

# Denken mit dem Körper-Wo steckt unsere Intelligenz?

Über die „Steuerungsinstanzen“ des Menschen und die Konsequenzen für Gesundheit, Heilung und (Persönlichkeits-)Entwicklung

Karl Wimmer, Dezember 2000



Inhalt:

1. Traditionelle Gehirnmodelle ... S. 1
2. Konsequenzen daraus für Gesundheit, Heilung und Entwicklung ... S. 2
3. Die Bedeutung des Kopfhirnes bzw. der Kopfhirne ... S. 2
4. Die „neueste Erkenntnis“: Das Gehirn im Bauch ... S. 3
5. Was ist so neu an dieser Erkenntnis? ... S. 3
6. Zum „Dantian“ in der TCM: Weisheit und Intelligenz des im Körper ... S. 5
7. Das Körpergedächtnis ... S. 6
8. Der Eingriff in die Gesetze der Natur ... S. 7
9. Leben ist Schwingung ... S. 8
10. Die Nutzbarmachung der Körperintelligenz für Heilung und Entwicklung ... S. 10
11. Die (Horror-)Vision: Technosapiens - die Geist-Technologie-Synthese der Zukunft ... S. 11
12. Die Noch-Realität: Vertrauen auf die Selbstwahrnehmung und den Fluss des Lebens .. S. 12
13. Epilog: Leben als Selbstentfaltung in den Gesetzen der Evolution ... S. 13
14. Literatur ... S. 14
15. Autor ... S. 16

## 1. Traditionelle Gehirnmodelle

Das *Drei-Hirn-Modell* ist die traditionell gängigste Version: Stammhirn, Limbisches System und Neokortex werden für jeweils unterschiedliche Qualitäten unserer Selbststeuerung als zuständig definiert.<sup>1</sup> Diese Version wird insbesondere durch die Erkenntnisse des Neurophysiologen Paul MacLean gestützt. MacLean bringt die Metapher von drei biologischen Computern in Form eines Reptilien-, eines Säugetier- und eines Menschenhirns. Die Integration dieser Systeme sei dabei nur mäßig vorangekommen.<sup>2</sup> Auch Ornstein und Sobel stützen diese These und bringen eine ähnliche Metapher: Das Gehirn gleiche einem Haus, das einmal für eine kleine Familie gebaut worden sei. Es sei später renoviert und vergrößert worden, aber das sei in recht unkoordinierter Weise geschehen. Das Gebäude bestehe jetzt aus alten und neuen Räumen, die völlig unterschiedlich aussähen und auch keinen rechten Zusammenhang ergäben.<sup>3</sup> Auch Razan hat bereits früher (1971) drei Bereiche diagnostiziert und unterschieden: Minerva (Denken), Eros (Gefühl) und den Roboter (Instinkte, primitive Lernprozesse).<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Vgl. dazu etwa: Vroon, Piet (1993): Drei Hirne im Kopf. Warum wir nicht können, wie wir wollen; Kreuz.

<sup>2</sup> Vgl. dazu: MacLean, Paul E. (1990): The triune brain in evolution; Plenum Press.

<sup>3</sup> Ornstein, R. E. / Sobel, D. (1987): The healing brain; Simon & Schuster.

<sup>4</sup> Razan, G. (1971): Mind in evolution; Houghton Mifflin.

## 2. Konsequenzen daraus für Gesundheit, Heilung und Entwicklung

Folgt man diesen Betrachtungen, so hat das weitreichende Konsequenzen: Wir sind in diesem Sinne sowohl physiologisch als auch psychologisch gespalten. Der Mensch ist unter diesen Ansichten evolutionsgeschichtlich dazu verurteilt, gewissermassen dreigespalten durch die Welt zu gehen. Auch die Konsequenzen für einen Zugang zu Heilung und Entwicklung sind weitreichend: Wo sollte primär angesetzt werden? Was wirkt? Der daraus resultierende Schulstreit tobt nach wie vor. Der große Denker Ken Wilber hat dazu ein Ebenen-Schema entwickelt, in dem er zuordnet, welche Therapieformen primär welche Art von Entwicklungsweg ermöglichen und wo deren Grenzen liegen.<sup>5</sup> Manche therapeutische Schulen haben diesen Konflikt damit „gelöst“, indem sie ihre Arbeit als „ganzheitlich“ bezeichnen.

Daneben bzw. ergänzend dazu steht das *Zwei-Hemisphären-Modell*, das Großhirn (Neokortex) und Kleinhirn (Limbisches System) nochmals unterteilt in eine linke und rechte Hälfte, zuständig für jeweils unterschiedliche Qualitäten unseres Denkens und Handelns.<sup>6</sup> Dabei wird die linke Hemisphäre primär für Logik, die rechte überwiegend für Kreativität zuständig erachtet. Heilungs- und Persönlichkeitsentwicklungsansätze, die sich darauf beziehen, wie beispielsweise die Kinesiologie<sup>7</sup>, manche Techniken des Biofeedbacks<sup>8</sup> und viele pragmatische Managemententwicklungsansätze, stellen in ihrer Zielrichtung primär auf einen Ausgleich dieser Potenziale ab. Darüber hinaus gibt es verschiedene, insbesondere populärwissenschaftliche Ansätze die bereits eine multifunktionellere Betrachtungen zugrundelegen.<sup>9</sup> Selbst Ornstein, ursprünglich ein Vertreter der Dreihirn-Theorie geht später weiter und spricht von der Dominanz „vieler Geiste“ die in uns wirken.<sup>10</sup>

## 3. Die Bedeutung des Kopfhirnes bzw. der Kopfhirne

Um Missverständnisse auszuschalten: Hier geht es nicht darum, dem Kopfhirn, oder besser: den Kopfhirnen, seine/ihre zentralen Funktionen für die Steuerung des Menschen abzuspochen. Ganz im Gegenteil. Die Gehirne im Kopf leisten mit Sicherheit, das ist wohl ausgiebig nachgewiesen, ganz entscheidende Beiträge dazu, vor allem was Denken, Lernen, Entwicklung und Kreativität betrifft.<sup>11</sup> Darüber hinaus gibt es aber intelligente Steuerungsinstanzen in uns, denen vergleichsweise zu wenig Beachtung geschenkt wird. Darauf soll hier primär Bezug genommen werden.

---

<sup>5</sup> Wilber, K. (1984): Wege zum Selbst. Östliche und westliche Ansätze zu persönlichem Wachstum; Goldmann.

<sup>6</sup> Vgl. dazu etwa: Springer, S. P. / Deutsch, G. (1990): Linkes Gehirn/rechtes Gehirn. Funktionelle Asymmetrien; Spektrum der Wissenschaft, Heidelberg.

<sup>7</sup> Vgl. dazu etwa: Diamond, John (1990): Der Körper lügt nicht; Verlag für AK.

<sup>8</sup> Vgl. dazu z. B.: Eggetsberger, G. / Eder, K.-H. (1991): Das neue Kopftraining der Sieger. Die Entdeckung und Nutzung des psychogenen Hirnfeldes; Orac.

<sup>9</sup> Vgl. dazu etwa: Hutchison, Michael (1999): Megabrain Power; Junfermann.

Porter, Patrick (1997): Entdecke dein Gehirn. Bewußtseins-Technologien für das 21. Jahrhundert; Junfermann.

<sup>10</sup> Ornstein, Robert E. (1989): Multimind. Ein neues Modell des Menschlichen Geistes; Junfermann.

<sup>11</sup> Vgl. dazu auch: Bösel, Rainer M. (2000): Gehirn und Denken, CD-ROM; Hogrefe.

