

Intuitions- und Bewusstseinstraining in der täglichen osteopathischen Praxis

Gabriele Von Gimborn

Zusammenfassung

Die Intuition ist dem Menschen genauso zu eigen wie der Instinkt dem Tier. Nur leider hören wir aus unterschiedlichen Gründen nicht allzu oft auf sie. Woher die sogenannten „Geistesblitze“, auch Intuition genannt, herkommen, dazu gibt es unterschiedliche Theorien, die in diesem Artikel diskutiert werden. Fakt ist, dass es sinnvoll ist, sich der eigenen Eingebung zu bedienen, um dem Patienten noch mehr Hilfestellungen geben zu können. Um diese Eingebung jedoch zu nutzen, bedarf es einiger Übung und vor allem Mut, um den „Einfall“ mit dem Patienten zu diskutieren bzw. ihm mitzuteilen.

Schlüsselwörter

Salutogenese, kybernetisches System, Pischinger, somatisches Gedächtnis, Zellgedächtnis, Energiezysten, Memen, Sheldrake, morphogenetisches Feld, Hellinger, Spiegelneuronen

Abstract

The human intuition is as important as the animal instinct. However, we often do not listen to our intuition for various reasons. There are different theories where our sudden ideas – also called intuition – come from. We will discuss these in the following article. But it is a fact that it makes sense to use one's own intuition to be able to help the patient more effectively. Before you can use this capability you have to practice. Additionally you need a lot of courage in order to communicate and discuss this awareness with the patient.

Keyword

Salutogenesis, cybernetic system, Pischinger, somatic memory, cell memory, energy cyst, meme, Sheldrake, morphogenetic field, Hellinger, mirror neurons

oder in der Behandlung nicht wirklich weiterkommen.

Fallbeispiel

Ich möchte hierzu ein Beispiel geben: Eine 57-jährige Frau, verheiratet, gut situiert, gepflegt, kam mit zwei Ordnern voller Befunde zu mir, da sie seit Jahren zunehmende Beschwerden in der linken Schulter hatte. Die Schmerzen wurden in der letzten Zeit immer unerträglicher und kein Spezialist auf seinem Gebiet, ob Chirurg, Orthopäde, Physiotherapeut oder Osteopath, konnte ihr helfen. Alle Befunde waren negativ, aber sie hatte ihre Beschwerden und wollte sich nicht mit Psychopharmaka abspesen lassen. Sie kennen wahrscheinlich diese Situation, in der man bei sich denkt: „Und was soll ich jetzt machen?“

Entgegen aller konventionellen Untersuchungsmethoden – Befunde und Untersuchungen gab es ja zu genüge – sagte ich ihr, sie möge sich einfach hinlegen und ich würde einmal nur ins Gewebe hineinhorchen. Vielleicht gäbe es mir Informationen. Sie sah mich erwartungsvoll an, vertraute mir und legte sich hin. Ich selbst war voller Vertrauen und Hoffnung, dass ich dem Gewebe etwas entlocken könnte, das uns in der Behandlung weiterhelfen würde. Ich legte einfach meine Hände vorne und hinten an das Schultergelenk und lauschte den Faszien und Fluida mit der Bitte um Information. Dann, wie aus heiterem Himmel, zog ein Banner an meinem dritten Auge vorbei, auf dem das Wort Missbrauch geschrieben stand. Ich überlegte kurz, was ich nun tun sollte, da ich die Patientin gerade 15 Minuten kannte. Und da fragte sie: „Erzählt Ihnen mein Gewebe etwas?“

Sie hatte mir den Ball zugespielt, nun konnte ich ihn ihr zurückwerfen. Ich sagte zu ihr: „Tja, das Gewebe sagt mir

Definition von Intuition

Zuerst wollen wir den Begriff Intuition definieren. Intuition ist eine Eingebung, eine Ahnung, unbewusste Wahrnehmung oder eine Erkenntnis, die auf Denken ohne Reflexion basiert, aber auch auf Sensibilität, Einfühlungsvermögen, schöpferische Ideen und Kreativität. Oder wie ein unbekannter Autor meinte: „Intuition ist Intelligenz mit überhöhter Geschwindigkeit.“

