

Ein biodynamisches Übergangsritual

Michael J. Shea, PhD, 2021

Eine biodynamische Behandlung ist ein *Übergangsritual*. Es ist ein dreistufiger Prozess von Wahrnehmung und Gebet. Die Integration von Faktoren aus der medizinischen und kulturellen Anthropologie in einen zeitgemäßen Zustand von Geist, Körper und Seele umfasst folgendes:

Schritt 1 - Das Neutral

Zu Beginn einer Sitzung liegt der Fokus darauf, den *Wind der Wasser- und Erdelemente* im Klienten zu stabilisieren. Im Körper sind die Elemente Wasser und Erde als biologisches Wasser mit Dutzenden von verschiedenen Flüssigkeiten verbunden, insbesondere mit dem Interstitium und den Faszien. Der fluide Körper ist der *Wasser-Erde-Körper*. In der tibetischen Medizin hat ihre Kombination ein neurologisches Fulcrum (von mehreren) im Gehirn und im Körper, welches das Autonome Nervensystem (ANS) genannt wird. Der Wind bewegt das Wasser, so wie die Stressphysiologie das ANS bewegt. Es ist dieselbe Metapher. Wir nehmen unseren fluiden Körper als Wellen, Ströme, Strömen, Anschwellen und Zurückweichen wahr. Wenn wir meditieren, wird die Wahrnehmung und das Gleichgewicht des Erdelements durch die Achtsamkeit für Schwerkraft und Gewichtung im Körper verstärkt. Die Haltung selbst bedeutet Erleuchtung, wie Suzuki Roshi in Zen Mind - Beginners Mind sagt.

Wir stimmen uns dann auf die Primäre Respiration (PR) ein. Der Klient stimmt sich auf natürliche Weise auf unsere inneren Zustände ein (und wir auf seine inneren Zustände), wenn wir nach der anfänglichen Erkundung einer Meditationshaltung und des fluiden Körpers unsere *Wahrnehmungsfulcrum* der PR zwischen drittem Ventrikel und Horizont hin und her bewegen. Wir sind eine miteinander verbundene Zwei-Personen-Biologie, die sich gegenseitig ein Gefühl der Sicherheit vermittelt. Wir erlauben diesem Fulcrum, sich automatisch auf die Herz-zu-Herz-Verbindung mit dem Klienten zu verlagern. Wenn sich Wind und Wellen der Stressphysiologie im Klienten zu beruhigen beginnen, indem er sich auf den Zustand des Therapeuten einstellt, der in Ruhe und Gelassenheit des Nicht-Wissens, wie er denn helfen kann, verweilt, wird ein Neutral wahrgenommen. Dies bedeutet eine Verlangsamung im Beziehungsfeld und eventuell auch ein Stillpunkt, der sich bis zum Horizont ausdehnt. Dies ist der Wind des Raumes, der die Tür zur Transformation öffnet, die von der Intelligenz der Elemente bestimmt wird. Ein solcher Stillpunkt ist klar und kraftvoll und nicht träge oder dissoziiert, was das andere Ende des Spektrums des dorsalen Vagus darstellt, welcher überstimuliert ist und einen instinktiven Zustand des Rückzugs sucht. Dr. Jealous sagte, man solle "warten, beobachten und sich wundern".

Schritt 2 – Zündung

Die Wahrnehmung des Windes von Wasser, Erde und Raum erzeugt eine Zündung, einen Übergang zu den heilenden Prioritäten der Elemente. Sie bewegen sich in eine therapeutische Richtung, die vor allem durch die Sorgfalt des Therapeuten unterstützt wird, der ein Gefäß der Sicherheit und des offenen Bewusstseins aufrechterhält. Bei der Zündung geht es um den *Wind des Feuers*. Das Feuerelement muss zwischen dem Kern des Körpers, der Pleura-, Herzbeutel- und Bauchfellhöhle, und der Hülle des Körpers, die aus dem muskulären Skelettsystem und der Haut besteht, eingedämmt und umgelenkt werden. In der klassischen chinesischen Medizin entspricht dies dem Dreifachen Erwärmer. Das wichtigste Fulcrum des Feuerelements im Körper ist die A. mesenterica sup.

