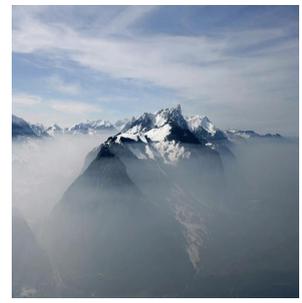


Natur-Heiltraditionen

Wurzeln unserer Therapieformen

Die Suche des Menschen nach ‚Seiner Natur‘



Diplomarbeit von Silvia Heller

Lehrgang in Biodynamischer Craniosacral Therapie

2008 bis 2010

Da-Sein Institut, Winterthur

Inhalt

Vorwort

Einleitung

Warum....

Die Weisheit Afrikas

Dagara Kosmologie - Die Schöpfung und die fünf Elemente

Die fünf Elemente im therapeutischen Kontext:

Feuer, Wasser, Erde, Mineral/Stein, Natur

Körpersprache - Ausdruck von Feuer und Wasser

Die Suche des Menschen nach ‚Seiner Natur‘

Spirituelle Heiltraditionen und Biodynamische Craniosacral Therapie

Rhythmen, Tanz und Ausdruck in Bewegungen

Anrufung der vier Elemente durch rituelle Lieder

Der Xirê - Hinwendung zur Natur mit ihren göttlichen Qualitäten

Arbeit mit Rhythmen

Das Geheimnis der Heilung - Der Innewohnende Behandlungsplan

Haltung der Demut

Aus dem Buch „Spirituelles Heilen und Schulmedizin“

Gesundheit braucht Ordnung, Bezug, Beziehung

Heilende Beziehung und Berührung

Bedingungslos angenommen sein

Glossar

Literaturliste

Quellenangaben (Bilder)

Vorwort - Mein Bezug zum Thema

Aus der Suche, Frage und Hoffnung heraus „Das kann doch noch nicht alles sein...?!“ fand ich vor rund sieben Jahren zur Orixatradition, einer Naturreligion mit ihren Wurzeln in Afrika. Orixatraditionen gehen davon aus, dass alles Leben eine einzigartige Natur in sich trägt, eine göttliche Essenz, und dass diese spirituellen Instanzen, die Orixas, einen schöpferischen elementaren Kreislauf vollziehen, den Xirê. Die mit dem Sklavenhandel exportierten westafrikanischen Rituale haben sich in Brasilien mit dem christlichen Glauben der Kolonialherrschaft und der indianischen Kultur Südamerikas in einem interreligiösen Verschmelzungsprozess vermischt. Daraus sind Glaubensgemeinschaften wie Umbanda gewachsen. Mit Terra Sagrada ist in dieser Traditionslinie vor ein paar Jahren in der Schweiz ein eigenständiger Terreiro, eine spirituelle Gemeinschaft mit aktuell (2010) rund 50 aktiven Mitgliedern (CH, D, A) entstanden.

In Brasilien ist Umbanda weit verbreitet und wird von allen Bevölkerungsschichten im Alltag gelebt und gepflegt. Dort ist es üblich, dass eine Familie am Sonntag Morgen die katholische Messe besucht und abends aktiv an einer Gira mitmacht. Giras sind (umbandistische) Rituale, an denen Gäste teilnehmen können.



Einleitung - Worum es in dieser Arbeit geht

Was haben spirituelle Heil-Traditionen wie beispielsweise Dagara in Westafrika, Umbanda in Brasilien oder TerraSagrada in Europa mit Craniosacral Therapie gemeinsam? Für Menschen, die in intakten indigenen, naturverbundenen Traditionen und Dorfgemeinschaften leben, sind Rituale mit unterschiedlicher Absicht und Ausrichtung alltäglich, so zum Beispiel Initiations- und Heilrituale. Die vorliegende Arbeit beleuchtet den Bezug dieser naturverbundenen spirituellen Traditionen zu Heilung und zu unseren ganzheitlichen Therapieformen wie Cranio-Therapie. Sie beinhaltet Ausführungen zu Yoruba, den afrikanischen Wurzeln von Umbanda und Terra Sagrada sowie zu westafrikanischen Stammesgemeinschaften wie Dagara, mit ihrem selbstverständlichen alltäglichen Bezug zur Natur und zur Geister- und Ahnenwelt. Sowohl Yoruba wie auch Dagara Kosmologie können als Heiltraditionen betrachtet werden - was für mich die Brücke bildet zur Craniosacral Therapie. Schon bevor ich die Ausbildung zur Craniosacral Therapeutin begonnen habe, waren für mich als Klientin dieser Therapieform die Verbindungen zu meiner spirituellen Praxis und meinem Lernweg bei Terra Sagrada offensichtlich und erlebbar. Terra

Sagrada bezeichnet sich nicht explizit als Heiltradition, sondern als „Naturreligion“, Orixatradition, obwohl Haltung und Rituale stark auf das Leben, das Lebendige und somit das Heilende ausgerichtet sind. Es bildete sich für mich eine wohltuende, ergänzende und heilsame Einheit, die auch in meinem Beruf als Therapeutin und Coach von Führungskräften wirksam wird.

Warum Menschen, die in intakten naturverbundenen indigenen Dorfgemeinschaften leben, keine Craniosacraltherapie brauchen.

Würde man ein Mitglied des Stammesvolkes der Dagara in Burkina Faso fragen, ob Craniosacral Therapie nützlich wäre für ihn (sie), so würde er erstaunt, befremdet ob dieser Frage lachen. Und auch wenn er genau versteht, worum es sich dabei handelt und was Ziel und Nutzen sind, so würde er freundlich dankend zwar ja sagen, doch gleichzeitig innerlich abwinken. Wozu sollte so etwas für ihn gut sein?

Die Weisheit Afrikas

Die Dorfgemeinschaft ist den traditionell lebenden westafrikanischen Stammesvölkern das wichtigste. Wichtiger als die Familie, in die ein Mensch hineingeboren wurde. Die Gemeinschaft begleitet den Menschen von dem Moment an, wo man weiss, dass er demnächst in diese Welt geboren wird, durch sein gesamtes Leben hindurch in allen wichtigen Phasen und Ereignissen bis zu seinem Tod. Übergänge in neue Lebensabschnitte, Krisen, Freuden, Erfolge, Gesundheit und Krankheit - alles wird in der Gemeinschaft gemeinsam getragen, unterstützt, ausgestanden, begleitet, betrauert, bejubelt. Wozu also eine Therapie in Anspruch nehmen, die wenig angebunden ist ans alltägliche Leben, wenn das gesamte Zusammenleben doch ständig Beistand, Hilfe und Heilung bietet? So wird beispielsweise ein junger Mensch aus der Kindheit ins Leben als Erwachsener begleitet von einem Mentor gleichen Geschlechts, zwingend älter und möglichst aus einem Nachbardorf. Der Mentor ist Vertrauensperson, spiritueller Lehrer und führt den Schützling wenn nötig mit strenger Hand, grosser Liebe, Klarheit und Weisheit. Dies entlastet die Eltern des Pubertierenden und gibt ihm Nützliches und Nährendes mit auf den Lebensweg.

Nicht dass Malidoma Somé den Menschen in unserem Kulturkreis von Therapien abrät. Nein, er beschreibt in seinen Büchern eindrücklich, dass das Leben in der intakten Dorfgemeinschaft so etwas wie Therapien durch „unbekannte Dritte“, also Therapeuten, nicht braucht. In der industrialisierten Welt kann Therapie als Ersatz für verloren gegangene Gemeinschaft und daraus resultierende Verlorenheit dienen. Er sagt auch nicht, dass in westafrikanischen Dorfgemeinschaften das Leben einfacher ist als bei uns und ohne schwerwiegende Probleme abläuft.