Was für das Tier der Instinkt ist, ist für den Menschen die Intuition – sie spielt eine weitaus größere Rolle in unserem Leben, als wir annehmen. Goethe nannte die Intuition „eine aus dem inneren Menschen sich entwickelnde Offenbarung“, der Psychoanalytiker C.G. Jung nannte sie „eine Art instinktives Begreifen, das bedeutet, etwas ganz und voll zu verstehen, ohne zu erklären, wie und warum das geschieht.“

Intuition ist eine plötzliche Eingebung, wie ein zündender Funke, der aus dem

Nichts erscheint und in Form einer Eingebung, eines Gedankenblitzes in unser Leben tritt. Jeder von uns hat natürlich die Wahl, ob er seinem Verstand, der meist in der linken Hirnhälfte sitzt, oder seiner Intuition, die in der rechten Hemisphäre angesiedelt ist, oder einer Kombination von beiden folgt. Die Schwierigkeit, seiner Intuition zu folgen, besteht meist darin, dass diese Geistesblitze oder Eingebungen oft dem eigenen Verstand, dem Gefühl und der eigenen Gewohnheit widersprechen. Und so überhören wir oft die Botschaften der Intuition.

Einstein jedoch sagte: „Die Intuition ist ein göttliches Geschenk, der denkende Verstand ein treuer Diener. Es ist paradox, dass wir heutzutage angefangen haben, den Diener zu verehren und die göttliche Gabe zu entweihen.“ Gerade die Intuition kann bei der Behandlung unserer Patienten ein wichtiges oder das wichtigste Geschenk sein, wenn wir nicht wissen, wie wir beginnen sollen,

etwas, aber ich kann es nicht zuordnen!“ „Was denn?“, fragte sie. Ich erwiderte darauf: „Es ist nur ein Wort, mit dem ich derzeit nichts anfangen, nämlich Missbrauch!“ Ich wollte erklären, welche Formen des Missbrauchs es geben kann, aber dazu kam ich nicht, da die Patientin auf das Heftigste von Weinkrämpfen geschüttelt wurde. Ich dachte, gut so, und begleitet das Gewebe, bis es langsam zu Floaten begann.

Dann verebbte auch das Weinen, die Patientin sah mich fragend an und meinte: „Ich habe keine Ahnung, was und wie sie das gemacht haben, aber sie haben mir ein Geheimnis entlockt, von dem weder meine Eltern, noch meine Geschwister, noch mein Mann oder die Kinder wissen. Und so soll es auch bleiben. Nur sie wissen es jetzt. Ich wurde im Alter von 16 Jahren von zwei Männern im Park vergewaltigt. Ich habe mich so geschämt, dass ich niemanden etwas davon erzählt habe.“

Wir waren uns einig, dass keine Einzelheiten erforderlich sind, und vereinbarten einen Kontrolltermin in zehn Tagen. Ab diesem Zeitpunkt war sie beschwerdefrei und konnte den Arm in alle Richtungen voll bewegen. Der Spuk war vorbei.

War es dieser bekannte Schrei des Gewebes nach Erlösung? Ich denke schon. Hätte ich begonnen, die Schulter nach allen Regeln der Kunst zu untersuchen, dann hätte ich dem Gewebe die Möglichkeit zur Heilung genommen.

Sich selbst hinterfragen

Ich suchte die Gesundheit im Gewebe, so wie es A.T. Still immer forderte, aber dafür ist ein Blick über den Tellerrand notwendig. Wir müssen uns mit viel mehr Dingen als nur dem Erlernen osteopathischer Techniken beschäftigen. Wir müssen uns vor allem mit uns selber beschäftigen, uns selbst verstehen lernen und uns von einer Person zu einer Persönlichkeit entwickeln. Damit das gelingt, müssen wir jedoch alte eingelernte Programme, Grundsätze, Verhaltensmuster etc. erkennen, hinterfragen und bei Bedarf ändern.

Und diesen Anspruch kann nur jeder an sich selber stellen. Jeder ist seines Glückes Schmied, wie schon eine alte Volksweisheit überliefert.

Salutogenese oder: Was hält uns gesund?

