

Die Lust am Unsichtbaren

Feinstoffliche und spirituelle Aspekte der Körperpsychotherapie

x

Eröffnungsvortrag 24.GBP-Fachtagung 6.- 8.10.2023
Bettina Specht

(Bild Eröffnung)

Liebe Gäste, liebe Interessierte,
liebe Kollegen und Kolleginnen,
liebe Freunde und Freundinnen

Es freut mich sehr, dass ich diesen Eröffnungsvortrag für Euch halten darf.
Im ersten Moment habe ich gezögert, als die Wahl meiner lieben KollegInnen auf mich kam.

Doch dann wurde mir klar, dass das Thema tatsächlich mein Lebensthema umfasst.

So wird dieser Vortrag auch ein persönlicher Vortrag.

Die biodynamische Körperpsychotherapie begleitet mich mein gesamtes erwachsenes Leben und ich übe sie seit 1993 in eigener Praxis aus.
Der innere Weg, die Spiritualität ist aus meinem Leben nicht weg zu denken.

(Foto Wüste)



Seit ich 1996 das erste Mal für ein Retreat in die Wüste gezogen bin, ist die Form des Retreats ein wesentlicher Bestandteil meines Lebens. Seit 2001 begleite ich jährlich um die Osterzeit Menschen in ihre schweigende Auszeit in der tunesischen Sahara.

Verschiedene spirituelle Wege kreuzten meinen Weg. Dem Sufismus und dem Diamond Approach, der von A.H.Almaas gegründeten Rhidwan-Schule, blieb ich am treuesten. Beides über weit mehr als 20 Jahre. Obwohl sowohl der Buddhismus, als auch ein Kurs im Wundern als christlicher mystischer Weg, und früher auch schamanische Erfahrungen ebenso bedeutsam erscheinen.

(Foto Blumenkranz auf einem Seil über dem Ganges)

Daraus ist ganz natürlich eine gegenseitige Befruchtung erwachsen. Und auch ein Begreifen der Unterschiedlichkeit.

In der Vorbereitung auf diesen Vortrag wurde ich von Thomas Haudel auf das Buch von Norbert Mönter: „Religiöser Glaube und Spiritualität - Wandel und Vielfalt aus psychiatrischer und psychotherapeutischer Sicht“ aufmerksam gemacht und fand folgendes darin:

(Bild Text)

Spiritualität hat als eine Kategorie gesundheitlichen Wohlbefindens in den Definitionen der WHO Eingang gefunden.

Die Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Nervenheilkunde und Psychosomatik (DGPPN) hat seit 2013 eigens ein Referat für „Religiosität und Spiritualität in Psychiatrie und Psychotherapie, Migration eingerichtet. Von diesem wurde 2016 ein Positionspapier vorgelegt, das davon ausgeht, „das Religion und Spiritualität zum Menschsein dazugehören“ und „sowohl beim Patienten als auch beim Psychiater/ Psychotherapeuten identitätsbildend sind.“, „Religion und Spiritualität sind als persönliches Sinnsystem und kulturbildende Einflussfaktoren in der Psychotherapie wahrzunehmen und zu würdigen.

Die WPA (World Psychiatric Association) hat in ihrer zusammen mit der WHO herausgegebenen Stellungnahme zu R./S in der Psychiatrie herausgefunden, dass in 3000 empirischen Studien weltweit der Zusammenhang zwischen Religiosität/Spiritualität und Gesundheit untersucht wurde. (S. 13)

Es freut mich, dass Spiritualität und Religiosität Achtung und Wertschätzung darin erfahren und es darüber hinaus zahlreiche Studien dazu gibt.

Spiritualität und Religiosität hatten über lange Zeit in unserer westlichen Welt ihr Zuhause in der Kirche und der Theologie. Die Seelsorge war und ist darin ein eigener Bereich.

Die Psychiatrie und Psychotherapie gehören zur Medizin. Und fast möchte ich sagen, die HeilpraktikerInnen, wie es viele von uns sind, schwimmen irgendwo in dem Übergang zwischen beiden Positionen herum.

Doch beide Bereiche haben gemeinsam sich mit den Erfahrungen der Seele zu beschäftigen. Und in beiden Bereichen erzählen Menschen anderen Menschen von ihren Ängsten, Wünschen und Träumen. Suchen Begleitung in den großen Bewegungen des Lebens von Geburt, Beziehung, Krankheit, Trauer und Tod. Und eben auch von außergewöhnlichen Erlebnissen, die über das Irdische hinaus weisen.

In dem Bereich der biografischen Krisen sind wir als KörperpsychotherapeutInnen gut bewandert. Die Erfahrungen, die eng mit der persönlichen Lebensgeschichte verbunden sind, das Wiedererleben und Heilen von traumatischen Ereignissen in der eigenen Lebensgeschichte, auch die Entwicklungstraumata, gehören zu unserem Handwerkszeug. Ob es sich dabei um physischen oder sexuellen Missbrauch, den Verlust eines Elternteils oder nahen Menschen, Krankheiten, Operationen und andere schwierige Ereignisse handelt, mit ihnen gehen wir um. In wie weit wir uns dabei eines spirituellen Aspektes bewusst sind hat sicherlich viel mit der Person der TherapeutIn und der therapeutischen Beziehung zu tun. Darauf komme ich ein wenig später noch ausführlicher zu sprechen.

Sicherlich ist es für eine Psychologie, die nicht über die Materie und die nachvollziehbare Geschichte hinausdenkt, in dem Bereich der außergewöhnlichen Erfahrungen, zu denen spirituelle Erfahrungen wie zum Beispiel transpersonale Wahrnehmungen, Kundalinierweckungserfahrungen und Nad- Toderfahrungen zählen, schwer nicht zu pathologisieren.

Und genauso sehe ich es für die spirituellen Bereiche und esoterischen Übungsfelder als absolut notwendig außergewöhnliche Erfahrungen abzugrenzen gegenüber Psychosen, besonders der organischen Psychose. Wenn Menschen einen Mangel an Einsicht, paranoide Wahnvorstellungen und Halluzinationen, chronische Zustände, langjährige Psychatrieaufenthalte oder Beruhigungsmittel in hohen Dosen nehmen, sollte von einer „Spiritualisierung“ ihrer Zustände Abstand genommen werden. Manchmal erscheint das in esoterisch - spirituellen Zusammenhängen schwierig, weil die begleitenden Menschen nicht entsprechend ausgebildet sind. (Vergl. Grof S.24ff)

(Foto Durchgang in eine Höhlenwohnung)

Wie gehen wir damit um, wenn uns eine KlientIn von Einheitserfahrungen mit dem gesamten Universum, Visionen und Bildern von weit entfernten Orten und Zeiten, Empfindungen von pulsierenden Energieströmen im Körper, die von Krämpfen und heftigem Zittern begleitet werden, berichten? Oder Erfahrungen von Licht, Lichtblitzen, strahlendem Licht, Regenbogenfarben oder auch Angst davor, verrückt zu werden, oder sogar zu sterben? Oder gar von Besessenheit erzählt.

In einer Welt, in der das Greifbare, Materielle und Messbare wirklich ist, kann man schnell dazu neigen religiöse und mystische Aktivitäten als Unwissen, Aberglauben, Irrationalität oder emotionaler Unreife zu bezeichnen. Oder schlichtweg als „verrückt“ abtun.

Wenn wir in die Bereiche der Mystik und der Religion eintauchen, sind aussergewöhnliche Zustände keine Seltenheit. Auf spirituellen Wegen hat es in früheren Zeiten LehrerInnen gegeben, zu denen SchülerInnen eine nahe Beziehung hatten.