#### 4. Die „neueste Erkenntnis“: Das Gehirn im Bauch

Wissenschaftler haben kürzlich nachgewiesen, was unser Hausverstand ohnedies längst weiß: Wir denken nicht nur mit dem Kopf, sondern auch mit dem Bauch. Gefühl und Intuition werden nach Erkenntnissen mehrerer Forschungsteams von einem Nervengeflecht im Bauch mitgesteuert. Das sogenannte Bauchhirn besitze mit rund 100 Milliarden Nervenzellen, die den Verdauungstrakt umhüllen, mehr dieser Zellen als im Rückenmark stecken. Einen Überblick über die Forschungen zum Bauchhirn und den „Entscheidungen aus dem Bauch heraus“ gibt das Hamburger Magazin GEO.<sup>12</sup>

Dieses „zweite Gehirn“ speichere auf unbewusste Weise Körperreaktionen bei psychischen Prozessen. Diese Botschaften des Bauches würden bei Bedarf abgerufen und vermeintlich rationale Entscheidungen eines Menschen beeinflussen. Dieses Nervensystem arbeite autonom und sende zudem viel mehr Signale hinauf zum Kopfhirn, als es umgekehrt von diesem empfangt. Das Bauchhirn könne aber auch erkranken und Neurosen entwickeln, sagt Michael Gershon von der Columbia Universität in New York. Er hat laut GEO das „zweite Gehirn“ wieder entdeckt, nachdem es jahrzehntelang in Vergessenheit geraten war. Nach seinen Erkenntnissen werden 95 Prozent des Nervenbotenstoffs Serotonin im Bauchhirn produziert. Mehrere Forscherteams sehen in Fehlfunktionen dieses Nervensystems die Ursache für weit verbreitete Leiden wie das Reizdarm-Syndrom oder Morbus Crohn. Zudem könnte es bei Angstpsychosen und Depression eine Rolle spielen.

#### 5. Was ist so neu an dieser Erkenntnis?

Neu ist, dass es jetzt „wissenschaftlich belegt ist“, dass es so ist, wie wir es ohnedies längst wissen: Die Steuerungsinstanzen des Menschen befinden sich mit Sicherheit nicht allein im „obersten Stock“. Was in unserem westlichen, rationalen Weltbild lange Zeit verloren, verdrängt, außerhalb unseres Wissenschaftsfokusses war, scheint jetzt (wieder-)entdeckt und neu zugänglich zu werden.

Dass unsere Wissenschaft über den Menschen trotz erheblicher Bemühungen letztlich relativ wenig (ganzheitliches) Wissen schafft, kann man etwa an Beispielen der Emotionsforschung beobachten. Daniel Goleman stellt dazu fest: „Die Forscher sind sich nach wie vor uneins darüber, welche Emotionen genau als primär gelten können, ... , ja sie sind sich noch nicht einmal einig, ob es solche primären Emotionen überhaupt gibt“<sup>13</sup>

So gibt es z. B. über das Phänomen Weinen und Tränen bis heute nur Erklärungsfragmente, die eher thesenhaften Charakter haben und keine wirklich umfassende Erkenntnis liefern.<sup>14</sup>

<sup>12</sup> Luczak, Hania: Das „zweite Gehirn“. Wie der Bauch den Kopf bestimmt; in: GEO Nr. 11 / November 2000.

<sup>13</sup> Goleman, Daniel (1996): Emotionale Intelligenz; Hanser Verlag, S. 363.

<sup>14</sup> Vgl. dazu: Blumenthal, P. J.: Weinen. Die geheimnisvolle Sprache der Tränen; in: P. M. (Peter Moosleitners Magazin), Mai 2000, S. 72 - 80.

Berkenbusch, Gisela (1985): Zum Heulen; Berlin.

Mag man es dem Schulenstreit in der Psychologie des Menschen zuschreiben oder dem Phänomen, dass die meisten psychologischen Schulen „ihren Gegenstand, die Seele (Psychologie = Seelenkunde) verleugnen“, wie der Journalist Günther Nenning einmal feststellte,<sup>15</sup> deutlich wird jedenfalls, dass Einsichten in die menschliche Existenz und deren Entwicklung derartig komplex und vielschichtig sind, dass vermutlich interdisziplinäre, vernetzte Forschungsanstrengungen eher zu sinnvollen Ergebnissen beitragen können als abgegrenzte, fragmentarische Ansätze. „Die Psychologie hat nichts Neues geliefert. Die wichtigsten Erkenntnisse über den Menschen kamen aus der Genetik.“<sup>16</sup> Der Schulenstreit in der Psychologie und in anderen Disziplinen deutet jedenfalls darauf hin, dass sich der menschliche Geist noch immer durch Defizitkonstruktionen selbst in seiner Erkenntnisfähigkeit beschränkt. Abgrenzung von anderen passiert häufig durch Abwertung der anderen und noch selten durch komplementär-kooperative Darstellung.

Zwar begann der Mensch irgendwann in der Evolutionsgeschichte aus sich herauszutreten und sich selbst mehr und mehr zu erkennen, d. h. ein rekursives, selbstbezügliches Intelligenzkonzept, oder mit anderen Worten, ein Selbst-Bewusstsein zu entwickeln<sup>17</sup> doch bleibt trotzdem die Frage offen, ob es ihm überhaupt möglich sein kann, sich selbst in allen Bedingungen seiner Existenz zu erkennen und zu erklären.<sup>18</sup>

Bisher beschreiben jedenfalls alle mir bekannten, großen Denker, dass es letztlich eine Form von kosmischer (göttlicher) Ordnung oder Intelligenz gibt oder geben muss, die von der menschlichen Erkenntnis, bei der es sich gleichermaßen immer um Selbst-Erkenntnis handelt, (noch) nicht fassbar ist.<sup>19</sup>

Östliche Traditionen haben im Gegensatz zur westlichen Wissenschaft seit jeher den Blick fürs Ganzheitliche gepflegt und den Menschen immer in seiner interdependenten Beziehung zu Natur und Kosmos betrachtet. So auch was den Zugang zu seiner Weisheit und Intelligenz angeht. Sei es in der chinesischen oder in der indischen Kultur: Die Weisheit oder Intelligenz wurde nie allein im Kopf angesiedelt, sondern über mehrere Körperbereiche verteilt. Speziell die Bauchregion spielt eine zentrale Rolle. Aus diesem Bereich kommt nicht nur die Kraft für das Handeln, sondern es handelt sich um wesentliche Zentren der Intelligenz. Vgl. dazu etwa den Begriff „Dantian“ in der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) oder den Begriff „Hara“ im Japanischen.

---

Kottler, Jeffrey A. (1999): Die Sprache der Tränen. Warum wir weinen; Diana-Verlag München.

Lutz, Tom (1999): Crying: The Natural and Cultural History of Tears; New York.

<sup>15</sup> Nenning, Günther (1983): Vorwärts zum Menschen zurück, Bundesverlag.

<sup>16</sup> Vasek, Thomas: Die Macht der Gene; in: Profil, Nr. 48, vom 27. November 2000, 31. Jg., S. 149 f.

<sup>17</sup> Vgl. Maturana, Humberto R. / Varela, Francisco J. (1987): Der Baum der Erkenntnis; Scherz.

<sup>18</sup> Vgl. Dürr, Hans-Peter / Zimmerli, Walther Ch. (Hg.) (1991): Geist und Natur; Scherz.

<sup>19</sup> Vgl. beispielsweise: Heisenberg, Werner (1985): Physik und Erkenntnis; Piper.

Jantsch, Erich (1988): Die Selbstorganisation des Universums, dtv.

Weizsäcker, Carl F. (1993): Der Mensch in seiner Geschichte; dtv.

Wilber, Ken (1996): Eros, Kosmos, Logos. Eine Vision an der Schwelle zum nächsten Jahrtausend; Krüger.

