



## Heilen mit Geschichten die Kraft liegt im Detail

*Von Tracey Clark, AdvCBP, AdvCBI, ParBP, BAT, D.O. (MP)*



Meine Anfangszeit als BodyTalk Student und Anwender ist mir immer noch sehr klar in Erinnerung: Voller Begeisterung preschte ich damals aus den BodyTalk Fundamentals hervor, bereit, die ganze Welt Stück für Stück auszutippen und zu balancieren. Meine überschwängliche Begeisterung folgte mir in jede Sitzung - und brach jedes Mal unsanft in sich zusammen, wenn die gefürchtete Kombination aus „Details?“ Ja, Spezifischer? Ja“ im Raum stand. Igitt! War es nicht genug, sich der Herausforderung zu stellen, herauszufinden, wohin Innate gehen wollte, wie man dort hinkam und was man alles fragen musste, ohne in den dunklen Fluren der Details herumzuwandern?

Meine Sorge wuchs ins Unermessliche, wenn ich mein Anatomiebuch oder meine Physiologietexte studierte und darüber nachdachte, warum es nicht reichte, einfach die ganze Leber zur ganzen Milz zu vernetzen. Das Gehirn würde doch sicher wissen, was Priorität hatte, und sich für mich darum kümmern. Mein Innate-Bewusstsein schien es darauf angelegt zu haben, mich wie Alice im Wunderland in das tiefste Kaninchenloch bis hin zur Zellebene zu führen, obwohl ich fand, dass es leichter wäre, sich einfach auf die größeren Zusammenhänge zu konzentrieren. Nach und nach begann mich meine Begeisterung in jenen dunklen Fluren und tiefen Kaninchenlöchern zu begleiten und - oh Wunder - die beeindruckende Vielschichtigkeit des menschlichen KörperGeistes eröffnete sich mir in all ihrer Pracht. Ich begann zu verstehen, dass die tiefe Wirksamkeit hinter der Einfachheit des BodyTalk Systems auf seinem Respekt und seiner Würdigung der einzigartigen Geschichte eines jeden individuellen KörperGeistes beruht, und diese Geschichte wird anhand der Details erzählt! Von da an verwandelte sich meine Angst vor den Details in die Sehnsucht, meine Fähigkeiten als Beobachter, Detektiv, Übersetzer und Geschichtenerzähler immer mehr zu schulen.

Warum ist die Geschichte (Details) so wichtig? Um das zu verstehen, müssen wir einen genaueren Blick auf den unterbewussten Geist werfen und erkennen, was er mit all den Details tut, nach denen wir so sorgfältig suchen. Unser unterbewusster Geist ist unser Autopilot für Gesundheit und Heilung. Wenn Heilung das angestrebte Ziel ist, muss man wissen, wie der unterbewusste Geist funktioniert und sich darum bemühen, ihn mit in seinem Team zu haben. Ein wunderbares Zitat (mit unbekannter Quelle) besagt: „Es ist wichtig, alle Gesetze zu kennen, um sie effektiver zu brechen.“ Mit anderen Worten, wenn wir den unterbewussten Geist bei seiner unablässigen Suche nach Balance unterstützen wollen, müssen wir lernen, was er braucht und an welchen Stellen er auflaufen kann.

Der unterbewusste Geist ist ein riesiger Speicher für alle Erfahrungen, Überzeugungen, Erinnerungen und Kenntnisse, die gerade nicht im bewussten Gewahrsein sind. Er ist der Meisterübersetzer für

eingehende Informationen und arbeitet auf der Basis seiner Bibliothek aus vergangenen Erfahrungen, die seine Arbeitsgrundlage bilden. Er arbeitet wie ein höchstentwickelter Computer - je größer der Input, desto größer der Output. Von der Präzision des Inputs (der Details) hängt ab, wie effektiv der Output sein kann. Das Gehirn ist der vollendete Multi-Tasker. Es empfängt und verarbeitet in jeder Sekunde Millionen Informationsbits. „Details“ helfen ihm, sich inmitten eines Ansturms aus Informationen und Möglichkeiten zu fokussieren und seine Aufmerksamkeit auszurichten. Was eine Geschichte so einzigartig und unvergesslich macht, sind ihre Details; und es sind die Details, die eine spezifische Beobachtung und Veränderung möglich machen.