Aaron Antonovsky, seines Zeichens Soziologe, entwickelte das Konzept der Salutogenese oder Gesundheitsentwicklung. Ausschlaggebend war seine Arbeit in Palästina mit Frauen aus den ehemaligen Konzentrationslagern. Er stellte fest, dass es eine Gruppe von Frauen gab, die sich, obwohl sie schwerste körperliche und psychische Traumata erlitten hatten, in einem sehr guten physischen, psychischen und mentalen Zustand befanden – im Gegensatz zu anderen Frauen, die Ähnliches durchgemacht hatten. So führte die Frage, warum bei gleich schweren Traumata die Folgeerscheinungen so unterschiedlich waren, zu seinem Konzept der Salutogenese, bei dem es vor allem um die Bedingungen für Gesundheit und Gesunderhaltung geht. Diese Parameter herauszufinden sind viel wichtiger als das Auffinden von Krankheiten und deren Ursachen. Der wesentliche Bestandteil seines Konzeptes baut auf der Förderung von Gesundheitsprozessen auf und bewegt sich immer zwischen den Polen gesund und krank, ohne diese voneinander zu trennen.

Ist der Körper fähig, sich selbst zu organisieren und zu regulieren, dann kann er auch heilen. Dieser Prozess kommt von innen und nicht von außen. Herrschen keine guten Bedingungen für die Selbstregulationsprozesse, dann wird die Person krank und im ungünstigsten Fall kommt es zum endgültigen Zellzerfall.

Auch bei der oben geschilderten Patientin war der Selbstheilungsprozess blockiert und es bedurfte eines richtigen Schubs von außen, um ihn in Gang zu bringen. Die wahre Heilung kam jedoch von ihr, von ihrem Gewebe, das den Schmerz nun loslassen konnte.

Osteopathie als spirituelles, philosophisches Konzept

Der menschliche Organismus ist ein offenes kybernetisches System, das ständig mit der Umwelt interagiert, sich anpasst und versucht, seine Balance zu behalten. Der Begriff kybernetisches System wurde von Norbert Wiener, einem amerikanischen Mathematiker, geprägt. Kybernetische Systeme sind komplexe Einrichtungen, die innerhalb eines gewissen dynamischen Stabilitätsbereichs mithilfe von Rückkoppelungsmechanismen einen dynamischen Gleichgewichtszustand anstreben. Man findet diese in der Regelungstechnik, in hochentwickelten Organismen, im autonomen Nervensystem, im endokrinen System, aber auch in Gesellschaftsstrukturen. Bekannt ist vielleicht der Ausdruck Homöostase, der besser durch den Begriff Homöodynamik ersetzt werden sollte (Oschmann 2009).

Und genau hier setzt die Osteopathie an: Sie ist nicht nur eine manuelle Behandlungstechnik, sondern hat ein spirituelles, philosophisches Konzept, das immer mehr an Bedeutung gewinnt. Um darauf näher eingehen zu können, folgt ein kurzer Abstecher zum Grundsystem von Pischinger.

Grundsystem nach Pischinger

Das Grundsystem nach Pischinger beinhaltet die extrazelluläre Matrix bestehend aus Wasser und der Gesamtheit der extrazellulären Substanzen im Bindegewebe: unlösliche Proteinfibrillen und lösliche Komplexe, die Proteoglykane (an Proteine gebundene Kohlenhydratpolymere) oder Glukosaminoglykane wie Hyaluronsäure, Chondroitinsulfat, Keratinsulfat usw. (Pischinger 2004). Und zur Erinnerung – die Matrix ist der Ausgangspunkt der freien Nervenendigungen, des Lymphsystems und der Endstrombahn.

Und diese Strukturkombination aus Wasser-Zucker-Polymeren ist so fein ab-

gestimmt, dass sie unabhängig von hormonellen und nervösen Einflüssen sekundenschnell den Gesamtorganismus erfassend reagieren kann. Die flüssig-kristalline Wasserstruktur dient als Energie- und Informationsspeicher, sie ist eine sogenannte Engrammierung – ein dauerhafter Informationsspeicher mit Langzeitgedächtnis (Liem 2014).