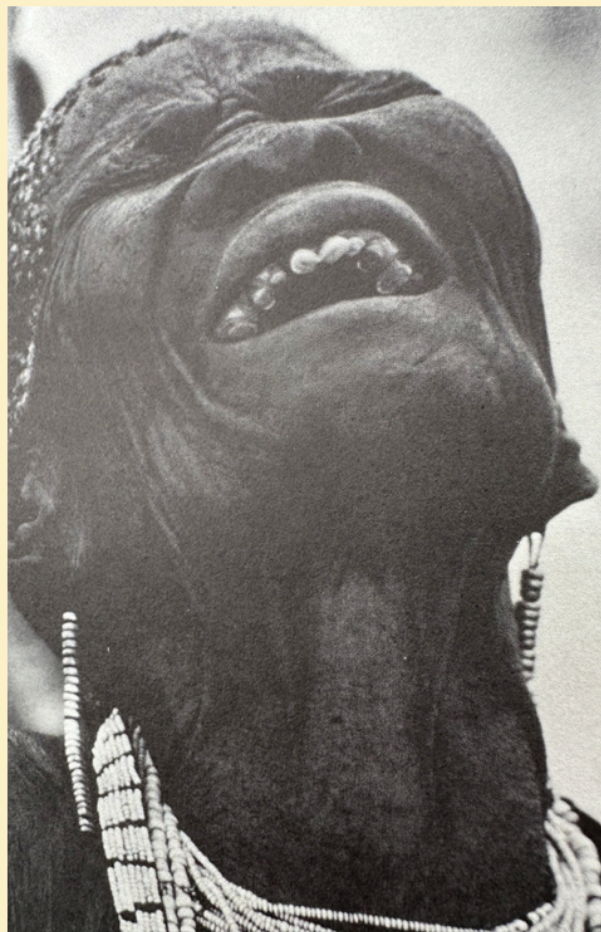
Es gab Unterweisungen, Belehrungen, Regeln und immer wieder eine Einbindung in eine Struktur, in Traditionen, sei es in Klöstern oder anderen Gruppen, und meist auch eine besondere Beziehungen zu den begleitenden Menschen und der Gemeinschaft.

(Foto NUM)

Num Heilen in Ekstase

Spiritualität
und
uraltet
Heilwissen

Richard Katz



Richard Katz beschreibt in seinem Buch „Num - Heilen in Ekstase“ die Verbindung zwischen Spiritualität und uraltem Heilwissen. Bei dem Stamm der „Kung“ einer Jäger- und Sammler-Kultur der Kalahari Wüste in Botswana werden durch ekstatische Heilungstänze das „Num“, die Heilungskraft, die im Bauch sitzt, erhitzt bis es die Wirbelsäule hinaufsteigt. Wenn „Num“ den Schädel erreicht, tritt der Heiler in einen Zustand der Transzendenz ein, der „Kia“ genant wird, ein Zustand des erweiterten Bewusstseins, in dem die Heilenden große Distanzen zu überblicken vermögen, in den Körper anderer hineinsehen und mit Göttern in Verbindung treten können.

Mich selbst haben Erzählungen wie diese immer fasziniert, erinnern sie mich doch an die große Sehnsucht aus der „Ich-Haut“ hinaus zu wachsen. Doch wir selbst leben nicht in solchen Gemeinschaften, die diese Energie mit tragen.

Ganz im Gegenteil. Viele Menschen in der westlichen Welt leben alleine und erfahren einen Mangel an Einbindung und damit auch einen Mangel an Resonanz.

(Foto - Blumen und Lotusblumen in dunklem Wasser)

Ich will an dieser Stelle eine Geschichte von einer Klientin teilen: Sie war in Kaschmir unterwegs, als man dort noch reisen konnte, und hatte sich bei einer Familie auf einem Hausboot einquartiert. Dort wurde sie krank.



Die Großmutter der Familie lud meine Klientin ein sich zwischen die Frauen zu legen um sich dort gesund zu schlafen. Frauen und Männer lagen voneinander getrennt, doch jeweils dicht nebeneinander. Niemand schlief alleine. Meine Klientin lehnte ab, es war ihr zu fremd und sie wollte die anderen auch nicht anstecken.

Die alte Frau sagte darauf wohlwissend zu ihr:

„Ihr westlichen Menschen seid zu wenig verbunden miteinander. Das macht euch krank.“

Damit sie sich nicht so alleine fühlen sollte, legten die Frauen der Familie ihr Blumen ins Bett.

Gerade wenn wir in besonderen Momenten, das kann eine Krankheit genauso sein, wie in den Kontakt mit außergewöhnlichen Energien zu kommen, brauchen wir Gemeinschaft, oder zumindest ein verstehendes Gegenüber um die Erfahrung integrieren zu können.

Hier wird die therapeutische Beziehung bedeutsam für den spirituellen Weg.

(Foto zwei Hände- Therapeutische Beziehung)

Johannes B.Schmidt geht in seinem Buch „Das Transzendente in der Psychotherapie“ von einer Therapeutischen Begegnung aus, die eine zentrale Rolle, sogar ein Hauptwerkzeug in der Therapie darstellt. Er beschreibt:

Die therapeutische Beziehung



(Text-Bild)

Die therapeutische Begegnung gilt als Hauptwirkfaktor in der psychotherapeutischen Behandlung (Lambert&Barley2001). Allan Schore (2003) betont die Fähigkeit, Gefühle mit dem Gegenüber gemeinsam erleben und teilen zu können, als wichtigsten Heilfaktor in der Klient-Therapeut-Beziehung. Nach Orlinsky und Roennestad (2005) variere die psychotherapeutische Wirksamkeit mehr mit der Person des Therapeuten als mit der angewandten therapeutischen Technik.

Wenn ich mir manchmal selber zuhöre, wie ich die Biodynamik darstelle, wie ich sie gegenüber anderen beschreibe, höre ich mich wiederholt von der Bedeutung der therapeutischen Beziehung sprechen. Sie scheint mir in unserer Therapieform ein wichtiges Element zu sein.

(Text-Bild)

„Psychotherapie ohne Liebe ist für mich keine wahre Psychotherapie“ , schreibt Gerda Boyesen in ihrem Artikel „Psychotherapie und Spiritualität“ (Im Energiekreis des Lebendigen S.176) und weiter „Der Psychotherapeut muss etwas haben, was ich die „Qualitäten der Ewigkeit“ oder die „himmlischen Qualitäten“ nenne. Die Qualitäten der Ewigkeit sind zuallererst menschliche und universale Liebe. Liebe hat heutzutage so viele verschiedene Bedeutungen: Hier ist die Liebe zu den Menschen mit offenem und selbstlosen Herzen gemeint.“ und weiter „die heilende Kraft einer

Psychotherapie liegt darin, dass sich der Patient von seinem Therapeuten verstanden fühlt.“

Mir fällt dabei eine Geschichte von Gerda Boyesen ein. Es kann sein, dass sie sich anders zugetragen hat. Ich erzähle sie frei aus meinem Gedächtnis. Während meiner Ausbildung irgendwann Anfang der 90ziger Jahre erzählte Gerda folgende Begebenheit. Sie blieb mir als Beispiel einer besonderen Form von therapeutischer Beziehung im Sinn.

Vielleicht kennen einige von Euch diese oder ähnliche Geschichten.

Gerda erzählte von einem Holzfäller, der bei ihr in Therapie war. Er war aufgrund von Potenzproblemen gekommen. Sie erzählte in ihrer so eigenen Art wie sie einfach „vergnügt gesessen“ hatte und eigentlich nicht viel geschah, außer, dass sie sich selbst ihren Strömungen überließ und sich dessen bewusst war.

Dies hatte Erfolg.

Nach einigen Sitzungen dieser Art kamen Gerda Gedanken, oder ich würde heute sagen ihr Über-Ich mischte sich ein, und sie meinte, sie müsse doch richtige Therapie mit ihm machen. Also Mattenarbeit und ähnliches.

