

Vorlesung 14
Die Kräfte in uns: wir können Wunder wirken

Selbstheilungen, Spontanheilungen

Als **Selbstheilungskraft** (auch *Heilkraft der Natur genannt*) bezeichnet man die Fähigkeit des Körpers, sowohl äußere als auch innere Verletzungen bzw. Krankheiten zu heilen. Die Nutzung und Intensivierung der Selbstheilungskräfte, auf die (gemäß Lohoff) letztlich jede Therapie aufbaut, stellt einen wichtigen Aspekt jeder therapeutischen Behandlung dar (Operation, Bestrahlung, Medikamente usw.).

Spontanheilung ist das Ausheilen einer Krankheit ohne therapeutische Maßnahmen. Prinzipiell kann jede akute Erkrankung spontan ausheilen. Selbst bösartige Tumorerkrankungen können von selbst ausheilen. Grundlage für Spontanheilungen sind körpereigene Reparaturmechanismen oder bei Infektionskrankheiten das Abwehrsystem, das zu einer Elimination des Erregers führt. Bei allen Erbkrankheiten, Gendefekten und -anomalien sind Spontanheilungen nicht möglich.

Von spontaner *Heilung* spricht man, wenn der Patient dauerhaft gesund wird. Bei spontaner *Remission* hingegen kann ein Tumor nach einer gewissen Zeit wieder wachsen.

Spontanheilungen werden auch oft als Beweis für „Wunderheilungen“ oder „alternative“ Heilmethoden herangezogen (Lourdes, Fatima, Wunderärzte).

Es werden zahlreiche Methoden, Medikamente und Nahrungsergänzungsmittel angeboten, die angeblich die „Selbstheilungskräfte“ mobilisieren können.

Nach heutigem Wissensstand lassen sich keine Empfehlungen geben, wie eine Spontanheilung herbeizuführen wäre. Therapieangebote sind deshalb unseriös.

Unser Immunsystem: die wichtigste Kraft n uns

Das Immunsystem ist permanent aktiv

Selbstheilungen zeigen sich anschaulich in der Narbenbildung und in der Heilung von Wunden

Manchmal vermag das Immunsystem Wunder zu vollbringen: Überlebende bei Seuchen

Das Immunsystem reagiert sensibel auf Stress einerseits und Unterstützung andererseits

Abhängigkeiten der Immunzellen von der Psyche

Bei chronischem Stress: Absinken der Konzentration von sekretorischem Immunglobulin A im Speichel und die vermehrte Ausschüttung von Glukokortikoiden (wirken als Immunsuppressiva). Kortikosteroide hemmen die Zytokin-Produktion, mindern die Reaktivität von T- und B-Lymphozyten und die Aktivität der natürlichen Killerzellen.

Open-Window-Phänomen“: ein geschwächtes Immunsystem kann Krankheitserreger nicht mehr ausreichend beseitigen.

Weitere Zusammenhänge:

Ärger zu unterdrücken und Beta-Endorphin

„Depression“ und CD8⁺ T-Suppressorzellen

„Neugierde“ und CD4⁺ T-Helferzellen

Zunahme der situativen momentanen Angst und sinkender IL-2-Rezeptorenbesatz

Positive psychische Einflussfaktoren auf die Immunabwehr

Optimismus: Menschen mit einer optimistischen Lebenseinstellung gehen davon aus, dass alles ein gutes Ende finden wird. Bessere Heilungschancen (HIV-Studien)

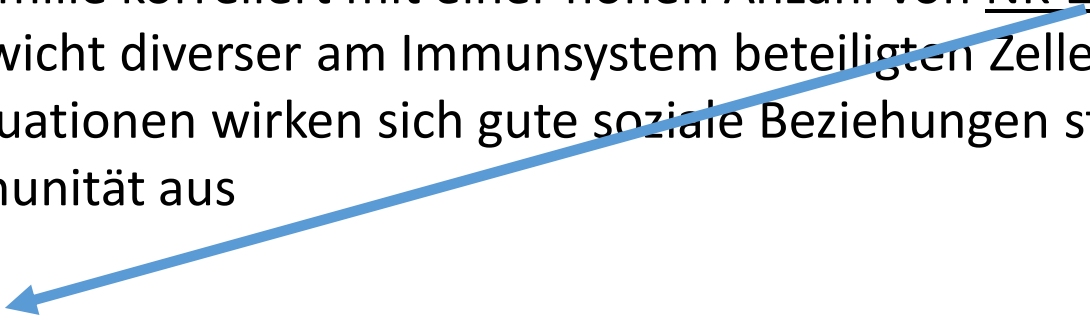
Menschen mit Zuversicht und Optimismus werden früher aus dem Krankenhaus entlassen

Selbstwert: hohes Selbstwertgefühl erhöht Heilungschancen

Selbstwirksamkeit: Glaube an die eigene Wirksamkeit unterstützt das Immunsystem (HIV-Studien)

Bindung

Durch mehrere Studien wurde nachgewiesen, dass die soziale Unterstützung durch Freunde und Familie korreliert mit einer hohen Anzahl von NK-Zellen sowie einem guten Gleichgewicht diverser am Immunsystem beteiligten Zellen. In psychisch belastenden Situationen wirken sich gute soziale Beziehungen stimulierend auf die erworbene Immunität aus



Natürliche Killerzellen gehören zu den Lymphozyten (Untergruppe der weißen Blutzellen oder Leukozyten). Sie sind in der Lage, abnormale Zellen wie Tumorzellen und virusinfizierte Zellen zu erkennen und abzutöten

Positive Gefühle: Gefühle der Dankbarkeit, der Fröhlichkeit, der Begeisterung und des Stolzes haben nicht nur Auswirkungen auf schnellere Heilungserfolge nach Verletzungen oder Operationen, sondern auch auf die Effektivität und Regulierung des Immunsystems

Emotionen-Vielfalt: die Fähigkeit zwischen Gefühlen zu differenzieren unterstützt das Immunsystem

Murken hat festgestellt, dass Religion nur unter bestimmten Bedingungen hilft. Eine Stütze im Glauben fanden nur Patientinnen, die hochreligiös waren und ein positives Gottesbild hatten. Nach dem Motto "Was der Herr tut, ist wohlgetan", konnten sie selbst ihrer Krankheit einen positiven Sinn abgewinnen.

Wer dagegen das Bild eines strengen, strafenden Gottes im Herzen trug, litt in der Klinik verstärkt unter Angst- und Depressionszuständen.

Die Vertreter einer "mittleren Alltagsreligiosität" waren in der Klinik vor allem von Verunsicherung und Zweifeln geplagt. "Eine Religion hilft vor allem denen, die stark daran glauben, dass sie ihnen hilft", folgert Murken.

Resilienz

Der Widerstand gegen Risikofaktoren

Normalbefund: Risikofaktoren erhöhen multiplikative psychische und körperlich Beeinträchtigungen

Umfangreiche Untersuchungen haben nachgewiesen, dass Menschen sich trotz vieler Risikofaktoren gut entwickelt haben.

Als Erklärung kommen Ich-Stärke und Umweltfaktoren in Frage, die trotz der Risikofaktoren stützend wirken

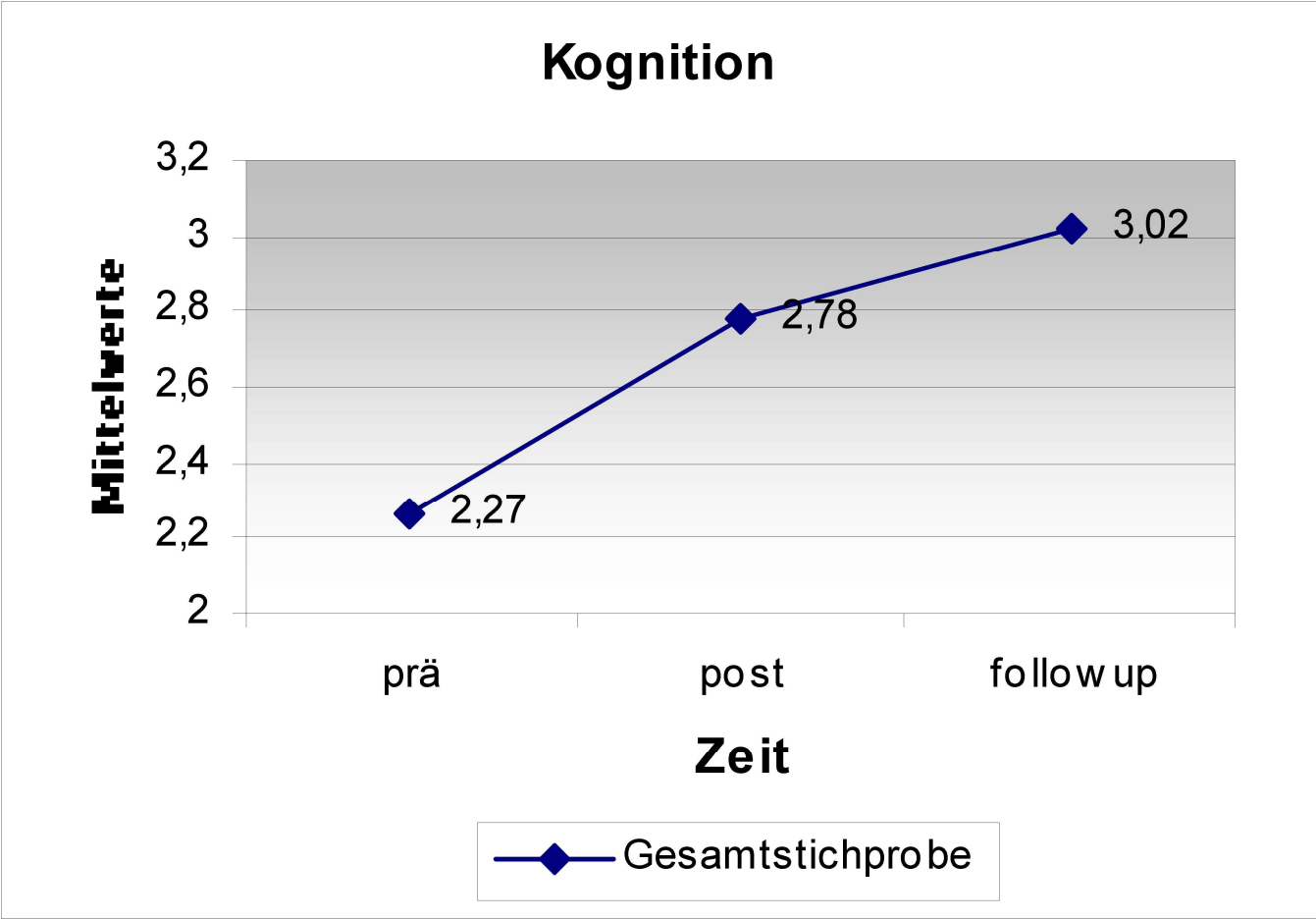
In manchen Fällen erscheint die Resilienz wie ein Wunder

