

Rainer Mahr

Das Energiekonzept der Bioenergetischen Analyse

In: Forum der Bioenergetischen Analyse 1/2005

Die Entwicklung der Bioenergetischen Analyse ist derzeit bestimmt von Versuchen, sie mit der Psychoanalyse und anderen therapeutischen Ansätzen zu verbinden. Das führt gleichzeitig zu einer Unterbewertung der körperlichen Prozesse und Sichtweisen und das finde ich bedauerlich. Natürlich kann man mit solchen Konzepten auch gute Psychotherapie machen. Aber der Blick darauf, dass der Mensch ein biologisches und physikalisches Wesen ist und mit diesen biologischen Prozessen Psychisches und Geistiges schafft oder zum Ausdruck bringt, geht verloren. Für mich ist aber gerade diese körperliche Sichtweise der bedeutende Aspekt, den die Bioenergetische Analyse in die Psychotherapieszene einbringen kann. Diese Sichtweise bekommt derzeit in den Humanwissenschaften eine große Bedeutung. So basieren z.B. die gegenwärtigen Diskussionen in der Neurobiologie und Philosophie über das Ich, Selbst, Bewusstsein und den Geist auf solch einem biologischen Verständnis. Unsere Vorstellungen von diesen Instanzen werden sich grundlegend verändern und niemand wird diese Entwicklung aufhalten können, weil sie viel besser mit der Realität des Menschen verbunden sind - mehr Grounding haben. (Metzinger, 1996)

Natürlich kann sich die Bioenergetische Analyse auf das psychische Geschehen mit seinen Bildern, Gefühlen und Einstellungen und dem Ausdruck im Körper beschränken. Aber wirklich interessant ist doch, wie dieses Wechselspiel funktioniert, wie sich über körperliche Interventionen psychisches Geschehen beeinflussen lässt und umgekehrt. Und wenn in der Konzeptbildung behauptet wird, dass mit körperlichen Interventionen Psychisches beeinflusst werden kann, dann muss auch beschrieben werden, wie das gehen soll, und das kann nur mit den Begriffen und Vorgängen geschehen, mit denen dieser Körper funktioniert, mit denen der Biologie und der Physik.

In Abgrenzung zu Lowen wird heute auch in der Bioenergetischen Analyse die Bedeutung von Beziehung im psychotherapeutischen Geschehen besonders betont. Aber was ist Beziehung eigentlich, wie funktioniert sie aus körperlicher Sicht, und warum ist sie so wichtig für körperliche Prozesse? Für die bioenergetische Theoriebildung genügt es nicht, diesen Begriff nur unreflektiert zu übernehmen und mit ihm zu arbeiten.

Bei dieser Umorientierung der Bioenergetischen Analyse hat die Diskussion um den Energiebegriff eine große Rolle gespielt. Alexander Lowen hat ihn in der BA bewusst und begründet nicht ausführlich beschrieben, spricht aber davon, dass es sich um eine elektrische Energie handeln muss und zeigt damit eindeutig ein physikalisches Verständnis von Energie (Lowen, 1979, p. 33). In der Folgezeit werden dann auch psychische Phänomene als energetische Prozesse beschrieben. Durch diese Vermischung von psychischen und physischen Prozessen wird der Energiebegriff zunehmend unklar und unbrauchbar. Es gibt daher inzwischen bioenergetische Kollegen, die halten ihn für missverständlich und überflüssig.

Was geschieht aber mit den bioenergetischen Konzepten, wenn der Energiebegriff wieder als physikalisches Phänomen betrachtet wird? Ich denke, er kann helfen, die Bioenergetische Analyse in

Theorie und Praxis auf einer solideren und realeren Grundlage zu beschreiben und weiterzuentwickeln, was in Ansätzen dargestellt werden soll.

Sicher haben bioenergetische Kollegen Recht mit ihrer Ansicht, dass der Energiebegriff nicht notwendig ist, um psychotherapeutische Prozesse zu beschreiben. Da er ein Begriff aus der materiellen, physikalischen Welt sei, eigne er sich schlecht, seelische Erfahrungen und Befindlichkeiten auszudrücken. Man könne ihn auf der psychischen Ebene nur als Metapher gebrauchen. Er schaffe leicht mehr Verwirrung als Klarheit.

