

Zwischen Orgon, Herzcode und Spiritualität.

Zur Theorie und Praxis der seinsorientierten Körpertherapie Orgontik.

In den letzten Jahren ist es still geworden um die Körpertherapie, zumindest, was Innovationen betrifft. Das war nicht immer so. Die moderne Körpertherapie hat bekanntlich ihre Wurzeln in der Humanistischen Psychologie und dem Human Potential Bewegung der 70er und 80er Jahre. Sie war Teil einer kulturellen Revolution in der Betrachtung des Körper-Seele-Zusammenhangs, insbesondere der Wiederentdeckung des Körperlichen für das seelische Wohlbefinden. Ein bedeutender Teil dieser Revolution von gestern definiert sich heute als Körperpsychotherapie und bemüht sich ebenso redlich wie vergeblich um die Anerkennung als seriöse psychotherapeutische Methode, um einen ehrenhaften Sitzplatz neben Psychoanalyse, Tiefenpsychologie und Verhaltenstherapie. Der Dschungel körperpsychotherapeutischer Methoden hat sich längst gelichtet, wenige große Schulen sind übrig geblieben, manch Name der Vergangenheit ist in der Versenkung verschwunden.

Auf diesem Hintergrund erscheint es auffällig, dass sich seit kurzem ein neues körpertherapeutisches Modell präsentiert, das Althergebrachtes Reichianisches mit innovativer Praxis und Theorie verbindet und sich nur schwer zuordnen lässt: Ist es eine bio-energetische, psychotherapeutische oder spirituelle Methode? Das, wovon der hier die Rede ist, nennt sich *Orgontik – seinsorientierte Körpertherapie*.

Elemente der Orgontik

Der wesentliche Teil dessen, was in die Orgontik eingeflossen ist, stammt aus der Erfahrung und deren Integration aus nahezu 20 Jahren körpertherapeutischer Praxis. Aber jedes Erfahrungswissen, will es sich entwickeln und erweitern, bedarf der – theoretischen – Quellen, die ihrer eigenen Begrenztheit tieferes Verständnis und erweiterte Perspektiven verleiht. Es nicht immer die modernste wissenschaftliche Erkenntnis, ihr

letzter Schrei, die dies verspricht. Wenn die Orgontik sich, was bereits im Namen anklingt, auf die Orgonomie Wilhelm Reichs beruft, so allein deshalb, weil dieses Modell Potenzial besitzt, Phänomene und Erfahrungen zu begreifen, die bis heute unverstanden blieben.

Orgon und Orgonomie

Reich ging u.a. davon aus, das eine überall präsente („ubiquitäre“) Lebensenergie, die er Orgon nannte, gleichzeitig Agens und Bindeglied aller Naturprozesse ist. Orgon kann man sich als eine Art ständiges Hintergrundrauschen vorstellen, das als solches kaum wahrgenommen wird, eben weil es so selbstverständlich ist wie die Luft, die wir atmen. Reich betrachtete, übrigens in Übereinstimmung mit vielen kulturellen und spirituellen Traditionen, diese Lebensenergie als schöpferische und verbindende Kraft. Er diagnostizierte, dass die freie Beweglichkeit des Orgon und das Bewusstsein dieser Verbundenheit dem Menschen sozial- und individualgeschichtlich verloren gegangen ist. Seine therapeutische Methode, die er u.a. *Orgontherapie* nannte, war darauf ausgerichtet, diesen Verlust zu heilen, der sich u.a. im körperlichen und seelischen Leiden des Einzelnen und der Gesellschaft manifestieren kann.

Die Orgontik teilt diese Diagnose von Reich und vertritt ein lebensenergetisches Natur- und Menschenbild. Darauf basierend hat sie zwei Fragestellungen besondere Aufmerksamkeit gewidmet:

1. Welche *qualitativen* Differenzierungen des Orgon könnten die Vorstellungen von Reich erweitern?
2. Existieren Möglichkeiten einer *bewussten* Beeinflussung von Energieprozessen und welches sind ihre Mechanismen?

Die Antworten auf diese Fragen fanden sich durch die Integration der *Kardioenergetik*, eine moderne randwissenschaftliche Theorie, die auf dem Hintergrund von Beobachtungen von Phänomenen bei Herztransplantatempfängern entstand.

