

Die Körper-Aura-Massage als therapeutisches Verfahren Hintergründe und Wirkungen¹

von Thomas Kahl

1. Was ist die Körper-Aura-Massage?

In nun fast 20-jähriger Arbeit als Psychologischer Psychotherapeut habe ich meine Form der Körper-Aura-Massage[®] entwickelt, auf der Grundlage u.a. der biodynamischen Massage (Gerda Boyesen), der Aura- und Chakren-Harmonisierung (Keith Sherwood) und der Biosynthese (David Boadella, Silvia Specht Boadella). Ich verwende die Körper-Aura-Massage ergänzend zu anderen körperpsychotherapeutischen Verfahren und der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie.

Inzwischen ist reges Interesse daran entstanden, da die Behandlung sich in vieler Hinsicht als wirksam gezeigt hat und zudem für Behandler und Behandelte angenehm und wohltuend ist. Seit 2008 gebe ich Kurse, in denen diese Arbeit erlernt werden kann.

In diesem Aufsatz stelle ich die Körper-Aura-Massage vor. Dabei möchte ich ihre Wirkungen auf dem Hintergrund einer energetischen Sichtweise des Heilens verständlich werden lassen.

Die Körper-Aura-Massage berücksichtigt den feststofflichen physischen und den feinstofflichen (Energiefeld-)Körper, der auch als ‚Aura‘ bezeichnet wird. Sie reinigt, harmonisiert und stärkt die Aura sowie den Energiefluss im Körper auf sanfte, belebende Weise. Damit unterstützt sie die Selbstheilung und das Immunsystem.

Körper-Aura-Massagen machen vorbeugend widerstandsfähiger, ‚resilienter‘¹ gegenüber äußeren Anforderungen und Beeinträchtigungen. Nach eingetretenen Belastungen erleichtern sie die Erholung und Regeneration:

1. Die Anfälligkeit gegenüber energetischer Erschöpfung und Krankheitserregern lässt sich verringern. Entstandene Energie-Störungen (Blockierungen, Erschöpfung, Überreaktionen etc.) lassen sich mit dieser Form der Massage ganzheitlich lösen.
2. Das Wohlbefinden kann nach erfahrenen körperlichen und seelischen Beeinträchtigungen – etwa Stress, Verletzungen und Erkrankungen – wieder hergestellt und stabilisiert werden. Körperliche Symptome (z. B. Verspannungen, Entzündungen, Schmerzen) können damit schneller überwunden werden.
3. Die Wahrnehmung eigener körperlicher und emotionaler Zustände wird klarer und vertieft sich. Das begünstigt die Umsetzung von Einsichten, Absichten und Zielen/Plänen in konkretes praktisches Handeln. Dies trägt dazu bei, klarer und freier auf andere Personen zu reagieren und auf dieser Basis stressreiche, frustrierende oder ansonsten schwierige Lebenssituationen flexibler zu bewältigen.

Die Körper-Aura-Massage stärkt und festigt die körperliche, seelische und geistige Gesundheit. Ein freieres Fließen der Lebensenergie trägt dazu bei, sich zunehmend als *ganz*, als *Einheit*, als *in sich und bei sich seiend* und als fest mit beiden Füßen auf dem Untergrund stehend (‚geerdet‘) zu erleben.

¹ Dieser Aufsatz ist erschienen in Energie & Charakter, Zeitschrift für Biosynthese, Bd. 33 / 2009

2. Die Hintergründe der Körper-Aura-Massage

2.1 Der Energiebegriff in der Körperpsychotherapie und die physiologische Basis der Körper-Aura-Massage

Wichtige Impulse zur Entwicklung der Körper-Aura-Massage habe ich Anfang der 90er Jahre in Kursen von Gerda Boyesen (1922-2005) – speziell auch zur Aura-Arbeit – und ab 2001 im Rahmen meiner Ausbildung in Biosynthese erhalten. Sowohl David und Silvia Boadella als auch Gerda Boyesen bauen auf dem Hintergrund auf, den Wehowsky im folgenden Text skizziert. Ich zitiere ihn in einer längeren Passage, denn hierbei zeigen sich zugleich auch die körperlich-energetischen Ansatzbereiche meiner Körper-Aura-Massage:

„Schaut man sehr weit zurück in die Geschichte, lässt sich unschwer erkennen, dass Heilung in vielen Kulturen seit Jahrtausenden eng mit Erfahrungen und Konzepten einer Lebenskraft verbunden gewesen ist“ (Wehowsky 2006, S. 152). Die moderne Körperpsychotherapie beginnt vor allem mit Wilhelm Reich, der Entwicklungen der Medizin und Biologie aufgriff, die zum einen die zwei funktionalen Unterteilungen des autonomen Nervensystems (Sympathikus und Parasympathikus) deutlich gemacht hatten (durch Prof. Ludwig R. Müller), zum anderen eine ähnliche funktionale Polarität in den Richtungen des Energieflusses zur Welt hin und von ihr fort (Max Hartmann und Ludwig Rhumbler) wie auch die Polarität von Ladungs- und Entladungsprozessen in den vegetativen Strömungen der Bioelektrik (Friedrich Kraus). Reich verband die Expansion der organismischen Energie zur Peripherie des Körpers mit der Erfahrung genitaler Lust und die chronische Kontraktion mit der Erfahrung von Angst und Wut. Seine Orgasmustheorie beschrieb sowohl Prozesse von Spannung, Ladung, Entladung und Entspannung als auch Prozesse der energetischen Stauung und Stasis. Letztere führten zu der fundamentalen Einsicht in die Zusammenhänge von psychischen Abwehrstrukturen und körperlichen Panzerungen, die er in seiner Charakteranalyse beschrieb. Der Begriff der Panzerung bezog sich auf die Summe aller verdrängten Abwehrkräfte, auf die Blockierungen der plasmatischen Beweglichkeit und die daraus resultierende Einschränkung der Kontaktfähigkeit.

Mit diesen Entwicklungen weitete sich die praktische psychotherapeutische Arbeit aus: Die Erforschung des Unbewussten blieb nicht mehr auf die Auseinandersetzung mit der Psyche beschränkt, sondern konnte sich auf die Arbeit an chronischen Spannungen des Körpers ausweiten. Die Vegetotherapie, die ihren Namen dem Bezug auf das autonome Nervensystem verdankt, entdeckte typische muskuläre Spannungsmuster in verschiedenen Segmenten des Körpers und widmete sich ihrer Auflösung und der Wiederherstellung einer ungehinderten Atmung.

Reich entwickelte den Gedanken einer Grundregulation, die unterhalb der Zellebene liegt und die heute unter verschiedenen Begriffen konzipiert wird, wie z. B. die ‚lebende Matrix‘, ein Netzwerk mechanischer, vibratorischer, energetischer, elektronischer und informationaler Phänomene (Oschmann 2001, 2003). Mit dem Begriff der Orgon- oder auch Bioenergie verband Reich das Prinzip einer allgemeinen, schöpferischen Lebensenergie, die als einheitliche Kraft allen Phänomenen zu Grunde liegt. Damit veränderte sich auch wieder die psychotherapeutische Arbeit. In den Mittelpunkt rückte nun die Arbeit am Energiesystem, teilweise auf Kosten der Charakteranalyse, mit dem Ziel, durch den freien Ausdruck unterdrückter Impulse und der Arbeit mit hohen Ladungsprozessen den Fluss ungehinderter Pulsation wiederherzustellen. Will Davis hat spezifische Möglichkeiten aufgezeigt, wie das Plasma oder die Grundsubstanz als Basis der verschiedenen Arten von Bindegewebe und ihrer auf ihnen aufbauenden Organsysteme, wie z.B. das Muskelsystem, ins Blickfeld der Arbeit

rückt und die Wiederherstellung von Pulsation nicht nur dem expressiven ‚outstroke‘, sondern häufig dem Energie sammelnden und aufbauenden ‚instroke‘ folgen muss (Davis 1997). Heute wissen wir, dass die zahlreichen Arten von Bindegewebe eng mit dem Akupunktursystem der Meridiane verknüpft sind (Curtis und Hurtak 2004, Oschmann 2003). (Wehowsky 2006, S. 153f.)