Die bioenergetische Analyse will aber auch biologisches Geschehen beeinflussen, indem Muskulatur gelockert, Körperhaltung, -ausdruck usw. modifiziert werden. Sie will verstehen, wie sich psychische Erfahrungen im physischen Körper zur Geltung bringen und umgekehrt. Damit richtet sie ihren Blick auf die biologischen und materiellen Strukturen und Prozesse des Menschen. Dazu muss sie verstehen, wie ein Muskel physiologisch funktioniert, wie die Organe miteinander kooperieren, welche Stoffe der Organismus zum Überleben braucht, wie sie verstoffwechselt werden, wie das Gehirn oder welche Institution auch immer, dieses selbstregulierende System koordiniert. Dazu kann und muss sie die Konzepte und Begriffe verwenden, mit denen biologische Verhältnisse in unserer abendländischen Welt beschrieben werden. Wenn die BA z.B. glaubt, in ihrer Körperarbeit in irgendeiner Weise Energie zu bewegen, zu verdichten oder zum Fließen zu bringen, dann muss diese Energie den biologischen und physikalischen Beschreibungen und Definitionen entsprechen. Andere Definitionen, die sich bewusst von der materiellen Welt absetzen, machen keinen Sinn, weil sie mit den Naturwissenschaften der abendländischen Welt nicht zu kommunizieren sind.

1. Physikalische Definition von Energie

Die Physik kennt eine allgemeine Definition des Energiebegriffs und verschiedene Spezifikationen, in denen diese Energie auftreten und wirksam werden kann:

Nach der allgemeinen Definition ist Energie die Fähigkeit, Arbeit zu verrichten, etwas zu bewirken. (Tipler, 1995, p 129)

Diese Definition beschreibt Energie nicht als ein stoffliches, materielles Substrat sondern als ein Ereignis, als einen Prozess. Alles, was ich in dieser Welt mache, verändere, gestalte, zerstöre, ist ein energetischer Prozess. Die Energie von Benzin z.B. besteht darin, dass es die Fähigkeit hat, einen Motor und damit ein Auto zu bewegen.

Nach dieser allgemeinen Definition von Energie sind alle bioenergetischen Aktivitäten, die die Lebendigkeit, Emotionalität, Denken und Verhalten eines Menschen verändern, energetische Prozesse. Auch alles, was der Körper tut, um zu atmen, zu lieben, zu denken, sich zu erhalten und fortzupflanzen, ob es durch neuronale, hormonelle, oder Stoffwechsel geschieht, immer ist es ein energetischer Prozess ist nur möglich durch einen energetischen Prozess. In diesem allgemeinen Sinn ist es korrekt, vom Energiefluss, der blockierten Energie und der Energiearbeit zu sprechen, vom Energieniveau, das hoch, niedrig oder in bestimmten Körperregionen konzentriert ist (Lowen, 1979, pp.33) Nicht gemeint sein kann, dass etwa ein Muskel mit einem Substrat gefüllt oder leer ist, dass eine Substanz als Energiestrom durch den Körper rauscht und an einer bestimmten Stelle gestaut wird.

2. Verschiedene Formen von Energie

Mit dieser allgemeinen Definition, dass Energie die Fähigkeit ist, Arbeit zu verrichten, ist noch nicht geklärt, wie diese Fähigkeit beschaffen ist und wie sie arbeitet. Die Physik klärt dies mit verschiedenen differenzierenden Definitionen und Beschreibungen, indem sie u.a. von potenzieller, mechanischer, kinetischer, elektrischer, elektromagnetischer Energie spricht.

Das Wasser in einem großen Stausee z.B. tut nichts, aber es kann viel bewirken, wenn es in Bewegung kommt. Diese gestaute Fähigkeit wird potenzielle Energie genannt. Öffnet man die Schleusen in der Staumauer, wird die potenzielle Energie des Wassers zur kinetischen Energie. Sie setzt dann einen Generator in Gang, durch den die Bewegungsenergie in elektrische Energie umgewandelt wird. Schickt man diese Energie durch eine Drahtspule, entsteht ein Elektromagnet, ein elektromagnetisches Feld oder elektromagnetische Energie, mit der man Metallgegenstände bewegen kann. Die elektromagnetische Energie wird wieder zur kinetischen Energie.

Mit diesen Unterscheidungen ist es möglich zu beschreiben, wie die Fähigkeit zur Arbeit, die Energie, beschaffen sein muss, um eine bestimmte Wirkung zu erreichen. Um z.B. einen Generator anzutreiben, nutzt man die potenzielle Energie nicht. Sie muss erst kinetische Energie werden, um den Generator bewegen zu können.

So lässt sich mit dem allgemeinen Energiebegriff auch im menschlichen Organismus noch nicht beschreiben, mit welcher Energieform welche Wirkung erreicht werden kann. Das ist aber notwendig, um gezielt biologische oder physikalische Prozesse steuern oder modifizieren zu können.