Ein einleuchtendes Beispiel, wie in Dagara-Dorfgemeinschaften zwischenmenschliche Konflikte gelöst werden, möchte ich hier aufgreifen. Als Kommunikationstrainerin und Teamentwicklerin beeindruckt es mich zu lesen, dass solche begleiteten Konfliktlösungen nicht in unseren weit entwickelten Kreisen von Arbeitspsychologen wie Gordon oder Rosenberg erfunden wurden, sondern dass sie schon seit langer Zeit in Afrika von einfachen Menschen erfolgreich angewendet werden. Sie regeln so ihr Zusammenleben und schaffen wieder Harmonie, falls zwei Streitähne sich in die Haare geraten. Es ist die Aufgabe des Oberhauptes der Gemeinschaft, sicherzustellen, dass Krisen gut bewältigt werden. Ein Streit zwischen zwei Leuten wird stets in Gegenwart aller anderen Mitglieder durch ein Ritual geschlichtet. Vorher jedoch wurde durch Orakelbefragung untersucht, ob es wirklich nur ein Streit zwischen den zweien ist und nicht etwas Tieferliegendes - das wäre dann eine Epidemie, von der mehr Menschen betroffen wären und die auch im grösseren Kreis zu lösen wäre. Die streitenden Parteien betreten einen Aschekreis und setzen sich einander gegenüber. Zuerst hört sich der Angeklagte die Geschichte des Klägers an. Dieser erzählt, was der andere bei ihm angerichtet hat. Die versammelte Menge, angeführt vom Oberhaupt, begleitet die beiden anteilnehmend. Der Streit endet gewöhnlich harmlos. Er stellt sich als störendes Missverständnis heraus und die beiden Gegner schliessen Freundschaft. Alle Anwesenden klatschen Beifall. Nicht immer lassen sich Konflikte jedoch so einfach bereinigen. Es kann vorkommen, dass ein schon lange schwelender Streit im Aschekreis nicht abkühlt. Dann werden Heiler herbeigeholt, die zunächst den Ahnen ein Opfer bringen und weitere Rituale anleiten. Sie kühlen die Hitze zwischen den beiden Zerstrittenen ab, ehe diese sich erneut begegnen. Sollte auch das nichts nützen, ist das der Beweis, dass eine Partei ihre Aufgabe nicht erfüllt und nicht zur Klärung des Konflikts beitragen will. Diese sich weigern- de Partei wird für den fortdauernden Streit verantwortlich gemacht.

So lernen in den afrikanischen Dorfgemeinschaften bereits die Kinder, dass Krisen und Konflikte gemeinsam lösbar sind, dass man sich nicht davor fürchten und sie auch nicht einsam austragen muss. Fragt man Menschen meiner Generation und Kultur, wie sie in ihrer Familie und in der Schule gelernt haben Krisen und Konflikte zu lösen (in den Sechziger- und Siebziger-Jahren), so erinnern sich die wenigsten an wirklich brauchbare konstruktive Lösungsansätze. Das verursacht bei vielen Menschen grossen Stress, Leid und Druck und war schon Thema in mancher Coaching- und Therapiestunde. Ungelöste innere und äussere Konflikte werden bei uns vom Einzelnen oft lange getragen und ertragen, bis der geplagte Mensch sich schliesslich bei Dritten, oft in einer Therapie, einem Coaching, Hilfe holt. Und selbst dann ist nicht sicher, ob die andere, nicht in der Therapie anwesende Partei bei der Konfliktlösung mitmacht und Hand bietet.

Dagara-Kosmologie - Die Schöpfung und die fünf Elemente



Schöpfungsgeschichte der Dagara

Für die Dagara beginnt die Kosmologie mit der Schöpfungsgeschichte. Am Anfang gab es keine Erde nach Art der heutigen. An ihrer Stelle drehte sich ein brennender Planet, ein sich mit hoher Geschwindigkeit selbst verzehrender Feuerball. Als diese sich bewegende und brennende Kugel mit einer ungeheuren Masse Wasser zusammenstieß, änderte sich alles. Der aus dem Zusammenstoß zwischen Feuer und Wasser resultierende Schock verlangsamte nicht nur den Verbrennungsprozess, sondern verjagte auch das Feuer in die Unterwelt. **Feuer** und **Wasser** sind die ersten zwei Elemente im kosmologischen Rad. Die Oberfläche blieb ein heißer, dampfender Ort, fruchtbarer Schoß für alle möglichen Lebensformen. Diese Oberfläche, die dem Leben Gastrecht gewährt, ist uns als **Erde** bekannt. Sie bildet das dritte Elementarprinzip des kosmologischen Rades der Dagara. Die harten Bestandteile der Erde geben ihr Struktur und Zusammenhalt. Sie sind als **Mineral** oder Stein bekannt, das vierte Element. Inzwischen bildete dichter Dampf die Atmosphäre um die Erde. Als er sich ausdehnte, verminderte sich sein Druck. Die Reduktion des Luftdrucks führte zur Geburt des Lebens. Und so trat das fünfte Element, die **belebte Natur** ins Dasein.

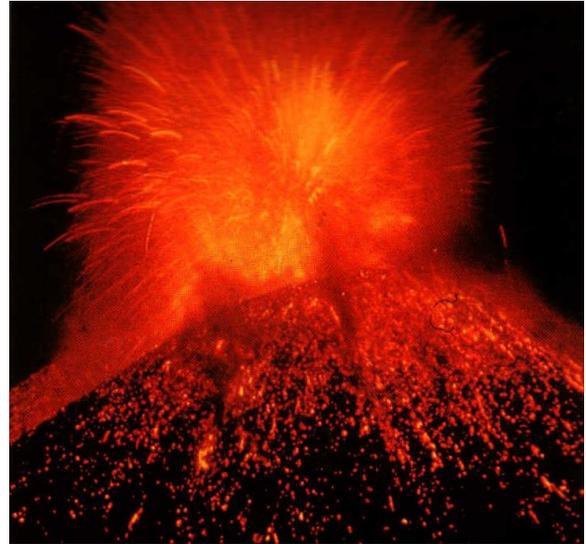
quelle: Die Weisheit Afrikas, Malidoma Somé

- Das kosmologische Rad der Elemente existiert in jedem Menschen, ebenso in jeder Sippe und Gemeinschaft, auch in der gesamten Gesellschaft.
- Es braucht ein gutes Verhältnis von Wasser, Erde und Natur, um saubere Atemluft zu erzeugen.
- Damit das Rad im Gleichgewicht bleibt, **muss das Wasser-Element überwiegen**. Sonst entsteht eine Krise wegen Überhitzung!

Im folgenden sind die fünf Elemente der Dagara-Kosmologie beschrieben mit ihrer Bedeutung des Gleichgewichtes dieser Gesamtheit für die Welt und das Leben, das Wohl von uns Menschen.

Feuer

Wird Feuer zurückgehalten oder ist seine Energie fehlgeleitet, entsteht Überdruck. Es zischt und raucht aus dem Schlot, bis schliesslich aus diesem Stau ein heftiger Ausbruch folgt.



