

# DIE POLARITY- ARCHETYPEN MENSCHLICHER IDENTITÄT

**Menschen sind immer wieder anders, wenn wir ihnen begegnen. Inhaltlich erzählen sie unterschiedliche und sehr individuelle Lebensgeschichten. Hinter den Themen und Strukturen jeder Person verstecken sich aber archetypische Identitäten. Das Polarity-Modell bietet mit seinen drei dynamischen Polaritäten (Negativ, Positiv und Neutral) auch eine wunderbare Metapher für drei klassische Identitäten, die sich in allen Geschichten immer wieder spiegeln: a) Angepasster Typ, b) Rebellischer Typ oder c) Kern Typ. Das Erkennen dieser Identitäten bringt ganz neue Möglichkeiten fürs Verständnis und die Begleitung von Menschen jeden Alters.**

Von Dr. Urs Honauer

Unsere Gesellschaft neigt dazu, sich in diversen Formen des Entweder-Oder zu verlieren. Damit wird das Modell der 2er-Polarität immer wieder neu untermauert. Zu sehen ist das in allen Lebensbereichen – richtig oder falsch, weiss oder schwarz, links oder rechts. Die zweidimensionale Sichtweise ist tief verankert im menschlichen Habitus. Der Weg zum Dreidimensionalen ist meist ein grosser Schritt, weil es oft nicht einfach ist. Ist es aber nicht gerade dieses Dreidimensionale, das uns Kunstwerke bewundern lässt, die einen ganz speziellen Raum erzeugen?

Leonardo Da Vinci spielt in seinem „Abendmahl“ mit dem Dreidimensionalen auf einzigartige Weise und hat damit ein künstlerisches Welterbe hinterlassen. Seine tiefe Überzeugung, dass die Seele des Menschen nur dann Erleuchtung finden kann, wenn sie sowohl weibliche als auch männliche Anteile hat, spiegelt seine tiefe Liebe zum Sowohl-Als-Auch. Die beiden im zweidimensionalen Modell gegensätzlichen Kräfte verbinden sich so zu etwas Ganzem. Es entsteht auch ein Dazwischen, dass die scheinbaren Gegensätze zu etwas Ergänzendem vereint, zusammenhält. Aus Zwei wird Drei, oder die neue mathematische Formel lautet:  $1+1=3$ .

## Aussen, Innen – und das Dazwischen

Genau dieses Spiel von dynamischen Kräften, die sich mal abtossend, mal anziehen und dann auch in speziellen Momenten zusammenkommen und friedlich in sich ruhend vereinen, hat Dr. Randolph Stone fasziniert. Er hat es überall in alten Heilsystemen und kulturellen Traditionen entdeckt. Was Leonardo Da Vinci in seinen eindrücklichen Kunstwerken illustriert hat, wurde von Dr. Stone in sein Lebenswerk der Polarity Therapie verpackt. Das Zusammenspiel von drei

archetypischen Kräften, die er dem Polaritätsgesetz entsprechend „Plus, Minus und Neutral“ nannte, reguliert jegliche Form von Leben. So wie er selber nach immer neuen Formen zur Anwendung dieses universellen Gesetzes suchte und sie aus seinem beruflichen und persönlichen Hintergrund auch fand, so sehr ermutigte er auch andere, Anwendungen und Ausdrucksformen dieser Dynamik zu suchen.

Die Unterteilung menschlicher Identitäten in drei Kategorien von „Polaritäten“ ist folglich eine Erfüllung dieses Auftrages. Gewachsen ist sie aus der Erkenntnis, dass Menschen sich dahingehend auszeichnen, entweder stark am Aussen orientiert zu sein oder dann ins Gegenteil zu wechseln und nur das zu tun, was ihr Inneres als richtig empfindet. Die Polaritätsachse Innen-Aussen war bei dieser Beobachtung die Startbasis. Das Entweder-Oder spiegelt sich bezüglich dieser Achse in fast jeder menschlichen Lebensgeschichte – als wären wir darauf richtiggehend programmiert.

## Die grüne Gruppe

Schauen wir uns die eine klassische Gruppe auf dieser Polaritätsachse an: die ganz auf die Bedürfnisse im Aussen ausgerichteten Personen. Sie tun alles, um den anderen zu gefallen. Sie bekommen ihre Selbstbestätigung von aussen. Sie sind nett, zuvorkommend, pflegeleicht, werden dafür auch geschätzt, ja manchmal sogar geliebt. Eigentlich tun sie alles im Leben vor allem für andere – weil sie sich nur über deren Lob gut und zufrieden fühlen können. Sie sind prädestiniert für Abhängigkeiten aller Art. Weil sie mehr schauen, was andere von ihnen wollen, verlieren sie oft den Kontakt zum eigenen Körper und den eigenen Gefühlen. Sie bauen sich ihre Panzer, um diese Eigenbereiche nicht wahrzunehmen. Weil sie das

ablenken würde vom Wahrnehmen des Aussen. Ich habe dieser menschlichen Ausrichtung die Farbe Grün zugeteilt. Einfach eine spontane Wahl, auch wenn ich im Nachhinein sagen könnte, das mache besonders Sinn, weil diese Personen nie Nein und Stopp sagen. Weil das die anderen brüskieren könn-

wird hier im roten Bereich das Aussen negiert, lächerlich gemacht oder zerstört. Es existiert nicht, und wenn es existiert, ist es falsch, deshalb braucht es das konsequente Nein dazu oder die Demütigung bzw. Auslöschung des Anderen. Ironie und Gewalt spielen hier oft als Ausdrucksformen mit rein.

## Das Zweidimensionale ist tief verankert im menschlichen Habitus

te und sie dadurch nicht mehr geliebt würden. Natürlich haben diese Verhaltensmuster persönliche Geschichten, die das erklären, was sich so dominant zeigt. Der „grüne Typ“ wird sich aber in all diesen Geschichten als archetypisches Muster herauskristalisieren und erlaubt deshalb eine überpersönliche Einschätzung der Situation. Das hilft vielen Menschen, weil sie dann nicht alleine sind in dieser Polarisierung, oder etwas falsch gemacht haben (was ja gerade ihre grösste Angst ist).

Paradoerweise verlangt der rote Typ oft nach Grün im Aussen, wenn dieses doch mal wahrgenommen wird. So wie der grüne Typ irgendwann darauf stossen wird, dass er einen wichtigen Entscheid von innen fällen muss (was oft mit Nein sagen in Bezug auf etwas Bedrohliches zu tun hat). Aber das sind letztlich auch nur wieder klare Hinweise, dass jede Form von Polarisierung letztlich vereinsamt und den gegenüberliegenden Archetypen doch braucht, um sich irgendwie ergänzen zu können.

## Die rote Gruppe

Der Gegensatz zur Anpassung ist das Rebellische, was auf der Polaritätsachse Innen – Aussen eine klare Verschiebung aufs Innere im egoistischen Sinne zeigt. Wer sich nicht gerne anpasst, wählt in der Regel das Gegenteil und sagt zu allem Nein. Dieser Gruppe von Menschen habe ich die Farbe Rot zugeteilt. Auch das war ein spontaner Akt, weil ich beim erstmaligen Erklären dieses Identitäts-Modells gerade einen roten Stift in die Hand bekam. Und wieder gäbe es gute Gründe, wieso Rot für diese Gruppe besonders passend ist: Oft haben die chronischen Nein-

## Sozialisierung zwischen Grün und Rot

Im zweidimensionalen Modell springen wir ständig zwischen Anpassung und Rebellion hin und her. Eine autoritär ausgerichtete Erziehung verlangt zum Beispiel primär einmal Zucht und Ordnung – und damit Anpassung. Die Anti-Autoritäre-Bewegung war eine Rebellion gegen diesen einseitigen Hang zu Anpassung und Kontraktion. Und führte zu einer anderen Einseitigkeit, zu „Du kannst mich mal“ und ständiger Expansion, zu immer mehr Raum einnehmen und dadurch irgendwann zu ständigen Grenzverletzungen – weil der Respekt gegenüber der natürlichen Grenze des anderen fehlt, da dessen Position, ja Existenz, gar nicht mehr wahrgenommen wird. Heute erleben wir fast täglich, dass nun die grüne Gruppe als Antwort auf die Zügellosigkeit des Ego-Rot-Menschen wieder nach der alten Form von Zucht und Ordnung ruft. Es ist einmal mehr ein Gruss des übergeordneten Entweder-Oder-Prinzips, den zweidimensionalen PolitikerInnen, PädagogInnen, PsychologInnen und Fachleute aus anderen Berufsfeldern dankend aufgreifen. Ihnen nun zu folgen, wäre eine Unterstützung des gesellschaftlichen Sich-im-Kreis-Drehens. Ein gesellschaftliches Treten an Ort.

Auch die Entwicklung des Kindes zeigt das Wechselspiel zwischen „nett und angepasst“ auf der einen und „mühsam und rebellisch“ auf der anderen Seite. Meist wird das „rote Verhalten“ weniger geschätzt, wenn es sich in der Trotzphase des Kindes zeigt,

## Die neue mathematische Formel lautet: $1+1=3$

SagerInnen häufig rote Köpfe, gehen mit roten Fahnen auf die Strasse oder verkünden ständig – wie eine Lichtsignalanlage – „stopp, nicht bewegen“. Leute aus dieser Polarisierung bleiben dann jahre- bis lebenslang „Che Guevaras“ und kämpfen mit tiefer innerer Überzeugung gegen alles im Aussen. Ihnen kann es niemand Recht machen und sie können von aussen auch nichts annehmen, dadurch würden sie ihrem Polarisationsprinzip untreu. Während sich bei der grünen Gruppe alles aufs Aussen ausrichtet,

«Die Freiheit zu besitzen ist wertlos, wenn sie nicht die Freiheit einschliesst, Fehler zu begehen.»

Mahatma Gandhi

## IMPRESSUM

Herausgeber:  
Polarity Bildungszentrum Schweiz  
Redaktion: Dr. Urs Honauer  
Korrektur: Christine Pieler  
Gestaltung: IDEAS Werbung

© Die Wiedergabe der Texte in diesem Newsletter ist nur mit Quellenangabe und mit Zustimmung Polarity Bildungszentrums Schweiz gestattet. Das Copyright liegt beim Herausgeber.

wenn nur noch „Nein“ als Antwort kommt, wenn das Kind zum Teenager wird und sich rebellisch gegenüber Eltern und anderen Autoritäten zeigt. Das Wilde, Ausschweifende, Grenzenlose, das häufig in diesen roten Phasen kommt, wird entweder gestoppt, bedroht oder auch lächerlich gemacht. Dadurch ist die rote Qualität in der hiesigen Gesellschaft häufig weniger unterstützt als die grüne. Auch wenn die grüne meist viel weniger aufregend ist. Diese polarisierenden Wertungen sind wohl mit ein Grund, wieso es „grüne Typen“ oft viel leichter haben im sozialen Umfeld.

Interessant ist die Dynamik von Grün und Rot auch in Beziehungen. Sind beide stark dem grünen Typus zugehörig, dann sind sie zwar in Resonanz, doch die Beziehung ist oft so nett, dass ihr jegliches Feuer und jede Form von Begeisterung und Lebendigkeit fehlt. Gehören beide stark zum roten Typus, dann geht es wild zu und her und die gegenseitige Bindung baut stark auf diese resonierende Rebellen-Identität. Dass diese Menschen häufig aus stark grün geprägten Familien stammen, haben unter anderem die Zeiten der Roten Fraktion um Ulrike Meinhof und farblich verwandte Organisationen in anderen Ländern gezeigt. Treffen sich Rot und Grün in einer Beziehung, dann ist eine Person dominant und bestimmend, die andere angepasst und vor allem die Impulse des Partners oder der Partnerin erfüllend. Die Existenz von zwei sich ergänzenden Polaritäten ist so zumindest über eine gewisse Zeit im Beziehungsfeld garantiert. Will dann aber eines Tages die grün habituierte Person plötzlich in sich auch rot leben, dann kommt das Gebäude ins Wanken – ausser die andere Seite sei dazu bereit, in sich neben dem altbekannten Rot neu auch Grün neu zu erforschen.

### Bekanntheit mit der dritten Dimension

Es ist natürlich nicht so, dass alle Menschen immer nur „rot“ oder „grün“ sind. Oft können wir beobachten, wie sie im Sinne des Entweder-Oder ganz plötzlich die Seiten wechseln. Der langhaarige Student mit grosser Revolver-Geschichte wird dann plötzlich zum angepassten Geschäftsmann, der sich ganz den Bedürfnissen des Marktes anpasst und dort tut, was man eben tun muss (sich abhängig machen). Wenn es in der Schweiz jahrzehntelang hiess: Ja, ja, die Rekrutenschule tut allen jungen Männern gut, dann

## Die 3 Archetypen sind wertvolle Orientierungsmuster für die Selbstreflexion.

war dahinter der Gedanke versteckt, ja dann muss er sich endlich auch wieder anpassen (und Grün tragen). Wer sich dagegen wehrte, wurde viele Jahre kriminalisiert und ins Gefängnis gesteckt. Heute ist das etwas weniger polarisiert in diesem Land. Wer als junger Mann Nein sagen will zum militärischen Grün, kann in den Zivildienst und dort (bedeutend länger) einen anderen Dienst an der Gemeinschaft vollbringen. Hier kommt ein bisschen ein Mix von Rot-Grün mit rein. Der Zivildienst muss gemacht werden, doch das Nein zum Militär wurde gehört und höchstens mit längerem Dienst an der Gesellschaft bestraft.