Deshalb muss auch der Energiebegriff der BA differenzierter beschrieben werden. Es muss untersucht werden, welche Energieform menschliches Geschehen und Verhalten steuert und mit welchen energetischen Aktivitäten es im körpertherapeutischen Prozess modifiziert werden kann. Gibt es potenzielle, kinetische, elektrische, elektromagnetische Energie in unserem Organismus ?

3. Bewegungsenergie in der BA

In einem Ti Chi - Kurs hatte ich eine Position eingenommen, in der ich den rechten Arm nach vorn stieß. Mein Lehrer forderte mich auf, mehr Energie nach vorn, bis in die vordersten Fingerspitzen zu bringen. Ich war verwirrt, wusste nicht, soll ich mehr Blut, Gewebsflüssigkeit nach vorn schicken, oder welche Energie meint er? Nach einer gewissen Zeit bemerkte ich kleine Drehbewegungen in meinem Körper. Fast unmerklich drehte sich mein Rumpf nach rechts vorn über meinen rechten Fuß. Mein Lehrer versuchte nun einen Angriff gegen mich, den ich fast ohne Anstrengung abwehren konnte. Ich fühlte mich nun nicht nur stärker, ich war es auch. Den Zuwachs an Energie hatte ich durch eine Veränderung der Körperhaltung gewonnen, nicht durch das Strömen irgendeines Substanzwassers in die Finger.

Durch die veränderte Körperhaltung hat sich der Schwerpunkt nach unten verlagert, ebenso der Dreh- und Angriffspunkt des Körpers. So wird er stabiler, kann mehr Masse und Kräfte für die Arbeit einsetzen. Physikalisch betrachtet wird die mechanische Energie am Körper verbessert. Mein Körper hat wirklich mehr Kraft. Die Nerven der Muskelzellen melden diese Realität ans Gehirn weiter und nun fühle ich mich auch stärker, sicherer, energetischer.

Wenn wir in der BA mit Veränderungen der Körperhaltung arbeiten, versuchen, einen Körper in Bewegung zu bringen, dann modifizieren wir seine statischen Bedingungen, die mechanische Energie, d.h., wir machen Energiearbeit. Dadurch wird dieser Mensch stabiler, kann mehr und effizienter Arbeit verrichten, andere Dinge bewegen oder abwehren. Mit dieser Art von Energiearbeit schaffen wir erst eine körperliche Realität, die dann von unseren Gefühlen und vom Verstand wahrgenommen und in ein neues Selbstbild eingebaut werden kann.

Natürlich gibt es aufgrund der physiologischen Bedingungen im Organismus die Möglichkeit, sich ein stärkeres Selbstbild zu visualisieren, das dann auch die Körperhaltung und seine Bewegungsmuster verändert. Doch neben der bioenergetischen Erfahrung sprechen manche entwicklungsgeschichtlichen und hirneurophysiologischen Vorgänge dafür, dass der Weg von der veränderten Körperhaltung und Körperbewegung zu einem veränderten Selbstbild schneller und effektiver ist als der von den Hirnprozessen in den Körper (Roth 1997 pp. 178).

Bei dieser Form bioenergetischer Energiearbeit - man könnte sie mechanische Energiearbeit nennen - geht es um die Veränderung von Körperhaltung und Bewegungsmuster. Es handelt sich nicht um die bekannten Stressübungen mit denen völlig andere physiologische Strukturen beeinflusst werden sollen.

Es dürfte eine reizvolle Aufgabe sein, ein Repertoire solcher Übungen zu entwickeln. Die Vorstellungen aus dem Tai Chi oder aus anderen östlichen Kampfkünsten könnten uns dabei eine große Hilfe sein. Ein wichtiger Unterschied dieser Bewegungsarbeit zu dem bekannten bioenergetischen Übungsprogramm ist die Präzision mit der diese Veränderungen ausgeführt werden. Kleinste, genau definierte Veränderungen sind es, die oft die körperliche Statik, Energieniveau und Bewusstsein bestimmen.

4. Energiearbeit mit der Muskulatur.

Die Energien, die wir Menschen zum Leben brauchen und täglich zu uns nehmen, ist die Nahrung aus biologischen Produkten, und es ist zunächst nicht einsichtig, was Gemüse, Fleisch und Wein mit den beschriebenen physikalischen Energieformen zu tun haben soll.