Gerät das Feuer eines Menschen aus dem Gleichgewicht, so setzt er seine Bedürfnisse hitzig rücksichtslos durch, also wenig achtsam sich selbst, anderen und der Natur gegenüber. Oder er sorgt mangels Durchsetzungskraft zu wenig für sich und seine Bedürfnisse. Es sind dies die aus der Bedürfnispyramide (Maslow) bekannten fünf Stufen der existenziellen, lebens- und gesundheitserhaltenden Bedürfnisse:

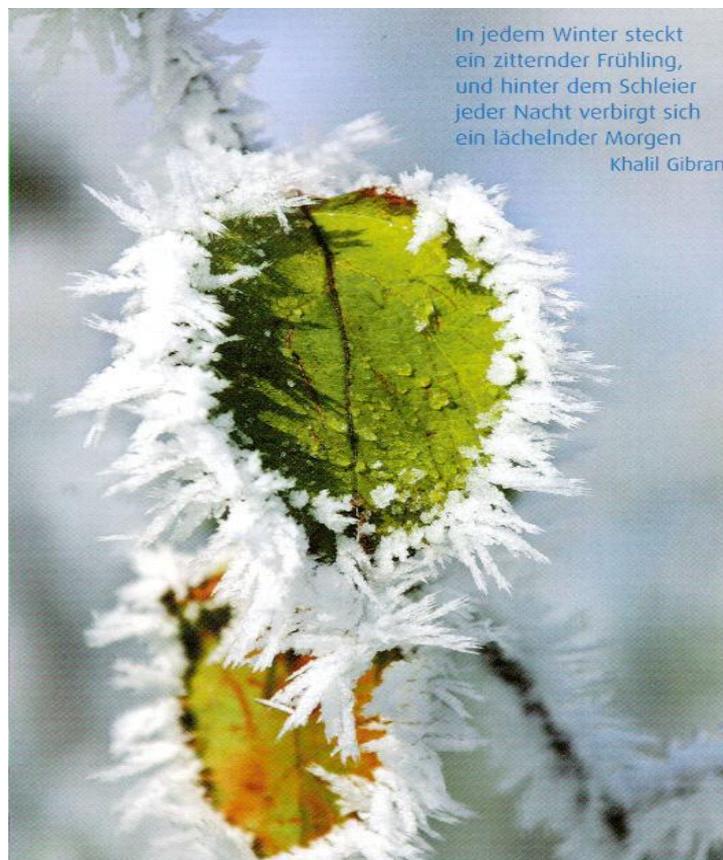
1. Stufe: existenzielle Grundbedürfnisse wie Nahrung, sauberes Wasser, Schlaf, Schutz vor Gefahren und Wetter.
2. Stufe: Sicherheit - das was an inneren und äusseren Ressourcen vorhanden ist auch langfristig sichern.
3. Stufe: Zugehörigkeit zur Familie, zur Gemeinschaft.

4. Stufe: Anerkennung, Wertschätzung, Status - sich selbst wertschätzen und von anderen akzeptiert und geschätzt werden. In unserer Gesellschaft zählen auch Luxus, Image und Prestige in diese Stufe der Bedürfnispyramide.

5. Stufe: Selbstverwirklichung, Entfaltung seiner Gaben und Persönlichkeit. Dieser Stufe werden auch Spiritualität, Sinn, Anbindung an das Grössere Ganze zugeordnet.

Ein Zuviel oder Zuwenig an Feuer verursacht Ungleichgewicht. Daraus entstehen Unwohlsein und Krankheit. Wenn Bedürfnisse auf irgend einer Ebene über längere Zeit nicht erfüllt sind, so gerät der Mensch psychisch und körperlich aus dem Gleichgewicht. Etwas treibt ihn dann unruhig umher. Unsere grosse Aktivität und Mobilität haben damit zu tun. Folge davon sind Stress und Burnout. Erschöpfte, ausgebrannte Menschen suchen Erholung und Heilung in Therapien.

In der Craniosacral-Arbeit erkennen wir den Zustand und die Gesundheit des Feuers unseres Klienten am Ausdruck der Potency. Zeigt sie sich kräftig und „geordnet-zielgerichtet“? Oder ist sie zaghafte und kaum spürbar? Auch das Nervensystem mit Sympathikus und Parasympathikus zeigt, ob ein Mensch und sein Nervensystem gesund und im Gleichgewicht ist, ob es eher überregt, überaktiviert, erhitzt ist oder ob eingefrorene Energie den Ausdruck von Lebenskraft bindet und diese Potency somit nicht zur Verfügung steht.



Wasser

Wasser reinigt, kühlt, harmonisiert, bringt Lebendigkeit und hält das Leben in Fluss, ist dynamisch. Es durchdringt die Erde und alle durchlässigen Strukturen bis in den äussersten Winkel. So in der Pflanzenwelt, in der Erde wie auch im menschlichen Körper. Es nimmt im kosmologischen Rad der Dagara den grössten Platz ein und hält so mit den anderen vier Elementen das Gleichgewicht.



Wasser sucht sich immer den Weg des geringsten Widerstandes. Es kämpft nicht - hat aber durchaus gewaltige kraftvolle Energie und es arbeitet mit der Zeit. Eindrückliche Beispiele dafür sind die vielen Canyons dieser Erde, durch Wasserkräfte geformt.

Ist das Wasser verschmutzt, gerät dieser Schmutz in jeden Winkel des Organismus, des Systems. Ein Tropfen Gift kann ein ganzes Trinkwasserreservoir vergiften und somit sämtliches von ihm durchflossene und abhängige Leben vernichten. Brunnenvergifter wurden früher zum Tode verurteilt. Wird Wasser in seinem natürlichen Fluss behindert, gestaut oder der Fluss ganz unterbrochen, so entsteht ein Rückstau. In den nicht mehr versorgten Gebieten stirbt das Leben ab. Ein Stau im menschlichen System besteht meist gleichzeitig auf der emotionalen und körperlichen Ebene. Wenn im Körper Gewebe durch inerte Fulcren dehydriert, so entstehen daraus Verspannungen und Schmerzen. Wächst der Druck im gestauten Gebiet, so brechen die Dämme schliesslich ob diesen grossen Kräften. Für die therapeutische Arbeit bedeutet dies, dass vor allem gestaute emotionale Energien, also zurückgehaltene Gefühle, sehr behutsam geweckt werden müssen, um nicht Situationen zu kreieren, die für die Klientin schwer auszuhalten und für die Therapeutin schwierig aufzufangen sind. Wurden Gefühle lange zurückgehalten, so hatte das für diesen Menschen durchaus Gründe - eine positive Absicht. Irgendwann, vielleicht ausgelöst durch ein Ereignis oder eine Lebensphase, ist dieser Damm oder Panzer oder Schutz nicht mehr förderlich, sondern behindert den Menschen in seiner weiteren Entwicklung. Das Auflösen von inerten Fulcren mit Techniken wie Flüssigkeiten lenken, Raum

einladen, gibt den komprimierten Geweben und Strukturen Raum, bringt das System wieder in Fluss und in Schwung.

In der Craniosacral-Therapie ist die Arbeit mit „den Wassern“ - mit allen im Körper zirkulierenden Flüssigkeiten, zentral. Die cerebrospinale Flüssigkeit, Liquor, spielt dabei eine wesentliche Rolle. Wir arbeiten mit dem Rhythmus der verschiedenen Tides sowie mit der Potency, den Ressourcen, die darin Ausdruck finden. Sie geben Auskunft über den Gesundheitszustand dieses Menschen. Während einer craniosacralen Sitzung verändern sich meist Zustand und Ausdruck der Wasser. Entspannung und Lebendigkeit zeigen sich unmittelbar im Zugang und Ausdruck der Tides.



