

Abb. 1 Symbolbild. Quelle: Kirsten Oborny, Thieme Gruppe

Von tiefer Stille und flüssigem Licht

Was ist die **BIODYNAMISCHE CRANIOSACRALTHERAPIE**? Und wie kann sie bei Traumata eingesetzt werden? ✍️ Adelheid Küppers

Die Craniosacraltherapie geht wie die Osteopathie auf Andrew Taylor Still zurück. Still betrachtete den Menschen als eine Einheit aus Körper, Seele und Geist, in dem ein von der Schöpfung vorgesehener vollkommener Selbstheilungsmechanismus wirkt. Stills rein manuelle Techniken dienten zur Entfaltung der Heilung durch Förderung der innewohnenden Selbstheilungskräfte.

Sein Schüler, der Osteopath Dr. W. G. Sutherland entwickelte dieses Konzept weiter und beschrieb das Wirken eines flüssigen Lichts im Körper, das er Potency nannte – Lebensenergie. Sutherlands Schüler Dr. Rolin Becker und in der Folge Dr. James Jealous begründeten die biodynamische Craniosacraltherapie. Sie betonten neben der therapeutischen Arbeit an knöchernen und gewebigen Strukturen auch und vor allem die erforderliche Demut und Geduld des Behandlers und die Hingabe an die Potency und die übergeordneten Kräfte, die zwar heilend im Körper wirken, gleichzeitig aber auch einen viel größeren, feinstofflichen Raum beleben.

Grundgedanken und -konzepte der Methode

Somit bezieht sich die biodynamische Craniosacraltherapie über die therapeutischen Techniken hinaus auf die Heilkraft der Poten-

cy, die feinstofflichen Ebenen unseres Seins, die ursprüngliche Gesundheit und deren letztendliche Quelle, die tiefe Stille – auch als dynamische Stille bezeichnet.

Begriffserklärung: Fluid-Body, Flutungsdynamik, Primäre Respiration, Dynamische Stille

Laut dem „Modell der Zonen“ von Dr. James Jealous belebt die Potency einen feinstofflichen Raum mit flüssigkeitsähnlichen Qualitäten, den Fluid-Body, der größer ist als unser Körper aus Materie. In diesem Fluid-Body leben wir als Einheit von Körper, Geist und Seele.

Der Fluid-Body wird von der Potency etwa 2,5-mal pro Minute rhythmisch, einem inneren Atem gleich, durchflutet. Man bezeichnet den Vorgang als Flutungsdynamik: Die Atemwelle erstreckt sich von der Mittellinie unseres Körpers aus bis zur Peripherie (Inhalation) und wieder zurück (Exhalation). Bei der Inhalation dehnen sich alle körperlichen Strukturen aus, bei der Exhalation entspannen sie wieder, wenn keine Trägheit (siehe Abschnitt „Was passiert bei Verletzungen und Traumata?“) vorliegt.

Diese innere Atmung, die Sutherland „Primäre Respiration“ nannte, durchflutet jede einzelne Zelle unseres Körpers und versorgt sie mit Lebensenergie. Der Fluid-Body wiederum lebt in

einem noch größeren Raum, der sich sozusagen von Horizont zu Horizont erstreckt. Die Potency des Fluid-Bodys speist sich aus dessen noch feinerer und zugleich kraftvollerer Energie.

Doch hinter dem Horizont geht es noch weiter, die Energien werden immer feiner, bis sich schließlich alles in einer unfassbaren und doch allgegenwärtigen Unendlichkeit auflöst, in der absolute Stille herrscht. In dieser dynamischen Stille, die auch in jeder Zelle unseres Körpers und vor allem in der Mittellinie wahrnehmbar ist, ist keinerlei Bewegung mehr spürbar. Sie ist die Quelle aller Energien, aller Bewegungsdynamik, aller Gesundheit und letztendlich allen Seins und aller Heilung, Diesen Raum betritt man nur mit äußerster Demut und Hingabe.

Was passiert bei Verletzungen und Traumata?

Die Potency belebt nicht nur, sondern sie schützt uns, indem sie die Energien aller schädigenden Kräfte bindet, die auf unsere Körper-Seele-Geist-Einheit einwirken. Sie minimiert beziehungsweise neutralisiert so die zerstörerische Wirkung dieser Kräfte, zum Beispiel bei einem Schlag gegen den Körper. Bei dieser Bindung büßt die Potency jedoch ihre Beweglichkeit ein. Im Körpergewebe entsteht folglich eine mehr oder weniger lokale Trägheit mit Verlust an Durchlässigkeit für die Potency. Energien möchten jedoch immerzu fließen. Trägheit führt zu Spannung, Symptomen und Krankheit. Sie kann je nach Schwere des Ereignisses sehr umfassend sein, ja sogar den Fluid-Body erfassen und damit eine grundlegende Schwächung unseres Systems bewirken, wie es bei einem Trauma oft der Fall ist. Allerdings wirken auch unablässig Selbstheilungs- und Selbstregulationskräfte der restlichen freien Potency in uns an der Lösung und Entladung der fremden Kräfte. Ein Knochen heilt, und eine Wunde schließt sich von allein ganz, ohne unser Zutun.

