

Mensch und Möglichkeit – Aufbruch in die neue Zeit

Workshops mit Udo Vukovics

Unser Thema:

Wenn wir als Therapeuten, Traumaspezialisten und Heiler oder allgemeiner, als grundsätzlich mit Heilung beschäftigte Menschen, fokussiert wirksam sein wollen so können wir uns derzeit einen Zugang zum menschlichen Potenzial erlauben, der uns auf ganz neue Wege der Fremd- und Selbstheilung führt.

Drei oder vier wesentliche Wege der Selbst- und Fremdheilung finden in unserem Workshop zueinander:

1. Die Humanistische Psychologie, hier in Form der Körperpsychotherapie.

Sie eröffnet uns die Möglichkeit, uns selbst und unser Gegenüber in seiner Existenz, die sich im Körper ausdrückt, zu bestätigen, in seiner Essenz, die als Grundlage unseres körperlichen Daseins hervortritt, wahrzunehmen und mit unserer Präsenz uns selbst und den Anderen in der Gegenwart zu ankern. Diese Gegenwart ist wiederum eine körperbezogene. Das Verständnis des Körpers wird um eine energetische Dimension erweitert, die sich in der Praxis seit Wilhelm Reich bewährt hat. Die Körperpsychotherapie ist jedoch nicht in den 30er Jahren des 19. Jahrhunderts stehen geblieben, sondern hat sich seither auf effiziente und subtile Weise in verschiedenen Formen weiterentwickelt. Hier arbeiten wir mit Somatischer Resonanz, Selbstregulation und Kontaktkunst. Embodiment ist ein Begriff, der die Weite körperpsychotherapeutischen Wirkens nur begrenzt wiedergeben kann.

2. Moderne Traumatherapie, welche uns den Weg zu selbstregulativen Prinzipien im Mittelhirn und anderen Bereichen des Stammhirns zugänglich macht.

Hier bewegen wir uns in einem Bereich, der sich zumindest auf evidenzbasiertes Wissen stützt.

Die Verbindung von limbischen und kortikalen Vorgängen bei emotionalen und vegetativen Prozessen mit darunterliegenden aber deshalb keinesfalls als grundlegender zu betrachtenden Vorgängen im Mittelhirn ermöglicht uns ein viel umfassenderes Verständnis der Mechanismen des Überlebens, der Anpassung an die Umwelt und das soziale und emotionale Feld, das uns umgibt.

Zur Verbindung von Körperpsychotherapie und Traumatherapie:

Das körperpsychotherapeutische Prozessieren, das während unserer vegetativen, emotionalen oder reflexiv in unserer Körperlichkeit gespiegelten seelischen Prozesse vorgeht, macht diese wirksam, jenseits einer rein kognitiven Einsicht. Die hinzutretende Einsicht ist dann eben auch körperbezogen und erlebnisorientiert.

Dieses Prozessieren bezieht sich auf limbische und neokortikale Vorgänge, und es wird durch die traumatherapeutischen Erkenntnisse ergänzt, die uns den Zugang zum Prozessieren auf den darunterliegenden Stammhirnebenen ermöglichen.

Umgekehrt geht es uns auch darum, die im Mittelhirn verankerten Überlebensprozesse inklusive ihrer selbstregulativen Möglichkeiten auch mit den limbischen und kortikalen

Erfahrungen zu verknüpfen, weil das eigentliche Selbstgefühl nicht allein auf der Ebene des Mittelhirns ausreichend erfahren werden kann.

In der Biodynamik, einer wesentlichen Quelle meiner Körperpsychotherapie, spricht man vom Einbeziehen der Ich-nächsten Schicht in den Prozess, um sich tatsächlich mit den zur Bearbeitung reifen Teilen des Prozessgeschehens zu beschäftigen.

Ich habe in den letzten 30 Jahren, der Arbeit meiner wesentlichsten psychotherapeutischen LehrerInnen folgend und ihre Ideen aufgreifend, meinen eigenen Ansatz innerhalb der Körperpsychotherapie entwickeln dürfen, welcher die Trinität zwischen Körper, Seele und Essenz anspricht.

Wir können in der Praxis Wilhelm Reichs Modell des Energieflusses, der sich als vegetative oder emotionale Welle durch den Körper bewegt, sehr gut nützen um befreiende seelische Prozesse durch körperbezogene Interventionen auszulösen. In meiner Arbeit betrachte ich diese Prozesse und den Energiefluss aus drei verschiedenen Aspekten oder, anders gesagt, auf drei verschiedenen Ebenen: Zum bisher bekannten Energiefluss nach Reich tritt eine zweite, die embryonale Ebene und eine dritte, die essenzielle Ebene. Diese Aspekte sind in der Arbeit mit Körper und Seele in ihren Auswirkungen gut demonstrierbar und führen jedenfalls zu einem tieferen Ansatz in der körperbezogenen Kontaktarbeit mit Menschen. Diesen Ansatz bezeichne ich als **Essenzielle Körpertherapie**.