Somatisches Gedächtnis – Energiezysten

Oschmann verweist in seinem Buch über Energiemedizin auf ein „somatisches Gedächtnis“ auf der Festkörperebene, von dem er meint, es sei in Körperzellen, die keine Nervenzellen sind, gespeichert. Dies sind wahrscheinlich Energiefelder, deren mikroskopisch kleine elektrische und magnetische Signale in neuronalen Netzwerken und Halbleiterschaltkreisen von Nicht-Nervenzellen überall im Körper gespeichert werden. Wenn sich dann Therapeut und Patient aufeinander einstellen und ihre elektromagnetischen Rhythmen eine einzige kollektive, kohärente Pulsation bilden, dann darf sich dieses gestaute Trauma in Form von wie auch immer gearteter Energie entladen. Da Energie Information ist, kann es sein, dass beim Behandler Spiegelneuronen zur Aktivierung kommen und der Osteopath das Trauma, in welcher Form es auch besteht, erkennen kann (Oschmann 2009). Kann bei einem Trauma die auftreffende Energie nicht abgeschwächt oder verteilt werden, dann bilden sich „Energiezysten“, die sich früher oder später auf den Organismus auswirken können. So eine Zyste stellt ein Hindernis für die elektrische Leitung dar, sie wirkt wie ein irritierender Reiz und führt zu einer eingeschränkten Funktion des Gewebes. Dies kann Folge eines Traumas, einer Invasion von Keimen, einer physiologischen Funktionsstörung, aber auch eines emotionalen Problems sein. Auch bei meiner Patientin dürfte das der Fall gewesen sein. Bei der Behandlung, wenn das Gewebe durch die Reorganisation des Fasermusters wieder weicher und dehnbarer wird, kann manchmal eine

damit verbundene Erinnerung freigesetzt werden.

Bei einer Energiezyste wird das Gewebe mit dem Stress nicht fertig. Die Grundsubstanz speichert dies in ihrem Gedächtnis und zwar autonom und unabhängig von höheren Bahnen. Dieses Zellgedächtnis nennt man auch peripheres Gedächtnis, es ist das eigentliche Gedächtnis der Grundsubstanz.

Manche Wissenschaftler sehen das „zelluläre Gedächtnis“ im Zusammenhang mit epigenetischen Mechanismen. Hier werden bei der Replikation der DNS auch die Methylgruppen, die an Cytosin gebunden sind, an genau dieselbe Position in den Tochtermolekülen gesetzt. Bei Anlagerung von Methylgruppen an gewisse DNS-Abschnitte können diese nicht mehr abgelesen werden. Dies kann sowohl weitergegeben als auch wieder aufgehoben werden. Dieser dynamische Prozess spielt also bei der Gedächtnisbildung eine maßgebliche Rolle (Keger 2009).

Meme: vermittelbare Bewusstseinsinhalte

Auch das Wissen um Meme kann unsere therapeutische Intervention unterstützen. Meme sind zunächst einmal nichts anderes als Informationen oder einzelne Bewusstseinsinhalte wie Gedanken, Ideen, Glaube, Ideologien, Überzeugungen, Verhaltensmuster, Religionen usw., die durch Kommunikation weitergegeben werden. Sie sind maßgeblich an der soziokulturellen Entwicklung beteiligt. Hierzu erklärte der kroatische Wissenschaftler Mihály Csikszentmihályi, dass ein Mem immer dann kreiert wird, „wenn das menschliche Nervensystem auf eine Erfahrung reagiert“. Kurz gesagt gibt es fast nichts, was sich nicht als Mem bezeichnen ließe.

Meme streben nach Verbreitung und Vervielfältigung. Die Voraussetzung dafür ist, dass diese vermittelbar, also kommunizierbar sind. Bei der Weitergabe sind Veränderungen möglich und der Einfluss der Umwelt kann eine Verstärkung oder Unterdrückung der weiteren Verbreitung bewirken.

Morphogenetisches Feld

Zu diesem Themenkomplex existieren weitere spannende Theorien, wie zum Beispiel die morphogenetischen Felder. Diesen Ausdruck prägte der britische Biologe Rupert Sheldrake und sah darin eine „formbildende Verursachung“ für die Entwicklung von Strukturen in Biologie, Chemie und Physik wie auch in der Gesellschaft. Die Idee besteht darin, dass Systeme durch unsichtbare organisierende Felder reguliert werden. Diese Felder stellen den Bauplan für Ordnung und Verhalten dar. Sie können sich unabhängig von Zeit und Raum ausbreiten und Ereignisse im Hier und Jetzt von der Vergangenheit ausgehend beeinflussen, unabhängig vom örtlichen Geschehen. Sobald ein neues Feld entstanden ist, wird es durch die Wiederholungsrate stärker und umso wahrscheinlicher wird sein neuerliches Auftreten. Wenn sich etwas entwickelt, wird dies woanders wiederholt, weil es in einem Gedächtnis gespeichert ist. Auch in der anorganischen Welt wird eine neue Struktur, zum Beispiel ein Kristall, den es vorher nicht gegeben hat, gespeichert. Und wenn sich dann unter ähnlichen Bedingungen wieder ein Kristall bildet, richtet er sich nach dem Muster des früheren. Das heißt, es gibt bereits ein Gedächtnis über den früheren Kristall (Sheldrake 1998, Liem 2014).