Meist macht das für die Betroffenen auch mehr Sinn – und damit nähern wir uns der dritten Dimension an, die ja aus dem Sowohl-Als-Auch wächst. Dr. Stone spricht im Polarity-Modell vom Regenbogen als Symbol dieser dritten Dimension – er kann nur entstehen, wenn die gegensätzlichen Kräfte auch da sind. Eben Regen und Sonne, nicht nur eines von beiden. Oder Tag und Nacht, wenn wir den Sonnenuntergang als anderes Natur-Beispiel für die Bekanntheit mit der dritten Dimension nehmen. Hier steht nicht mehr das Eine oder das Andere im Vor-

dergrund, sondern das Resultat ihres gemeinsamen Tanzes. Es sind diese Momente, wo wir anhalten und staunen, auf den Regenbogen oder den Sonnenuntergang zeigen, und uns mit etwas Grösserem tief verbunden fühlen. Für Augenblicke scheint dann die Zeit still zu stehen und meist lächelt es in uns drinnen, wenn wir genau hinspüren. Die Sinnfrage erübrigt sich in solchen Momenten, weil das Existenziell-Berührende des Erlebnisses alles andere stoppt.

### Die blaue Gruppe

Wir sind in derartigen Momenten des Berührt-Seins tief mit dem Kern von Existenz verbunden. Wer erstmals ein Neugeborenes in seinen Händen trägt, wer sich frisch verliebt, wer die Ruhe der Natur sucht oder in der Meditation den inneren Frieden praktiziert – der/die gehört in solchen Momenten des Seins ohne Wenn und Aber zur blauen Gruppe, wie ich sie nenne. Auch hier ist die Farbwahl wieder mehr der Verfügbarkeit eines Leuchtstifts zuzuschreiben, denn einem bewussten gedanklichen Akt. Obwohl es im Nachhinein auch Sinn machen würde zu sagen, dass diese ganz speziellen Momente den Raum zu etwas Grosse, ja Göttlichen öffnen – und sich die Farbe des Himmels oder des Äther-Chakras dafür folglich gut eignet.

Thomas Mann hat einmal geschrieben, dass „die Sehnsucht, etwas anderes zu sein als das, was wir sind, immer aktuell ist.“ Mit der Farbe Blau im Hintergrund interpretiere ich ihn so, dass wir eigentlich immer auf der Suche nach dem Blau sind, uns aber aus was für Gründen auch immer mit Grün oder Rot identifizieren. Menschen, die mehrheitlich in der blauen Gruppe leben, sind tatsächlich die Ausnahme. Ein Dalai-Lama steht für die kontinuierliche Zugehörigkeit zu dieser Identität, auch ein Nelson Mandela oder eine Amma. Sie teilen die Qualität der Kern-Identität, wenn sie in Beziehung treten. Amma bietet das an, wenn sie Menschen umarmt, der Dalai-Lama sendet es über sein Wesen und sein Lächeln aus, Nelson Mandela über seine einzigartige Ausstrahlung.

Wie diese Ausstrahlung auch grosse Räume verändert, durfte ich vor einigen Jahren erfahren, als ich zusammen mit mehreren hundert Menschen einen Raum in einem Vorort von Zürich bevölkerte. Es war laut und nervös, viele sprachen, niemand hörte wirklich zu, Partystimmung eben. Doch dann öff-

nete sich die Türe und es wurde still und ruhig im Raum. Als ob alle vorher lange zusammen meditiert und sich dabei bewusst zentriert hätten. Ein Moment, der mir auch beim Niederschreiben des damaligen Erlebnisses wieder die Haut subtil vibrieren lässt. Dann stand er da, der Mann am Stock und mit einem friedlichen Lächeln auf dem Gesicht: Nelson Mandela. Er brauchte nichts zu sagen, er war einfach da und der Raum hatte die Farbe symbolisch ganz auf Blau gewechselt.

Es gibt diese tiefe Kern-Qualität auch bei vielen anderen, weniger berühmten Menschen – nicht immer in der gleichen Intensität, aber doch oft mit der gleichen, noch etwas versteckteren Qualität. Viele Babys tragen sie in sich – darum lächeln ihnen auch die meisten Menschen zu. Sie verkörpern den Zustand der Sehnsucht, wie Thomas Mann diese Kern-Qualität umschrieben hat. Auch Kinder, Jugendliche und Erwachsene können sie immer wieder berühren. Wer diesen Zustand der „Buddha-Natur“ in Kenntnis des dreidimensionalen Modells immer mehr sucht und zu leben beginnt, sieht im Alltag plötzlich ganz Neues. Diese Behauptung mache ich aus eigener Erfahrung ebenso wie

aus den wunderbaren Begegnungen mit Menschen, die für sich die Alternative der blauen Identität zu entdecken beginnen.

### Auf welchem Kissen sitze ich gerade?

Wie integrieren wir bedeutsame Erkenntnisse oder Erlebnisse in den Alltag, damit sie nicht zustandsgebunden nur unter optimierten Bedingungen stattfinden können? Diese Frage stellt sich immer wieder – und das Leben zeigt uns, dass viele gerade an dieser Integration scheitern und so in ihrer persönlichen Entwicklung nicht weiter kommen. Wenn ein Musiker das Feld und die Aufmerksamkeit seiner ihn verehrenden, ja liebenden Fans nicht mehr hat, kann er keinen Zustand der dritten Dimension mehr erfahren. Wer in einen Kurs ging und dort Unglaubliches erlebte, kann es meist nachher im Leben nicht mehr abrufen. Das Gefühl oben auf dem Gipfel des 8000ers gewesen zu sein, ist wieder weit weg, wenn mensch zurück zu

## Die dritte Dimension wächst aus dem Sowohl-Als-Auch

Hause ist. Ähnlich ist es häufig auch im Therapiebereich, wo in einer intensiven Stunde oft auch eine Art Kilimandscharo bestiegen wird. Doch wenn die Leute nach der Stunde um die nächste Hausecke gebogen sind, ist das oft nur noch eine Traumrealität.

Das hat zwar den Vorteil, dass ich als Therapeut meine Praxis fülle, denn die Leute wollen ja dieses Gefühl der dritten Dimension immer wieder erleben und buchen folglich ständig neue Sitzungen. Der Nachteil daran besteht in der Erkenntnis, dass ich als Therapeut so dafür Sorge, dass eine Abhängigkeit des Klienten zu mir entsteht. Womit wir wieder bei der Farbe Grün angelangt sind. Was ich als blaue Erfahrung verkaufe, ist letztlich nur eine erneute Förderung von Grün beim Klienten. Und wenn ich das bewusst mache, werde ich selber egoistisch, sprich rot. Also bin ich wieder in die alte Falle gelaufen.

Damit solche Szenarien, die uns allen immer wieder schnell und oft unbewusst passieren können, sich nicht endlos wiederholen müssen, habe ich für meine Praxis drei wunderbare Kissen gekauft – je eines in grüner, roter und blauer Farbe. Sie stehen symbolisch für die drei archetypischen Identitäten aus dem Polarity-Modell. Alleine durch ihre Anwesenheit sind sie wertvolle Orientierungsmuster für die Selbstreflexion. Sie erinnern mich immer von Neuem daran, genau zu schauen, auf welchem Kissen ich symbolisch gerade sitze, wenn ich etwas mache. Und sie sind ein optimiertes edukatives Werkzeug für meine Klientinnen und Klienten. Sind sie erst einmal in die Sichtweise dieser drei Archetypen eingeweiht, kann ich sie beim Erzählen eines Inhalts aus ihrem Leben immer gleich fragen: „Auf welchem Kissen sitzen Sie jetzt, wenn Sie das erzählen?“

### Bewusst dreidimensional leben

Die Erfahrungen sind frappant. Durch diese ständigen Reflektionen bezüglich der Identität, welche gerade wieder mal hinter einer Aussage oder einer Geschichte steckt, orientiert sich die Person immer wieder von Neuem im Moment. Sie erlebt einen Kontakt zu sich und zum Gegenüber, der meist zwischen humorvoll und liebevoll hin- und her geht. Über sich lachen zu dürfen, wenn wir uns selber dabei ertappen, wie wir wieder in alte Muster und Identitäten gerutscht sind, hat etwas enorm Befreiendes. Es öffnet Türen für Neues und symbolisiert die grosse Bedeu-

tung des jetzigen Augenblicks und des Lassens von alten, hier nicht mehr passenden Mustern aus der Kiste von grüner oder roter Farbe.

Die Integration in den Alltag passiert dann so, dass die Männer, Frauen oder Kinder die Farben in die Zeit nach dem Abbiegen bei der Hausecke nebenan mitnehmen. Sie bekommen die Aufgabe für sich immer wieder zu schauen, wo sie sich betreffend Identitäts-Archetyp gerade befinden. Was sie im geschützten Praxisraum geübt haben, beginnen sie im Alltag anzuwenden. Die Erfahrung zeigt, dass sie dort nach anfänglichen Schwierigkeiten immer mehr blaue Momente erleben können und so nicht mehr in langwierige, hartnäckige, ja oft sture alte Muster verfallen müssen. Auch zu dieser Beobachtung hat Thomas Mann (in Buddenbrooks) schon vor vielen Jahren wichtiges geschrieben:

„Jeder Beobachter der Gegenwart erkennt das Personal von damals wieder.“

Auch der eigene Beobachter, in der Fachsprache der installierte „Witness“, sieht die Muster und dahinter steckende Identitäten von früheren Erfahrungen und Zeiten – sofern er genau hinschaut. So entsteht die Möglichkeit zur Wahl: „Will ich das hier oder nicht?“ Oder: „Kann ich hier das Kissen wechseln oder bleibe ich auf dem alten sitzen?“ Im Wissen, dass wir im Leben nicht immer nur auf dem blauen Kissen sitzen können, sondern Rot und Grün da und dort auch dazugehören. Jedoch nicht mehr mit der versteckten Zwangsordnung früherer Tage.

### Tiefe Demokratie

Wirklich wählen zu können, ist eines der ganz grossen Freiheitsrechte und ein enormes Privileg. Nicht unter einem Anpassungsdruck oder aus blosser Rebellion gegen etwas zu wählen, hat etwas enorm Befreiendes. Arnold Mindell hat einst den Begriff der „Tiefen Demokratie“

## Im Zustand der Buddha-Natur ergeben sich ganz neue Perspektiven

kreiert. Seit ich die blauen Kissen in meiner Praxis habe, hat dieser Terminus eine ganz neue Bedeutung bekommen. Die Tiefe, die aus der blauen Identität heraus zugänglich wird, erlaubt ganz andere Entscheidungen. Eine Wahl kann so auch aus innerer Tiefe heraus erfolgen. Polarity-Arbeit wird damit zu einem politischen Akt, indem sie Menschen aus der zweidimensionalen Falle herausholt und diese Leute dann als tief verbundene, wirklich mündige Bürgerinnen und Bürger auf neue Weise entscheiden lässt – statt aus Positionen von Angst, Unterwürfigkeit, Rebellion oder unendlicher Wut.

Die Hypothese steht im Raum, dass diese neue Position auch die Gesundheit der Menschen stärkt. Sind sie doch nicht mehr

scheinbar endlos hin- und hergerissen zwischen dem Entweder-Oder des Innens und Aussens, diesem nie wirkliche Ruhe zulassenden Kampf, den Thomas Mann einst vielsagend als Grundlage von Krankheit beschrieben hat:

„Es sind jene vielen Menschen, bei denen Äusseres und Inneres nicht übereinstimmen, die Seele geknechtet ist von den Ansprüchen der „Gesellschaft“, der Körper die Seele bloss stellt und psychosomatische Erkrankungen an der Tagesordnung sind.“

Mit dem Erkennen des Dazwischens als dritter Dimension und eigentlicher Kern-Identität bekommt vieles Sinn, was früher sinnlos war. Wenn wieder mehr die Sinne als Tür zum Hier und Jetzt im Vordergrund stehen und das Leben so wortwörtlich wieder mehr Sinn bekommt, dann wird der Zugang zur blauen Identität natürlich – und durch die einfache Erreichbarkeit auch etwas Alltägliches und Integriertes. Von Kern zu Kern werden ebenso sichere wie intensive emotionale zwischenmenschliche Begegnungen möglich – und das wiederum ist gemäss neuesten Studien der Neuro-Wissenschaften der Boden fürs Glücklichein.