Einerseits wird hier deutlich, dass ein möglichst freier Energiefluss im Sinne von Wohlbefinden und Gesundheit wünschenswert ist und dass sich Energiefluss-Störungen auf der physischen Ebene u. a. in Spannungen und Blockaden zeigen können. Um solche Störungen aufzulösen, hat Gerda Boyesen (1987) die biodynamische Massage entwickelt. Andererseits geht Wilhelm Reich, wie auch Boadella und Boyesen, davon aus, dass sich das relevante Energiesystem nicht auf den physischen Körper beschränkt. Es ist viel umfassender: *‚Reich scheint den Körper eher als Verdichtung der Aura aufzufassen, als umgekehrt die Aura als eine Verflüchtigung des Körpers.‘* (Boadella 2009, S. 232)

Zum genaueren Verständnis dieses Energiesystems gehe ich nun auf die Körper-Aura - Beziehung ein.

2.2 Die Energiefelder in Körper und Aura

Zur Darstellung der Zusammenhänge beziehe ich mich vor allem auf Helen Gamborg (1998), die Ergebnisse der Forschungen des Heilers Robert Samuel Moore (1928 - 2008), eines langjährigen Lehrers von David Boadella und Silvia Spech Boadella, in ihrem Buch „Das Wesentliche ist unsichtbar“ veröffentlicht hat.

‚Die Aura des Menschen besteht aus sehr fein vibrierenden Energien. Das Wort ‚Aura‘ bedeutet Ausstrahlung, und unbewusst haben wir sie schon oft wahrgenommen, denn wir sprechen davon, dass eine Person eine gute oder schlechte Ausstrahlung hat.

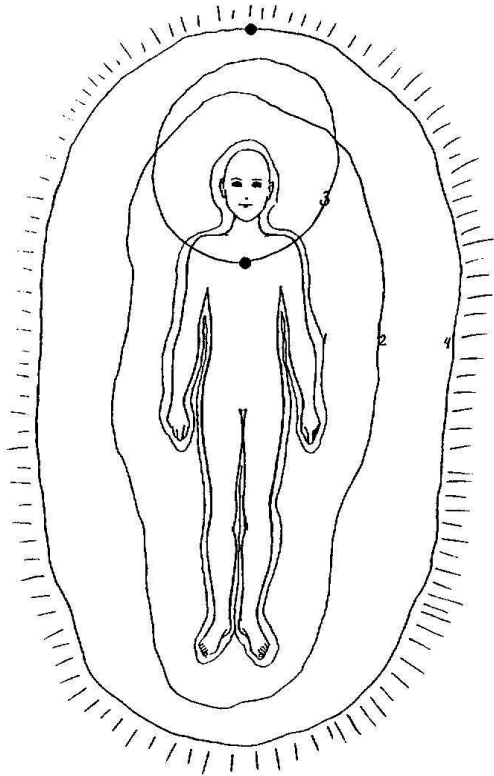
Manche glauben, die Aura sei lediglich ein Strahlenkranz aus Regenbogenfarben um einen Menschen herum. Die Aura ist jedoch sehr viel mehr; sie ist Ausdruck des ganzen Menschen, seines aktuellen Zustandes und seines Potenzials. Wenn man die Aura einer Person sehen oder fühlen kann - und auch versteht, was man dort wahrnimmt -, dann kann man sehr präzise Auskunft geben über die Qualitäten dieser Person, über ihre Blockierungen und ihren Gesundheitszustand.

Ein Mensch hat sozusagen fünf verschiedene ‚Körper‘.

- 1. den physischen*
- 2. den ätherischen*
- 3. den astralen*
- 4. den mentalen*
- 5. den geistigen oder spirituellen Körper*

Der Ausdruck ‚Aura‘ bezeichnet dabei die vier nicht-physischen Leiber des Menschen.

Diese vier Bereiche der Aura haben jeweils ihre Funktion und ihre Energiedichte; dabei gilt, je weiter vom Körper entfernt er ist, desto höher ist die Frequenz seiner Schwingung.’ (Gamborg 1998, S. 33)



1. die ätherische Aura
2. die astrale Aura
3. die mentale Aura
4. die geistige oder spirituelle Aura

Abb. 1: Die vier Bereiche der Aura (Gamborg 1998, S. 34)

Gamborg stellt die einzelnen Aura-Bereiche und -Schichten sowie die dazugehörigen Energiezentren (Chakren) und Energiepunkte in ihren Eigenarten und Funktionen ausführlich dar.

Der **Ätherleib (1)** umgibt mit seiner äußersten Schicht den physischen Körper, seiner Form entsprechend, im Abstand von etwa 10 cm Entfernung. Diese Schicht wird auch ‚**Gesundheitsaura**‘ genannt, denn sie dient aus energetischer Sicht insbesondere der Immunabwehr. Dabei geht es um den Schutz vor Infektionskrankheiten und vor allen anderen äußeren physischen und psychischen Einflüssen, die Menschen beeinträchtigen können. Ist die Stabilität der Gesundheitsaura beeinträchtigt, so zeigen sich Empfindlichkeiten im Sinne von Dünnhäutigkeit, d. h. mangelhafter Widerstandskraft.

Die Gesundheit wird nicht nur von Viren und Bakterien bedroht, sondern auch durch negative psychologische Haltungen und Gefühle, durch Überforderung, Stress, Unentschlossenheit und Mangel an Selbstfürsorge. *„Alles dies vermindert die Fähigkeit des Körpers, einer Invasion zu widerstehen. Dies gilt nicht nur in Bezug auf Viren, Bakterien und Krebszellen, sondern auch bei Herzkrankheiten, Magengeschwüren, Allergien und Diabetes.“* (Gamborg S.18). Drogenmissbrauch und Schockreaktionen können Löcher im ätherischen Feld entstehen lassen.

Bei der Gesundheitsaura liegt mithin ein wichtiger Interventionsbereich für die Körper-Aura-Massage.

Je nachdem, auf welcher Ebene Unterstützung angezeigt ist, kann auch im astralen, mentalen und/oder im geistig-spirituellen Körper-Energiefeld gearbeitet werden. Je höher die Frequenz der Schwingung eines Aura-Bereiches ist, umso leichter lässt dieser sich prinzipiell beeinflussen.

Der astrale Körper (2) umformt uns als ‚emotionale Aura‘ wie eine Eierschale und erstreckt sich in der Entfernung von 30-50 cm um die Hautoberfläche herum. Sie ist der Sitz unserer Emotionen. *‚Lust, Begehren, Leidenschaft, Eifersucht, Neid, Angst, Hass, Verwirrung, Schuld und auch Verliebtheit gehören hierher. Auf diesen Teil der Gesamtaura beziehen wir uns, wenn wir davon sprechen, dass eine Person gute oder schlechte ‚Schwingungen‘ aussendet.‘* (Gamborg S. 44)

Viele Menschen in unserer Kultur befinden sich mit ihrem Bewusstsein vor allem in ihren Gedanken und Vorstellungen von Vergangenheit und Zukunft, in ihren Absichten und Plänen, in ihren strategischen oder intellektuellen Überlegungen, d.h. in der **Mentalaura (3)**, dem Bereich des logischen und intuitiven Erfassens. Dem entsprechend erreichen Heilbehandlungen zur Lösung energetischer Beeinträchtigungen oft eher die emotionale und/oder mentale Ebene als die ätherische und/oder physische. Dazu Gamborg (S. 118f): *‚Die durch eine Heilbehandlung hervorgerufene Aktivierung des Energiefeldes ist kein kurzzeitiger Effekt. Oftmals braucht es 12 - 36 Stunden, bevor die Auswirkungen einer Behandlung den Körper erreichen. In diesem Zeitraum besteht die Möglichkeit, dass scheinbar völlig unmotiviert ganz bestimmte Gefühle und Gedanken auftauchen. Es kann beispielsweise vorkommen, dass die zuvor behandelte Person die Straße entlang geht und sich auf einmal schrecklich zurückgewiesen fühlt, ohne dass irgend etwas dies veranlasst haben könnte. Hier drängt eine, durch eine frühere Zurückweisung ausgelöste, Blockierung an die Oberfläche und löst sich auf. - Die Auflösung blockierter Energie kann auch im nächtlichen Traumgeschehen stattfinden. Es ist daher ratsam, den Träumen der ersten paar Nächte nach einer Behandlung genügend Aufmerksamkeit zu schenken, es kann dabei helfen, die Ursache einer sich lösenden Blockierung besser zu verstehen.‘*