Bei der nächsten Sitzung war der Klient sehr unzufrieden und wollte, dass sie genau das wiederholen sollte, was sie am Anfang der Therapie gemacht hatte. Denn das hatte ihm gut getan und war erfolgreich für sein Problem.

Der Begriff „Sitze vergnügt“ blieb mir seitdem deutlich im Sinn.

Doch was genau ist da zwischen ihr und dem Klienten passiert?

Handelte es sich um Einfühlung, Einstimmung auf den Klienten, der sich dadurch entspannen konnte?

Oder fand eine Form der Energie-Übertragung, wie sie aus den spirituellen Traditionen bekannt ist, statt?

Oder etwas ganz anderes?

Thomas Hübl gibt in seinem Buch „Kollektives Trauma heilen“ auf S.94 eine schöne Beschreibung von Einfühlung:

(Text-Bild)

*Mit einem gesunden Nervensystem können wir uns auf andere so einstimmen, dass ein gemeinsamer Erfahrungsraum entsteht. Wo das gelingt, sind wir fähig und bereit, die Energien, Gedanken und Gefühle eines anderen so in uns aufzunehmen, dass er oder sie sich „**geföhlt föhlt**“.*

Das kennen wir sicherlich alle in dem ein oder anderen goldenen Momenten in Therapiesitzungen mit unseren KlientInnen.

Kürzlich beschrieb eine zusehende Teilnehmerin dieses Phänomen in einem Workshop mit folgenden Worten.

„Das sah so aus, als ob ihr beide in einer gemeinsamen Blase wart. Wir anderen waren irgendwie außerhalb.“

Für mich fühlte sich die selbe Situation tatsächlich ähnlich an. Ich war in einem Augenkontakt mit der Klientin, die gerade eine schwierige Erfahrung gemacht hatte. In mir selbst spürte ich völlige Offenheit, Urteilsfreiheit, Empfangsbereitschaft und pures Strömen.

Sie bestätigte mir später, dass sie sich gefühlt und begegnet gefühlt hatte.

In seinem neuen Buch „atuning“ geht Thomas Hübl wohl noch deutlicher auf dieses Phänomen ein. In einem Video über dieses Buch im Gespräch mit Gabor Mate sagt er folgendes:

(Text-Bild)

Beeing truely present with another person is amongst the most precious gifts you can offer. After just a short time together this way your friend will start to feel a little more grounded and relaxed, too. Your grounded and relaxed nervoussystem has a coregulative function for their nervoussystem. By councieslessly choising to stay open and connected to what you are feeling and sensing you previde an unspoken but very real support for others who are connected with you.

Ein Nervensystem correguliert ein anderes Nervensystem beschreibt die heilende Präsenz durch eine/n entspannte/n TherapeutIn.

Die Voraussetzung dafür ist eine Transzendenz des Therapeuten wie Johannes B.Schmidt es formuliert:

(Text-Bild)

Als Grundvoraussetzung für therapeutische Arbeit muss sich daher ein Therapeut selbst hinterfragen und transparent sein für seine innere und wechselseitige Landkarte in unterschiedlichen Lebensphasen und -situationen. Menschen, die diesen Weg gegangen sind, machen dabei eine paradoxe Erfahrung: Je mehr sie sich in sich selbst vertiefen, umso selbsttransparenter und selbsttranszendenter werden sie. (S.31)

(Wüstenfoto face to face- Meditation)

In meiner Arbeit als Retreat-Guide sitze ich während der 6,5 tägigen Schweigezeit in der Wüste jeden Tag mit jedem Menschen in einer face to



face Meditation. Während wir schweigend voreinander sitzen, lasse ich mein Inneres leer und empfangsbereit werden, atme die Atmosphäre des Gegenübers und des Raumes zwischen uns, ein.

Meist bin ich in meinem Herzen zentriert und atme dort ein, spüre auf die im eigenen Inneren erscheinende Resonanz.

Umso weniger vorgefasste Meinungen in mir herumlungern, umso eher stellen sich erstaunliche Phänomene ein. Dann öffne ich die Augen, sehe mein Gegenüber und frage, wie es geht. So findet ein Abgleich der vorher innerlich gespürten Empfehlungen für die Meditation und Kontemplation oder anderen Übungen für diesen Menschen an diesem Tag statt.

(Foto Berge)

Während meiner Ausbildung zum Retreat-Guide haben wir zahlreiche Variationen der Einfühlung erprobt.

Hier kommt zur Einfühlung noch etwas dazu. Wir öffnen uns für Potenziale, die über die bisherige Erfahrung hinaus gehen. Und nicht nur das, wir schauen aus einer anderen Perspektive.

An dieser Stelle habe ich die Frage von Clemens Kuby immer gemocht:

(Textbild)

Bist du ein Körper, der eine Seele hat oder bist du eine Seele, die einen Körper hat?

(kurzer Moment Stille)



Sie lädt ein, die eigene Perspektive wahrhaftig zu untersuchen.

Die Perspektive im Retreat ist aus der Region der Seele, oder sogar aus der Region des Göttlichen, True Nature oder vielleicht könnten wir es auch Primärpersönlichkeit nennen, die das Leben betrachtet.

So wird es möglich auch Mantren, Anrufungen und Gebete, die das „Jenseits der Schwelle des Irdischen“ anklingen lassen, zu verwenden.

Wie zum Beispiel die Mantren der Sufis, die Wazaif oder Namen Gottes, die 99-121 archetypische Qualitäten der Seele beschreiben.

Manchmal erscheinen in diesem Prozess der Einfühlung vor meinem inneren Auge Bilder, manchmal *höre* ich plötzlich etwas oder *weiß* etwas, was ich eigentlich nicht wissen kann.

(Foto-Kaligrafie)

Allah nur a sa-ma-wat wal-al-and

Allah ist das Licht der Himmel und der Erde

Wir wissen es aus der Quantenphysik, ist Licht sowohl in Bewegung gesetzte kleinste Teilchen Quanten, als auch Schwingung.

In der Quantenphysik dient das Doppelspaltexperiment häufig dazu, den Welle-Teilchen-Dualismus zu demonstrieren. Es wurde nicht nur mit Licht,

Allah nur a sa-ma-wat wal-al-and

Allah ist das Licht der Himmel und der Erde



sondern auch mit Elementarteilchen, Atomen und Molekülen durchgeführt. Dass sich auch hierbei Interferenzmuster zeigen, ist ein Beleg für die Tatsache, dass auch materielle Körper Welleneigenschaften haben. (Wikipedia)

In der Umkehrung würde es bedeuten, dass Körper auch Licht sind. Im Christentum steht das Licht in der Selbstbezeichnung Jesu Christi- „Ich bin das Licht der Welt“ (Joh 8,12EU) – für die Erlösung des Menschen aus dem Dunkel der Gottesferne.

(Foto+ something more im leuchtenden Himmel)

Es können Erfahrungen geschehen, die das Leben auch scheinbar völlig umschmeißen.

So ist es mir bei meinem ersten Retreat in der Wüste gegangen.

Und sicherlich ist das auch ein Grund warum zu allen Zeiten HeilerInnen, Suchende, ProphetInnen in die Wüste oder an vergleichbare Orte gegangen sind.

In der Leere der Wüste, wenn uns nichts anderes übrig bleibt, als uns zu ergeben, tritt das „Ich“ zur Seite und macht Raum für etwas anderes, „something more“ wie Gerda es nannte, das weitaus größer ist als unser Körper, unsere Emotionen, unser Verstand unsere Beziehungen und all das, was die Konzepte unseres Lebens ausmacht.



Something More

Ich glaube Menschen suchen bewusst oder unbewusst immer wieder Erfahrungen, die sie über die Begrenzungen ihres Daseins erheben. Formen von extremen Sportarten, Drogenkonsum, auch Krankheiten, oder eben spirituellen Praktiken können unser Bewusstsein über unser kleines Ich hinaus erweitern.

