

Edition Oberberg Stiftung

**HORIZONTE ÖFFNEN – VON DER
PSYCHOSOMATIK ZUR INTEGRALEN HEILKUNST
SYMPOSIUM 2009**

Impressum

Oberberg Stiftung Matthias Gottschaldt

Charlottenstr. 60 (Gendarmenmarkt)

10117 Berlin

Tel. 030 280972-73

Fax 030 280972-84

www.oberberg-stiftung.de

info@oberberg-stiftung.de

Büro Hornberg:

Oberberg 1

78132 Hornberg

Tel. 07833 792-0

Fax 07833 792-825

Satz + Gestaltung: Labor3 GmbH, Potsdam

Druck: Druckerei Rüss, Potsdam

Nachdruck - auch auszugsweise - nur mit
Genehmigung der Oberberg Stiftung

©2010

ISBN 978-3-9812913-1-5

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
Edda Gottschaldt, Berlin	
Achtsamkeit und die Entwicklung moralischen Bewusstseins	7
Franz-Theo Gottwald, München	
Der Paradigmenwechsel - Mit der Evokation vom mechanistischen zum systemischen Weltbild	23
Peter Heindl, Berlin	
Auswirkungen von Meditation auf das Gehirn	40
Ulrich Ott, Gießen	
Wirksamkeit von achtsamkeitsbasierten Therapieverfahren	55
Harald Walach, Northampton	
Spirituelle Intelligenz und Psychotherapie	74
Danah Zohar, Oxford	
Von der psychosomatischen Medizin zur integralen Heilkunst	109
Götz Mundle, Edda Gottschaldt, Berlin	
Angewandte Gelotologie	125
Eckart von Hirschhausen, Berlin	
Die heilende Kraft der Liebe	136
Willigis Jäger, Benediktushof Holzkirchen	

Vorwort

Edda Gottschaldt, Berlin

Am heutigen Tag schauen wir zurück auf 25 Jahre Oberberg-Konzept – dessen Wachstum den Erfolg anzeigt und der Erfolg wiederum die Sinnhaftigkeit der Methoden-Konstellation. So wie dessen Entstehung den Erfahrungen Matthias Gottschaldts zu verdanken ist, kann man die Weiterentwicklung an Erkenntnissen der therapeutischen Arbeit festmachen und nicht an theoretischen Vermutungen eines universitären Labors. Nicht die Reparatur unbequemer Symptome, sondern die Spurensuche nach potentialhemmenden Blockaden, um sie in potentialfördernde zu wandeln, spiegelt die Weiterentwicklung unseres Konzepts wider.

Diese Betrachtungsweise ist nur möglich, wenn wir aus der Spaltung von Wirkfaktoren herausgehen und Körper, Geist und Seele wieder gleichberechtigt in unsere Betrachtungsweise von Krankenbehandlung in Heilung einbeziehen. Dabei verlassen wir nicht den Boden des herkömmlichen Konzepts, sondern ermöglichen den Brückenschlag zwischen pathogenetischer Sichtweise zur salutogenetischen Dynamik (Prof. Götz Mundle) – aus statischer Sichtweise in entwicklungsdynamische Potentialförderung.

Die heutigen Referenten zeigen verschiedene Wege auf, um unser „innerstes Wesen“ (Willigis Jäger) auf Veränderungsprozesse im Sinne von Heilungspotentialen aufnahmebereit zu machen.

Einer dieser Wege sind achtsamkeitsbasierte Verfahren wie beispielsweise Meditation (Dr. Ulrich Ott).

Diese kann viele Gesichter haben: Zen-Meditation durch Stille; Klangmeditation durch Synchronisation von EEG-Impulsen (Peter Heindl); Humor als Stimulation von Endorphinen (Dr. Eckart von Hirschhausen).

Prof. Tobias Esch forscht auf dem Gebiet des Hirnstoffwechsels, sodass sichtbar wird, wie cerebrale Enzymkaskaden zu intrinsischer Lust und Glücksgefühlen führen, die wiederum (nach Prof. Gerald Hüther) Lern„fenster“ öffnen und somit Veränderungsprozesse im Sinne der Heilung, des persönlichen Reifungs- und Erkenntnisvermögens ermöglichen.

Die Entdeckung der spirituellen Intelligenz (Danah Zohar) und des moralischen Bewusstseins (Prof. Dr. Franz-Theo Gottwald) wird unseren Patienten helfen, durch innere Kraft den Weg „zurück ins Leben“ zu finden und in fortwährender Achtsamkeit (Prof. Dr. Harald Walach) einen Einwicklungsprozess zu beschreiten. Und so kann Abhängigkeit von äußeren krankmachenden Faktoren in positiv erlebte innere Unabhängigkeit gewandelt werden.

Ihre Edda Gottschaldt