### Neue Chance fürs Polarity-Modell

Die Arbeit mit den drei archetypischen Identitäten aus dem Polarity-Modell heraus gibt nicht nur vielen Menschen eine neue Chance, sich in der Gesellschaft neu zu positionieren. Sie ist auch fürs Polarity-Modell eine neue und zusätzliche Chance, seinen immensen Wert für eine humanitär verankerte Gesellschaft zu zeigen. Die hinter den Verhaltensweisen, Problemen und Krankheiten versteckten Identitäten sind oft ein riesengrosser Augenöffner für Klientinnen und Klienten. Wenn sie erkennen, dass in ihrem Wesen eine Polarisierung hin zu einer dieser Identitäten schlummert, die fast alle konkreten Erscheinungsformen des Alltags spiegelt, dann können sie plötzlich sehen, wieso sie sich bei bestimmten Themen immer wieder aufreiben, anstehen oder im Kreise drehen. Dank diesem ebenso einfach verständlichen wie relativ leicht umsetzbaren Zugang über die drei Archetypen von Polarity-Identitäten werden mehr Leute in jene Praxen kommen, wo das angebotene wird. Und die Mund-zu-Mund-Propaganda wird gleichzeitig Polarity und sein tief humanitäres Menschenbild bekannter machen.

Albert Einstein hat einst geschrieben, „dass wir Probleme nicht auf die gleiche Art lösen können, wie wir sie geschaffen haben.“ Auch dieser Satz zeigt wie wertvoll das Polarity-Modell für unsere Gesellschaft ist. Wenn wir uns weiter dahingehend bemühen, die kreierte Probleme aus zweidimensionaler Sicht lösen zu wollen, dann stossen wir immer wieder an die gleichen Grenzen. Eine dreidimensionale Sicht auf individuelle Herausforderungen (wie zum Beispiel im Rahmen einer Therapie) oder gesellschaftliche Thematiken zu finden, öffnet Türen zu neuen Räumen. Zu Räumen, wo das blaue Kissen seinen festen Platz hat und das grüne wie das rote auch noch da sind, sich aber nicht in polarisierenden Kämpfen weiter zerfleischen.



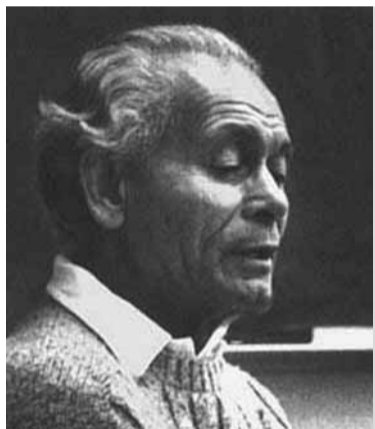
**Dr. Urs Honauer** ist Mitglied der Schul- und Geschäftsleitung des Polarity Bildungszentrums Schweiz und Autor mehrerer Bücher, u.a. von «Wasser – die geheimnisvolle Energie für Gesundheit und Wohlbefinden». Ausbildungen zum Primarlehrer, später langjährige Tätigkeit als Reisefachmann und Journalist. Akademischer Abschluss in Pädagogik/Sonderpädagogik. Aus- und Weiterbildungen in Polarity, Craniosacral Balancing, Prozessorientierter Psychologie, Taoistischer Philosophie und Energielehre, ImpulseWork, Prä- und perinatalem Trauma und in Somatic Experiencing. Er unterrichtet am 14./15. Mai 2008 einen Einführungskurs in die Arbeit mit den 3 Polarity Archetypen, vom 4. – 6. Juli 2008 die nächste Einführung in die faszinierende Polarity Gesprächsbegleitung und beginnt am 24. Oktober 2008 das neue Training in Authentischer Kommunikation. Weitere Kurse unter [www.polarity.ch](http://www.polarity.ch)

# PIERRE PANNETIER –

## DER MANN IN DEN FUSSTAPFEN VON DR. STONE

Ich hatte selber das grosse Vergnügen, meine Polarity-Grundkenntnisse zwischen 1977 und 1981 bei Dr. Pierre Pannetier zu erhalten. Pierre, wie er von seinen Kollegen und Studierenden liebevoll und doch mit viel Respekt genannt wurde, war halb Franzose, halb Kambodschaner. Als Soldat war er im Krieg gewesen und litt dort und danach an Hysterie und Lähmungserscheinungen. Im heutigen Verständnis von Trauma würden wir von einem Freeze-Zustand sprechen – also einer Welt des Eingefroren-Seins. Nichtsdestotrotz war Pierre ein ungemein liebevoller Mensch.

Sein persönlicher Heilungsprozess ging einher mit dem Studium von Massagetherapie, Naturheilkunde (wo er auch doktorierte) und diversen spezifischen natürlichen Heilmethoden. So fand er auch den Weg zu einem Kurs von Dr. Stone, der zu jener Zeit eben damit



### Naturnahe Bildung

Pierre Pannetier wurde 1914 als Sohn einer kambodschanischen Mutter und eines französischen Vaters geboren. Die Eltern erzogen Pierre und seine Geschwister in den frühen Lebensjahren sehr naturnah und pflegten eine Philosophie der Liebe und des Mitgefühls für alle Kreaturen auf dieser Welt. Die intellektuelle Bildung bekam Pierre Pannetier in Frankreich und in den USA:

Zwischen 1940 und 1945 kämpfte er in der Freien Französischen Armee im Zweiten

Weltkrieg. Jahre, die seinen Glauben stärkten, dass nicht Gewalt angewendet werden kann und dadurch gesunde, glückliche und erfolgreiche Menschen entstehen. Nach drei Jahren zurück im Südpazifik emigrierte er 1950 mit seiner Frau und den beiden Töchtern in die USA.

1963 traf er dort erstmals Dr. Stone. Acht Jahre lang liess er sich von ihm inspirieren, ehe er ab 1971 die Polarity Therapie selber zu unterrichten begann. Bis zu Dr. Stone's Tod besuchte er seinen grossen Lehrmeister auch mehrmals in Indien. 1984 starb Pierre Pannetier im Alter von 70 Jahren. (uh)

begonnen hatte, sein über Jahrzehnte gesammeltes Wissen in Seminaren weiterzugeben.

### Polarity Therapie an Universitäten

Dr. Stone hatte in der Anfangsphase seiner Lehrtätigkeit eine ganze Reihe von engagierten und sehr klugen Studentinnen und Studenten, doch er wählte gezielt Pierre Pannetier aus, als er einen Nachfolger bestimmte, der ab seinem persönlichen Rückzug in den Ruhestand nach Indien die Polarity Therapie weiter unter die Leute bringen sollte. So wurde Pierre zu dem, was er in der Geschichte von Polarity vor allem verkörpert: zum Nachfolger von Dr. Stone.

Pierre reiste in dieser Aufgabe quer durch die USA und unterrichtete in privaten Gruppen

**Die vielschichtige Welt der Polarity-Therapie ist das grosse Werk von Dr. Randolph Stone, der seine jahrzehntelangen Forschungen in den Bereichen von Schulmedizin, Naturheilkunde, alten Medizinalsystemen wie dem indischen Ayurveda, der chinesischen TCM oder der ägyptischen Hermetik in einem eigenen Gesundheitsmodell zusammenfasste. Bei seinem Rückzug in den Ruhestand ernannte er mit Dr. Pierre Pannetier einen Nachfolger als Hauptfigur der Polarity Therapie, der die Verbreitung von Dr. Stone's genialen Ansichten weiter verbreitete. Unsere langjährige Dozentin Dr. Chandana Becker gehörte zu den Studierenden von Pierre Pannetier – und bringt ihn uns als ebenfalls faszinierenden Menschen und Lehrer näher.**

Von Dr. Chandana Becker

Unvergessen ist für mich auch jener Moment geblieben, als ich einen kleinen Knoten in meiner eigenen Brust wahrnahm und dadurch sehr beunruhigt war. Vermutlich war es eine Zyste, doch die Panik liess meinen Kopf schlimmere Befunde kreieren. Pierre arbeitete mit subtilem Rajas direkt am Gewebe und erzeugte mit dieser kunstvollen Handarbeit subtile Vibrationen und Stimulationen – und brachte gleichzeitig meinen Verstand zur Ruhe. Zu meiner grossen Erleichterung verschwand der Knoten – und kehrte auch nicht mehr zurück.

Zurzeit von Pierre's Lehrtätigkeit gab es noch keine langen Polarity Trainings, wie wir sie heute kennen. Er unterrichtete immer nur in kurzen Seminaren. Sobald einer dieser Kurse zu Ende war, sagte er zu seinen Studierenden, sie sollten sofort hinausgehen und das Gelernte praktizieren. Es gab Prinzipien und Techniken, die Pierre von Dr. Stone gelernt hatte, die er in seiner eigenen praktischen Arbeit wie auch in seinen Kursen in den Mittelpunkt stellte. Er entwickelte zudem eigene

praktische Arbeitsweisen, die er uns Studierenden weitergab. Im Unterricht bezog er sich in den Anfänger- wie auch in den Fortgeschrittenen-Kursen immer auf das gleiche Material. Nur sehr selten variierte er den Inhalt. Um von den Studierenden eine Rückmeldung zu erhalten, blickte er sie einfach direkt an und fragte in seinem unverwechselbaren französischen Akzent: "Und, hast Du etwas gelernt heute?"

### Liebe als zentraler Aspekt von Polarity

Pierre glaubte stark an die Heilkraft der Liebe. Für ihn war der Aspekt der Liebe eine der primären Komponenten der Polarity Therapie – zusammen mit der Körperarbeit, dem Polarity Yoga, der Ernährung und der inneren Reinigung, sowie grosser Achtsamkeit im verbalen wie auch im kinästhetischen Kontakt. Seine enorm willkommen heissende Art war ein grosses Gütezeichen. Es war nicht wichtig, wer ihm begegnete – Alt oder Jung, Frau oder Mann, Weiss oder Schwarz –, er öffnete immer seine Arme, als ob er die Person schon seit langer Zeit kennen würde und berührte sie liebevoll. Seine spirituelle Ausrichtung war die gleiche wie bei seinem Lehrmeister, Dr. Stone. Ich hörte ihn aber nie, aktiv Anhänger für diesen Weg zu werben – obwohl er bei Gesprächen in Pausen oder beim abendlichen Zusammensein offen auch über spirituelle Interessen redete. Er lehnte sich auch hier ganz an die Haltung seines grossen Lehrmeisters an und differenzierte das Polarity-Gesundheits-Wissen in den Kur-

sen klar von persönlichen spirituellen Ausrichtungen. Ausserhalb seiner Seminare öffnete er sich dann diesen Themen – sofern er darauf angesprochen wurde.

Ich durfte unter Pierre's Anleitung sehr schnell erfahren, dass die Polarity Therapie erstaunlich effektiv wirkt – selbst mit den Händen von Neulingen in diesem Bereich. Doch vermutlich war es Pierre's Art, Liebe in der täglichen Begegnung zu leben, die mich derart anzog, dass ich das Polarity-Modell von da an auch in den Mittelpunkt meines Wirkens zu stellen begann. Inzwischen leitet es mich auch schon wieder drei Jahrzehnte lang ...

### Als der Verstand zur Ruhe kam

Zwei ganz spezielle Erfahrungen, die ich mit Pierre auch noch hatte, will ich hier unbedingt noch erwähnen: Die erste ereignete sich im ersten Seminar mit ihm, als mein analytischer Verstandestheil verloren ging und ich nicht mehr denken konnte. Ich ging in einer Pause zu ihm und wollte ihm zum ersten Mal überhaupt Fragen stellen. Doch mein sonst so aktiver Verstand war einfach zu ruhig und ich musste erkennen, dass ich gar keine Fragen hatte ... Pierre lachte mich an und gab mir, wie es für ihn so typisch war, eine Umarmung als Antwort.

Die zweite sehr spezielle Erfahrung, die ich hier noch beschreiben will, stammt aus der Zeit, als ich mich wirklich dafür entschieden hatte, selber auch Polarity Therapie zu unterrichten. Weil es damals keine Trainings für angehende Polarity-Lehrkräfte gab, schrieb ich Pierre einen Brief und teilte ihm darin mit, dass ich den Schritt machen wollte. Er gab keinerlei Ratschläge als Antwort, sondern erwiderte einfach in einer Zeile: "Vertraue allem in Dir und dem, was Du machst!"

Habe ich mich auf eine kontinuierliche Steigerung meiner Polarity Kompetenzen ausgerichtet, weil ich mehr von diesem Frieden in mei-

nem Verstand oder ein besseres Gleichgewicht im Leben wünschte? Habe ich das gesucht, was mehr Zufriedenheit auf allen Ebenen bringt? Ja, auf jeden Fall! Obwohl Pierre auch nur ein Mann mit eigenen Fehlern und Problemen war, wurde er dank seiner wunderbaren Ausstrahlung und Ausrichtung zu einer grossen Inspiration. Nicht nur für mich, sondern für viele Menschen, die mit ihm Zeit verbringen durften.

### Eine Begegnung der ganz speziellen Art

Beim Schreiben dieses Textes habe ich gemerkt, was für ein Vergnügen es mir bereitet, von Pierre Pannetier und seiner Rolle in der Entwicklung der Polarity Therapie zu schreiben. Es wurde mir nochmals klar, wieviel ich von ihm lernen durfte – und ich bin ihm enorm dankbar für seine Verkörperung und seine offene Art des Teilens von allem, was ihn tief berührte und er entsprechend am meisten schätzte.