Die A. mesenterica sup. ist die erste sich entwickelnde Arterie in Bauchraum und Becken des Embryos. Sie entspringt gleichzeitig mit dem Mesenterium, der Verankerung des Darms an der hinteren Bauchwand. Das Mesenterium hält und ernährt den gesamten Dünndarm und 2/3 des Dickdarms. Es ist die Quelle für Wärme, die unsere Nahrung elementar verdaut. So wie es fünf Fulcren der PR gibt, so hat das Feuerelement ebenfalls 5 Fulcren zu denen die A. mesenterica sup, die Leber, das Herz, die Augen und die Haut gehören. Die Beständigkeit des physischen Kontakts von Haut zu Haut, eine Form der Känguru-Mutter-Pflege in einer biodynamischen Sitzung, leitet Wärme und kann den Wind des Verdauungsfeuers auf natürliche Weise beruhigen. Der Therapeut muss lernen, in den Bauch zu atmen und den Wind im Bauchraum zu platzieren, der die obere Mesenterialarterie umgibt und füllt. Dies wird erreicht, indem man sich beim Ein- und Ausatmen auf den Punkt des unteren Dantien konzentriert. Diese Art der Atmung ermöglicht eine sanfte Erkundung des Weichwerdens und Öffnens von

Spannungen, die in Bauchhöhle und Beckens gehalten werden, anstelle eines gewaltsamen mechanischen Drückens des Atems, welches nur mehr Wellen und heißeres Feuer erzeugt.

Der Feuerwind ist der größte Beeinflusser von Temperatur und Intensität des Lavastroms der Zündung. Das Verständnis der heißen Vulkangöttin Pele in der Legende von Maui aus Hawaii hilft uns, die alchemistische Umwandlung von Nahrung zu verstehen, die verdaut wird, wenn etwas schmilzt und eine andere Form annimmt, von Galle zu Fäkalien, von Blut zu Urin. Der Unterleib ist die kritische Geografie für den therapeutischen Input beim modernen Klienten. Er muss so oft kontaktiert werden, wie es für einen Klienten angemessen ist. Eine Landkarte ist nicht das Gebiet.

Die Zündung erfordert einen starken Container, da der Klient einen Fuß in beiden Welten hat. Der eine Fuß wurzelt in Geschichte und Entwicklung des gegenwärtig auftretenden Zustands oder Syndroms. Und gleichzeitig hat der Klient aufgrund des Neutrals einen Fuß in der Welt der Heilung außerhalb von Raum und Zeit. Der Klient hat Zugang zu diesem außergewöhnlichen Raum- und Zeit-Kontinuum der Elemente, die seit dem Beginn des Universums vorhanden sind und sich bei der Empfängnis in eine menschliche Form transformieren. Daher muss diese Phase im biodynamischen Übergangsritual ein noch stärkeres Gefäß aufrechterhalten, damit der Klient furchtlos zwischen der Verführung der alten Welt und der anderen unbekanntem Welt navigieren kann. Dies sollte geschehen ohne Einmischung, wie übermäßige Neugier des Therapeuten oder das Beharren des Klienten darauf, sein Handy während der Sitzung zur Verfügung zu haben. Zündung ist die Phase, in der Zeugnis ablegt und genaues therapeutisches Einfühlungsvermögen entwickelt wird, um den Klienten in seiner Ganzheit und Einzigartigkeit mit liebevoller Güte und Demut zu betrachten. Es ist sein Prozess, der gewürdigt werden und frei von unangemessenen Interventionen und dem übereifrigen Wunsch zu helfen sein muss. Dem Klienten kann nicht im herkömmlichen Sinne geholfen werden, sondern nur im außergewöhnlichen Sinne.