Wir wissen aber alle, dass unser Körper in einem sehr komplexen Stoffwechselprozess die Nahrung so umbaut, dass wir sie für unsere Zwecke nutzen können und dass dieser Prozess nur mit ausreichenden Sauerstoffmengen ablaufen kann. Am Ende dieses Prozesses steht die kleinste Energieeinheit im menschlichen Organismus, das sog. ATP (Adenosintriphosphat) (Silbernagel 1988, pp 38) eine chemische Verbindung. Dieses ATP ist aber auch kein Substrat, sondern eher ein Prozess, den man heute auch als Energiepumpe bezeichnet. Jede Zelle braucht für ihr Leben und Überleben ATP. Sie nimmt sich von diesem ATP aber immer nur wenige Elektronen, die im Interaktionsprozess zwischen ATP und Zelle aus dem ATP herausgelöst und in die Zelle eingebaut werden. D.h., das, was wir zum Leben wirklich brauchen, sind neben Luft und Sauerstoff, Elektronen, Elementarteilchen aus der Welt der Physik.

Will ich als bioenergetischer Therapeut das Energieniveau meines schwachen vielleicht magersüchtigen Klienten steigern helfen, dann muss ich dafür sorgen, dass über Nahrung und Stoffwechsel mehr ATP und damit Elektronen in den Zellen des Körpers zur Verfügung stehen. Die

Frage nach dem, was jemand isst und wie er seine Nahrung verdaut, ist dabei nicht unwichtig und sollte in der Bioenergetischen Analyse mehr Beachtung finden.

In vielen Körpertherapeutischen Schulen ist die Arbeit mit der Atmung von großer Bedeutung. Da jeder Stoffwechselprozess Sauerstoff aus der Atmung braucht, ist die Atemarbeit im therapeutischen Geschehen von großer Bedeutung. Oft führt die Vertiefung der Atmung sehr schnell zu neuen und starken emotionalen Erfahrungen und Bewusstseinszuständen. Dieser Effekt ist möglicherweise die Folge von mehr Körperbewegung, aber ganz sicher nicht Folge von mehr Sauerstoff im Blut, der mehr ATP - Produktion ermöglichen würde. Das Ergebnis von verstärkter ATP-Produktion durch das höhere Sauerstoffniveau.

Da der Sauerstoff im Blut an Erythrozyten gebunden sein muss, um transportiert werden zu können, muss sich erst die Anzahl der Erythrozyten im Blut erhöhen, um mehr Sauerstoff binden zu können. Das gelingt aber erst mit längeren körperlichen Aktivitäten und nicht durch eine einmalige Kickübung. Nur wenn es uns gelingt, die Klienten zu bewegen, sich mehr um ihre Ernährung und um ihr körperliches Training zu kümmern, lässt sich dieses Energieniveau nachhaltig steigern. Stehen dem Organismus dann aber mehr an ATP gebundene Elektronen zur Verfügung, steigert sich seine Fähigkeit, Arbeit zu verrichten, hat er mehr Energie im physikalisch definierten Sinn.

Wie jede Zelle braucht auch die Muskelzelle ATP um die Muskelfaser anspannen und loslassen zu können. Außerdem sind Calciumionen notwendig, deren Anzahl vom Gehirn gesteuert wird. Nur wenn beide Bedingungen erfüllt sind, kann sich ein Muskel bewegen, anspannen oder loslassen. Ein angespannter oder blockierter Muskel ist vor allem der Ausdruck von einem neuronalen Muster im Gehirn. Ohne Veränderung dieser neuronalen Muster ist ein veränderter Muskeltonus nicht zu erreichen. Mit Stressübungen oder Massage des Muskels lässt sich seine die Spannung reduzieren. Dabei wird dem Hirn über die Manipulation der sog. Spindeln signalisiert, das Spannungsmuster zu verändern. Das Gehirn wird sich nur auf diesen Vorschlag einlassen, wenn es die Veränderung für sinnvoll hält. Eine zweite Möglichkeit, die Spannung zu reduzieren, besteht darin, durch gesteigerte Muskelaktivitäten, den ATP - Vorrat in der Zelle zu erschöpfen, sodass das Gehirn sein Spannungsmuster nicht mehr aufrechterhalten kann. Das veränderte Spannungsmuster kann dann weil nun ATP fehlt, bricht die Muskelspannung zusammen. Gefühle Gefühle werden freigesetzt, die durch den vorangegangenen Spannungszustand kontrolliert worden waren. Kathartische Zustände, die im therapeutischen Prozess sehr wirkungsvoll sein können, entstehen nicht durch eine Steigerung des Energieniveaus, durch mehr ATP, sondern durch Erschöpfung der Elektronenvorräte im betroffenen Muskel.

