

Erschienen im 61. Aquariana-Newsletter, Juni 2015, www.aquariana.de.
Überarbeitet im August 2015.

Wahrnehmung von Energie in der Körperarbeit



Über Störungen im feinstofflichen Energiekörper, Energiequalitäten von Körpergeweben und Stressmuster in den Faszien

Ralf Welti

In vielen Kulturen der Menschheit gibt es das Konzept einer alles durchdringenden, alles umfassenden, alles bewirkenden und allgegenwärtigen Lebensenergie im Universum, eine kosmische Urkraft. In diesem Artikel geht es mir um die Erfahrung von Erscheinungsformen dieser Lebensenergie, da die Wahrnehmung von Energie die Voraussetzung dafür ist, um diese Energie bei Behandlungen einsetzen zu können.

Nach diesen Konzepten manifestiert sich die Lebensenergie letztendlich als unserer Körper, so wie wir ihn normalerweise kennen, sichtbar, grobstofflich. Auf dem Weg dahin differenziert sich die Lebensenergie jedoch in vielfältige Erscheinungsformen, von feinstofflichen Energiekörpern bis hin zu elektro-magnetischen, physiologischen Vorgängen, die unser gesamtes Wesen ausmachen.

Da es nun diverse Formen der Energie gibt, gibt es auch viele unterschiedliche Möglichkeiten der Wahrnehmung von energetischen Phänomenen. Ich bin Körperarbeiter, untersuche und behandle mit meinen Händen und nehme dabei Energie mit meinen Händen wahr. Im Folgenden beschreibe ich zwei Varianten von energetischen Phänomenen, so wie ich sie erfahre und wie ich mit ihnen bei meinen Behandlungen arbeite, und stelle die dazugehörigen Konzepte vor.

1. Störungen im feinstofflichen Energiekörper

Bei meiner Körperarbeit, der **PostFascialTechnik (PFT)**®, bewege ich meine Handfläche im Abstand von 5 bis 10 cm über die Oberfläche meines Klienten, der bekleidet und erst einmal auf dem Bauch auf einer Behandlungsliege vor mir liegt. Ich nenne diesen Vorgang „scannen“, für

mich eine Wechselwirkung zwischen dem Energiefeld des Klienten und dem Energiefeld meiner Hand. Ich erfahre dabei unterschiedliche Wahrnehmungen in meiner Handfläche, abhängig davon, über welchen Körperstellen ich mich gerade befinde. An manchen Körperstellen empfinde ich ein feines Kribbeln und ein leichtes Wärmegefühl, wobei es sich nicht um Wärmeabstrahlung vom Körper des Klienten handelt. Wird die Empfindung stärker, dann baut sich unter meiner Handfläche eine Art Polster von deutlicher Wärme auf, das jetzt von meiner Handfläche ausgeht. Meine Hand wird schon fast vom Körper des Klienten weggedrückt, und das Kribbeln wird grobkörniger oder deutlicher. Für mich sind diese auffälligen Bereiche Störungen im feinstofflichen Energiekörper des Klienten.

Dieses Scannen mit meiner Handfläche bedeutet bereits eine Berührung meines Klienten auf der energetischer Ebene, ein Diagnostizieren und Behandeln zugleich. Der Klient reagiert darauf, manche auffälligen Bereiche verschwinden, stattdessen entstehen neue auffällige Bereiche. **Ich muss also meiner ersten Wahrnehmung vertrauen**, da beim zweiten Scannen der gleichen Körperstelle die Empfindung bereits verändert ist.

Nun gibt es drei Möglichkeiten:

a) Manchmal klärt sich das feinstoffliche Feld um den Körper des Klienten durch mehrmaliges Scannen, und es ist nichts mehr wahrnehmbar außer vielleicht ein Hauch von Kribbeln über dem gesamten Körper. Dann gehe ich zu einem anderen Behandlungsschritt über, wie beispielsweise unter Punkt 2 beschrieben.

b) Manchmal klärt sich das feinstoffliche Feld beim Scannen nicht, es bleiben mehrere auffällige Bereiche bestehen. Eine stabile Verteilung dieser Störungen im feinstofflichen Feld über die gesamte Körperoberfläche, ein weiteres Scannen verändert meine Empfindungen nicht mehr. Meine Berührung muss jetzt direkt auf der körperlichen Ebene erfolgen, damit sich die Energiemuster verändern können. Es gibt **fünf typische Verteilungsmuster** dieser Störungen im feinstofflichen Feld über dem Rücken des Klienten. Jedem Muster ist ein Reflexpunkt auf der Körperoberfläche zugeordnet. Durch eine für den Klienten kaum wahrnehmbare **Berührung des Reflexpunktes** mit meinem Daumen klärt sich auch jetzt das feinstoffliche Feld um den Körper des Klienten.

c) Manchmal klärt sich das feinstoffliche Feld beim Scannen nicht, es bleibt aber nur ein auffälliger Bereich bestehen, der sich nicht mehr weiter verändert. Auch dann arbeite ich direkt mit dem Körper unter der Störung, beispielsweise mit osteopathischen Techniken, bis sich das feinstoffliche Feld geklärt hat.

