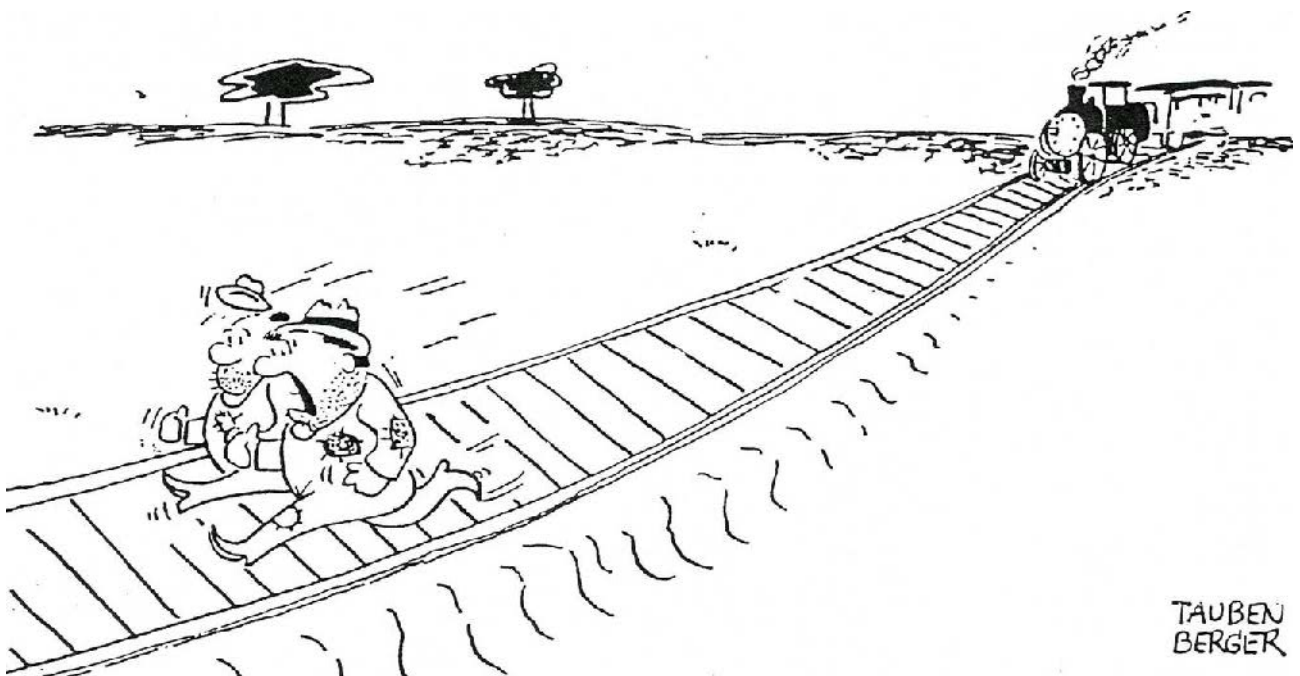


Logosynthese

Willem Lammers & Ilse Hantschk

Immer wieder machen wir die Erfahrung, dass persönliche Veränderungswünsche nicht so umgesetzt werden können, wie wir das möchten – Blockaden verhindern leichtfüßiges Handeln. Spezifische Ereignisse oder Situationen aktivieren fast automatisch von uns ungeliebte Reaktionsmuster. Festgefügte Vorstellungen über uns und andere verstellen den freien Blick auf die Herausforderungen, die das Leben für uns bereithält. Und in seltenen Augenblicken der Einsicht erkennen wir, dass wir uns selbst im Wege stehen.



„Wenn jetzt nicht eine Weiche kommt, sind wir verloren!“

Logosynthese® ist ein neues Verfahren zur persönlichen Entwicklung. Es unterstützt Menschen dabei, einschränkende starre Muster, behindernde Glaubenssätze und störende Emotionen aufzulösen bzw. zu verändern.

Logosynthese® betrachtet negative Emotionen und störende Glaubenssätze als statische Gedankenformen – starre, energetische Strukturen im Raum, die den Blick auf die Aktualität des Geschehens versperren. Die Arbeit mit Logosynthese® löst die in Emotionen oder Glaubenssätzen gebundene Energie auf und stellt sie der Person im Hier-und-Jetzt zur Verfügung. Das

Wirkungsprinzip dabei – die Macht des Wortes – ist erstaunlich einfach und elegant.