Da ein blockierter Muskel sehr viel ATP braucht, um den starken Spannungszustand aufrecht erhalten zu können, wird durch seine Entspannung viel ATP frei. Es steht nun für andere Aktivitäten zu Verfügung, z.B. für weit ausholende Bewegungen, für Springen, Tanzen. Greifen.

Nicht selten verkleben einzelne Muskelstränge miteinander, wenn der Muskel chronisch angespannt wird und kann durch kein verändertes neuronales Muster oder durch Veränderung des ATP -Niveaus gelockert werden. Hier wird dann die manuelle Auflösung der Verklebungen zur Voraussetzung für jede Art von Veränderung.

Die bioenergetische Arbeit mit dem Muskeltonus ist Energiearbeit im physikalisch definierten Sinn, weil sie den Muskel wieder in die Lage versetzt, mehr und in veränderter Weise Arbeit zu verrichten.

Da der gelockerte Muskel weniger an ATP gebundene Elektronen braucht, steht mehr Energie in seiner elektromagnetischen Form zur Verfügung. In diesem Sinn wird durch die Arbeit an der Muskulatur Energie frei. Die strömenden Empfindungen, die wir oft erleben, wenn sich die Muskulatur lockert, ist wahrscheinlich nicht als Energiestrom zu verstehen, sondern als eine verbesserte Mikrozirkulation des Blutes in den Kapillargefäßen, oder durch Bewegungen der extrazellulären Gewebsflüssigkeiten, die für das Funktionieren lebendiger Systeme eine große Bedeutung haben.

5. Subatomare Energieprozesse

Durch die Tatsache, dass unser Organismus Elektronen braucht, um seine Lebensprozesse aufrecht erhalten zu können, werden wir daran erinnert, dass wir nicht nur aus Zellen, sondern auch aus Molekülen, Atomen und dem gesamten subatomaren Bereich aufgebaut sind.

Wenn er auch nicht als lebendige Struktur definiert wird, er ist für die Erhaltung und Steuerung des menschlichen Organismus so bedeutend, dass er nicht mehr ignoriert werden kann. Beschrieben wird dieser subatomare Bereich in der Physik als energetische Struktur mit den Modellen der Quantenmechanik und der Quantenelektrodynamik. Es hat sich nämlich gezeigt, dass die Modelle der klassischen Physik im mikrokosmischen Bereich vielfach nicht mehr gelten können. (Warnke 1998)

Für die Fragestellung der BA nach den energetischen Strukturen und Wirkweisen des menschlichen Organismus sind folgende Aussagen der Quantenphysik von besonderer Bedeutung

ist das Verständnis der Elektronen und Photonen im quantenphysikalischen Modell von besonderer Bedeutung:

1. Nichts in unserem Universum gibt es und geschieht ohne Elektronen (elektromagnetischen Wellen). Sie existieren seit Anfang des Universums und gelten als ewig.
2. Sie können nur beobachtet, real werden, wenn man sie misst oder wenn sie auf einen Widerstand stoßen. Bis dahin existieren sie als Möglichkeit oder Wahrscheinlichkeit.
3. Kommt es zwischen zwei Elektronen zu einem Kontakt, entsteht eine Strahlung, bzw. eine Emission von Photonen. Photonen heißen diese Strukturen wegen ihrer Frequenz im Bereich des sichtbaren Lichts.
4. Elektronen tauschen untereinander Informationen aus in dem sie ihre Photonen in Resonanz bringen kommunizieren miteinander über ihren Photonenaustausch, in dem die Photonen in Resonanz kommen. Resonanz bedeutet: eine schwingende Struktur kann eine nicht schwingende ähnliche auch zum Schwingen bringen. Zum Beispiel: Wenn ein Sänger einen Ton singt, der der Frequenz eines Weinglases entspricht, beginnt dieses Glas zu schwingen und zerbricht. Um so besser die Resonanz ist, um so ähnlicher die Photonen sind, umso mehr Kohärenz entsteht. D.h., die Strahlung wird dann gebündelt und verstärkt. Im Gegensatz zu anderen Verhältnissen in der Physik, wo durch Strahlung oder Austausch das Energieniveau abnimmt, nimmt es bei der Photonenstrahlung zu. Dadurch entsteht ein Kommunikationssystem mit Lichtgeschwindigkeit und riesigen Speicherkapazitäten.