Kardioenergetik

Einer der bekanntesten Vertreter dieses Modells ist Paul Pearsall, dessen Buch „Heilung aus dem Herzen“ vor 2 Jahren auch hierzulande erschienen ist.¹

Pearsall führt Forschungsergebnisse an, die zeigen, dass das elektromagnetische Feld des Herzens ca. 5000 mal stärker ist als das des Gehirns. Welche Funktion mag sich dahinter verbergen? Die Kardioenergetik vertritt das Modell der Herzcode-Informationen (HCI) und charakterisiert diese folgendermaßen:

„die subtilen, feinstofflichen info-energetischen Signale des Herzens, die sowohl kodierte, individuelle Erinnerungen an das eigene Zellsystem und Herz als auch kollektive Erinnerungen an Zellsystem und Herz aller Menschen enthalten“ (Pearsall 1999, S. 378 f.)

Dieses Modell hat der Orgontik u.a. ermöglicht, ihre brennenden Fragen nach der qualitativen Differenzierung von Lebensenergieprozessen zu beantworten: Demnach ist Orgon Träger spezifischer Information, der (Herzcode-)Information. Damit ist gleichzeitig eine Quelle für die geistige Beeinflussung energetischer Vorgänge benannt. Diese (wechselseitige) Informationsübertragung spielt in der orgontischen Körpererfahrung eine wichtige Rolle. In jeder kontaktvollen Berührung² baut sich eine energetische Brücke auf, auf der wechselseitig HCI übertragen werden. Welche Konsequenzen ergeben sich daraus für die seinsorientierte Körpertherapie?

Seinsorientierung

Wir leben wir in einer Kultur, die gehirndominiert und herzverleugnend ist. Eine Tendenz, die historisch eher zu- als abnimmt. Gleichzeitig wachsen innere Leere, Selbstentfremdung, Leid und Verlorenheit des modernen Menschen. Was er verloren hat, ist sein Wesenskern, sein

¹ Pearsall 1999.

² Eine genaue Definition dessen, was Kontakt ist, findet sich in meinem Buch „Herz und Halt“, wo ich dieser Frage ein eigenes Kapitel gewidmet habe: Knapp-Diederichs 2000.

Herz. Das Gehirn taucht unter im Informationsuniversum, wird wahl- und bindungslos.³

Das Herz in seiner Wahrheit und Weisheit ist einfach, klar, eindeutig, direkt und verbunden. In verschiedenen Zusammenhängen habe ich den Prozess beschrieben, wie die Verleugnung der Stimme des Herzens im menschlichen Entwicklungsprozess ablaufen könnte.⁴ Summa summarum hat diese Verleugnung eine katastrophale Auswirkung: Der Mensch wird sich fremd, gegenüber der Realität seiner organismischen und seelischen Wahrheit, Selbstentfremdung wird zur Normalität seiner Existenz. Er lernt, sich mit *äußeren* Ansprüchen, Normen, Erwartungen zu identifizieren, die in unserer Kultur deckungsgleich mit gehirndominierter Arbeit, Leistung, dem Handeln und Machen gehandelt werden.

Die Ebene des Seins, der organismischen und seelischen Wahrheit, funktioniert nach eigenen Gesetzmäßigkeiten, denen der organismischen Wahrheit, etwas, was ein Kind von seinem biologischen Programm her erwartet (Jean Liedloff prägte den Begriff des *Continuum*). Die (überlebensnotwendige) Verleugnung dieser organismischen Wahrheit schafft ein falsches Selbstsystem. Das Resultat: Der moderne Mensch sucht seine Identität in der Anerkennung durch die äußere Welt der Leistung und ihrer Repräsentationen. Tiefenpsychologisch wurde ähnliches als narzisstische Störung beschrieben. Ich habe bezeichne diese Symptomatik als *Selbstbeziehungsdefizit*.

Die narzisstische Wunde findet sich, wenn wir genau hinhören und hinschauen, auf der Seinsebene des Menschen. Eine Beobachtung vieler Jahre der transformatorischer Arbeit zeigte immer wieder diese eine tiefe Verwundung: „Eigentlich wollte ich als Kind nichts anderes als so geliebt und angenommen zu werden, wie ich bin, und nicht, wie mich meine Eltern haben wollten. Doch das habe ich niemals gefühlt. Das ist der tiefe Schmerz in mir.“

³ Das Internet ist die moderne globale Kathedrale für die Liturgien der Gehirndominanz und Wahllosigkeit.