Delfintherapie – ein Wunder

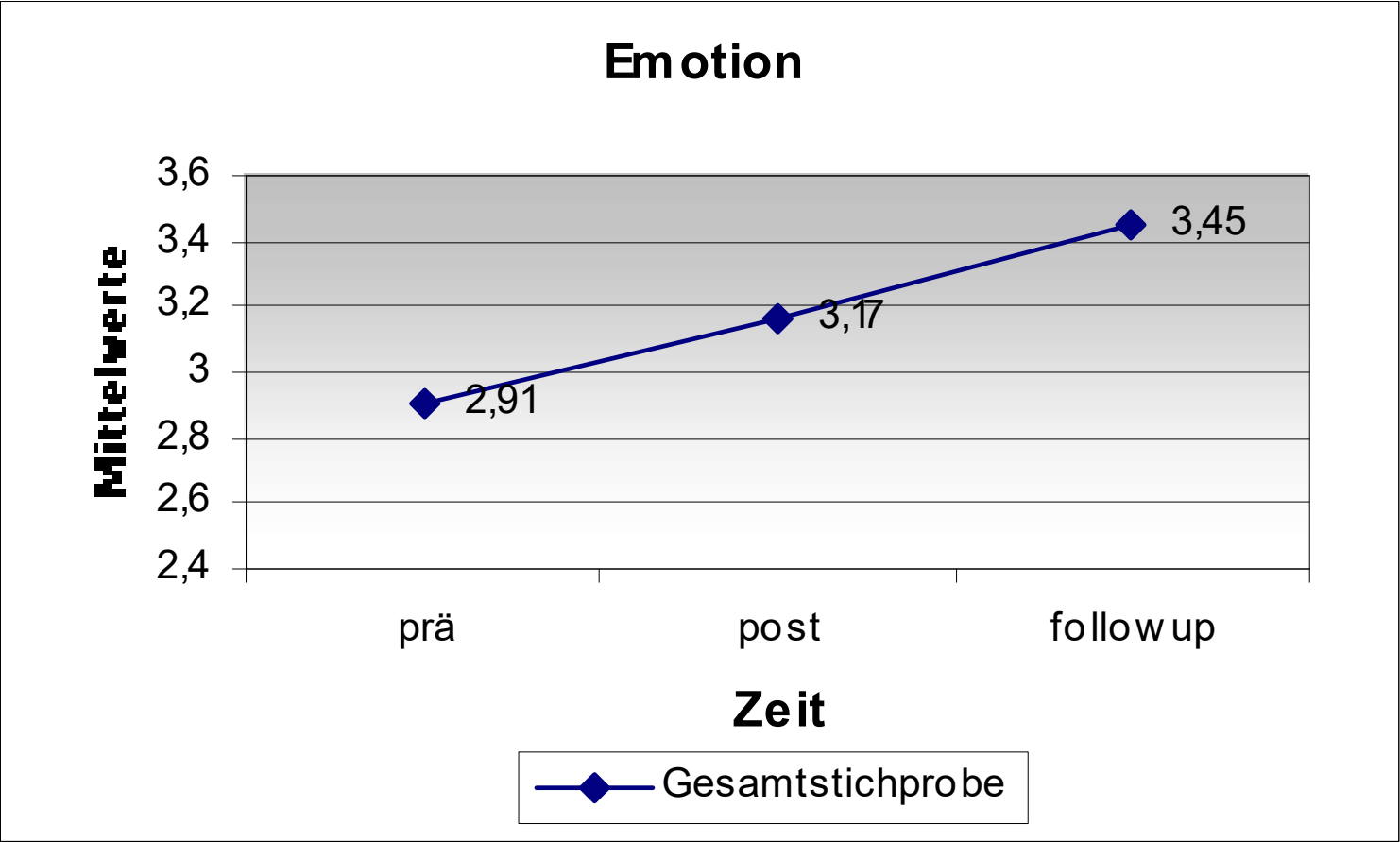
Drei Dissertationen: Nachweis der Wirksamkeit ist eindeutig

Verbesserung auf allen gemessenen Bereichen: intellektuell, sozial, motorisch, emotional, initiativ

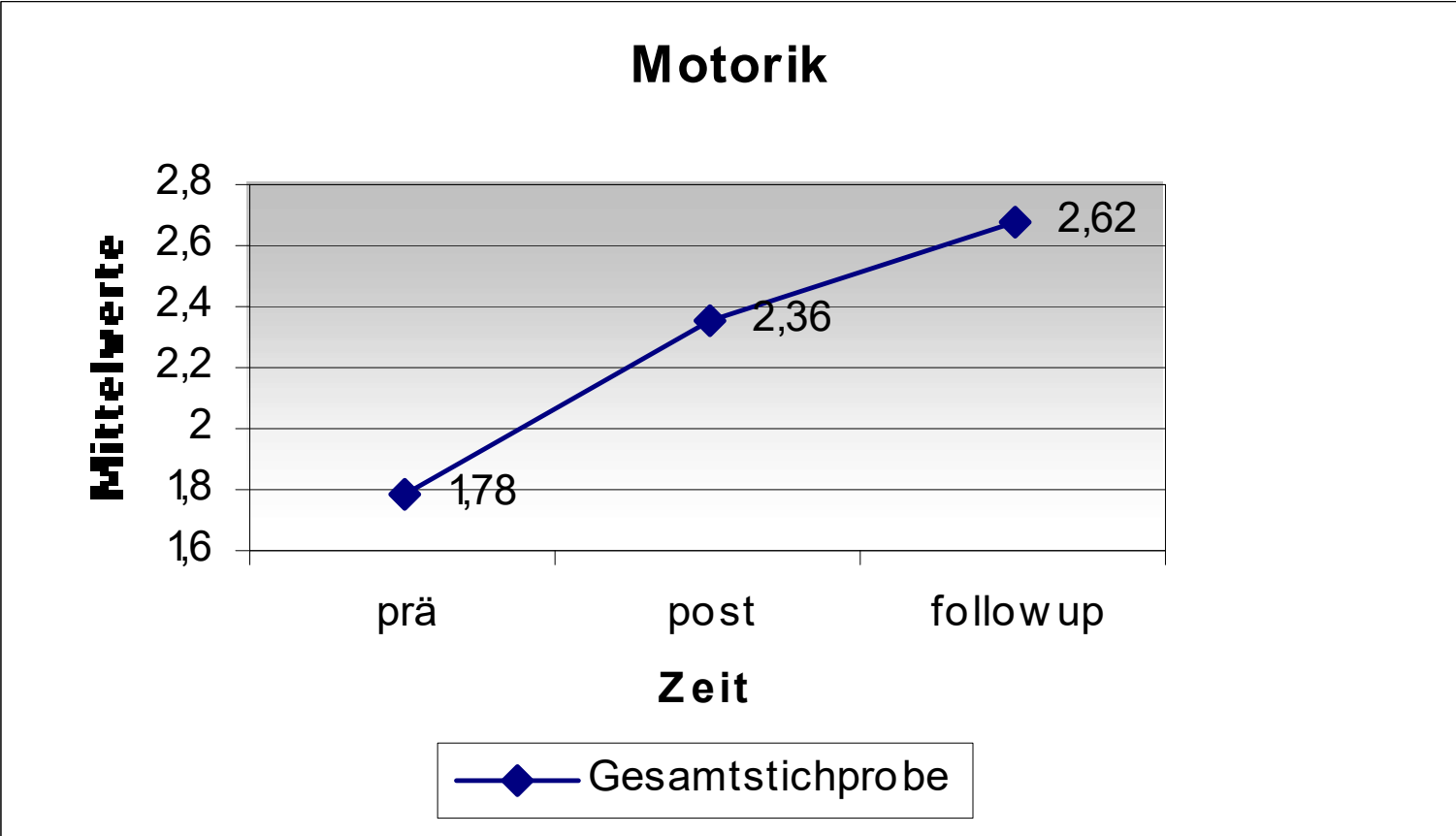
Störungsunspezifisch – anhaltend über sechs Monate