5. Wirft man einen Stein ins Wasser, entsteht eine Welle, die sich nach allen Seiten ausbreitet. So breiten sich auch die Photonen im menschlichen Körper und ins Universum aus - in die Zukunft und in die Vergangenheit. Das bedeutet, dass jeder Photonenkontakt, jeder Austausch von Informationen aufgrund der Resonanz überall im Universum bekannt ist - in der Zukunft und in der Vergangenheit. Denn unabhängig von der Distanz zwischen zwei Photonen können sie miteinander in Resonanz kommen und die gleichen Eigenschaften annehmen

6. Licht aus den Zellen.

Diese Photonenstruktur ist nicht nur ein Phänomen auf der subatomaren sondern auch auf der zellulären Ebene relevant. Viele Forschungen zeigen inzwischen ganz eindeutig, dass jede Zelle in unserem Körper, auch in den Pflanzen solch eine Strahlung besitzt. (Bischof 1995, pp 97). Sie hat in sich Photonen gespeichert, die als ultraschwache Lichtstrahlung mit geeigneten Geräten beobachtet werden kann. Diese Strahlung ist kohärent, also von hoher Intensität und befähigt die Zellen über Licht miteinander zu kommunizieren. Der Informationsfluss geschieht mit Lichtgeschwindigkeit ohne Leitungen und erlaubt den Transfer großer Datenmengen innerhalb des Organismus und nach draußen und von draußen. Der Photonenaustausch mit der Umwelt des Organismus geschieht über die Atmung und über das dafür spezialisierte Antennensystem der DNA im Zellkern. (Popp 1984) Weil es sich um Photonenströme in einem biologischen System handelt, wird von Biophotonen gesprochen, die sich aber in keiner Weise von den Photonen, die in der Physik beschrieben werden, unterscheiden.

Wenn die Forschungsarbeiten von Wilhelm Reich auch eine andere Geschichte und einen anderen Weg beschritten haben als die Biophotonenforschung, seine Orgonenergie ist ihr in vielen wesentlichen Punkten gleich: Sie ist universell, kohärent, als Lichtemission zu beobachten und hat eine Leben strukturierende Funktion. (Mahr 1997)

In unserem Organismus werden ständig und in großem Ausmaß Zellen abgebaut und erneuert. Dafür muss ihre Position, Funktion und Erfahrung an einer anderen Stelle gespeichert sein, damit der Organismus mit seinem Aussehen und seiner Identität erhalten bleibt. Da Photonen, auch wenn sie die weit voneinander entfernt sind, Informationen austauschen und speichern können, kann der Organismus sein Wissen über eine bestimmte Zelle weit nach draußen verlagern und von dort als Bauplan wieder abrufen.

Aus diesen und anderen Gründen geht die Biophotonenforschung heute davon aus, dass der menschliche Organismus neben vielen anderen Regelkreisen ein Informationssystem besitzt, mit dem er all seine Funktionen und Regelprozesse koordiniert. Die Biophotonenstruktur erscheint dafür besonders geeignet zu sein.

Aufgrund der beschriebenen physikalischen Eigenschaften von Elektronen und Photonen und den Wirkzusammenhängen drängt sich die Vorstellung auf, als sei unser Universum ein einziges Netz von Elektronen und Photonen, in dem sich alle miteinander austauschen und alles immer auch gleich voneinander wissen. Dieses Netz wäre dann auch der Ort, in dem gehalten und geschützt, sich menschliches Wesen entwickeln kann, Hilfe, Unterstützung und Wissen erfährt.

Wenn diese Beschreibung auch nach der Existenz eines ordnenden Geistes klingt, die reale Basis ist physikalischer Natur. Sie lässt alle Fragen nach Ursache und Sinn des Lebens offen, die auch nur eine Antwort finden kann, wenn man die naturwissenschaftliche Argumentation verlässt.

7. Die subatomare Welt in der bioenergetischen Arbeit.

Welche Bedeutung hat diese Sichtweise über die subatomaren energetischen Strukturen im menschlichen Organismus für die bioenergetische Konzeptbildung und für die praktische Arbeit?

1. Wenn es zutrifft, dass neben Sauerstoff auch Photonen mit der Atemluft in den Körper gelangen können, dann macht es tatsächlich viel Sinn, die Atemfähigkeit immer wieder zu verbessern, um das Energieniveau, das heißt die Anzahl der Photonen im Körper unmittelbar zu erhöhen .