⁴ Vgl. Knapp-Diederichs 2000, 2001, 2001a

Diese Identifizierung des Individuums mit dem Sein-Sollen bedarf der Abtreibung der Stimme des Herzens, seiner Verächtlichmachung, seiner Beschämung und Selbstbeschämung.

Orgontische Selbsterfahrung

Auf solchem Hintergrund wird die praktische Ebene der orgontischen Selbsterfahrung erahnbar. Die Orgontik stellt genau diese Seinsebene in den Mittelpunkt ihrer Herangehensweise.

Auch die Psychotherapie, die Körpertherapie, die spirituelle Praxis, sind ja Teil dieser Kultur des Machens, der Leistung, des Gehirns. Auch Körpertherapie kann durchaus als Leistungsfach definiert und erlebt werden. In der seinsorientierten Körpertherapie geht es daher möglichst wenig um das Machen, das Leisten, das Arbeiten. Es geht um das Sein. Auch um den Schrecken des Seins. Der Schrecken, der entsteht, wenn ich „nichts zu tun habe“. Wenn ich einfach nur da bin, möglichst ohne Anhaltspunkt einer Erwartung „richtigen“ Handelns.

Klient und Therapeut wollen alles „gut“ und „richtig“ machen, wir kennen halt nichts anders. Also schreien Klienten so laut sie können, wenn der Bioenergetik-Therapeut es unausgesprochen erwartet. Anfangs „macht er sich schreien“, vom Gehirn her, nicht ahnend, dass es auch einen tiefen, von innen empor drängenden Schrei gibt, den Schrei des Herzens, der völlig anders klingt. Entsprechendes gilt für den Ausdruck jeder Emotion.

Wir sind gute Klienten und gute Therapeuten, wenn wir es „gut“ und „richtig“ machen. Aber die narzisstische Wunde, die ich oben skizziert haben, heilen wir damit nur unzureichend, wenn wir sie überhaupt berühren. Je weniger wir methodisch diese Erwartungen bedienen, gut zu sein, es richtig zu machen, bedienen, desto größer wird die Chance, sich der Seinsebene zu nähern. Und damit dem Wesenskern in jedem Menschen, jenseits der Selbstdefinitionen.

Im diesem Prozess der orgontischen Transformation wird deutlich: In jedem Menschen steckt die Sehnsucht nach Bindung und Verbindung auf der Seinsebene. So, wie ich bin, sein zu können, in meinem So-Sein

angenommen, verstanden und geliebt zu werden, aber auch mich selbst anzunehmen, zu verstehen und zu lieben, all das lässt auf lange Sicht die Herzgefühle von innerer und äußerer Verbundenheit, damit von Heimat, von Frieden in sich selbst erblühen.

Herz und Halt

Die Instanz des Herzens ist jene, die der Seinsebene in uns am nächsten ist. Das Herz funktioniert nicht nach der üblichen Linearität von Zeit und Raum. Die Wahrheit des Herzens, die 30 Jahre zurück liegt, ist noch genauso präsent und wahr, wie diejenige vor 30 Sekunden. Das Herz ist die Instanz in uns, die seine Wahrheit sagt, auch wenn diese nicht immer angenehm ist.

Aber um der Stimme meines Herzens zu lauschen, ihr (wieder) zu vertrauen, gibt es eine Voraussetzung: ich muss mich sicher fühlen, geborgen, gehalten. Denn immer dann, wenn ich mich der Stimme des Herzens öffne, öffne ich mich auch einem tiefen Schmerz, der im Herzen verborgen ist. Herz und Schmerz sind nicht nur ein beliebter Reim für Schlager, sondern zwei Seiten einer Medaille. Jeder Mensch, behaupte ich, trägt den tiefen Schmerz eines früh gebrochenen Herzens in sich. Ein Schmerz, an den wir nur ungern rühren. Charakter, Persönlichkeit, sind das nicht die individuell ausgeprägtem Stilmittel, das Wiederleben dieses Schmerzes im Herzen zu vermeiden? Der schizoide Kopfmensch, der sich nicht nur vom Herzen, sondern von den Gefühlen überhaupt abgeschnitten hat, die sexualisierende Hysterikerin, die panisch losrennt, wenn wirkliche Nähe zu entstehen droht, der phallische Narzisst, der zynisch lächelnd die gebrochenen Herzen anderer wie Trophäen in seine Selbstinszenierungen einflechtet?