Wie entstanden die Gedankenformen und wie wirken sie?



Im Laufe der Entwicklung vom Kind zum Erwachsenen machen wir viele Erfahrungen – gute und schlechte. Dabei speichern wir Abbildungen von der Außenwelt mit dem Ziel, diese Außenwelt besser verstehen zu können. Wenn eine unserer Erfahrungen nicht verarbeitet werden kann, werden die Erinnerungen an unsere Reaktionen vom Bewusstsein abgespalten (dissoziiert). Die Entwicklung der Person ist in diesem Moment blockiert – „die Welt erstarrt“. Die erstarrten Bilder der Auslöser unserer schlechten Erfahrungen werden gespeichert. Diese Bilder werden in der Psychologie Imprints oder Introjekte genannt.

Bei ihrer Entstehung haben Introjekte und dissoziierte Teile eine nützliche Funktion. Sie helfen, unsere komplexen Erfahrungen im irdischen Lebenssystem zu ordnen und damit Ereignisse in der Welt vorherzusagen. Bald behindern sie doch die präzise Wahrnehmung neuer Ereignisse, und der Nutzen wendet sich in sein Gegenteil. So kann ein Mensch lernen, auf eine aggressive Äußerung eines Gegenübers mit Rückzug zu reagieren. Ein Vater, der sein Kind beschimpft, verursacht die Bildung eines wütenden Abbildes, eines Introjektes, das als Gedankenform gespeichert wird. Das Kind spaltet einen Teil seines Bewusstseins ab und bildet einen dissoziierten Teil mit seiner ängstlichen Reaktion, der ebenfalls gespeichert wird. Beim nächsten heftigen Verhalten des Vaters wird das Introjekt aktiviert – das Kind reagiert aus dem dissoziierten Teil und ist nicht mehr überrascht. Damit wird die Welt für das Kind vorhersehbar. Es kann aber nicht mehr anders als mit der stereotypen ängstlichen Reaktion auf den Vater reagieren. Wenn der Mensch dieses Muster während seiner Entwicklung nicht revidiert, bleibt es in seinem Leben als Erwachsener bestehen, und schränkt ihn bei seinen Reaktionen auf andere Erwachsene ein. Eine harsche Reaktion des Chefs auf einen Fehler führt dann zu einer Reaktivierung des Vater-Introjektes und damit zu einer emotionalen Lähmung in archaischer Angst. Als Erwachsene werden wir immer wieder mit solchen Mustern konfrontiert – irrational, inadäquat und nicht nachvollziehbar.

Diese Muster, diese erstarrten Welten, bestehen also aus zwei Teilen:

- ß aus einem Introjekt, das aktiviert wird, wenn jemand in der Nähe ein ähnliches Verhalten zeigt wie die Person, welche die Bildung des Introjekts ausgelöst hat und
- ß aus einem dissoziierten Teil, der die Reaktion des Kindes in der ursprünglichen Situation wiederholt.

Introjekt und dissoziierte Teile bedingen einander. Sie sind untrennbar mit einander verbunden. Viele Therapieschulen betrachten diese Muster als kognitive Strukturen oder Schemata und versuchen sie aufzulösen, indem sie introjizierte Botschaften und Personen relativieren, oder indem sie regressive, dissoziierte Teile stärken.

In der Logosynthese® betrachten wir solche dissoziierte Teile und Introjekte aus einer komplett anderen Perspektive. Es sind Gedankenformen – statische, energetische Strukturen im Raum, die den Blick auf die Aktualität versperren und eine lebendige Auseinandersetzung der Person mit ihrer Mitwelt im Hier-und-Jetzt behindern. Das Verständnis dissoziierter Teile und starrer Introjekte als energetische Strukturen im dreidimensionalen Raum – und nicht nur als abstrakte, kognitive Bewusstseinsinhalte – unterscheidet Logosynthese® explizit von anderen Beratungs- und Behandlungssystemen.



Diese rigiden, energetischen Strukturen sind so real wie der Körper und der Raum selbst. Materie ist nur eine Form wie Energie manifestiert werden kann. Die Gedankenformen sind im Raum leicht auffindbar: Wenn wir jemanden bitten, sich an ein bedrohliches oder traumatisierendes Ereignis zu erinnern, weiß er unmittelbar, wo die wichtigsten Menschen sich im Raum befunden haben, und er nimmt sie immer noch in diesem virtuellen Raum wahr.