Auch der russische Wissenschaftler Alexander Gurwitsch entwickelte 1912 die These des morphischen Feldes in der Entwicklungsbiologie, basierend auf der Idee, dass elektromagnetische Kopplungen das Zellwachstum regulieren. Dies diente im Folgenden als Ausgangsbasis für die Forschung auf dem Gebiet der elektromagnetischen Bio-Information. So gelangte man zu der Erkenntnis, dass es zwischen den Zellen und Organismen eine Kommunikation gibt, die nicht substanzialer, sondern elektromagnetischer Natur ist, und dass diese für die räumlich-zeitliche Regulation verantwortlich ist, zum Beispiel die Regulation für Wachstum, Zelldifferenzierung usw. (Popp 1987).

Auch Bert Hellinger, ein deutscher Familientherapeut, Priester und Buchautor, der durch seine Familienauf-

stellungen bekannt wurde, spricht von einem „wissenden Feld“. Andere Autoren nennen es „holographisches Universum“ oder „holistisches Weltbild“.

Spiegelneuronen

Ein weiterer wichtiger Aspekt sind Spiegelneuronen, die uns die Fähigkeit zu Spontaneität, Kontakt, emotionalem Verstehen, erstem Urgefühl des sich Verstehens, Empathie, Intuition und vielem mehr verleihen. Spiegelzellen, die tatsächlich spiegeln, gehören zu den wichtigsten Utensilien im Gepäck für die Reise durch das Leben. Sie arbeiten nach dem Motto: „Use it or lose it!“ Je mehr dieser intelligenten Zellen man als Reisegepäck mitbekommen hat und je mehr man sie auch aktiviert, desto leichter wird man mit dem Patienten in Resonanz gehen und ihn verstehen – nämlich auch auf einer unbewussten Ebene.

Wir erhalten am Patienten nur die Resonanzphänomen, die wir bereits als neuronale Kopie in unserem eigenen Gehirn angelegt haben. Nur wenn wir selbst die Erfahrung gemacht haben, ob selbst erlebt, beobachtet, gehört oder gespürt, können wir in Resonanz mit dem Gewebe des Patienten gehen, spüren, verstehen, den Vorgang beobachten und befreien. Dies alles erfordert viel Aufmerksamkeit und Respekt dem Patienten gegenüber (Von Gimborn 2013).

Fazit

Welche der oben angeführten Behauptungen und Thesen auch immer ausschlaggebend sein mögen, ist für unsere Arbeit irrelevant. Die Arbeit des Intuitions- und Bewusstseinstrainings beginnt immer bei einem selbst. Anschließend kann man die eigenen Erfahrungen bei der osteopathischen Arbeit anwenden. Dies erfordert viel Praxis. Praxis muss man erleben und an sich selbst erfahren.

Bei den Techniken lernt man, durch Atemübungen in die Stille zu gehen. Dadurch wird der Parasympathikus angeregt, der Sympathikus beruhigt und man

kann mit dem eigenen Unbewussten in Verbindung kommen. Im Unbewussten sind all unsere hemmenden Glaubenssätze und Glaubenssysteme gespeichert. Mit diesen gilt es in Kontakt zu treten, um Veränderungen an sich selbst vorzunehmen. Auch hierzu gibt es viele Varianten, deren man sich bedienen kann.

Es gibt Übungen, um sich mit dem kollektiven Bewusstsein in Verbindung zu setzen, um dort bereits vorhandene Lösungsvorschläge vermittelt zu bekommen. Aber wir können diesen Pool des kollektiven Unbewussten auch nützen, um in eine andere Haltung zu kommen, um zum Beispiel Selbstbewusstsein, Mut, Charisma usw. aufzunehmen und auch auszustrahlen.