Ganz natürlich kommen wir im Moment der Geburt und des Todes an eine Grenze.

Erfahren eine Grenzerfahrung.

Die perinatalen Krisen rund um die Geburt beinhalten laut Christina Grof (vergl.S.31 spirituelle Krisen) bisweilen auch die Themen von Wiedergeburt und Tod.

(Text-Bild)

„Dieses Annehmen (statt Verdrängen) ist der Weg in eine heilsame Integration von Erfahrungen. Gefühle wie Angst, Panik, Wut, Verzweiflung, auch Schmerz, Ekstase und Kraft werden gespürt, wie ein Baby sie spürt, doch diesmal von einem Erwachsenen auf der Suche nach Bewusstheit und Selbsterkenntnis! (vergl. Thurmann, S. 13)“, schreibt Renate Abel.

In unseren biodynamischen Workshops der Geburtsarbeit berühren wir diesen Punkt immer wieder und können hier neue Akzente setzen. Dank an all die, wie Dich Ebba, die Birth Release entwickelt hat, oder andere Formen

der Arbeit, die Bewusstsein in diesen frühen Erfahrungsbereich unserer Psyche bringen.

Er ist grundlegend. Hier unterscheiden wir uns in der Biodynamik auch von anderen Körpertherapien, die nicht mit dem Thema der Geburt umgehen.

Renate Abel beschreibt in ihrem Buch „Mein Weg ins Leben“ die möglichen Folgen nicht resonierender Begleitung in der therapeutischen Beziehung:

„In therapeutischen Prozessen begegnen uns Verhaltensweisen bei KlientInnen, die auf traumatische Erfahrungen in der Schwangerschaft, bei der Geburt, oder nach der Geburt zurückzuführen sind. Unbearbeitete eigene Traumata von TherapeutInnen sind ein blinder Fleck im Erkennen dieser Dynamik bei KlientInnen (vergl. Janus 2013, 189). Wird die traumatische Ladung nicht erkannt, wirkt sich dies hemmend auf den therapeutischen Prozess aus und kann sogar retraumatisierend wirken.“

Mit Glück, wie wir es von dir Mona und deiner Arbeit des Alpha-Nursings erfahren haben, ist für einige Momente eine Mutter da, die es schafft im Augenkontakt wirklich präsent zu sein und somit so viel wie möglich Licht anwesend sein lassen kann, wodurch die Alpha-Wellen im Gehirn des Babys unterstützt werden.

Doch die Trennung von der Primärpersönlichkeit, von Essenz, ist unaufhaltbar und geschieht.

Ich habe mich schon als Heranwachsende gefragt, wie es geschehen kann, dass Menschen andere Menschen foltern oder quälen. Wie kommt es dazu, dass überhaupt Gewalt und Krieg wesentlich in der Welt vorhanden ist?

Auf eine Weise begann ich langsam zu verstehen.

Der Ursprung der Wut ist an einer anderen Stelle zu verorten.

Es ist die Verzweiflung nicht im wirklichen Potential des Menschseins zu sein.

Und das macht die Menschen zutiefst wütend.

Getrennt von der tiefsten Tiefe ihres Wesens zu sein und nicht zu wissen, wie sie nach Hause kommen, macht verzweifelt wütend.

Und diese Wut ist vielleicht verbunden mit der schizoiden Wut.

Eine Naturgewalt, die aufbrandet.

(Foto- Gischt Wasser)

Bei den meisten Menschen ist diese Wut unbewusst und ein reines Ausagieren.

Was wir hier in der Biodynamischen Körperpsychotherapie versuchen, ist ein Erfühlen und damit verbundenes Bewusstsein in unsere Strukturen, die im

Laufe des Lebens und besonders am Anfang unseres Lebens, entstanden sind, zu bringen.

(Foto- Wut einer Frau)

Die schizoide Wut, die die Verzweiflung am Anfang des Lebens über die Trennung aus dem Urgrund, der Verbindung mit der Mutter ist, ist ebenso eine so pure verzweifelte Wut vom Ursprung, vom Licht, von der Quelle, von der Ungetrenntheit, von der Entfaltung, von der Reinheit entfernt und getrennt zu sein.

Und dabei ohne Resonanz zu bleiben.

Ohne gefühltes Verstehen und Einschwingen.

Auf der Ebene der Emotion bleibt nur die pure, ungefilterte Wut als Antwort.

Es gab in diesem Moment der ursprünglichen Erfahrung noch keine Sprache und kein mentales Verstehen.

Hier ist das Ausagieren beheimatet.

(Foto Gruppe, die Frau darin gehalten)

Wie gut, wenn durch ein achtsames Begleiten in den sprachlosen Gebieten unserer emotionalen Regionen, Resonanz entstehen kann.

Das unterscheidet die Körperpsychotherapie von anderen Formen der Psychotherapie.

Wir stellen unsere Hände oder unseren ganzen Körper in einen Dienst für die Erfahrung von Resonanz für die KlientInnen.

Dadurch kann eine Verkrampfung der Psyche auf der Körperebene entspannen.

(Text +Foto)

„Hinter allem Haß, aller Enttäuschung, Furcht und anderen negativen Gefühlen ist das unabhängige Wohlbefinden; diese göttliche Qualität wird zurückkehren, wenn die unterdrückten Gefühle hochkommen und das System verlassen konnten. Denn hinter Haß ist Liebe und hinter Mißtrauen ist Vertrauen.“ (Gerda Boyesen S.184)

Das ist Gold wert. Für manche erscheint tatsächlich die verschmelzende Liebe in der Farbe Gold.

Mona Lisa sagte mal: „ Du kannst nur etwas loslassen, was du gehalten hast.“

Wir können auch unsere Persönlichkeit erst loslassen, wenn wir sie begriffen haben.

Wenn sie begriffen und gespürt worden ist.

Das ist das große Geschenk der Psychotherapie.

Raum zu geben sich selbst zu erfahren. Auf der einen Seite die Verletzungen und Wunden der eigenen Geschichte auftauchen zu lassen und sie als Wunden und Verletzungen zu sehen, begreifen und zu verstehen.

Hinzuschauen, was es braucht, damit sie Resonanz erfahren und entspannen können. Damit sie den Weg frei machen mit der Primärpersönlichkeit, dem wahren Kern Kontakt aufzunehmen.

