

# Healing statt Wellness Ursachenregulation statt Therapie an Symptomen . . .

*(CHEZ ZeN . holistic retreat resort)* Als etabliertes, international erfahrenes und weltweit vernetzte holistic retreat group + resort möchten wir hiermit die Gelegenheit nutzen, ein wenig über unsere Ziele und Intentionen, über unsere aktuellen Projekte, aber auch über unsere Gäste und Klienten sowie das Team sprechen.

Nach Jahren der erfolgreichen und immer tiefer werdenden Arbeit auf allen Bewusstseinssebenen, sowie Grundlagen schaffender technischen Arbeit durch Yoga, Meditationen und Ayurvedatreatments, aber auch durch Jahre der präzisen Beobachtung der Gesundheitlichen- und Bewusstseinsentwicklung unserer Gäste, sowie die Zusammenarbeit mit diversen hochkompetenten Lehrern und Therapeuten hinter uns liegen, können wir zu unserer großen Freude heute resümierend folgendes zusammenfassen:

Sowohl durch unsere Klienten als auch von unseren Partnern, also im Grunde genommen wir alle, wurden und werden immer wieder sowohl mit Symptomen konfrontiert als auch damit, dass sich diese je nach Intensität der Arbeit lockerten und scheinbar auflösten . . . oder halt das Gegenteil, sich verfestigten und sogar weitere Symptome hervorriefen.

Uns machte vor allem stutzig, dass ohne intensive und latente Yoga- und Meditationsarbeit, sowie spirituellem wirken und spüren, die Symptome und Beschwerden, Angst- und Zwangsstörungen etc., aber auch physische Beschwerden nach kurzer Zeit immer wieder zurückkamen. Teilweise sogar verstärkt! ferner natürlich auch die folgen daraus, wie Niederlagen auf zwischenmenschlich sozialer Ebene.

Erst durch das Verstehen der Polyvagalthorie von Stephen W. Porges, sowie die Zusammenarbeit und das Studieren der Arbeit des Therapeuten Gopal Norbert Klein verstanden wir, warum wir trotz bester und intensivster Arbeit mit unseren Klienten keine dauerhaften besserungs- und Heilungseffekte erreichten:

Wir arbeiteten gemeinsam und den seinerzeitigen Wissensstand vorausgesetzt sicherlich nicht unerfolgreich, jedoch aus der im Grunde genommen völlig falschen Richtung blickend und damit weitestgehend ohne wirklichen Sinn. Das wissen wir jedoch erst heute.

Es war, wie bereits oben beschrieben die Arbeit an Symptomen, was auch Stand der Wissenschaft (schul- und alternativmedizinisch) war, bedauerlicher Weise sogar teilweise immer noch ist.

Heute . . . arbeiten wir ausschließlich am Verstehen und Integrieren der Ursachen, sowie deren unbewusste Folgen. Es geht dabei nicht um psychologische Themen, sondern rein um Biologie!

Ja . . . Biologie! Es geht ganzkonkret um frühkindliche Prägungen eines in jedem von uns arbeitende Systems, dem autonomen Nervensystem.

Frühkindliche Bindungstraumata und die meist unbewusste Reinszenierung im Erwachsenenalter. Dies findet meist in sehr nahen und wichtigen Beziehungen, also in Paarbeziehungen statt. Also das erneute Ausagieren dieser Muster (das sich nicht darüber bewusst sein, das dieses austragen auf Schauplätzen, an welchen diese Verletzungen nicht stattfanden, umgesetzt werden), dieser Trauma in Paarbeziehungen ist das wesentliche Problem.

Viele Menschen sind sich ihrer frühkindlichen Traumaerfahrungen und deren weitreichenden Folgen nicht bewusst. Jeder Mensch der traumatisiert ist, wurde, hat eine Entsprechung im Beziehungskontext / Bindungskontext. Und das ist immer etwas, was trennt. Solche Menschen halten eine Trennung zu ihren Mitmenschen aufrecht, weil sonst zu viel Material hochgespült wird.

Trennung stellt jedoch nie eine Lösung dar, macht keinen Sinn! Sie heilt nichts, sie isoliert nur erneut!

Sie isoliert lediglich erneut die Auswirkungen des oder der Bindungstraumas und produziert gestörte Sozialkontakte, sowie zwischenmenschliche Misserfolge, welche zu Folgesymptomen führen.

In der Kindheit wurde entweder Autonomie oder Verbindung von der oder den engsten Bezugspersonen unterdrückt.

Jedoch in beidem, in bewusst gelebter Autonomie UND bewusst gelebter Verbindung / Verschmelzung, liegt das Glück.

Traumaerfahrungen und (oder) resultierende Ängste, Wut, Hass, vor allem jedoch die Erinnerung an den Schmerz oder bei Abspaltung der Traumaerlebnisse „nur“ der Schmerz. In dem letzteren Fall wird das Gegenüber (Partner, Partnerin) für diesen Schmerz verantwortlich gemacht, weil der Bezug und Kontext zu den Ursprungsverletzungen und Trauma, welche in frühester Kindheit durch die engste Bezugsperson beigebracht wurden, abgespalten wurden und somit nicht zugänglich sind.

Diese oben genannte Trennung bedeutet für solche Menschen Schutz. Sie gehen dann ständig (ohne sich dessen bewusst zu sein) in den Modus von Kampf, Flucht oder Totstellreflex (shut down). damit werden ständig Defensivkreisläufe erschlossen, Defensiv- und Kampfverhalten ausagiert, Hass wiederholt gelebt, denn der Beziehungsraum gilt als nur scheinbar sicher.

Wir sind eine völlig bindungstraumatisierte Gesellschaft, welche sich dessen nicht bewusst ist und eigentlich nur Kompensationsverhalten lebt um irgendwie den Stress abzubauen.

Die Glücksformel / Heilungsformel liegt im Bewusstsein, also im Wissen, über frühkindlichen Trauma, sowie wie der daraus entstandenen Prägung des autonomen Nervensystems.

Diese als Kind erforderliche Prägung zum Schutz vor Verletzungen, wird halt ohne dieses Wissen bewusst weitergelebt obwohl die Gefahr längst nicht mehr da ist. Sie lässt dadurch ein glückliches Leben nicht zu.

**„Wenn man Kontakt und Beziehung nicht leben kann, dann heißt das:**

**Das Kontakt und Austausch in großer Nähe vom autonomen Nervensystem unbewusst mit Gefahr verschaltet sind!“**

Glücks- und Heilformel liegt in der Kommunikation der Zustände. Dabei geht es nicht darum das der Partner diese versteht, analysiert, bespricht, sondern um die ehrliche und möglichst direkte Mitteilung des Zustandes als solches. diese Mitteilungen als solches bedeuten schon die Heilung und Transformation, „nicht noch etwas Weiteres“. Also das direkte Mitteilen von:

- Körperzuständen
- Gefühlszuständen
- Gedanken

Diese Ichkommunikation der eigenen Zustände ohne das Ausagieren von aggressiver Ladung, also dass beide Partner sich alle Ichzustände mitteilen dürfen, sowie dass diese Ichzustände sein dürfen, führt zu einer sicheren Bindung und damit zur sofortigen Heilung.

Jedes Leidenssymptom ist unterdrückte Liebe! Es geht um das freie Fließen.

Herzlich willkommen im CHEZ ZeN ([www.chezenretreat.com](http://www.chezenretreat.com))  
Pia Isabel Rössle + Volker Schmitz