Teil 3 – Die Gesundheit

Wenn Pele durch die kühlende Brise der Primären Respiration befriedigt und beruhigt ist, wie eine Wasserfontäne, die aus dem unteren Dantien entspringt, kann die letzte Stufe des biodynamischen Übergangsrituals stattfinden. Die letzte Stufe ist der Wind des Raumes, der seine Anmut und seinen geheiligten Klang im inneren Ohr, in den Augen, im inneren Herzen und in der gesamten rhythmischen Pulsation des Gefäßsystems tief manifestiert. Dies ist die Gesundheit, ein durch den Wind des Raumes im Herzen und im unteren Dantien ausgeglichener Geist. In der Osteopathie wird dies die Potency genannt. All diese Bewegungen, die durch den Wind als PR motiviert sind, werden durch das Element des Raumes zentriert, ein selbst-erkennendes, nicht-gedankliches Gewahrsein. Unsere Wahrnehmung bringt dieses Gewahrsein periodisch in den Vordergrund und die PR tritt automatisch in den Hintergrund. Gedanken werden zu Partikeln des Raums und der Atem wird als alles und nichts anderes als der Wind der PR, der das Zwerchfell bewegt. Es ist der Fluss der Gnade. Unvoreingenommenes und nicht-wertendes, entscheidungsfreies Gewahrsein erlaubt es dem physischen Körper, sich mit den subtilen und sehr subtilen Körpern zu synchronisieren, und der Fluss der Gnade kann genutzt werden, wenn es angemessen und notwendig ist. Der Zeuge kommt hervor, unvoreingenommen, nicht-denkend und synchronisiert mit Körperhaltung, Atem und Geist. Dies ist auch praktische Gesundheit.

Mit diesem Übergangsritual rückerobern wir die Herrschaft über unseren Körper. Es ist eine politisch aktive Haltung, „Pro Soma“ zu sein. Jeder von uns trägt das maßgebliche Wissen über Pflege und Versorgung des eigenen Körpers in sich. Unser Körper weiß, was er annehmen und was er ablehnen muss, wenn er auf elementarer Ebene die Möglichkeit dazu hat. Die Pflege und Versorgung des Körpers ist die Essenz des Übergangsrituals, Selbst-Mitgefühl und Selbst-Vergebung dafür, wie wir unserem Körper geschadet haben. Wir können aufwachen, um uns selbst zu schützen, und beginnen, viele schädliche Einflüsse in der Umwelt zu vermeiden. Wir können eine körperliche Sensibilität entwickeln, um die Fähigkeit des Körpers, sich selbst zu heilen und seine Bedürfnisse auszudrücken, wiederherzustellen. Dies geschieht durch die Zugehörigkeit zu einem interozeptiven Bewusstsein, das nicht durch ungesunde äußere Einflüsse und falsche Wahrnehmungen der äußeren Umgebung belastet ist.

Dieses biodynamische Übergangsritual ist kein linearer Prozess im Behandlungsraum oder gar im Leben. Biodynamische Praxis ist kontinuierliche Praxis. Manchmal haben wir Glück und Schritte im

Prozess werden übersprungen und manchmal verlängern sich die Phasen. Jede Phase ist eine Galaxie von Potential und das Gefäß richtet die Planeten aus. Ihre Bahnen sind exzentrisch und sie werden von der Sonne zentriert, die aus unserem Herzen strahlt. Deshalb ruhen wir in unserem Anfängerherz und genießen die Gelegenheit zum Nicht-Wissen, der Dynamische Stille, eine Lücke im diskursiven Denken ohne Angst. Manchmal wird die Leere erreicht, das absolute Ende des bisherigen Universums. Sie ist als Potenzial vorhanden und erfordert die ständige Aufrechterhaltung eines starken Wahrnehmungsgefäßes für die Erneuerung, Regeneration und Einverleibung als spirituelles menschliches Wesen, das mit einem körperlichen Sinn ausgestattet ist.

Es bedarf einer Vertrautheit mit Tod und Sterben. Unsere Arbeit ist palliativ. Wir alle müssen viel an uns selbst arbeiten, um für andere von Nutzen zu sein. Wir lernen zu dienen, anstatt zu reparieren oder zu behandeln. Wir dienen dem Ganzen, das bereits vorhanden ist, anstatt dem zu helfen, was kaputt ist. Die Farben, die Weisheiten und die Elemente sind der Klebstoff, der das Ganze zusammenhält. "Sei still und wisse..."