2. Wenn der menschliche Organismus aus unendlich vielen, elektromagnetischen Elementen aufgebaut ist, dann kann man davon ausgehen, dass jeder Körper eine beträchtliche Strahlenquelle darstellt. Er erzeugt in sich und um sich herum ein elektromagnetisches Feld, das von Menschen, die sich diesem Feld nähern, wahrgenommen werden kann. Man kann es spüren, manchmal auch sehen. Da dieses Feld sehr unterschiedliche Frequenzen haben wird, übermittelt es auch unterschiedliche Informationen. Wir alle kennen dieses Phänomen, wenn uns die Atmosphäre in einer Versammlung aufheitert, oder bedrückt, wenn wir die Aggression eines Klienten spüren, der sich freundlich gibt und wir ihn nicht sehen sondern nur als anwesend spüren. Wer für die Wahrnehmung dieser Schwingungen besonders sensibel ist und sich dahin gehend trainiert, wird die Aura des Gegenübers sehen oder die indische Kunst des Pranaheilens praktizieren können. Man braucht nur die Hände parallel zueinander zu halten und den Abstand zwischen beiden zu variieren, um das strahlende Feld unseres Körpers als Wärme, Kälte, Prickeln, Druck oder andere Empfindungen zu spüren. Wenn wir in einer Versammlung sitzen, können wir die angespannte, heitere oder gelöste Atmosphäre spüren, auch wenn niemand etwas sagt. Das heißt, wir sind den vorherrschenden elektronischen Feldern ausgesetzt, spüren sie als diese oder jene Stimmung. Mit diesem Modell kann verstanden werden, wie es im psychotherapeutischen Prozess zum Übertragungs- und Gegenübertragungsgeschehen kommt. Hier begegnen sich die elektronischen Felder von Patient und Therapeut. Beide kommen in Resonanz.

3. Nach übereinstimmender Meinung der meisten psychotherapeutischen Schulen spielt für effektive therapeutische Arbeit die Beziehung zwischen Patient und Therapeut eine große Rolle. Hergestellt wird sie durch die ‚Empathie‘ des Therapeuten, durch die ‚Resonanz‘, dadurch dass Patient und Therapeut auf einer ‚Wellenlänge‘ liegen. Allein diese Worte, mit denen wir in vielen Sprachen Beziehung zwischen Menschen beschreiben, weisen auf einen Wirkzusammenhang mit den Photonen hin. Wenn eine Photonstruktur des Therapeuten mit den entsprechenden Photonen des Patienten in Resonanz kommt, dann haben beide die gleiche Information, diese Photonen sind nach dem quantenphysikalischen Modell identisch. Dafür müssen sie nicht miteinander sprechen, sie müssen noch nicht einmal an einem Ort miteinander sein.

Die therapeutische Arbeit mit der Beziehung wäre dann u.a. der Versuch, die Photonstruktur eines Menschen zu beeinflussen. Dies ist aber eine Arbeit mit dem Energiesystem eines Menschen. D.h. auf der Basis des physikalischen Energieverständnisses schließen sich Beziehungsarbeit und Energiearbeit nicht aus, im Gegenteil. Nur über mit der Beziehung kann man mit den Tiefenschichten eines Menschen, mit seiner subatomaren Struktur in Kontakt kommen.

Um diesen tiefen Informationsaustausch zu ermöglichen und zu fördern, muss sich der Therapeut auf den Patienten sehr genau einstellen können, nämlich auf die Frequenzen, auf denen dieser empfangen kann.

Bioenergetische Arbeit sieht dann natürlich anders aus, als wenn der Patient mit seinen Muskelblockaden konfrontiert oder in Bewegung gebracht wird. Meditative Techniken, Zentrierung des Körpers mit sich, Arbeit mit visualisierten Bildern oder mit dem eigenen Körper und seinen Empfindungen sind sehr bewährte Wege, mit der tiefsten Schicht des menschlichen Organismus in Kontakt zu kommen. Diese Schicht ist aber nicht nur als eine Psychische zu sehen, sondern es ist die tiefste körperliche Ebene, mit der der Mensch lebt und sich entwickelt.

8. Zusammenfassung.

1. Wenn die energetische Analyse von Energie spricht, um körperliche Prozesse zu beschreiben, dann folgt sie den Definitionen und dem Energieverständnis der Physik.

2. Die bioenergetischer Analyse kennt eine mechanische Energiearbeit, in der Körperhaltung und Bewegungsmuster so verändert werden, dass die Personen stärker werden, mehr und effizienter Arbeit verrichten können. Das veränderte Sein verändert das Bewusstsein und das Selbstbild.

3. Die bioenergetische Analyse kann Energiearbeit im physikalischen Verständnis machen, indem sie auf die Art und Weise der Ernährung achtet, gezielt und kontinuierlich körperliches Training fördert. Damit werden Stoffwechsel, Atmung und die Energieproduktion in der Form von ATP beeinflusst.