Heilende Wasser Rituale

Wasser ist auch das Element, das über die reinigende Kraft Versöhnung bringt. Tränen und Meerwasser haben eine ähnliche Zusammensetzung. Tränen als Ausdruck von Freude und Trauer haben grosse befreiende Wirkung. Weinen hilft uns, Schicksalsschläge, Verlust und Schmerz zu bewältigen und uns mit der Zeit damit zu versöhnen. In der Dagara Tradition werden regelmässig in der Gemeinschaft Trauerrituale vollzogen und es wird gemeinsam beklagt, getrauert, geweint. Trauerrituale sind dem Wasser gewidmet und werden von allen gemeinsam gestaltet und getragen. Auch bei Terra Sagrada kennen wir verschiedene Wasser-Rituale, wie das Amaci-Ritual. Amaci ist das heilige Wasser zusammen mit der heilenden Kraft der Pflanzen und repräsentiert die heilende Kraft der Liebe, die durch alles fließt. Es erfrischt, reinigt, bringt in Fluss, macht unsere Erde fruchtbar, macht dem Herzen Frieden und Mut für Neues. Im Amaci-Ritual verbinden sich Menschen wieder mit dem Lebendigen.

Körpersprache - Ausdruck von Feuer und Wasser:

Mit unserem Körper drücken wir, unbewusst gesteuert durch unser vegetatives Nervensystem, unsere Empfindungen und Gefühle aus. Gesundheit, Mut und Lebensfreude wie auch Schmerz, Bedrückung, Verspannung, Sorgen zeigen sich in unserer Körperhaltung und Mimik. In der Körpersprache zeigen sich Lebendigkeit, Tatendrang, Lebensbejahung aber auch Zurückhaltung. Der Körper kann Sicherheit ausdrücken wie auch ängstliches Kontrollieren.



Musée du Quai Branly, Paris,
Ausstellung „La fleuve du Congo“, 7.2010



Tänzerin aus Kambodscha, Auguste Rodin

Wie eine Klientin, ein Klient in unsere Praxis schreitet, sich bewegt und mit uns Kontakt aufnimmt, gibt uns neben dem anschließenden Gespräch erste Hinweise auf mögliche Themen, Ressourcen und Einschränkungen.

Erde

Erde versinnbildlicht die Mutter, in deren Schooss wir Heimat, Nahrung, Hilfe, Trost und Stärke finden. Sie ist das Fundament, die feste Struktur, das Prinzip des Umschliessens und Einbeziehens. Das Beständige, das trägt und Halt gibt. In dieser Heimat fühlen wir uns im besten Fall geborgen, geschützt, zugehörig - wir wissen wer wir sind und wo wir hingehören. Heimatlosigkeit ist eine Not und erfüllt mit grossem Schmerz - Heimweh. Im kosmologischen Rad der Dagara bildet die Erde die Mitte, das zentrierende Kernstück, um das sich die anderen vier Elemente drehen.



Der mit dem Element Erde verbundene Mensch liebt die Welt, liebt die Erde, den Boden und geht sorgsam mit dieser Ressource um. Er sorgt spirituell, materiell und emotional für andere und erst dann für sich selbst. Ein Mensch ohne Erde fühlt sich leer, einsam, verwirrt, ent-wurzelt. Er leidet an Unsichtbarkeit und Anonymität, häuft aus dieser Leere heraus Güter und Immobilien an. Er braucht dringend ein Heim, Heimat, um anzukommen.

In der biodynamischen Craniosacralen Therapie erkennen wir in diesem Element auch die Wurzeln und Ursprünge unserer Arbeit in der Osteopathie - der Knochenheilkunde. In diesem Sinn interessieren uns die festen Strukturen des Körpers, ihre Stabilität, Beweglichkeit und Beziehungen zueinander ebenso wie die Flüssigkeiten und die feinstoffliche Ebene.



Mineral, Stein



Das Mineral ist der Speicher des Gedächtnisses, das Prinzip der Kreativität, des Vorrats, der Erzählungen, der Symbole. Es ist in der Dagara Kosmologie die Elementar-Energie, die uns Erinnerung, Sprache und den Ausdruck von Gefühlen ermöglicht. Mit ihrer Hilfe empfangen wir Botschaften aus der anderen Welt und erinnern uns unseres Ursprungs und Lebensziels. All diese Erinnerungs-Funktionen sind mit dem menschlichen Skelett, das aus Mineralien besteht, verbunden. Unser Körpergedächtnis erinnert sich an vieles, das unser Gehirn nicht mehr bewusst weiss. Wenn uns etwas durch Mark und Bein geht, bleibt es oft als erschütterndes Ereignis in unserem Körper gespeichert, auch wenn wir meinen, dass wir es längst verarbeitet und vergessen haben. Der Körper weiss. Das beruhigt mich...

Mit Mineral und Stein besonders verbundene Menschen sind Geschichtenerzähler und stehen im Bann des Mythos, der Überlieferung und der Rituale. Sie sind geschickt im Umgang mit Bildern, Bildsprache und Symbolen und erinnern uns mit Geschichten, Sprichwörtern und Mythen an das alte Wissen. Für sie ist es heilsam, mit der Tradition verbunden zu sein. Gerät dieser alte Wissensspeicher in Vergessenheit, so verlieren wir auch den Bezug zu unserer Weisheit. Menschen ohne die Erinnerung an ihre Weisheit irren orientierungs- und ziellos in ihrem Leben umher. Malidoma Somé schreibt dazu in seinem Buch ‚Die Weisheit Afrikas‘:

„...Ebenso frage ich mich, ob die Faszination der modernen Welt durch das Internet nicht teilweise auf diese riesige Gedächtnislücke zurückzuführen ist. Die Menschen suchen nach etwas. Und wer diese in unseren Knochen gespeicherte Information nicht beachtet, sucht verzweifelt Ersatz ausserhalb seiner selbst. So rasen wir immer schneller über die Datenautobahn und hoffen, das Wissen zu entdecken, das wir in uns tragen. Steckt vielleicht in der Nutzung von Windows die geheime Hoffnung auf einen Blick durch das Fenster in die andere Welt?...“

Natur

Dieses Element kennzeichnet das Prinzip des Wandels. Hier geht es um Transformation, Mutation, Abstimmung, Flexibilität, Zyklen von Leben und Tod, um Magie.



Natur ist Lebendigkeit. Sie besteht aus Lebewesen, Pflanzen und Landschaften. Und auf ihrem Weg von der Quelle zum Ozean schäumend strömende Flüsse sind goldene Hieroglyphen. Sie verbergen tiefe Geheimnisse, auf die die Menschen achten sollten. Für die Dagara Völker ist der Baum das Wesen des Bewusstseins. Landschaften sind lesbare Schrift, Gebirge sind wie Antennen, tiefe Gewässer bringen diese Informationen dann in die Unterwelt. Innig mit der Natur verbundene Menschen sind anpassungsfähig und ändern leicht ihre Gestalt. Sie sind Hexer und Zauberer und tun sich leicht mit Übergängen, so sagt man bei den Dagara. Naturmenschen fordern uns auf, realistisch zu sein, wir selbst zu sein - natürlich. Diese Aufforderung erfolgt oft in Gestalt von Schalk, Humor, Spiel und Scherz, worin eine grosse subversive Kraft liegt.

