



# Synergie – mit vereinten Kräften

Franz Sedlak

Synergie ist allgemein das Zusammenwirken von zwei oder mehreren Komponenten, dies können Stoffe, Kräfte, Menschen usw. sein. Der Synergieeffekt ist größer als die Summe seiner Komponenten. Charismatische Menschen zeichnen sich dadurch aus, dass sie viele Menschen um sich sammeln können, sie wirken als Zentrum, das die einzelnen Energien bündelt und oft

Erstaunliches schafft. Synergie ist aber nicht auf zwischenmenschliche Wirkfaktoren begrenzt. Jeder Mensch verfügt selbst über zumindest zwei Zentren: Das „Ich“ z.B. organisiert unsere verschiedenen Rollen. Das Ich, als Ausdruck unserer momentanen Selbstdefinition, ist die Koordinationsstelle für alle Rollen, die wir einnehmen wollen und müssen (in der Arbeit, in der Freizeit, in der Elternschaft, als Kind, als Partner/in...). Das Ich betrifft daher unser Funktionieren in der Welt.

Es gibt aber noch ein bedeutenderes Zentrum, nämlich das Selbst.

Das Selbst ist der Regisseur im Hintergrund. Das Selbst regelt unsere Lebensabläufe, Lebensenergien, und es ist noch mehr: Auf dieser Meta- Ebene ist das Selbst unser Wesenszentrum, das unsere seelischen, geistigen Kräfte verbindet. Das Selbst betrifft unser Mensch-Sein, unser Person-Sein. Wenn wir unsere Kräfte bündeln, können wir Unglaubliches erreichen. Dazu müssen z.B. unsere Rollen miteinander verbindbar sein, gehen nämlich unsere Kräfte in entgegengesetzte Richtungen, heben sie sich gegenseitig auf .

- Ist es heutzutage leichter, zwischen Rollen zu "switchen"? Erleben sich nicht zunehmend mehr Menschen zerstreut, zerrissen, gespalten, widersprüchlich?
- Gibt es bestimmte Rollen, die schwierig zu erfüllen sind?
- Ist das Selbst, das Wesen (was, wie, wer ich eigentlich im Innersten bin bzw. sein will), in der Welt des Virtuellen ein wichtiges Thema?

Synergie ist nicht nur kognitive Synthese, sondern ein energetisierendes Zusammenwirken. Wenn man z.B. die Verbindung zwischen zwei Konfliktseiten in sich selbst geschafft hat, dann setzt dies Freude und Erleichterung und auch Motivierung frei. Die Zerreißprobe ist bewältigt, die Pferde galoppieren nicht (mehr) in verschiedene Richtungen. Die Kräfte können durch unser Ich geeint werden (Reflektieren des Tagesablaufs, z.B. was war heute wichtig, wo habe ich heute das Gefühl gehabt, dass sich alles gut ineinander fügt?) und durch unser Wesenszentrum (Meditieren über den Daseinsvollzug, z.B. was ist für mich in meinem Leben besonders wichtig? Was strebe ich an ?) Sie werden nutzbar, wenn es eine gemeinsame Richtung gibt, auf die sie ausgerichtet werden können. Die Energie strömt aus unserer Wesensmitte, die Richtung gibt uns der von uns gesuchte und gefundene Sinn vor: unsere verschiedenen Regungen sind wie Vektoren, die wir addieren können und dadurch Synergieeffekte erzielen.