Eltern

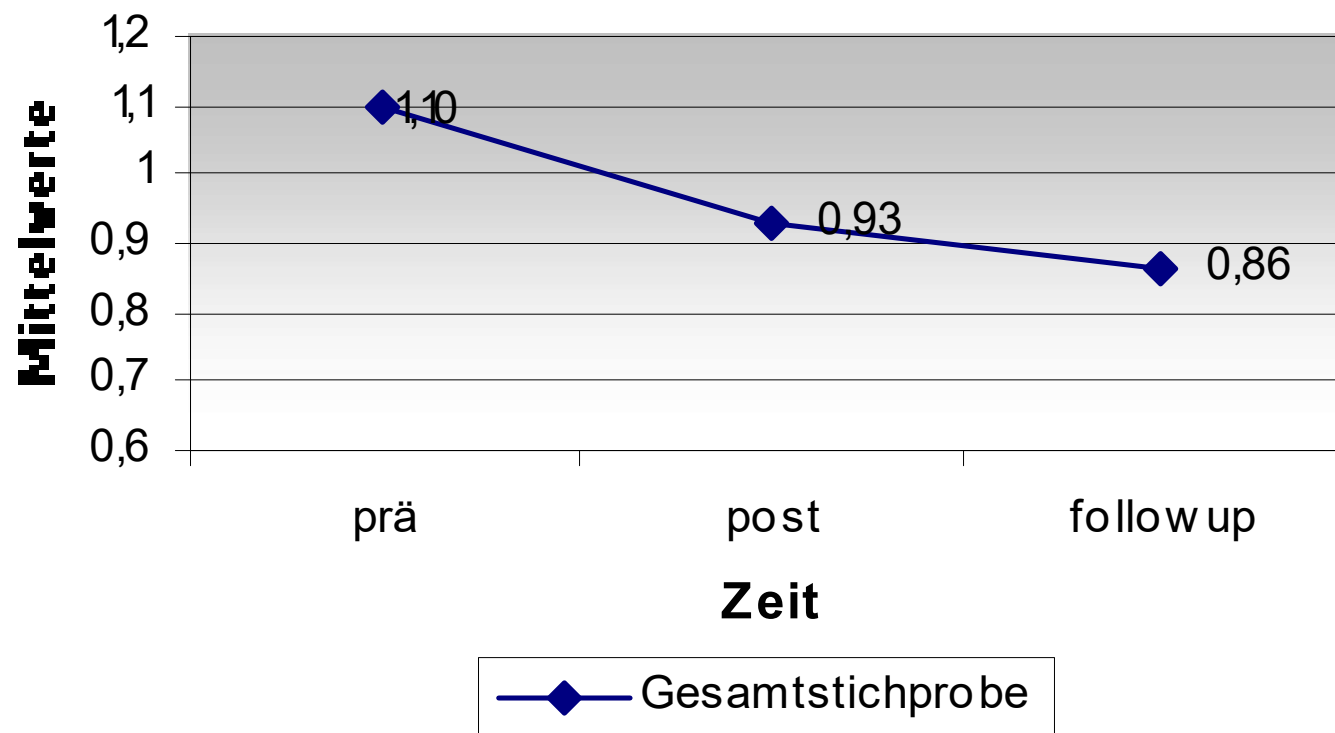


Eltern

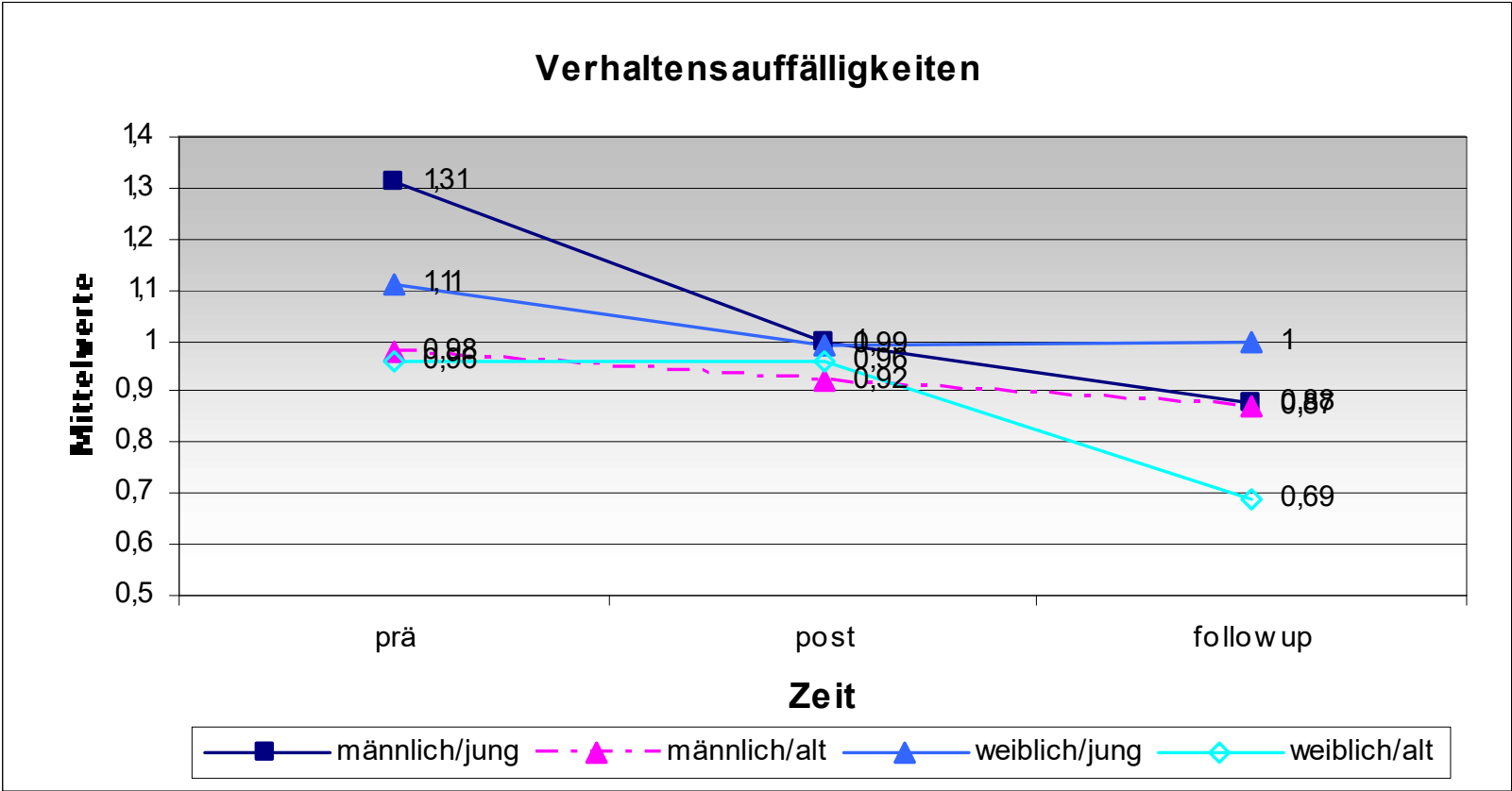


Eltern

Verhaltensauffälligkeiten

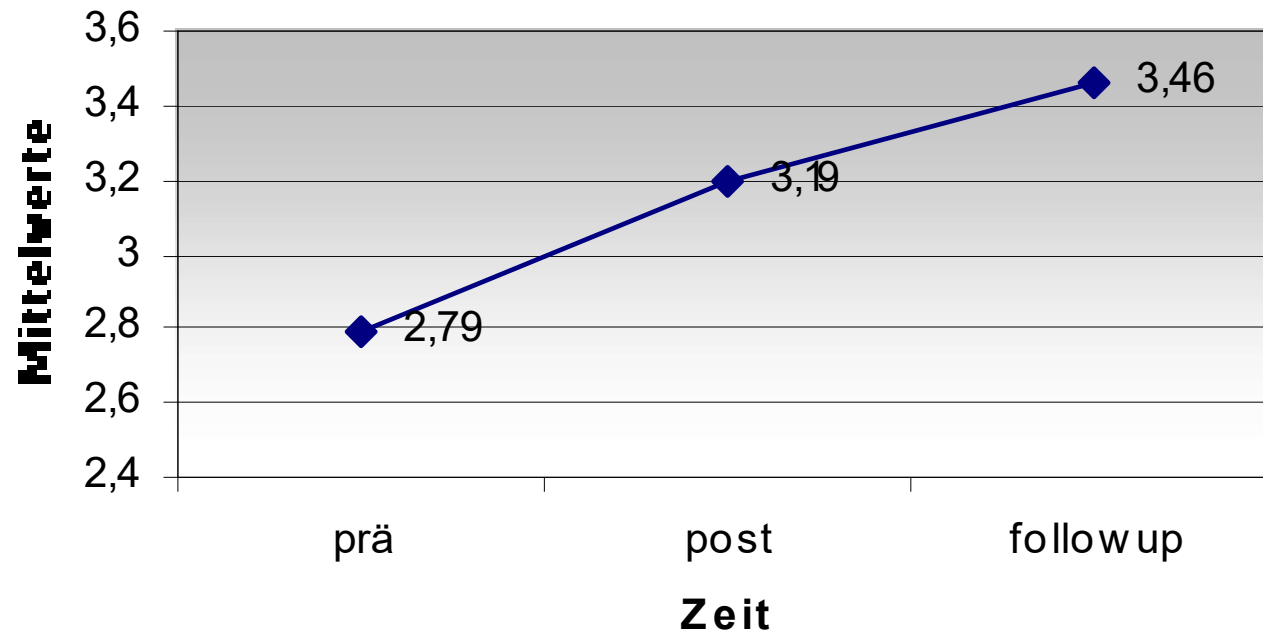


Eltern



Eltern

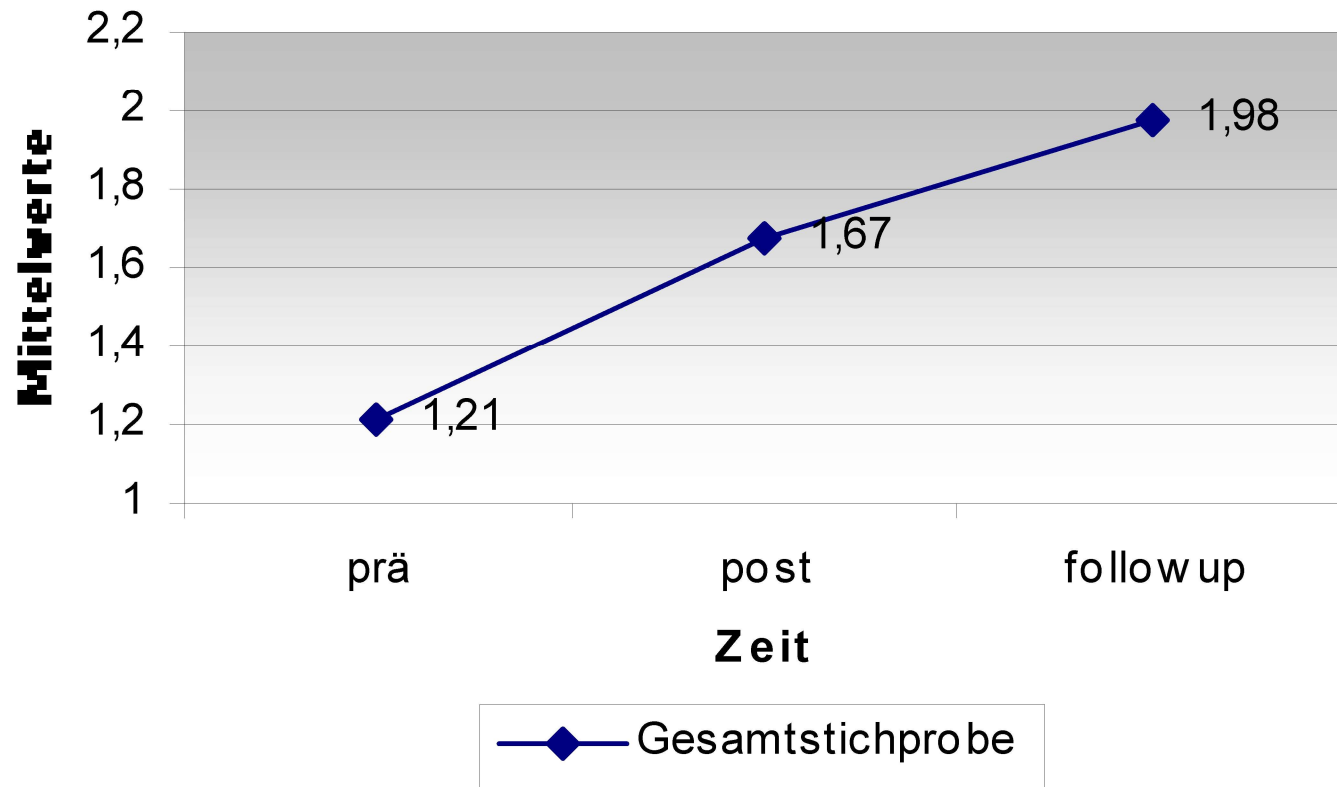
Kontaktfähigkeit



—◆— Gesamtstichprobe

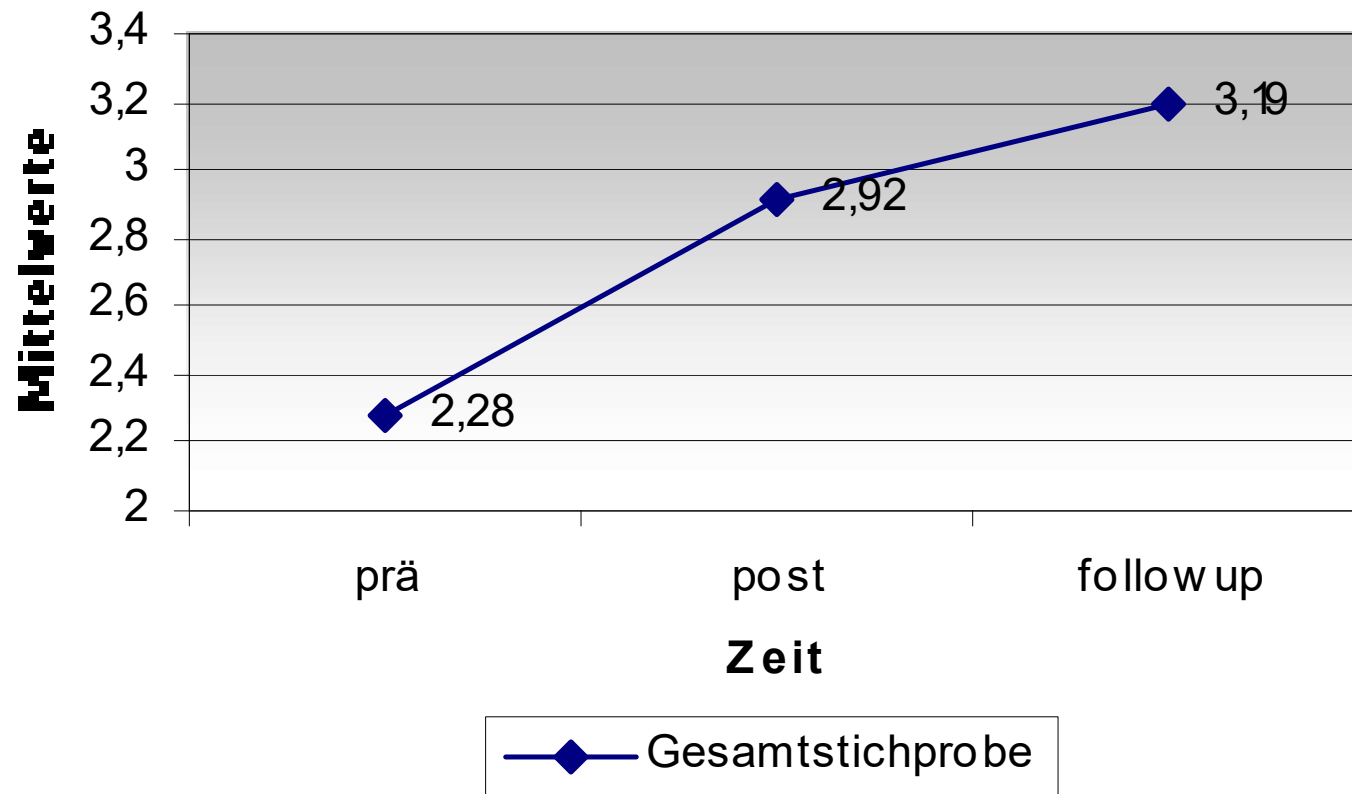
Eltern

Selbstständigkeit



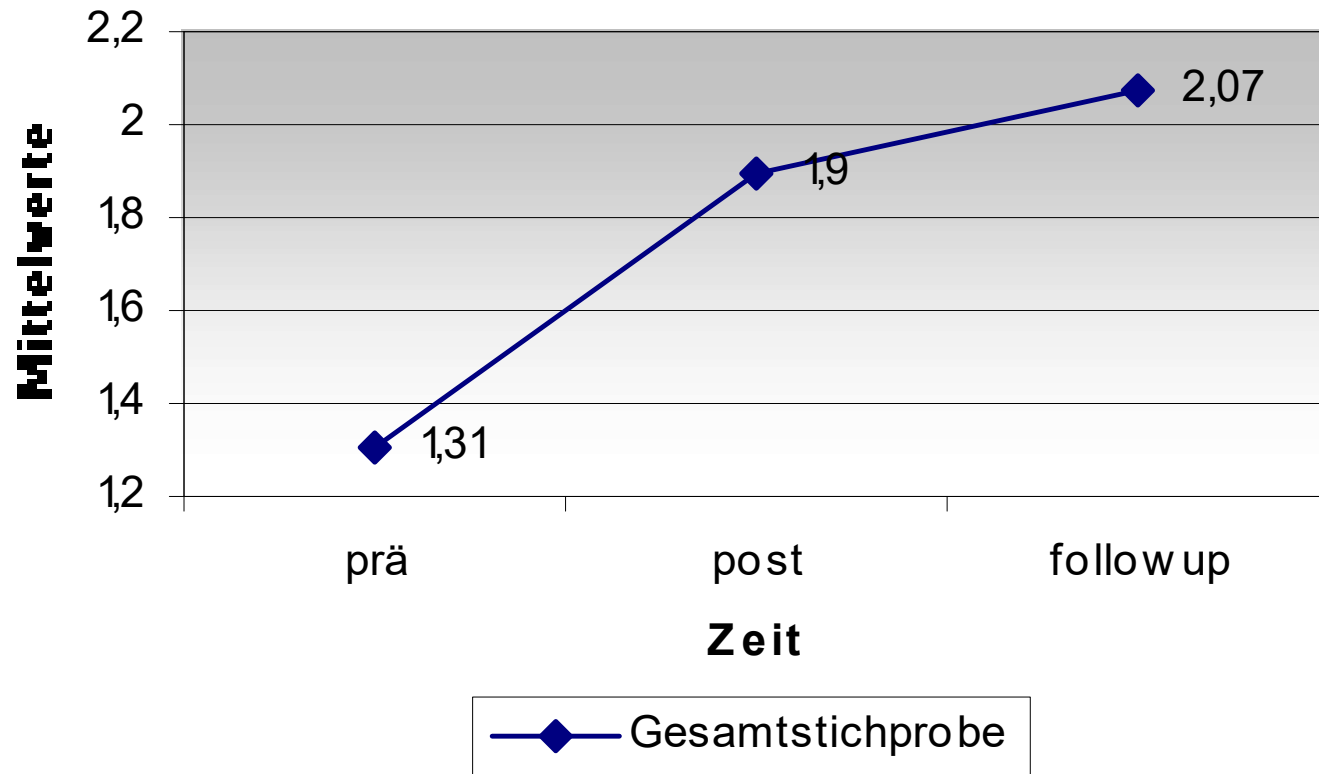
Eltern

Selbstbewusstsein



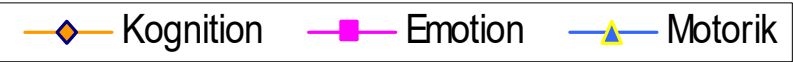
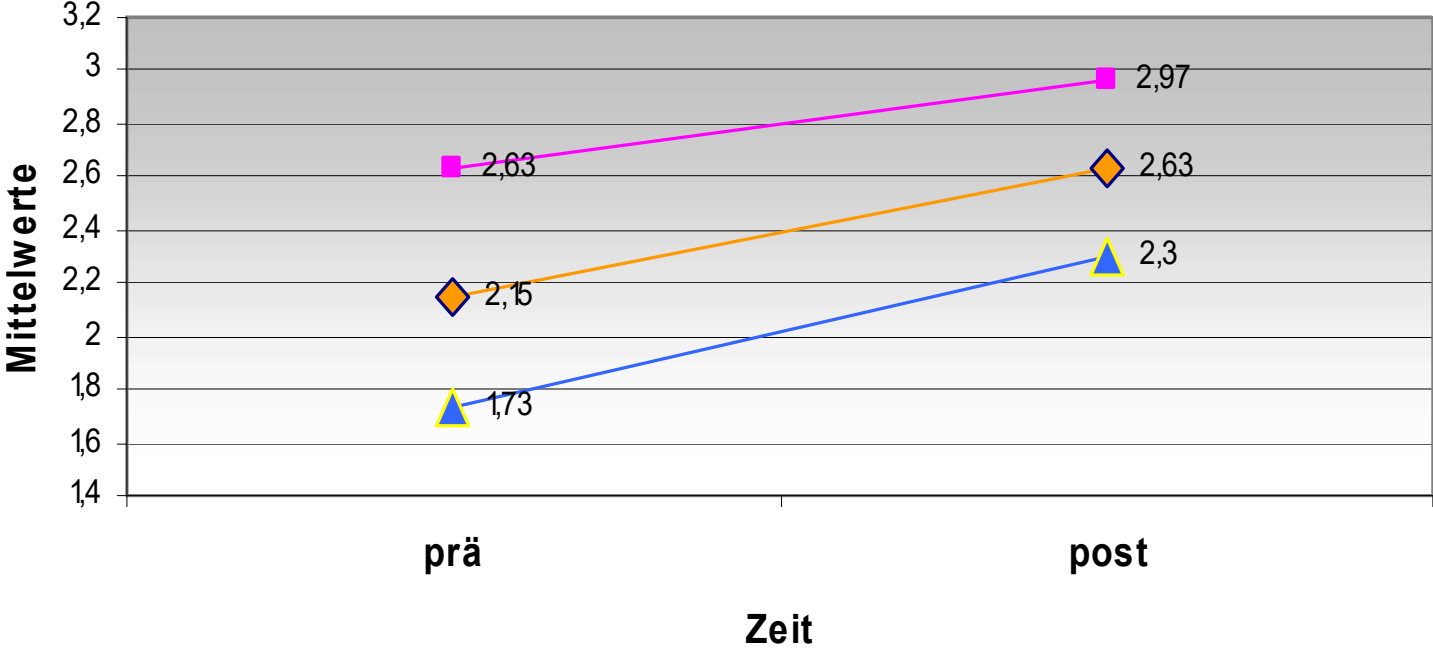
Eltern

Sprache



Eltern

Fremdbeurteilung: Gesamtstichprobe



| | Differenz vorher/nachher | |
|--------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | bei den Eltern | bei den Fremdbeurteilern |
| Kognition | .51 | .48 |
| Emotion | .26 | .34 |
| Motorik | .58 | .55 |
| Verhaltens- auffälligkeiten | .17 | .18 |
| Kontaktfähigkeit | .40 | .52 |
| Selbstständigkeit | .46 | .37 |
| Selbstbewusstsein | .64 | .49 |
| Sprache | .59 | .48 |

Hauptergebnisse Lämmermann (objektive Tests)

| Test | Dimension | n | p | Effektstärke ηp^2 |
|--------------|-----------------------|----|------|----------------------------|
| CPM | Kognition/Intelligenz | 59 | * | .12 (²) |
| KKA | Konzentration | 34 | ** | .15 (³) |
| Movement ABC | | | | |
| | Ballfähigkeit 1 | 55 | ** | .12(²) |
| | Ballfähigkeit 2 | 55 | ** | .11 (²) |
| | Balance 1 | 53 | * | .09 (²) |
| | Balance 2 | 53 | | .06(²) |
| | Feinmotorik 1 | 46 | n.s. | .02 |
| | Feinmotorik 2 | 44 | ** | .14(³) |

