegung sind die grundlegenden Vorgänge des Lebens. Wieviel Energie man zur Verfügung hat und wie diese Energie gebraucht wird, bestimmt die Art, wie man auf Lebenssituationen antwortet. Je mehr Energie man frei in Bewegung und Ausdruck umsetzen kann, desto mehr kann man mit den verschiedensten Situationen umgehen."

"Die bioenergetische Analyse ist zugleich eine Therapieform, die Körperarbeit mit Psychoanalyse verbindet. Dadurch will sie Menschen helfen, ihre emotionalen Probleme zu lösen und ihre Fähigkeit zu Freude und Lebenslust zu steigern. Eine Grundannahme der bioenergetischen Analyse ist, daß Körper und Seele (engl. "mind") funktionell identisch sind. Das heißt, was im Geist oder in der Seele geschieht, spiegelt ein Körpergeschehen wider und umgekehrt."

Aus der Vielfalt körper-psychotherapeutischer Möglichkeiten will ich im folgenden nur vier Themen kurz aufgreifen: Körpersprache, Körpererinnerungen, Körperberührung und die Bewegung des Körpers in der Therapie.

Körpersprache/Körperlesen

Die ganze Kunst des "Körperlesens" besteht darin, aus einer Vielzahl unterschiedlich ausgeprägter Charaktermerkmale, wie sie sich im Körper einprägen, die spezifischen Grundkonflikte herauszuspüren und mit dem aktuellen, geistigen und psychischen Erleben in Verbindung zu setzen. Wer den Körper so lesen und die Körpersprache verstehen kann, erfährt viel über die Geschichte, den Charakter und die Wesensart eines Menschen. Wenn ich hier das Körperlesen herausgreife, dann deswegen, weil es sofort in einem herkömmlichen analytischen *setting* anzuwenden ist. Ich will ermuntern, noch bewußter und systematischer auf die gesamte Körpersprache der Klienten zu achten: Mimik, Gestik, Körperhaltung und -lage, ob und wie sie sitzen, liegen, stehen, sich bewegen; Ausdruck in den Augen, die wahrhaftig Fenster der Seele sind. Wichtig ist auch hier der energetische Prozeß (insbesondere die Atmung) sowie die energetische Ausstrahlung: stark oder schwach, anziehend oder abweisend, ängstlich, entleert, anklammernd, vereinnahmend, abstoßend, in sich abgegrenzt und offen und so vieles mehr.

Das heißt natürlich, die entsprechenden Botschaften des eigenen Körpers – die *syntone Gegenübertragung* – voll zu erspüren. Eigene Gefühle, Verspannungen, Erregungen sind oft ein unfehlbares Indiz für eine Bewegung des Unbewußten in dem Klienten. (..)

Körpererinnerung

Hiermit sind nicht die sehr häufigen verbalen Einfälle aus früher Kindheit und Lebensgeschichte, die während Körperarbeit und Körperanalyse auftauchen, gemeint. Zusätzlich zu solchen eidetischen Gedächtnisleistungen begegnet man immer wieder präverbalen und averbalen Erinnerungsspuren, koänesthetische, d.h. unspezifische, sozusagen aus dem Eingeweide empfundene Erinnerungen, die sich in Körperempfinden, Körperhaltung und Körperbewegung festgeschrieben haben und sich äußern. Solche Körpererinnerungen entstehen natürlich in *jeder* Phase der menschlichen Entwicklungsgeschichte, nicht nur in der allerfrühesten, die ich hier herausgreifen will.

Zunehmend auch seitens der klassischen Psychoanalyse wird auf die Fähigkeit des Organismus verwiesen, sehr frühe perinatale und pränatale, d.h. Geburts-, frühe *nach*geburtliche und sogar *vor*geburtliche Erlebnisse in Körpersprache zum Ausdruck zu bringen. Über das "genaue Einprägen von Erinnerungen während des Geburtsvorganges" schrieb **Winnicott** schon 1949. (Anm. d. Red.: siehe auch S. Grof: Geburt, Tod, Transzendenz)

Berührung

In den frühen Jahren der Psychoanalyse hat **Freud** bekanntlich seine Hand auf den Kopf seines Patienten gelegt. Heutzutage verzichtet mancher Analytiker darauf, seinem Klienten die Hand zu geben. Die Pointe ist: sowohl das eine wie das andere ist eine Körperbotschaft. Man kann nicht nicht-kommunizieren. Es gibt Patienten, bei denen das Nicht-Berühren und das Nicht-berührtwerden-dürfen ihre tiefste pathologische Überzeugung bestätigt, unberührbar zu sein! Eine alte Faustregel der Körper-Psychotherapie lautet: *im Zweifelsfall für Berührung.*

Natürlich gibt es auch Berührungen in anderen, übertragenen Bedeutungen. Beispielsweise die Berührung mit den Augen – *der Blickkontakt* kann ein sehr wichtiges Mittel der Therapie werden. Häufig fängt ein Patient erst dann an zu "sehen" (Einsicht, Erkenntnis), nachdem ausführliche und tiefgreifende Arbeit an dem Augensegment (ein muskulärer Verspannungsgürtel rings um den Kopf in Höhe von Augen und Schädelbasis) geleistet wird. Im weitesten Sinne bezieht sich die Berührungsregel auch auf die Mitteilung eigener Gefühle oder sonstiger Gegenübertragungsreaktionen, wodurch energetische (d.h. körperliche!) Austauschprozesse im Übertragungs-Gegenübertragungsprozeß aufgedeckt und bearbeitet werden.

Bewegung

Die sogenannten Übungen der bioenergetischen Analyse und/oder sonstiger Körper-Psychotherapien dienen weitgehend dazu, den Körper in eine bestimmte Lage oder Bewegung zu bringen, um dadurch in Kontakt mit körperlichen oder emotionalen Spannungen, Ängsten, Schmerzen usw. zu treten. Diese werden erlebnismäßig wiederholt und gegebenenfalls durch geeignete Bewegungen entladen. In aller Regel signalisiert der Klient selbst, meist unbewußt über seine Körpersprache, welche die für ihn geeigneten Bewegungen oder Betätigungen sind. Diese Botschaften aufzugreifen, zurückzumelden und nach Möglichkeit in geeignete Übungen umzusetzen, ist eine wichtige Aufgabe der Spiegel- und Hilfsfunktion des Analytikers.

Eine geballte Faust, zusammengebissene Zähne, verspannte Schultern halten häufig Wut zurück. Diese herauszulassen, z.B. durch Schreien oder gezieltes Schlagen auf die Couch oder eine Matratze, *kann* ein wichtiger, unter Umständen sogar unverzichtbarer Schritt zum Erinnern, Wiederholen, Durcharbeiten von psychisch und somatisch fixierten Konflikten sein. Ein Beispiel hiervon habe ich am Anfang erwähnt (in der ungek. Fassung).

Wie tief manche sehr einfach erscheinende übung geht, ist nicht zu unterschätzen. Ich erinnere mich an ein überwiegend oral-strukturiertes Gruppenmitglied, ein Mann, der sich öfters darüber beklagte, er könne seine Gefühle nicht spüren. Eines Abends im Zusammenhang mit einer aktuellen Trennungssituation äußerte er wiederum ein tiefes Bedürfnis, seine Trauer zuzulassen, ohne jedoch das Gefühl selbst spüren zu können. Ich bat ihn aufzustehen und sich vornüber zu beugen. Seine Kopf habe ich etwas unterstützt und ihn den Nacken an der Schädelbasis leicht massiert. Plötzlich brach aus ihm eine Woge von Trauer und tiefstem Weinen heraus, die in einen befreienden Schrei mündete, der an das Schreien eines ein- bis zweijährigen verlassenen Kindes erinnerte. Mit Hilfe dieser einfachen Körperbewegung kam er innerhalb kürzester Zeit an die Quelle seiner Trauer in frühester Kindheit.

Diese Beispiele lassen sich beliebig vermehren; natürlich kommen sie auch in herkömmlich durchgeführten Analysen häufig genug *spontan* vor. Worauf es mir hier ankommt, ist, die vernachlässigte Möglichkeit aufzuweisen, auch gezielt und systematisch mit dem Körper zu arbeiten und direkt über den Körper das Unbewußte der analytisch-tiefenpsychologischen Bearbeitung zugänglich zu machen.

Professor Worsley erteilt unserer westlichen (Un-)Art, die Gesundheit von uns selbst, der Natur und des ganzen Planeten Erde zu vernachlässigen, eine Lektion. Doch er tut es mit solch großer Liebe, mit Humor und tiefer Weisheit, daß man bedauert, bei seinem *Vortrag in New York* nicht dabei gewesen zu sein. Ein »Sachbuch«, bei dem man zugleich lachen und weinen muß.
128 Seiten, DM 18,-

Plejaden
Bücher, Tafeln, Bilder
Hilfen auf dem Weg zum Selbst

VOM EWIGEN LEBEN. Die Erneuerung des universalen Bewußtseins. Von *Rodney Collin*. Eine faszinierende Studie von Tod und Wiedergeburt und der Periode, die der Mensch in den unsichtbaren Welten zwischen Tod und Leben verbringt. Ein Buch, das man nicht nur einmal liest. 160 Seiten, 8 Bildtafeln, 1 Farbtafel, Leinen, DM 35,00

Plejaden
Danckelmannstr. 10, 1000 Berlin 19
Bücher, Tafeln, Bilder
Hilfen auf dem Weg zum Selbst

Wilhelm Reich und New Age

Seine Einflüsse auf aktuelle Bewegungen und Möglichkeiten der Anwendung seiner Erkenntnisse

von Jürgen F. Freihold

Kaum ein Naturwissenschaftler hat die verschiedensten Bewegungen der letzten zwanzig Jahre so nachhaltig beeinflußt wie Wilhelm Reich. Die *Studentenbewegung*, hatte die den (linken) frühen Reich für ihre Theoriediskussion (z.B. »Was ist Klassenbewußtsein?«) entdeckt und die *Kinderladenbewegung* berief sich auf Reichs Erkenntnisse über frühkindliche Sexualität und Neurosenbildung.Gleichzeitig begann die *Sexuelle Revolution* (in Bezugnahme auf einen Buchtitel Wilhelm Reichs), von den Medien ausgeschlachtet, inhaltlich jedoch gegründet auf eine *Kommunebewegung*, die u.a. angeregt von den sexualökonomischen Schriften Reichs, etablierte Lebensnormen der bürgerlichen Gesellschaft praktisch in Frage stellte.

Auf der Suche nach Wirkungen Wilhelm Reichs auf heutige Bewegungen stößt man vor allem auf eine Therapie-Szene, die die verschiedendsten asiatischen und westlichen Techniken benutzt. Dabei beziehen sich westliche Therapien wie Bioenergetik, Urschrei, Rolfing etc. mehr oder weniger auf Forschungskonzepte, die auf die Arbeiten Wilhelm Reichs aufbauen.

Die traditionellen östlichen und westlichen Therapieformen haben eine gemeinsame Basis, nämlich die Annahme einer Körperenergie, die allen materiellen, emotionellen und geistigen Prozessen des Menschen zugrundeliegt und die im Körper fließt. Stauungen dieses Energieflusses führen zu Störungen im Lebensprozeß, zu Krankheiten.

Die östlichen Traditionen berufen sich hauptsächlich auf empirische Erfahrung z.T. sehr alter Techniken, wie z.B. Akupunktur, Shiatsu, Reiki, Do-In etc. Diese haben ihren Ursprung im Erfahrungswissen, das überliefert ist und von dem bekannt ist, daß sie die energetischen Körperströme beeinflussen, wie dies jedoch im medizinischen, naturwissenschaftlichen Sinne geschieht, ist bisher nicht geklärt.

Die ersten energetischen Körpertherapien

Wilhelm Reich hatte die Lebensenergie entdeckt, die er Orgon-Energie nannte, weil er sie zunächst in Organismen fand, später jedoch auch als grundlegende kosmische Ur-Energie physikalisch, d.h. mit allgemein anerkannten naturwissenschaftlichen Meßmethoden nachwies.

Reichs körpertherapeutisches Konzept baute von vornherein auf den Fluß der Körperenergie im Organismus auf. Er erkannte, daß emotionelle Widerstände, psychische und geistige Krankheiten und chronische unwillkürliche muskuläre Spasmen (Körperpanzer) funktionell identisch mit den ihnen zugrundellegenden Neurosen sind.

Zunächst, noch mit Freud, nahm er in der *Psychoanalyse* die Körperenergie als »Libido« theoretisch an. Die Therapie hatte rein verbalen Charakter. Später in der *Charakteranalyse*, stützte sich Reich auf die von den Patienten entwickelten Widerstände, die z.T. schon körperliche Ausdrucksformen mit einbezog. In der *Vegetotherapie* dann bezog sich Reich direkt auf den Körperausdruck des Patienten, entwickelte — neben der verbalen Therapie — spezielle Körperübungen, die den blockierten Energiefluß beim Patienten wieder in Gang setzen sollten. Ziel der Therapie war nun, den Orgasmusreflex auslösen zu können, eine unwillkürliche Energieentladung des gesamten Organismus, die am vollständigsten in der liebenden genitalen Umarmung von — im charakteranalytisch gesehen — gesunden Menschen vorkommt (aber auch davon unabhängig als Körperreflex). In der *Orgon-Therapie* nun, der letzten von Reich entwickleten Form von Körpertherapie, wird auf die verbalen Anteile weitgehend verzichtet. Der Therapeut geht direkt auf den Körperausdruck des Patienten ein und unterstützt durch Körperübungen (passiv und aktiv) die Selbstregullerungsfunktionen des Organismus.

Es versteht sich von selbst, daß an die energetischen Fähigkeiten des Therapeuten höchste Anforderungen gestellt werden müssen, soll eine solche Therapie im Sinne Reichs wirksam sein. Reich selber wies viele ab, da er sie für zu krank hielt

In diesem Zusammenhang lehnte er z.B. auch Alexander Lowen ab, einen Patienten Reichs, den späteren Begründer der *Bioenergetik*. Lowen arbeitet mit vielen Übungen aus Reichs Orgontherapie, zum großen Teil jedoch mechanisch, d.h. nicht auf die energetische Struktur des einzelnen Patienten bezogen, sondern in Gruppen und als festgelegte Übungsfolge.

Die Therapie-Szene

Inzwischen hat sich eine fast unüberschaubare Vielfalt von Therapieformen entwickelt, die sich mehr oder weniger direkt auf Wilhelm Reich beziehen. Von den durch Wilhelm Reich selber ausgebildeteten Orgontherapeuten arbeiten nur noch sehr wenige, z.B. *Baker* in New York, der selber wieder eine Reihe von Therapeuten ausgebildet hat, von denen jedoch nur wenige in Europa arbeiten und die sind sehr teuer und nehmen selten Patienten auf.

Eine ganze Reihe Therapeuten gründen sich auf die Vegetotherapie, die Reich noch hier in Europa entwickelte. Sie arbeiten u.a. in England *(Boysen)* und in Italien *(Navarro)* und bilden auch Therapeuten aus..

Wilhelm Reich selber war recht skeptisch, was Heilungsmöglichkeiten neurotisch kranker Menschen (und das sind praktisch alle) durch therapeutische Maßnahmen betraf. Er äußerte sich in etwa so: einen neurotischen Menschen kann man genauso wenig zu einem gesunden Menschen machen, wie man einen krumm gewachsenen Baum zu einem geraden Baum machen kann. Man kann nur einen gesunden krummen Baum aus ihm machen.