Die wichtigste Entdeckung in der Entwicklung der Logosynthese® fand in einer psychotherapeutischen Sitzung statt, an der eine Klientin teilnahm, die räumlich desorientiert war. Noch sechs Jahre nach dem Sturz von einer Treppe war sie traumatisiert und konnte sich an den Hergang dieses Ereignisses nicht erinnern. Wenn sie einen Schlüssel in ein Schloss stecken wollte, suchte sie das Schlüsselloch etwa 20 Zentimeter rechts vom physikalischen Schlüsselloch: Ihre energetische Struktur war an einem anderen Ort als ihr physischer Körper. Sie beschrieb diesen Zustand im Schweizer Dialekt als «neben den Schuhen». Als Willem Lamers diese Beschreibung wörtlich nahm, und sie bat, den Energiekörper zurück in den physischen Körper zu führen, reagierte sie zuerst mit heftiger Angst. Als sie sich doch auf die Vorstellung einließ, geriet sie in heftige körperliche und emotionale Aufregung. Dies dauerte etwa eine Viertelstunde. Als sie sich beruhigte, war sie zum ersten Mal fähig zu einer genauen Schilderung der Ereignisse vor sechs Jahren. Sie beschrieb genau, wie sie am frühen Morgen von einem eiligen Passanten eine Bahnhofstreppe hinunter gestoßen wurde und minutenlang auf dem Boden liegen blieb, erstarrt vor Kälte und Schrecken.

Sowohl die dissoziierten Zustände als auch die Introjekte existieren also als energetischen Strukturen im Raum. In einer anderen Sitzung mit dieser

Klientin beschrieb sie ihre Angst vor einer kommenden Untersuchung. Es stellte sich schnell heraus, dass die Angst hervorgerufen wurde durch die Erinnerung an einen Professor, der sie bei einer früheren Untersuchung sehr grob behandelt hatte. Die kommende Untersuchung rief das erstarrte Bild des Professors auf einer kurzen Distanz vor ihrem linken Ohr erneut hervor. Als sie gebeten wurde, das Bild des Professors aus ihrem persönlichen Raum zu entfernen, verschwand die Angst vor der neuen Untersuchung sofort. Die reale Untersuchung verlief dann ohne weitere Probleme.



Sowohl die dissoziierten Teile als auch die Introjekte haben also einen räumlichen Aspekt, der bisher in keiner Veränderungsmethode explizit hervorgehoben wurde. Diese energetischen Strukturen führen zu reflexartigen Mustern im Denken, Fühlen und Verhalten. Menschen reagieren auf ihre Kollegen wie auf Klassenkameraden oder Geschwister und auf Vorgesetzte wie auf Eltern, Lehrer oder Pfarrer. Die Introjekte und dissoziierten Teile verwandeln die Mitwelt der Erwachsenen in die frühere Umgebung und in die Ursprungsfamilie. Sowohl erlebte Verletzungen als auch eine erlebte, begünstigte Position werden immer wieder neu erwartet. Unsere Welt als Erwachsene enthält so viele alte «Kopfbewohner», dass wir fast nur noch auf innere Abbildungen reagieren, und die heute so hoch gepriesene Authentizität, Spontaneität und Flexibilität nicht bringen können. Oscar Wilde schrieb: «Die meisten Menschen sind andere Menschen. Ihre Gedanken sind Meinungen von jemand anderem, ihre Leben eine Imitation, ihre Leidenschaft ein Zitat.» Es ist nicht mehr ersichtlich, wen wir wirklich vor uns haben. Gleichzeitig sehnen wir uns nach einer verloren gegangenen Ganzheit. Während der ganzen Menschheitsgeschichte haben Philosophen, Priester, Maler, Dichter und Sänger diesen Wunsch immer wieder in ihrer eigenen Sprache vertreten.

Logosynthese® zeigt die Durchlässigkeit zwischen unserer Wahrnehmung und der Gestaltung der Welt auf. Sie schafft eine Unterscheidung zwischen Selbst und Anderen, zwischen Vergangenheit und Gegenwart. Wie schon erwähnt, hilft Logosynthese® den Menschen, alte, erstarrte und übernommene Gedankenmuster zu erkennen und aufzulösen.