Für mich spiegeln diese Störungen im feinstofflichen Feld des Körpers Störungen auf der grobstofflichen, körperlichen Ebene wider. Die Störungen im feinstofflichen Feld entsprechen meinem Verständnis nach abnormalen Spannungen in den Faszien des Körpers, Stress auf der grobstofflichen Ebene. **Die Faszien**, kollagene Eiweißfasern, sind die alles miteinander verbindenden Hüll- und Trennschichten des Körpers. Die Verteilungsmuster der Störungen im feinstofflichen Feld entsprechen Spannungsmustern, Stressmuster in den Faszien. Klärt sich das feinstoffliche Feld, ist auch der Stress in den Faszien gelöst.

Ich beobachte, dass durch meine Behandlung das Faszien system in Bewegung kommt, es beginnt sich neu zu organisieren. Im Laufe der Zeit kommen neue Spannungspunkte, Stressmuster zum Vorschein. Im feinstofflichen Feld zeigen sich dann erneut Störungen. Dies

kann innerhalb von Minuten der Fall sein oder auch Wochen dauern. Im Verlauf mehrerer Behandlungen werden alle fünf Stressmuster durchlaufen. Meiner Erfahrung nach wird der Körper so von altem Stress befreit, er wird empfindsamer, durchlässiger für Energie, feinstofflicher und die Klienten empfinden Aufrichtung, Weite und Leichtigkeit.

Die Faszien stellen für mich das Bindeglied zwischen dem feinstofflichen Energiekörper und dem grobstofflichen Körper dar. Sie stehen zwischen den noch feineren Energien und den noch dichteren Körperstrukturen. Ich erlebe den feinstofflichen Energiekörper und den grobstofflichen Körper in einer Wechselbeziehung. Die Behandlung der Faszien und die Behandlung des feinstofflichen Körpers ist für mich äquivalent.

Mein Scannen ist das Ergebnis von viel Zweifel, Erfahrung und dann doch Vertrauen in meine Wahrnehmung. Die Grundlagen dazu stammen aus den Arbeiten des Amerikaners Saul Goodman, dem Shin Tai.

Bei meinem Energiekonzept orientiere ich mich an hinduistischen Schriften, da diese Darstellungen zu meinen Erfahrungen passen. Der feinstoffliche Energiekörper beinhaltet danach auch Energiezentren (Chakras) und Energiebahnen (Nadis). Mehr dazu in einem späteren Newsletterbeitrag.

2. Energiequalitäten von Körpergeweben

Bei weiteren Behandlungsschritten in der PostFascialTechnik (PFT)[®] übe ich mit meinem Daumen Druck direkt auf die Körperoberfläche aus. Meine Aufmerksamkeit ist dabei auf den Kontakt fokussiert. Dabei zeigen sich zwei grundsätzlich verschiedene Möglichkeiten, wie das Körpergewebe darauf reagiert.

a) Bei der einen Möglichkeit ist meine Druckrichtung zunächst senkrecht zur Körperoberfläche. Mein Daumen beginnt, durch mein Körpergewicht verursacht, fast ohne Widerstand sanft einzusinken. Es fühlt sich an wie ein Loch, **ich kann einsinken** und einsinken, als ob es kein Ende gibt, ein Tunnel. Oft fängt mein Daumen dabei an sich zu drehen und die Richtung ändert sich leicht, geführt von den Kräften des Körpergewebes. In der Tiefe erweitert sich dann der Raum im Gewebe, das Gewebe fängt an einen leichten Gegendruck aufzubauen. Noch ein Stückchen, dann sind der Druck meines Daumens und der des Gewebes im Gleichgewicht, ich sinke nicht mehr weiter ein, obwohl es durch stärkeren Druck noch weiter gehen würde. Ich bin im Zentrum des Kontakts angekommen und verharre dort nur, bis ich wieder vom Gewebe heraus gedrückt werde. Eine adäquate Berührung in der Tiefe reicht als energetischer Kontakt aus, damit der Körper reagiert. Manchmal, wenn das Gewebe nur träge reagiert, muss ich den gesamten Kontakt mehrmals wiederholen, wobei sich das Loch dann mehr und mehr füllt, ich immer weniger tief hineingelassen werde.