Betrachtet man die Ergebnisse der einzelnen Tests, so wird deutlich, dass sich die Kinder der Versuchsgruppe im Vergleich zur Kontrollgruppe in allen Tests und Subtests - mit Ausnahme eines Subtests zur Feinmotorik - nach der delfingestützten Therapie tendenziell bis hoch signifikant verbessert hatten. Sowohl bei den CPM (Intelligenz) als auch bei der KKA (Konzentration) und bei der Movement ABC (Motorik) hatten sich Verbesserungen der Scores nach der Therapie ergeben.

Beim Konzentrationstest FAIR, der eine kleine Stichprobe hatte, ergab die nonparametrische Auswertung eine Verbesserung aller Werte für die Versuchsgruppe.

Das Arbeitsverhalten der Kinder erwies sich beim Intelligenz-, beim Konzentrations- und beim Motoriktest für die Versuchsgruppe als recht konstant über die zwei Messzeitpunkte hinweg. Die signifikante Interaktion zwischen Messzeitpunkt und Gruppe bei der Motorik hatte sich durch eine Verschlechterung der Arbeitshaltung der Kontrollgruppe ergeben.

Das Instruktionsverständnis der Kinder der Versuchsgruppe hatte sich beim Intelligenztest, beim Konzentrationstest und bei einigen Subtests des Motoriktests tendenziell bis signifikant verbessert. Diese Ergebnisse beziehen sich auf die Kinder mit den Diagnosen „Trisomie 21“, „Autismus“ und „mentale Retardierung“.

Ergebnisse zur Analyse der Delfin-Kind-Interaktion

Der Delfin ergreift zunächst die Initiative

Das scheinbare Lächeln des Delfins macht ihn zu einem vertrauten Tier

Der Delfin erkennt neue Probleme der Behinderung