Reich selber war als Forscher die Erkenntnisarbeit sowie die Neurosen-prophylaxe ohne Zweifel wichtiger als die Therapie einzelner Patienten, wenn er dies auch immer wieder tat. Da ihm die seuchenartige Verbreitung neurotischer Erkrankungen in der ganzen Bevölkerung auffiel, nahm er z.B. den Psychoanalytikern gegenüber, die sich darauf verlagerten, einzelne (reiche) Patienten zu kurieren, einen sehr kritischen Standpunkt ein.

Er setzte vor allem auf die *Kinder der Zukunft*: Das einzig sinnvolle »therapeutische« Konzept sah er darin, Räume zu schaffen, in denen charakterlich gesunde Kinder in Freiheit aufwachsen könnten, betreut von weitgehend gesunden Eltern, Erziehern, Lehrern und Ärzten.

Angesichts des Aufwands, einen einzigen Orgontherapeuten auszubilden und angesichts der globalen Verbreitung schwerster neurotischer Erkrankungen schien ihm die konventionelle Therapie als recht aussichtsloses Unternehmen.

Das von der Sexualökonomie angestrebte Therapieziel — die Auslösung des Orgasmusreflexes und die Freilegung genitaler Charakterinhalte — ist nur in den seltensten Fällen erreichbar. Das verleitet dazu, aus pragmatischen Gründen der »technischen Machbarkeit« einen revisionistischen Standpunkt einzunehmen d.h. diese Therapieziele aufzugeben und durch allgemeine Formulierungen wie »Auflockerung des Körperpanzers« usw. zu ersetzen. Reich hatte eine solche Entwicklung, und damit einen Niedergang der Sexualökonomie vorhergesehen.

Wilhelm Reich

Indem jedoch die sexualökonomischen Inhalte — die Identität von Sexualprozessen und Lebensprozessen — aufgegeben werden, geht die Verbindung der Therapien zu grundlegenden Naturprozessen verloren.

Es ist nicht schwer, sich vorzustellen, wie entsetzt Reich über die z.T. sehr laienhaft arbeitende und vorwiegend auf kurzfristige emotionelle Sensationen und das Geld einzelner Patienten hin konzipierte Therapie-Szene wäre. Er hat sich schon zu Lebzeiten recht drastisch zu solchen Erscheinungen geäußert.

»Orgastisch impotente Ärzte werden im Bereich der medizinischen Orgonomie eine heillose Verwirrung in den medizinischen Methoden anrichten...«

Dennoch: wer die eigene Neurose entdeckt (es ist ihre Funktion, verdrängte Gefühle *nicht* zu entdecken), d.h. sich selbst als Kranken akzeptiert, entwickelt spontan den Wunsch »geheilt« zu werden, eine Therapie zu erhalten, unabhängig von den realen Möglichkeiten. Und wer diesen Wunsch hat und die entsprechende Gelegenheit, sollte auch die Chance einer Therapie nutzen. Leider ist diese Situation der Patienten allzu geeignet, finanziell und auch im Sinne gruppenpolitischer Macht (z.B. Sekten, »Therapie«kommunen) ausgenutzt zu werden. Letztlich muß es dem Gefühl und der Einsicht des einzelnen Patienten überlassen werden, sich einem Therapeuten oder einer Institution auszuliefern. Natürlich ist dies mit erheblichen Risiken für den einzelnen verbunden, der meist nicht wissen kann, worauf er sich bei einer bestimmten Therapie einläßt. Dennoch ist diese eher chaotische Situation einer staatlichen bzw. gesetzlichen Regelung vorzuziehen. Denn sollten alle Körpertherapieformen an staatliche Zulassungen gebunden werden (wie z.B. bei Masseuren), ist zu erwarten, daß sich durch Verbandspolitik nur eine sehr beschränkte Sichtweise der Körperarbeit durchsetzt und Alternativen nicht mehr gelehrt werden dürfen. So gibt es jetzt zwar bedauerlichen »Wildwuchs«, jedoch auch eine sehr positive freie Entfaltung verschiedener Ansätze.

Ausgehend von reich'schen Therapieformen haben sich verschiedene »Szenen« gebildet, die u.a. auch recht bedenkliche Erscheinungen vorbringen. Ein Phänomen ist das »Patientenbewußtsein«, das sich als elitäres Gesundheitsgehabe nach außen richtet, im extrem sogar als Geringschätzung derer, die nicht in therapeutischer Behandlung sind. Erklärlich ist dieser Gesundheitswahn als Stadium einer Therapie, in der Patienten nicht liebesfähig sind und ihre Neurosen als Verachtung, Haß, Ekel etc. (je nach Charakterstruktur) nach außen richten. Reich hat gerade vor den Folgen eines solchen Denkens gewarnt. Er hatte konkrete Befürchtungen, daß eine entstellte Lehre vom Lebendigen zu einer gesellschaftlichen Katastrophe führen könnte, indem die Menschheit in Neurotische und Gesunde einteilt würde.

»Nach der Verzerrung früherer Lehren zu urteilen, werden Ärzte und Philosophen wahrscheinlich eine neue Tugend auf den Sockel heben, das vollkommene Ideal einer 'Freiheit der Emotion' ... wird ohne Sinn und Verstand wüten, nur um 'emotional frei' zu sein.«

Therapie-Szene und Religionsfeindlichkeit

Ein anderes Phänomen der Therapieszene ist eine mehr oder weniger ausgeprägte Religionsfeidlichkeit, die sich als Mißtrauen gegen alle Irrationalen Aktivitäten richtet wie Gebet, Meditation, Yoga etc. Ursprung davon sind Reichs Äußerungen über Therapie mit

religiösen Menschen. Er hat die Erfahrung gemacht, daß sich die Religiösität bei allen Menschen, die eine zeitlang therapeutisch betreut wurden, als Irrationalität auflöste. Religion wurde vom Patienten erkannt als Ersatzhandlung, als Hoffnung auf das »Paradies« z.B., das man sich im Diesseits aufgrund neurotischer emotioneller Erstarrung selber versagt hat. Wenn nun diese Erstarrung einem neuen, lustvollen, sexuellen Erleben Platz macht, haben die asketischen und jenseitsorientierten Ideologien keinen Platz mehr und werden aufgegeben.

Irrational jedoch ist nicht die Religion, sondern die vom neurotischen Charakter verzerrte Version. Daß sich die Religion unter den Bedingungen, von weitgenhend gesunden Menschen praktiziert zu werden, als tiefes Wissen um Ursprung, Weg und Ziel des Menschen, der Natur und des Kosmos darstellt, bleibt davon unberührt. Unter rationalen Verhältnissen dürfte es keinen Widerspruch geben zwischen »Religion« und »Wissenschaft«. Und es ist durchaus sinnvoll anzunehmen, daß die Wissenschaft den größten Teil der Rätsel der Natur noch nicht gelöst hat, deren Gesetze jedoch unabhängig davon auf unser Leben und Sterben wirken, und daß einige »Wissende« wie Jesus oder Buddha die für diese Verhältnisse funktionellste Form gewählt haben, ihre Erkenntnisse von der Ganzheit des Kosmos zu vermitteln. Es wird immer einige Wenige geben, die mehr Wissen und mehr Weisheit haben als die Masse, die diese Fähigkeiten falsch interpretieren muß, um sich ihnen nähern zu können.

Die Religion hatte Jahrtausendelang in der Geschichte der Menschheit die Funktion, Moral und Ethik zu konservieren und von Generation zu Generation weiterzugeben. Dies eignet sich auch dazu, Strukturen der patriarchalischen Herrschaft zu transportieren und macht sie zum wirkungsvollen Unterdrückungsmechanismus für die Menschheit. Aber deshalb kann und darf sie nicht »abgeschafft« werden, wie es in revolutionären verwirrten Zeiten (z.B. China, Albanien, Tibet) versucht wurde. Solange eine ganzheitliche Wissenschaft keine rationalen Strukturen und gesunde Erzieher, Ärzte, Wissenschaftler hervorbringt, kann auf regulierende konservative Strukturen wie Religion, Moral, Ethik etc. nicht verzichtet werden. Dieser Gedankengang findet sich breit entwickelt in Reichs Spätwerk (z.B. *Äther, Gott und Teufel*).

Reich selber fand kurz vor seinem Tod zu religiösen Inhalten. Er schickte seinem Sohn Peter eine Karte mit den »Betenden Händen« von Dürer aus dem Gefängnis.

Peter Reich: »Im Gefängnis hatte er angefangen, in die Kirche zu gehen, und er sandte mir Gebete und ein Blatt aus der Kirchenzeitung, auf dem die 'Betenden Hände' von Dürer abgebildet waren. ...
Daddy hat darauf geschrieben:
Für Pete, damit er danach betet
10. Mai 1957, Dad«

Der Orgon-Akkumulator: Chance für eine sanfte Medizin-Technologie

Ein weiterer Aspekt der Arbeit Reichs, der bisher neben seinen politischen, psychologischen und körpertherapeutischen Ansätzen kaum Beachtung erlangt hat, gewinnt zunehmend an Bedeutung, seine naturwissenschaftlichen Grundlagenforschung, d.h. seine medizinischen, physikalischen, meteorologischen und biologischen Erkenntnisse.

Wilhelm Reich hatte mit dem *Orgonakkumulator* ein Gerät entwickelt, mit dem er (auch menschliche) Organismen energetisch aufladen konnte. Diese Aufladung nun hat vielfältige Wirkungen auf den Organismus, die sich — allgemein ausgedrückt — in einer umfassenden Stärkung des Immunsystems auswirkt. Reich hat festgestellt, daß die überwiegende Mehrheit der Menschen an Krankheiten als Folge chronischer Unterladung leidet, und er hat nach anfänglichem Zögern, die breite Anwendung des Orgonakkumulators (zumindest in der »kleinen« Ausgabe als *Shooter* = »Kanone«, ein Kleinakkumulator mit Metallschlauch zur gezielten Lokalbestrahlung) empfohlen.

»Im Orgonakkumulator haben wir ... ein Gerät zu unserer Verfügung, um damit wirksam fertig zu werden, was gewöhnlich und hilflos KRANKHEITS-DISPOSITION genannt wird. Diese Disposition ist etwas sehr Konkretes: ES IST NIEDRIGES BIOENERGETISCHES NIVEAU UND SCHWACHER ENERGIEWANDEL IM ORGANISMUS«

Das Buch Der Orgonakkumulator nach Wilhelm Reich gibt detaillierte Anweisungen über Funktion, Anwendung und Konstruktion von Orgonakkumulatoren und einen ausführlichen Erfahrungsbericht, der vor allem Unerfahrenen eine Hilfe bei den ersten Schritten in der Benutzung von Orgongeräten sein kann.

Da es nun wenigstens wieder sachgerechte Informationen über die korrekte Konstruktion gibt, deren Fehlen 25 Jahre lang jede Neuaufnahme von Forschungen unmöglich machte, können sich Interessierte ihren Orgonakkumulator bauen oder kaufen. Doch auch hier gibt es nicht zu unterschätzende Risiken. Obwohl die Anwendung von Orgonakkumulatoren für Gesunde keine Risiken beinhaltet, gibt es doch eine Reihe von Krankheiten, die auf ÜBERladung zurückgeführt werden können, so daß die Anwendung von Akkumulatoren gefährlich wäre. Da es im Augenblick keine sachgerechte medizinische Ausbildung am Orgonakkumulator gibt, muß dringend davor gewarnt werden, ihn an Patienten »auszuprobieren«. Auch gibt es Gefahren durch Nuklearbestrahlung (z.B. Röntgenstrahlen) in Mischung mit Orgonbestrahlung. Auch die gleichzeitige Behandlung mit chemischen Medikamenten (z.B. mit Kortisonen oder Sulfonamiden) ist gefährlich, da diese bei gleichzeitiger Orgonbehandlung von den Körperabwehrkräften sofort abgebaut werden. Eine weitere Gefahr bei der Benutzung von Orgonakkumulatoren liegt in der steigenden Umweltbelastung (vor allem durch Atomenergie, aber auch durch Radar, Hochspannung, Bildschirmgeräte, Leuchtstoffröhren, Mikrowellenherde und einer unüberschaubaren Menge von giftigen Chemikalien)

Ob es diese Risiken rechtfertigen, eine Anwendung und breite Erforschung der medizinischen Orgonomie zu verhindern, erscheint trotzdem mehr als fraglich, denn es bedeutet, daß das Feld einer Medizin überlassen wird, die den Menschen als Maschine begreift, die mechanisch repariert werden kann. Die Orgonomie regeneriert, ohne Medikamente, nur mit energetischen Methoden, die dem Organismus innewohnenden Fähigkeiten zur Selbstregulierung. Dabei gibt es deutliche Parallelen zu östlichen überlieferten Therapien, z.B. der Akupunktur, die falsch angewendet, genauso riskant ist

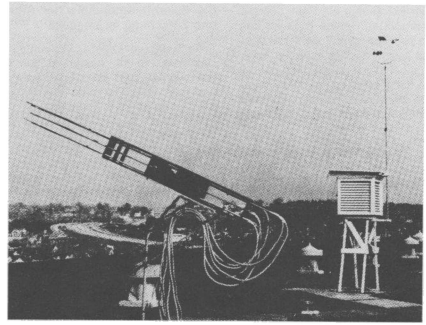
wie falsch angewendete Orgonakkumulatoren. Niemand jedoch wird wegen dieser Risiken ernsthaft verlangen, daß die Forschung und Anwendung der Akupunktur eingestellt wird.

Es gibt gegenwärtig ein ständig wachsendes Interesse an der Orgonomie und es haben sich viele privat, zur eigenen Nutzung, Orgonakkumulatoren angeschafft. Denn über die rein medizinisch-therapeutischen Aspekte der Anwendung von Orgonakkumulatoren hinaus birgt deren Benutzung Erfahrungen, die mit der Aufladung und einem steigenden persönlichen Energieniveau einhergehen, die man als *energetisches Wachstum* bezeichnen kann. Über die rein sinnlichen Wahrnehmungen hinaus, die im Orgonakkumulator gemacht werden können, wie Wärme, Prickeln auf der Haut, Anregung von Körperfunktionen in jeder Hinsicht, werden Erfahrungsfähigkeit und -tiefe entwickelt.

Diese Erfahrungen sind sehr persönlich und wie bei der Anwendung weicher Drogen ist der praktische Versuch die einzige Möglichkeit, diese Form der Bewußtseinserweiterung praktisch zu beurteilen. Diese Erfahrungen wirken auf körperlicher, emotioneller und geistiger Ebene. Sie können nicht propagiert werden, da sie völlig von den energetischen Strukturen des einzelnen abhängig sind. Ihre Wirkungen können so umfassend in das Leben des einzelnen eingreifen, daß für jeden, der diese Erfahrung gemacht hat, außer Frage steht, daß die Vernichtung und Behinderung des Wissens über Funktionen und Konstruktion von Orgonakkumulatoren ein Betrug an der Menschheit ist.

CLOUDBUSTER: Chance zur Bewältigung des Waldsterbens

Ein weiterer Forschungszweig, die Meteorologie, hatte weitreichende Wirkungen. Mit dem *Cloudbuster*, einem Gerät, mit dem in der Atmosphäre Orgonenergie-Ströme geschaffen werden können, ist es möglich, Wolken aufzulösen oder entstehen zu lassen und Regen zu machen. Reich stellte fest, daß überall dort, wo Atomenergie und Orgonenergie in konzentrierter Form aufeinandertreffen, eine neue Form der Orgonenergie entsteht *DOR = Deadly ORgone*, das äußerst destruktive Wirkungen hat, u.a. die Wüstenbildung. Als ein erstes Symptom dieser



DOR-Verseuchung stellte Reich das Absterben der Bäume fest in einer Form, wie sie heute als *Waldsterben* bekannt ist. Mit dem Cloudbuster konnte er auch dieser atmosphärischen Verseuchung entgegentreten. Das Ausmaß des Baumsterbens läßt die Vermutung zu, daß Reichs Prophezeiung einer globalen DOR-Katastrophe eingetreten ist. Ein gezielter Einsatz von Cloudbustern könnte jedoch nur in internationaler Kooperation geschehen, da die Orgonströmungen vor Grenzen nicht haltmachen und deren Anwendung mit größten Risiken für Gesundheit und Umwelt verbunden ist. Neuere Forschungen in dieser Richtung haben die Arbeiten Reichs bestätigt und es gibt auch neuere Literatur zu diesem Thema: *Charles Kelley, Eine Neue Methode der Wetterkontrolle*, gibt einen Überblick über die Möglichkeiten, die in der Cloudbusteranwendung liegen; die Zeitschrift *emotion Nr.7* beschäftigt sich ausführlich mit dem Waldsterben und damit verbundenen orgonomischen Aspekten und das Buch von *Jerome Eden: Orgon-Energie* (erscheint Sommer 86) behandelt die DOR-Katastrophe und den Aufklärungskampf des Autors.