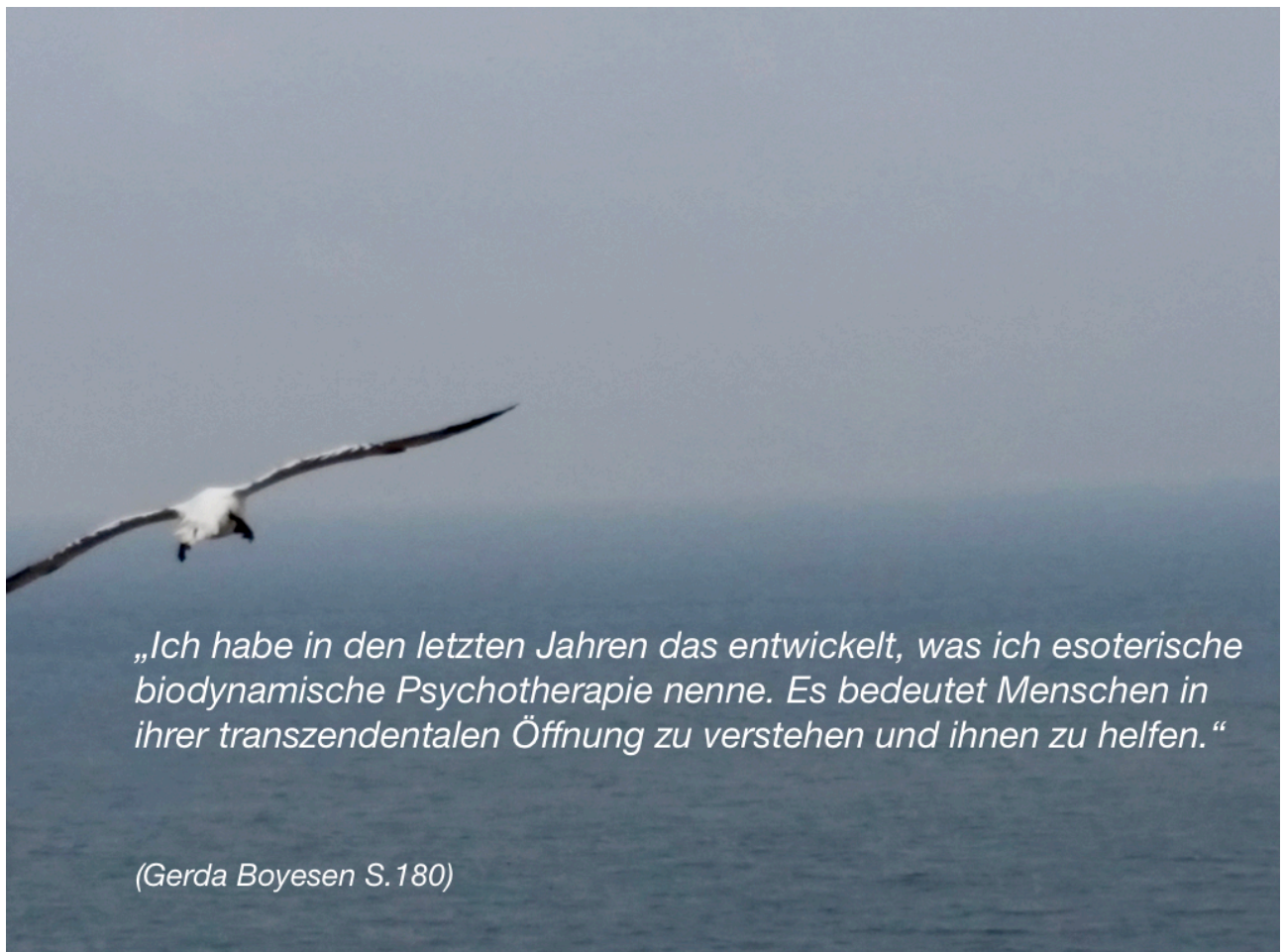
Und dann braucht es die Einladung, sich mit Essenz wieder zu verbinden, und den ursprünglichen Schmerz der Trennung mit einzubeziehen.

Denn sonst bleiben wir in den vielen Möglichkeiten der Strukturen, all den Abwehrmechanismen gegen die innere, gefühlte Mangelhaftigkeit hängen.

(Text- Bild)

„Wir fühlen uns nicht hier und heute wertlos, weil wir in der Vergangenheit schlecht behandelt wurden oder man uns nicht wertschätzte. Die Wertlosigkeit wird hier und heute von der mangelhaften Leere aufrechterhalten, die durch den Verlust eines Aspektes unseres Seins entsteht. Dieser Verlust (von Essenz) ist die Hauptursache, nicht die Ereignisse, die ihn verursachen.“ (S.91 die Leere A.H.Almaas)

Es gibt unzählige Formen, die sich als Kompensations- oder Abwehr - strukturen der Trennung aus True Natur, dem Sein, Essenz, Gott, oder wie auch immer wir es nennen wollen, entwickelt haben.



„Ich habe in den letzten Jahren das entwickelt, was ich esoterische biodynamische Psychotherapie nenne. Es bedeutet Menschen in ihrer transzendentalen Öffnung zu verstehen und ihnen zu helfen.“

(Gerda Boyesen S.180)

Dann kommen unsere KlientInnen über Jahre mit den selben Themen in anderen Mäntelchen wieder.

Das Leben entfaltet unzählige Spielplätze von Problemen, die scheinbar bewältigt werden müssen.

Hier kann die Körperpsychotherapie lernen zur Seite zu treten und sobald eine Atmosphäre von Präsenz /True Natur/Primärpersönlichkeit/Something More im Raum ist, bewusst Raum zu geben.

(Text+Foto mit einem Vogel im Flug)

„Ich habe in den letzten Jahren das entwickelt, was ich esoterische biodynamische Psychotherapie nenne. Es bedeutet Menschen in ihrer transzendentalen Öffnung zu verstehen und ihnen zu helfen;“ (S.180)

So darf Raum entstehen für Offenheit, Nicht-Wissen, Erforschen des Momentes.

Das Erleben von Raum selbst wird auf diese Weise kultiviert.

Essenz erscheint in ihren vielfältigen Aspekten.

(Text-Bild eigene Impulse)

Wenn ich mit Menschen in der Wüste bin werde ich oft Zeugin einer großen Freiheit.



Im weiten, ungestörten Raum der Sanddünen lassen die Menschen im Angesicht der Grenzenlosigkeit ihre Masken schneller fallen.

„Den eigenen Impulsen zu folgen, dem Eigenen Ausdruck zu verleihen, einfach das zu tun, was gerade auftaucht und gleichzeitig zu wissen, dass es in diesem Moment absolut richtig ist, ist für die meisten Menschen zutiefst heilsam. Wenn wir frei und ungestört dem Inneren folgen können, zeigt sich die eigene, innewohnende Wahrheit und Weisheit deutlich. Wir haben die Fähigkeit genau zu fühlen, wann etwas wirklich richtig ist. Es gilt diesen einen Moment immer aufmerksamer und feiner zu erspüren. Ganz dieser Moment zu sein. Der eigenen Wahrheit Ausdruck zu verleihen, macht Menschen gesund.“ (Wüstenlicht, Prolog)

(Foto- Impulse in der Wüste, Frau rollt über eine Düne)

Wie die Mystiker sagen wird dann das Antlitz der Seele sichtbar und ich merke wie ich mich immer wieder aufs neue verliebe , in dieses wirkliche Gesicht der Menschen.

Ich selbst hatte das große Glück bei meinem ersten Retreat in der Wüste weit über mich hinaus gehoben worden zu sein und in Licht und Liebe gebadet worden zu sein.

Damals nannte ich es LichtLiebe, weil Licht und Liebe nicht getrennt erfahren wurden.



**Von True Nature/Gott/Essenz/Der LichtLiebe
getrennt zu sein ist der Ursprung allen Schmerzes**

Visionen und Erkennen, Heilung an anderen Orten geschah oder offenbarten sich mir zahlreich in diesem Zustand der Einheit, die keine Zweiheit kannte.

Die Entfaltung geschah einfach. Es gab niemanden, der oder die sie machte oder versuchte sie herzustellen. Alles entfaltet sich aus sich selbst heraus.

Seit den Erfahrungen in der Wüste sehe ich die ursprüngliche Wunde unter allen anderen Wunden:

Nämlich von der Essenz/True Nature/Gott /Der Liebe oder wie auch immer man es nennen mag getrennt zu sein, ist der Ursprung allen Schmerzes.

Ali Hameed Almaas drückt es so aus:

(Text-Bild)

„Meist ist das Ziel der Psychotherapie die Konflikte auf der psychischen Ebene zu lösen. Das wird erreicht indem wir am Verstehen und an den Ursprüngen der Konflikte in der Kindheit arbeiten. Psychotherapie glaubt, dass durch das Verstehen und die Entladung der unterdrückten Energie sich die Konflikte auflösen.

Aber wie kann das sein, wenn der hauptsächliche Mangel, der Verlust von Essenz ist?“ (A.H.Almaas)

Mit meiner spirituellen Erfahrung von Essenz geschah eine Bewusstseinserweiterung - und in der Folge davon wurden mir all meine persönlichen Muster, Verstrickungen, Strukturen sichtbar vor die Nase gehalten.