Getroffen hatte ich Pierre Pannetier an der Antioch Universität in Seattle – als ich daran

## Die "General Session" war Pierre Pannetiers Schlüssel für Polarity-Behandlungen.

war, mein Studium in Klinischer Psychologie abzuschliessen. Meine Begegnung mit Pierre und der Polarity Therapie veränderte den Verlauf meines Lebens und meiner beruflichen Karriere stark. Ich wurde vom den Phänomen rund um die Lebensenergie verzaubert und zu einer grossen Entdeckerin der ganzheitlichen Perspektive im Umgang mit Gesundheit und Krankheit. Bis heute bin ich glücklich darüber, dank dieser Zeit mit Pierre den Weg in diese Welt gefunden zu haben, in der ich auch als engagierte Advokatin für Naturheilmethoden wirken kann und dabei meinen eigenen spirituellen Weg ganz im Sinne von Dr. Stone und Pierre Pannetier pflege.



**Dr. Chandana Becker** praktiziert seit 30 Jahren Polarity Therapie und vernetzt dieses Wissen mit ihrem Hintergrund in Klinischer Psychologie, Trauma-Heilung und Massage-Therapie. Sie lebt im amerikanischen Bundesstaat Arkansas, wo sie eine eigene Schule und auch weiterhin eine eigene Praxis führt. Sie unterrichtete mehrere Jahre am Polarity Bildungszentrum Schweiz, hat sich aber zurzeit selber eine Lehr- und Reisepause verschrieben. Wir hoffen, dass sie nach dieser Lebensphase wieder nach Zürich zurückkehrt, um ihre grossen Kompetenzen mit der Schweizer Polarity-Welt zu teilen!

## «Vertraue allem in Dir – und dem, was Du machst!»

und Instituten wie auch an Universitäten Polarity Therapie. Er war vom Sternzeichen her ein Steinbock und in seiner Erscheinung ein äusserst erdiger Mann. Er liebte es, simple Abläufe und Gewohnheiten zu entwickeln und in der praktischen Arbeit anzuwenden. Aus dem breiten Material, das er aus Dr. Stone's Seminaren mitbekommen hatte, baute er eine standardisierte Behandlung, die "General Session" – also eine allgemein gültige und überall anwendba-

menkommen mit einem Mann, der über starke Nierenprobleme klagte. Er liess den Klienten sich in Bauchlage hinlegen und machte dann zusammen mit mir direkten Kontakt auf den Nieren und in deren unmittelbarer Umgebung, sowie in verschiedenen Reflexen. Später, nach der Behandlung, vertraute mir der Mann an, dass er während der Sitzung mehrmals das Gefühl gehabt hätte, Pierre's Hände befänden sich in seinen Nieren drinnen.

# URSPRÜNGLICHE URSPRÜ

**Die Welt kriert sich als eine Manifestation von Polaritäten, die zusammen wirken und etwas gestalten.**

**Andreas Nager hat sich darüber während seines Polarity-Studiums Gedanken gemacht und diese in einem Vortrag zusammengefasst. Es war seine freie Wahl, wie er sein Verständnis von Polarity den Mitstudierenden kommunizieren wollte. Mit seiner Einwilligung drucken wir hier diese interessante Reflektion der Polaritäten-Welt ab.**

Von Andreas Nager

## Prolog

Im Grunde gibt es heute keinen Vortrag, gibt es keinen, der ihn hält und gibt es kein Publikum, welches ihm zuhört. Im Grunde gibt es nur eins: die einen nennen es reines Bewusstsein, andere Gott, Brahman oder Tao.

Reines Bewusstsein erfährt sich in einer Welt unzähliger Polaritäten. Zu dieser Erkenntnis jedenfalls kommen seit Urzeiten Mystiker aus Ost und West, seit geraumer Zeit auch Kosmologen, Evolutionsforscher und Vertreter der „Neue Physik“. Alles ist eins und alles entspringt einer neutralen, unerschöpflichen, formlosen Quelle.

Ich denke, alle unter uns haben in Momenten der Stille, Zentriertheit oder Meditation dieses tiefe Wissen um die Einheit aller Dinge schon in sich gespürt oder zumindest geahnt. Tief in uns wurzelt also diese Ahnung, dass wir EINS sind mit allem. Trotzdem aber erscheint uns im Alltag die Welt als Sammelsurium unzähliger getrennter Einzelteile.

Wieso können wir Einheit nur deshalb erahnen und zwischendurch erleben, weil wir das

Gegenstück, nämlich Trennung bzw. Polarität erfahren haben? Wieso neigen wir dazu, die Welt aufzutrennen in Polaritäten wie Subjekt-Objekt, Leben-Tod, Freude-Leid, Unten-Oben, Hell-Dunkel, Gut-Böse, usw.?

Alles, was der Mensch in der Welt der Erscheinungsformen vorfindet und alles, was er sich vorstellen kann, offenbart sich ihm immer in zwei Polen.

Es ist dem Menschen unmöglich, sich eine Einheit ausserhalb der Polarität vorzustellen. Die menschliche Grunderfahrung der Polarität ist der Atem. Wenn wir einatmen, so folgt ohne weiteres Dazutun mit absoluter Gewissheit das Ausatmen. Diesem Ausatemstrom folgt mit gleicher Gewissheit wieder der Einatemstrom. Der ständige Wechsel beider Pole ergibt den Rhythmus. Er ist das Grundmuster allen Lebens – dies gilt für den Makrokosmos genauso wie für den menschlichen Organismus als Mikrokosmos. Wird das rhythmische Schwingen von Pol zu Pol zerstört, so entsteht Stillstand.



Leben entsteht immer aus der Spannung zwischen zwei Polen. Ich denke, es gibt zwei Arten von Spannung, konstruktive und destruktive. Die eine ist mit der Spannung einer Gitarrensaite vergleichbar, aus der Musik ertönt; die andere mit der einer Gitarrensaite, bevor sie reisst.

Zwischen den Gegensätzen muss Spannung bestehen, wenn sie Leben hervorbringen sollen. Von ihrer Natur her müssen sie sich in entgegengesetzte Richtungen bewegen, und doch müssen sie durch eine Verbindung und einen Sinn zusammengehalten werden.

Wir könnten die Bewegung der Gegensätze voneinander fort auch die „ursprüngliche Angst“ nennen. Das verbindende Band ist folglich „die ursprüngliche Liebe“. Auch hier gilt es wieder beide Pole zu integrieren. Das Ergebnis ist schöpferische Spannung.

Immer wenn es uns gelingt, Verbindung zwischen entgegengesetzten Polen herzustellen, entsteht ein neues Drittes, ein neutrales und ausgleichendes Feld. Dieses Feld hat etwas „Heiliges“ – in ihm kann Heilung entstehen. Das erfahren wir immer wieder auf eindrückliche Weise in unserer Arbeit als angehende Polarity-Therapeutinnen und -Therapeuten.

Wenn die Erlösung der Polarität in einem neutralen Dritten gelingt, ist der Anschluss an die am Anfang erwähnte Einheit wieder hergestellt – an diese grenzenlose, zeitlose Quelle allen Seins und aller Erfahrung, auch Gott, Brahman oder Tao genannt.

## Das Unvereinbare vereinen

Ich möchte in der Folge anhand persönlicher Erlebnisse und Träume über die Herausforderung sprechen, bestimmte Polaritäten zu vereinen, die für unseren Verstand oft unverein-

bar scheinen. Ich habe zwei Polaritäten herausgepickt, die uns täglich aufs Neue fordern auf unserem Weg zu hoffentlich immer mehr Ganzheit und Bewusstheit.

## LICHT UND SCHATTEN

Wo Licht ist, ist auch Schatten. Dies gilt auch für uns Menschen. Trotzdem sind wir immerzu geneigt, die Kehrseite der Medaille verbergen zu wollen. Wir versuchen ständig, möglichst „lichtvoll“ zu erscheinen und wenden unglaublich viel Energie dafür auf, jene dun-

Beispiel beschreiben: Nehmen wir an, Du hast starke Impulse von Wut, die von der Gesellschaft und deinem Umfeld abgelehnt oder die von dir selbst als unangebracht oder bedrohlich empfunden werden. Du verdrängst also diese Wut, spaltest sie von deinem Selbst ab. Die Wut scheint dann nicht mehr zu deinem Selbst zu gehören; sie scheint nicht mehr zu Dir zu gehören. Die Wut ist aber immer noch da.

Aber da es ja nicht mehr deine Wut ist, muss sie zu jemand anderem gehören. Du projizierst die Wut, siehst sie nun in andern, in deiner Umgebung. „Jemand ist wütend; ich kann es nicht sein, also musst Du es sein.“ Anstatt Dich also selbst wütend zu fühlen, hast Du das Gefühl, dass alle andern wütend auf dich sind und du wirst vielleicht deprimiert, fühlst dich ungeliebt. Anstatt wütend zu sein bist du traurig.

Dies nennt man dann in der Psychologie eine „Neurose“ – Du hast ein Symptom, welches ein Zeichen für unterdrückte Anteile deines Selbst ist, die unbewusst geworden sind.

Die Heilung besteht nun darin, sich der eigenen Wut wieder zu nähern, die Wut wieder anzunehmen und sie wieder zu einem Teil deines eigenen Ichs zu machen. Nur wenn sie auf eine bewusste Weise zu einem Teil deines

**Reines Bewusstsein erfährt sich  
in einer Welt unzähliger Polaritäten.**

Einladung zum Kennenlernen



**SPUREN**  
MAGAZIN FÜR NEUES BEWUSSTSEIN

Jede Saison Hunderte von Hinweisen auf aktuelle Kurse, Vorträge, Ausbildungen in der Schweiz und dazu Journalismus mit Herz und Verstand: Begegnungen mit Menschen, die neues Bewusstsein leben, Hintergrundartikel, Testberichte, aktuelle Meldungen.  
Für Fr. 10.– senden wir Ihnen zwei aktuelle Probenummern.

Name \_\_\_\_\_  
Adresse \_\_\_\_\_  
PLZ \_\_\_\_\_  
Ort \_\_\_\_\_

Anzeige ausschneiden und zusammen mit einer 10er Note senden an:  
SPUREN, Rudolfstr. 13, CH-8400 Winterthur [www.spuren.ch](http://www.spuren.ch)

# ANGST BEGEGNET UNGLICHER LIEBE



**C.G. Jung:**  
*Der Schatten ist die Person, die wir lieber nicht wären. Der Schatten ist also im Wesentlichen der verleugnete, ins Unbewusste verdrängte Anteil unseres Selbst.*

Schatten begegnen – face to face. Dies kann auch im Traum geschehen. Von einer Begegnung mit einer meiner Schattenfiguren handelt der folgende Traum, den ich vor ein paar Jahren träumte:

**Tief in uns wurzelt die Ahnung, dass wir EINS sind mit allem.**

*Ich sitze in einem Eishockey-Stadion inmitten vieler Menschen. Meine Blicke schweifen durchs Publikum. Plötzlich sehe ich einen düsteren, primitiven, furchterregenden Mann. Er sieht aus wie der Inbegriff des Bösen und ich weiss, dass er ein gesuchter Meuchelmörder ist. Im Moment als ich ihn anschau, schaut er zu mir herüber und unsere Blicke treffen sich. Ich denke: „Jetzt hat er es auf mich abgesehen. Ich muss hier raus!“ – Ich finde mich in einem langen unterirdischen Gang wieder, der zum Stadion hinausführt. Zu meinem Entsetzen sehe ich, dass mich der Mörder verfolgt. Ich gelange in ein Restaurant. Alle Tische sind gedeckt, aber der Raum ist leer. Schon höre ich die Schritte meines Verfolgers. Ich verstecke mich unter einem Tisch. Plötzlich packt mich eine kräftige Hand, zieht mich unter dem Tisch hervor und schleift mich nach draussen. Ich habe panische Angst, getraue mich nicht, dem Kerl ins Gesicht zu sehen. Ich sehe nur, wie er ein langes Messer zückt. Mit voller Wucht rammt er es mir in den Rücken. Ich spüre einen glühenden Schmerz. Noch immer bin ich wie gelähmt, unfähig, mich zu wehren. Doch mit einem Schlag wird mir klar: Ich muss handeln, ich muss die Konfrontation wagen, sonst sterbe ich. Ich packe das Messer und ziehe es aus meinem Rücken. Dann schau ich meinem Peiniger in die Augen. Plötzlich bin ich hin- und her gerissen zwischen zwei Empfindungen: einerseits Abscheu, aber andererseits auch Mitleid und dem Wunsch nach Versöhnung. Gerade als ich zustechen will, wache ich auf.*

Offensichtlich ist mir in diesem Traum eine meiner Schattenseiten begegnet. Ich, der ich immer möglichst liebenswürdig, edel und gut erscheinen möchte, wurde auf heftige Art konfrontiert mit dem Gegenpol: mit meiner verdrängten bösen, unedlen und aggressiven Seite. Zumindest im Traum habe ich schliesslich den Mut gefunden, meinem Schatten ins Auge zu sehen. Der Mut, ihn zu umarmen und dadurch „Eins“ zu werden mit ihm hat mir noch gefehlt. Nun hoffe ich, dass mir dies im realen Leben doch noch gelingt.