Die geistig-spiritueller Energieebene (4) wird auch als ‚Qualitätsaura‘ bezeichnet: *‚Sie ist eine Art Lagerraum aller Fähigkeiten und Qualitäten, mit denen wir geboren wurden und die uns unser ganzes Leben lang zur Verfügung stehen. Es ist unser höheres Potenzial oder unsere ‚starke Seite‘. Dazu gehören beispielsweise Eigenschaften wie Führungsqualität, Rhythmusgefühl, Genauigkeit, Geduld, Großmütigkeit, Einfühlungsvermögen, Ehrlichkeit und Kontaktfreudigkeit. - Viele Menschen haben es schwer, mit ihren Qualitäten in Kontakt zu kommen. Die wichtigste Ursache hierfür sind emotionale Blockaden im Astralleib und eine zu langsame Zirkulation des ätherischen Feldes. Dadurch ist es unseren Qualitäten nicht möglich, durch diese Felder hindurch zu gelangen und im physischen Körper zum Ausdruck zu kommen.‘* (Gamborg S. 49f.)

Um die Durchlässigkeit zu erleichtern, kann psychotherapeutische Arbeit an den Schattenseiten in Kombination mit Zirkulationsunterstützung durch Auraarbeit und Massage besonders effektiv sein. Die Qualitätsaura umfasst alle fünf Ebenen. Auf ihr ist es möglich, alle Aspekte unserer selbst zu koordinieren und miteinander zu integrieren, um sich als *ganz*, als *Einheit*, als *in sich und bei sich seiend* und als *heil* zu erleben.

Gamborgs Darstellung deckt sich weitgehend mit den Lehren von Keith Sherwood (1987, S. 133ff.), den Kurt Allgeier (1990, S. 130) als ‚Amerikas bekanntesten Heiler‘ bezeichnet hat. In seinen Seminaren habe ich 1989-91 sein System und praktische Möglichkeiten heilsamer Arbeit mit der Aura und den Chakren (Sherwood 1988) kennen gelernt. Er sieht seine Version

von der feinstofflichen Anatomie im Einklang mit den wichtigsten psychologischen und esoterischen Systemen: *„Ich habe größere Bereiche der Übereinstimmung vor allem im Tantra, im Yoga, im esoterischen Taoismus und in der Lehre C. G. Jungs gefunden. Alle diese Systeme stimmen in Bezug auf die Beschaffenheit der feinstofflichen Anatomie des Menschen weitgehend miteinander überein. Sie betrachten die einzelnen feinstofflichen Körper ebenso wie den physischen Leib als Teilfelder der Energiekonzentration, die als Selbst bezeichnet wird.“* (Sherwood 1987, S. 133). Rudolf Steiner (1990, S. 28-60) verwendet etwas andere Bezeichnungen dafürⁱⁱ.

David Boadella zeigt in seinem Buch ‚Befreite Lebensenergie‘ (2009) Zusammenhänge zwischen dem feinstofflichen Energiesystem und dem Aufbau der physiologischen Anatomie des menschlichen Körpers auf, die auch für die Körper-Aura-Massage (siehe 4.2) von grundlegender Bedeutung sind:

„Schon in der Anfangszeit der Psychoanalyse beschrieb Freuds Kollege Josef Breuer drei Erregungskanäle, die eine enge Verwandtschaft zu den drei embryonalen Lebensströmen aufweisen. - Parapsychologen, die sich mit dem Energiefeld (der Aura) beschäftigen, haben einen vitalen, einen emotionalen und einen mentalen Bestandteil ausgemacht. Das vitale Feld hat mit der Energieladung des Blutes und deshalb mit dem Mesoderm zu tun, das emotionale mit dem Endoderm und das mentale mit dem Ektoderm. Ein Heiler, der die Energie dieser drei Felder ins Gleichgewicht bringen und dazu beitragen will, dass sie gut zusammenarbeiten können, tut auf einem feinstofflichen Niveau das, was wir mit Zentrieren, Erden und Anschauen auf der Organebene anstreben. So kann man entweder die drei Zellschichten als Erzeuger der drei Energiefelder ansehen oder die drei aufeinander einwirkenden Energiefelder als Organisatoren der embryonalen Keimschichten. (S. 32f.)

Die drei embryonalen Keimschichten sind das Ektoderm (außen), das Mesoderm (mittlere Schicht) und das Endoderm (innen). Wir benötigen ein entsprechendes Wort für das morphogenetische Feld, das nach Andrade und Burr die Topologie des Körpers gestaltet. Ich schlage dafür 'Morphoderm' vor. Das ist die spezifische Bezeichnung für das nicht-physikalische Feld, welches die Gestaltung eines zusammenhängenden Körpers formt und befördert. (S. 232) -

Vielleicht haben letztendlich diejenigen recht, die eine grundlegende Einheit an den Wurzeln des Seins annehmen; vielleicht sind das, was Physiker Materie, und das was Mystiker Geist nennen, nur verschiedene Vibrationsebenen einer einzigen grundlegenden, ozeanischen Energie.’ (S. 233)

Angaben zur objektiven Messbarkeit feinstofflicher Erscheinungen finden sich insbesondere bei Bischof (2002), ferner auch bei Boadella (2009, S.217ff.), Kerner/Kerner (1997) u.a.

2.3 Massage

Die Massage gehört zu den ältesten Heilmitteln der Menschheit. Wir legen uns intuitiv selbst die Hand auf den Bauch oder an den Kopf und reiben dort, wenn wir uns gestoßen haben oder es uns hier aus anderen Gründen weh tut. Und wenn uns eine andere Person massiert, so kann dies eine besondere Qualität dadurch bekommen, dass wir Zuwendung, Fürsorge und Berührungen erfahren. Der Leibtherapeut und Zen-Meditationslehrer Karlfried Graf Dürckheim (1896-1988) pflegte zu sagen: „Fasst man einen Körper an, fasst man einen Menschen an“ (1974ⁱⁱⁱ), was darauf hinweist, dass sich hier zugleich eine zwischenmenschliche Begegnung auf der personalen Ebene ereignet, die in besonderer Weise

von Respekt, Achtsamkeit, Einfühlungsvermögen und Akzeptanz geprägt sein sollte. Denn Berührung kann psychisch sehr nahe gehen, tief in die Seele greifen. So kann bereits schon die Erlaubnis, sich von einem anderen Menschen berühren zu lassen, einen Heilungsprozess auslösen, denn der Massierte kann dadurch veranlasst werden, sich selbst besser zu spüren.