Um den Zauber der Natur mit ihrem ständigen Wandel zu beschreiben, habe ich zwei Gedichte ausgewählt, die mich seit Jahren immer wieder begeistern und verzaubern:

Und

Und Wiesen gibt es noch
Und Bäume und
Sonnenuntergänge
Und Meer
Und Sterne
Und das Wort
Das Lied
Und Menschen - Und

Regenwörter von Rose Ausländer

Jahr um Jahr kehr ich ans Meer zurück, ans vielgeliebte,
zum scheinbar ewig gleichen Bild, und grüsse Altvertrautes:
Sturm, Wellen, Strand und Wind.
Der Sand, der leuchtend gelbe; der Himmel, weiss und blau:
wie stets. Und doch nicht mehr dasselbe, wohin ich ringsum schau.

Das Meer hat sich gewandelt, die Wellen ausgetauscht,
die Wogen umgegraben, und neues Wasser rauscht.
Der Sand ist umgetrieben.
Was wundert's mich so sehr? Bin ich denn gleich geblieben?
Bringt jede Wiederkehr nicht auch mich selbst von drüben als eine andre her?

Elli Michler. Gedanken an Freunde - vom Rauschen des Meeres begleitet.



Die Natur lehrt uns, uns den Gegebenheiten anzupassen, das Hier und Jetzt zu sehen, zu schätzen und mit dem mitzugehen, was sich jetzt zeigt. Wenn wir in der Natur unterwegs sind, bleibt uns nichts anderes übrig, als das Aktuelle anzunehmen und uns darauf einzulassen. Alles andere wäre hoffnungsloser Kampf und die Wildnis wäre stärker. Dieses Prinzip leitet uns auch in der Biodynamischen Craniosacralen Arbeit: wenn der Innewohnende Behandlungsplan der Therapeutin zeigt, was bei diesem Menschen, in seinem Körpersystem jetzt gerade gesehen werden will, was nach Aufmerksamkeit und Heilung ruft und was jetzt bereit ist für eine Veränderung zu Gunsten von Gesundheit.

Die Suche des Menschen nach ‚Seiner Natur‘



„Flamenco-Tänzerin“ mit flammend-leidenschaftlichem Feuer

Was suchen und finden Menschen in spirituellen Traditionen?

Viele Menschen in urbanen Lebensräumen sind auf der Suche nach irgend etwas. Sie haben die Verbindung zu ihrer inneren und zur äusseren Natur verloren und geraten im Lauf ihres Lebens in eine Krise. Sie stellen sich die Frage nach dem Sinn ihres Lebens, kennen ihre Lebensaufgabe nicht und wissen ihre natürlichen Gaben nicht recht für ihr eigenes und das Wohl der Gemeinschaft einzusetzen. Das macht sie unzufrieden, unglücklich und seelisch, psychisch, körperlich krank. Sie suchen nach Möglichkeiten, den Seelenhunger zu stillen und ihren kranken Körper zu heilen. Manche gehen zum Arzt, machen eine Therapie, kommen in unsere Praxis. Und viele erkennen in Lebenskrisen und Krankheitsphasen ihre Sehnsucht nach spiritueller Entwicklung. Sie folgen dem Ruf und finden eine Gemeinschaft, in deren Kreis sie sich auf ihre eigene spirituelle Entdeckungsreise aufmachen können. Meist ist die tragende Kraft dieser spirituellen Gemeinschaft eine Person, die mit der Tradition schon länger unterwegs, geschult und initiiert ist und sich als Lehrerin, Lehrer zur Verfügung stellt. Manche Menschen folgen dieser Lehrerin, verweilen viele Jahre, lernend auf allen Ebenen ihres Seins. Dabei lernen sie auch wieder, sich mit all ihren Ressourcen, ihrer inneren Natur und dem grösseren Ganzen zu verbinden.

Spirituelle Heiltraditionen und Biodynamische Craniosacral Therapie

Ziel des Lernweges in jeder spirituellen Tradition überall auf dieser Erde ist unter anderem, Menschen mit ihrem eigenen Licht in Kontakt zu bringen, so dass dieses in die Welt hinaus strahlen kann. Spirituelle Praxis schult und stärkt das Bewusstsein für die seelischen, feinstofflichen Dimensionen des Lebens. Somit geschieht Ähnliches wie auch in der Arbeit mit Biodynamischer Craniosacral Therapie und anderen ganzheitlichen Therapieformen, die nicht nur Krankheit behandeln, sondern die Verbindung zur Natur, zur Quelle, zum Wesenskern des Menschen wiederherstellen. Diese lebendige Verbindung bedeutet für mich Gesundheit auf jeder Ebene des Seins. Sie integriert Abgespaltenes und schafft Gleichgewicht und natürliche Ordnung. Sie schliesst den Körper, die Psyche, die Seele ein und bringt diese verschiedenen Ebenen wieder ins Bewusstsein. Neben der spirituellen Entwicklung wirkt sich spirituelle Arbeit also konsequenterweise auch auf die körperliche, emotionale und mentale Gesundheit positiv aus. Sie kann befreiende, stärkende und allenfalls auch heilende Wirkung haben. Ich habe schon manches Ritual bei Terra Sagrada miterlebt, in dem mit natürlichen heilenden Essenzen, Kräutern sowie mit unterstützenden Handlungen in der Gemeinschaft und unter kundiger, achtsamer Begleitung der Mãe de Santo Gesundheit und Heilung gerufen und eingeladen werden. Spirituelle Praxis ersetzt aber nie medizinische oder therapeutische Massnahmen und erspart niemandem die Auseinandersetzung mit dem eigenen Leben auf psychologischer und sozialer Ebene. Umgekehrt ersetzt eine Craniosacral Therapie trotz ihrer spirituellen Ebene nicht den eigenen Weg und die eigene tägliche Praxis, die den Bezug zum Göttlichen schafft, pflegt und stärkt. Auffällig ist, dass sehr viele Menschen, die in meinem Umfeld in spirituellen Traditionen unterwegs sind, in der Pflege, in therapeutischen oder pädagogischen Berufen tätig sind und berichten, dass das eine ins andere hineinfließt und sich wechselseitig auf gute Weise beeinflusst und nährt.

Rhythmen, Tanz und Ausdruck in Bewegungen

Wesentliche ritualistische Elemente von Orixá-Traditionen sind das Singen von Liedern, um Naturqualitäten zu ehren und zu rufen, begleitet von entsprechenden Trommel- und Klatsch-Rhythmen. Mit diesen Rhythmen werden die Mitglieder wie auch die Gäste eingeladen, durch den Tanz ihre eigenen natürlichen Bewegungen zum Ausdruck zu bringen. Da gibt es beispielsweise kraftvoll nach vorne strebende feurige Tänze, suchendes Umherstreifen oder sanfte Bewegungen, die an die Wellen des Meeres erinnern. Manche Tanzende scheinen fest mit der Erde verwurzelt und andere wirbeln wie schwebend über den Boden. Durch diesen individuellen Tanz zeigt sich das Wesen, die Natur des Menschen. Manchmal erinnert mich der Ausdruck von Potency in einer Craniosacral Behandlung an diesen Ausdruck von Bewegungen im Tanz.