Das Bewusstsein und die Energie des Menschen lassen sich dann für seine existenzielle Aufgabe im Hier-und-Jetzt nutzen, und sind nicht mehr gebunden im Aufrechterhalten von alten, energetischen Konstrukten. Der Mensch befreit sich von geschichtlichem Ballast und öffnet sich für den Fluss des Bewusstseins im Hier-und-Jetzt.

Methode

Logosynthese® ist ein Weg – ein erstaunlich eleganter und effektiver – um seiner Ganzheit schrittweise näher zu kommen: Sie strebt gewissermaßen in homöopathischer Dosierung mit umfassender Wirkung das Gleiche an, wie viele andere therapeutische Verfahren. Ihre Vorzüge liegen in der Einfachheit, in der Klarheit, Kargheit und Ästhetik der Mittel: dem auf das Nötige und Substanzielle bezogene Wort. Dieses steuert unser Denken und das Fließen unserer Energien.

Entwicklung und Veränderung beruhen auf der Wiederaufnahme der Verbindung zu unserem Wesenskern vor dem Hintergrund unserer gegebenen Umstände. Menschen lernen, die Energie von Körper, Geist und Seele in den Dienst ihrer Lebensaufgabe zu stellen.

Logosynthese® unterstützt Menschen einerseits darin, ihre abgespaltenen Teile geklärt zu sich zurück zu nehmen. Andererseits lernen sie, die Energie übernommener Werte, Glaubenssätze, Emotionen und Verhaltensweisen, die nicht zu ihnen gehört zu entfernen und dorthin zu senden, woher sie gekommen ist, oder dorthin, wo sie keinen Schaden mehr anrichten kann. Das Dazu muss der Mensch erkennen, dass seine als real empfundenen Gefühle, Glaubenssätze und Gedanken nichts anderes sind als Gedankenformen, und dass er selbst diese Gedankenformen immer wieder mit Energie auflädt und damit reaktiviert. Der erste Schritt zur Heilung ist die bewusste, verbale Zurücknahme der in einem Symptom, in einer Emotion oder in einem Glaubenssatz gebundenen Energie. In einem zweiten Schritt wird die mit dem Symptom verbundene Fremdenergie zu ihren Ursprüngen zurückgeführt. Auch dies geschieht in sprachlicher Form.

Übliche Beratungs- und Therapiemethoden bewegen sich auf dem Gebiet der Biologie und Psychologie und schreiben dem Wort an sich kaum eine heilende oder manifestierende Wirkung zu. Die Sprache wird hier als Instrument zur Beschreibung der Realität und zur indirekten Beeinflussung (Konditionierung, Deutung, Trance, im NLP Ankern und Reframing) eigener und fremder Welten eingesetzt.

In Logosynthese® haben wir eigene, spezifische Methoden zur Veränderung durch das Wort entwickelt. Mit Hilfe dieser Methoden wird der Zugang zum eigenen Lebensweg freigemacht. Störende Gedankenformen lösen sich auf und die darin gebundene eigene Energie steht dem Menschen wieder voll zur Verfügung. Dieser Veränderungsprozess greift sehr tief: Das Wegfallen alter verkrusteter Strukturen bringt das wahre Selbst mehr und mehr zum Vorschein und zum Ausdruck. Die Methode wird mittlerweile auch in der Beratung, im Coaching und als Hilfe zur Selbsthilfe eingesetzt.





Die Logosynthese wurde von Willem Lammers entwickelt.

Willem Lammers, MSc. (1950) ist Klinischer Psychologe und Psychotherapeut FSP und SVKP, Supervisor/Coach BSO/EAS und geprüfter Lehrender Transaktionsanalytiker (TSTA) im Bereich Psychotherapie. Er ist seit 1987 Gründer und Leiter des Instituts für angewandte Sozialwissenschaften ias AG in Bad Ragaz, und führt eine Privatpraxis in Psychotherapie, Supervision und Coaching.

Info

Das Buch zum Thema: Willem Lammers (2007): Logosynthese – triffst du nur das Zauberwort... Maiefeld, ias-Verlag

Abbildung, Seite 1, aus: Frankfurter Rundschau, 20.4.1985

Fotos aus dem Projekt „Körperbilder“, 2007, machwerk
Menschen.Medien.Projekte