Alle Formen von Massage sind darauf ausgerichtet, inneren Druck und Spannung abzubauen. Dies lässt sich vor allem durch Lockerung und Entspannung erreichen. Die ‚klassische‘ oder ‚schwedische‘ Massage lindert oder löst durch bestimmte Handgriffe gezielt lokal v. a. Verspannungen und Verhärtungen im Muskelgewebe. Bei der Reflexzonenmassage und beim Shiatsu wird auf bestimmte Körperstellen Druck ausgeübt, wobei u. a. über die Meridiane alle Körperbereiche erreicht und positiv beeinflusst werden können. Andere Verfahren (Bindegewebsmassage, Rolfing/Strukturelle Integration, Somatic Integration) konzentrieren sich auf die Faszien, d.h. die faserigen kollagenen Bindegewebsstrukturen, die den gesamten Körper und alle Organe als Netzwerk umhüllen und durchdringen. Sie gehören zu den wichtigsten Regulationsinstanzen des Organismus:

Pischingers Lehre einer Grundregulation des Organismus über das Bindegewebe hatte revolutionäre Folgen. Alfred Pischinger (österreichischer Arzt, 1899-1983) zeigte mit seinen Studien und Theorien, dass der Körper viel komplizierter ist als das aufwändigste Uhrwerk. Er belegte, dass der Körper aus vielen biologischen Systemen besteht, die miteinander vernetzt sind. Zwischen diesen Systemen besteht ein ständiger Austausch von Informationen in Form von ‚Energie‘. Die Zufuhr einer bestimmten ‚Energie‘ – egal ob Medikamente, Wärme oder Strahlung – wirkt demnach nicht nur an einer bestimmten Stelle, sondern deren Information breitet sich buchstäblich blitzschnell im gesamten Organismus aus.

In Gerda Boyesens Biodynamik wird darauf hingearbeitet, die aufgrund früherer Erfahrungen blockierte Lebensenergie wieder ins Fließen zu bringen. Zugrunde liegt die Tatsache, dass sich Gefühle, die nicht zum Ausdruck kommen durften oder konnten, in muskulären Verspannungen, im Bindegewebe oder auf der Knochenhautebene niedergeschlagen bzw. verfestigt, ‚kristallisiert‘ haben können. Sie sollen behutsam unter Respektierung des Widerstands gelöst und entweder ‚ausgedrückt‘ oder ‚verdaut‘ werden.

Das ‚Verdauen‘ der gehaltenen Gefühle wird in der Biodynamik als ‚Psychoperistaltik‘ bezeichnet. Hier kann emotionaler Stress, wie z. B. unausgedrückte Gefühle, durch das Verdauungssystem und den Darm verarbeitet werden. Der Zusammenhang zwischen den Massageaktivitäten des Therapeuten und den Reaktionen des Darms des Klienten kann über die Psychoperistaltik mit einem elektronischen Stethoskop hörbar gemacht und verfolgt werden. Gerda Boyesen bezeichnet Hände, Füße und Kopf als die Ausgänge des Körpers. Wenn diese Ausgänge frei sind, ist es möglich, mit der umgebenden Energie in Verbindung zu stehen und die gelöste Energie fließen zu lassen. Deshalb wird in der Biodynamik häufig an den äußeren Körperteilen mit der Massage begonnen.

‚In der Regel wird in der ‚Biodynamischen Massage‘ durch ‚Psychoperistaltikarbeit‘ entspannt. Und das geschieht meistens auf Muskelebene. Man kann da auf ‚Entspannungsstufe I‘ arbeiten d. h., die Behandlung befreit von Tagesstress. Man kann auf ‚Entspannungsstufe II‘ arbeiten, d.h., die Behandlung greift gleichsam unter die Meeresoberfläche ins Unbewusste und holt alte ungelöste emotionale Konflikte herauf.‘
(Türke 1996, S. 135)

Die Essenz von Gerda Boyesens Arbeit bildet das ‚Deep Draining‘. Dieses bezeichnet die tiefe Drainage, die dem Abtransport der neurovegetativen Stauungsflüssigkeit aus den

verschlackten Gewebeschichten und den kontrahierten Muskelpartien dient. Systematisch werden in der Biodynamischen Massage Knochen, Bindegewebe, Muskeln, Haut und Aura von der verkörperten Neurose gereinigt. Gesundes Atmen wird durch Atemimpulse angeregt und eine gesunde Körperhaltung angestrebt.

Vor Abschluss einer Sitzung legt sich die behandelte Person auf ihre linke Seite, um der Psychoperistaltik-Verdauung Raum zu geben. Denn auf der linken Seite liegend setzt die Psychoperistaltik erfahrungsgemäß leichter ein.

Peter Freudel (2006) würdigte Gerda Boyesens Leistungen in seinem Nachruf: *„Sie hat vieles eigenständig und unabhängig von Reich wieder entdeckt, was der schon beschrieben hatte. Und darüber hinaus haben wir ihr auch viele völlig neue Techniken und Begriffe zu verdanken, mit denen sie uns geholfen hat, zu verstehen, wie man über den Körper die Seele heilen kann. Die Entdeckung eines in unseren Eingeweiden beheimateten, sanften körpereigenen Selbstregulationsmechanismus, den sie Psychoperistaltik nannte, ist dabei sicher nur ihr herausragendster Beitrag zur Lehre der Psychosomatik.“* (S. 82).

3. Die Körper-Aura-Massage: Eigenarten und Ablauf

Die Behandlung erfolgt normalerweise auf einer Massageliege im bekleideten Zustand. Sie soll in einer für den Behandler möglichst bequemen Position erfolgen, aus der heraus er in entspannter Körperhaltung arbeiten kann, so dass sich seine innere Entspannung und Gelassenheit auf die zu behandelnde Person übertragen können. Eine Behandlung dauert i. d. R. zwischen 15 und 45 Minuten.

Die Körper-Aura-Massage folgt in ihrem Ablauf fünf Schritten:

1. Im ersten Schritt stimmt sich der Behandler auf die Haltung der ‚umfassenden Präsenz‘ ein: Hier geht es darum, die üblichen Formen des Alltagshandelns zurückzulassen, sich zu sammeln, zu zentrieren, meditativ die eigene Mitte zu finden^{iv}, sich zu entspannen und sich mit geöffnetem Herzchakra (s. u.) gedanklich und gefühlsmäßig auf das Bevorstehende, d.h. die zu behandelnde Person und das für sie Nötige und Heilsame, einzustellen. Dazu gehört ein Vorgespräch zum Befinden des zu Behandelnden und ggfls. zum Ablauf der Arbeit. Hierbei sollte die zu behandelnde Person innerlich zur Ruhe kommen und sich ihrer körperlich-seelischen Selbstwahrnehmung zuwenden.

Die ‚umfassende Präsenz‘ baut auf dem sog. ‚doppelten Aufmerksamkeitszustand‘ (Gamborg 1998, S. 103f.) und der ‚dreifachen Präsenz‘ von Silvia Specht Boadella auf. *Umfassende Präsenz* bezeichnet die erlernbare Haltung, in sich und bei sich zu sein und zugleich den Kontext (insbes. die zu behandelnde Person) aufmerksam und bewusst einfühlsam wahrzunehmen – die gegebenen Gemeinsamkeiten und Unterschiede, die Qualität im Kontakt miteinander und die dabei stattfindende gegenseitige Beeinflussung (Interaktion). *Umfassende Präsenz* beinhaltet somit, dass man mit dem eigenen Bewusstsein bei sich und bei der Umgebung ist (= doppelte Präsenz) und *zugleich* mit einer systemischen Orientierung auf der Metaebene ‚über‘ sich und der Umgebung. Dies sind auch die Grundzüge der ‚dreifachen Präsenz‘, wie sie Silvia Specht Boadella in der Biosynthese-Ausbildung unterrichtet und am Biosynthese-Kongress 2000 ausgeführt hat.

Umfassende Präsenz begünstigt den professionellen Umgang mit den relevanten Resonanz- und Übertragungsprozessen: In der Aura und im physischen Körper sind alle angenehmen und

schmerzhaften Erfahrungen gespeichert. Bei Berührungen, bereits auf der Aura-Ebene, treffen sich die Energie- und Informationssysteme des Behandlers und der behandelten Person (Gamborg spricht von ‚Verschmelzung der Auren‘, S. 104). Diese können ineinander fließen und zu Veränderungen führen, die vom Behandler registriert und verstanden werden sollten, was einen bewussten Umgang damit ermöglicht. Dazu können Rückmeldungen der behandelten Person hilfreich sein.