## 6. Zum „Dantian“ in der TCM: Weisheit und Intelligenz im Körper

Das Dantian wird in der TCM als Zentrale und Regierungsort für das Qi (Lebensenergie) angesehen. Dan heißt in der medizinischen Sprache der TCM soviel wie „das Beste, Vorzüglichste“. Tian bedeutet „Feld“ oder „Träger“. Dan und Tian zusammen bedeuten den besten Ort im menschlichen Körper. In der überlieferten biologischen Lehre wird von Dantian als von etwas Geheimnisvollen gesprochen. In der Lehre von der Kampfkunst (Wu Shu) heißt es: „Wenn dein Ursprungs-Qi ordnungsgemäß mit dem Qi der großen Natur vermischt ist, kann kein Feind unter dem Himmel dir etwas anhaben“.<sup>20</sup> Aus dem Dantian kommt nicht nur die Kraft für das richtige, sichere Handeln, sondern auch die dazugehörige Intelligenz.<sup>21</sup>

Es gab zu jeder Zeit Wissende, welche das Geheimnis des Dantian nicht preisgeben wollten. Daher findet man auch viele verschiedene Angaben über seine Lokalisierung. Heute lehrt man, es gebe drei Orte: das obere Dantian (zwischen den Augenbrauen an der Nasenwurzel), das mittlere Dantian (in der Brustkorbmitte bzw. im Solarplexus) und das untere Dantian (unterhalb des Nabels im Bauchinneren). Zentrale Bedeutung hat dabei vor allem das untere Dantian, das mit dem neuerdings erforschten „Bauchhirn“, welches ein Zufall (!), zusammenfällt. „Das Dantian oder „*Elexier-Feld*“ (ist) das Zentrum des Körpers, der Atmung und der Energie, ungefähr drei (Körper-)Zoll unter dem Nabel, wo für den Qigong-Adepten der Keim der Gesundheit, des langen Lebens und der Weisheit angesiedelt ist.“<sup>22</sup>

Die chinesische Medizin lehrt, dass die Energie im unteren Dantian durch das Ursprungs-Yang-Qi und das Ursprungs-Yin-Qi immer wieder herangeführt wird. Spezielle Verbindungen über die „Wundermeridiane“ gibt es dabei auch mit der Energie der Niere. Die Niere wird in der chinesischen Überlieferung auch als Sitz der konstitutionellen oder anzestral<sup>23</sup> Energie betrachtet. Es handelt sich dabei um die genetisch von unseren Vorfahren überlieferte Energie oder Intelligenz. Der Begriff der anzestral<sup>23</sup> Energie umfasst unseren Begriff des genetischen Codes, dessen 64 Kombinationsmöglichkeiten wir sinnbildlich in den 64 Hexagrammen des I-Ging<sup>24</sup> wiederfinden. Die Niere wird als Aufbewahrungsort der anzestral<sup>23</sup> Energie angesehen sowie als Speicher verschiedener stofflicher und feinstofflicher Energien. Bei erhöhtem Energiebedarf gibt die Niere gespeichertes Qi sowie anzestrale Energie über die Wundermeridiane je nach Bedarf an Gehirn und Rückenmark, die Knochen und Blutgefäße, die Geschlechtsorgane und die zwölf Organmeridiane ab.<sup>25</sup>

<sup>20</sup> In: Zöllner, Josephine (1997): Das Tao der Selbstheilung; Ullstein.

<sup>21</sup> Vgl. Ming, Shi / Weijra, Siao (2002): Wie Weiches über Hartes siegt - Die hohe Schule der Kampfkunst; Aurum

<sup>22</sup> Cohen, Kenneth (1999): Qigong - Grundlagen, Methoden, Anwendung; Krüger, S. 579.

<sup>23</sup> Anzestral bedeutet „von den Vorfahren kommend“.

<sup>24</sup> Vgl. Wilhelm, Richard (1992): I Ging. Das Buch der Wandlungen; Diederichs.

<sup>25</sup> Vgl. dazu: Eckert, Achim (1996): Das Tao der Medizin; Haug.

Es gibt vermutlich nicht umsonst auch in unserem Volksmund den Ausspruch: „Jemanden auf Herz und Nieren prüfen“. Dies impliziert, dass sich wesentliche Aspekte der Persönlichkeit nicht allein im Denken, sondern eben auch in zentralen Körperorganen abbilden.

## 7. Das Körpergedächtnis

Dass der Körper nicht nur situativ reagiert auf Erfahrungen, sondern diese auch speichert, also ein Gedächtnis besitzt, können Sie z. B. über „tiefere“ Körperarbeit, wie etwa Rolfing<sup>26</sup> oder Posturale Integration<sup>27</sup> erfahren: Während der Therapeut z. B. an Ihren Faszien arbeitet, taucht plötzlich eine Kindheitserinnerung vor Ihrem inneren Auge auf, verbunden mit dem Gefühl, das Sie damals gehabt haben ...

Die Weisheit des Körpers scheint sogar soweit zu gehen, dass der Körper nicht nur leid- wie freudvolle Erinnerungen speichert, sondern auch Lösungsantworten darauf entwickelt, was uns körperbezogenen Therapierichtungen (Körperpsychotherapie) wie Bioenergetik<sup>28</sup> oder Focusing<sup>29</sup> sehr plausibel vermitteln. In einem entsprechenden therapeutischen Prozess taucht nicht nur die einschränkend wirkende Lebenserfahrung wieder auf, sondern es entstehen daraus gleichermaßen die lösungs- und zielführenden Antworten.

Gerüche können Erinnerungen und die damit verbundenen Bilder und Emotionen wachrufen. Gerüche steuern Ihr Verhalten ohne lange den Umweg über den Neokortex zu machen. Sie nehmen einen bestimmten Duft wahr und plötzlich taucht vor Ihrem inneren Auge ein Bild, eine Situation auf, an die Sie sonst in diesem Moment sicher nicht gedacht hätten. Versuchen Sie es einmal mit einer Brise Weihrauch!

Auch übers Gehör können Erinnerungsbilder aktiviert werden: Sie gehen an einem Springbrunnen vorbei, der leise plätschert und urplötzlich sehen Sie sich als Kind an einem Bachrand in der Nähe Ihres Elternhauses sitzen<sup>30</sup> ...

Der Körper speichert offenbar auch Traumatas, wie z. B. den Sturz von einer Leiter mit Armbruch. Es dauert etwa ein Jahr, bis Ihr Körper dieses Trauma verarbeitet und wieder gelöst hat. Es gibt auch Hinweise darauf, dass im Zuge einer Operation unter Vollnarkose, d. h. selbst wenn der Verstand, also das bewusste Denken, quasi ausgeschaltet ist, diese Erfahrung im Körpergedächtnis gespeichert wird. Es gibt sogar Berichte, in denen dargestellt wird, wie an Menschen mit zentralen Organtransplantationen, etwa einer Herztransplantation, persön-

---

<sup>26</sup> Vgl. Rolf, Ida P. (1997): Rolfing. Strukturelle Integration. Wandel und Gleichgewicht der Körperstruktur; Hugendubel.

<sup>27</sup> Vgl. Painter, Jack (1984): Körperarbeit und persönliche Entwicklung; Kösel.

<sup>28</sup> Siehe etwa: Lowen, Alexander (1988): Bioenergetik. Therapie der Seele durch Arbeit mit dem Körper (1988); Rowohlt. Lowen, Alexander (1991): Die Spiritualität des Körpers (1991); Heyne.

<sup>29</sup> Vgl.: Siems, M. (1994): Dein Körper weiß die Antwort. Focusing als Methode der Selbsterfahrung; Rowohlt.

<sup>30</sup> Dabei handelt es sich natürlich nur um Beispiele!

lichkeitsverändernde Verhaltensweisen bemerkbar wurden, die in Richtung des ursprünglichen Organbesitzers gingen.