Anrufung der vier Elemente - Rituelles Lied zur Ehrung der Natur

Pela fogueira consagrada
Oxalá
Que olhe eu

Olhe eu
Oxaguia
Que olhe eu



Pela pedra consagrada
Oxalá
Que olhe eu

Olhe eu
Oxalufa
Que olhe eu



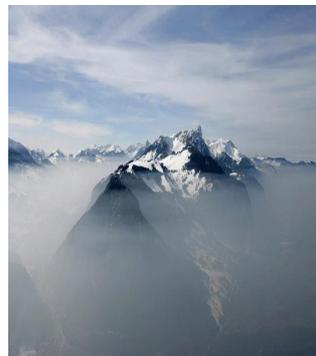
Pelas aguas Consagradas
Oxalá
Que olhe eu

Olhe eu
Oxalomim
Que olhe eu



Pela Santíssima Natureza
Oxalá
Que olhe eu

Olhe eu
Oxalá
Que olhe eu



Übersetzung dieses Liedtextes:

Das heilige, geweihte Feuer, sein Licht - ich sehe es. Es ist gesehen.
Die heilige, geweihte Erde, die heiligen Steine, ihr Licht - ich sehe sie. Es ist gesehen.
Die heiligen, geweihten Wasser, ihr Licht - ich sehe sie. Es ist gesehen.
Die heilige, geweihte Natur, ihr Licht - ich sehe sie. Es ist gesehen.

Der Xirê - Hinwendung zur Natur mit ihren göttlichen Qualitäten

Der Xirê bezeichnet in den Orixatraditionen den Kreislauf der Orixas durch die vier Elemente, ähnlich wie in der Dagara Kosmologie die fünf Elemente beschrieben sind. Beginnend mit Feuer, übergehend zur Erde, zum Wasser, zur Luft mit seiner Licht- und Leuchtkraft von Oxala. Jeder Orixas drängt bereits zum nächsten, so wie das Quellwasser nur ein Ziel hat: das Meer zu erreichen. Jedes menschliche Leben beschreibt immer wieder diesen magischen Xirê von Werden und Sterben. Es beginnt mit dem Wunder und der Urkraft des zündenden Funkens, wo Samen und Ei sich verbinden, ein Embryo entsteht und zu einem Menschen wächst. Die menschliche Gestalt bildet sich mit festen Strukturen. Materie, die Stabilität gibt. Alles ist durchtränkt durchflutet, belebt von Wasser. Viele im Körper zirkulierende Flüssigkeiten sind ähnlich zusammengesetzt wie das Meerwasser. Mit der Geburt, wenn der kleine Mensch das Licht der Welt erblickt, erfolgt dann der erste Atemzug und Luft strömt in die Lungen. Die Qualitäten des Xirê zeigen sich auch innerhalb von Lebensphasen, Erfahrungen und archetypischen Lebensthemen: Aufbruch, Willenskraft, Durchsetzung, Zielorientierung, Anpassung. Beständigkeit, Veränderung. Bezug zum Ursprung, zur Quelle, zum Sein. Liebe, Zuwendung, Rückzug, Empathie. Geist, Glaubenssätze, Prinzipien. Geduld, Ungeduld, Der opportune Moment. Spirituelle Entwicklung, göttliches Licht.

Arbeit mit Rhythmen

Trommelrhythmen und Lieder eröffnen das Ritual, öffnen den Raum, begleiten durch verschiedene Phasen und schliessen das Ritual auch wieder ab. Mit Liedern und Anrufungen, gesungenen Gebeten, wird die Natur mit ihren Elementen in all ihren Qualitäten geehrt und die Naturqualitäten werden gerufen, eingeladen sich in diesem rituellen Raum zu zeigen. Es sind innige und heilige Momente, wenn sie sich manifestieren in einem anmutigen kraftvollen Tanz.

Das Wesentliche bei jedem Ritual ist das Herstellen einer Verbindung und das Eintreten in einen Heiligen Raum. Die Zeit steht still in diesem intensiven Erleben des Augenblicks, von Trance, Zentrierung, „absichtslosem Sein“. Es spielt keine Rolle, ob diese Verbindung im meditativen Sitzen, Tanzen, Malen hergestellt wird - oder während einer LongTide auftritt. In der Vorbereitung des Feldes, im ritualistischen Rahmen wie auch in den Rhythmen selbst sehe ich auch hier einen direkten Bezug zur Craniosacralen Arbeit. Als Therapeutin beginne ich eine Behandlung mit einem kleinen (meist stillen) Ritual, um mich selbst einzustimmen, zu neutralisieren, zu zentrieren, zu erden und mein Tempo zu verlangsamen, das meist im Alltag recht hoch ist. Dann erst schaffe ich physischen Kontakt mit dem Klienten und seinen Rhythmen CRI, MidTide, LongTide. Gelingt das „Craniosacral-Ritual“, so treten sowohl Therapeutin wie auch Klientin in einen zeitlosen heiligen und heilenden Raum ein.

Das Geheimnis der Heilung - Der innewohnende Behandlungsplan

Heilung passiert im Hier und Jetzt. Sie ist nicht an bestimmte Zeiten oder an einen bestimmten Ort gebunden, an ein Krankenhaus etwa. Das Heilende und die Gesundheit können jederzeit und überall eingeladen werden - in einem Ritual, in einer therapeutischen Behandlung, in der Natur, im gewöhnlichen Alltag, in einem schönen Gespräch. Und wenn es dieser Einladung folgt, dann beginnt unmittelbar ein Heilungsprozess, der sehr kurz sein kann oder über Tage, Wochen, Monate andauert. Das ist eine Form von Schöpfungskraft - Olorun.

„Olorun está no Aiyê...

heisst es in einem der Lieder. Es erzählt von Olorun, der Schöpfungskraft, die auf der Erde allgegenwärtig ist. So einfach ist das Lied und doch so tief, wenn aus ihm Erfahrung wird. Olorun está no Aiyê ist eine achtsame und fortwährende Annäherung an das Lebendige und seine Mysterien. Dieser Bewegung Raum und Zeit, Rahmen und Mittel zur Verfügung zu stellen, ist die Aufgabe eines Terreiro.“

Mãe Habiba de Oxum Abalô, Yalorixá der Terra Sagrada

Becker beschreibt dazu die drei Schritte in der biodynamischen Craniosacral Therapie: Erstens das Muster und das Suchen des Gleichgewichtszustandes, zweitens die Stille, in der „etwas geschieht“, drittens das veränderte, neue Muster, das sich der Gesundheit zuwendet. Das Geheimnis der Heilung vollzieht sich in der Stille - „etwas geschieht“ - etwas, das wir als Therapeutinnen nicht herbeiführen, sondern nur achtsam unterstützen und begleiten können. Das heisst, wir schaffen mit dem Klienten zusammen möglichst gute ressourcierte Bedingungen, die diese Schritte ermöglichen. Das nennen wir die Arbeit mit dem innewohnenden Behandlungsplan, der mit der „göttlichen Matrix“ verbunden ist und sich dem intellektuellen Wissen entzieht. Der Körper, seine Strukturen, die Zellen erinnern sich an den ursprünglichen Zustand von Gesundheit. Das ist tiefe Weisheit. Die Therapeutin arbeitet in einer Haltung der Demut und der achtsamen Aufmerksamkeit, mit Vertrauen in das Nicht-Wissen und dass der innewohnende Behandlungsplan den nächsten Schritt kennt und den Weg weist.