## FREIER WILLE UND SCHICKSAL

Habe ich einen freien Willen oder bin ich einer Vorsehung, einem Schicksal unterworfen? Bin ich selbst der Lenker meines Lebens oder werde ich gelenkt? Dies scheinen Schlüsselfragen jedes spirituell suchenden Menschen zu sein. Schauen wir auch diese existentielle Herausforderung aus dem Blickwinkel der Polaritäten-Perspektive an: **Pol 1:** Freier Wille – könnte wie folgt umschrieben werden: **Ich bin der Lenker meines Lebens.** Ich habe einen freien Willen und damit jederzeit die Wahl, mein Leben nach meinem Wunsch zu gestalten. Ich allein kreierte durch meine Gedanken und Taten mein Schicksal. In meiner Essenz bin ich unermesslich gross und mächtig, die Schöpferkraft meiner Gedanken ist im Grunde unbegrenzt.

**Pol 2:** die Vorsehung oder Schicksal – könnten so beschrieben werden:

**Ich werde gelenkt. Alles ist bereits vorbestimmt.** In letzter Instanz bin ich Teil eines perfekten, unveränderlichen und fehlerbaren Planes. Ich muss nur eines tun: Mich dem Fluss des Lebens vertrauensvoll hingeben und er trägt mich an mein Ziel. Voller Hingabe und Demut lasse ich mich leiten und lenken.

## Was für ein Gegensatz!

Nähern wir uns dieser Polarität mit dem Verstand allein, so landen wir zweifellos in einem „entweder...oder“. Ich weiss nicht mehr genau, wann es war, als ich damit anfang, mir ernsthafte Gedanken zum Thema „Schicksal oder freier Wille“ zu machen. Ich tendierte damals wohl eher zu Pol 2: Alles schien für mich vorherbestimmt. Ein kraft- und liebevoller Gott (was auch immer das sein mochte...) lenkte mein Leben und eigentlich konnte ich mich dem Leben einfach vertrauensvoll hingeben. Es konnte gar nichts schief gehen.

In der Folge einer heftigen Lebenskrise wechselte ich Jahre später hinüber zu Pol 1: Die Möglichkeit, alleiniger kraftvoller Lenker meines Lebens zu sein, faszinierte mich zutiefst. Ich verschlang ein New Age/Esoterik-Buch nach dem andern und schon bald schien mir klar: „Ich alleine bin der Lenker, der unermesslich kraftvolle, selbstverantwortliche Schöpfer meines Lebens!“ Ich musste nur noch den Mut aufbringen, zu meiner Macht zu stehen und endlich damit aufhören, mich immer „klein“ zu machen, musste bloss noch ein paar alte Muster und Prägungen auflösen. Dann hätte ich die absolute Kontrolle über mein Leben! Genau zu dieser Zeit hatte ich folgenden Traum:

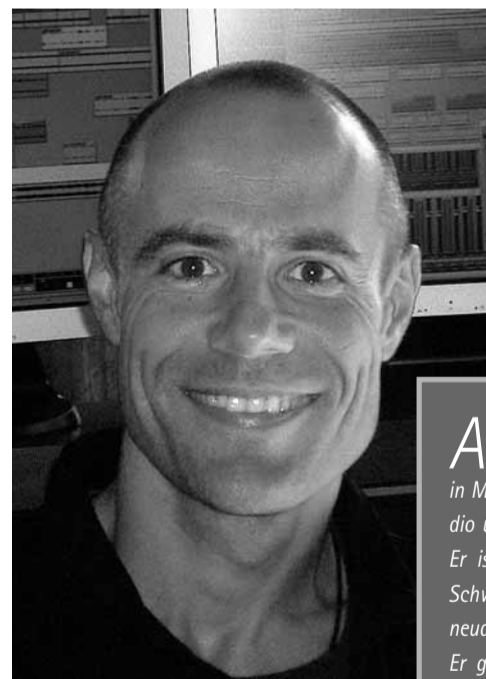
*Zusammen mit meiner Tochter Nina besuche ich einen Zoo. Dort angekommen, erfahren wir, dass Gott heute auf Besuch kommt in diesen Zoo. Ich bin natürlich sehr gespannt darauf, Gott mal „live“ zu erleben. Plötzlich bildet*

*sich eine Menschenmenge und läuft direkt auf Nina zu. Was ich sehe, überrascht mich: Dieser Gott, der da meine Tochter begrüsst, ist nicht wie erwartet ein grosser, stattlicher Mann. Er ist ein kleines, dünnes, leicht krüppliches, äusserst bescheidenes und demütiges Männlein. Doch noch nie in meinem Leben war mir ein Wesen begegnet, das soviel Wärme, Liebe und Mitgefühl ausstrahlte wie dieses kleine, optisch unscheinbare Männlein. Gott umarmt Nina und nimmt sie bei der Hand, um mit ihr zusammen die Tiere im Zoo zu besichtigen.*

**Eine Einheit ausserhalb der Polarität ist unvorstellbar.**

*Zusammen mit der Menschenmenge folge ich den beiden. Zu beobachten, wie gut sich Gott und meine Tochter verstehen, erfüllt mich mit einem unbeschreiblichen Glücksgefühl!*

Der kleine, demütige, bescheidene, aber vor Liebe sprühende Gott dieses Traumes berührte mich zutiefst. Ich spürte sofort: auch dieses kleine bescheidene Männlein in mir gilt es zu integrieren, anzunehmen als Teil von mir. Dieser kleine Gott schien mir zu sagen:



„Willst Du wirklich frei sein, willst Du ganz sein, gilt es, nicht nur grosser, kraft- und machtvoller Schöpfer und Lenker Deines Lebens zu sein, sondern auch demütiges, hingabevolles Männlein.“ Dieser Traum liess zwei Gefühle in mir zurück, die sich auf eigenarti-

ge Weise zu vermischen begannen: Einerseits fühlte ich, dass mein Leben keineswegs von mir selbst gelebt wird; die Kraft des Universums, das Schicksal und die Vorsehung lenken all meine Empfindungen, und all meine Verantwortlichkeit verpufft zu nichts. Andererseits aber fühlte ich mich frei, mich zu bewegen, wie ich möchte; irgendwie schein ich das Leben mit derselben ungeheuren Kraft zu lenken, mit der das Leben mich lenkt und die kleinsten Handlungen sind mit gigantischen Möglichkeiten angefüllt.

Mir wurde klar: Wenn es mir gelingt, diese zwei Gefühle zu vereinen, muss ich nicht länger unterscheiden zwischen dem, was ich dem Leben zufüge und dem, was das Leben mir zufügt. Es ist als ob zwei Tänzer sich in so grosser Harmonie bewegen, dass sich die Unterscheidung zwischen dem Führenden und dem Geführten verwischt, als ob die beiden Tänzer EINS und somit zu ein und derselben Bewegung werden. Durch die wirbelnde, ständig wechselnde Bewegung dieses Tanzes werde ich ohne Unterlass fortgetragen, aber nicht wie ein Berauschter in einem reissenden Strom – denn ich bin genauso wie das Leben die Quelle der Bewegung. Und dies ist die wirkliche Freiheit; sie umfasst die Freiheit zu lenken, ebenso wie die, gelenkt zu werden.

So begann ich, mich selbst und das Leben als zwei Tänzer zu visualisieren. Zwei Tänzer, die sich in so grosser Harmonie bewegen, dass man nicht sagen kann, wer agiert und wer reagiert, wer lenkt und wer gelenkt wird. Ab und zu erwische ich mich dabei, wie ich wieder ins Grübeln über das Leben verfallte. Dann sage ich mir: Du kannst nicht tanzen, wenn Du versuchst herauszufinden, wie es geht! Wenn Du immer darüber nachdenkst, ob Du Deine Beine auch richtig bewegt, wird es sehr schwierig. Wenn Du Dich jedoch einfach bewegst, dann tanzt Du. Du tanzt vielleicht anders als andere, aber Du tanzt Deinen Tanz.

**A**ndreas Nager ist Musikproduzent und Sound-Designer. Er lebt in Merlisbach, wo er ein Tonstudio und einen Musikverlag betreibt. Er ist der Entwickler der „Musik-Schwingungs-Resonanz“, einer neuartigen Form von Klangtherapie. Er gibt zudem psychologische und astrologische Beratungen. Zwischen 2005 und 2008 liess er sich am Polarity Bildungszentrum zum Polarity-Therapeuten ausbilden. Nähere Infos unter: [www.nager.ch](http://www.nager.ch)

Ichs wird, verliert sie ihre Bedrohlichkeit und Du kannst sie wirklich loslassen.

## Gut sein oder ganz?

„Möchtest Du lieber gut sein oder ganz?“ Diese Frage stellt sich mir täglich und immer wieder ertappe ich mich dabei, wie ich – auf Kosten meiner Authentizität und Ganzheit – möglichst nur diejenigen Anteile von mir der Welt präsentiere, die ich für lichtvoll, für edel, für gut halte. Aber gibt es wirklich gute und schlechte Teile in uns? Sind nicht alle Teile nötig, um ein Ganzes zu bilden? Denn wie können wir das Gute wahrnehmen, ohne gleichzeitig das Schlechte zu kennen? Wie können wir Liebe erkennen, ohne Hass zu kennen? Wie können wir Mut benennen, ohne die Angst zu kennen?

Beide Pole zusammen sind wie eine schöne Gebirgslandschaft: ohne Täler keine Berge und ohne Berge keine Täler; wer die Täler verschwinden lassen möchte, muss auch die Berge einebnen. Deepak Chopra schreibt: „Wir sind nicht in der Welt, sondern die Welt ist in jedem von uns.“ Damit sagt er, dass jeder von uns jede existierende menschliche Eigenschaft besitzt. Es gibt nichts, was wir sehen oder wahrnehmen können, was wir nicht auch sind. Der Zweck unserer Reise ist es, diese Ganzheit wieder in uns herzustellen. Dies ist jedoch nur möglich, wenn wir den Mut finden, unserem Schatten ins Angesicht zu schauen. Letztlich bedeutet das: Wir müssen es wagen, ins Dunkle zu gehen, damit unser Licht leuchten kann. „Man wird nicht erleuchtet, wenn man sich Lichtgestalten vorstellt“, sagt C. G. Jung, „sondern indem man sich die Dunkelheit bewusst macht.“

Wollen wir ganz werden, wollen wir beide Pole einbeziehen, so müssen wir unserem

**Gleich um die Ecke servieren wir Ihnen einen feinen Espresso oder Cappuccino...**

**PANINI PATERRA**

Tel. 043 317 15 05, Zwinglistrasse 9, 8004 Zürich

**...und geniessen Sie unseren mediterranen Gemüseteller.**

# «ICH KANN SPÜREN,

Im Mittelpunkt dieses präventiv-therapeutischen Ansatzes steht der Körper, der eingesetzt wird, um die frühen Beziehungsprozesse zwischen Eltern und ihren Babys positiv zu unterstützen. Die Eltern lernen in diesem Modell, ihren Körper als Informationsquelle für den verbalen und körpersprachlichen Kommunikationsprozess mit dem Kind zu nutzen. Im Rahmen der Beratungen lernen sie, auf ihre Körpersignale, Wahrnehmungen und Ausdrucksprozesse zu achten, die sonst in einer schnelllebigen Welt oft eine untergeordnete Rolle spielen. Durch diesen Weg der Eltern zu den inneren Körperwelten schaffen wir in der EEH die neurophysiologischen und emotionalen Grundlagen, die Menschen benötigen, um mit anderen eine einfühlsame und stabile Beziehung aufzubauen.

Ein zentraler Punkt der Emotionellen Ersten Hilfe ist die Wiederherstellung der elterlichen Fähigkeit zur emotionalen und körperlichen Resonanz. Dies bedeutet, dass die Eltern die Fähigkeit zurückgewinnen, sich mit Hingabe dem nonverbalen Ausdrucksprozess des Säuglings zu widmen, sich von seiner Körpersprache beeindruckt zu lassen und seine Bedürfnisse und Befindlichkeiten im eigenen Körper wahrzunehmen und zu identifizieren.

Im Folgenden zeigt ein Ausschnitt aus dem im Frühjahr 2008 erschienenen Buch „Emotionelle Erste Hilfe“, wie sich die EEH in ihrem Wirken unter anderem auf neue neurobiologische Untersuchungen menschlicher Resonanzprozesse stützt und sie in ihrer Bedeutung für die frühe Eltern-Kind-Beziehung anwendet. Diese wissenschaftlichen Studien bieten auch einen wertvollen Boden fürs Verständnis der EEH und der damit verknüpften Eltern-Baby-Therapie.