Dass jedenfalls in der Zellsubstanz mehr Intelligenz steckt, als wir uns bisher vorstellen konnten, macht uns derzeit auch die moderne Gentechnologie mit ihren, teils makaber anmutenden Experimenten einsichtig, wenn etwa aus „einfachem“ Zellgewebe identes Leben geklont wird. Der genetische Code, so wird hiermit nachgewiesen, scheint somit in der kleinsten physischen Einheit des Menschen, in der Zellstruktur, impliziert zu sein. Und: „Die Beweise für den Einfluss der Gene auf die menschliche Intelligenz sind überwältigend und es zeigt sich: Intelligenz ist das am stärksten erbliche Persönlichkeitsmerkmal überhaupt.“<sup>31</sup>

## 8. Der Eingriff in die Gesetze der Natur

Seit Juni 2000 ist das menschliche Genom weitgehend entschlüsselt. Im Rahmen des HUGO (Human Genom Project) wurde unser Erbgut vollständig sequenziert. „Das gesamte Genom besteht aus circa drei Milliarden Buchstaben (Basenpaare), von denen nur fünf Prozent Gene im eigentlichen Sinne sind, Bei den zwischen den Genen liegenden restlichen 95 Prozent handelt es sich um zum Teil sehr oft wiederholte Sequenzen, über deren Funktion man sich nach wie vor im Unklaren ist.“<sup>32</sup>

„Am 26. Juni 2000 informierte US-Präsident Clinton die Öffentlichkeit über eine sehr weit gediehene Sequenzanalyse des menschlichen Genoms. Er kam dabei auf Galilei zu sprechen, der, wie er sich ausdrückte, „die Sprache erlernte, in der Gott das Universum erschaffen hatte“. Heute, so Clinton weiter, „erlernen wir die Sprache, in der Gott das Leben erschuf“.“<sup>33</sup>

Und der Mensch beginnt bereits mächtig in die Gesetze der Biologie einzugreifen: Laut Gesundheitsstaatssekretär Reinhard Waneck „interpretiert der gesellschaftliche Wille die Biologie, und diese wiederum dient dem gesellschaftlichen Willen dazu, sich zu rechtfertigen. Ob in der Gentechnik, der Reproduktionsmedizin oder den vergleichbar konventionellen Methoden: Das Ziel ist nicht nur der gesunde, sondern zugleich der schönere und glücklichere Mensch. Die Versprechungen der Babymacher ähneln denen der Schönheitschirurgie auf wenig verblüffende Weise. ... Sollten die, die es betrifft, selbst über die biomedizinischen Manipulationen entscheiden dürfen, so stehe der gesellschaftliche Nährboden für die Eugenetik längst bereit.“ Dabei stützt sich Waneck auf Meinungsumfragen in den USA, wonach mehr als die Hälfte der Bürger bereit sei, die Fähigkeiten ihrer künftigen Kinder genetisch verbessern zu lassen. Selbst die Vorstellung einer Klonierung treffe auf erstaunlich große Zustimmung.<sup>34</sup>

<sup>31</sup> Plonim, Robert, Genforscher und Leiter des Social, Genetic and Developmental Psychiatry Center am Institut für Psychiatrie in London; in: Profil, Nr. 48, vom 27. November 2000, 31. Jg., S. 146.

<sup>32</sup> Kment, Alice: HUGO und die Folgen; in: Österreichische Ärztezeitung, Nr. 22 vom 25. November 2000, S. 54.

<sup>33</sup> Waneck, Reinhard: Mehr Verantwortung gefragt; in: Österr. Ärztezeitung, Nr. 22 vom 25. November 2000, S. 56.

<sup>34</sup> Waneck, Reinhard: Mehr Verantwortung gefragt; in: Österr. Ärztezeitung, Nr. 22 vom 25. November 2000, S. 56.

Schauer erfasst einem bei dem Gedanken, dass die Eltern der Zukunft ihre Nachkommen möglicherweise als Klone gestalten werden. Etwa von Michael Jackson, Pamela Anderson oder ...? Die Folgen von manipulativen Eingriffen in die grundlegenden Gesetze der Natur sind noch unabsehbar. Fragen nach dem „Zweck“ des Lebens stellen sich hier unweigerlich.<sup>35</sup> Es bleibt zu hoffen, dass das, was Wanek im Abschluss seiner Ansprache bei der Eröffnung der Alpbacher Gesundheitsgespräche 2000 feststellt, Wirklichkeit wird: „Die Ergebnisse von vergleichenden Genomanalysen beim Menschen und bei anderen Lebewesen werden dazu beitragen, dass sich Menschen in Zukunft stärker als einen Teil der Natur verstehen werden.“<sup>36</sup>

Dass die Entwicklung des Menschen auch ohne Klonierung zunehmend auseinander trifftet, behauptet der führende britische Evolutionsforscher Oliver Curry in seiner Zukunftsvision. Er prognostiziert auf Basis mathematischer Berechnungen eine genetische Perspektive, der zufolge sich Ober- und Unterschicht nicht nur sozial noch viel weiter voneinander entfernen. Bessere Ernährung und medizinischer Fortschritt bescheren zwar den Menschen rosige Aussichten, diese könnten aber nur teilweise genutzt werden. Gleichzeitig komme es zu einer dramatischen Auslese bei der Partnerwahl.<sup>37</sup> Rasse und Religion spielten zwar nicht mehr solch eine prominente Rolle wie heute - schon im Jahr 3000 wird es demnach auf der Welt nur noch eine Hautfarbe geben, und zwar Milkschokoladenbraun - aber der soziale Status würde bei der Auswahl von Sexualkontakten immer wichtiger.

Die Nachkommen der Reichen und Schönen werden demnach noch reicher und noch schöner. "Das ist so, als wenn Brat Pitt und Angelina Jolie ein Kind zeugen", sagt Forscher Curry. Der Wissenschaftler hat noch weitere Daten, zumindest für die nächsten tausend Jahre: Der Oberschichten-Mann des 31. Jahrhunderts misst danach im Schnitt zwei Meter, hält sich durch Sport top-fit und wird 120 Jahre alt. Die Oberschicht-Frau verfügt über den Körper eines Supermodels und ist enorm intelligent.

Gleichzeitig schrumpft der typische Unterschichten-Vertreter zu einem kleinen, hässlichen Gnom. Am Ende, in etwa 100.000 Jahren, könnte dann eine "Rasse" hässlicher Menschen stehen, die nur halb so groß wie die Schönen sind, und schon aufgrund von Intelligenzdefiziten keine Chance auf eine Veränderung ihrer Lebenssituation sehen.

Bleibt zu hoffen, dass es vom Forscher nicht erkannte "Zufallsgrößen" und andere unberechenbare Faktoren geben wird, die ein derartiges Auseinandertrifften der menschlichen Spezies verhindern.

---

<sup>35</sup> Vgl. dazu etwa die Ausführungen von Weber, Ernesto J. (1987): Der integrierte Mensch; Quell-Verlag, S. 45 ff.

<sup>36</sup> Wanek, Reinhard: Mehr Verantwortung gefragt; in: Österr. Ärztezeitung, Nr. 22 vom 25. November 2000, S. 56.