Zur Verdeutlichung: Ich beobachtete, wie eine Kurs-Teilnehmerin in einer Übungssitzung mit besonderer Hingabe den Fuß einer Frau massierte. Folglich fragte ich sie, ob sie mit ihrem Bewusstsein vor allem bei diesem Fuß sei und ob sie sich selbst dabei auch noch wahrnehme. Als Supervisor vertrat ich hiermit die Metaebene. Daraufhin wechselte die Behandlerin von ihrer einseitigen Orientierung hin zur doppelten Präsenz. Die behandelte Frau berichtete einige Zeit später die Wirkung: „Vor dem Wechsel hatte ich mich zunehmend unwohl gefühlt, spürte zu viel Energie im Fuß, es war mir etwas zu intensiv. Nach dem Wechsel wurde es viel angenehmer.“ – Schon die ‚doppelte Präsenz‘ erfordert einiges an Übung und Bewusstseinstraining, während die ‚umfassende Präsenz‘ längere Erfahrung und routinierte Reflexion voraussetzt. Denn auf eine Intervention können unterschiedliche und überraschende Reaktionen erfolgen, die eingeordnet und angemessen beantwortet werden sollten.

Wenn auf der Körper- und Aura-Ebene Strukturen der Verfestigung bzw. Schutzmechanismen und Abwehrhaltungen durch nicht ausdrückbare Gefühle und durch Erfahrungen mit Angst, Erschrecken, Schocks, Anspannung (Stress), Verletzungen etc. entstanden sind, so ist deren Lockerung und Auflösung nur wahrscheinlich, wenn der Behandler die Interaktionen möglichst so gestaltet, dass diese Strukturen nicht weiter genährt werden, sondern im Rahmen der Interaktionen nüchtern betrachtet und überwunden werden können. Dazu sollte sich die behandelte Person vom Behandler so, wie sie ist, mit allen ihren Stärken und Schwächen, mental, emotional und körperlich akzeptiert erleben – was als Vertrauensgrundlage für ihre Befreiung aus ihren inneren Beschränkungen und Fesseln wirkt. Eine Schlüsselfunktion kommt hierbei dem geöffneten Herzchakra des Behandlers zu (s. 4.2). Daraus folgt, dass die erreichbaren Wirkungen u.a. davon abhängen, wie weit der Behandler bereits auf seinem eigenen Weg der Befreiung und Klärung gelangt ist. Dazu gehören vor allem auch das Kennen und Berücksichtigen der eigenen Möglichkeiten und Grenzen. Wenn potenzielle Behandler noch zu wenig dazu gekommen sind, an ihrer Selbstklärung und Selbstbefreiung zu arbeiten, kann für sie psychotherapeutische Unterstützung angezeigt sein.

2. Im zweiten Schritt wird einerseits der Energiefluss des zu Behandelnden in Gang gebracht, andererseits erhält der Behandler dabei erste diagnostische Informationen. Dazu bewegt er seine Hände nach bestimmten Regeln über den Körper des zu Behandelnden, wobei er Unterschiedlichkeiten im Energiefeld der Aura wahrnehmen kann. Diese können sich als Gefühl von Kälte oder Wärme zeigen oder als Prickeln, Druck, Pulsieren, als Strahlung, Strömung, elektrische Ladung, als Dichte oder Leere. Ferner öffnet der Behandler die energetischen Ausgänge des zu Behandelnden an dessen Händen, Füßen und Kopf. Dies unterstützt zugleich dessen Erdung. Ein elektronisches Stethoskop lässt sich mit Verstärker verwenden, wodurch die Peristaltikgeräusche gut hörbar werden. Anfangs skeptische Personen gewinnen angesichts dieses Biofeedbacks leichter Vertrauen.

3. Die eigentliche Behandlung beginnt beim dritten Schritt. Hier steht die Unterstützung des Energieflusses im Ganzkörperfeld im Vordergrund. Dazu dienen langsame, streichende Bewegungen vom Kopf hin zu den Füßen auf der Aura- und zum Teil auch auf der Körperebene. Hinzu können Massageaktivitäten, haltende Berührungen und die gezielte Bewegung von Körperteilen kommen, um lokale Stauungen und Blockierungen zu lockern.

Ferner kann eine Unterstützung der Chakrenaktivität erfolgen. – Ein hinreichender Energiefluss im Ganzkörperfeld begünstigt den Erfolg der Arbeit im 4. Schritt. Wenn sich bereits im 3. Schritt ein gutes Ergebnis zeigt, kann der vierte Schritt entfallen.

4. Im vierten Schritt konzentriert sich die Arbeit auf diejenigen Aura- und Körperbereiche, die mit Beschwerden des zu Behandelnden im Zusammenhang stehen und/oder die Auffälligkeiten in den Schritten 2 und 3 erkennen ließen. Hierzu bieten sich vielfältige Vorgehensweisen an, so neben den bislang erwähnten auch die von absichtlicher Einflussnahme freie (also nicht-manipulative) Zuführung und Ableitung energetischer Strömung und Strahlung über die Hände des Behandlers^v. Nun kann auch eine Teilentkleidung angezeigt sein, z.B. für eine Rückenmassage mit Öl. Auf Grund entsprechender Ausbildung können Elemente aus der Physiotherapie, Lymphdrainage, Chiropraktik, Vitametrik, Osteopathie, Craniosakralarbeit, Reflexzonen-therapie, Shiatsu, Akupunktur, Atemtherapie, Qi Gong, Reiki, Homöopathie, Ayurveda, Heilfasten, Meditation, Psychotherapie etc. verwendet werden.

5. Im fünften Schritt wird die Aura beruhigt, harmonisiert und gefestigt, nachdem sie in den vorherigen Schritten gelockert und in Bewegung (Unordnung) gebracht worden war. Dazu wird sie vom Kopf zu den Füßen glatt gestrichen und ggfs. an einzelnen Stellen verdichtet. Es ist nun noch etwas Zeit nötig, bis sich das Energiesystem wieder hinreichend stabilisiert. Deshalb kann sich der Behandelte bei und nach dem Aufstehen vorübergehend etwas schwindelig fühlen.

Zum Abschluss sollte der Behandelte 10-15 Minuten auf der linken Körperseite liegend ruhen. Dabei können Gefühle und innere Bilder hochkommen und ihn beschäftigen. Nach dem Aufstehen hat bewusstes langsames Gehen mit der Ausrichtung des Bewusstseins auf das Abrollen der Füße von den Fersen zu den Zehen eine erdende und stabilisierende Wirkung. Im Anschluss empfiehlt sich ein kurzer Spaziergang in frischer Luft, bevor der Übergang ins normale Alltagsgeschehen erfolgt. Der in Gang gekommene innere Reinigungsvorgang kann sich in auftretendem Blasendruck zeigen. Er sollte in den folgenden Stunden durch reichliches Trinken von Wasser, Kräutertee etc. (1-2 Liter) unterstützt werden. – Der Behandler zieht sich nach der Arbeit bewusst wieder auf sich zurück und sollte beide Hände bis etwa zur Mitte der Unterarme unter fließendem kaltem Wasser abspülen, um sich von dem möglicherweise während der Behandlung in den eigenen Körper Aufgenommenen zu entlasten. Empfehlenswert sind darüber hinaus weitere Formen zur Selbstreinigung und zum Selbstschutz.

4. Wirkungen der Körper-Aura-Massage

Um das Spektrum möglicher Wirkungen der Körper-Aura-Massage zu verdeutlichen, schildere ich im Folgenden Erfahrungen, die bislang etwas außerhalb des in meiner Arbeit Üblichen liegen – die mich und/oder andere zunächst verwundert haben. Konkrete Effekt-Erwartungen sowohl des Behandlers als auch des zu Behandelnden sind problematisch, da die tatsächlichen Effekte von einer Vielzahl von Faktoren abhängen. Empfehlenswert ist hier eine aufgeschlossen-hingebungsvolle Haltung.