Nach einiger Zeit übernimmt das Kind bzw. Patient/Patientin die Initiative

Selbstwirksamkeit

Eigenaktivität

Reaktivierung von Kräften im Patienten

Patienten waren „austherapiert“. Das wurde wieder aufgehoben

Aufschließen, Öffnen, „Enteisung“

Empowerment

Fazit:

Die Delfintherapie hatte sowohl in Eilat wie auf Key Largo den gleichen allgemeinen positiven Effekt. Er erstreckte sich auf alle Störungsgruppen mit leichten Variationen

Rahmenbedingungen: Familie, warmes Klima, Wasser als Körpererleben, Aufhebung der Schwerkraft, Brtreuung durch Therapeuten

Daher systemische Wirkung: nicht nur der Delphin, sondern auch die Gesamtsituation (Begleitprogramm, Klima, Eltern stehen ganz zur Verfügung).

Es sind letztlich die Kräfte im Kind/Patienten selbst, die zu einer Verbesserung geführt haben

Delfintherapie und Delfinhaltung werden aus Tierschutzgründen verschwinden.

Das Verbot des Umgangs mit Delfinen hat auch negative Folgen: meine eigenen Erfahrungen.

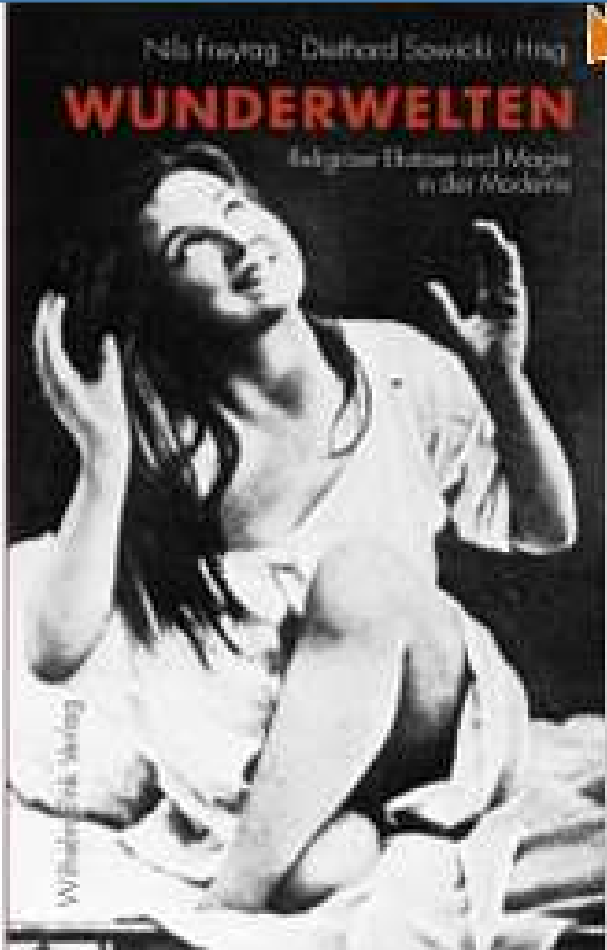
Der Delfin als Freund geht verloren.

Eilat als Lösungsmöglichkeit: freie Bewegung in großer Bucht. Delfin kann nach Belieben kommen und gehen



Ekstase: ein Zustand
höchsten Glücks

Jean Brenner: Ekstase



↑
↑
↑
↑
↑

Emil Nolde



LEGNÖE VISION EKSTASE DIE RELIGIÖSEN BILDER

DUMONT



Kukán: Ecstasy



Rodin:
Der verlorene Sohn

Ekstase als Sonderzustand des Bewusstseins

Ekstase gibt es seit Anbeginn der modernen Menschheit, also seit 35 bis 40 Tausend Jahren.