Haltung der Demut

Ernst Ferdinand Sauerbruch, Chirurg, 1875 - 1951, schreibt dazu:

Es gibt keine wahre ärztliche Kunst
ohne weltanschauliche, demütige Bindung an Gott.
Aus dieser Demut entspringt eine gewaltige Kraft,
die wir haben müssen, um unseren Beruf in all seiner
schweren Verantwortung ausüben zu können.

quelle: Vom Sinn des Daseins



Aus dem Buch „Spirituelles Heilen und Schulmedizin“

PD Dr. med. Jakob Bösch war Chefarzt der Externen Psychiatrischen Dienste Baselland und Privatdozent für Psychiatrie und Psychosoziale Medizin an der Universität Basel bis Ende Januar 2006. Er hat das Institut SPOT für SPirituell Orientierte Therapie gegründet und mehrere Bücher zum Thema Spiritualität, Heilung, Schulmedizin geschrieben. Er schreibt in seinem oben erwähnten Buch: „...Bis zu 90% aller Arztbesuche erfolgen letztlich aus stressbedingten Störungen. Und Stress - oder anders ausgedrückt - Leiden ist zum allergrössten Teil durch

unser Festhalten an irgendwelchen Inhalten unseres Lebens bedingt. ...“ Und auf seiner aktuellen Homepage ist zu lesen: „Der Glaube an Gott ist kein sinnvolles Konzept, man kann ihn nur selbst erfahren. Bewusstsein ist überall, auch in der Materie, und es ist von göttlicher Natur. Die Kraft, welche die Schöpfung hervorgebracht hat, ist in jedem Menschen vorhanden und wirksam. Diese Erkenntnis ist kein Widerspruch zur modernen Naturwissenschaft, sondern eine Ergänzung. Diese Sicht macht den Weg frei zur Aussöhnung von Wissenschaft, Wirtschaft und Spiritualität, zur Versöhnung der Religionen und für eine neue Ethik der Freiheit. ... Sie finden (auf dieser Homepage) Texte zu geistigem oder spirituellem Heilen (inklusive wissenschaftlicher Grundlagen und Informationen zur Studie Ungewollte Kinderlosigkeit), zu Schamanismus, zu offener und dezentraler Psychiatrieversorgung und mehr ...“

Gesundheit braucht Ordnung, Bezug, Beziehung

Wesentliche Elemente für Gesundheit und Heilung sind Beziehung und Kontakt. Beziehung zu sich selbst, zu anderen, zur Natur, Bezug zum Grösseren Ganzen. Verliert ein Mensch den Bezug, Kontakt zu sich selbst, zu seinen Ressourcen und zu seinem Körper, sind Lebendigkeit und Kraft eingeschränkt. Seine Energie ist gebunden und steht nicht zur Verfügung für die Aufgaben des Lebens, für Selbstbehauptung, Zielerreichung, Stressbewältigung. Er fühlt sich verloren, desorientiert, nicht mehr zugehörig, befindet sich in einem Zustand des Mangels und empfindet deshalb „Zuwendungshunger“. Seine Orientierung und Handlungen richten sich darauf aus, Aufmerksamkeit und Zuwendung zu erhalten, auch wenn dies auf eine Weise geschieht, die der Gesundheit abträglich ist. Das wirklich Nährende, Lebenserhaltende wird durch Ersatz kompensiert mit Suchtmitteln, Konsumgütern, Ersatzhandlungen. Stress und Erschöpfung sind die Folge und gefährden die Gesundheit auf allen Ebenen.

Auch Beziehung und Ordnung innerhalb des Körpers also von organischen Strukturen, Knochen, sind bedeutend für die Gesundheit:

James Jealous schreibt zu intraossären Beziehungen:

„Ein Knochen, der wenig oder keine intraossäre Bewegung enthält, wird nicht fähig sein, sich zu reorientieren oder zurückzuformen. Im Muskel-Skelett-System eingelagerter Stress ist entweder in den Bindegewebe-Membranen oder innerhalb der Knochenmatrix selbst. Bevor ein Knochen eine Beziehung zu einem anderen Knochen auf irgend einer Seite haben kann, muss er zuerst eine Beziehung mit sich selber / innerhalb sich selber haben.“

„Es ist das Durchdringen, Eindringen des Lebensatems in desorientiertes Gewebe, welches die ursprüngliche Matrix wiederherstellt. Die ursprüngliche Matrix ist eine Form, welche durch die Potency des Lebensatems getragen wird und um die die molekulare und zelluläre Welt sich organisieren wird zum ursprünglichen Muster, welches dargelegt worden ist durch den „Master Mechanic“. Das Wahrnehmen dieser ursprünglichen Idee, welche das Gewebe durchdringt, sollte eine direkte sinnliche Erfahrung sein.“

Heilende Beziehung und Berührung

Liebevolle Zuwendung, die eine Vertrauensbasis schafft, ist in jeder Craniosacral Therapie-sitzung der erste Schritt, ohne den die therapeutische Arbeit nicht beginnen kann. Heilende Berührung geschieht meist schon im Gespräch vor der Arbeit am Körper, allein durch die wertschätzende, urteilsfreie Haltung der Therapeutin, die den Klienten bedingungslos annimmt, wie er jetzt da ist. Nimmt dann die Therapeutin mit ihren Händen Kontakt auf mit dem Körper des Klienten, geschieht das ebenfalls in dieser akzeptierenden achtsamen Haltung, die für viele Menschen ungewohnt ist und die als sehr wohltuend empfunden wird. Sie atmen auf, entspannen sich. Manchmal kommt es mir so vor, dass nur schon dieser sanfte Kontakt in einer Craniosacral Behandlung unzählige vermisste Berührungen „aufholt“. Ich finde diesbezüglich auch den Ausdruck des „ungehalten seins“ interessant. Wenn jemand in Stresssituationen ungehalten reagiert, so fehlt ihm der Halt. Als Kind beschützt, gehalten, getragen, angenommen sein, bildet eine fast unerschöpfliche Ressource, aus der wir uns auch als Erwachsene nähren und nach der wir Menschen uns sehnen.