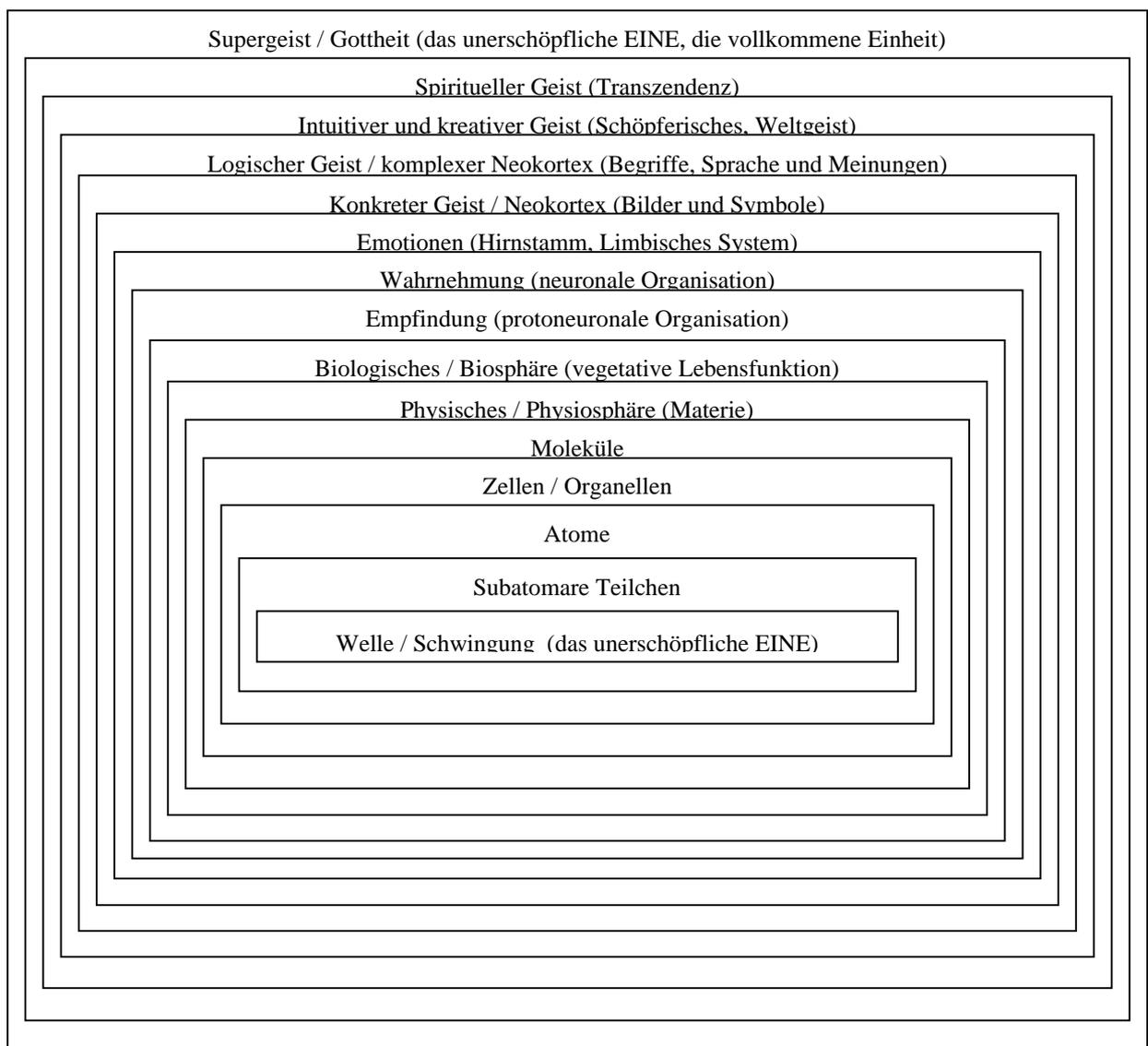
<sup>37</sup> Vgl. dazu auch Buss, David: Die Evolution des Begehrens. Geheimnisse der Partnerwahl; Goldmann.

## 9. Leben ist Schwingung

Der Hypnotherapeut und Forscher Ernest L. Rossi, hat 1991 seine Forschungsergebnisse über die physiologischen Grundlagen der Bewusstseinsweiterung und über die Lernfähigkeit der Gene dargelegt und nachgewiesen, dass jede Art von Heilung als eine Form von Lernen auch auf der physiologischen Ebene begriffen werden kann.<sup>38</sup>

Der Mensch, und vermutlich jedes Lebewesen, ist also bis hinein in die kleinste Molekül- und Atomstruktur vom Lebensgeist durchdrungen. Der Mensch besitzt nicht einen Geist, sondern er *ist* Geist (= Schwingung, Information, Intelligenz). Man könnte die bisherige Betrachtung: der Mensch besitze einen Geist, umdrehen und sagen: Der Mensch (als geistiges Wesen) manifestiert sich im Rahmen eines bestimmten Schwingungsbereiches in Form einer Körperstruktur. Der Mensch ist nicht sein Körper, sondern er hat einen Körper.

Ken Wilber hat diese Zusammenhänge und Wechselwirkungen ausführlich beschrieben. Hier ein vereinfachtes Schema (HOLARCHIE des Seins):<sup>39</sup>



<sup>38</sup> Rossi, Ernest L. (1991): Die Psychobiologie der Seele-Körper-Heilung; Synthesis.

<sup>39</sup> Wilber, Ken (1996): Eros, Kosmos, Logos; Krüger.

Im Größten, wie im Kleinsten treffen wir auf das unerschöpfliche EINE, das in der östlichen Philosophie, etwa im Taoismus, als die große Leere beschrieben wird.<sup>40</sup> Die vollkommene Einheit enthält gleichermaßen alles und nichts. Dass Materie sich uns in letzter Konsequenz als Schwingung (Welle, Energie) offenbart, hat uns auch die moderne Physik in den vergangenen Jahrzehnten einsichtig gemacht.<sup>41</sup> Leben interagiert mit Leben, von der kleinsten Zelle bis hin zu den kosmischen Gesetzen, deren Funktion und Wesen wir letztlich nur erahnen, nicht erklären können. Auch wenn sich die Wissenschaft noch so sehr darum bemüht.

Wenn wir wieder beginnen, uns vom Dualismus zwischen Geist (Bewusstsein) und Materie (Körper), der das westliche Denken in seinen Hauptströmungen über zwei Jahrtausende geprägt hat, zu lösen, dann bekommt auch das Leben, vor allem das menschliche Leben, ganz andere Perspektiven. Ich kann an dieser Stelle nur auf einige der großen Denker der Postmoderne (sowohl Philosophen, wie Physiker und Erkenntnistheoretiker) verweisen, die diese Veränderungen im Denken der westlichen Kultur und die stattfindende Synthese mit der östlichen Tradition, sehr ausführlich beschreiben.<sup>42</sup>

Alexander Lowen hat in seinen Ausführungen zum Energiekonzept unter Bezugnahme auf das westliche Konzept des „élan vital“<sup>43</sup> festgestellt: „Eine ganzheitliche Betrachtung des Organismus würde deshalb ergeben, dass der Körper von einem seine Reaktionen bewusst wahrnehmenden Geist durchdrungen ist, der durch die Psyche inspiriert ist. Diese vitalistische Definition der Psyche war jedoch (damals) nicht annehmbar, weshalb sie ins Reich der Metaphysik verwiesen wurde“.<sup>44</sup>

## 10. Die Nutzbarmachung der Körperintelligenz für Heilung und Entwicklung

Die Intelligenz oder Weisheit des Körpers macht man sich seit jeher pragmatisch in vielen Heilungs- und Entwicklungsmethoden zunutze, ohne die tatsächlichen Wirkmechanismen erklären zu können, ihre Wirkungsweise ist aber empirisch vielfach belegt. Die Erfolge zeigen eindeutig, dass hier eine Intelligenz, außerhalb des rationalen Verstandes wirksam ist, die nachhaltige Transformationen bewirken kann. Eigentlich kann man sagen, wir kommen ohne

---

<sup>40</sup> Vgl. Lao tse (1994): Tao te king; dtsh. bei Diederichs.

<sup>41</sup> Vgl. dazu etwa: Foerster, Heinz von (1999): Sicht und Einsicht; Carl Auer. Heisenberg, Werner (1985): Physik und Erkenntnis; Piper.

<sup>42</sup> Siehe dazu: Capra, Fritjof (1990): Das neue Denken; Scherz.

Dürr, Hans-Peter / Zimmerli, Walther Ch. (Hg.) (1991): Geist und Natur; Scherz.

Heisenberg, Werner (1985): Physik und Erkenntnis; Piper.

Jantsch, Erich (1988): Die Selbstorganisation des Universums, dtv.

Weizsäcker, Carl F. (1993): Der Mensch in seiner Geschichte; dtv.

Wilber, Ken (1996): Eros, Kosmos, Logos. Eine Vision an der Schwelle zum nächsten Jahrtausend; Krüger.

<sup>43</sup> Nach dem französischen Philosophen Henri Bergson (1859 – 1941).

<sup>44</sup> Lowen, Alexander (1991): Spiritualität des Körpers; Heyne.

sie gar nicht aus. Wird dieser Zugang nicht aktiviert, kommt es zu keiner Heilung oder Entwicklung.