Mit wachsendem Alter werden die entsprechenden charakterlichen und körperlichen Manifestationen rigider, starrer, das Herz auch kränker.⁵ Reich hat dieses Phänomen als *chronischen Charakter- und Körperpanzer* bezeichnet.

⁵ Herz- und Kreislauferkrankungen sind die häufigste Todesursache in den modernen Gesellschaften.

Die Orgontik interpretiert diesen Panzer über Reich hinausgehend als eine Funktion des *Selbsthalt*s, den sich ein Organismus in frühen Entwicklungsphasen gibt, in denen realer, auch körperlicher Halt nur unzureichend gegeben war. „Zurückhaltung“ und „Haltlosigkeit“ sind nur zwei Polaritäten im Spektrum der Erfahrungen, die auf unzureichende frühkindliche Halterfahrung zurückgehen. Die tiefe Sehnsucht nach Halterfahrung bleibt im Organismus ein Leben lang präsent und dient der Orgontik als Ausgangspunkt. Deshalb sind Angebote körperlichen und systemischen Halts wesentliche Elemente der orgontischen Praxis.

Wir unterscheiden dabei zwischen mütterlichem und väterlichem Halt, die jeweils der Vorderseite und der Rückseite des Körpers zugeordnet sind. Der väterliche Rückhalt z. B. ermöglicht die Autonomie der Erfahrung, die Beweglichkeit im Raum, der mütterliche Halt Geborgenheits- erfahrung, Einstimmung und Verbindung. Beide Varianten der Halter- fahrung ermöglichen langfristig eine tiefe und erleichternde Entspan- nung in Körper und Seele des Menschen, die oft einher geht mit ersten Wahrnehmungen von Selbstversöhnung und innerem Frieden.

Organismische Wahrheit

Seinsebene, Herz und Halt berühren die Frage der unmittelbaren Erfah- rung und Bewusstheit im Hier und Jetzt. Wenn wir mit unserer Wahr- nehmung im Körper sind statt uns im Gehirn mit seiner endlosen Ge- dankenmaschinerie in Vergangenheit oder Zukunft zu verlieren, dann ist mit solcher Präsenz die Voraussetzung einer wirklichen Selbstbeziehung gegeben, nämlich der Selbstbeziehung zur organismischen Wahrheit, der Wahrheit des Herzens. Selbstidentitäten, die an vergangenen Erfah- rungen und Phantasien, am grüblerischen Wühlen im Gestern oder Morgen kleben, lassen sich letztlich als Mechanismen der Vermeidung von Selbstbeziehung und als Beziehungsvermeidung interpretieren. Auch wenn die seinsorientierte Körpertherapie sich, vor allem in den ersten Phasen, mit der oft schmerzhaften Vergangenheit des Herzens befasst, so ist ihr – spiritueller – Weg schlussendlich die gelebte Bezie- hung und Präsenz des Herzens im Hier und Jetzt. Damit öffnet sie die

Tore zu jenem inneren Reichtum, der verborgen in der Tiefe unseres Herzens schläft und eines Morgens erwacht.

Literatur:

Knapp-Diederichs, Volker (1989): Ergonomische Aspekte des Stillens.

In: Emotion 9, 1989, S. 60–95

Knapp-Diederichs, Volker (2000): Herz und Halt. Einführung in die seinsorientierte Körpertherapie. Edition Ströme, Berlin.

Knapp-Diederichs, Volker (2001): Ausdrucksbewegung und Berührung des Herzens. [http:// www.vkdnet.de/website/news/texte/kt_arti4.htm](http://www.vkdnet.de/website/news/texte/kt_arti4.htm)

Knapp-Diederichs, Volker (2001a): Die Vertreibung aus dem Paradies. http://www.vkdnet.de/website/texte/news/ot_art1.htm

Pearsall, Paul (1999): Heilung aus dem Herzen. Die Körper-Seele-Verbindung und die Entdeckung der Lebensenergie. Goldmann.