ORGONOMIE: Die (fast) vernichtete Wissenschaft vom Lebendigen

Die Verbreitung all dieser Erkenntnisse wurde in den letzten 25 Jahren erfolgreich verhindert, insofern kommt den oben genannten Büchern eine Art Pioniercharakter zu.

Das Buch *Der Orgonakkumulator nach Wilhelm Reich* geht vor allem zurück auf Reichs Buch *The Orgone Energy Accumulator — Its Scientific and Medical Use*, das dieser in einer für Laien und Wissenschaftler anderer Disziplinen verständlichen Form verfaßt hatte. Leider ist dieses Buch zusammen mit allen anderen orgonomischen Büchern vernichtet worden, als Reich Opfer eines geschickt und wirkungsvoll inszenierten Komplotts wurde. Ein Gericht verfügte — angestiftet von konkurrierenden Ärzten — die Vernichtung der orgnonomischen Literatur und aller Orgonakkumulatoren und untersagte bei Strafe deren weitere Produktion und Anwendung, gestützt auf ein theoretisches Gutachten, das die Wirkungslosigkeit der Orgongeräte bescheinigte. Reich sprach dem Gericht die Qualifikation ab, über naturgesetzliche Phänomene zu urteilen und das, ohne sich mit den entsprechenden Forschungen beschäftigt zu haben. Er wurde dann zu einer zweijährigen Haftstrafe verurteilt — wegen Mißachtung des Gerichts — und starb, kurz vor seiner Entlassung an Herzversagen.

Peter Reich über ein Gespräch mit seinem Vater, wenige Tage vor dessen Tod: »Er sprach nicht viel über sich selbst, aber er sagte, er habe von einem anderen Häftling gehört, man habe vermutet, er sei in seiner Zelle umgebracht worden, aber aus irgendeinem Grund sei das nicht geschehen.

Ob Reich eines natürlichen Todes gestorben ist, kann bezweifelt werden. Er hatte eine Fülle von Bereichen mit seiner Forschung angesprochen, die in den USA der McCarthy-Ära mehr als verdächtig waren. Als ehemaliger Funktionär der KPD war er sowieso als »Kommunist« verdächtig. Er hatte sich mit seiner erfolgreichen Krebs-Therapie in der amerikanischen Ärzteschaft Feinde gemacht, seine Orgongeräte hätten, breit angewendet, die dramatische Einschränkung der Produktion pharmazeutischer Präparate und teurer nuklearmedizinischer Geräte zur Folge. In seiner Forschung war er auf ein Phänomen gestoßen, das breit angewendet, die Immunisierung der Bevölkerung vor der Strahlenkrankheit bewirken könnte, und dies in einer Zeit, da das Pentagon an der Wasserstoffbombe arbeitete, eine »dreckige« Atombombe, die durch Massenverseuchung und Verstrahlung großer Gebiete abschrecken sollte.

Die Verwalter des Erbes von Wilhelm Reich im *Wilhelm Reich Infant Trust Fund*, haben sein Testament so interpretiert, als hätte Reich im Sinne gehabt, seine Arbeit 50 Jahre lang nicht zu veröffentlichen. Davon steht jedoch nichts im Testament, das lediglich verfügt, daß die Originale seiner Arbeiten 50 Jahre lang so verwahrt werden, daß sie nicht inhaltlich verfälscht werden können. Daß sie nicht veröffentlicht und damit die orgonomische Wissenschaft praktisch vernichtet werden sollte ist völlig gegen den Geist der Forschungen Wilhelm Reichs gerichtet, eine Anfechtung dieser Auslegung des Testaments vor einigen Jahren war jedoch erfolglos und so muß auf die Veröffentlichung des größten Teils der späten wissenschaftlichen Arbeiten Reichs bis zum Jahr 2007 gewartet werden. Ob dieses geschehen wird, d.h. ob das Material — wegen seiner inhaltlichen Brisanz — bis dahin überhaupt noch existiert, scheint ebenfalls recht zweifelhaft.

Die Zukunft orgonomischer Arbeit und Forschung ist ungewiß

Auch außerhalb der USA konnte die Orgonomie nicht wieder aufgenommen werden. Nur wenige seiner ehemaligen Mitarbeiter arbeiteten weiter an orgonomischen Phänomenen, die meisten jedoch, wie Eden in New York und Hoppe in München (er starb 1982), beschränkten sich auf die Ausbildung von Therapeuten und behandelten die Anwendung des Orgonakkumulators — aus der Berechtigten Angst vor Verfolgung — mehr oder weniger als Geheimnis. So sind nur wenige Ärzte in der Anwendung von Orgonakkumulatoren ausgebildet und es ist unwahrscheinlich, daß in nächster Zukunft eine sachgerechte Forschung und Ausbildung geschehen kann.

Das größte Problem ist ein tief verwurzeltes Mißtrauen vieler Wissenschaftler gegen alles was mit Wilhelm Reich zu tun hat. Das oft gehörte Argument lautet: »Wenn was dran wäre an den Sachen, dann hätten sie sich längst als Wissen durchgesetzt«. Es ist kaum plausibel zu machen, daß das, was Reich die *emotionelle Pest* nannte, die orgonomische Forschung verhindern konnte.

Ein erheblicher Anteil am »schlechten Ruf« Reichs bei Wissenschaft und Öffentlichkeit ist auf den Rufmord durch seine eigenen »Anhänger« zurückzuführen, die das Gerücht, er sei »verrückt«, das Reich selber bis auf seinen Urheber zurückverfolgt hatte (veröffentlicht im Interview »Wilhelm Reich sprich über Sigmund Freud«), weitertrugen, sobald sie die Inhalte nicht mehr nachvollziehen konnten. So behaupteten z.B. linke Reichianer, die Raubdrucke seiner Frühschriften herausbrachten z.T. als Nachwort in diesen Heften, Reich sei verrückt geworden, als er die KPD verlassen hat und hätte die Orgonenergie »erfunden«.

Auch David Boadella, der eine Biographie über Reich herausgebracht hat, zweifelt an dessen Geisteszustand (wegen Aussagen zu seiner Ufo-Forschung) *obwohl er ihn nie selber kennengelernt hat.*

Im *New Age* versuchen die verschiedensten ganzheitlichen Bewegungen, geistige, technische und wissenschaftliche Entwicklungen voranzubringen, die die Heilung der Menschheit von den Irrwegen einer mechanistischen Technologie, Wissenschaft und Ideologie und die Hinwendung zu Methoden, die mit den kosmischen Gesetzen in Einklang stehen, zum Ziel hat. Ob Wilhelm Reich in diesen Bewegungen eine größere praktische Bedeutung erreichen wird, kann nur die Zukunft zeigen. Es wird mutige Wissenschaftler geben müssen, die sich von den Vorurteilen und Tabus, die den Namen Wilhelm Reich umgeben, trennen müssen, um all die Forschungsgebiete zu erarbeiten und weiterzuentwickeln, die dieser Mann aufgetan hat.

Das *New Age* ist ein Konglomerat verschiedenster ganzheitlicher Bewegungen, von geistigen, technischen und wissenschaftlichen Entwicklungen, die die Heilung der Menschheit von den Irrwegen einer mechanistischen Technologie, Wissenschaft und Ideologie und die Hinwendung zu Methoden, die mit den kosmischen Gesetzen in Einklang stehen, zum Ziel hat. Ob Wilhelm Reich in diesen Bewegungen eine größere praktische Bedeutung erreichen wird, kann nur die Zukunft zeigen. Es wird mutige Wissenschaftler geben müssen, die sich von den Vorurteilen und Tabus, die den Namen Wilhelm Reich umgeben, trennen müssen, um all die Forschungsgebiete zu erarbeiten und weiterzuentwickeln; die dieser Mann aufgetan hat.

»Im Suchen nach Wissen drückt sich zuweilen der verzweifelte Versuch der Orgonenergie innerhalb des lebenden Organismus aus, sich selbst zu verstehen, sich ihrer selbst bewußt zu werden.«

anzeige

OCTOPUS
BÜCHER FÜRS LEBEN

Unsere **Octopus Information** mit hunderten Buchbesprechungen zu Themen wie:
spirituelles und alternatives Leben, Ernährung, Massage, Meditation, Therapie, Ökologie, Grenzgebiete und vieles mehr ist kostenlos und unverbindlich zu bestellen bei:

Octopus
Fleischmarkt 16
1010 Wien
Telefon 0222/52 71 46

NEON STERNE

Verlag Petra Niehaus
Malmedyerstr. 27, 5100 Aachen

Astrokalender 1986
Sternenlichter

Dieser TASCHENKALENDER bietet:
**tägliche Angabe der Gestirnsstände für alle Planeten und Vesta und Chiron berechnet auf 24 h MEZ bzw. Deutsche Sommerzeit*
**Zeitangabe der Zeichenwechsel aller Planeten und der Mondphasen*
**Texte und Anregungen zur astrologischen Betrachtung*
**viel Raum für Eintragungen (zwei Tage pro Seite)*
**viele Bilder und Spots und Tips und Kicks*

DIE ASTROLOGISCHE BEGLEITUNG FÜR'S NEUE JAHR!

320 Seiten, Fadenheftung, 5-farbiger Umschlag, Format 10,2 x 14,2 cm
12,-

Den Kalender gibt's in Buch- und Bioläden, für den Handel zu beziehen über den Verlag

ASTROBITS
** DAS Einführungsbuch in die Astroenergetik*
** ASTROENERGETIK ist eine Synthese aus traditioneller Astrologie, buddhistischer Philosophie und Erkenntnissen der modernen Wissenschaft*
** ASTROBITS vermittelt locker und verständlich astrologisches Wissen, das den Sprung gemacht hat in NEUE ZEITEN*

Frauke Rindermann und Max Baltin:
ASTROBITS
180 Seiten 40 Abbildungen
20 x 21 cm ISBN Nr. 3 - 9800986 - 1 - 4
vierfarbiger Umschlag 26,– DM

DAS OFFIZIELLE REIKI PROGRAMM®

ENTDECKEN SIE DIE FREUDE DES ECHTEN REIKI®

REIKI löst streßerzeugende Muster und konfliktschaffende Verhaltensweisen.

REIKI erweitert Ihre Liebesfähigkeit, Ihr Herzbereich entfaltet sich in natürlicher Weise.

REIKI vermehrt die Freude und das Wohlbefinden, Kreativität, Produktivität, Reichtum, Klarheit und Ausstrahlungskraft.

REIKI ist eine präzise Wissenschaft zur vollen Bewußtwerdung.

»Wenn Sie REIKI benützen, wenden Sie tatsächlich Lichtenergie an, die Ihr ganzes Wesen durchflutet. Selbstheilung, Ganzwerdung und Transformation ergeben sich dabei ganz natürlich.«
Dr. Barbara Ray, »The Reiki Factor«

»Das ECHTE REIKI® ist ein Weg zur Erleuchtung mit Heilung als selbstverständlichen Nebeneffekt«
Gary Samer, A.I.R.A. REIKI-Lehrer
vorm. Leiter der Abteilung für Gesundheit in Findhorn

Das OFFIZIELLE REIKI PROGRAMM® und das ECHTE REIKI®, als geschützte Begriffe bedeuten beide, daß hier das vollständige unveränderte REIKI-System gelehrt wird. Das Ziel des REIKI-Systems ist, uns direkt mit transzendentaler universeller Energie in Verbindung zu bringen.
Universelle Lebensenergie ist allumfassend, von unbegrenzter Reichweite und enthält alles. Deshalb wirkt REIKI immer zum Wohle des Ganzen und harmonisiert und integriert Körper, Seele und Geist. Das REIKI-System ist eine östliche Schwingungswissenschaft und umfaßt sieben Grade, von denen jeder ein Teilbereich innerhalb des ganzen Systems ist; diese einzelnen Teile sind miteinander verbunden und wechselseitig voneinander abhängig. Wenn ein Teil fehlt, kann das REIKI-System **nicht** ganzheitlich universelle Energie bewirken.

Die American-International Reiki Association erkennt über 80 sachverständige voll ausgebildete Lehrer an, die der Öffentlichkeit garantieren, daß in ihren Kursen dieses System vollständig gelehrt wird.
Für weitere Informationen und Ausbildung wenden Sie sich bitte an die A.I.R.A., Passauerstr. 35, Rgb., 8000 München 70.

Wichtiger Hinweis:
Bitte vergewissern Sie sich, daß Sie das Seminar bei einem anerkannten A.I.R.A. Lehrer belegen, damit gewährleistet ist, daß Sie die volle REIKI-Energie, die von der A.I.R.A. garantiert wird, bekommen.

Herrlich: Weiblich

II. Teil

– und noch einige Runden...

© aus 'marias leben' p. kaster, 5000 Köln 30 edition die maus

Wie der Schleier der Isis dazu dient
und reizt, gelüftet zu werden, so soll
nun Licht gebracht werden in das
Dunkel um den Mythos der Frau...

"Und immer will die Sonne
scheinen,
auf die Natur, auf uns.
Der Mondin Auf und Ab
ist der Gesang, der uns begleitet
in den Herzensfluten."
Ere/Winter-Sonnenwende 1985

Wo bist Du? Komm hervor!
Freundin, Schwester, Weib des
Einen...:
Herrin der Sterne, Heilige Hure,
Magische Mutter, Mondin, Tochter
der Morgenröte...:
leg' Hüllen ab!
Es ist soweit:
die Frucht der Zeit
ist reif geworden,
die Apokalypse (griech.: Enthüllung)
"entblättert" uns...

"Die Schleier fallen.
Göttin der Wahrheit -
wir stehen nackt und bloß vor Dir.
Gerechtigkeit ist Dein Schwert,
Kali -
nichts können wir
vor Dir verbergen,
Deine Waage ist unbestechlich.
Du schlägst
unnütze Glieder von uns ab,
fällst Köpfe,
die nicht gebraucht werden.
Nur eins bleibt uns übrig,
es ist genug:
der Kern...
Das Zentrum des Ausbruchs.
Ruhe inmitten des Hurrican.
Du bist Es.
Om Ma Kali."
Ere/1984

Runde 1

Die, die alle Namen hat, hat auch diese (eine kleine Auswahl):
Persephone, Ceres, Demeter, Hathor, Ishtar, Esha, Hheva, Eva, Iris, Isis, Aphrodite, Venus, Hera, Tara, Esther, Stella, Selene, Kali, Lakshmi, Parvati, Maheshvari, Sarasvati, Ira, Eire, Gwen, Gauri, Uma, Inanna, Anna, Annapurna, Diana, Sarah, Ins, Isa, Iya, Ing(w)en, Mata, Erde, Arda, Hekate, Rani, Devi, Mira, Mari(a/e), Nimue, Muriel.....