Die Mystiker nennen diesen Vorgang des Auftauchens der Schattenseiten „die dunkle Nacht der Seele“, die unweigerlich auf eine Öffnung folgt.

Johannes vom Kreuz hat ein ganzes Buch darüber geschrieben.

In meiner Erfahrung rang ich mit den inneren Anteilen, dem Ego an vorderster Front, die versuchten die „besonderen Erfahrungen“ zu einem Ding zu machen, um sie wiederholbar und abrufbar zu machen.

Samaroona Bruunk beschreibt diesen Vorgang der Verdinglichung in seinem Buch „Das Innere Zuhause“ folgendermaßen: (S.146)

(Text-Bild)

„Die Welt der Menschen orientiert sich an Konzepten, die das sich verändernde Leben in Formen festhalten, die verdinglicht werden - und mit diesen „Dingen“ identifizieren wir uns. So funktioniert der Verstand, er erkennt die Erfahrung, er macht sie zu einem Gegenstand, zu einem Ding - und identifiziert sich damit. So verhindert der Verstand den natürlichen Fluss des Lebens, weil er an bestimmten Dingen festhält und andere ablehnt, er kreiert eine Fixierung, wir schauen auf uns selbst, als wären wir ein Ding, klar umrissen mit Grenzen und Einschränkungen. Die Perspektive des Ego ist damit geboren. Nicht nur verwandelt der Verstand uns in ein Ding- alles wird verdinglicht. Sogar Meditation wird ein Ding, das man tun kann, Nicht-Tun wird ein Ding, das man machen sollte. Liebe und Leben werden auch verdinglicht. Zu allen Dingen hat der Verstand eine Haltung: entweder Verlangen und Hoffnung oder Ablehnung. Er kann nichts in Ruhe lassen. Meditation ist der ruhende Verstand. Wenn der Verstand nicht aktiv ist, das heißt, wenn er nicht festhält oder ablehnt, dann ist er wie ein Spiegel, er reflektiert einfach das, was ist, dies nennen wir „Bewusstsein“. Durch Bewusstsein werden wir uns wieder unserer Essenz bewusst. Im Bewusstsein erinnern wir uns an unsere wahre Natur, an das, was essenziell ist.

Durch das Festhalten an Dingen entstehen die falschen Zufluchten. Weil wir nicht Zuhause sind, suchen wir an den falschen Stellen Unterschlupf.“

Heute ist mir klar, dass in meinem ganzen Leben eine innewohnende Intelligenz am Werke ist, eine Art von Führung, aktiv ist.
Und es im Grunde nur darum geht aus dem Weg zu gehen.
Doch das ist nicht so einfach.

Und hier braucht die Spiritualität die Körperpsychotherapie.

Ich selbst erlebte dieses Zurückfallen in die Getrenntheit als ungeheuer schmerzhaft.

Es ging mir die Süße der LichtLiebe auf eine zutiefst schmerzliche Weise verloren.

Hatte ich sie doch so wunderbar gekostet.

Und dieser Geschmack ist unvergleichlich.

Jetzt konnte ich studieren wie Trennung von Essenz entsteht und welche Varianten der Kompensation daraus erwachsen.

Ich hatte in der ersten Zeit nach dieser öffnenden Erfahrung keine Resonanz erlebt.

Da war niemand spürbar, wer mir antworten konnte.

Gerda beschreibt in ihrem Artikel wie spirituell offen Kinder sind. Nicht selten erzählen Kinder, dass sie Verstorbene „sehen“, „hören“ was Geister sagen,



„Licht“ wahrnehmen doch durch fehlende adäquate Resonanz verschliesst sich das dritte Auge und die Kinder fallen in eine spirituelle Depression.

(Foto - Riss in der Erde=> spirituelle Depression)

Meiner Ansicht nach geschieht das auch, wenn Menschen nach einer öffnenden Erfahrung nicht wirklich begegnet werden.

Es kann Wut, Ärger, Frustration, Depression, kurz eine Stärkung des „Niederen Selbst“ zur Folge haben.

Das kann auch schon in kleinen Momenten auftauchender essentieller Aspekte während einer scheinbar „normalen“ Therapiestunde sein, wenn die TherapeutIn nicht präsent, offen und wach dafür ist.

Wir kennen das alle, dass gerade in einem Nebensatz ein „Geheimnis“ verraten wird, in der Hoffnung auf Gesehen-werden, auf Resonanz.

So ist es auch mit den überaus sensiblen Themen rund um unsere Erfahrungen von Spiritualität. Wenn sie nicht gehört und gesehen werden, kann eine spirituelle Depression einsetzen und die Menschen fallen stark zurück in ihre Strukturen.

Dafür braucht es Bewusstsein und ein Üben anwesend zu bleiben für uns als TherapeutInnen.

Im Jetzt, in Präsenz, in Liebe, die nichts bekommen will, sondern strömend ist, in unabhängigem Wohlbefinden zu verweilen.

(TextBild)

„In dieser Sichtweise ist psychologische Arbeit von spiritueller Entwicklung, die wahrhaftig die Seele verwandelt, nicht zu trennen. Sich mit spiritueller Arbeit zu befassen, ohne zugleich an der Persönlichkeit zu arbeiten, führt üblicherweise dazu, dass tief sitzende Themen nicht gelöst werden und unsere Spiritualität nicht wirklich integriert wird - eine Situation, die viele spirituelle Lehrer und Traditionen begrenzt oder sogar zum Scheitern gebracht hat. Auf der anderen Seite baut psychologische Arbeit in der Regel zu stark auf der Überzeugung auf, dass der Bereich der Persönlichkeit letztendlich wirklich ist. Wenn essenzielle Zustände auftauchen, ist der Psychotherapeut meist weder auf sie eingestellt noch fähig, ihre Bedeutung zu verstehen und ihnen zu erlauben, in den Vordergrund zu treten. Obwohl sich wahre psychologische Einsicht nur in Momenten einstellt, in denen blitzartiges Verstehen zuteil wird, das unsere Seele zutiefst berührt, kommt die Vorstellung, in unserem Erleben gegenwärtig zu sein, in der psychologischen Theorie nicht vor.“ (Sandra Maitri Neun Porträts der Seele S.22)

Wie können wir für uns selber eine Praxis entwickeln, in der wir üben im Strömen der Liebe zu verweilen?

In meiner Assitenz habe ich Gerda mittags Tee gebracht. Sah sie im Bett liegen, lesen, und sich mit dem Stethoskop auf dem Bauch selbst massieren. Vermutlich hatte sie auch dadurch ihre große Fähigkeit zu tasten und zu spüren geschult.

Sie gab mir während unserer Deep Draining Ausbildung einen Schockimpuls in die Augenmuskeln, der unglaublich entspannend wirkte und von einem süßen, göttlichen Strömen begleitet war.

(Foto mit Text)

„Je mehr die Blockaden des Niederen Selbst aus dem Körper herausgearbeitet werden und das Gewebe Durchlässigkeit für den wachsenden Fluß der Lebensenergie bekommt, desto mehr werden die Blockaden des Höheren Selbst schmelzen und sich für die reale und wahrhafte Spiritualität öffnen.“ (Gerda Boyesen S.179)

Es war schon in dem Zeitraum nach meiner ersten Wüstenreise und ich war auf der Körperebene zutiefst glücklich in dieses Strömen eingeladen und darin begegnet worden zu sein. Da war endlich eine Resonanz auf einer

energetischen Ebene, die ich damals aufsaugte, weil sie so selten war. Seitdem ist mir sehr bewusst wie heilsam ein spürsamer Kontakt auch für die subtilen, feinstofflichen und energetischen Ebenen unserer Integration hin zu einem vollständigerem Wesen sind.