In allen Kulturen der Gegenwart und Vergangenheit gibt es Ekstase als festen Bestandteil des Lebens, sei es als Ritual, sei es als religiöse Praxis oder sei es in Form private Suche nach besonderen Bewusstseinsenerlebnissen.

Aber warum?

Drei Gründe:

1. Das Ichbewusstsein, das sich , wie wir sahen, als Kopfkino abspielt, sucht nach gesteigerten Selbsterfahrungen. Neben Risiko, starker Zeitintensität gehören zu solchen Erfahrungen auch Erlebnisse der Ekstase.
2. Selbstbewusstsein bringt mit sich auch das Erlebnis des „Eingesperrtseins“ oder der Isolation (niemand kann genau wissen, was ich fühle oder denke). Ekstase vermittelt auch Erlebnisse der Ich-Auflösung und der Verschmelzung mit der Umwelt.
3. Ekstase hat für viele Gesellschaften eine Brückenfunktion zum Transzendenten. Bestimmte Personen sind besonders geeignet, die Verbindung zur Transzendenz herzustellen, und zwar mittels Ekstase.

Zur Phänomenologie der Ekstase

Ekstase: Sammelbezeichnung für psychische Ausnahmezustände, die von den Betroffenen als dramatische Zustandsveränderungen des Bewusstseins beschrieben werden. Das Bewusstsein wird als „erweitert“ oder „erhöht“ erlebt. Durch diese Erweiterung oder Erhöhung erhält der Betroffene (oder auch ein ihn Beobachtender) den Eindruck, er sei „außer sich“ oder „nicht bei sich“. Damit ist gemeint, er sei aus dem Bereich seiner vertrauten Umwelt und des normalen Wahrnehmungsvermögens herausgetreten und in einen Bereich andersartiger Wahrnehmungsmöglichkeiten eingetreten.

Während der Ekstase erscheint dieser andere Bereich dem Betroffenen nicht nur als völlig real, sondern als die einzige Realität. Auch rückblickend pflegen Ekstatiker das in der Ekstase Erlebte für bedeutender, wertvoller und wirklicher als die Alltagswelt zu halten. Religiöse Ekstatiker interpretieren und bewerten ihre ekstatischen Erlebnisse im Kontext ihres jeweiligen religiösen Weltbilds. Das „Außersichsein“ wird in manchen Fällen auch buchstäblich im Sinne eines örtlichen Heraustretens der Seele aus dem Körper aufgefasst.

Das Auftreten ekstatischer Erlebnisse kann sowohl durch Minderung (Beeinträchtigung oder Ausschaltung) normaler Funktionen des Organismus und Reizarmut als auch durch Steigerung äußerer Reize herbeigeführt oder begünstigt werden.

Zur Minderung gehören Askese, Isolation, Reizdeprivation (z. B. im Isolationstank), Krankheit, Fasten, anhaltendes Gebet und Meditation. Auch Ohnmachtszustände und Nahtoderlebnisse können mit ekstatischen Erfahrungen einhergehen.

Andererseits vermögen aber auch zahlreiche sensorische Reize ekstatische oder ekstaseähnliche Erfahrungen auszulösen. Dazu zählen Musik, Tanz (beispielsweise Derwischtänze, Trancetanz), Trommeln, Gesänge, Lichteffekte (z. B. mittels Mindmachine: audiovisuelles Stimulationsgerät mit gepulstem Licht und Ton), berauschende Getränke (Soma), Hyperventilation, Sexualtechniken (z. B. Neotantra), Genuss von natürlichen wie auch synthetischen Rauschmitteln (z. B. MDMA, auch als Ecstasy bekannt, oder Opiate) oder lebensbedrohliche Situationen im Kampf.

Drei Formen von Ekstase

Ekstase als religiöse Praxis:

Verbindung zum Heiligen

Individuelle Verbindung zum Göttlichen: Reinigung, Erfüllung, Erleuchtung

Ekstase in der Sexualität: menschliche Grunderfahrung. Nahezu allen Menschen zugänglich, daher vermutlich Ausgangspunkt für die gesellschaftliche Etablierung von Ekstase.

Heute wird Ekstase häufig auf direktem „synthetischem“ Wege gesucht, also durch Rauschmittelkonsum in Verbindung mit Musik (ostinate Rhythmen und Melodien), also ohne religiösen Hintergrund oder meditative Praktiken. Außerdem quasi-ekstatische Erlebnisse in Massenveranstaltungen.

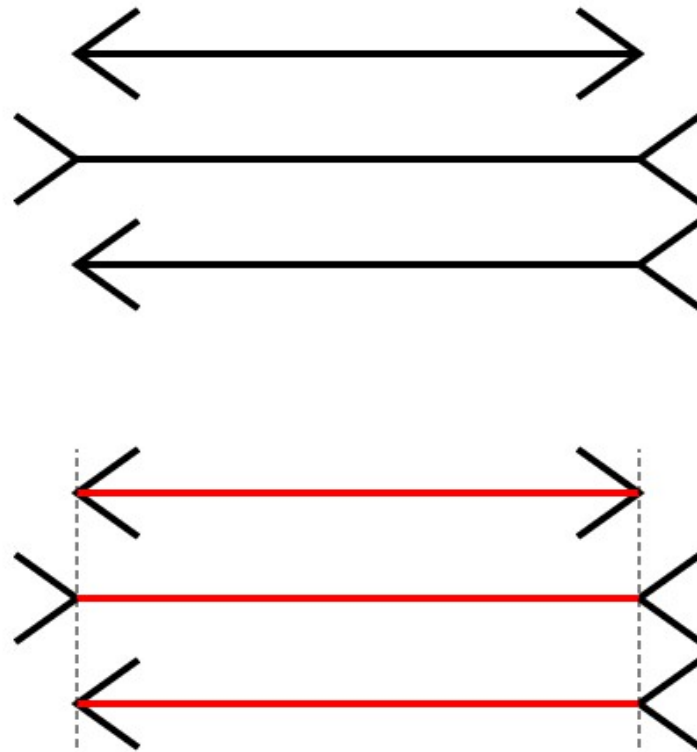
Hinweis auf Antinus (Berlin-Schöneberg): Ekstase in der Liebesschule, in der Teilnehmer Spiritualität und Sexualität miteinander verbinden.

Visionen und Halluzinationen

Unter **Halluzination** (von lateinisch *alucinatio* ‚Träumerei‘) versteht man eine Wahrnehmung, ohne dass eine nachweisbare externe Reizgrundlage vorliegt. Solche Wahrnehmungen können in jedem Sinnesgebiet auftreten. Das bedeutet zum Beispiel, dass physikalisch nicht nachweisbare Objekte gesehen oder Stimmen gehört werden, ohne dass jemand spricht.

Eine Halluzination hat per definitionem für den Halluzinierenden Realitätscharakter bzw. kann nicht von der Realität unterschieden werden. Im Gegensatz dazu merkt die Person bei einer Pseudohalluzination, dass es sich nicht um eine reale Wahrnehmung handelt.

Bei einer Illusion hingegen wird ein real vorhandener Sachverhalt verändert wahrgenommen: Ein tatsächlich vorhandener feststehender Gegenstand scheint sich zu bewegen oder in irregulären Mustern werden scheinbar Gesichter erkennbar. Optische Täuschungen



Müller-Lyersche Täuschung

Ursachen von Halluzinationen

- psychische Störungen wie Psychosen, beispielsweise durch
 - Entzug von Rauschmitteln, wie z. B. das durch Alkoholkonsum hervorgerufene Delirium tremens
 - andere krankhafte Veränderungen des Gehirns

chemische Verbindungen (Halluzinogene wie etwa Diphenhydramin). LSD,

Schlafentzug

Wochenlanges Alleinsein führt fast bei jedem zu Halluzinationen. Von daher sind die Visionen von Heiligen und Religionsstiftern zu verstehen, die längere Zeit allein in der Wüste oder anderen entlegenen Orten lebten.

Bei **akustischen Halluzinationen**, die beispielsweise bei an Schizophrenie Erkrankten häufig sind, hören die Betroffenen oft Stimmen, die die Person beschimpfen, das Tun kommentieren oder Befehle geben (imperative Stimmen).

Olfaktorische (den Geruch betreffend: Phantosmie) und **gustatorische Halluzinationen** (den Geschmack betreffend) werden häufig bei Patienten mit wahnhaften Vergiftungsängsten etwa im Rahmen einer schizophrenen Psychose diagnostiziert.

Visionen

Erscheinung: religiös gedeutetes Auftauchen einer Person oder einer ganzen Szene, die nicht real ist.

Vision: eine Halluzination, die oft religiösen Inhalt und mit hohem Glücksgefühl erlebt wird.

Wissenschaftlich unterscheiden sich Visionen und Halluzinationen nicht, sie sind Erzeugnisse des menschlichen Gehirns.

Visionen vermitteln häufig Glücksgefühle, können aber auch schreckliche Szenen beinhalten (Visionen des Hl. Johannes, Zukunftsvisionen von Heiligen zum Jüngsten Gericht, LSD bei negativer Stimmungslage (Bericht von Hofmann))

Berühmte Visionen, die auch heute noch vielfach geglaubt werden: Jungfrau von Orleans, Bernadette Soubirous von Lourdes, die Kinde von Fatima.

Stigmatisation

Im christlichen (insbesondere katholischen) Umfeld bezeichnet Stigmatisation das Tragen der Wundmale Christi (Stigmata). An verschiedenen Wallfahrtsorten, wo Christusstatuen verehrt werden, soll es hin und wieder zu Wundern kommen, indem die Stigmata angeblich zu bluten anfangen.

