

Zur Energie-Mobilisierung des Berserkers

HORST TIWALD

22. 06. 2012

www.horst-tiwald.de

Unter einem „**Berserker**“ versteht man **umgangssprachlich** einen ohne Rücksicht auf Verluste tobenden und in blinder Wut rasend kämpfenden, bzw. oft auch nur einen, der wie ein Amokläufer Wehrlose brutal angreift.

Solche Menschen gibt es in vielen Kulturen, die dort als **Typ** benannt, als **Rolle** kultiviert und auch nachgeahmt, bzw. bei vorhandener Disposition von Vorbildern trainiert wurden.

Das **Wort** „**Berserker**“ stammt aus dem **Nordischen**.

In Legenden werden dort mit diesem Wort gefürchtete Kriegshelden bezeichnet, die ungeharnischt in den Krieg zogen und wütend kämpften. Über deren Taten rankte sich eine breite **Legendenbildung**, die Unglaubliches berichtet.

In diesem Text beziehe ich mich auf die **Leistungsfähigkeit** des BERSERKERS¹.

Der Körper besitzt autonom **geschützte Energiereserven**, die er sozusagen „**nachhaltig**“ vorhält, um das **Überleben** zu sichern.

Geht es aber **situativ** um Leben und Tod, dann hat **Nachhaltigkeit** keinen Sinn mehr, und es werden auch die geschützten Energiereserven freigegeben und in den Kampf geworfen.

Dieses Freisetzen von **animalisch** gehorteten Energiereserven kann auf verschiedene Weise erfolgen:

- in Situationen „**auf Leben und Tod**“;
- in einem **krankhaften** Wutanfall;
- mittels **Drogen**, wie heute beim Doping;
- oder mit **auto-suggestiven** Methoden, die entweder eine **To-dessituation** oder eine **Identifikation mit einem Wütenden** oder einem **wütenden Tier** sich selbst „**einreden**“, was oft auch mit **Ritualen** verknüpft ist.

¹ Vgl. ISEGRIM: „**Berserker – Die Tierkestasekrieger der Germanen**“, BOHMEIER Verlag, LEIPZIG 2011.

- Oder mit **hetero-suggestiven** Methoden, wo dies durch einen **Führer** oder von der Gruppe sich **gegenseitig „eingeredet“** wird, was ebenfalls von Ritualen begleitet sein kann, bzw. wo oft auch die **Rituale** als **Auslöser** eines vorher erzeugten **Bedingten Reflexes** dienen.
- Daraus ergibt sich, dass, wenn der **„Bedingte Reflex“** bereits gebildet wurde, die **(kulturellen) Rituale** alleine ausreichen, um geschützte Energiereserven zu mobilisieren.
- Das **„Positive Denken“** ist eine einfache Variante dieses Weges, welches nicht **„nicht negative“**, sondern **positive** Situationen und Rollen **„einredet“** und dadurch eine entsprechende **innere Verfassung** herbeiführt.
- Ist in einer **Kultur** bereits **„ein Konto des Wütens“** eröffnet, dann zahlen sich jene **für diese Verfassung disponierten Menschen** selbst auf dieses Konto ein, wie sich z.B. auf das **kulturelle Konto „Fußballspiel“** jene selbst **„einzahlen“**, die sich dafür für geeignet halten und sich hingezogen fühlen.

Alle diese Wege des Freisetzens von autonom geschützten Energiereserven führen nach vollbrachter Leistung **zwangsläufig zur Erschöpfung**, u.U. auch zum **Tod**.

Ein weiteres Kennzeichen des **Kämpfens des Berserkers** ist, dass Energie **zu Lasten des aktuellen Wahrnehmens** mobilisiert wird, was zum **blinden**, unökonomischen und unangemessenen Kampf führt.

Von diesen Methoden, welche **gedachte Vorstellungen** bemühen und dadurch oft auf einen gedachten **„Soll-Wert“** orientiert sind, sind die **Methoden der Achtsamkeit** zu unterscheiden, die sich meist auf indische und fernöstliche Gedanken-Modelle berufen.

Hier geht es darum, das dem tatsächlichen „Ist-Stand“ **voraneilende** Denken und Vorstellen **auszuschalten** und die **Achtsamkeit** voll auf das Tatsächliche, d.h. auf den **„Ist-Stand“** zu **fokussieren**, um das aktuelle **Wahrnehmen zu optimieren**.

Das Denken:

- eilt hier nicht **vorstellend** der Wirklichkeit voraus,
- sondern **zieht aus dem Tatsächlichen** die Erkenntnis dessen heraus,
- was für einen selbst und im Umfeld als **tatsächliche Chance** gegeben ist,
- und mobilisiert die für die Realisierung der sich ergebenden Chance **angemessenen** Energien;

- wobei die **Energien des Umfeldes** (auch des Gegners) aktuell genutzt und in das eigene Leisten **einggebracht** werden.

Der **Berserker** tritt dagegen:

- in einer **Ekstase** aus der Wirklichkeit **hinaus** und schlüpft in eine **Rolle**,
- während der **Weg der Achtsamkeit** in die Wirklichkeit **hinein** führt.