**Mit der Emotionellen Ersten Hilfe (EEH) hat der Psychologe und Eltern – Baby – Therapeut Thomas Harms aus Bremen in den vergangenen 15 Jahren ein komplexes Modell entwickelt, um die Eltern – Kind – Bindung von Beginn an zu fördern und unterstützen. Die Emotionelle Erste Hilfe wird in der Bindungsförderung, Krisenintervention und präventiven Psychotherapie mit Schwangeren, Eltern, Babys und Kleinkindern eingesetzt. Ziel der Arbeit ist eine frühzeitige Behebung von psychischen und körperlichen Stresszuständen, welche die Entfaltung einer sicheren Bindung zwischen Eltern und ihren Kindern einschränken und stören.**

Von Thomas Harms

## Die Entdeckung der Spiegelneuronen

In der therapeutischen Arbeit mit Eltern und Säuglingen lässt sich oft beobachten, wie die Eröffnung von lustvollen Gefühls- und Körperzuständen zu einer Kettenreaktion bei den anderen Menschen im Raum führt. Dieses Phänomen der emotionalen und vegetativen „Ansteckung“ zeigt sich etwa, wenn ein unruhiges und aufgeregtes Neugeborenes im Rahmen einer liebevollen Säuglingsmassage langsam in einen entspannten Modus wechselt und plötzlich auch die anwesenden Eltern zu seufzen beginnen, ihre Körperhaltung lockern und ihr Gesichtsausdruck einen gelösten Ausdruck bekommt. Der Funke der vegetativen Öffnungsreaktion des Säuglings ist auf die Eltern übergesprungen. Eltern und Säugling beginnen binnen weniger Sekunden ihre psycho-physiologischen und affektiven Regulationen aneinander anzugleichen.

Der amerikanische Säuglingsforscher Meltzoff hat in den 80er Jahren bei interessanten Mikroanalysen von Verhaltensabläufen zwischen Säuglingen und ihren Bezugspersonen zeigen können, dass die Babys einen anmutigen und harmonischen Tanz

ihres Körpers vollführen, während die Erwachsenen mit ihnen interagieren und sprechen. Die Säuglinge lernen somit bereits in ihren allerersten Entwicklungsphasen nach der Geburt die Sprache ihrer Eltern in sanfte

Entdeckung der sogenannten Spiegelneuronen zu. Diese Forschungen haben im deutschsprachigen Raum in letzter Zeit vor allem durch die Veröffentlichungen des Freiburger Psychiaters Joachim Bauer eine grös-

Zwischen Eltern und Säugling kann eine ansteckende Gesundheit initiiert werden.

Rhythmen körperlicher Bewegung zu übersetzen. Sie werden quasi mit dem typischen Sprachduktus geimpft, lange bevor sie selbst in den Erwerb der eigenen Sprachfähigkeit kommen. Auch bei diesem Phänomen handelt es sich ein interessantes Beispiel für die Begleitung spontaner Resonanzprozesse.

In den letzten Jahren haben nun unterschiedliche Forscher auf der ganzen Welt begonnen, die neurobiologischen Grundlagen dieser zwischenmenschlichen Resonanz-Phänomene genauer zu ergründen. Besondere Bedeutung kommt hierbei der

sere Bekanntheit erlangt. Da diese Forschungsergebnisse für das Verständnis der Prozesse und Vorgehensweise innerhalb der EEH von grosser Bedeutung sind, sollen sie im Folgenden in ihren wesentlichen Grundaussagen kurz zusammengefasst werden.

## Handlungssteuernde Nervenzellen des Gehirns

Spiegelneuronen sind demnach spezialisierte handlungssteuernde Nervenzellen unseres Gehirns, die nicht nur bei der Durchführung bestimmter Handlungsschemata aktiv werden, sondern auch mit Resonanz reagieren, wenn wir den Ablauf einer bestimmten Handlung eines anderen beobachten. Joachim Bauer vergleicht diese Aktivität der Spiegelneuronen mit der Funktion eines Flugsimulators. Während ein Flugzeug am Himmel seine Runden dreht, werden die Flugmanöver des Flugzeugs in Echtzeit auf einen Flugsimulator am Boden übertragen, in dem ein „Beobachter“ sitzt. Durch die Synchronisation der Abläufe kann die Person im Flugsimulator den Flug gleichermassen teilnehmend wie beobachtend aus sicherer Distanz miterleben und nachvollziehen. Konkret bedeutet dies, dass überall dort, wo wir mit anderen Menschen in einen Austausch treten, eine Spiegelungs- und Resonanzaktivität in unserem Gehirn einsetzt, welche wie eine Art Kopiersystem, den jeweiligen neuronalen Zustand des Gegenübers übernimmt.

Während ich etwa einem genialen Fussballer wie dem Brasilianer Diego bei meinem Heimatverein Werder Bremen dabei zuschaue, wie er den Ball gefühlvoll behandelt und damit kunstvolle Dinge anstellt, die jedem Laienfussballer den Atem rauben, stellt sich spontan – und dies hat etwas Tröstendes – in meinem Gehirn ein identischer neuronaler Modus ein, der zeitgleich auch in dem Spieler auf dem Platz abläuft. Das bedeutet, über die Aktivität der Spiegelneuronen kommt es zu einer Synchronisation und Abstimmung mit den Handlungen und Gefühlen eines anderen Menschen. Entscheidende Voraussetzung ist jedoch, dass ich in einen intensiven Austausch mit dem jeweils anderen Menschen trete, was übrigens auch erklärt, warum bei Menschen, welche die Begeisterung und intensive Beziehung zum Fussball nicht teilen, die Genialität eines Diegos keine Spuren hinterlässt.

Es ist naheliegend, dass diese neurobiologischen Entdeckungen speziell für unser



Verständnis der frühen Beziehungsprozesse zwischen Eltern und ihren Säuglingen eine wichtige Rolle spielen. Über die Aktivität der Spiegelneuronen kann der Erwachsene im nahen Kontakt mit dem Säugling intuitiv bestimmte Handlungs- und Gefühlszustände des Kindes kopieren und miterleben. Auf der Basis dieses Körpererlebens wird dann eine Einfühlung und Abstimmung auf die jeweilige Reaktionslage des Säuglings möglich und erklärbar.

## Schimpansen und Erdnüsse

Die Entdeckungen der Spiegelneuronen gehen massgeblich auf die Forschungen des italienischen Neurophysiologen Giacomo Rizzolatti zurück. Rizzolatti, Chef des Physiologischen Instituts der Universität Parma, hat in einer Reihe von bahnbrechenden Versuchen erstmals die Funktion der Spiegelneuronen aufzeigen können. Besondere Bedeutung nahmen hierbei einige Versuche mit Schimpansen ein. Rizzolatti war es in einem längeren Prozess gelungen, einzelne Handlungsneuronen im Gehirn dieser Affen zu isolieren und unter schmerzfreien Bedingungen auf feine Messfühler anzuschliessen. Handlungsneuronen sind spezialisierte Nervenzellen, welche den spezifischen Ablauf und das Programm einzelner Handlungen speichern und ausführen können. In seinen Arbeiten gelang es Rizzolatti nun, ein besonderes Handlungsneuron zu isolieren, welches immer dann feuerte, wenn der an dem Versuch beteiligte Schimpanse nach einer Erdnuss griff, die auf einem Tablett lag. Einzig für diese spezielle Aktion, die das „Greifen nach der Erdnuss auf dem Tablett“ umfasste, war dieses Neuron zuständig. Weder das Anschauen noch andere Greifbewegungen lösten diese Aktivierung der Nervenzelle aus. Die sensationelle Entdeckung dieser Forschungen bestand in der Beobachtung, dass das Handlungsneuron des Schimpansen nicht nur feuerte, wenn es die Aktion selbst durchführte, sondern auch dann aktiviert wurde, wenn jemand anders nach der Nuss auf dem Tablett griff. Der italienischen Forschergruppe war somit erstmals der Nachweis gelungen, dass allein durch die Beobachtung einer Handlung, die jemand anders vollzieht, im Beobachter die gleichen neurobiologischen Programme ausgelöst werden, welche nötig wären, um die

23. - 26. August  
2008  
in Weggis am  
Verwaldstättersee

2. Schweizer Bildungsfestival

POLARITY BILDUNGSZENTRUM SCHWEIZ

info@polarity.ch • Tel: 044.218 80 80

www.polarity.ch

## NEURO 2008



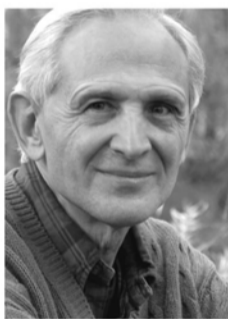
Dr. Urs Honauer CH



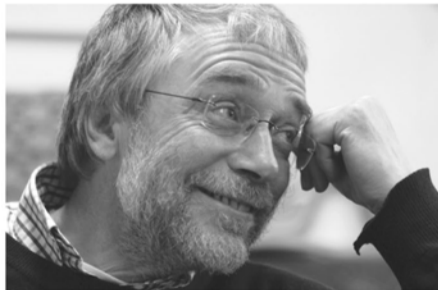
Marianne Bentzen DK

Nur was unter die Haut geht, belebt Herz und Hirn.

(Prof. Hüther)



Dr. Peter A. Levine USA



Prof. Dr. Gerald Hüther D

Wenn der Funke rüberspringt:

Jubelnde Fussballfans ... feuernde Neuronen...

Nervenzellen und ihre Bedeutung für Pädagogik, Psychologie, Psychotherapie, und Trauma-Arbeit.

www.bildungsfestival.ch

Forum zur Wiederentdeckung der angeborenen Bildungslust

# WAS DU SPÜRST»



jeweilige Handlung selbst auszuführen.

Nachdem die Experimente ursprünglich an Menschenaffen durchgeführt wurden, hat man sie später auch auf Menschen übertragen. Dabei wurden bildgebende Verfahren, wie z. B. die funktionelle Kernspintomografie, eingesetzt. So konnten Schnittbilder von einzelnen Arealen des Gehirns angefertigt werden, während die Testpersonen in den Untersuchungsrohren lagen und spezielle experimentelle Prozeduren durchliefen. Hierbei bestätigten sich die Beobachtungen aus den Affenversuchen: Die neuronalen Netzwerke der Testpersonen begannen aktiv zu werden und feuerten, wie wenn die gleiche Person die Handlung selber vollziehen würde.

## Auch Imagination lässt Nervenzellen feuern

Im Rahmen der genauen Erforschung der Spiegelneuronen wurde zudem entdeckt, dass bereits die Vorstellung bestimmter Handlungssequenzen ausreicht, um eine Aktivierung der Spiegelneuronen zu erreichen. Dies erklärt u.a. die Wirkung der in der EEH eingesetzten Methode bindungsstärkender Visualisierung. Hierbei werden die Eltern gebeten, sich innerlich mit bestimmten Situationen und Alltagsabläufen zu verbinden, in denen sie sich ihrem Kind nahe und

Prozess der Resonanz spontan an diesem neurovegetativen Öffnungsprozess der Mutter teilhaben und ihn kopieren. In diesem Zusammenhang lässt sich also verstehen, warum über das spezifische Vorgehen der EEH, eine Form von „ansteckender Gesundheit“ im Säugling und seinen erwachsenen Bezugspersonen initiiert wird.

## Spiegelneuronen und Intuition

Im Zusammensein mit kleineren und grösseren Kindern ist es von entscheidender Bedeutung, dass Eltern intuitiv in der Lage sind, gefährliche Situationen zu erkennen. So muss eine Mutter spontan entscheiden, ob sie ihrem ein Jahr alten Kind zu Hilfe eilt, während es schwankend über den glatten Fliesenboden in der Küche stolpert. Innerhalb von Millisekunden muss sie abwägen, ob sie glaubt, dass die Koordination des Kindes ausreicht, um sich im Falle des Gleichgewichtsverlustes, sicher auf den Hintern zu setzen, oder eine Gefahr besteht, dass es mit dem Hinterkopf auf den Boden schlägt und sich ernsthaft verletzt. Der Alltag mit kleinen Kindern ist voll von solch kniffligen Situationen, in denen Eltern antizipieren müssen, wie sich eine bestimmte Handlungssequenz im nächsten Moment weiter entwickelt.