"Again and again: in concentration of all things you will get the concentration of universe." ("immer wieder: durch die Aufmerksamkeit/Konzentration auf alle Dinge erlangst du die Aufmerksamkeit / Konzentration des Universums.)
The Mother (Mira Alfassa)

Runde 2

"Die Sünde des Mannes kommt von der Frau, und die Sünde der Frau kommt von ihr selbst."
Prediger Salomon

Im Mittelalter stand alles Weibliche eng in Verbindung mit dem "Erzfeind" und "Bösen". Man fragt sich, weshalb man aus dem Teufel, Satan und Antichrist nicht gleich eine weibliche Gestalt gemacht hat... Aber die Sache verhält sich komplizierter: Der "Böse" herrscht *über* die Frau. Er ist der Herr, der mit seiner Macht *auf die Frau einwirkt* und dadurch den Mann zur Sünde verleitet. Sein Werkzeug ist die Verführungskunst und die Sexualität der Frau. (Anm.d.Red: sehr häufig wird der Teufel mit weiblichen Brüsten dargestellt...)

Das Christentum hat den (alten jüdischen) Haß auf die Frauen einfach übernommen und bis zum Wahn gesteigert, um damit ein möglichst unüberwindliches Tabu zu errichten. Die Kirchenväter sind fast ausnahmslos klassische Personifikationen dessen, was wir heute "sexuelle Besessenheit" nennen würden...

Tertullian, der die Frau als "Pforte des Teufels" bezeichnet hat, definiert sie zusätzlich noch als "Tempel über der Kloake". Hier stoßen wir auf den Kern des Problems, das heute noch genauso tabuisierend auf uns wirkt wie in früheren Zeiten:

Die Frau ist in der Tat ein Tempel, aber um sich zu diesem Tempel Zutritt zu verschaffen, sind Wege zu beschreiten, die *verborgen, gefahrvoll, verschlungen, schleimig, feucht, von Blut und Stimmungswechseln befleckt* sind. Genau deshalb sind auch die Wege, die zum "Schloß der Sonne" führen – der *weiblichen Schwarzen Sonne, der Geistigen Sonne, die nur den Initiierten leuchtet, die in der Dunkelheit zu sehen vermögen* – mit so vielen Gefahren verbunden und von so vielen Ungeheuern, Sümpfen, Schlammlöchern und Höllenfluten verseucht.

"Im Herzen jedes Mannes schlummert eine Sau", heißt es treffend. Denn trotz der Verdrängung der *tiefen Göttin*, die in den unteren Chakren/Energiezentren (Wurzel- und Geschlechtschakra) der Frau sitzt, wünscht er sich insgeheim, sie möge aufwachen...

Hierin ist eine Reminiszenz all jener Kulte zu sehen, deren Objekt die Muttergöttin ist und die sich alle durch das Fehlen jeglichen Schamgefühls auszeichnen.

Die "Hure" gehört jener Kategorie Frau an, die von der Gesellschaft zwar verstoßen, aber dennoch für ihren Fortbestand gebraucht wird. "Damit die Paläste sauber bleiben, braucht man Kloaken", meinten die Kirchenväter schlicht...

So erlaubt das Vorhandensein einer Kaste "gefallener" Mädchen, die "anständige" Frau mit der höchsten Achtung zu behandeln. Die Prostituierte ist ein Sündenbock: der Mann lädt seine "Schande" auf sie ab und verleugnet sie anschließend. Laut Umfrage sind gerade die Kunden von "Nutten" (Nuith, Nut, Schwarz...) besonders bereit, deren Lebensweise zutiefst zu bedauern.

"Die Frau weiß, daß die Moral der Männer, was Frauen betrifft, eine unendlich verschlungene Mystifikation ist. Der Mann schleudert ihr mit großem Getöse seinen Sitten- und Ehrenkodex entgegen und fordert sie gleichzeitig mit Engelszungen auf, sich nicht an diesen zu halten...

Diesen Ungehorsam rechnet er ihr sogar hoch an, denn ohne ihn würde die ganze herrliche Fassade, hinter der er sich verbirgt, zusammenstürzen..."
Simone de Beauvoir

Und da das Gedächtnis des Menschen sehr weit zurückreicht, sind viele Liebespraktiken einerseits mit Scham belastet oder als 'schmutzig' deklassiert und andererseits mit anziehender Faszination ausgestattet. Der Kuß auf den Mund, auf die Augen, die Zunge im Ohr, das "normale" Eindringen in die Vagina, die verschiedenen als "Perversionen" klassifizierten Akte (z.B. Cunnilingus, Analkoitus, die Vorliebe für Schweiß, Intimsekretionen, Fäkalien, Urin, beschmutzte Wäsche etc.) sind nämlich – wieviel Widerwillen dieser Bereich auch immer auslösen mag – der ganz normale Drang, den Eingang ins Innere zu finden, *jenes berühmte offene Tor zum verschlossenen Palast*, von dem die alchemistischen Traktate sprechen.

Randthema

Die Treue der Gattin wurde vom Mann zum Schutz seines Erbes erfunden: nach der patrilinearen Erbfolge ist der Sohn Nachfolger des Vaters. Daher darf der Mann bedenkenlos Abenteuern mit der Weiblichkeit nachjagen – jenes bedeutet keine Gefahr für die patrilineare Erbfolge. Anders bei der Frau: sie könnte von einem anderen Mann schwanger werden, und dies würde auf Dauer eine Rückkehr zur matrilinearen Erbfolge bedeuten...

Wenn es nach landläufiger Meinung heißt, daß das Liebespaar sich allein auf der Welt fühlt, so ist es ganz klar, daß die kollektive Welt diesen bewußten Rückzug in ein anderes Universum nicht dulden kann. Auch ein Grund für die Bekämpfung von Sexualität.

Herbert Marcuse stellt fest:
"... daß die freien libidinösen Beziehungen ihrem Wesen nach Arbeitsleistungen widerstreben... daß den ersteren Energie entzogen werden muß, um die letzteren zu begründen... daß nur das Fehlen der vollen Befriedigung die gesellschaftsgründende Organisation der Arbeit aufrechterhält...

Ganz unabhängig von ihrem Reichtum hängt die Kultur von stetiger und methodischer Arbeit ab und damit von *lustvoller Verzögerung* der Befriedigung. Da die primären Triebe "von Natur aus" gegen diese Verzögerung sind, bleibt ihre repressive Modifizierung eine Notwendigkeit für jede Kultur...

Dieser Beweisführung von Marcuse ist nichts hinzuzufügen. Wo kämen wir denn auch hin, wenn es auf der Welt nur aktive Rot-Tantristen gäbe, die im ewigen Tanz aneinanderkleben... Nicht auszudenken! Wir bräuchten eine Spezies, die sich um die "banalen Dinge" wie Weltwirtschaft, Politik usw. kümmert. Vielleicht nehmen wir gut programmierte Computer und Roboter für die Ausführung. O je, ich drifte ab in den SF-Bereich... Aber ich hätte nicht übel Lust auf den Shiva/Shakti-Tanz auf stofflicher Ebene... Vielleicht eine "Instant-Erleuchtungs-Methode"?

Runde 3

"Enthüllt den Gral! Öffnet den Schrein!"
Richard Wagner: ?Parsival'

Erinnern wir uns an *Lancelot*:
Der Held ist der Liebhaber der Königin Guenievre/Ursilbe *Gwen* und zieht aus, um die von Meleagant Entführte zurückzuerobern. Lancelot dringt in das Reich aus Glas über die Schwertbrücke ein und verletzt sich an der Schwertklinge so alptraumhaft blutreich, daß sich dieser Brückenübergang wie ein Blutritual liest. Das Riesenschwert symbolisiert den Phallus und das Feuer. Lancelot konnte wählen zwischen der Schwertbrücke und der Unterwasserbrücke: da er der Liebende ist, entschied er sich für die Erstere. Es handelt sich also um einen Flammenweg, einen Weg der Trockenheit – welcher in Beziehung steht zum "kurzen trockenen Weg" der Alchimisten... Ein Weg, der durch Leid und Kristallisation der Essenz schnell zum Stein der Weisen führt.

Obwohl Lancelot das Reich aus Glas erreichen konnte, und somit diese Prüfung erfolgreich bestanden hat, gelingt ihm die Befreiung der Königin nicht: er versagt. Derjenige, der schließlich Gwen wieder zurückbringt, ist *Gauvain/ Gawan / kelt.: Gwalchgwyn = Weißer Falke*: ein Artus-Ritter, der den Weg durch die Unterwasserbrücke gewählt hat... Übrigens ebenfalls unter erheblichem Risiko, denn er wäre dabei beinahe ertrunken.

Lancelot versucht die sexuelle Vereinigung mit der Mutter-Frau, doch diese Vereinigung bleibt unvollständig, denn bei beiden Geschlechtern vollzieht sich die Entwicklung der Lust über einen *nicht zu erfüllenden Wunsch*. Folglich konnte Lancelot gar nicht gelingen, was Gauvain durch wahrhaftes *Versinken* in den mütterlichen Wassern gelang: ein "regressus ad uterum", die Rückkehr ins amiotische Fruchtwasser der Geborgenheit.

Psychoanalytisch ist die Gralsuche als Rückkehr des Sohnes zur Mutter zu deuten. Als Peredur Perceval / Parzival sein Zuhause und seine Mutter verläßt, *wird er geboren*. Diese Geburt kostet seiner Mutter das Leben: sie fällt tot um, sobald er die Zugbrücke passiert hat. Aber Perceval bemerkt es nicht, denn er befindet sich in einem Zustand der Egozentrik. Dieser Akt hat jedoch Folgen. Der Held kann bei seinem ersten Aufenthalt in der Gralsburg weder den Fischer-König heilen noch dem Gralsreich seine Fruchtbarkeit wiedergeben. Er ist durch den Tod seiner Mutter belastet, und da er für deren Schmerzen, d.h. für seine eigene Geburt büßen muß, muß er selbständig den Weg zurück zur Gralburg finden. Diese ist – *von Wasser umgeben und die meiste Zeit unsichtbar* – eindeutig das Symbol der Neuen Mutter, der er sich nur als *Sohn* oder als *Liebhaber* nähern kann (was jedoch dasselbe ist, denn jeder Liebende ist ein Sohn ohne es zu wissen, so wie jede Herrin, jede "Mätresse" eine Mutter ist).

"Mittenhindurch" (=Dring-durchs-Tal)
Diese Deutung des Namens Parzival geht auf frz.: "Perce-val" zurück.

"Auf einem smaragdgrünen Seidenstoff trug die Gralkönigin das *Ideal des Paradieses*, beides einschließlich Wurzel und Sproß, das war etwas, *der Gral* genannt... im Überfluß strahlend."
Wolfram von Eschenbach

Der mysteriöse Wald – der im Französischen als *foret vierge* bezeichnet wird, wenn er sich noch in seinem unberührten, undurchdringlichen Urzustand befindet – ist ein weltweit verbreitetes Weiblichkeitssymbol. Es geht vom Heiligtum inmitten eines Waldes (dem *nemeton* der alten Druiden) über das Bild der sonnenüberfluteten *Lichtung inmitten des Waldesdunkels* bis hin zu den Gärtlein der Renaissancepoeten, ja sogar bis zur Underground-Prosa des Gebüsches der Pornographie.

In vielen Versionen des Tristan-Stoffes ist der Wald der Ort, wohin sich Tristan und Yseult zurückziehen, um einander das "Sakrament der Liebe" zu geben. Der mittelalterliche Obst- beziehungsweise Baumgarten (jener nach außen abgeschirmte Mikrokosmos voller Wohlgeruch) ist der Ort, wo die verwunschene Prinzessin der Tiefe auf ihren Geliebten wartet.

Früher war die Gralsburg für jeden sichtbar und zugänglich. Die Reisenden wurden von Jungfrauen empfangen und erhielten von ihnen einen stärkeren Trank aus goldenen Kelchen. Eines Tages aber vergewaltigte der König Amangon eine der Jungfrauen und raubte ihr den Kelch. Danach war das Königreich wüst und leer, die Natur tot. Die Gralsburg selbst ist verschwunden und niemand kennt mehr den Weg, der zu ihr führt...

Was dieser Mythos bedeutet, sollte in etwa klar sein: vor der Unterdrückung der Frau in den tiefen Bereich konnte sie souverän ihre Macht und Kraft freigiebig auf alle Männer übertragen, die es wollten. Nach ihrer Verdrängung durch die männliche Gewalt wurde die Erde zunehmend unfruchtbar und ihre noch vorhandenen Bodenschätze fielen einer ausbeuterischen Gesinnung zum Opfer. So ist es noch heute!

Die Königin, Prinzessin oder Kaiserin gibt also *heute* ihren Zaubertrank nur demjenigen, der sich wahrhaft bemüht, die Burg im Nebel zu finden. Voraussetzung ist, daß er den Gral achtet und liebt, alle Prüfungen besteht und alle Hindernisse überwindet, die sie ihm auferlegt...

Also, ihr heldenhaften *Söhne des Neuen Zeitalters*: schlagt euch tapfer durch die Dornenbüsche und befreit uns endlich aus dem Dornröschenschlaf... *Der Einsatz lohn sich!*

Die Gralsuche bedeutet als Ideal, als Mythos und bereits lange vor dem Aufkommen des Christentums die *Entschleierung der Erwählten*, der göttlichen Frau *mit den tausend Gesichtern*. Sie herrscht ewig in den unterirdischen Reichen der Welt und wartet darauf, daß ihr Sohn sie findet, damit sie mit seiner Hilfe wieder an das Tageslicht kommen und freie Luft atmen kann. Sie möchte ihren rechtmäßigen Platz einnehmen und ein neues Gleichgewicht in der Gesellschaft ihrer zerstrittenen Söhne herstellen.

Für die Kelten war die Sonne ein Symbol der Weiblichkeit. (Anmerkung: eine andere Zuordnung als heute üblich, – für mich offenbart sich die *Sonne als Einheit von zwei Kräften/Energien*, was auch in dem Symbol "Kreis/Ring und punktuelle Essenz/Konzentration" zum Ausdruck kommt... Somit ist die Sonne auch weiblich. Um es magisch auszudrükken: wir sind *Monde, deren Kerne von der Sonne kommen...*)

Zurück zu den Kelten: Diese in einer Höhle oder unter Wasser verborgene Sonne trägt mythologisch wesentlich zur Erhellung der Struktur sämtlicher Sagen und Legenden von der "versunkenen Prinzessin" bei, jener unterseeischen Hüterin von Schätzen und Geheimnissen, die darauf wartet, daß ein Furchtloser erscheint, sie aufweckt und befreit.

Ein weiteres Bild für den gleichen Mythen-Kreis ist *die Insel*, eine Oase im Meer, auf der die Prinzessin/Priesterin wohnt. Hier sind alle Sagen von Avalon u.ä. anzusiedeln...

So stehen wir vor folgendem Phänomen: die Göttin ist die Frau, und die Frau ist gefährlich, gesundheitsschädlich, schreckenverbreitend, skrupellos... Also wurde sie auf den Meeresgrund versenkt oder in eine Höhle verbannt, psychologisch verdrängt.

Das Tabu hat sich im Laufe der Jahrhunderte verselbständigt, und es liegt an uns, es zu durchschauen und aufzuheben...

Neben der modernen psychoanalytischen Bedeutung der Arche als weibliches Sexualsymbol läßt sich noch eine wesentlich ältere rekonstruieren: das lateinische Wort "arca" (=etruskische Abstammung, woraus sich auch lat. "arx"=Burg entwickelte), bedeutet "Sarg" und erst in zweiter Linie "Truhe und Schrank". Die gleiche Wurzel haben "arctum" = enger Raum und "arcere"= enthalten, zurückhalten, verbergen.