Methoden des Energietankens, des Verwurzelns, des mentalen Vorauserlebens von gewissen Situationen wie einer Prüfung, eines Gesprächs oder einer Berufsvorstellung und auch das Lernen, von Zorn abzulassen, den Tag umzuerleben, um im Unbewussten eine positive Verankerung zu hinterlassen, ergänzen das Training.

Gerade für Kinder gibt es viele Übungen – etwa den Baum des Selbstvertrauens, die Regenbogen- oder Vulkanübung, der Kobold in uns –, die man auch in die osteopathische Arbeit einbringen kann, zum Beispiel wenn man Cranialosteopathie anwendet.

Wenn wir den Patienten behandeln, können wir uns auf einer intuitiven Ebene einklinken, aus dem kollektiven Bewusstsein Informationen erhalten und diese dem Patienten vermitteln. Manchmal sind es nur Symbole, manchmal Informationen, die wie in einem Film ablaufen, dann wieder ist es nur ein Gedankengang. Wenn wir selbst mit uns, unserer Midline und dem allwissenden kollektiven Bewusstsein in Verbindung stehen, dann bekommen wir immer Informationen über den Patienten. Wenn wir diese kommunizieren, dann helfen wir unserem Patienten, auch alte Traumata sichtbar und dadurch lösbar zu machen. Das erfordert jedoch ein wenig Übung, viele Wiederholungen und einen offenen Geist.

In der praktischen Arbeit mit Intuitions- und Bewusstseinstraining beginnt man

am besten immer mit Atemübungen, um den Stress loszulassen und den Vagusnerv zu aktivieren. Es folgen die Übungen zum Energietanken, um sich an die universelle Energie von Kosmos und Erde anzuschließen, Übungen, um sich an das kollektive Unbewusste anzuschließen und Informationen und Fertigkeiten zu erhalten. Spezielle Techniken runden dann das Training ab. In jedem Fall kann man all das, was man an sich selbst ausprobiert und erlernt, während einer Behandlung an den Patienten anwenden und so die Erfolgchancen auf Heilung erhöhen.

Pierre Tricot sagte einmal: „Die Aufmerksamkeit ist ein Zustand der Wachsamkeit und des vollen Bewusstseins. Sie schließt nichts aus. Sie ist ständig auf das körperliche Gesamtsystem des Patienten gerichtet. Die Aufmerksamkeit ist definiert als die Projektion des Bewusstseins. Da, wo meine Aufmerksamkeit ist, da bin ich. Die Absicht ist die Projektion des Bewusstseins als Träger einer Information (der Sinn). Der Absicht antwortet das Leben. Der Kraft fügt es sich.“ (Langer et al. 2013)

„Wir würden gar vieles besser erkennen, wenn wir es nicht zu genau erkennen wollten“, wusste schon Johann Wolfgang von Goethe.

Korrespondenzadresse:

Dr. med. Gabriele Von Gimborn
Hochstraße 19a
2540 Bad Vöslau
Österreich
office@drngimborn.com
www.drngimborn.com

Literatur

- [1] Kegel B. Epigenetik. Wie Erfahrungen weiter vererbt werden. Köln: DuMont, 2009
- [2] Langer W, et al. Lehrbuch der Osteopathie. Stuttgart: Haug, 2013
- [3] Liem T. Morphodynamik in der Osteopathie, 2. Aufl. Stuttgart: Haug, 2014
- [4] Oschmann J. Energiemedizin. Konzepte und ihre wissenschaftliche Basis, 2. Aufl. München: Elsevier, 2009
- [5] Pischinger A. Das System der Grundregulation. Grundlage einer ganzheitsbiologischen Medizin, 11. Aufl. Stuttgart: Haug, 2010
- [6] Popp FA. Biophotonen – neue Horizonte in der Medizin, 3. Aufl. Stuttgart: Haug, 2006
- [7] Sheldrake R. Das Gedächtnis der Natur. Das Geheimnis der Entstehung der Formen in der Natur, 4. Aufl. München: Piper, 1998
- [8] Von Gimborn G. Spiegelneuronen – ein unentbehrliches Werkzeug in der Osteopathie. OM 2014, 14 (2): 18–21