Für deinen Körper ist alles Jetzt

Altlasten ablösen mit BodyTalk

Als du zwei Jahre alt warst, wurde dein kleiner Bruder geboren und du musstest von einem auf den anderen Tag groß und vernünftig sein. Als du vier warst, bist du unglücklich gestürzt und danach für einige Tage ganz alleine im Krankenhaus geblieben. Als du sieben wurdest, haben sich nicht nur deine Eltern getrennt, sondern du bist auch noch in ein komplett neues Umfeld umgezogen.
All das mag Jahre her sein, aber für deinen Körper ist es alles jetzt. Er hat die Erlebnisse, die mit unangenehmen, schmerzlichen, traumatischen Gefühlen verbunden waren - welche zu der Zeit nicht verdaut werden konnten – energetisch gespeichert und kann sie jederzeit wieder abrufen. Es braucht nur einen Auslöser, der dich zumeist unbewusst an die damalige Situation erinnert. Sofort ist alles wieder da, und du reagierst wie das zweijährige, vierjährige, siebenjährige Kind.
Die emotionale Ladung, die dabei im Körpergedächtnis immer wieder aktiviert wird, nennen wir im BodyTalk-System™ *Aktive Erinnerung*. Sie kann auf Dauer emotionale und körperliche Symptome verursachen – manchmal sehr drastische Botschaften des Körpers, die uns auf ihre Dringlichkeit hinweisen. Mit BodyTalk haben wir eine Möglichkeit, auf energetische Weise mit allen Belangen des Körpers zu arbeiten und solche Altlasten sanft abzulösen. Dabei kann es sich sowohl um körperliche, energetische als auch seelische Anliegen handeln. Eine BodyTalk-Sitzung (Balance) besteht im Grunde aus sehr einfachen Elementen: Herausfragen. Der Absicht, zu vernetzen. Austippen. Maßgeblich ist dabei immer das innere Wissen des Körpers als wegweisende Instanz. Von deiner Körperweisheit lassen wir uns anzeigen, wo im Moment der größte Bedarf für Veränderung besteht – ob für Lösung, Entspannung oder Integration. Vermittelt werden ihre Ja/ Nein-Antworten über die Muskelspannung des Armes am Handgelenk. Nacheinander werden so einzelne Bereiche und deren Zusammenhänge herausgefragt, unabhängig davon, ob sie innerhalb oder außerhalb des Körpers liegen und aus welcher Zeit sie stammen.

Im BodyTalk (*Körper-Gespräch*) geht es um Vernetzung innerhalb des Körper-Geist-Komplexes und aller seiner Systeme, Organe, Zellen, Gedanken, Gefühle. Kurz, um Kommunikation innerhalb des Körper und zwischen den unterschiedlichen Aspekten, die uns als Ganzes ausmachen.

Das Austippen ist eine Technik, die auf *körpersprach* sagt: Vernetzung reparieren. Dann speichern. Dies geschieht durch die Interaktion mit den elektromagnetischen Feldern des Gehirns und des Herzens. (Für die interessierten Fachleute: eine stehende Welle, die sich durch den kristallinen Halbleiter Bindegewebe hindurchbewegt). Das Herz mit seinem um ein Vielfaches stärkeres Feld ist dabei das Zentrum des Wissens und der Veränderung.

So wie wir unseren Körper haben, um damit ein ganzes Spektrum an Erfahrungen zu machen, so haben wir auch die Werkzeuge, die ihm helfen, damit umzugehen. Eine BodyTalk-Balance bringt Impulse, die dein Körper dann selber umsetzt. Manchmal braucht es auf einer bestimmten Ebene nur das Erkennen, dass etwas bereits vorbei ist, um aus der Zeitschleife auszusteigen (die sich in Amygdala und Hippocampus des limbischen Systems befindet). Manchmal ist es die energetische Anweisung, ein Gefühl dort herauszulösen, wo es seit langem stört – aus dem Rücken, dem Magen, dem Knie (*BodyGenics*). Oder es ist nötig, die aktive Ladung eines Erlebnisses zu löschen und in eine passive, d.h. neutrale Erinnerung zu verwandeln – um sozusagen den Rucksack, den du dein Leben lang vollgepackt hast, auszuleeren und Platz für Neues zu machen.

Damit du frei wirst, das Leben so zu erfahren, wie es jetzt sein kann: neu, in jedem Moment.

Sünne Burmeister,www.suenne-burmeister.de

Erschienen in ImPulse 3/2011