b) Bei der zweiten Möglichkeit fängt das Körpergewebe bereits zu Beginn an, einen **leichten Gegendruck** aufzubauen. Ich muss mehr von meinem Körpergewicht aufwenden, um tiefer eindringen zu können. Als ob ich einen Gummiball vor mir hätte, das Gewebe will mich wieder herausdrücken. Trotzdem wird dieser Kontakt, bis zu einer bestimmten Druckstärke, vom Klienten als angenehm empfunden. Die als angenehm empfundene Druckstärke ist von Klient zu Klient sehr unterschiedlich und erfordert vom Therapeuten viel Einfühlungsvermögen. Beispielsweise verhält es sich bei einer sehr starken muskulären Verspannung so.

Diese beiden Möglichkeiten werden in der Behandlungsmethode Shiatsu als Kyo und Jitsu beschrieben. Kyo und Jitsu sind Begriffe der traditionellen japanischen Medizin und beschreiben im Shiatsu die energetischen Qualitäten des Kontakts. Sie erfassen den Klienten in seiner Ganzheit, obwohl der Kontakt sehr körperlich erscheint.

Die erste Möglichkeit, Kyo, steht beim Klienten für **Leere**, für Unteraktivität, für Schwäche. Kyo steht für das Verborgene, das sich vor dem Therapeuten verstecken will. Die zweite Möglichkeit, Jitsu, steht beim Klienten für **Fülle**, für Überaktivität, für Stärke. Jitsu steht für das Offensichtliche, das dem Therapeuten sofort ins Auge springt.

Kyo und Jitsu bedingen sich gegenseitig, verändern sich und sind ein notwendiger Ausdruck des Lebens. Probleme können entstehen, wenn Kyo und Jitsu sich nicht mehr verändern, wenn Stagnation entsteht oder Kyo und Jitsu ins Extreme gehen. Im Shiatsu wird ein Ausgleich von Kyo und Jitsu angestrebt.

Bei meinen Behandlungen sind die Kyo-Bereiche sehr wichtige Stellen. Meiner Erfahrung nach erleichtert ihre Behandlung dem Faszienystem, sich neu zu organisieren. Aber auch Jitsu-Stellen lösen sich nach ihrer Behandlung leichter.

Ausbildung in PostFascialTechnik (PFT)®

Energie wahrzunehmen ist eine Fähigkeit, die jeder Mensch besitzt. Voraussetzung für energetische Wahrnehmung sind Vertrauen in das Wahrgenommene und Übung. Meiner Erfahrung nach können energetische Phänomene jedoch um so leichter wahrgenommen werden, je mehr ein Therapeut seine eigenen Stresspunkte abgebaut hat, auf allen Ebenen seines Wesens, da er dadurch feinstofflicher wird, weniger dicht, durchlässiger für Energie. Auch kann ein Therapeut seine Klienten nur bis zu dem Punkt begleiten, wo seine eigene Entwicklung endet. Selbsterfahrung und Meditation sind mögliche Wege zur eigenen Entwicklung. Ich bereite zur Zeit Kurse zu der von mir begründeten PostFascialTechnik (PFT)® vor. Darin werden die energetische Wahrnehmung geschult und alle nötigen Kenntnisse vermittelt, um mit der Methode erfolgreich arbeiten zu können.

Behandlungen mit der PostFascialTechnik (PFT)®

Die PostFascialTechnik (PFT)® bildet die Basis meiner Therapien. Ich kombiniere sie beispielsweise mit der klassischen Osteopathie oder ausgewählten physiotherapeutischen Methoden, unterstützt durch aktive Übungen.

Meine Schwerpunkte:

- Der Stütz- und Bewegungsapparat (Rücken, Schulter-Nacken-Bereich, Kopf, Becken, Gelenke, Muskeln) und seine Leiden.
- Das Nervensystem und seine Erkrankungen.
- Funktionelle Störungen.
- Blockaden, Spannungen und Stress.
- Selbsterfahrung und Selbstentwicklung durch Faszienbehandlung.
- Die schöpferische Lebensenergie Kundalini und die vitale Urkraft Qi.
- Verbessern von Meditationen durch Faszienbehandlung. Meditationstechniken.
- Ernährungsberatung.