In traditionell östlichen Methoden, wie etwa in der Traditionellen chinesischen Medizin, wird beispielsweise über Akupunktur, Akupressur, Meridianmassagen und Bewegung (Qi Gong, Tai Chi usw.) diese Heilungsenergie oder Heilungsintelligenz aktiviert.<sup>45</sup> Auch im „Japanischen Heilströmen“ macht man sich diese körpereigene Intelligenz zunutze.<sup>46</sup> Selbst unsere modernen Bewegungspäpste, wie beispielsweise der Internist und Orthomolekular-Mediziner Ulrich Strunz, sprechen von einer „somatischen Intelligenz“, die über Bewegung (re-)aktiviert werden kann und Selbstheilungskraft hat.<sup>47</sup> Heilung ist sowieso immer Selbstheilung. Von außen können nur Anregungen, Impulse kommen, die Übersetzung geschieht immer im autonomen Selbst des betreffenden Menschen.<sup>48</sup> Erwähnenswert ist hier auch wegen ihres integrativen Charakters die Arbeit von Gerda Boyesen, die speziell am oben erwähnten „Bauchhirn“ ansetzt (ohne es als solches zu bezeichnen).<sup>49</sup>

Viele andere Methoden, die ganzheitliche Körperintelligenz aktivieren und nutzen, werden heute für Veränderungsarbeit eingesetzt. So wird beispielsweise die systemische Strukturaufstellung für Heilung und Entwicklung im Rahmen von Familienbindungen oder etwa auch in der systemischen Organisationsentwicklung angewandt.<sup>50</sup> Die aus Japan stammende Kampfkunst Aikido wird etwa auch im Rahmen von Managemententwicklungs- und Organisationstransformationsprozessen genutzt.<sup>51</sup>

Auch modernen Formen der klinischen Hypnose und der Hypnotherapie<sup>52</sup> sehen im Organismus *die* zentrale Steuerungsinstanz. Während der bewusste Geist, der sogenannte „Verstand“ irren und verwirrt sein kann, gibt der Körper immer authentische Antworten. In einer gut geführten Trance, kommt die Antwort nie „vom Kopf“, sondern immer aus dem Organismus.

---

<sup>45</sup> Vgl. beispielsweise: Eckert, Achim (1996): *Das Tao der Medizin*; Haugh.

<sup>46</sup> Schlieske, Ingrid (1998): *Japanisches Heilströmen. Altes Volkswissen zur Selbsthilfe*; Bio-Ritter.

<sup>47</sup> Strunz, Ulrich (1999): *Forever Young*; Gräfe und Unzer.

<sup>48</sup> Zu den grundlegenden Erklärungen dazu mit den Begriffen „operationale Geschlossenheit“, „Autopoiesis“ und „strukturelle Koppelung“ siehe beispielsweise:

Maturana, Humberto R. / Varela, Francisco J. (1987): *Der Baum der Erkenntnis*; Scherz.

Segal, Lynn (1988): *Das 18. Kamel oder Die Welt als Erfindung. Zum Konstruktivismus von Foersters*; Piper.

Fischer, Hans Rudi (Hg.) (1991): *Autopoiesis. Eine Theorie im Brennpunkt der Kritik*; Carl Auer.

<sup>49</sup> Boyesen, Gerda / Boyesen, Mona L. (1987): *Biodynamik des Lebens. Die Entwicklung der biodynamischen Psychologie*; Synthesis.

<sup>50</sup> Vgl. dazu etwa: Varga von Kibed, Matthias / Sparrer, Insa (2000): *Ganz im Gegenteil. Tetralemmaarbeit und andere Grundformen Systemischer Strukturaufstellungen*; Carl Auer.

Tillmetz, Eva (2000): *Familienaufstellungen. Sich selbst verstehen, die eigenen Wurzeln entdecken*; Kreuz.

Franke, Ursula (1996): *Systemische Familienaufstellung*; Profil Verlag, Wien.

Hellinger, Bert (1994): *Ordnungen der Liebe*; Carl Auer.

<sup>51</sup> Vgl. dazu: Bryner, A. / Markova, D. (1997): *Die lernende Intelligenz. Denken mit dem Körper*; Junfermann.

<sup>52</sup> Vgl. dazu etwa die Hypnotherapie nach Milton H. Erickson: Revenstorf, Dirk / Peter, Burkhard (Hg.) (2001): *Hypnose in Psychotherapie, Psychosomatik und Medizin*; Springer.

Das sogenannte „Unbewusste“, mit dem dort als „Tertium“<sup>53</sup> gearbeitet wird, kann in diesem Verständnis auch als „Intelligenz oder Weisheit des Körpers“ definiert werden.

## 11. Die (Horror-)Vision: Technosapiens - die Geist-Technologie-Synthese der Zukunft

Visionäre träumen von Chips, die Gedächtnis und Bewusstsein erweitern. „Wenn der Trend, wie heute bereits Hirnströme, Nervenzellen und implantierte Chips zusammenwirken, etwa bei technischen Gehör-, Seh- und Bewegungsimplantaten, sich fortsetzt, sei der „Durchbruch“, dass intelligente Technik mit der organismischen Intelligenz authentisch verbunden ist, bereits 2029 erreicht“.<sup>54</sup>

„Andere Zukunftsforscher diskutieren Ideen, die noch fantastischer anmuten: Mit Implantaten ließen sich Gehirne direkt verbinden – Gedankenübertragung per Datenleitung. Es entstünde ein Internet des menschlichen Geistes; alle Köpfe würden zu einem weltweiten Supergehirn zusammengeschaltet. Von der Vorstellung einer Person als Individuum bliebe nichts als ein schöner romantischer Traum.“<sup>55</sup>

Wenn das hier noch wie reine Science-Fiction klingt - so ist die experimentelle Entwicklung in diese Richtung bei unseren Freunden aus den niedrigeren Intelligenzregionen, den Ratten, wie mag es auch anders sein, bereits weiter fortgeschritten: Forscher hatten sechs Ratten die Großhirnzentren, die für Bewegung zuständig sind, und zudem den Thalamus im Kleinhirn mit je drei Dutzend Stahlkontakten gepflastert und mit einem Roboterarm, der Wasser spendete, gekoppelt. Die Tiere lernten in der ihnen eigenen Intelligenz schnell: Bald steuerten sie gemeinsam die Maschine allein mit ihren Hirnströmen und die Maschine war zu einer Erweiterung ihres Körpers geworden. Auch mit Affen laufen bereits ähnliche Experimente.<sup>56</sup>

Mögen solche Vorstellungen von Chips in den höchsten Hirnzentren des Menschen noch Utopie sein und hoffentlich auch bleiben, so ist der Einsatz von Neuroprothesen am und im Leib bereits Realität. Und das krepelt schon jetzt den Begriff des Menschen um, die Vorstellung, was es bedeutet einen Körper zu haben.<sup>57</sup>

Dass es jedenfalls zu einer noch viel stärkeren Synthese von menschlicher Intelligenz mit der modernen Technologie kommt, ist unbestritten. Dies zeigt sich heute beispielsweise auch in modernen Formen des Wissensmanagements, wo der Mensch sein implizites Erfahrungswis-

---

<sup>53</sup> Vgl. Peter, Burkhard: Hypnose und die Konstruktion von Wirklichkeit; in: Revenstorff, D. / Peter, B. (Hg.) (2001): Hypnose in Psychotherapie, Psychosomatik und Medizin; Springer, S. 33 ff.

<sup>54</sup> Vgl. dazu: Kurzweil, Ray (1999): Homo sapiens. Leben im 21. Jahrhundert - was bleibt vom Menschen? Kiepenheuer.

<sup>55</sup> Klein, Stefan: Techno sapiens. Der Mensch der Zukunft, in: GEO, Nr. 6 / Juni 2000, S. 66.

<sup>56</sup> Vgl. Klein, Stefan: Techno sapiens. Der Mensch der Zukunft, in: GEO, Nr. 6 / Juni 2000, S. 78.