Ist die große Königin aufgrund dieser und anderer Etymologien nicht gleichzeitig die Göttin der Toten (Sarg), die Göttin der Geheimnisse (Arcanum), die Jungfrau-Göttin (die schützt und zugleich verstößt), die Göttin in der Burg mit der engen Pforte (Vagina), die Göttin des Ursprungs (archaisch) und schließlich die Göttin, die die Befehle erteilt (Archontin)?

In diesem Zusammenhang sei auch daran erinnert, daß der männliche Niah der mosaischen Fassung ursprünglich die semitische Göttin "Nuah" war, welche in der Arche – ihrem Symbol – auf dem Wasser trieb.

"Wer da sucht den Gral – und ihn nicht fand,
der such' ihn nicht länger in fremdem Land.
Denn sieh': er trägt ihn unerkannt
geheimnisvoll in der eigenen Hand."
Thomas-Evangelium

So mancher Mann unter den Lesern weiß wahrscheinlich von dieser verwirrenden Reise zu berichten...

Die Gralsuche ist gleichzeitig die Suche nach der Frau: derjenige, der den Weg zur inneren Frau gefunden hat – auch in seinem eigenen Wesen – findet auch zum Gral...

Wir sahen die große Königin des Urbeginns zusammen mit König Pwyll auf dem Hügel von Arberth auftauchen. Sie ritt einen feurigen Renner und konnte nur von demjenigen eingeholt werden, den sie sich in ihrem Herzen auserwählt hatte. Vor der Ankunft der "Rhiannon" bedeutete der König nichts: er wartete in der Unendlichkeit des Universums, wartete wie Shiva auf das Kommen der aktiven Kraft, der Macht... Aber auch Rhiannon (so heißt sie in der walisischen Dichtung) irrte ziellos umher: sie mußte erst denjenigen finden, mit dessen Hilfe sie die Welt erschaffen würde.

Runde 4

"Fortpflanzend gebiert die Eine
Ringe, Sonne, Universen...
Seht die Schlange der Kraft
auf dem Ewigen Zeuger!"

Das weibliche Prinzip wird in der Terminologie der Veden als *Shakti* bezeichnet. Es ist ein Kerngedanke der brahmanischen Mythologie, daß die männliche Gottheit allein keinerlei Macht und Kraft hat: um aktiv werden zu können, wird sie durch eine weibliche Gottheit vervollständigt. Stark schematisch kann man die vedische Theogonie so zusammenfassen:

Am Anfang war *Brahman*, die undifferenzierte Ganzheit, das Absolute. Dieses Absolute ist zu keiner Handlung fähig. Um handlungsfähig zu werden, konkretisiert sich eine Einzelphase Brahma(n)s: *Shiva*...

Shiva ist das relative Wesen. Da sich aber nichts ohne seine komplementäre Ergänzung begreifen läßt, kann diese männliche Gottheit nur dann wirklich agil sein, wenn man ihm ein weibliches Prinzip gegenüberstellt. Das weibliche Prinzip – die Shakti – erhält die Gestalt der archaischen, vor-arischen Göttin Kali. Oder das Gesicht jeder anderen weiblichen Gottheit: sie ist die Gemahlin des Shiva und hat – nach der Etymologie ihres Namens zu schließen – die Funktion der "Energie in Aktion" und der "Dynamik der Zeit". Shiva dagegen ruht stets in innerer Meditation versunken jenseits von Raum und Zeit. Er repräsentiert somit den *passiven Aspekt* der Ewigkeit. Shakti ist der Energie-Impuls, der ihn in Bewegung setzt: somit ist die Göttin der *aktive Aspekt* der Ewigkeit...

Betrachten wir diese Zusammenhänge, so fällt der gegenwärtige Rollentausch ins Auge: den Männern, die sich für die Regulatoren der etablierten Ordnung halten, kommt nicht einen Moment lang zu Bewußtsein, daß ihre Macht im Grunde nur passiv ist... (Zumindest, wenn wir die Kräfte getrennt betrachten... Natürlich hat jeder Mensch im Wesen-tlichen beide Aspekte...)

"Am Anfang war *Parusa/Purusha* allein. Er hatte die Größe eines Menschenpaares in Umarmung. *Er teilte sich in zwei Teile*, und von da an gab es Gemahl und Gemahlin."
Bradarauyka-Upanishad I,4

"Was da ist, was da sein wird, und was gewesen – BIN ICH.
Meinen Schurz hat keiner aufgedeckt,
die Frucht, die ich gebar, war die Sonne."
Ägypten/Steinerne Inschrift/Göttin Nuith

Runde 5

Projekt MARI -

Matriarchale Arbeit & Reinigende Impulse

Die grundlegende Schwierigkeit der Frauen war und ist, daß sie immer wieder versuchen, sich den Theorien der Männer über Frauen anzugleichen (Frauen haben geglaubt, was Männer über sie dachten). Letztere haben eine bestimmte Vorstellung von Weiblichkeit, und die Frauen der Vergangenheit waren meist nur überlebensfähig, wenn sie in diese Schubladen schlüpften. Nur dann konnten sie sicher sein, Anerkennung zu bekommen... Heute begreifen wir allmählich – nach dem anfänglichen Zorn und der "männlichen" Frauenbewegung –, daß wir ein "*anderes* Selbstbewußtsein" haben...

Gut: in der spirituellen Szene liegt die Betonung auf Einheit und Ganzheit im Sinne eines *androgynen Menschen. Dennoch* müssen wir erst die weibliche Seite Gottes – SIE – kennenlernen, näher kennenlernen in ihrem ureigenem Selbstverständnis..., um dann eine ausgeglichene Einheit zu finden...

Ich plädiere für den verstärkten Einsatz der Frauen bei der Welt"herr"schaft! Nicht aus Gründen der Ausnutzung von Macht oder Unterdrückung des männlichen "Yang"-Prinzips oder ähnlichen frauenrechtlichen faschistischen Bestrebungen, – sondern aus dem schlichten Grunde, weil ich die Frauen nach den *uralten Energie- und Elementarprinzipien* für fähiger halte, die Erde natürlicherweise zu regieren....

Ich betone ausdrücklich, daß ich nur solche Frauen meine, die ihre tiefe Göttin erreicht haben: somit wieder *Weiblichkeit* leben können und damit in der Lage sein werden, diesen Planeten zu schützen, zu erhalten, zu pflegen, auf allen Ebenen wachsen zu lassen...

"Alle Religionen der Welt sind vage und wirr geblieben, aus dem einfachen Grund, weil sie alle nach den Sternen gegriffen haben, nach dem Jenseitigen, dem Fernsten, ohne je an die Wurzeln zu denken... Die Frau ist die Wurzel allen Lebens, der Mann kann höchstens ein Zweig sein, ein blühender Zweig, ein Streben nach den Sternen hinauf. All die früheren Gemeinschaften mußten sterben, weil sie sich nur auf Männer verließen. Und kaum eine Frau war je in der Lage, eine Gemeinschaft zu gründen (?), weil sie nicht nach den Sternen strebt. Der Mann ist immer am Weitentferntesten interessiert: deshalb ist er der Gründer aller spiri-

tuellen Gemeinschaften. Aber kein Mann ist fähig, ihr auch Wurzeln zu geben. Und das ist in der Vergangenheit immer das Problem gewesen: die Frau kann die Wurzeln liefern, aber sie interessiert sich nicht für Blüten, und der Mann kann die Blüten liefern, aber er interessiert sich nicht für die Wurzeln. Ein tiefes Zusammengehen ist notwendig."
Bhagwan Shree Rajneesh
(Trotz seiner Umstrittenheit: wer wirft den ersten Stein?)

Runde 6

Projekt MIRA -
Magische Intelligenz & Rituelles Aufnehmen

Das Leben ist für mich magisch: *alles, was in Bewegung ist.* Ist das nicht genug? Müssen wir da kontrollierend eingreifen? Aber das ist es oft, was Männer unter Magie verstehen: Kontrolle über das, was abläuft, organisierte Rituale usw. Es gibt Leute, die mich als praktizierende Hexe klassifizieren. Ich kann mich nur wundern über diese Schublade. Die "Rituale" entstehen *spontan*, aus dem Augenblick heraus, ohne Programm...

Die Magie des Weiblichen *taucht aus dem Unbewußten auf* und verbindet sich archetypisch mit den vorhandenen Energien und Gegebenheiten. Dazu ist keine Anleitung nötig: als einführende Beispiele möchte ich einfache Dankgebungen an die Natur betonen: an die Erde, das Wasser, die Steine, die Sonne, den Mond – einen Stein küssen und (auf-)bewahren, einen Baum umarmen und mit ihm sprechen, das Leben schützen, soweit es in eurer Kraft steht, etwas dafür zu tun. So lernen wir Demut im Angesicht der Göttin. Das ist für mich *Weiße-Hexe-Sein*, falls wir diese Kraft qualitativ definieren wollen. (Wenn ich ganz ehrlich bin: manchmal bleibt es uns wohl nicht erspart, Zerstörung und Tod zu bringen – für andere und uns selbst –, doch sollten wir den Willen der Einen auch hier akzeptieren, die auch diesen Aspekt hat...)

Anleitung zum Bau eines Steinkreises

Was ist ein Steinkreis? Materie, die sich in einem Energie-Ring konzentriert, verbindet, den Zusammenhang sucht.
Tempel, Heilungs- und Meditationsort, Sonne-/Mondkalender, Empfangsstation für kosmische Energien, Raumstation des Traumkörpers, Ritualplatz und geomantischer Knotenpunkt.
Ein Steinkreis ist ein *Ort der Kraft*, an dem wir uns regenerieren können. Wähl Dir dazu einen ruhigen, schönen Platz, der möglichst einsam ist (in der Stadt evtl. im eigenen Garten). Es sollte ein "wilder" Platz sein, der nicht landwirtschaftlich genutzt wird. Falls Du keinen "Eindringling" wünschst, kannst Du vor einer Handlung im Steinkreis in alle vier Richtungen einen Abwehrspruch sagen und ihn mit einem bestimmten Gegenstand aus Deinem "Schatz" verstärken – z.B. einem Holzstab, Knochen...:

nichts gehört
nichts gesehen
nichts gewesen
alles vergessen

Zuerst wird für den Steinkreis ein Mittelstein ausgesucht. Am besten nimmst Du einen Stein aus Deiner Sammlung, zu dem Du eine besondere Beziehung spürst. Aber wenn Du einen größeren Stein haben willst, mußt Du wohl auf die Suche gehen. Du hebst eine Kuhle aus, streust Hirse oder Samen hinein und legst den Stein darauf. Dieser Mittelstein ist später der Platz, wo Du Gegenstände rituell reinigen und stärker energetisieren kannst. Die anderen Steine legst Du im gleichen Abstand vom Mittelstein zu einem Kreis. Insgesamt acht oder zwölf, mit Zentrum also neun oder dreizehn. Auch die Steine untereinander sollten das gleiche Maß an Abstand haben. Du kannst jeden Stein nach einer Göttin benennen und entsprechende Gaben an/auf ihren Stein legen. Sei Dir bewußt, daß die stärkste Kraft im Zentrum liegt, in der Kon-Zen-Tration auf die Ein-Heit und

Ein-Fachheit. Gestalte Deinen Steinkreis sonst wie Du möchtest und feiere dort mit anderen oder meditiere. Du wirst mit der Zeit spüren, daß es ein geweihter Platz ist und daß alles, was Du in diesem Kreis machst, als Potential darin erhalten bleibt...
Dein Steinkreis ist ein Knotenpunkt im Großen (Netz-)Werk der Mutter...

Schamanistische Arbeit: Energieverstärker in der Natur suchen
Du gehst einen Weg entlang. Entspanne Dich und nimm Deine natürliche Umgebung wach und dankbar auf. Wenn Dir aus dieser Geisteshaltung heraus etwas Natürliches auffällt/zu-fällt – ein Stein, ein Ast, Moos oder was auch immer – nimm es auf und bewahre es in Deinem "Medizinbeutel". Natur hat Lebenskraft und dieses Teilchen vermag Dir etwas davon zu schenken, wenn Du es mit Achtung und Liebe behandelst. Je intensiver du Dich während Deiner schamanischen Arbeit auf Deine Steine oder Pflanzen, Muscheln oder anderes konzentrierst, desto stärker wird die Lebenskraft der einzelnen Teile. Sie speichern über die Eigen-Energie hinaus auch Deine Lebensenergie, und so eine gegenseitige "Kommunikation" wirkt sich positiv auf das beiderseitige Wachstum aus.
Solche "einfachen" Zuwendungen bilden die Grund-Lagen für die "weibliche Magie"...

Ich bin ein Wind über den tiefen Wassern
Ich bin eine weite Flut auf einer Ebene
Ich bin eine schimmernde Perle in einem Brunnen
Ich bin eine Engelstrompete im Schatten der Nacht
Ich bin eine Lilie im Königsstrauß
Ich bin eine Weiße Rose neben verfallenen Mauern
Ich bin eine Fee zwischen moosigen Steinen
Ich bin eine Taube der Stadt
Ich bin eine Göttin der Alten Wälder
Ich bin ein Feuer auf einem grünen Hügel
Ich bin ein Kristall in einer eisigen Höhle
Ich bin ein Lufthauch in einem Wüstenzelt
Ich bin eine Kuh in der Sternen-Milch
Ich bin ein Kind in einer Weiden-Wiege
Ich bin eine Mutter der taufeuchten Wiesen
Ich bin ein Falke auf einer Klippe
Ich bin eine Katze auf lauernder Jagd
Ich bin eine Hure mit einer Schlangenhaut
Ich bin eine Frucht zum Pflücken
Ich bin ein Brot zum Teilen
Ich bin ein Wein zum Berauschen
ICH BIN

Das Meer
der Freiheit
ruft
mit
trommelndem
Echo...

TARA...TARA...TARA...
TARA...TARA...TARA...
TAM...TAM...
TAM...TAM...

RUNDE 7

"...denn wir sind nicht nur
Einzel-Baum,
nein – wir sind Alter Wald.
Bald wird neue Saat aufgehen
und im Schutz unserer Stämme
sollen die Sprößlinge wachsen und
stark werden.
Viele Vögel werden das Lied des
Lebens singen, denn der Alte Wald
soll wieder grünen,
fruchtbar sein und Fülle geben..."
Ere/Sommer-Sonnenwende 1982

Literaturhinweise

Luisa Francia: Berühre Wega, kehr zur Erde zurück, Verlag Frauenoffensive, München 1982

Luisa Francia: Mond-Tanz-Magie, Verlag Frauenoffensive, München 1986

Judith Jannberg: Ich bin eine Hexe, Edition die Maus 1983

Jean Markale: Die keltische Frau, Dianus-Trikont, München 1984

Monica Sjöö und Barbara Mor: Wiederkehr der Göttin, Labyrinth Verlag 1985

außerdem:
Mein Tagebuch/Gedichtbuch

Ich würde mich über eine kommunikativen Austausch freuen! Schreibt mal: Inge Hölscher (E.R.E.), Esoterischer Buch/Fach/Versandhandel "Pentagramm", Oesterholzstr.74, 4600 Dortmund 1

Savitri: Das offenbarte Geheimnis der Seele in der Yoga-Erfahrung von Sri Aurobindo

In Briefen an K.D. Sethna, die in der Originalausgabe (in Englisch) von SAVITRI im Anhang abgedruckt sind, schrieb Sri Aurobindo: "Savitri äußert eine umfassende und vielseitige Schau und Erfahrung aller Seinsebenen und ihrer Wirkung aufeinander. (..) Das Ziel ist nicht nur, eine geheime Wahrheit in ihrer wahren Form und wahren Schau zu zeigen, sondern sie auch wirklich eingehen zu lassen durch das Finden des wahren Wortes, der wahren Wendung, des *mot juste*, des wahren Bildes oder Symbols, wenn möglich des unausweichlichen Worts." Und Sri Aurobindo bekennt: "Nirgends in SAVITRI habe ich etwas um irgendeines bildhaften oder rhetorischen Effektes willen geschrieben; überall in dem Gedicht versuche ich, etwas Gesehenes, Gefühltes oder Erfahrenes genau auszudrücken."