Die Anzahl der Träger mit den sichtbaren und spontan blutenden Wundmalen Christi dürfte 100 nicht überschreiten; der Arzt Franz Lothar Schleyer wies 1948 für eine medizinische Studie knapp 70 gesicherte Fälle nach.

Der hl. Franziskus von Assisi empfängt die Stigmata, 13. Jahrhundert



Die katholische Kirche wertet eine Stigmatisation nicht automatisch als übernatürlich oder als Erweis von Heiligkeit.

Eine aus der Psychiatrischen Klinik der Universität München stammende Interpretation eines Untersuchungsberichtes aus dem Jahre 1927 über Therese Neumann kommt zu dem Ergebnis, dass die Stigmata im Rahmen einer psychosomatischen Symptombildung auf dem Hintergrund intensiver religiöser Phantasien spontan, d. h. ohne Manipulation, entstanden seien.

Untersuchungen zeigten, dass durch Hypnose immer wiederkehrende Unterhautblutungen entstehen und nicht heilende Wunden wieder verschwinden können.

Zusammenhang mit kulturellem Wissen, Handrücken oder Innenfläche. Jesus hatte die Nägel vermutlich an der Handwurzel

Beispiele: Padre Pio, Therese von Konnersreuth

Höchst erstaunlich und ein „Wunder“ bleibt, dass Menschen es fertigbringen, ihren Körper nach ihren intensiven religiösen Vorstellungen zu beeinflussen.

Dies gilt aber generell, wenn auch nicht in so auffälliger Weise.

Der Einfluss der Psyche auf den Körper wird heute durch die Psychosomatik und die Psychoneuroimmunologie untersucht

Kreativität

Eine andere Form von Energie: die „geistigen“ Kräfte. Kreative Energie hat die Menschheit zur (begrenzten) Herrschaft über die Natur verholfen und uns ungeahntes Wissen über Mensch und Welt beschert. Jeder technische Fortschritt ist letztlich das Ergebnis kreativer Energie!

Was ist Kreativität?

Begriff: Etwas Neues schaffen, das vorübergehend oder auf Dauer Bestandteil der Kultur wird

Csikszentmihalyi:

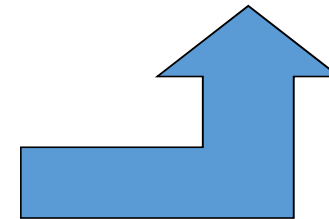
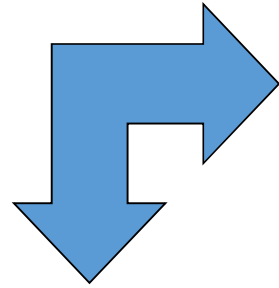
Kreativität ist nur in Wechselbeziehungen innerhalb eines Systems wirksam, das sich aus drei Hauptelementen zusammensetzt:

- Domäne,
- Feld
- das Individuum, das neue Ideen entwickelt.

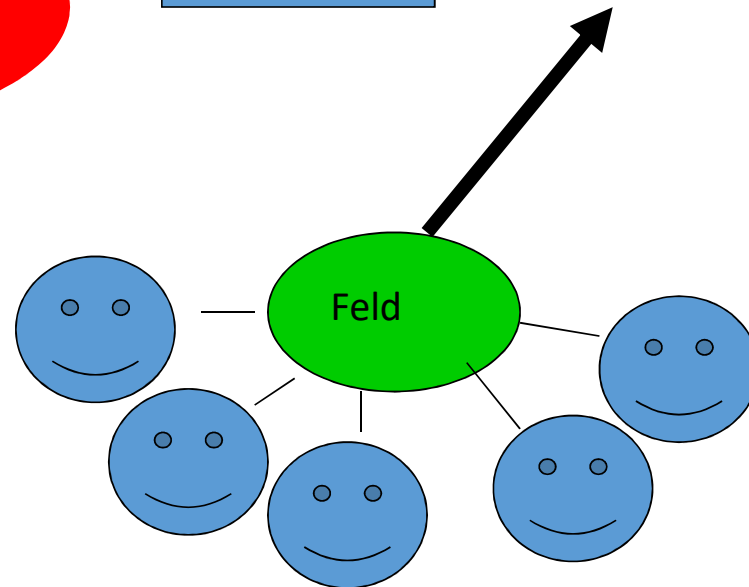
Bryson: Eine kurze Geschichte von fast allem.

Goldmann Verlag, 2005

Wechselbeziehung
zwischen Person
und Domäne

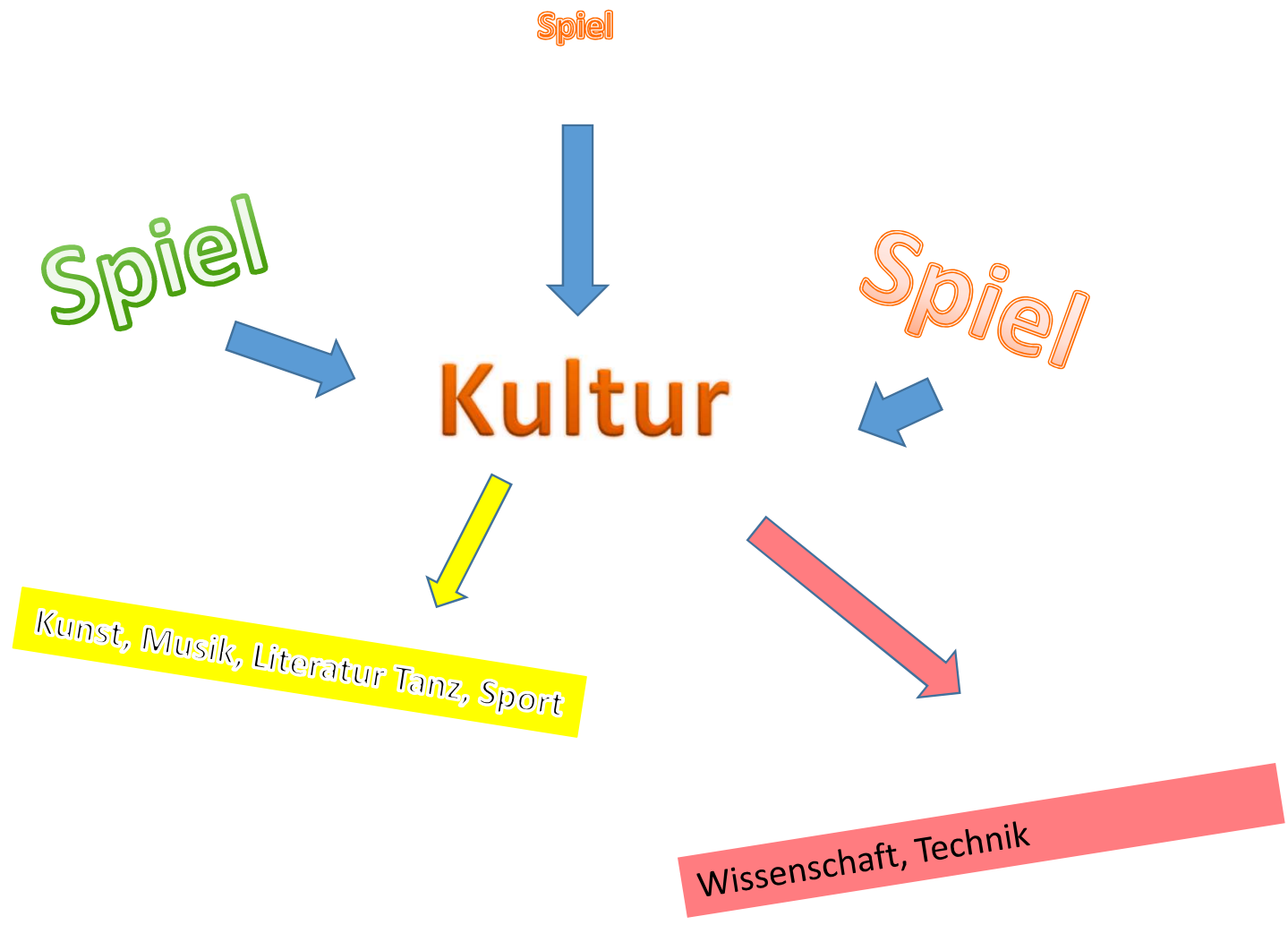


Kreative
Leistung



Eine zentrale Bedeutung für kreative Prozesse besitzen
Spiel und Spielhaltung

Wissenschaft und Kultur sind in der Hauptsache das
Erzeugnis einer Hochform von Spiel



Spiel

Spiel

Spiel

Kultur

Kunst, Musik, Literatur Tanz, Sport

Wissenschaft, Technik

Das Feld

Personen, die den Zugang zur Domäne überwachen

Nicht selten dysfunktional

- Mandelbrot: Fraktale-Theorie
- Eratosthenes (um 276-194 v. Chr.) berechnete den Erdradius um wenige Prozent genau
- Robert Koch wurde von Fachkollegen nicht ernst genommen
- Alfred Wegeners Theorie der Kontinentalverschiebung wurde ignoriert

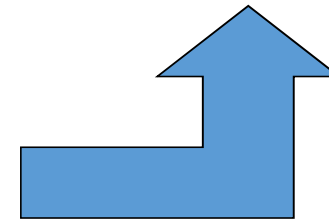
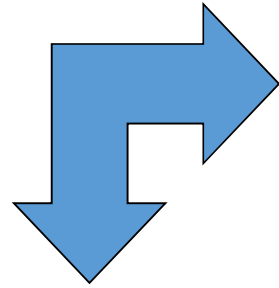
Dennoch bleibt das Feld als
Instanz unentbehrlich:

Aneignung eines umfangreichen Wissens
(Expertise)