Wie empfängt und beantwortet der unterbewusste Geist Informationen? Stelle dir das Gehirn als einen Radioempfänger mit Millionen kleiner Antennen vor, die über die Sinnesorgane auf die sie umgebende Welt eingestellt sind. Unsere fünf Sinne sind das Medium, durch das wir die Welt erleben und interpretieren. Jedes Wort, jede Berührung, jeder Geruch, jede Beobachtung repräsentiert eine Schwingung - so, wie sich die Frequenz einer Radiowelle als Klangsymphonie, ein Bild auf einem TV-Bildschirm oder ein Fax-Dokument manifestiert. Die Frequenz einer Schwingung ist die Repräsentation von etwas, das sich - im Falle des unterbewussten Geistes - durch die Physiologie manifestieren kann. Wir alle haben schon erlebt, wie die Macht eines bestimmten Geruchs Erinnerungen aus der unterbewussten Speicherhalle ins Bewusstsein ziehen und eine Emotion oder eine physiologische Reaktion auslösen kann, wenn wir uns an die mit dem Geruch verbundene Erfahrung erinnern. Genauso kennen alle von uns mit Sicherheit die Art von „Aha-Erlebnis“, bei dem das richtige Wort eine Saite in uns zum Schwingen bringt und damit eine Erkenntnis ermöglicht, die uns vorher nicht zugänglich war.

Der unterbewusste Geist hat die Tendenz, so lange eine bestimmte Funktions- oder Interpretationsweise vorzuziehen, bis sie durch eine neue ersetzt wird. Das ist der Punkt, an dem der BodyTalk Anwender und seine/Ihre Beobachtungsfähigkeiten zum Tragen kommen. Eine BodyTalk Sitzung ist ein Tanz zwischen zwei Minds, die auf der Ebene des Unterbewussten miteinander kommunizieren. Der BodyTalk Anwender dient als Reiseleiter, der die Highlights und Wahrzeichen auf der Reise in die Gesundheit hervorhebt. Wenn ein Beobachter gebraucht wird, um eine Veränderung der Perspektive und somit der Gesundheit zu ermöglichen, ist es der BodyTalk Anwender, der mit seiner/Ihrer Fähigkeit, die Geschichte zu enthüllen, als Katalysator für die Veränderung fungiert. Jede neuerliche, tapfere Reise ins Kaninchenloch stellt den unterbewussten Geist auf eine noch spezifischere Aufmerksamkeits-Frequenz und eine weitere Möglichkeit zur Veränderung ein. Nie hätte ich damals, in meinen ersten Praxistagen geahnt, dass das Aussprechen (oder, wenn ich mir sicher genug war, das Aufschreiben) des lateinischen Namens irgendeiner scheinbar obskuren anatomischen Struktur eine Frequenz anschlug, auf die sich der unterbewusste Geist einstellte. Ich erkannte damals nicht, dass meine Fähigkeit, das richtige Wort oder die richtige Emotion oder aktive Erinnerung zu enthüllen, den unterbewussten Geist dazu brachte, eine alte Barriere einzureißen, weil deren Wesen enthüllt worden war. Ich erkannte bald, dass meine Beobachtungsfähigkeit über die fünf Sinne mein wichtigstes Werkzeug als Anwender war, und dass die Sitzungen umso wirksamer waren, je bereitwilliger ich Informationen in Form von Details empfing.

So viele von uns gehen ohne das geringste KörperGeist-Gewahrsein durchs Leben. Wir kehren unerwünschte Dinge unter den Teppich und filtern unsere Sinneswahrnehmungen auf eine minimale Erfahrungsebene herab, die sich sicher anfühlt. Kein Wunder, dass wir so oft das Offensichtlichste übersehen oder in einer Routine festfahren, die uns nicht länger dient. Wir können einfach keine anderen Möglichkeiten sehen. Dein Körper hat die Fähigkeit, sich selbst zu heilen und zu regulieren, doch er folgt einfach weiter den Anleitungen, die ihm das Bewusstsein zur Verfügung stellt. Wenn wir die gesamte Geschichte beleuchten, können wir abgenutzte Perspektiven verändern und den unterbewussten Geist dazu anzuleiten, alte, überfällige Barrieren einzureißen, um auf einer völlig neuen Ebene von Gesundheit zu operieren. Ich kenne kein anderes System der Gesundheitsfürsorge, das sich die Zeit nimmt, die ganze Geschichte eines Menschen anzuhören und ihn als ganzen Menschen anzusprechen, anstatt sich nur auf das Symptom oder die Krankheit zu konzentrieren.

*Welche Details übersiehst du vielleicht in deiner eigenen Geschichte? Gibt es dunkle Flure, die du vermieden hast? Glaube mir, die Reise lohnt sich. Eine völlig neue Welt wartet auf dich!*

**IBA Newsletter Mar 15, 2013**