Interessante Einzelheiten über die Entstehung des Werkes sind in "Twelve years with Sri Aurobindo" von Nirodbaran nachzulesen, diesem treuen Schüler, dem Sri Aurobindo in der letzten Zeit seines Lebens Zeile um Zeile zu dieser Dichtung diktierte.

Die indische Presse begann 1946, kleine Auszüge zu veröffentlichen; das vollständige Epos jedoch wurde erst 1950/51 – nach dem Tode von Sri Aurobindo – in Indien herausgegeben. Essays von Amal, abgedruckt in dem Journal 'Bombay Circle', brachten Passagen von SAVITRI unter dem Titel: "Sri Aurobindo: Ein Neues Zeitalter von mystischer Dichtung".

Hierzu mag eine Aussage Platons über solche Dichtung erlaubt sein, nämlich, daß sie als Resultat der Inspiration wesensgleich mit prophetischer ist. Sie war für die Griechen ein "*Dolmetsch Gottes*".

Ein Werk der Inspiration

Das Transzendente offenbart sich in der Inspiration; inspirierte Offenbarung aber ist Anrede an ein menschliches Du. Und die Inspiration verwendet als Mittel das Sinnbild. Sinnbilder finden wir daher in allen Heiligen Schriften der Menschheit. Es ist die aufgeladene Intensität ihres Ausdrucks, die Tore des Verstehens vom menschlichen Wesenskern her öffnet. Das Überweltliche, die Urkraft universellen Geistes, hat das Symbolische zur Sprache: Geist entzündet Geist; Geist entflammt Geist.

Eine esoterische Sprache stellt allerdings höhere Ansprüche an die Wachheit und Konzentration unserer Aufmerksamkeit, jedoch dürfen wir uns sehr wohl Außerordentliches zutrauen: sind wir doch als 'homo mysticus' oder 'Imago Dei' (Gottes Ebenbild) von der Schöpfung angelegt. Goethe spricht von der "seligen Sehnsucht" – wer empfände sie nicht? Wir dürfen sie erkennen als einen Ruf der Seele. Einen Ruf nach der Berührung mit dem Transzendenten.

Für den hierfür aufgeschlossenen Leser werden die Gestalten im Savitri-Epos zu Stützpfeilern seiner ständig attackierten Psyche. "Lies mit leerem Kopf", hatte die Mutter, Mira Alfassa, einst gesagt, "lies ohne einen andern Gedanken, gesammelt, ruhig, offen. Dann werden die Worte, Rhythmen und Schwingungen unmittelbar durch die gedruckte Seite dringen, ihren Stempel auf den Geist prägen und sich selbst erklären, ohne daß du eine Anstrengung zu machen brauchst. Der unmittelbare Weg geht über das Herz. Wer den Yoga ausüben will, wer den Drang dazu verspürt und es aufrichtig versucht, der wird mit Hilfe von SAVITRI die höchsten Stufen erklimmen können, er wird das Geheimnis herausfinden, das SAVITRI darstellt – und das ohne die Hilfe eines Guru." Und weiter: "SAVITRI ist Sri Aurobindos ganzer Yoga der Umwandlung, und dieser Yoga kommt zum erstenmal ins Erdbewußtsein."

Aurobindo selbst äußerte: "Ich benutzte Savitri als ein Mittel zum Anstieg". – Die erste Fassung der Geschichte von Savitri schrieb er während seines Aufenthaltes in Baroda (zwischen 1908 – 1910); vorausgegangen war das Studium von Sanskrit und der alten indischen großen Werke. Aber die erste wiedergegebene Form der Savitri-Legende aus dem Mahabharata wurde in Pondicherry dann bald verworfen, da sich Sri Aurobindo mehr und mehr der Telos-Gehalt[1] des Savitri-Sinnbildes enthüllte. So kam es in den folgenden fünf Jahrzehnten zu mehr als ein Dutzend Neufassungen, vielen Änderungen und Zusätzen. Die letzten Verszeilen diktierte er kurz vor seinem Tode Nirod in sein Oktavheft.

Sri Aurobindo hatte vorgehabt, eine längere Einleitung zu SAVITRI zu schreiben, dazu ist er nicht mehr gekommen. Aber er hat uns eine kurze Zusammenfassung hinterlassen, die in der deutschen Ausgabe von Hinder & Deelmann (Verlag) vorne im Buch abgedruckt ist.

Die Legende

Sri Aurobindo faßt die Savitri-Legende hier zusammen:

"Die Legende von Satyawan und Savitri wird im Mahabharata erzählt als das Gleichnis von der ehelichen Liebe, die den Tod besiegt. Satyawan ist die Seele, die die göttliche Wahrheit des Seins, herabgestiegen in die Gewalt von Tod und Unwissenheit, in sich trägt. Savitri ist das göttliche Wort, die Tochter der Sonne, die Gottheit der höchsten Wahrheit, die herabkommt und geboren wurde für das Heil. Aswapati, der Herr des Pferdes, ihr menschlicher Vater, ist der Herr von Tapasya, jener konzentrierten Energie spirituellen Bemühens, das uns hilft, uns aus den Ebenen der Sterblichkeit zum Unsterblichen zu erheben. Syumatsena, der Herr der Heerscharen, Vater von Satyawan, ist das göttliche Bewußtsein, das hier blind geworden ist, sein himmlisches Königtum und damit das seines Ruhmes verliert. Doch dies ist keine bloße Allegorie, die Mitwirkenden sind nicht personifizierte Eigenschaften, sondern Inkarnationen oder Emanationen lebendiger und bewußter Kräfte, mit denen wir konkret in Berührung kommen können. Sie nehmen menschliche Gestalt an, um dem Menschen zu helfen und ihm den Weg von seiner sterblichen Verfassung zu einem göttlichen Bewußtsein und unsterblichen Leben zu zeigen."

Die Gottheit Savitri, die in sich die vierfachen Aspekte des göttlichen vereint (Varuna, Mitra, Aryaman und Bhaga)[2], wurde von den Rishis in ihren Hymnen (Rig-Veda) aufs Höchste verehrt und angerufen; sie sahen Savitri in Einheit mit der göttlichen Allmutter Aditi, die sich selbst durch die Geburt im Menschen verwirklicht(vgl. dazu S.463/64 in "The Secret of the Veda").

Deutungen

Über das esoterische Epos wäre so viel zu sagen, daß die Seiten etliche Kommentarbände füllen könnten. In den Schauungen der Mystiker verwischen die Grenzen von Morgen- und Abendland, von Asien und z.B. Europa – oder anders gesagt: von asiatischen und christlich-europäischen Kulturkreisen. Die Visionen und Aussagen dieser Seher sind ähnlich; *man könnte sie Archetypen nennen, die als Realisationsmodelle im Seelengrund der Menschheit ruhen* – und, wenn die Stunde da ist, wenn eine Menschenseele bereit ist, mit ihren Kräften in das werdende Neue treten und ihm die vollkommene Gestalt geben. In einem "Nu", wie es Meister Eckehart sagte, im Jetzt, das zeitlos ist. Gleichsam mit einem Gongschlag beginnt SAVITRI. Aurobindos erste Zeile lautet: "Es war die Stunde, ehe die Götter erwachen".

Das Symbol Sri Aurobindos, die zwei sich durchdringenden Dreiecke mit dem Lotos auf dem Wasser im inneren Quadrat, könnte man zugleich für die Chiffre des Savitri-Epos nehmen: Zwei zu-einander führende Richtungen sind es, die im irdischen Raum (wofür das Quadrat steht) in der Entfaltung von Leben und Schönheit (die Lotosblüte) ihren Ausdruck finden. Es ist das Herz-Chakra. Im Epos zeichnet Sri Aurobindo *von der Erde her den Weg von Aswapati, dem Yoga-Vater,* der zugleich König ist und Vater *der aus himmlischen Sphären hier inkarnierten Tochter Savitri.* Aus den im Buch I des Werkes seien hier nur erwähnt die Kapitel "Der Yoga des Königs: Der Yoga von der Befreiung der Seele", "Das geheime Wissen", "Der Yoga des Königs: Der Yoga von der Freiheit und Erhabenheit des Geistes", – aus Buch II: "Das Buch vom Weltenwanderer" und "Das Reich der subtilen Materie". Aswapati durchschreitet – und durchleidet – alle Ebenen des niederen Seins, er schaut die "Reiche des Kleinen Lebens", "die Gottheiten des kleinen Lebens" und auch "die Reiche und Gottheiten des Größeren Lebens". Er wagt den "Abstieg in die Nacht", er begegnet dort der "Welt der Lüge", er trifft die "Mutter des Bösen und die Söhne der Finsternis"; ihm tut sich das "Paradies der Lebensgötter" auf, "die Reiche und Gottheiten des Kleinen Mentals und die des Größeren Mentals" entschleiern sich ihm; er sieht "die Himmel des Ideals". Canto 13, S.293: "Im Selbst des Mentals" erlebt Aswapati einen "leeren, gleichgültigen Himmel, wo Schweigen auf des Kosmos Stimme lauschte, doch nichts auf die Millionen Anrufe antwortete.." – ist das etwa deine Situation auch?

Dann wollen wir in Canto 14, S.299, mit dem Yoga-Vater der "Welt-Seele" begegnen. "Sie wartet, stets verkleidet, auf den Geist, der nach ihr sucht" (S.305) – Obwohl nicht mit Namen genannt, erinnert diese Szene an UMA, dargestellt in der Kena-Upanishad, wie sie dem fragenden INDRA erscheint. – Und der Wanderer kommt (Canto 15) in das Reich des Lichtes und der Macht des Geistes; die "Reiche des Größeren Wissens" öffnen sich ihm, er wächst in ihnen, fühlt mit allem, "kommunizieren konnte er mit dem, was nicht kommunikabel ist, Wesen von weiterem Bewußtsein waren seine Freunde". – Man lese bitte selbst im Buch weiter, denn mehr Fragmente zu zitieren, verbietet sich an diesem Platz. – Der große erste Teil des Werkes von Schauungen und Erfahrungen Aswapatis hat seinen spirituellen Höhepunkt zuletzt in Buch III; Sri Aurobindo setzt die Untertitel: "Das Buch von der Göttlichen Mutter", "Das Streben nach dem Unerkennbaren", "Die Anbetung der Göttlichen Mutter", "Das Haus des Geistes und die neue Schöpfung" und "Die Schau und die Gnadengabe". – Unbeschreiblich sind Kraft und Intensität des Inhalts, des Wortes, der Atmosphäre.

In Teil II des Werkes erscheint Savitri. "Ein Geist, der seines himmlischen Ursprungs bewußt war, kam nieder in die unvollkommene Gestaltung dieser Erde (...) – Und wieder

ward erneuert und noch einmal offenbart die uralte Verbindung, verhüllt durch irdische Betrachtung, jener verborgene Kontakt, der in der Zeit zerbrochen war, die Blutsverwandschaft dieser Erde mit dem Himmel (...)" (aus "Geburt und Kindheit der Flamme", Buch IV, Canto 1, S.367). "Und Aswapati sah durch vertraute und geliebte Glieder hindurch den großen, unbekannten Geist, der als sein Kind geboren war". Die Weltenmutter hatte ihm nach seinem inbrünstigen Flehen, sie möge alle künftige Zeit wandeln und des Schicksals Tore öffnen, verheißen, daß ein Mensch herniederkommen und das eiserne Gesetz zerbrechen, das Verhängnis der Natur mit seines Geistes Macht verwandeln wird. Aswapati weiß nun, daß die Erde durch die Große Welten-Mutter besteht und daß es ihr Wille ist, der im Dasein herausgearbeitet wird. Er kann sich nur im irdischen und menschlichen Leben entfalten: durch ein Leben voll Licht, Liebe und Freude. Die ganze Natur wartet auf die Umwandlung in eine neue Substanz, die im Geheimen in ihr verborgen ruht. –

Die Rishis sprachen von den verloren-gegangenen Strahlen der Sonne, gefangengehalten von den Söhnen der Finsternis in dunklen Höhlen. Das höchste Bewußtsein hatte sich als äußerstes Unbewußtsein im Stofflichen manifestiert; das eingekörperte Höchste Bewußtsein ist es, das menschliche Bewußtsein von der Mühsahl und Not im irdischen Leben zu erlösen und es in die Wahrheit des Seins zu heben. Dies ist Savitris Sendung. Sie weiß es, obwohl sie menschliches Denken und Fühlen angenommen hat. Sie wird ihren Gemahl Satjawan nach zwölf Monaten Glücklichsein sterbend in ihren Armen halten, da kommt die große Verzweiflung und Krise über sie. Der Tod steht vor ihr. Was soll sie tun? Wie kann sie den Tod besiegen, unsterbliches Leben auf vergänglicher Erde begründen? Da vernimmt sie die göttliche Stimme: "Steh auf, oh Seele, und besiege Zeit und Tod!" (S.488)

Es ist dieses Kapitel in Buch VII, Canto 2, das Sri Aurobindo *"Das Gleichnis vom Suchen nach der Seele"* bezeichnete, das uns das Resignieren, das Gefühl der Ohnmacht und Hilflosigkeit von Savitri in dieser Situation nahebringt und das Zwiegespräch mit ihrem hohen Selbst, wie sie ihr rebellisches, verwirrtes Herz bezähmt und ruhig wie ein Berg wird, "Meere sterblicher Unwissenheit überwindend, mit ihrem Gipfel unveränderlich über der mentalen Atmosphäre, eine innere MACHT", gab sie stark und fest der stillen Stimme antwort. Sie unterwirft sich in der Erkenntnis, ein Teil dieses hohen Selbstes zu sein. Die folgenden Verszeilen sollte man auswendig lernen, wie manch andere Passage dieser Dichtung.

"Spür deine Seele auf", hatte die große, todlose Stimme von ihr gefordert. Und wie ein großer Dramaturg baut Sri Aurobindo das Bild, wie sie wie gelähmt bei Satjawan sitzt, über dem das Verhängnis des baldigen Todes schwebt, und, nichtachtend des herniedergehenden Unwetters, "betrachtet sie des Mentals Gedanken (..) die Stimmungen des Lebens (..) und suchte ihre Seele." Im Traum wird ihr die kosmische Vergangenheit enthüllt, die Anfänge des Welten-Schicksals, der Uranfang des Egos, die Festlegungen, die Unwissenheit des Mentals mit den Verzerrungen gegenüber der Wirklichkeit. Auf den Seiten 491-501 sagt Sri Aurobindo über die finsteren okkulten Mächte aus, die der Mensch nichtsahnend in seinem subliminalen, unbewußten Lebensraum beherbergt, über Ungeheuer finsterer, gefallener Welten, die – einmal durch Leidenschaften und Begierden aus ihrem Schlaf emporgerissen – Verderben und Tod bringen. Alle Möglichkeiten sämtlicher Welten harren im Menschen, ungewußt lebt in ihm eigene Vergangenheit. Aber: "Was er jetzt tut, gestaltet sein kommendes Schicksal, (...) doch nur ein Weniges hat Willen und den zielbewußten Schritt".

Die faustische Frage: Was ist der Mensch, was treibt ihn, was verbirgt sich hinter seiner Fassade, erzwingt auch hier die klärende Antwort, wie die andere gleichbedeutende Frage: Was vermag seine Seele, wenn dämonische Gewalten sein Denken und seine Sinne verwirren? Lies dieses Kapitel zuende, die Verszeilen, die Sri Aurobindo in prophetischer Gewißheit niederschrieb.