<sup>57</sup> Vgl. Bothe, Hans-Werner / Engel, Michael (1998): Neurobionik. Zukunftsmedizin mit mikroelektronischen Implantaten; Umschau Verlag.

sen über moderne Technologie mit anderen vernetzt.<sup>58</sup> Ein Beispiel dazu ist etwa die Methode der Mikroartikel („MikroArt“) nach Helmut Willke.<sup>59</sup>

Die moderne Informationstechnologie, insbesondere das Internet, wird, so Don Tapscott, der bekannte Cyber-Guru, die Intelligenz der sogenannten „digitalen Generation“ in einer Weise radikal verändern, dass die heutigen Intelligenztests (sowohl kognitive, wie emotionale) bei weitem nicht mehr aktuell sein werden. Die Befürchtung, dass es zu sozialer und emotionaler Verarmung kommen könnte, teilt Tapscott nicht; er behauptet ganz im Gegenteil, dass auch in diesen Bereichen eine neue Anreicherung stattfinden wird.<sup>60</sup>

## **12. Die Noch-Realität: Vertrauen auf die Selbstwahrnehmung und den Fluss des Lebens**

Das von dem Bereich des „Solar Plexus“ wesentliche Steuerungssignale ausgehen hat jeder schon erlebt: Etwa das Zucken im Oberbauch, wenn Sie wirkliche Angst verspürt haben? Oder wirkliche Freude, Begeisterung, Lust, ...? Die „Schmetterlinge im Bauch“? Wie oft haben Sie über Entscheidungen gebrütet, dabei Ihr Gehirn zermartert und es ist doch wenig dabei herausgekommen? Und plötzlich, völlig los-gelöst von diesen angestregten kognitiven Prozessen war sie da: die Lösung, kristallklar! Woher?

Sind Sie in Meditation geübt? Dann wissen Sie wahrscheinlich, dass die wirklich stimmigen, passenden Entscheidungen und Lösungen nicht über Nach-Denken entstehen und kommen, sicher nicht primär aus dem obersten Stockwerk! Wenn Sie wirklich offen sind - nach innen und außen - für reine, beurteilungsfreie Wahrnehmung<sup>61</sup>, wenn Sie im Fluss des Erlebens<sup>62</sup> sind, dann entsteht die Steuerung quasi von selbst, sie brauchen nicht brüten oder Nach-Denken was in diesem Moment oder in der Zukunft richtig oder falsch ist, wie sie in dieser oder jener Situation handeln sollten - sie wissen es einfach - wie von selbst<sup>63</sup> ...

## **13. Epilog: Leben als Selbstentfaltung in den Gesetzen der Evolution**

Wirklich wichtige (Lebens-)Entscheidungen rein über den rationalen Verstand zu treffen, erweist sich selten als zielführend. Und ist dabei meist noch extrem anstrengend! In der Stille, Meditation, Natur, etwa der Betrachtung eines Sees, in der künstlerischen Betätigung, z. B. beim Malen oder Betrachten eines Bildes oder Mandalas, beim Ausgleichssport wie Laufen und Spaziergehen, beim Lesen oder Hören einer Metapher, im Tagtraum..., dort finden Sie Ihre Entscheidungen. Im Los-lassen entsteht die Lösung ...

<sup>58</sup> Siehe dazu etwa: Roehl, Heiko (2000): Instrumente der Wissensorganisation; Gabler.

<sup>59</sup> Willke, Helmut (1998): Systemisches Wissensmanagement; Lucius & Lucius.

<sup>60</sup> Tapscott, Don (1998): Net Kids. Die digitale Generation erobert Wirtschaft und Gesellschaft; Gabler.

<sup>61</sup> Vgl. dazu: Lao Tse (1994): Tao te king; dtsh. Übersetzung von Sylvia Luetjohann; Diederichs.

<sup>62</sup> Vgl. Csikszentmyhalyi, Mihalyi (1993): Flow. Das Geheimnis des Glücks; Klett-Cotta.

<sup>63</sup> Siehe dazu z. B. auch: Haerlin, P. (1987): Wie von selbst. Vom Leistungszwang zur Mühelosigkeit; Quadriga.

Ob wir es Emotionale Intelligenz<sup>64</sup> nennen oder Weisheit des Körpers<sup>65</sup> oder wie auch immer: Gemeint ist die unwiderlegbare Tatsache, dass wir ein ganzheitliches Wesen sind, eine Geist-Körper-Einheit, eingebunden in diese Existenz (universellen Geist)<sup>66</sup> und vollkommen; und dass wir ein Recht darauf haben, in dieser Ganzheit wahrgenommen und respektiert zu werden. Und das vor allem auch von uns selbst. Wir sind aufgerufen, wirkliche „Freundschaft mit dem eigenen Körper (zu) schließen“<sup>67</sup> und in Achtsamkeit darauf bedacht zu nehmen, dass „unser Körper glaubt, was wir ihm sagen“<sup>68</sup> und dass er uns sagt, was wir glauben sollen. Wir sind aufgerufen, uns diese Intelligenz (wieder) verstärkt zugänglich zu machen, als Beitrag zu unserer Gesundheit und Gesunderhaltung und als Beitrag zur Gesundung dieser Welt. Um mit den Worten aus dem „Kleinen Prinzen“ von Antoine de Saint-Exupéry zu schließen: „man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar“.<sup>69</sup>

## 14. Literatur

- Berkenbusch, Gisela (1985): Zum Heulen; Berlin.
- Blumenthal, P. J.: Weinen. Die geheimnisvolle Sprache der Tränen; in: P. M. (Peter Moosleitners Magazin), Mai 2000, S. 72 - 80.
- Bothe, Hans-Werner / Engel, Michael (1998): Neurobionik. Zukunftsmedizin mit mikroelektronischen Implantaten; Umschau Verlag.
- Boyesen, Gerda / Boyesen, Mona L. (1987): Biodynamik des Lebens. Die Entwicklung der biodynamischen Psychologie; Synthesis
- Bryner, Andy / Markova, Dawna (1997): Die lernende Intelligenz. Denken mit dem Körper; Junfermann.
- Buss, David (1997): Die Evolution des Begehrens. Geheimnisse der Partnerwahl; Goldmann.
- Capra, Fritjof (1990): Das neue Denken; Scherz.
- Cohen, Kenneth (1999): Qigong - Grundlagen, Methoden, Anwendung; Krüger.
- Chopra, Deepak: Die sieben geistigen Gesetze des Erfolgs; Heyne 1996
- Csikszentmihalyi, Mihalyi (1993): Flow. Das Geheimnis des Glücks; Klett-Cotta.
- Diamond, John (1990): Der Körper lügt nicht; Verlag für Angewandte Kinesiologie.
- Dürr, Hans-Peter / Zimmerli, Walther Ch. (Hg.) (1991): Geist und Natur. Über den Widerspruch zwischen naturwissenschaftlicher Erkenntnis und philosophischer Welterfahrung; Scherz.
- Eckert, Achim (1996): Das Tao der Medizin; Haug.
- Eggetsberger, G. / Eder, K.-H. (1991): Das neue Kopftraining der Sieger. Die Entdeckung und Nutzung des psychogenen Hirnfeldes; Orac.
- Fischer, Hans Rudi (Hg.) (1991): Autopoiesis. Eine Theorie im Brennpunkt der Kritik; Carl Auer.
- Foerster, Heinz von (1999): Sicht und Einsicht; Carl Auer.
- Franke, Ursula (1996): Systemische Familienaufstellung; Profil Verlag, Wien.
- Goleman, Daniel (1996): Emotionale Intelligenz; Carl Hanser.
- Haerlin, Peter (1987): Wie von selbst. Vom Leistungszwang zur Mühelosigkeit; Quadriga.

---

<sup>64</sup> Goleman, Daniel (1996): Emotionale Intelligenz; Carl Hanser.

Siehe dazu auch den Artikel über Emotionale Intelligenz in unserer Homepage.

<sup>65</sup> Lowen, Alexander (1991): Die Spiritualität des Körpers; Heyne.

<sup>66</sup> Vgl. Jantsch, Erich (1988): Die Selbstorganisation des Universums; dtv.

Wilber, Ken (1996): Eros, Kosmos, Logos. Eine Vision an der Schwelle zum nächsten Jahrtausend; Krüger.