## Notfall Polarity als Teil der EEH

Die Nähe und Verwandtschaft der Emotionellen Ersten Hilfe (EEH) zum Polarity-Modell zeigt sich auf vielen Ebenen. Die Differenzierung der Wahrnehmung in Ahnen – Denken – Fühlen – Spüren ist eines dieser gemeinsamen Fundamente. Spezifischer sichtbar wird die gleiche „Familienzugehörigkeit“ noch im Bereich der Notfall Polarity für Babys, die im Training zur EEH-Fachperson ihren Platz hat. Auch die Initiierung der Selbstregulation bei involvierten Personen spiegelt die gemeinsame Kern-Ausrichtung.

verbunden fühl(t)en. Durch die Aktivierung dieser inneren Vorstellungen verhält sich das Gehirn der jeweiligen Mutter in abgeschwächter Weise so, als würde sie die jeweilige Aktion mit dem Kind aktuell durchführen. Wir können sogar noch einen Schritt weitergehen: indem das neurobiologische Programm durch die Vorstellung einer zarten Berührung des Kindes aktiv wird, kann das anwesende Baby auf dem Bauch über den

Auch in diesen Fällen, bei denen die Eltern sich auf ihre Intuition und ihr Bauchgefühl verlassen müssen, besteht eine enge Verbindung zu den Funktionen der Spiegelneuronen. In originellen Versuchsanordnungen wurde überprüft, wie der Schimpanse reagiert, wenn ihm nur ein bestimmter Teil einer Handlungssequenz gezeigt wird. Konkret bestand das Experiment darin, dem Schimpansen mittels einer dazwischen gelegten

Platte die Sicht auf die Nuss zu versperren. Der Affe sah zwar, wie sich der Arm näherte, aber durch den Sichtschutz konnte er die eigentliche Greifaktion nicht mehr beobachten. Verblüffend war nun die Beobachtung, dass die Spiegelneuronen trotzdem feuerten, obwohl der Affe die eigentliche Handlung gar nicht verfolgen konnte.

Die Folgerung aus diesem Zusatzexperiment lautete, dass die Beobachtung einzelner Teile einer Handlungssequenz ausreicht, um den gesamten Ablauf dieser Handlung vorwegzunehmen. Spiegelneuronen können somit „beobachtete Teile einer Szene zu einer wahrscheinlich zu erwartenden Gesamtsequenz ergänzen.“ (Bauer, 2005) Dieser Zusammenhang ist gerade für das intuitive Verstehen des Säuglings, die Vorwegnahme weiterer Handlungsabläufe und die Einschätzung einer Situation, ob ein Säugling zum Beispiel während einer Interaktion noch mehr Anreize benötigt, oder bereits genug davon hat, von entscheidender Bedeutung.

## Spiegelneuronen und Körperempfindung

Im Kontext der frühen Eltern-Kind-Beziehung ist es für die Eltern nicht nur wichtig, intuitiv abzuschätzen, wie eine Handlungssequenz weiter ablaufen wird. Ebenso bedeutsam ist es, intuitive Annahmen darüber zu entwickeln, wie sich eine bestimmte Aktion für das Kind anfühlen wird. So wird die junge Mutter, die kurz aufsteht und den Esstisch verlässt, an dem ihr 10-monatiger Sohn im Kinderstuhl sitzt, spontan ein Gefühl dafür entwickeln, wie es ihm ergeht, während sie für einen kurzen Moment aus seinem Blickfeld verschwindet. Dieses intuitive Erfassen seiner Gefühlslage lässt sie präventiv laut sprechen, während sie kurz in die Küche huscht. „Mama holt gerade mal die Butter, ich bin gleich wieder da.“ Dauert die Angelegenheit etwas länger, wird sie die Worte wahrscheinlich wiederholen und so eine kleine Brücke bauen, die es dem Kind ermöglicht, die kleine Stresssituation zu tolerieren.

Tatsächlich wurde bei der Erforschung der Spiegelneuronen auch festgestellt, dass (analog zu den Handlungsneuronen) eine

## Training in Emotioneller Erster Hilfe

Bisher fanden in Zürich zwei Trainingslehrgänge in Emotioneller Erster Hilfe mit Thomas Harms statt. Am 31. März begann im Polarity Bildungszentrum der dritte Bildungsgang in dieser ebenso avantgardistischen wie humanistischen und zukunftssträchtigen Begleitform für Neugeborene und ihre Familien. Ein verspäteter Einstieg in dieses Training ist noch möglich. Vor kurzem erschien im Leutner-Verlag in Berlin das neue Buch von Thomas Harms mit dem Titel „Emotionelle Erste Hilfe“. Informationen zum Training gibt es unter [www.polarity.ch](http://www.polarity.ch) oder via unser Sekretariat (044 / 218 80 80).

vom 5-Meter-Turm herunterzukommen.

Interessant ist auch hier wiederum, dass die sensiblen Neuronen ebenfalls aktiv werden, wenn ich lediglich beobachte, wie jemand anderes vom Turm springt. Nehmen wir für einen Moment an, der Sprung misslingt und die Person landet auf dem Rücken. Durch die Beobachtung der Szene werden im Beobachter die gleichen neurobiologischen Programme aktiv wie in der Person, deren Sprung vom Turm gerade missglückt ist. Das „Autsch“ kommt automatisch aus uns hervor. Diese Spiegelaktivität stellt sich implizit und ohne bewusste Anstrengung ein. Im Körper des Beobachters wird der Schmerz des Betroffenen nachempfunden und ermöglicht die Einfühlung in die konkrete Gefühlslage des anderen.

Im Erziehungsalltag ist die beschriebene Spiegelaktivität von enormer Bedeutung, weil sie mir erlaubt, mich in die jeweilige Gefühlslage eines anderen hineinzuversetzen. Für die

Diese vielfach nachgewiesene negative Wirkung von eigener Aktivierung auf andere hat die Forschung auch bezüglich Funktion der Spiegelneuronen beobachtet. Deren Leistungsfähigkeit wird ebenfalls in erheblicher Weise herabgesetzt, sobald der Organismus mit Angst und Stress konfrontiert wird. Die Fähigkeit zur Orientierung im Moment geht verloren.

In besonderer Weise gilt dies für die extremen Belastungen während nachgeburtlichen Krisen. Hier lässt sich ein typischer Kreislauf beobachten, wie die erlebte Ohnmacht und Handlungsunfähigkeit im Umgang mit dem schreienden Säugling bei den Eltern übermässigen Stress hervorruft. Diese Stressdynamik wiederum schwächt ihre Fähigkeit zur Resonanz und Einfühlung in die konkrete Bedürfnis- und Gefühlslage des Säuglings. Und daraus resultiert wiederum eine Verschlechterung der emotionalen Bedingungen des Kindes, das durch vermehrtes Schreien seine Notlage mitteilt.

Durch die vorgestellten Ergebnisse neurobiologischer Forschung wird erklärbar, warum Mütter und Väter, die den intuitiven Zugang zum Baby nicht mehr finden, in einen Prozess ständigen Grübelns geraten. Weil das Gehirn der Betroffenen sich nicht mehr mit den relevanten Resonanz-Informationen über das Befinden des Säuglings versorgt, übernimmt der analytische Verstand jenen Teil der Arbeit, welcher eigentlich durch die implizite Aktivität der Spiegelneuronen geleistet werden müsste. Ziel einer effizienten Frühprävention muss deshalb sein, diesen Kreislauf so schnell als möglich zu durchbrechen, um den neurobiologischen Spiegelungssystemen wieder zu ihrer existenziell wichtigen Entfaltung zu verhelfen.

In der EEH helfen wir deshalb den Eltern dabei, einen Zustand innerer Sicherheit und körperlicher Entspannung aufzubauen. Dadurch schaffen wir jenes innere Milieu, in dem die Spiegelneuronen ihr volles Leistungsspektrum entfalten können. Die Umstellung der neurovegetativen Bedingungen und Aktivierung der Resonanz- und Spiegelungssysteme greifen somit in der EEH organisch ineinander.

## Sensible Nervenzellen ermöglichen uns auch die Vorstellung von Empfindungen, die andere haben.

Spiegelaktivität bei den sensiblen neuronalen Netzwerken vorliegt. Diese sensorischen Nervenzellen sind speziell für die Aufnahme der Signale aus unseren fünf Sinnesorganen zuständig. Eine besondere Gruppe dieser sensiblen Nervenzellen hat dabei die Funktion, die Vorstellung von Empfindungen bereit zu stellen. Das bedeutet, dass uns neben den Handlungsneuronen, die für die Ausführung und das Ziel von bestimmten Handlungsabläufen zuständig sind, gleichzeitig Neuronen versorgen, die für die Vorstellung von bestimmten Empfindungen zuständig sind. Sie liefern uns Informationen, wie sich die jeweilige Handlung anfühlen wird. Wenn ich mir also vornehme, vom Fünfmeter-Turm im Freibad zu springen, um es meinem Sohn gleich zu tun, versorgt mich mein Gehirn mit Informationen darüber, wie sich die Aktion voraussichtlich anfühlen wird. Und auf dieser Basis kann entschieden werden, ob es wirklich eine kluge Entscheidung ist, den Sprung zu wagen oder lieber wieder über die Treppe

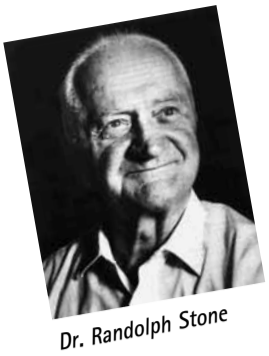
Mutter und den Vater eines vier Wochen alten Säuglings ist es wichtig, dass sie seinen Schmerz während der ärztlichen Blutentnahme nachempfinden können. Dies eröffnet ihnen die Möglichkeit, das Schreien des Säuglings einfühlsam zu begleiten. Problematisch wird es jedoch, wenn eigene Ängste und Unsicherheiten des betroffenen Elternteils einen Distanzverlust bewirken – und sie oder er vor lauter Mitleid mit dem Kind ihre Halt gebende Funktion nicht mehr ausfüllen kann. Im Rahmen der Krisenbegleitungen in den Schreiambulanz ist es immer wieder von grosser Bedeutung, dass die Eltern lernen, eine gesunde Mischung von Empathie und Handlungsfähigkeit zu entwickeln.

## Stress, Angst und Spiegelneuronen

Anhaltende Angst- und Stresszustände sind für den Aufbau von stabilen Bindungsbeziehungen zwischen Eltern und Kindern Gift.



*Thomas Harms ist Psychologe und Körperpsychotherapeut. Seit sechzehn Jahren arbeitet er an der Entwicklung seines Modells von bindungsförderndem und trauma-reduzierendem Kontakt zwischen Eltern und Kleinkind. Er gilt als einer der führenden innovativen Baby-Forscher im deutschsprachigen Raum und ist Herausgeber des Buches «Auf die Welt gekommen – die neuen Babytherapien» (Leutner-Verlag, 2000) sowie Autor des brandneuen Buches «Emotionelle Erste Hilfe» (Leutner-Verlag, 2008)*



Dr. Randolph Stone

# DIE GROSSE POLARITY VISION VON DR. STONE

Der Weg hin zu einer Form von Leadership und Wachstum für Polarity liegt in der Universalität von Dr. Stone's Ideen und im Verständnis der Energie-Prinzipien, wie sie für jedes Feld des Lebens und damit auch jeden Studienbereich gelten. Dieser Text befasst sich folglich mit der grossen Vision, die Dr. Stone in sich verkörperte, und den breiten Möglichkeiten von Polarity. In der heutigen Welt der Spezialisierungen und zunehmender medikamentöser Regulation ist das von Dr. Stone gezeichnete Polarity-Modell die weniger häufig befahrene Strasse abseits der Hauptverkehrsachsen. Deshalb ist es bedeutsam, sich die ursprünglichen Intentionen von Dr. Stone für die Polarity Therapie immer wieder in Erinnerung zu rufen und so diese Landstrasse nicht zu vergessen und verwuchern zu lassen.

## Polarity und Systemtheorie

Die grosse Bedeutung von Dr. Stone's Suche nach der „intelligenten Antwort“ zeigt sich auch in der modernen Forschung durch die Allgemeine Systemtheorie, wie sie von Dr. Ludwig van Bertalanffy als bedeutendem Pionier zusammengestellt wurde. Interessanterweise stammten beide hier genannten Forscher ursprünglich aus Österreich und waren als Jugendliche in die USA emigriert – und gingen ihre sehr individualistischen Wege in der gleichen Zeitepoche.

Dr. Bertalanffy war Biologe und aus dieser Perspektive auf der Suche nach einem alles verbindenden Set von Prinzipien, die alle Naturwissenschaften, Verhaltensforschungen, Philosophien und Künste integrieren könnten. Seine Texte über die Allgemeine Systemtheorie waren jenen sehr ähnlich, die Dr. Stone über die Heilkünste formulierte – dass wir über die einseitig auf Zahlen ausgerichteten und sich widersprechenden Theorien individuell und kollektiv hinweggehen sollten.

Dr. Bertalanffy schrieb 1968 in seinem Standardwerk zur Allgemeinen Systemtheorie: „Moderne Wissenschaft zeichnet sich durch einen scheinbar endlosen Hang zu einer immer noch grösseren Spezialisierung aus – notwendig gemacht durch die enormen Datenmengen, die Komplexität von technischen Abläufen und von theoretischen Strukturen innerhalb jedes spezialisierten Feldes. Folglich splittert sich die Wissenschaft in zahllose Disziplinen auf und schafft so kontinuierlich nochmals neue Unter-Disziplinen. Als Resultat davon sind Arzt, Biologe, Psychologe und Sozialwissenschaftler eingeschlossen in ihren privaten Universen – und es ist enorm schwierig, Worte von einem Kokon zum andern zu schicken.“

Sowohl Dr. Bertalanffy als auch Dr. Stone suchten also nach einem gemeinsamen Nenner, um differente Disziplinen zu verbinden und wieder zu vereinen. Aus der Perspektive eines systemtheoretischen Paradigmas ist Polarity Therapie eine Form von angewandter Allgemeiner Systemtheorie. Bevor ich das weiter diskutiere, soll die Geschichte vom Elefanten den Unterschied zwischen reduktionistischer und systemtheoretischer Wissenschaft darlegen. Denken Sie sich den Elefanten als Polarity Therapie und die einzelnen Teile des Elefanten als diverse Berufe im Bereich von Heilung. Dr. Stone wollte verschiedenste Ansichten und Ansätze integrieren.