3. Die Kraft veränderter Bewusstseinszustände zur Traumaheilung und zur emotionalen Weiterentwicklung.

Dieser Ansatz wird in letzter Zeit vor allem im englischen Sprachraum wieder zunehmend anerkannt, beispielsweise in Form psychedelisch gestützter Therapien, welche bewussteinserweiternde Drogen mit therapeutischen Maßnahmen kombinieren.

Die dritte Schiene, auf der wir uns im Rahmen dieses Workshops bewegen, ist in unserem Fall jedoch die des **Schamanismus**.

Schamanismus als uraltes menschliches System zur Erweiterung unseres Bewusstseins und zur Aktivierung der in uns bereitstehenden ur-menschlichen Möglichkeiten benötigt nicht unbedingt die Unterstützung psychoaktiver Substanzen.

Es geht uns hier stattdessen einerseits um das Hervorbringen heilsamer Umgebungen, die aus bewussteinserweiternden inneren Zuständen und einer für Schamanen typischen Haltung bestehen, in welcher die Welt im Gegensatz zu westlichen wissenschaftlichen Anschauungen so betrachtet wird, dass sie durch subjektive Einwirkungen andere scheinbar objektive Auswirkungen hervorbringt.

Das heißt, die „magische“ Stimmung oder Haltung des Schamanen erzeugt ein anderes Heilfeld als ohne sie vorhanden wäre.

Ich beziehe mich, was Schamanismus betrifft, hier auf meine eigene schamanische Richtung (**Nagual-Schamanismus**, zu finden unter **www.nagual-schamanismus.at**), die ich als europäischen Tiefenschamanismus bezeichne, weil sie die ursprüngliche Kraft alter schamanischer Traditionen in sich trägt ohne durch den Bezug zu einer bestimmten lebenden schamanischen Ethnie deren kulturellen Anschauungen anzuhängen.

Zum Thema „evidenzbasiert“:

Meiner ganz persönlichen Erfahrung nach beschreibt die Naturwissenschaft die Welt keinesfalls vollständig, auch wenn sie in den letzten Jahren diesen Anspruch immer deutlicher stellt.

Die dahinterliegende erkenntnistheoretische Frage, ob die Welt nur durch Neomaterialismus oder eben besser auch durch andere Sichtweisen beschrieben werden kann, ist mit wissenschaftlichen Methoden derzeit auch nicht zu klären. Der notwendige Diskurs kann nicht durch eine als Aufklärung getarnte Wissenschaftsgläubigkeit ersetzt werden.

Oder anders gesagt: Wer heilt hat Recht.

Evidenzbasiertes, praktisch therapeutisch erprobtes und durch viele Jahrhunderte entwickeltes Wissen und Können sollten wieder zusammenfließen.

Praktischer Nutzen geht dabei vor Ideologie.

Es gibt zudem momentan wirklich viele überraschende Übereinstimmungen zwischen neuen neurobiologischen Erkenntnissen und praxiserprobtem Handeln, welches bisher eher unerklärlich schien.

Mehr dazu auch gern in unserem Workshop.

Die Kombination aus heilerischem, körperpsychotherapeutischem und traumatherapeutischem Wissen führt uns zu neuen Möglichkeiten und Ansätzen in der Arbeit als Heiler und Therapeuten.

Dabei entsteht....

4. Das menschliche Potenzial und die Selbst- und Fremdheilung als notwendige Erfahrungen für den Aufbruch in die Zukunft unserer Spezies.

Der vierte Aspekt führt uns wieder in die ursprüngliche Welt der humanistischen Psychologie zurück, in der es schon in den 70er Jahren des letzten Jahrhunderts um die menschliche Entwicklung, um unsere Potenzialentwicklung, ging, an Stelle einer Heilung im Sinne einer ausschließlichen Wiederherstellung des Gesunden oder einer Reparatur des pathologisch Gewordenen.

Es geht uns hier also nicht ausschließlich um die Behandlung von Störungen oder Traumata, sondern mindestens ebenso sehr um die Entwicklung dessen, was hinter dem Einbruch in die ursprüngliche Integrität der Person hervorschaut: Ihr, durch das Trauma als Auslöser weiterentwickeltes, in ein neues inneres Flussbett eingeladenes, und hoffentlich sogar tiefer in der eigenen Resilienz verankertes, Potenzial.

Unsere technisch hochentwickelte, aber in ihren menschlichen, emotionalen, spirituellen, magischen und ekstatischen Möglichkeiten noch sehr unterentwickelte Zivilisation braucht dringend neue visionäre Wege, um menschenwürdig zu überleben.