Je nach Schwere der Verletzung bleiben mitunter Beschwerden bestehen, auch wenn der Knochen bereits verheilt ist. Aus Sicht der biodynamischen Craniosacraltherapie in Verbindung mit der Sichtweise von Somatic Experiencing® stellt die Trägheit ein gewisses stabiles Gleichgewicht im Körper dar. Die Spannung im Gewebe stabilisiert den gesamten Organismus und erweist sich daher prinzipiell als eine intelligente Maßnahme des Körpers.

Wie kann ein Craniosacraltherapeut unterstützen?

Den Zugriff auf die eingedrungenen Kräfte wieder zu lösen, um die gebundene Potency zu befreien, ist unter Umständen zu riskant. Die fremden Kräfte könnten ihre schädigende Wirkung erneut entfalten und uns als Ganzes wiederholt überfordern. Es braucht eine Unterstützung von außen, zum Beispiel durch einen Craniosacraltherapeuten. Dieser ist durch seine Ausbildung in der Lage, das rhythmische Fluten der Potency im Körper und im Fluid-Body zu erspüren, ebenso die Bereiche, in denen Trägheit, Span-


nung und Stress herrschen. Er hat darüber hinaus Techniken erlernt, wie er mit seinen erfahrenen Händen geeignet auf die Stellen einwirken kann, wo Trägheit vorliegt – zum Beispiel durch feinsten Druck oder Zug –, sodass die fremden Kräfte entladen werden und die eigenen Kräfte wieder frei fließen können.

Traumabehandlung: Die Berührung als Mittler von Halt und Sicherheit

Liegen umfassendere und sehr tiefliegende Beeinträchtigungen vor, deren Zusammenhänge und Ursachen nur sehr schwer zu identifizieren sind, liegen wahrscheinlich traumatische Ereignisse zugrunde. Ein Trauma erfasst uns als Ganzes. Trauma steckt im Körper, nicht in der Geschichte. Daher muss bei der Traumaheilung der Körper behandelt werden. Sehr wahrscheinlich sind konkrete Erinnerungen und die empfundenen Emotionen abgespalten worden, da sie unaushaltbar waren. Um in der Tiefe heilen zu können, muss alles wieder behutsam zusammengeführt und integriert werden. Dazu braucht es tiefgreifende Maßnahmen und Ressourcen. Ressourcen dienen dazu, ein Gefühl von Halt und Stärke zu erzeugen, damit die Potency es doch wagt, ihren Griff auf die eingedrungenen Kräfte zu lösen, und die Emotionen wieder gefühlt werden können.

Ein tragfähiges Gefühl von Halt und Sicherheit erfordert in erster Linie einen vertrauensvollen Kontakt zwischen Therapeut und Klient. In der Körpertherapie berühren wir unsere Klienten angemessen und vermitteln so den erforderlichen Halt. In der traumatischen Situation war der Klient in der Regel allein. Jetzt ist jemand da, der unterstützt, die inneren Prozesse spiegelt, empathisch begleitet und vor allem nicht urteilt.

Je tiefer die Verletzung oder das Trauma, umso tiefer müssen auch die Ressourcen wirken. Gleichzeitig haben wir auch schon in anderen Zusammenhängen erfahren, dass wirkliche Heilung nur von innen kommen kann. So setzt die biodynamische Craniosacraltherapie auf das Wechselspiel zwischen den größeren Kräften bis hin zur Stille als sehr tragfähige Ressourcen. Sie tragen das gesamte Potenzial aller möglichen Prozesse in sich, auch die Selbstheilung. Als im Moment des traumatischen Geschehens die Kampf- und Fluchtreflexe keine Chance auf Entfaltung mehr hatten, weil alles zu schnell ging, waren sie doch auch zumindest ansatzweise bereits angelegt. Bei vertrauensvoller Begleitung sowie mit genügend Zeit und Raum melden sich die erstarrten inneren Reflexe und leben sich oft in Gestalt von Bewegungen aus. Die gebundenen fremden Energien können wieder entladen werden, was Heilung bedeutet. Der Klient findet den Zugang zu den eigenen Kräften wieder, sodass sich aus einem erstarrten „Ich kann nicht!“ ein gesundes „Ich kann!“ entwickelt. ●

 Dieser Artikel ist online zu finden:
<http://dx.doi.org/10.1055/a-1187-7476>