## Die Zehennägel des Elefanten

Eine Gruppe von reduktionistischen Wissenschaftlern wurde einzeln ausgeschickt, um Elefanten zu studieren. Das Problem war, dass sie gar nicht wussten, was für ein Tier sie untersuchten: Ein Forscher befasste sich

„Mehr als vierzig Jahre lang suchte ich nach einem Prinzip von Heilung, das in allen Arten von Heilkünsten innewohnend ist. Einem Prinzip, das als gemeinsamer Nenner eine intelligente Antwort auf alle sich widersprechenden Theorien und Behauptungen hatte, die es gibt.“

Mit diesen Worten umschrieb Dr. Randolph Stone die grosse Motivation hinter seinem jahrzehntelangen Suchen nach Antworten auf grosse Geheimnisse der alten Heiltraditionen und mystischen Lehren. Seine grosse Vision führte ihn zum Ziel – fand er doch das Prinzip nach dem er überall so intensiv gesucht hatte. Um diesen Kern seiner erfolgreichen Visionssuche baute er sein Lebenswerk, die Polarity Therapie. Sie sollte nicht nochmals eine weitere spezialisierte Heilkunst sein, sondern die Synthese aller grossen Heilsysteme. Diese Tatsache muss in einer Zeit weiter zunehmender Spezialisierungen immer wieder in Erinnerung gerufen werden – sonst verliert die grosse Polarity Vision von Dr. Stone ihren Lebensatem.

Von Dr. John Beaulieu

mit Messungen an den Füssen und interessierte sich für deren Bewegungen. Ein anderer setzte sich mit der Geschwindigkeit des beim Rennen schwingenden Schwanzes auseinander. Ein Dritter erforschte exakt die chemische Zusammensetzung der Zehennägel. Jeder Wissenschaftler publizierte seine Erkenntnisse in einem anderen Fachjournal – welches nur von Leuten aus dem eigenen Fachbereich gelesen wurde. Sie hatten keine Ahnung, dass ihre Arbeiten irgendwie zueinander in Beziehung standen, weil jeder sich alleine in der eigenen spezialisierten Höhle bewegte.

## Alle Materie ist letztlich nichts anderes als Energie.

Eines Tages hatte einer der Wissenschaftler einen Traum – in welchem er den ganzen Elefanten sah. Er erkannte die Beziehungen der einzelnen Teile fürs Ganze – und wie sie in sich zusammenspielten. Er erwarhte und schrieb einen Artikel über den ganzen Elefanten, den er publizierte. Seine Kollegen dachten, er sei verrückt geworden. Viele begannen ihn zu ignorieren, andere versuchten ihn gar zu diskreditieren, doch einige diskutierten zumindest über die Idee. Und welch ein Wunder: Mit der Zeit begannen mehr und mehr Wissenschaftler den ganzen Elefanten zu sehen, bis eines Tages klar war, dass es den Elefanten gab. Viele zuvor isolierte Fachbereiche der Forschung konnten plötzlich aus der Perspektive des Ganzen erklärt werden.

## Die vitale Polarität in den Heilkünsten

Dr. Stone war ein Praktiker, der immer den Elefanten sah, wenn er studierte und praktisch arbeitete. Er nannte den Elefanten „Energie“. Sein erstes Buch versah er mit dem Titel: „Energie – die vitale Polarität in den Heilkünsten“. Er erklärte dort, dass der Zweck von Energie darin bestand:

„... ein Verständnis für die Behandlung von Krankheiten zu etablieren, das von einer subtilen Sichtweise der DRAHTLOSEN ENERGIE ausgeht und ALLE ÄSTE VON HEILKÜNSTEN umfasst.“

Mit den Grossbuchstaben betonte er, was für ihn zentral war. Zusammengefasst kann es in zwei Wörtern wiedergegeben werden: ENERGIE und ALLES. Dr. Stone war davon überzeugt, dass durch das Verständnis der

universellen Sprache von Energie alle Heilkünste integriert und als eine Heilkunst angewendet werden konnten. Die Schönheit von Polarity sah er darin, dass dieses neue Konzept eine Wohltat, ja eine Gnade für jeden Praktizierenden im weiten Gesundheitsfeld ist.

Das Unterstrichene sollte seine Vision für ALLE Praktizierenden interessant machen, über das Polarity-Modell konnten sie sich vereinen.

Dr. Stone erklärt die universellen Prinzipien der Polarity Therapie in seinem Buch „Die drahtlose Anatomie des Menschen“. Er braucht dabei eine Vielfalt von Ausdrücken, um das Universelle hervorzuheben: Grosser Geist, Universelles Bewusstsein, Innere Quelle, Sonne, und das Allumfassende Prinzip des Lebens. Die gleiche Vielfalt von Bezeichnungen existiert auch in der Systemtheorie und beinhaltet u.a. das Universelle Feld in der Physik, Suprasysteme in der Systemtheorie selber und Supersets in der Mathematik. Dr. Albert Einstein verbrachte die letzten Lebensjahre damit, die Existenz eines universellen Energiefeldes nachzuweisen – und ähnlich wie Dr. Stone verstand er, dass „ALLE“ Materie letztlich nichts anderes als Energie innerhalb des universellen Energiefeldes darstellt. Dr. Einstein schrieb:

„Wir können deshalb die Materie als etwas sehen, das von den Bereichen des Raums konstituiert ist, wo das Feld extrem dicht ist. Es gibt keinen Ort in dieser neuen Physik für Feld und Materie, weil das Feld die einzige Realität ist.“

Dr. Fritjof Capra zitierte ihn dafür gerne in seinem wichtigen Buch „Das Tao der Physik“.

## Einzelne Teile und das Ganze

Die Polarity Therapie schaut die Beziehung von einzelnen Teilen zum Ganzen an. Etwas vereinfacht gesagt: Es geht darum, unser Bewusstsein in Kongruenz zu bringen mit dem Universellen Energiefeld. Für Dr. Stone war das „Geistige“ viel mehr als unsere alltäglichen Gedanken. Er definierte „Geist“ als ein navigierendes Verbindungsstück zwischen der Einheit des Universellen Energiefeldes und der unendlichen Diversität des Lebens:

„Das Geistige ist ein Heruntersteigen von Seelenkräften, um als Zwischenstück zwischen dem grossen Geist des Energiefeldes und der Materie zu wirken.“

Unser geistiger Teil gibt uns Bezug zu einem unendlichen Meer von Energie und lässt uns die Orientierung in Zeit und Raum erfahren. Unser herabsteigender Geist sagt uns, wer wir sind und wo wir sind.

Dr. Stone schrieb auch, dass der Geist aus drei Komponenten besteht: dem Über-, dem Alltags- und dem Unterbewusstsein, das in gewissen Kreisen auch Somatisches

Bewusstsein genannt wird. Das Überbewusstsein prozessiert Energie in das, was C.G. Jung Archetypen nannte. Archetypen entstammen dem kollektiven Unbewussten – was in Dr. Stone's Terminologie unsere gemeinsame Verbindung zum Universellen Energiefeld darstellt. Archetypen können in Symbolen, Formen, Geschichten und Bildern gefunden werden, die über Kultur und Zeit hinaus transzendieren. Dr. Stone's Texte sind voll von Archetypen, die er aus Schriften wie der Bibel, dem Koran, der Heiligen Geometrie, der Kabbalah, der Griechischen, der Ägyptischen, der Chinesischen oder der Indischen Mythologie entlehnte. Und in Übereinstimmung mit Dr. Jung erkannte er die grosse Bedeutung der Archetypen im Heilungsprozess.

## Pulsationen und das Gefühl von Strömen

Am anderen Ende dieses dreiteiligen Kontinuums prozessiert das Unterbewusstsein Energie über den Körper und die wahrgenommenen Gefühle. Dr. Wilhelm Reich führte als Pionier die Berührung in die Psychotherapie ein, um mit psychologischen Abwehrmechanismen zu arbeiten, die er Charakterpanzer nannte. Über physischen Kontakt war es für ihn möglich, physische Verteidigungssysteme aufzuweichen, die er als Körperpanzer bezeichnete. Wilhelm Reich erkannte, dass mit dem Verschwinden des Körperpanzers auch der Charakterpanzer sich auflöste, was den psychotherapeutischen Prozess beschleunigte.

Dr. Reich entdeckte zudem einen gemeinsamen Nenner zwischen Alltagsbewusstsein und Unter- bzw. Körperbewusstsein. In seiner Terminologie sprach er von der Orgonenergie und meinte damit „eine Lebensenergie“. Er benannte die Pulsationen, welche er beim Auflösen eines Körperpanzers fühlte als „Strömen“. Wie eine sich befreiende Wassermenge strömt Orgonenergie hin zu einem grösseren Feld von Orgon. Wenn der Strom freigesetzter Orgonenergie sein Ziel erreichte, nahm Dr. Reich subtile Pulsationen wahr, aufsteigend und abfallend wie Ozeanwellen, die sich durch den ganzen Körper bewegten. Er nannte es das „Ozeanische“ und war davon überzeugt, dass es sich dabei ums Endresultat jeder Psychotherapie handelte.

## Primäratem und Ozeanwellen

Der Osteopath William Garner Sutherland, seines Zeichens Begründer der Cranialen Osteopathie, nahm ähnliche Pulsationen wahr, wenn er den Schädel seiner Klientinnen und Klienten in den Händen spürte. Er nannte sie „Primäratem“ und sprach von einem Puls, der wie Ozeanwellen ansteigt und wieder abfällt – und fürs Leben primär ist. Dr. Sutherland palpizierte den Primäratem überall

im Körper und war davon überzeugt, dass alles, was nicht in Einklang mit dem Primäratem war, nicht korrekt funktionierte. Das galt für ihn für subtile Bewegungen der Schädelknochen ebenso wie für jede andere anatomische Struktur.

Die Tatsache, dass Dr. Jung und Dr. Reich beide einst Studenten von Sigmund Freud waren, ist gewiss interessant. Dr. Freud explorierte das Alltagsbewusstsein und das Unbewusste. C.G. Jung erkundete die Heilkräfte überbewusster Archetypen durch das kollektive Unbewusste. Dr. Reich fand die Heilungskraft der Berührung über das Körperbewusstsein. Dr. Jung und Dr. Reich mochten sich nicht – und sahen keine Verbindung zwischen ihren Lebenswerken. Es brauchte Dr. Stone und seine intelligente Antwort, um diese beiden Ansätze zusammenzubringen.

Das Alltagsbewusstsein ist die neutrale Verbindung zwischen Über- und Körperbewusstsein. Es ist jenes Bewusstsein, das unsere alltäglichen Gedanken, unsere Glaubenssysteme und die Konstrukte unserer Weltwahrnehmung als Realität steuert. Sowohl Dr. Reich als auch Dr. Jung erforschten Über- und Unterbewusstsein, um zu erkennen, wie diese das Alltagsbewusstsein beeinflussten. Das ganze Kontinuum von Bewusstsein ist in ihren Schriften jedoch nicht zu finden.

Als Dr. Stone die dynamische Beziehung der drei Bewusstseins Ebenen realisierte, sagte er:

„Es handelt sich hier um eine reale physiologische Psychiatrie! Das Wissen um diese Energielinien und den Mechanismus des Hinuntersteigens von Bewusstsein durch Gehirnfunktionen ist elementar fürs Verständnis des Menschen.“

Lasst uns diese wunderbare Landstrasse pflegen und weiter immer den ganzen Elefanten sehen. Dann lebt Dr. Stone's Vision weiter!



Dr. John Beaulieu ist einer der weltweit führenden Polarity Fachpersonen. Er war mehrere Jahre Präsident der Amerikanischen Polarity Therapie Association (APTA) und Mitverfasser der bis heute in den USA gültigen Standards für Praxis und Bildung. Für seine Verdienste um Polarity in den USA wurde er mit APTA's Auszeichnung für Aussergewöhnliche Dienste im Namen der Polarity Therapie ausgezeichnet. In der Schweiz gehört er ebenfalls seit vielen Jahren zu den wichtigsten Polarity-Lehrern und ist zudem Ehrenmitglied des Polarity Verbandes Schweiz (PoVS). Zudem ist er Autor der Bücher „Heilen durch Musik und Klang“, sowie des „Polarity Therapie Arbeitsbuches“ und vieler Fachartikel zum Thema Polarity. Im wissenschaftlichen Bereich engagiert er sich seit Jahren bezüglich biomolekularen Effekten von Klang, Kräutern und der Polarity Therapie.

www.biosonics.com