Jede Mutter weiß das und berührt ihr weinendes Kind, wenn es gut geht, in dieser intuitiv liebenden Weise.

Eine weitere Begebenheit mit Gerda möchte ich hier gerne noch erzählen. Es handelt sich um eine Aura- Behandlung während eines Einführungsworkshops in Frankfurt Anfang der 90iger Jahre.

(Foto- Gerdas Hände)

Ich hatte mich mit einem netten, jungen Mann unterhalten, der ganz normal erschien. Als Gerda fragte, ob sich jemand für eine Demonstration zur Verfügung stellen wollte, meldete sich dieser Mann. Der Raum war sehr groß und dicht gedrängt mit 80 Teilnehmenden.

Gerda bat den Mann, sich auf eine Liege zu legen und zog lange Spiralen aus den Ohren.

Im ersten Moment hielt ich das damals für Hokusfokus. Beobachtete erstaunt, wie Gerda mit einer Selbstverständlichkeit immer weiter zurückging und zog. Dabei sprach sie von den Gefühlen in ihren Armen, dem Strömen. Etwa 2-3 Meter von diesem Mann auf der Liege entfernt, bäumte dieser sich plötzlich auf, schrie verzweifelt. Gerda war direkt neben ihm. Im Laufe der Begleitung stellte sich heraus, dass er in einem Moment direkt nach seiner Geburt gelandet war, und bittere Milch bekommen hatte.

Gerda bat um Milch mit Honig und ich rannte in die nahe gelegene Küche um sie zu besorgen. Sie tröpfelte die Milch mit Honig auf seine Lippen und sein ganzes Gesicht strahlte von tiefem Glück, tatsächlich wie ein zutiefst zufriedenes Baby.

Was hatte sich da vor meinen Augen abgespielt?

Und dieser Bereich der Biodynamik ist sicherlich ein Alleinstellungsmerkmal.

Die Auraarbeit mit Stethoskop.

Auf der feinstofflichen Ebene greifen wir aktiv und mit Hilfe des Feedbacks durch das Stethoskop ein. Manche von uns haben dabei vielleicht ähnliche sensorische Wahrnehmungen, wie Gerda sie immer wieder beschrieb, als ein Strömen in ihren Armen. Manche von uns sehen vielleicht die Aura oder ahnen irgendwie, was zu tun ist.

Manche nutzen Gegenstände wie Kristalle dazu.



Barbara Ann Brennan hat aus ihrer hellsichtigen Wahrnehmung zwei dicke Bücher über Energiearbeit geschrieben. Es gibt viele Phänomene, die aus der materiellen Sicht der Welt unerklärlich sind und deshalb als esoterisch bezeichnet oder abgetan werden.

Doch mit der Auraarbeit, die mit dem Stethoskop verbunden ist, schlagen wir in der Biodynamik eine Brücke zwischen dem Sichtbaren/ Hörbaren und dem für die meisten Menschen Unsichtbaren.

Und wir geben uns gleichzeitig selbst die Erlaubnis in die Bereichen, die nicht mehr wirklich zu den materiellen Bereichen gehören, genau hin zu spüren und sogar damit zu experimentieren.

Welch ein Glück!

Denn vielleicht warten da große Geheimnisse und Lösungen auf uns.

Ein weiterer Gedanke treibt mich bei diesen Themen um.

(Foto- Kerzen)

Wenn ich den Gedanken des kollektiven Traumas von Thomas Hübl und von Gerda aufgreife und weiterdenke, dann kann man davon ausgehen, dass wir seit langer Zeit auf dieser Erde in einem kollektiven, globalen, traumatisierten Feld leben, in dem Krieg, Genozide, Gewalt jeder Art, die Unterdrückung von

Menschen und immer noch an vielen Stellen der Erde speziell von Frauen, bedeutet dies, dass wir an keinem Ort wirklich in Resonanz mit einem Feld von Freiheit, Licht und Liebe leben.

Wir sind seit langer Zeit immer wieder in ein traumatisiertes und traumatisierendes Feld hinein geboren worden. Die traumatische Energie hält die Schwingung unseres Energiesystem niedrig und gefroren. Damit bleibt das Potenzial der höheren Ebenen weitestgehend verschlossen. Wir verweilen kollektiv in einer spirituellen Depression.

Dann würde es im Umkehrschluss bedeuten, dass jede Arbeit, die Trauma auflösend oder integrierend wirkt, die essenziellen Aspekte unseres globalen Feldes fördert.

Hier braucht es unsere Wachheit und Präsenz dies genau zu erfühlen und zu stärken.

Wenn ich hier weiterdenke würde es bedeuten, dass wir durch unsere Arbeit den Weg frei machen, das mit ungeahnten Möglichkeiten aus anderen Ebenen sogar global Heilung geschehen kann. Dafür lohnt es sich bei aller Mühsal weiter zu gehen und das Licht in der Dunkelheit zu sehen.

Als ich mich für 10 Tage in ein Dunkelretreat zurückzog wurde mir der Heilungsraum der Erde gezeigt.

„Plötzlich tut sich vor mir ein smaragdgrüner Raum auf. Wunderschön, leuchtend, atmend, voller Bewegung. Ich bin erschüttert von der Schönheit dieser Dimension. Mir laufen die Tränen vor Berührung übers Gesicht. Das ist der Heilungsraum der Mutter Erde, ihre wahre Energie.“

Seitdem bin ich mir ihrer *unfassbaren Energie* zutiefst bewusst.

Meine Begleiterin erzählte mir, dass schon Hildegard von Bingen diesen Raum beschrieben hat. Im Christentum taucht dieses Licht im Zusammenhang mit der schwarzen Madonna auf.

(Foto- Notre Dame de Chartre)

Die schwarze Madonna wird auf einem Thron mit einer Krone dargestellt. Sie verweist auf eine machtvolle weibliche Energie. zusammen mit dem sie umgebenden smaragdgrünen Licht kann man diese Energie als heilend bezeichnen.

Die Kathedralen der Notre Dame sind wenn man sie auf der Landkarte anschaut exakt im Sternbild der Jungfrau erbaut. Später fand ich auch in der Sufiliteratur immer wieder Hinweise auf smaragdfarbenes Licht.

Ich erwähne das hier, weil mir sehr bewusst ist, dass viele Menschen wegen der Klimaveränderung in psychische Not geraten.
Zu Recht.

*“Unsere Aufgabe ist es nicht nach Liebe zu suchen,
sondern lediglich all die Barrieren in unserem Selbst zu suchen und
zu finden,
die wir dagegen aufgebaut haben.“*

Dschalāl ad-Dīn Rūmī

Und ich möchte ein wenig Hoffnung schenken; die Erde scheint über weitaus größere Kräfte, Schwingungen, Energien und Intelligenz zu verfügen, als wir uns meist bewusst sind.
Auch hier gibt es ein Something More.

Es gibt viele Räume, die sich öffnen wollen und darauf warten, dass wir an die Tür klopfen.

(Text-Bild+ Foto Himmel)

Der große Sufi-Mystiker Dschalāl ad-Dīn Rūmī :

*“Unsere Aufgabe ist es nicht nach Liebe zu suchen,
sondern lediglich all die Barrieren in unserem Selbst zu suchen und zu finden,
die wir dagegen aufgebaut haben.“*

Oder mit den Worten des Kurs in Wundern

„Dies ist ein Kurs in Wundern. Es ist ein Pflichtkurs. Nur die Zeit, in der du ihn machst, steht dir frei. Freier Wille bedeutet nicht, dass du den Lehrplan bestimmen kannst. Es bedeutet nur, dass du wählen kannst, was du zu einer gegebene Zeit lernen willst. Der Kurs zielt nicht darauf ab, die Bedeutung der Liebe zu lehren, denn das ist jenseits dessen, was gelehrt werden kann. Er zielt vielmehr darauf ab die Blockaden zu entfernen, die dich daran hindern, dir der Gegenwart der Liebe, die dein angestammtes Erbe ist, bewusst zu sein.