Wie Aswapati, der Yoga-Meister, kraft seines aufrichtigen reinen Strebens die Bereiche von Dunkelheit, Verderbtheit und Zwielicht erkennend durchschritt und danach in die höheren leuchtenden Ebenen gelangte, um für sich die Entscheidung zu treffen: für immer einzugehen in die Herrlichkeit göttlichen Lichts – oder aber in die schwer mit Mühseligkeiten beladene Erdenwelt zurückzukehren – vor dieselbe große entscheidende Frage sieht sich Savitri gestellt. Und beide Sinnbild-Gestalten treffen ihre Wahl: Für die Erde, für die Menschheit.

Zu einem der bedeutenden Angelpunkte, vom Psychologischen her gesehen, wird Savitris Suchen nach ihrer Seele. Auch hier breitet der wortgewaltige Seher seine Schauungen in Bildern vor uns aus. Denn inspirierte Sprache ist lebendige Sprache, gleichnishaft, man ist situationsnah dabei, alle Sinne sind beteiligt.

Die Mütter

Savitri begegnet ihren drei Seelenkräften in den Gestalten von drei Müttern; die erste: die Mutter von den Sieben Schmerzen, die teilhat an dem Leiden dieser Welt; die andere: die Mutter der Macht, in Prunk von Gold und Purpur, erhaben thronend in einer Welt des inneren Mentals: die dritte: Savitris verborgene Seele, geschaut in Gestalt einer Frau in klarem kristallenem Licht, die herabgekommen ist zur verwundeten, trostlosen Erde, um ihre bitteren Wunden zu heilen und ihr Herz zu beruhigen.

Savitri vernimmt die Stimmen dieser Mütter, jeweils danach aber auch die Gegenreden der ungöttlichen, destruktiven Kräfte der Asuras (des unwissenden, egogebundenen Mentals); sie alle sind Spiegel unserer Welt, einerseits die aufbauenden

Bestrebungen des Guten und Richtigen, andererseits die Maßlosigkeiten von Dunkel, Macht- und Profitgier, Neid und Resignation. Wir finden in diesen Stimmen aber auch die Antworten auf das Warum und auf die Fragen nach Rettung und deren Voraussetzung.

Eine der großen Einweihungen, die Sri Aurobindo dem aufrichtig Strebenden in diesem esoterischen Epos gibt, ist im Buch VII, Canto 5 (S.536-545), zu lesen: Savitris Finden ihrer Seele in der mystisch-geheimen Grotte ihres Herzens. Hier offenbart uns der große yogische Weise das Öffnen der feinstofflichen Zentren, der Chakras.

In seinen Schriften zum Integralen Yoga weist Sri Aurobindo wiederholt auf das Finden und Hervortretenlassen des Seelenwesens hin, weil dann der Pfad sonnenhell und leicht wird. In SAVITRI bezeichnet er *die Seele als "Delegierten Gottes hier in unserem Menschendasein"*, als *"einen Kameraden des Universums"*, als *"einen Strahl des Transzendenten"*. Das Finden und Erkennen der Seele (sanskr.: der Purusha) führt dann zum WISSEN des Unsterblichen und des Unverwundbaren in uns und zum WISSEN durch Identität, zur Einheit allen Seins. "Ein inneres Gesetz von Schönheit formt dann unser Leben" (S.544).

Nirvana

Ab Seite 546 werden wir mit dem Bewußtseins-LICHT – aber auch mit der abgrundtiefen finsteren furchterregenden NACHT des *Nirvana* konfrontiert, dieser alles negierenden schwarzen LEERE, Ursprung der namenlosen Angst – mit der Bedrohung, Leib, Leben und Seele auszulöschen. "Es blieb nur ihre Seele übrig, deren leere Bühne den unbekannten ewigen WILLEN erwartete", schreibt Sri Aurobindo auf S. 550, d.h. wer in solcher furchtbaren NACHT auf sein Seelen-Selbst "ich bin" konzentriert bleibt, übersteht den Ansturm eines schreckensvollen Unermeßlichen, der findet wieder den Kontakt mit dem "ICH BIN" der Macht des Himmels.

Klare Weisungen ergehen an Savitri, aber auch große Verheißungen. Okkultes, Erfahrenes, Philosophisches und Prophetisches – Ewig-Wahres – wird in diesem großen Werk immer wieder enthüllt, fast könnte man sagen: in Spiralen, immer in weiteren Aspekten das Ganze ausleuchtend.

Die Wahrnehmung des Unbedingten Absoluten tauchte Savitris Seele in seinen Frieden; sie hatte das allverneinende Unbedingte durch das positive, allbejahende Unbedingte bezwungen, der schwarze leere Abgrund war kraft ihrer Seele besiegt. Sie weiß nun, daß Schicksal bewußte Wahl der Seele ist im Wachstums- und Reifungsprozeß, daß es veränderbar ist durch den strebenden Willen. Auferstanden ist sie im Körper, Leben und Denken. Als erstarktes Individuum kann sie sich dann mit dem Hohen Kosmischen Geist-Selbst vereinen. – Jetzt ist Savitri ohne Angst und befähigt, nach Satjawans Verscheiden dem Tod gegenüberzutreten. Dieser müht sich mit den stärksten Argumenten, Savitri zurückzuweisen und in ihr die alte menschliche Schwäche zu wekken, – vergeblich: er scheitert an ihrem entschiedenen Bekenntnis zum göttlichen Plan für Menschheit und Erde. Der Tod muß aufgeben; Savitri nimmt ihm die Maske ab, – Satjawan wird ihr wiedergegeben.

Aber noch ist die Auseinandersetzung mit den Mächten des lockenden Jenseits nicht ausgestanden: Tod und Nacht treten nun in paradiesischer Verkleidung mit herrlichen Versuchungen an sie heran, für immer mit ihrem Gatten in der Himmelswelt zu verbleiben; das Ziel des Erdenplans möge noch hinausgeschoben werden.-

Savitri bleibt ihrer Aufgabe eingedenk: Sie weiß, daß die Erde der Platz der Ausfaltung des verborgenen Göttlichen ist; sie hört das sehnsuchtsvolle Flehen leidender Menschen; sie hat erkannt, daß auf Erden das Bewußtsein von Liebe und Einheit verwirklicht werden muß, – und so trifft sie auch diesmal ihre Entscheidung, mit Satjawan auf die Erde zurückzukehren. Die letzte göttliche Verheißung wird ihr und der Welt erteilt.

Ist es Zufall, daß uns in dieser bedeutungsvollen Weltenstunde Sri Aurobindos großes Vermächtnis in seinem SAVITRI-Epos dargebracht wird? Die SIEGEL IM BUCH DES LEBENS sind hiermit aufgetan.

Irmgard Sielaff

Anmerkungen:

In der deutschen Übersetzung von Heinz Kappes ist das Werk SAVITRI im Verlag Hinder und Deelmann, Gladenbach 1985 erschienen.

1) Telos = spirituelle Sinnbedeutung auf ein Ziel hin
2) Kurze Definition der vier göttlichen Aspekte, die die Symbol-Personifikation von Savitri in sich vereinigt:
Varuna: Höchstes reinstes Bewußtsein ozeanischer Weite
Mitra: Wonne, Liebe, Licht des Bewußtseins
Aryaman: die göttliche Kraft reines Strebens; des Yogas, der Disziplin
Bhaga: alles beherrschende göttliche Mächtigkeit.

networking

International Core-Energetic Workshop-Seminar

Dr. John Pierrakos hält dieses Seminar vom 10. bis 19. August in Trimuti, Nähe St.Tropez.
Preis: Alles incl.: DM 1860,-
Nähere Informationen und Anmeldung bei: Symbiosis, Sonnenhof, CH-8343 Rotkreuz. Informationen in der BRD bei Siegmar, Tel: 08809-568

Rhythmusworkshops mit Reinhard Flatischler
Hamburg: Anmeldung und Information: Wolfgang Wilke, Hartwicostr.6 (IH 76), Tel: 040-2205271
Frankfurt: Frankfurter Ring, Kobbachstr.12, 6000 Frankfurt 50, Tel: 069-511555 od. 512416
München: Freies Musikzentrum, Ismaningerstr.29
Weitere Informationen über Siegmar Gerken, Seb.-Jaud-Str.2, 8129 Wessobrunn, Tel: 08809-568

Die Ferien leben lernen
Vom 20.8.86-5.9.86
mit Dinesh, Mischka (Gurudas) und Elisabeth.
In Trimurti, Südfrankreich
Anmeldung und Information: "Trimurti"
Rohini Münzberg
Murnauerstr.10
8120 Weilheim
Tel: 0881-49224

Tournee Reshad Feild
Dr. Reshad Feild, der bekannte Sufi-Lehrer und Buchautor (u.a. "Leben um zu heilen") hält sich von Mitte Mai bis Mitte Juli in Europa auf. Bereits feststehende Termine:
23.5.-27.5.: *Frankfurt*
Kontakt: Frankfurter Ring, Kobbachstr.12, 6000 Frankfurt 50
Tel: 069-511555
28.5.-1.6.: *Idar-Oberstein*Kongreß "Earth, Elements, Conciousness", siehe unten.
8.6.-8.6.: *Hamburg.* Kontakt: Buchhandlung Wraga, Schlüterstr.4
Tel:040-4207348
10.6.-15.6.: *Tübingen/Stuttgart.*
Kontakt: F.Spieth, Schönbühlstr.11, 7307 Aichwald/Krummhardt.
16.6.-17.6.: *München*
Kontakt: Boll, Wolfratshauser Str. 206, 8000 München 71, Tel: 089-7913996
20.6.-22.6.: *Basel*
Kontakt: Sphinx-Workshops, Postfach, CH-4003 Basel
24.6.-29.6.: *Spreitenbach*
Kontakt: Günther Schumacher, Poststr.215, CH-8957 Spreitenbach, Tel:05671-3660
1.7.-6.7.: *Interlaken*
Kontakt: Tantra-Galerie, Jungfraustr.29, CH-3800 Interlaken, Tel: 036-227414
9.7.-13.7.: *Tübingen*, s.o.
ca. 21.7. Urlaubsseminar in Spanien.
Kontakt: Georg Gaupp, A-6911 Eichenberg 2, Tel: 05574-249592 (Österreich)

Frankfurter Ring
30.4.: Sun Bear – Medizin der Erde
1.-4.5.: Sun Bear – Der Weg der Kraft
2.5.: Findhornabend mit Eileen Caddy
8.-10.5.: Rhythmusworkshop mit Flatischler
16.-18.5.: Teo Yoga mit Mantak Chia (auch 19.-22.5.)
23.5.: Reshad Feild – Leben um zu heilen
27.5.: Rabbi Zalman Schachter
31.5.-1.6.: dergl.
7.6.: Theo Gimbel, Form, Klang, Farbe
weitere Informationen über andere Vorträge und Seminare bitte über Frankfurter Ring, Kobbachstr.12, 6000 Frankfurt 50, Tel:069-511555

Wege zur Einheit
Konferenz auf Burg Rothenfels
mit Dr. Michael v. Brück, Helta Copony, Pir Vilayat Khan, Kriyananda Donald Walters, Zalman Schachter, Th. Schauffele, H. Torwessen, Irina Tweedie, Bernh. Wosien, Michael Vetter u.a.
Info über Frankfurter Ring, s.o.

Earth, Elements and Conciousness
Kongress und Ausstellungin Idar-Oberstein vom 28.5.-1.6.85
organisiert von Daya Sara Chocron
Mit: Guni Leila Baxa, Walter Baxa, G. u. R. Braunger, Daya Chocron, Tom Ehrlich, Reshad Feild, Susanne Fischer, Meille Uyldert, Brant Secunda und vielen anderen.
Anmeldung: D.S. Chocron, Calmberg 3, 8900 Augsburg

Das Sardinienprojekt: Tiramisu
An alle Aus- und Einsteiger!!!
Wir bauen hier auf einem 1 qkm großen Landstrich in den Bergen am Meer eine schönere neue Welt auf und suchen noch Leute mit Liebe, Fähigkeiten, Energie und Geld. Wir haben u.a. 1 gr. Tagungshaus, genug Land, Erfahrung, ideen u. Möglichkeiten, um alles zu verwirklichen, was wir wollen. Kontakt: Tiramisu, Lu Fraili, 07020 Vaccileddi, Sardinien. Tel: 0039-784-864048. Info: 069-610758 (Frankfurt)

Astrologie
als Werkzeug, um seine innere Struktur besser zu erfassen und zu verstehen, mit seinem Selbst in Harmonie zu gelangen.
Horoskopinterpretation, Partnerschaftsvergleiche (Composit), Kinderhoroskope, Solare (nach Deutung Grundhoroskop)
KEINE COMPUTERHOROSKOPE
Horoskope werden auf Cassetten interpretiert und übersandt. Informationen bei:
Astrologisch-Psychologische Beratung, Axel Gaßmann, Gartenstr.15, 6682 Ottweiler 3

Rebirthing
Unter dem Titel *Atem und Heilung* findet vom 5.-7. Mai 86 eine internationale Fachtagung für bewußtes Atmen/Rebirthing in Friedenweiler bei Freiburg statt.
Veranstalter: Freiburger Atemlehrergemeinschaft
Info anfordern beim Koordinator Alf Lüchow, Stadtstr.9a, 7800 Freiburg, Tel: 07681-22890
(12-13 u. 19-20 Uhr) mit Unterstützung der Deutschen Gesellschaft für Rebirthing e.V., Pressestelle: Dr. Rüdiger Stellberg, Wülfratherstr.7, 4000 Düsseldorf 1.

Halbzeit der Evolution
1. Konferenz der *Deutschen Transpersonalen Gesellschaft (DTG)* zum Thema: Halbzeit der Evolution? Zur Zukunft des Menschen an Pfingsten (18.-20.5.86) in Konstanz. Referenten. Franz Alt, Günter Ammon, Richard Baker-Roshi, Chung Liang Al Huang, Jean Houston, J. v. Uexkull u.a.
Anfragen und Anmeldungen: DTG, Jägerhäuslesweg 32, 7800 Freiburg

Neu: Kurszentrum im Zürcher Oberland
20 Plätze, wunderschöner, großer Gruppenraum (biologisch renoviert) mit Kachelofen. Neue Küche zum Selberkochen; drei Bäder/Duschen/WC, Sauna mit Tauchbecken, Garten, Wandermöglichkeiten, 5 min. ab B'hof; Autobahnanschluß; Prospekt anfordern: Markus Rüegg, Lenz 6, CH-8340 Hinwil, Tel: 00411-9373000 oder 00411-9373836.

WOHIN?
wenn Sie nach dem Aufenthalt in einer Sekte neutralen Boden suchen? Telefon Dienstags und Donnerstags von 10-15 Uhr (02291-3577 oder 3674)

Eileen Caddy
spricht im Künstlerhaus, Sophienstr. Raum I&G, 3000 Hannover am 5.Mai, 19.15 Uhr
Anfragen (auch über weitere Stationen von Eileen, der Begründerin von Findhorn): Renate u. Peter Badzinski, Mohnweg 30, 3012 Langenhagen, Tel: 0551-782297

Haus am Grünten
3.-4. Mai: Tibetian Foundation (USA), Channel Clearing
29.5.-1.6.86: B. Simonsohn, Reiki
20.-29. Juni: L. Sheleen, Maskenarbeit
25.-27.Juli: G. Langhans, Sacred Dance
16.-30. August: R.u.G. Haak, Urlaub für Geistig-Suchende
Anmeldung und Information:
"Haus am Grünten"
Clara u. Bernhard Rehle
Wagneritz Haus nr.28
8977 Rettenberg/Allgäu

TAI CHI CHUAN
Ferienkurse am Bodensee mit Meister Chu v. 1.-11.5. 86, Schule Frieder Anders – Am Weingarten 12-14, 6000 Frankfurt 90, Tel:069-779076 (ITCCA – Internationale Tai Chi Chuan Association)

"Esoterische Wissenschaft"
Fachzeitschrift für Astrologie, Heilung und Lebensberatung. Bestellung bei: H.J. Scholz, Heinz-von-Stein-Str.8, 8225 Traunreut.