4.1 Auswirkungen von Abwehrstrukturen

Manchmal entsteht der Eindruck, dass die Behandlung zunächst wirkungslos bleibt: Das elektronische Stethoskop zeigt kaum Geräusche an, die eine Verbesserung des Energieflusses im Körper erkennen lassen und die behandelte Person spürt keine körperlich wahrnehmbaren Effekte. In einigen Fällen beginnt eine vorhandene verfestigte und stabile Abwehrstruktur, die mit mangelnder Fähigkeit zur Wahrnehmung von Veränderungen in und bei sich einhergeht, erst nach 5-10 Sitzungen zu schmelzen. Häufig setzt dies zuerst auf der emotionalen und mentalen Ebene ein, indem allmählich die bestehenden Blockierungen fühlbar werden und deren mögliche Ursachen ins Bewusstsein treten. Die dabei entstehenden Einsichten sollten sodann zu Veränderungen veranlassen, unter denen sich die Blockierungen weiter lösen können, so dass verhindert werden kann, dass sie sich immer wieder neu aufbauen. Dazu müssen allerdings bisherige vorhandene Widerstände gegen angemessene Veränderungen bewusst aufgegeben werden.

Den Gegenpol zeigt das folgende Beispiel labiler Abwehrstrukturen: In einer Massageschule demonstrierte ich meine Arbeit, indem ich einem jungen Mann eine Aura-Behandlung gab. Eine Zuschauerin, etwa 2 - 3 m von der Massagebank entfernt, begann plötzlich am ganzen Körper heftig zu zittern, konnte das nicht unterdrücken. Kurz darauf brach eine andere Teilnehmerin in Tränen aus. Ich musste meine Demonstration unterbrechen, um mich beiden unterstützend zuzuwenden. Sie waren einen Monat zuvor im selben Auto unterwegs mit einem Bus frontal zusammengestoßen. Die in der Demonstration bei dem Mann erfolgte Abwehrlockerung hatte die mit dem Unfallschock entstandene Dünnhäutigkeit (Aura-Löcher) der beiden Frauen über die Entfernung hinweg als Resonanzphänomen erreicht und ließ die noch mangelhafte Stabilität (Immunität) ihrer Aura offenbar werden. Mit dem Zittern und den Tränen lösten sich noch bestehende Verspannungen; festgehaltene Gefühle (Erschrecken, Schmerz etc.) und innere Bilder kamen hoch. Anschließend behandelte ich beide, wobei schon zu Beginn deutliche Peristaltikgeräusche zu hören waren – ein Zeichen lockerer Energiefeldstrukturen. Im 4. Schritt konnte eine tiefer gehende, stabilisierende Aufarbeitung stattfinden. Wichtig war dazu vor allem Arbeit am Hals und Nacken zur Lockerung des Schleudertraumas, Arbeit an den unteren Chakren zur Unterstützung der Erdung (Wurzelchakra), der Selbstkontrolle (Hara) und des Selbstvertrauens (Solarplexus) in Verbindung mit Maßnahmen zur Auflösung der Bauchraum-Blockierungen am Zwerchfell und darunter, schließlich auch ein Halten und leichtes Bewegen des Kopfes mit Rückenunterstützung und weiterer Hals-Nacken-Behandlung zum Loslassen von Spannungen und zur Erfahrung eines Geborgenheitsgefühls im Gehaltensein.

Bei verfestigten Abwehrstrukturen und vorhandenen Blockierungen geht es vor allem darum, Erstarrtes in Bewegung, in den Fluss zu bringen. Dabei ist Geduld bei der Lockerung angezeigt. Demgegenüber ist bei einem lockeren, instabilen Energiesystem besondere Sorgfalt der haltenden und ordnenden Unterstützung (bei Schritt 4) und der Stabilisierung (bei Schritt 5) zuzuwenden.

4.2 Arbeit am Hals-Nacken- und Zwerchfell-Bereich

Da im Hals-Nacken-Bereich sowie beim Zwerchfell die drei embryonalen Keimschichten Ektoderm, Mesoderm und Endoderm zusammentreffen, ist die Arbeit an diesen Bereichen in besonderer Weise sensibel und förderlich für die Integration der Funktionen des Denkens, Fühlens und Handelns miteinander, d. h. zur Unterstützung der inneren Ganzheitlichkeit. David Boadella (2009, S.200f.) weist unter Bezugnahme auf Alexander Lowen (1991, S.

321ff.) darauf hin, dass etliche Menschen im Bereich des Halses/Nackens und des Zwerchfells Energieblockaden und Verspannungen aufweisen, die u. a. zur Aussperrung der Herzgefühle von der Wahrnehmung und zu einer problematischen Trennung/Abspaltung des Herzens und der Liebe von der Sexualität einerseits und von der Geistigkeit andererseits beitragen.

Körperdiagramm

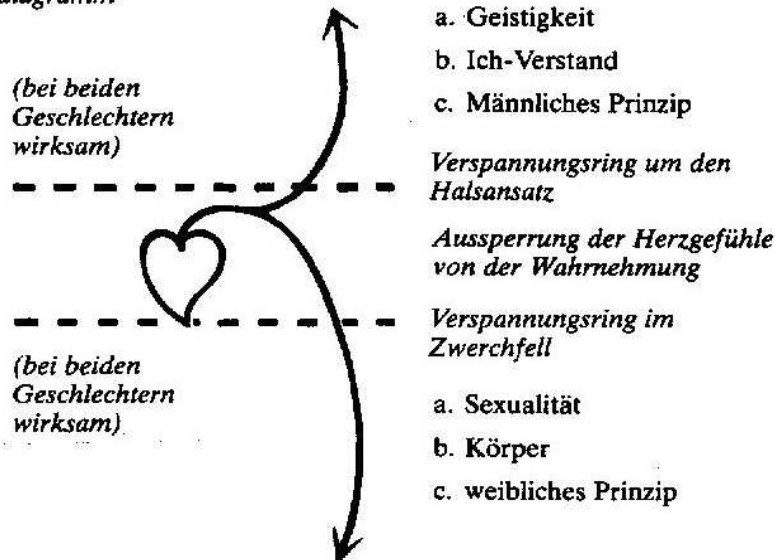


Abb. 2 Lowen (1991, S. 323)

Boadella schreibt dazu: *„Ich ziehe es vor, von einer unbenutzten Brücke zu sprechen, statt von einer Spaltung. Die Menschen lernen, Energie übermäßig in bestimmten Körperteilen bereitzuhalten und zu wenig in anderen. Sie haben Angst, die Schranken wieder aufzuheben. Sie brauchen Hilfe, um ihre Energie wieder über die Zwerchfellbrücke und auf die Wege des Halses zu locken.“* (Boadella 2009, S. 203)

Bei meiner Arbeit am Nacken oder Zwerchfell habe ich mehrfach erlebt, dass behandelte Personen unversehens in einen anderen Bewusstseinszustand übergangen und dabei in eine ihnen bis dahin noch unbekanntere Welt von Bildern und Gefühlen eintauchten.

- So berichtete eine Kursteilnehmerin (47) während der Nackenbehandlung, sie erlebe sich gerade hinter Gitterstäben in einem Gefängnis, zitternd vor Angst, da ihr die Enthauptung bevorstehe.
- Eine Klientin (48) kollabierte nach einer Nackenbehandlung. Nachdem ich ihr geholfen hatte, wieder in ihre Kraft zu kommen, ließ sich in einem weiteren Behandlungsabschnitt klären, warum sie zusammengebrochen war: Sie sah und fühlte, wie sie einst heftige Schläge in den Nacken bekommen hatte, bis hin zur Bewusstlosigkeit oder gar zum Tode.
- Ausgelöst durch Aura-Behandlung im Zwerchfellbereich sah und fühlte sich eine andere Klientin (48) als Mann in einem Schlachtgetümmel kämpfend, dabei feindliche Krieger tötend, bis schließlich die Schlacht vorbei war und sie angesichts der überwundenen Gefahren zur Besinnung kam. Sie sah sich weinen und trauern, wurde sich der Sinnlosigkeit des Krieges und des angerichteten Unglücks bewusst.