Das Gegenteil von Liebe ist Angst, doch was allumfassend ist, kann kein Gegenteil haben.

Nichts Wirkliches kann bedroht werden.
Nichts Unwirkliches existiert. (S.1)

Einen letzten abschließenden Gedanken mag ich noch hinzufügen:
der Dalai Lama, Pir Vilayat Inayat Khan, Drunvalo Melchizedek, der die
schönen Bücher zur Blume des Lebens geschrieben hat, und noch etliche
andere wunderbare Männer haben bereits immer wieder betont, dass die
Wandlung, in der wir gerade stecken von weiblicher Energie geprägt ist und
auch sein soll.

Eine Energie die Einfühlung, Intuition, eine freie Form der Empfänglichkeit,
mit Mitgefühl, Fürsorge und Liebe verbinden mag.

Und ja, wenn wir uns hier und an ähnlichen Orten umschaun, sitzen viele
Frauen und begrüßenswerter Weise auch einige Männer, die sich dieser
Qualitäten bewusst sind, im Raum.

In seinem neuen Buch "Der neue Appell des Dalai Lama an die Welt - Seid
Rebellen des Friedens", schreibt dieser:

(Text-Bild)

„Junge Frauen, ich appelliere an euch, die Mütter der Revolution des
Mitgefühls zu sein, die dieses Jahrhundert so dringend braucht... Es ist
erwiesen, dass Frauen empathischer und sensibler sind als Männer und die
Gefühle ihres Gegenübers besser wahrnehmen können...scheut euch nicht ,
tragende Rollen im politischen und wirtschaftlichen Leben eures Landes
einzunehmen...

Helft mit bei der Erfüllung meines Traumes: dass eine jede der mehr als
zweihundert Nationen der Welt von einer Frau geführt wird! Es gäbe weniger
Kriege, weniger Gewalt, weniger soziale und wirtschaftliche Ungerechtigkeit.
Vor allem glaubt nicht, dass ihr, um in diese Leitungsposition zu kommen und
sie auszufüllen, die gleichen Mechanismen anwenden müsst wie die Männer.
Die wahre Kraft kommt aus der Liebe und dem Mitgefühl. Je zahlreicher ihr
werdet...desto weniger Gewalt wird es geben. Junge Frauen dieses
Jahrhunderts, seid die Pionierinnen der größtmöglichen aller Revolutionen“.
Dalai Lama 14.2. 2020

In Anlehnung an meinen lieben Lehrer Pir Vilayat Inahat Khan möchte ich fragen:

Was wäre, wenn wir zunehmend mit diesen Energien in fließendem Austausch wären?

Wie wäre es, wenn wir unsere Spürsamkeit und Achtsamkeit mehr ausbreiten würden in unserem Leben?

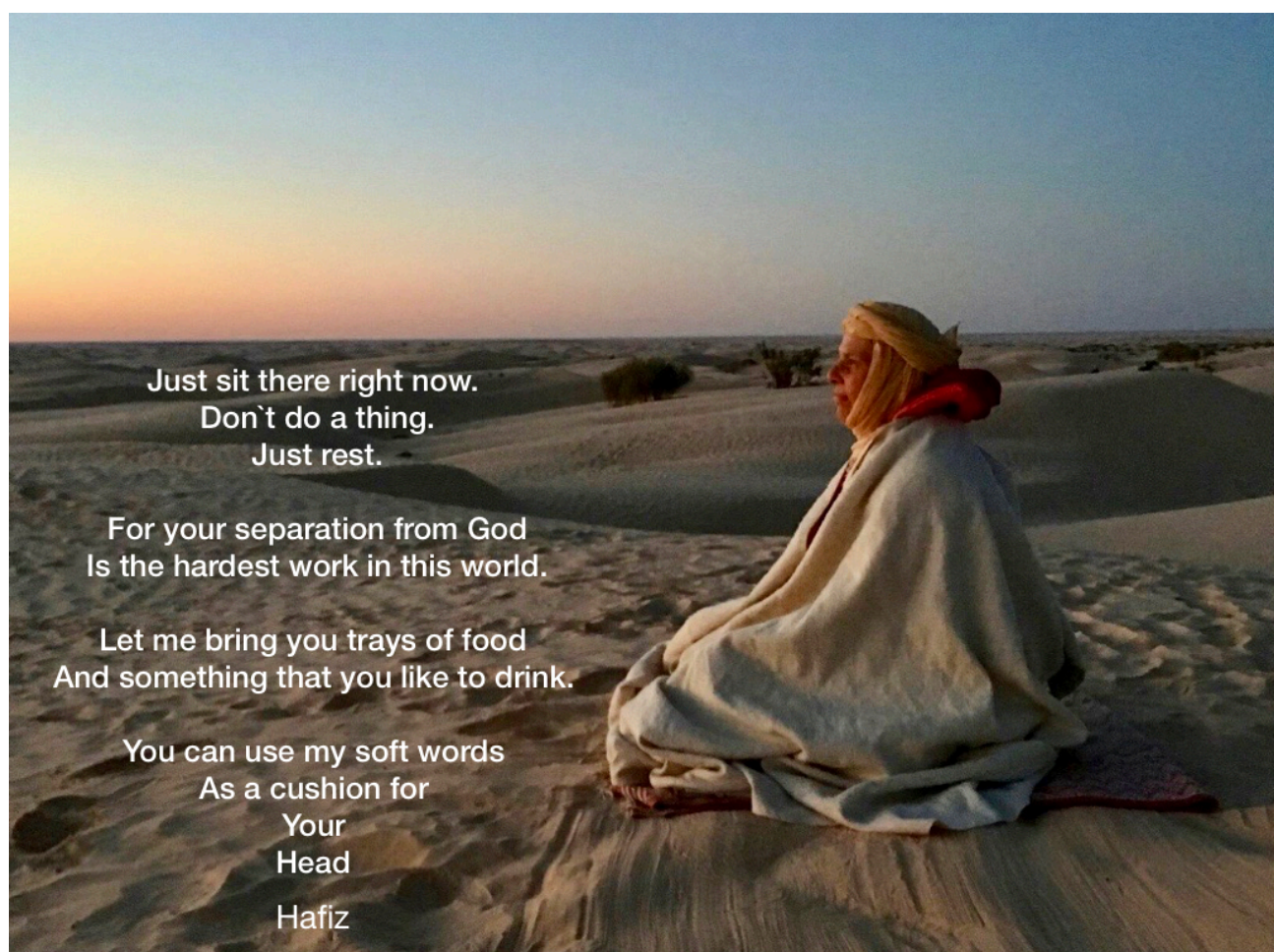
Wie würden wir dann mit anderen Menschen, mit Tieren, Pflanzen, oder gar der ganzen Welt umgehen?

Wie wäre es, wenn wir mit schönen Menschen, die sich einer Liebe, Harmonie und Schönheit, einer Vollkommenheit hinter den Dingen und Strukturen der Welt zunehmend bewusst sind, eine neue schöne Welt erschaffen würden?!

Lasst uns weiter gehen!

(Bild Bettina auf der Düne in der Wüste -+ Gedicht von Hafiz)

Ich hoffe, dass ich Euch mit meinem Vortrag Lust und auch Mut gemacht habe Euch tiefer auf die spirituellen Aspekten und die feinstofflichen Ebenen der Körperpsychotherapie und des Lebens einzulassen und darin zu forschen.



Ich mag Euch einladen auch bei Tisch über spirituelle und feinstoffliche Erfahrungen zu sprechen um Resonanz in diesem geschützten Raum unserer Tagung zu erfahren und sich damit zu stärken.

Und bedanke mich für eure Aufmerksamkeit.