Zentrum der Einheit
Das Zentrum der Einheit, Schweibenalp, im Berner Oberland ist ein Platz für Mensch, Gott und Natur.
Wir wohnen in einer Familiengemeinschaft, in welcher wir lernen in Wahrheit, Einfachheit und Liebe zu leben.
Es liegt uns am Herzen, die Kräfte des Lebens in Pflanzen, in Tieren und in den Seelen der Menschen zu unterstützen.
Im Mittelpunkt unseres Alltags steht die freudig dargebotene Arbeit, die als bewußte Tätigkeit oder Karma Yoga unser Bewußtsein entwickelt und an welcher auch Gäste und Seminarbesucher teilnehmen. – Gottesdienst und Meditation sind ein anderer Pfeiler unseres Lebens.
Während wir als Gruppe in erster Linie eine spirituelle Disziplin praktizieren, sind bei uns die Gebete und Rituale aller Wege willkommen.
Mahavatar Babaji (1970-1984) hat unsere Gemeinschaft ins Leben gerufen. Seine Lehre ist unser Übungsweg.
Die transformierende Kraft ist für uns die Liebe, die uns durch das Christusbewußtsein des anbrechenden Zeitalters und durch jeden der vielen Namen Gottes geleitet wird.
Auszug aus unserem Programm: Die Lehren der Essener, Besuch spiritueller Lehrer aus Indien und Zypern, Akasha-Seminare mit Dina Rees, Rebirthing, Schwitzhütten, Feuerzeremonien, Einheits-und Friedensfeiern etc.
Seit neuem nehmen wir auch erholungsbedürftige Feriengäste auf, die zur inneren Sammlung oder einem Seminarbesuch hierherkommen können. Besucher auf kürzere oder längere Zeit, sowie an der Mitarbeit Interessierte sind herzlich willkommen.
Zentrum der Einheit Schweibenalp CH-3855 Brienz, Tel: 036-512001 (Schweiz)

Findhorn in Hamburg
Ein Abend mit Eileen Caddy, 6.5. 19.30 Uhr im Amerikahaus.
Intensiv-Workshop, Thema: Bedingungsios lieben
6. Mai, v. 14 bis 17.30 Uhr, Helenstr.64, Information durch Cornelia Schulz, Tel: 04193-78852

Secred Dance
Findhorn-Tänze mit Leonhard Sleath
25.-27. April in Hamburg. Info: Cornelia Schulz, s.o.

Anzeigen
Anzeigen bitte rechtzeitig einschicken. Anzeigenpreise für networking (nur Text, nicht kommerziell) DM 15,- (ca. 10-15 Zeilen max.) Kommerzielle Anzeigenpreise auf Anfrage. Es gilt die Anzeigenpreisliste vom Mai 1985.

Savitri auf Cassetten
Auf Bitten vieler Freunde hat der Übersetzer von Savitri (siehe Artikel) Heinz Kappes (93jährig!) den deutschen Text in Jamben auf 42 Cassetten gesprochen. Mit Textbeilage DM 250,- bei: Pfr. Heinz Kappes, Reinsburgstr.33 b. Lehle, 7000 Stuttgart 1.

Center "Weißer Falke"
In der Beschreibung des Centers (Hologramm Nr.45) wurde als Mindestaufenthalt vier Wochen genannt. Das ist der Zeitraum, der sich als notwendig erwiesen hat, um eine tiefergreifende Entspannung und Umwandlung möglich zu machen. Inzwischen ist das "Salzwasserentspannungsbad" des Centers in Benutzung, womit der Entspannungsprozeß wesentlich beschleunigt werden kann. Es ist deshalb möglich, die Mindesaufenthaltsdauer auf drei Wochen zu verkürzen und in Ausnahmefällen auf 14 Tage. Das Bad wird von den Gästen jeden 4. Tag für etwas 1-2 Stunden benutzt. Die Benutzung ist im Pensionspreis enthalten. Wenn längerfristige Erfahrungen über das Bad vorliegen, werden wir darüber berichten.
Center "Weißer Falke", San Lorenzo, Ibiza, Spanien.

Esoterischer Buchversand
Pentagramm, Oesterholzstr.74, 4600 Dortmund 1. Bitte Katalog anfordern.

Barbara Walker Tarot Karten
Leider mußte die amerikanische Herstellerfirma die Produktion der Karten aus technischen Gründen verschieben, so daß erst im Laufe des Mai damit zu rechnen ist. Wir bitten alle Interessenten um Geduld. Verlag Bruno Martin.

Sommerseminare in Torronteras
Seminar 1:
Dr. Reshad Feild ist Autor der Bücher: "Ich ging den Weg des Derwisch", "Das Siegel des Derwisch", "Schritte in die Freiheit" und "Leben um zu heilen". Seit dreißig Jahren sammelt er Erfahrungen in der Praxis der Heilung und Geomantie. Als Doktor der Psychologie half er vielen Menschen, die tieferliegenden Ursachen ihrer Krankheiten zu erkennen und zu heilen.
Das Seminar findet im Juli statt.
Seminar 2:
Dr. Oruc Güvenc ist Psychologe, Musiker und Musiktherapeut. Er ist Sufi-Meister (Shaikh) verschiedener Derwisch-Orden wie der Mevlevi, Rufai, Bektaschi und Kadiri. Er studierte Heiltänze und Heilmusik der Baksi-Schamanen und ist ein meisterhafter Interpret der Mevlevi-Musik (mit den Instrumenten Ney und Rebab), Bektaschi-Musik und er zentralasiatischen Musik auf verschiedenen Instrumenten. Seine besondere Liebe gilt der archetypischen pentatonischen Musik in Form einer neuen universellen Sufi-Musik. Außerdem schrieb er das Buch "Mevalana and the Dervish-Path". Zahlreiche Musikcassetten seiner Gruppe Tümata mit Derwisch-Musik und zentralasiatischer Musik sind im Verlag Aconcagua (FL-9470 Vaduz, (Postfach 657) erschienen. Dr. Güvenc ist auch ein erfolgreicher Therapeut. Durch Heilsicht erkennt er die physische, emotionale und mentale Blockade und erteilt eine heilende Therapie.
Termin: 24.7. bis 28.7.86

Seminar 3:
vom 5.8.-9.8.86: Tai Chi Chuan und Shiatsu-Massage mit Helmuth Schemer (Tai Chi) und Nancy Wright (Shiatsu).

networking

Seminar 4:
Vom 15.8. an (14 Tage) findet ein Instrumentbau-Kurs statt. Kursleiter ist Rene Scheier. Es werden folgende Instrumente angeboten: 1. Kastenradleier (2 Melodie, 2 Bordunsaiten), 2. Harfe (keltische Form, 3 1/2 Oktaven, Nylonsaiten), 3. Fiedel/Pochette (ausgehöhlt aus einem Stück, 4 Saiten 28/36 Mensur), 4. Scheitholz.

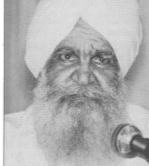
Ort der Seminare ist Torronteras in der Provinz Guadalajara (Spanien), ca. 120 km südöstliche von Madrid auf 1000 m Höhe in totaler friedlicher Einsamkeit. Torronteras ist ein verlassenes Dorf im Wiederaufbau. Die wiederaufgebaute Kirche gibt Raum für Seminare. 9 km entfernt schängelt sich ein wundervoller großer See, der Lago de Entrepenas. Restaurant, Duschen und WC vorhanden. Zimmer sind belegt und können nur im Falle von Erkrankung angeboten werden, daher Übernachtung in mitgebrachten Zelten oder Wohnwagen erforderlich. Preis Seminar Oruc Güvenc: DM 350,- (incl. Essen), Preis Seminar Reshad Feild DM 350,- (incl. Essen).

Über alle Seminare telefonische Auskunft bei Georg Gaupp, Tel: 0043-5574-249592. Genaues Programm wird zugesandt.
Anmeldung: Asociacion Universal Cultural
Torronteras / Escamilla, Prov. Guadalajara, Spanien
oder G. Gaupp, A-6911 Eichenberg Nr.2 (Österreich).
Begrenzte Teilnehmerzahl! Anmeldung gilt nur nach Einzahlung des halben Seminarpreises. Zurücknahme der Anmeldung nur bis 15. Juni bei Einbehalt von 10% des Seminarbetrages möglich. Genauer Lageplan wird mitgeschickt.

HAMBURGER INTENSIVKURSE
in der
FELDENKRAIS-METHODE
„BEWUSSTHEIT DURCH BEWEGUNG"
TERMINE FÜR 1986
3.-6. April, 14.-17. Juni, Oktober
SEMINARLEITUNG
Meram Pfeifer – Paris
Chava Shahav – Tel Aviv
Anne Wechmann – Hamburg
ANMELDUNG UND INFORMATION
ANNE WECHMANN
Grad. Feldenkrais-Pädagogin
Cuxhavener Straße 195
2104 HAMBURG 92
Tel. 040/7964612

Der Weg von Frau und Mann ins Neue Zeitalter
Ziel der von mir angebotenen Arbeit ist die Förderung der Bewußtseinsbildung von Frauen und Männern füre neue Zeitalter.
Zyklus von 3 Wochenenden in 3 Monaten:
Mai 24/25: Weiblichkeit – Strafe oder Gnade?
Juni 21/22: Männlichkeit: Ist der Mann mehr oder ißt er mehr?
Juli 19/20: Von der Trennung zur Einheit – Entfremdung und Liebe.
Intensive esoterische Schulungen zu den Themen: Weiblichkeit, Männlichkeit, Androgynität, Liebe, Schöpferisches Gestalten.
Informationen kostenlos, bitte schriftlich erfragen bei:
Dr. Sieglinde Braeucker
Esoterische Psychologie
Pestalozzistr.88 B
1000 Berlin 12
Tel: 030-3121301

Sant Darshan Singh kommt jetzt doch nach Deutschland!

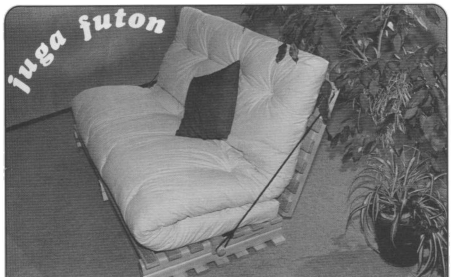


Stuttgart 26.5.—31.5.86
München 31.5.—5.6.86

Wer ist Sant Darshan Singh?

Erfahrener Lehrer des Surat-Shabd-Yoga, Meditation auf Licht und Ton im Inneren. Spiritueller Nachfolger von Sant Kirpal Singh. Bekannter mystischer Dichter in Indien. Zur Zeit Präsident der Weltgemeinschaft der Religionen.

Nähere Informationen:
für München 08151/51891
für Stuttgart 07 11 / 83 27 48



Matratzen, Decken, Kissen in jeder Größe aus reiner frischer Baumwolle
● *tatamis* ● *Lattenroste* ● *Klappgestelle* (s. Foto)

Goldene Wiege 6 · 2100 Hamburg 90
Telefon 0 40 / 7 92 79 91 und 77 89 88

–Kleinanzeigen-

Die Buchtitel *J.F. Freihold: Der Orgonakkumulator nach Wilhelm Reich, Charles Kelley: Eine Neue Methode der Wetterkontrolle*, das Wilhelm-Reich-Periodikum *emotion*, , sowie *Orgonakkumulatoren* und ausführliche kostenlose Informationen sind erhältlich bei:
Verlag Konstanze Freihold
Brüsseler Straße 33, 1000 Berlin 65
Tel.: 030/453 35 55 + 453 18 25

Für unsere Zeitschrift ALL-CH'I-MIA, *Kosmos, Lebenskraft, Eigene Erfahrung,* suchen wir persönliche Berichte über Wandlung, Heilung und Entwicklung.
PLEJADEN Verlagsgesellschaft mbH
Danckelmannstr. 10, 1000 Berlin 19
☏ 321 70 92

THE OFFICIAL REIKI PROGRAM$_{sm}$ — DAS OFFIZIELLE REIKI PROGRAMM

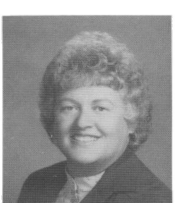
„Die Menschheit steht jetzt an einem kritischen Punkt, was die Zukunft unserer Welt betrifft, und wir brauchen alle Methoden, die uns helfen, ein Bewußtsein' zu entwickeln, das es uns ermöglicht, die Wahl für unsere weitere Evolution auf dem Planeten Erde zu treffen."
Dr. B. Ray, „The Reiki Factor"

Die Wissenschaft von

Reiki

Vortrag von
DR. BARBARA RAY
in Berlin
am 26. 6. 1986, 19.30 Uhr
Schweizer Hof
Budapester Straße

Eintritt frei



Dr. Ray ist die führende Expertin in der Wissenschaft von der universellen Lebensenergie. Sie strahlt dieses Wissen und diese Kraft aus und arbeitet beständig, verantwortlich und wirkungsvoll an der gegenwärtigen Entfaltung des menschlichen Bewußtseins von seiner Ganzheit.

Zwei-Tage Seminar mit Dr. Ray: „THE AWAKENING JOURNEY", Die Reise des Erwachens
Fortbildung für alle Grade des offiziellen Reiki Programms
Samstag und Sonntag vormittag, 9.00 Uhr, ca. 4 Stunden **100,— DM**
21. und 22.6. in München Information und Anmeldung: 089/7693706 Eva Hörmann
28. und 29.6. in Berlin Information und Anmeldung: 030/7718468 Waltraut Forster

Kurse mit Dr. Ray:
Dritter Grad in Berlin 27. — 30. 6. abends. Vierter Grad in München 20. — 22. 6. abends.
Wegen begrenzter Teilnehmerzahl Voranmeldung an 089 - 7693706 Eva Hörmann

WIESLAW SADURSKI — BILDER DER SCHÖPFUNG

In 32 Farb-Postkarten (17 x 12 cm) und einem Farb-Poster (50 x 60 cm).

Nr. 1 DEZEMBER-TRAUM

Nr. 2 WELLE

Nr. 3 KINDHEIT

Nr. 4

Nr. 5 BLITZ DER SCHÖPFUNG

Nr. 6 HÜTER DER WELT

Nr. 9 DÄMON UND MÄDCHEN

Nr. 10 BRUDER PINSEL UND SCHWESTER STERN

Nr. 11 SCHÖPFUNG

Nr. 14 WANDERNDER STERN

Nr. 18 LADY OF THE NIGHT

Nr. 21 HÜGEL TRÄUMT VOM HIMALAYA

Plejaden — Bücher, Tafeln, Bilder — Hilfen auf dem Weg zum Selbst.

Die Postkarten können bei PLEJADEN Verlags-GmbH bestellt werden. Oder bitten Sie Ihre (esoterische) Buchhandlung, sie zu führen. Preis pro Karte DM 2,00. Lieferung ab 9 Karten (DM 20,00, incl. 2,00 DM Porto und Verpackung).

Die Serie »Bilder der Schöpfung« umfaßt 32 Karten. 16 weitere sind auf *Hologramm 44* abgebildet. Fordern Sie unseren **Gesamtprospekt** an.

Plejaden Verlagsgesellschaft mbH, Danckelmannstr. 10, 1000 Berlin 19, Tel.: 321 70 92