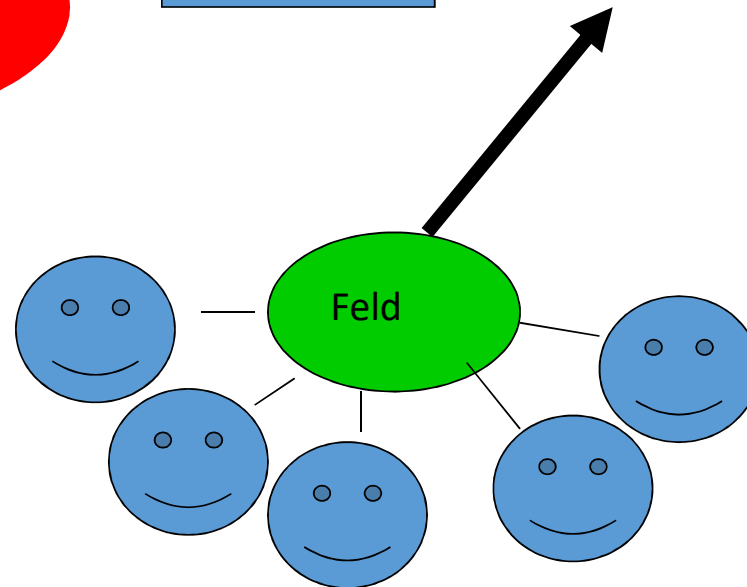
Verinnerlichung der Maßstäbe des Feldes
(Aussortieren des Schrotts)

hohe Motivation, Begeisterung, hingezogen
sein, fasziniert sein

Wechselbeziehung
zwischen Person
und Domäne



Kreative
Leistung



Zur Phänomenologie der Kreativität

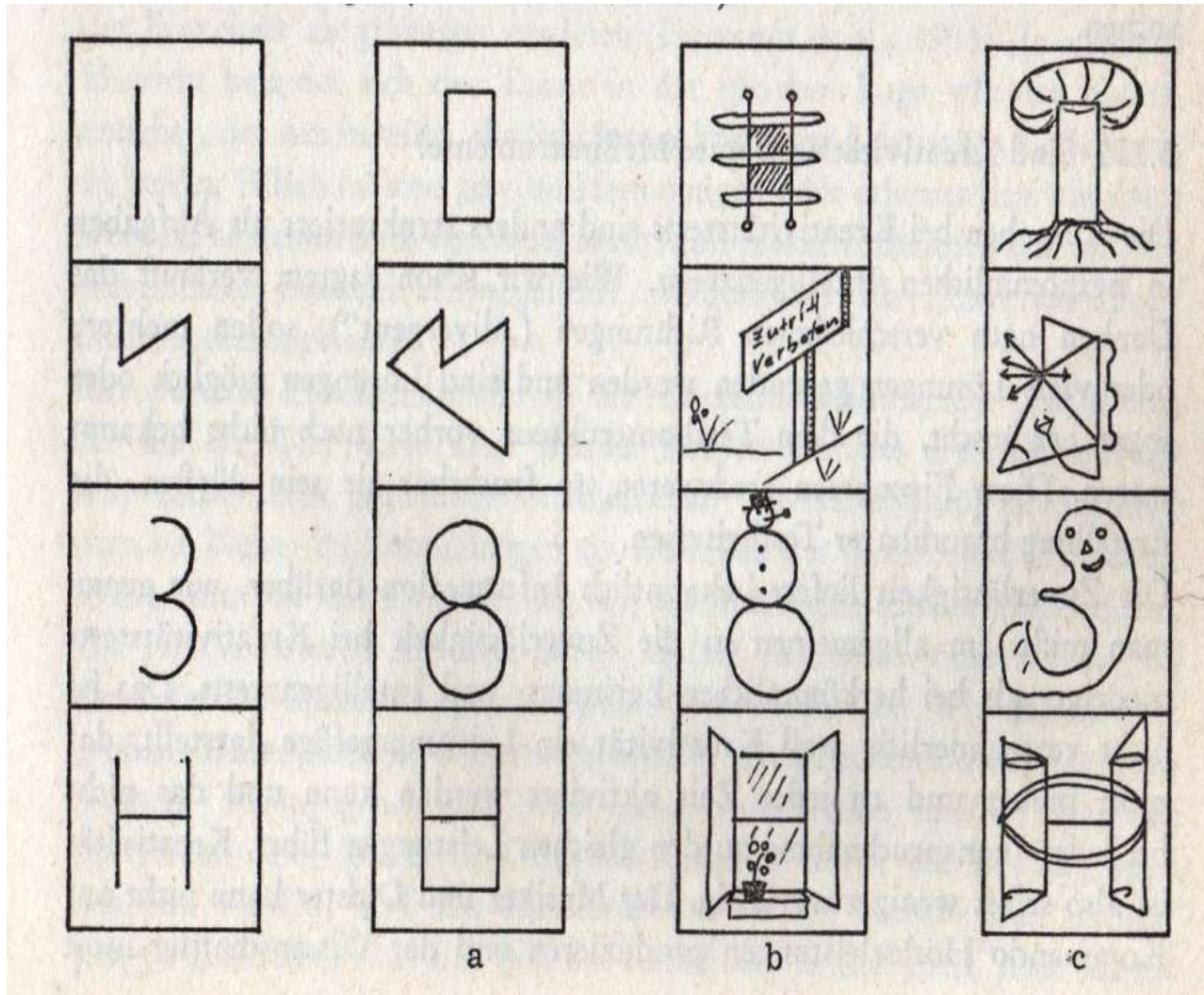
Neuheitseindruck

Ichferne: Intuition, Inspiration

Ideenfluss: Überwältigtsein, Bedrängtsein

Imagination

Emotionale Erregung



Beispiele für kreative (b, c) und nicht kreative (a) Leistungen

Beispiel Musik:

Der kreative Prozess beim Improvisieren und Komponieren

Wiederholung

Variation

Strukturierung

Die Schlange

The image shows a handwritten musical score for a song titled "Die Schlange". It consists of five staves of music. The first staff has the title "Die Schlange" written above it. The lyrics are written below the notes. The music is written in a single treble clef with a key signature of two flats (B-flat and E-flat). The lyrics are: "Die Schlange die Schlange alle wird in der Gondel gefallt", "Die Schlange die Schlange die fährt in Mädchen mit-", "die Schlange die Schlange als aus der ...", and a triplet of notes. The final staff ends with a double bar line.

Die Schlange die Schlange alle wird in der Gondel gefallt

Die Schlange die Schlange die fährt in Mädchen mit-

die Schlange die Schlange als aus der ...

3

Improvisation eines Fünfjährigen

Fünf Schritte beim kreativen Prozess

-
- Vorbereitungsphase: unbewusste oder bewusste Beschäftigung mit dem Problem
- Inkubations- oder Reifungsphase
- Einsicht, Aha-Erlebnis
- Bewertung
- Ausarbeitung. Edison: Kreativität ist 5% Inspiration und 95% Transpiration

Der Traum (Le Rêve),
(1883), Gemälde von
Pierre Puvis de
Chavannes (1824 –
1898), Musée d'Orsay,
Paris



Träume als kreative Leistungen des Ich

Verarbeitung von Tagesresten

Existenzielle und daseinsthematische Träume

Sisyphusträume: Symbol menschlicher Arbeit.

Alpträume: Können das allgemeinerhöhte Angstniveau signalisieren (in der Psychoanalyse das Gegenteil), aufgrund störender Körperzustände zustande kommen oder zukünftige Befürchtungen widerspiegeln

Persönlichkeitsunterschiede: kreative Träumer – Alltagsträume - keine Traumerinnerung

Die Kraft von Überzeugungen

Van Gogh wusste sehr genau, dass er anders malte als seine Zeitgenossen.

Er fand es richtig, so und nicht anders zu malen.

Er stand mit seiner Überzeugung gegen die ganze Welt.





Bertha von Suttner

Ihr Lebensthema wird das
Eintreten für den Frieden.

Dieser Aufgabe widmet sie ihr
ganzes Leben.

Ihre letzten Worte: Nieder mit den
Waffen!



Friedrich Koenig, Erfinder der Schnellpresse

Johann Friedrich Gottlob war Buchdrucker und Erfinder der Schnellpresse. Er war Mitbegründer von Koenig & Bauer, dem ältesten Druckmaschinenhersteller der Welt.



Heinrich Schliemann (1822-1890)



Schliemann hat von klein auf nur ein Ziel: die Ausgrabung Trojas

Crick und Watson: „Zwei Verrückte“ finden die Doppelhelix



Die Gründung von Google



Larry Page (2009)



Sergey Brin

Google – ein
Weltreich für sich



Eric Schmidt, Sergey Brin und Larry Page

Ideen können nur in einer aufnahmefähigen Umwelt umgesetzt werden

Die Tragik von van Gogh

Erathostenes war 2000 Jahre zu früh

Galilei musste abschwören

Der Kampf gegen die Klimaerwärmung

Resümee

Die Kräfte, die in uns stecken, zeigen sich am anschaulichsten in Selbstheilungen, die wir auch heute noch als Wunderheilungen bezeichnen können-

Manchmal können solche Kräfte durch äußere Mithilfe aktiviert werden. Dies ist z. B. in der Delfintherapie der Fall

Die menschliche Psyche kann sogar mental den Körper verändern, wie die Stigmatisierung zeigt.

Auch Halluzinationen und Visionen sind Beispiele der Kräfte, die im Menschen stecken

Die Ekstase als besondere Erlebnisform, die aus der normalen Existenz herausführt, geht auf die inneren Kräfte in uns zurück

Die menschliche Kreativität als Geschenk, das uns Menschen beschert ist, hat in der Menschheitsgeschichte die Kultur in vielfältiger Weise weiterentwickelt

Die Kraft von der Überzeugung einer Idee hat sich oft in Werken und Taten materialisiert

Besonders eindrucksvoll zeigt sich die menschliche Kraft in der Resilienz, der Fähigkeit, trotz ungünstigster Bedingungen genügend Widerstand aufzubringen, um das Leben zu meistern