Jede dieser Frauen verband ihr Erleben nicht mit Erinnerungen aus ihrem bisherigen Lebensverlauf, sondern nahm an, dass es sich dabei um traumatische Erfahrungen aus einem

früheren Leben gehandelt hatte. So fühlte sich das, was sie hier innerlich durchlebt hatten, für sie authentisch und zu ihnen gehörig an. Im begleitenden und anschließenden Gespräch wurde ihnen die Sinnhaftigkeit dessen, was ihnen im Blick auf ihre Blockaden bewusst geworden war, einsichtig. So konnten sie sich auch angesichts des geschilderten Schrecklichen, das jeweils mit ‚Herzlosigkeit‘ (s. Lowen) verbunden gewesen war, schließlich erleichtert und befreit fühlen. Denn im Schrecklichen sahen sie den Auslöser einer Blockierung, die sich endlich lösen konnte. Anzumerken ist noch, dass eine lang gewachsene Vertrauensbeziehung dieser drei Frauen zu mir als Therapeuten bestand.

Erläutern möchte ich dies am Beispiel der Klientin (48) mit der Geschichte als ‚erfolgreich‘ kämpfender Krieger: Sie war in ihrem jetzigen Leben insofern blockiert, als sie sich bis zu dieser Sitzung als beruflich erfolglos und privat als ‚Opfer‘ mächtiger Männer gesehen hatte – was natürlich nicht hilfreich ist, um in die Akzeptanz ihrer Kräfte zu kommen und in eine erfüllte Lebensführung. Sie hatte zunächst den Eindruck gehabt, ihre Stärken in diesem früheren Kriegsgeschehen für eine ‚gute Sache‘ eingesetzt zu haben, meinte jedoch im Nachhinein, ihr Handeln sei ‚in Wahrheit‘ fragwürdig, absurd gewesen. Die Blockierung hatte ihr dazu gedient, der Wiederholung derartiger vermeintlicher Täuschungen prinzipiell zu entgehen, indem sie sie hinderte, sich jemals wieder in eine machtvolle Rolle zu begeben. Nach der Behandlung fühlte sie sich davon befreit, kann nun bewusst ihre Fähigkeiten offensiver einzusetzen – in ethisch für sie akzeptabler Weise aufgrund eines inzwischen erworbenen differenzierteren Bewusstseins.

Ich sehe noch lebhaft vor mir, wie Gerda Boyesen ihre Arbeitsweise demonstrierte, wobei von ihr behandelte Personen ebenfalls in derartige Bewusstseinszustände kamen. Zu erleben, wie Körperarbeit imstande war, dergleichen auszulösen, war für mich eine wertvolle Bereicherung, denn bis dahin war ich nur mit Tiefenentspannung als Methode zur Auflösung karmischer Belastungen (zur Reinkarnations- oder Rückführungstherapie siehe z.B. Peick 1987, Weiss 1999) vertraut gewesen. Ich hatte diese Methode 1987 bei der Hamburger Dipl.-Psychologin Petra Angelika Peick (1949-2009) erlernt, die darin im Institut von Thorwald Dethlefsen, München, ausgebildet worden war.

Bei Gamborg (1998, S. 94) fand ich eine Erklärung dazu – mit direktem Inhaltsbezug zu Lowens Körperdiagramm: Danach wirken die Herzgefühle des Behandlers überbrückend: *‚Wie schon (...) beschrieben, steht unser Herzchakra in direkter Verbindung zu unserem geistigen Energiefeld bzw. unserer Qualitätsaura. Wenn der Kontakt zu unserem Herzen stabil ist, ist es auch der Kontakt zu unseren Qualitäten. Wir wirken dann vertrauenerweckend und erhebend auf andere Menschen. Für eine Behandlungssituation heißt das, dass der Klient sich viel schneller und tiefer entspannen kann. In dieser ‚Herzensatmosphäre‘ eröffnet und erweitert sich seine Aura. Der Behandler, in Kontakt mit seinem eigenen geistigen Feld, strahlt während des ganzen Zeitraumes die von dort ausgehenden Schwingungen aus.*

Zwei Pendeluhren, die sich im gleichen Raum befinden, beginnen nach einiger Zeit, sich auf die gleiche Frequenz einzustimmen. Ähnlich verhält es sich mit den Energiefeldern von Behandler und Klient; zwischen ihnen entsteht eine Resonanz. Diese Resonanz bewirkt eine noch größere Öffnung der Aura des Klienten, und beide Auren verschmelzen miteinander. Wenn zwei Schwingungen sich treffen, entsteht aus ihnen eine vollkommen neue. Durch dieses neu entstandene Energiefeld lassen sich neue Muster weben, solche, die mit der wahren Identität des Klienten übereinstimmen. Wenn das geschieht, findet Heilung statt.’ Ferner eröffnet sich damit eine weitere Perspektive zum Verständnis des in der Massageschule Geschehenen.

4.3 Verletzungen, Erkrankungen, Reinigung

Bei einer Bergwanderung verstauchte ich mir einen Fußknöchel. Nach der Ankunft im Hotel kühlte ich ihn und begann eine intensive Selbstbehandlung, wobei ich auf der Aura- und der Körperebene arbeitete mit der Vorstellung, das verletzte Gewebe zu stärken und zu lockern, um den Heilungsprozess zu unterstützen. Ich wiederholte diese Behandlung mehrmals täglich und konnte bereits am 3. Tag wieder einigermaßen gut auftreten und laufen, ohne größere Schmerzen. Somit beschleunigte diese Behandlung die Besserung.

Eine junge Frau (25) hatte eine heftige Nasennebenhöhlenentzündung: „Ich fühle mich ganz schwindelig, kann nichts mehr tun.“ Am Vorabend waren die ersten Symptome aufgetaucht. Zur Linderung gab ich ihr eine Behandlung, wobei ich zunächst ihren ganzkörperlichen Energiefluss unterstützte und dann schwerpunktmäßig auf der Auraebene über dem Gesicht arbeitete. Nach etwa 10 Minuten fühlte sie sich deutlich besser, nach 25 Minuten meinte sie, nun sei es gut. Etwa eine Stunde nach dieser Behandlung waren die Symptome fast vollständig verschwunden, nachhaltig. – Bei einem späteren Termin litt sie unter einer Blasenentzündung. Am Vorabend hatte sie Geburtstag gefeiert, war nachts in einem kalten Pool gelandet. Nun konnte sie kaum noch laufen, ihre Beine nur unter Schmerzen auseinander bewegen. Ich gab ihr eine gleichartige Behandlung, diesmal mit Konzentration der Auraarbeit auf den Unterleibsbereich. Nach ca. einer halben Stunde konnte sie wieder aufstehen und sich frei bewegen. Etwa 1- 2 Stunden später war die Entzündung vollständig abgeklungen. – In beiden Fällen hätten Schulmediziner wohl den Einsatz von Antibiotika für erforderlich gehalten.

Eine Klientin (55) erwähnte im Verlauf einer Therapiesitzung Schmerzen im Bereich ihrer Hüfte aufgrund einer Gürtelrose. Ich gab ihr eine etwa 15-minütige Behandlung, einige Tage später wiederholte ich diese. Vor der zweiten Behandlung berichtete sie, die Schmerzen hätten bereits deutlich nachgelassen. Drei Tage nach der zweiten Behandlung waren die Symptome verschwunden.

Eine Klientin (24) berichtete zu Beginn einer Therapiesitzung von einem Hörsturz, den sie wenige Tage vorher erlitten hatte. In der ausführlichen Besprechung der relevanten Umstände gewann sie ein plausibles Verständnis der psychosomatischen Dynamik. Nach der zusätzlichen Behandlung der beteiligten Kopfbereiche war die Symptomatik nach zwei Tagen behoben.