4. Mit den verschiedenen Methoden, Muskelspannungen zu verändern, werden einmal neuronale Verhaltensmuster modifiziert und andererseits Energien in Form von ATP für wünschenswertere Bewegungsmuster frei. Es handelt sich um Energiearbeit im Sinne der allgemeinen physikalischen Definitionen: Es werden Bedingungen geschaffen, damit die Muskulatur adäquater arbeiten kann

5. Menschen besitzen aufgrund ihrer physikalischen Struktur elektromagnetische Felder unterschiedlicher Frequenzen. Wenn diese Felder miteinander in Kontakt kommen, nimmt jeder in unterschiedlicher Weise Teil an den Gedanken, Stimmungen, Gefühlen, körperlichen Zuständen des anderen. Dies alles geschieht ohne verbale Kommunikation.

Viele Bereiche und Wirkungen im psychotherapeutischen Geschehen lassen sich auf diese Weise verstehen und beschreiben, z. B. das Übertragungs-Gegenübertragungsgeschehen.

6. Psychotherapeutischen Prozesse, gleich welcher Art, können sich auf allen Ebenen der menschlichen Struktur auswirken, auch auf der subatomaren Ebene mit ihrer Elektronen- und Photonstruktur. Besonders diese subatomaren Strukturen zeigen, dass Informationsprozesse stark von Resonanzphänomenen abhängig sind. Die wichtige Beziehung im psychotherapeutischen Geschehen funktioniert u. a. über die Resonanz elektromagnetischer Felder von Therapeut und Patienten.

7. Aus der biologischen und physikalischen Sicht des Menschen, seiner energetischen Struktur, kann die Bioenergetischer Analyse nicht auf die Arbeit mit Beziehung im therapeutischen Prozess verzichten

8. Die BA muss und darf ihr Energiekonzept nicht aufgeben, um ihre Theorie und Praxis weiter zu entwickeln. Mit ihrem körperlichen und energetischen Verständnis psychischer Prozesse beschreibt sie schon lange Zusammenhänge, die in der westlichen Welt erst allmählich wieder in den Blick geraten und an Bedeutung gewinnen.

Auch die hier eingeführten physikalischen Energievorstellungen sind nur Modelle der Wirklichkeit und werden sich immer wieder verändern. Doch lassen sich mit ihnen sehr gut die bioenergetischen Konzepte beschreiben und weiterentwickeln. Wir brauchen keine eigene Definition des Energiebegriffs. Wir müssen uns nicht schämen, von der Energie in unserem Körper zu reden. Was sollen wir sonst sein außer dieser Energie, von der die klassische und die moderne Physik reden? Sonst gibt es doch nichts in diesem Universum - alles ist Energie. die Materie, die Natur, der Mensch, sein Geist, Gott.

Literaturangaben

- Bischof, Marco. (1995): Biophotonen, Das Licht in unseren Zellen. Verlag 2001
- Boadella, David. (1980): Wilhelm Reich, The Evolution of his Work.
- Dzempra - Depré, Michael.: Physik der Erleuchtung, New Age
- Kerner, Imre und Dagny. (1997): Heilen, Wie Heilen wirkt, Energiesystem des Menschen, Heilen ist erlernbar, Heiler im Test. Kiepenheuer & Witsch.
- Lowen, A. (1979): Bio - Energetik . rororo
- Mahr, Rainer. (1997): Das Konzept der Orgonenergie von Wilhelm Reich. in: Forum der Bioenergetischen Analyse. 1/97, pp.69 - 75
- Metzinger, Thomas (1996) Hrsg. Bewußtsein. Beiträge aus der Gegenwartsphilosophie. Ferdinand Schöningh
- Popp, Fritz A. (1984): Biologie des Lichts, Grundlagen der ultraschwachen Lichtstrahlung . Paul Parey.
- Roth, Gerhard (1997): Das Gehirn und seine Wirklichkeit, Kognitive Neurobiologie und ihre philosophischen Konsequenzen. Suhrkamp
- Silbernagel, S; Despopoulos, A.(1988): Taschenbuch der Physiologie. Thieme, Stuttgart, New York
- Tipler, Paul A.(1995): Physik . Spektrum Akademischer Verlag.
- Warnke, Ulrich. (1998): Gehirn - Magie. Popular Academic Verlags-Gesellschaft

Rainer Mahr
Neu-Isenburg
rmahr@t-online.de
<http://www.bioenergetik-mahr.de/>
© beim Autor