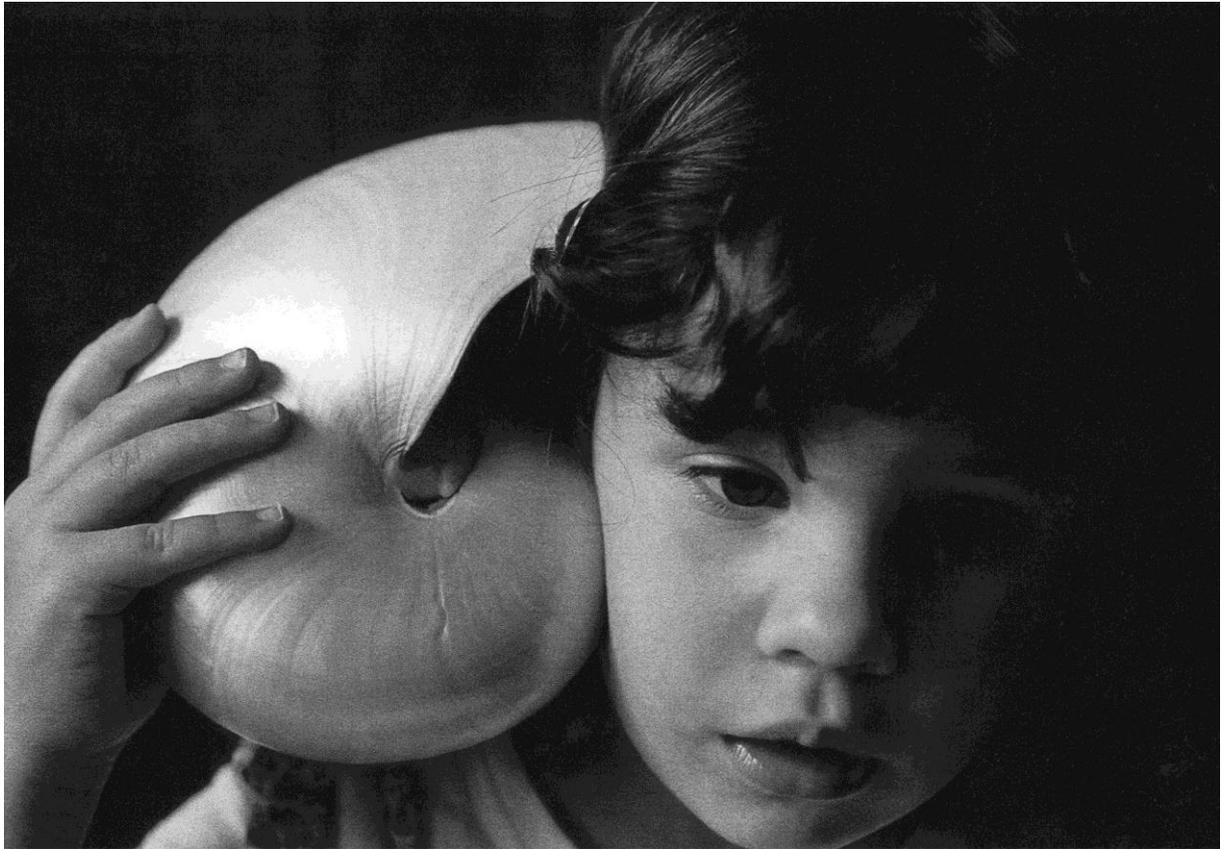
Gemälde „Jungfrau und Kind mit einem Engel“

Bedingungslos angenommen sein

Ich habe bereits in der Einleitung die Gira erwähnt, ein öffentliches Ritual, ein spiritueller Raum und Zeitraum, bei dem durch Rhythmus, Gesang und Tanz eine Inkorporationstrance bei den initiierten Medien induziert wird. Diese Trance repräsentiert eine sinnlich erfahrbare Verbindung zwischen materiellen und feinstofflichen Dimensionen. Eine ähnliche Erfahrung mache ich auch als Craniosacral Therapeutin: wenn ich mich mit der Ganzheit der Klientin, ihrer Biosphäre und dem Feld verbinde und mich „auf bedingungslos annehmenden Empfang“ einstelle, dann tritt mein intellektuelles Bewusstsein eher in den Hintergrund und ‚etwas‘ - vielleicht könnte man es Intuition nennen, übernimmt die Führung. In Giras stellen sich Medien mit Einweihungsgrad im inkorporierten Zustand für die Arbeit mit Gästen zur Verfügung. Besucht nun ein Gast eine „Entität“, nimmt diese energetisch mit ihm (ihr) Kontakt auf. Meist geschieht das durch eine rituelle Begrüßung mit den Händen, einer Umarmung oder durch Stirn zu Stirn Kontakt, der einige Sekunden dauern kann. Die Entität spürt sich in den Gast und seine Schwingungen ein und arbeitet auf verschiedenen Ebenen:

- Abladung, Ableitung, Reinigung des energetischen und feinstofflichen Feldes
- Wiederherstellen des Gleichgewichts des Menschen im ganzheitlichen Sinn
- Die in allen Wesen innewohnenden spirituellen Kräfte stärken, verankern, erneuern
- Bearbeiten von konkreten Fragestellungen des Gastes während dieser Begegnung oder auch danach, durch rituelle Verschreibungen wie zum Beispiel ein kleines einfaches Ritual in der Natur, an einem Ort, der den Gast stärkt oder etwas klärt.

Für die Gäste sind solche Kontakte mit Entitäten auf der Seelenebene einmalig und nährend. Sie erleben in dieser Begegnung bedingungslose Liebe und angenommen-sein mit allem, was sie mittragen und mitbringen. Sie lassen sich ein auf eine schützende, tröstende, unterstützende Umarmung, die heilsam und berührend ist, Geborgenheit und Sicherheit vermittelt. Die meisten Gäste sind tief berührt von der Reinheit dieser Begegnungen, die oft auch von erfrischender Klarheit, Humor und lebendiger Bildsprache geprägt sind. Treffender könnte ich auch die Wirkung einer schönen biodynamischen Craniosacral Behandlung nicht beschreiben, wo ich als Klientin genau das erlebe.



Glossar

Dagara: Volksstamm im westafrikanischen Binnenstaat Burkina Faso mit verschiedenen Siedlungsgebieten. Das ursprünglichste vermutet man in Küstengebieten Ghanas.

Entität: Wesenheit, hier spirituelle Wesenheit

Gira: öffentliches Inkorporations-Ritual

Mãe de Santo: spirituelle ‚Mutter‘. Leiterin eines Terreiro (siehe auch Yalorixà).

Olorun: das Göttliche, das schöpferische Prinzip, die Schöpfungskraft, die auf der Erde allgegenwärtig ist.

Orixás: Naturgottheiten

Oxala: Orixá des Lichts

Terreiro: spirituelle Gemeinschaft; Haus, in dem Rituale durchgeführt werden

Terra Sagrada: Name des Terreiro

Xirê: (Yorubawort) elementarer Kreislauf von Feuer, Erde, Wasser, Luft in verschiedenen Qualitäten

Yalorixá der terra sagrada: Spirituelle Mutter, Oberpriesterin. Sie ist die Achse des Terreiro und begleitet die Filhos (Mitglieder der spirituellen Gemeinschaft, Medien) auf ihrem Lernweg - in ihren individuellen Aufgaben und ihrer persönlichen Begegnung mit den Orixás.

Literaturliste

Die Weisheit Afrikas. Rituale, Natur und der Sinn des Lebens.
und

Die Kraft des Rituals

Malidoma Patrice Somé. Diederichs Verlag

Ilê Axé Oxum Abalô. Zur Arbeit in und mit Orixatraditionen.

Astrid Habiba Kreszmeier & Banda Profana. Terra Sagrada. Booklet + Hörbuch CD.

Systemische Naturtherapie. Astrid Habiba Kreszmeier. Carl-Auer Verlag

Rhythmus und Heilung. Transzendierende Kräfte in Wort, Musik und Bewegung.

Esther Messmer-Hirt, Lilo Roost Vischer. LIT Verlag, Münster

Heilende Rituale. Verbesserung der Lebensqualität

Daan van Kampenhout. Stb Schirner Taschenbuch

Quellenangaben Bilder

Seiten 1, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 18: Fotoaufnahmen von Silvia Heller

Seite 3: Postkarte aus Brasilien, Festa de Nossa Senhora da Boa Morte, Cachoeira - Bahia

Seite 16: Lehrgang Kreativ rituelle Prozessgestaltung krpG 6 (Franziska Aebischer)

Seiten 6, 7, 8, 11 rechts, 21, 23: diverse Zeitschriften und Internet (Google Bilder)

Seite 25: Fotolangage ‚sich begegnen...‘