<sup>67</sup> Seemann, Hanne (1999): Freundschaft mit dem eigenen Körper schließen. Über den Umgang mit psychosomatischen Schmerzen; Pfeiffer bei Klett-Cotta.

<sup>68</sup> King, Serge (1994): Ihr Körper glaubt, was Sie ihm sagen; Aurum.

<sup>69</sup> Saint-Exupéry, Antoine de (1992): Der Kleine Prinz; Arche, S. 72.

- Heisenberg, Werner (1985): Physik und Erkenntnis; Piper.
- Hellinger, Bert (1994): Ordnungen der Liebe; Carl Auer.
- Hutchison, Michael (1999): Megabrain Power. Transformation und Bewußtseins-Technologien; Junfermann.
- Jantsch, Erich (1988): Die Selbstorganisation des Universums, dtv.
- King, Serge (1994): Ihr Körper glaubt, was Sie ihm sagen; Aurum.
- Klein, Stefan: Techno sapiens. Der Mensch der Zukunft, in: GEO, Nr. 6 / Juni 2000, S. 66.
- Kment, Alice: HUGO und die Folgen; in: Österreichische Ärztezeitung, Nr. 22 vom 25. November 2000, S. 54.
- Kottler, Jeffrey A. (1999): Die Sprache der Tränen. Warum wir weinen; Diana-Verlag.
- Kurzweil, Ray (1999): Homo s@piens. Leben im 21. Jahrhundert - was bleibt vom Menschen? Kiepenheuer.
- Lao Tse (1994): Tao te king; dtsh. von Sylvia Luetjohann; Diederichs.
- Lowen, Alexander (1988): Bioenergetik. Therapie der Seele durch die Arbeit mit dem Körper; Rowohlt.
- Lowen, Alexander (1991): Die Spiritualität des Körpers, Heyne.
- Luczak, Hania: Das „zweite Gehirn“. Wie der Bauch den Kopf bestimmt; in: GEO Nr. 11 / November 2000.
- Lutz, Tom (1999): Crying: The Natural and Cultural History of Tears; New York.
- MacLean, Paul E. (1990): The triune brain in evolution; Plenum Press.
- Maturana, Humberto R. / Varela, Francisco J. (1987): Der Baum der Erkenntnis; Scherz.
- Ming, Shi / Weijra, Siao (2002): Wie Weiches über Hartes siegt - Die hohe Schule der Kampfkunst; Aurum.
- Nenning, Günther (1983): Vorwärts zum Menschen zurück, Bundesverlag.
- Ornstein, Robert E. / Sobel, D. (1987): The healing brain; Simon & Schuster.
- Ornstein, Robert E. (1989): Multimind. Ein neues Modell des Menschlichen Geistes; Junfermann.
- Painer, Jack (1984): Körperarbeit und persönliche Entwicklung; Kösel.
- Porter, Patrick (1997): Entdecke dein Gehirn. Bewußtseins-Technologien für das 21. Jahrhundert; Junfermann.
- Reid, Daniel (2001): Chi-Gung (Qi Gong). Nutzen Sie die Kraft des Universums; Econ.
- Revenstorf, D. / Peter, B. (Hg.) (2001): Hypnose in Psychotherapie, Psychosomatik und Medizin; Springer.
- Roehl, Heiko (2000): Instrumente der Wissensorganisation; Gabler.
- Rolf, Ida P. (1997): Rolfing. Strukturelle Integration. Wandel und Gleichgewicht der Körperstruktur; Hugendubel.
- Rossi, Ernest L. (1991): Die Psychobiologie der Seele-Körper-Heilung; Synthesis.
- Saint-Exupéry, Antoine de (1992): Der Kleine Prinz; Arche.
- Schlieske, Ingrid (1998): Japanisches Heilströmen. Altes Volkswissen zur Selbsthilfe; Bio-Ritter.
- Seemann, Hanne (1999): Freundschaft mit dem eigenen Körper schließen. Über den Umgang mit psychosomatischen Schmerzen; Pfeiffer bei Klett-Cotta.
- Segal, Lynn (1988): Das 18. Kamel oder Die Welt als Erfindung. Zum Konstruktivismus von Foersters; Piper.
- Siems, Marin (1994): Dein Körper weiß die Antwort. Focusing als Methode der Selbsterfahrung; Rowohlt.
- Springer, S. P. / Deutsch, G. (1990): Linkes Gehirn/rechtes Gehirn. Funktionale Asymetrien; Spektrum der Wissenschaften, Heidelberg.
- Strunz, Ulrich (1999): Forever Young; Gräfe und Unzer
- Ratzan, G. (1971): Mind in evolution; Houghton Mifflin.
- Tapscott, Don (1996): Net Kids. Die digitale Generation erobert Wirtschaft und Gesellschaft; Gabler.
- Tillmetz, Eva (2000): Familienaufstellungen. Sich selbst verstehen, die eigenen Wurzeln entdecken; Kreuz.
- Varga von Kibed, Matthias / Sparrer, Insa (2000): Ganz im Gegenteil. Tetralemmaarbeit und andere Grundformen Systemischer Strukturaufstellungen; Carl Auer.
- Vasek, Thomas: Die Macht der Gene; in: Profil, Nr. 48, vom 27. November 2000, 31. Jg.
- Vroon, Piet (1993): Drei Hirne im Kopf. Warum wir nicht können, wie wir wollen; Kreuz.
- Wanek, Reinhard: Mehr Verantwortung gefragt; in: Österr. Ärztezeitung, Nr. 22 vom 25. November 2000, S. 56.
- Weber, Ernesto J. (1987): Der integrierte Mensch. Eine systemtheoretische Darstellung der Persönlichkeitsentwicklung; Quell Verlag.
- Weizsäcker, Carl F. (1993): Der Mensch in seiner Geschichte; dtv.
- Wilber, Ken (1984): Wege zum Selbst. Östliche und westliche Ansätze zu persönlichem Wachstum; Goldmann.
- Wilber, Ken (1996): Eros, Kosmos, Logos. Eine Vision an der Schwelle zum nächsten Jahrtausend; Krüger.
- Wilhelm, Richard (1992): I Ging. Das Buch der Wandlungen; Diederichs.

- Willke, Helmut (1998): Systemisches Wissensmanagement; Lucius & Lucius.
- Wimmer, Karl (2000): Sich selbst und andere Führen mit Emotionaler Intelligenz; in: [www.wimmer-partner.at](http://www.wimmer-partner.at)
- Wimmer, Karl (2001): Die Kunst der Entspannung; in: [www.wimmer-partner.at/aktuell.htm](http://www.wimmer-partner.at/aktuell.htm)
- Wimmer, Karl (2001): Flow-Erleben im Arbeitsalltag; in: [www.wimmer-partner.at/aktuell.htm](http://www.wimmer-partner.at/aktuell.htm)
- Wimmer, Karl (2002): Grundlagen des Qi Gong; in: [www.wimmer-partner.at/aktuell.htm](http://www.wimmer-partner.at/aktuell.htm)
- Wimmer, Karl (2003): Gesundes Alter(n) - eine Herausforderung; in: [www.wimmer-partner.at/aktuell.htm](http://www.wimmer-partner.at/aktuell.htm)
- Wolinsky, Stephen (1999): Die alltägliche Trance. Heilungsansätze in der Quantenpsychologie; Lüchow.
- Zöller, Josephine (1997): Das Tao der Selbstheilung; Ullstein.

## 15. Autor

Mag. Karl Wimmer ist selbständiger Berater, Psychotherapeut, Trainer, Supervisor und Coach; Arbeitsschwerpunkte in den Bereichen Gesundheits-, Persönlichkeits-, Interaktions- und Organisationsentwicklung.

Anschrift:

Mag. Karl Wimmer • Pillweinstr. 35 • A-4020 Linz

Tel & Fax 0732 / 66 74 17 • Mobil 0676 / 38 38 201

e-mail: [karl@wimmer-partner.at](mailto:karl@wimmer-partner.at)

Online: [www.wimmer-partner.at](http://www.wimmer-partner.at)