Eine Klientin (33), die sich körperlich symptomfrei fühlte, befand sich seit Jahren in der Rolle der Geliebten eines Ehemannes. Nach einer insgesamt fast 2-stündigen Behandlung fühlte sie sich körperlich erleichtert und befreit, ging zufrieden nach Hause. In der folgenden Nacht stieg ihre Körpertemperatur auf ca. 39 Grad. Sie fror und schwitzte heftig, träumte intensiv von ihrer Beziehung. Zurückgehaltene Unzufriedenheit und Wut wurden ihr in inneren Bildern und emotional zugänglich. Das Fieber dauerte einige Tage. Sie hatte während dessen kaum Appetit, trank viel Wasser und Tee, fühlte sich dabei psychisch ausgesprochen wohl. Im Anschluss sah sie sich in ihrer Beziehung freier, gelassener und ruhiger. Die Behandlung hatte einen intensiven inneren Reinigungs- und Klärungsprozess in Gang gesetzt.

Auch die Menstruation ist ein Reinigungsprozess, der durch Körper-Aura-Massage unterstützt werden kann. Öfters habe ich die Erfahrung gemacht, dass die Dauer der ‚Tage‘ ebenso wie die Intensität auftretender Schmerzen damit deutlich verringert werden konnte.

5. Zusammenfassung der hauptsächlichen Funktionen der Körper-Aura-Massage

Körper-Aura-Massagen bieten sich bei Blockierungen und Erschöpfungszuständen an zur Aktivierung des Energiesystems bzw. bestimmter Bereiche desselben, um das Immunsystem und den Energiefluss zur Unterstützung der Regeneration zu stärken.

Personen mit Überaktivität, innerer Unruhe und mit besonderer Anspannung können durch Körper-Aura-Massagen in Zustände von Beruhigung und innerer Entspannung gelangen, bis hin dazu, leichter ein- und durchschlafen zu können. Das gilt insbesondere auch für Kinder.

Mit der Befreiung der Lebensenergie im Zuge des Abbaus von Blockierungen werden die Zellgewebestrukturen durchlässiger. Damit gehen eine zunehmende Sensibilisierung und Verfeinerung der Selbstwahrnehmung einher mit Intensivierung des emotionalen Erlebens. Das Energiefeld wird gestärkt und weitet sich aus. Wenn Menschen daraufhin wahrnehmen können, wie die Energien in ihrem Körper befreit fließen, so können sie den Eindruck haben, schwerelos zu schweben – leicht, aufgeladen und kraftvoll.

Unter Beachtung bestimmter Grundregeln ist die Körper-Aura-Massage überall einsetzbar; ich sammle weitere Erfahrungen damit. Zu berücksichtigen sind vor allem Beschränkungen bei der Arbeit mit Schwangeren, um Komplikationen zu vermeiden.

Literatur

Allgeier, K. (1990) Die Wunderheiler. Diana Verlag Zürich

Bischof, M. (2002) Tachyonen, Orgonenergie, Skalarwellen - Feinstoffliche Felder zwischen Mythos und Wissenschaft. AT Verlag Aarau, Schweiz

Boadella, D. (2009) Befreite Lebensenergie. Einführung in die Biosynthese. Schirmer Verlag, Darmstadt

Boyesen, G. (1987) Über den Körper die Seele heilen. Kösel Verlag, München

Curtis, B.D. und Hurtak, J.J. (2004) Consciousness and Quantum Information Processing: Uncovering the Foundation for a Medicine of Light. The Journal of Alternative and Complementary Medicine 10, No. 1, 27-39.

Davis, W. (1997) Biological Foundations of the Schizoid Process. Energy & Character 28, No.1 57-76.

Freudel, P. (2006) Ein Nachruf zum Tod von Gerda Boyesen, Energie & Charakter 37, Bd. 30, S. 79-87

Gamborg, H. (1998) Das Wesentliche ist unsichtbar. Heilung durch die Energiezentren des menschlichen Körpers. Rowohlt, Reinbek bei Hamburg. (erhältlich über Opus Verlag & Versandbuchhandlung)

Kahl, T. (2005) Körpermeditation als Erdung. Ein Weg zu Selbstvertrauen und innerer Stärke. In: Energie & Charakter, Bd. 29, S. 51-57.

Kerner, I., Kerner, D. (1997) Heilen. Kiepenheuer & Witsch, Köln

Lowen, A. (1991) Depression. Ursache und Wege der Heilung. Goldmann Verlag, München

Oschmann, J.L. (2001) Energy Medicine. New York: Churchill Livingstone

Oschmann, J.L. (2003) Energy Medicine in Therapeutics and Human Performance. Edinburgh: Butterworth Heinemann.

Peick, P.A. (1987) Wiedergeburt. Eine Reise in frühere Erdenleben. Bauer Hermann Verlag, Freiburg im Breisgau

Petzold H.G. (2006) Der ‚informierte Leib‘: ‚embodied and embedded‘ – Ein Metakzept für die Leibtherapie. In: Marlock & Weiss (Hrsg.): Handbuch der Körperpsychotherapie, Schattauer, Stuttgart. S. 100-118

Sherwood, K. (1987) Kraftzentren des Lebens. Anleitung zur Harmonisierung des feinstofflichen Körpers. Bauer, Freiburg im Breisgau

Sherwood, K. (1988) Die Kunst des spirituellen Heilens. Bauer, Freiburg im Breisgau

Specht Boadella, S. (2000), Dreifache Präsenz, Hauptrede am Biosynthese Kongress in Salvador da Bahia im Jahr 2000 und unveröffentlichte Ausbildungsunterlagen seit 1989

Steiner R. (1990) Theosophie. Einführung in übersinnliche Welterkenntnis und Menschenbestimmung. Rudolf Steiner Taschenbücher aus dem Gesamtwerk. Rudolf Steiner Verlag Dornach/Schweiz

Türke, A. (1996) Biodynamik und Deep Draining. In Energie & Charakter 27, Bd. 13, S. 132-158.

Wehowsky, A. (2006) Der Energiebegriff in der Körperpsychotherapie. In: Marlock & Weiss (Hrsg.) Handbuch der Körperpsychotherapie, Schattauer, Stuttgart. S. 152- 166.

Weiss, B. L. (1999) Die Liebe kennt keine Zeit. Eine wahre Geschichte. Econ & List Tb Verlag, München

Anmerkungen

ⁱ Eine Einführung gibt Wolter, B. „Resilienzforschung“ – das Geheimnis der inneren Stärke... systema 3/2005, 19. Jg., S. 299-304. Siehe auch [http://de.wikipedia.org/wiki/Resilienz_\(Psychologie_und_verwandte_Disziplinen\)](http://de.wikipedia.org/wiki/Resilienz_(Psychologie_und_verwandte_Disziplinen))

ⁱⁱ Analog dazu haben wir nach Rudolf Steiner (1990, S. 34-60) neben dem physischen Körper u.a. einen ätherischen Körper (Ätherleib oder Lebensleib), einen Astralleib (Seelenkörper mit Empfindungsseele), das Ich als Seelenkern (Verstandesseele) und eine Bewusstseinsseele.

ⁱⁱⁱ Zitiert nach Petzold (2006), S. 103

^{iv} Vgl. hierzu meinen Aufsatz (Kahl 2005)

^v Zur Motivation ego-freier Energiearbeit vgl. z.B. Gamborg (1998), S. 96.

Über den Autor

Thomas Kahl (Dr. phil. Dipl.-Psych.) absolvierte eine Lehrerausbildung und ein Psychologiestudium an der Universität Hamburg. Danach Lehrer im Schuldienst und in der Lehrerfortbildung, Hochschullehrer an der Universität Hamburg (FB Erziehungswissenschaft, FB Psychologie), Professor an der Katholischen Fachhochschule Norddeutschland (Studiengang Sozialpädagogik, Schwerpunkt Beratung und Behandlung). Seit 1990 Psychologischer Psychotherapeut in eigener Praxis und Meditationslehrer. Ausbildung u.a. in Biosynthese, Imaginationsverfahren (z.B. Katathym Imaginative Psychotherapie, Rückführungstherapie), Systemischer Aufstellungsarbeit. Anschrift: Praxis für Psychotherapie und Körperarbeit, Achtern Hoagen 4, D-21224 Rosengarten. Email: DrThKahl@t-online.de
Internet-Web-Sites: www.koerper-aura-massage.de und www.seelische-staerke.de