

Gerda Boysen

Biodynamik



Gerda Boysen im Kamala
vor dem Trollhäuschen

Bioenergetik, Biodynamik und Biosynthese gehören als körperorientierte Therapieverfahren zu den Verfahren der Humanistischen Psychotherapie, die von der Ganzheitlichkeit des Menschen ausgehen und auf den Freud'schen Schüler W. Reich zurückgehen. Reich trug als erster Psychoanalytiker der Tatsache Rechnung, daß sich der individuelle Charakter einer Person direkt im Körper manifestiert. Körper und Seele sind nach Reich funktionell identisch. Die Lebensgeschichte „fleischt“ sich ein und drückt sich über Körperhaltung, Atemmuster, Muskelspannung, unwillkürliche Gestik etc. aus. Diese als „Charakterpanzer“ bezeichneten Spannungsmuster halten ursprüngliche traumatisierende Erfahrungen sowie sexuelle Gefühle in Verdrängung. Die gebundenen Gefühlsqualitäten werden mittels expressiver Bewegung, Atembefreiung oder Massage reaktiviert. Die direkte Arbeit mit den Strukturen und vegetativen Äußerungen (das vegetative Nervensystem steuert Emotionen, Stoffwechsel, Mimik und viele andere unwillkürliche Prozesse) ermöglicht ein affektives Wiedererleben unverarbeiteten Leids, geleugneter Bedürfnisse und unterdrückter Lust. Das von Alexander Lowen geprägte konfrontierende und strukturbezogene Vorgehen wurde um die eher weiblichen Aspekte des Gewährens, Schmelzens und Annehmens durch Gerda Boysens Biodynamische Therapie erweitert.

Gerda Boysen's wichtigster Beitrag ist die Erforschung selbstregulatorischer Funktionen innerer Organsysteme, insbesondere des Verdauungsapparates. Sie entwickelte spezielle Massagetechniken, die die Verdauung der Nahrung und die Regulierung unausgedrückter Emotionen unterstützen.

Die peristaltischen Wellen des Verdauungsprozesses treten auch als Reaktion auf organischen Druck auf, der durch emotionalen Streß bedingt ist. **Diese emotionalen Verdauungsmechanismen, von Gerda Boysen entdeckt, werden PSYCHOPERISTALTIK genannt.**

Bei der Arbeit mit dem Muskelpanzer kommen verdrängte Gefühle hervor und verursachen Schmerz, da diese nicht verarbeitet wurden und auch die emotionalen Verdauungsmechanismen nicht mehr funktionierten. Die Psychoperistaltik kommt dann in Gang, wenn die verdrängten Emotionen aktiviert werden, dann setzt der emotionale Verdauungsmechanismus ein und der im Muskel ausgelöste Schmerz verschwindet. Gerade Menschen mit starkem Muskelpanzer brauchen laut G.Boysen Psychoperistaltik, um die durch die Muskelarbeit aktivierten Emotionen in den „Bauch zu leiten“ und sie dort mit allem Material, was dazugehört, zu „verdauen“.

Dabei geht Gerda Boysen sehr sanft vor, **sie arbeitet auf der feinstofflichen Ebene mit der Aura, benutzt das Stethoskop als Feed back für die ausgelösten Emotionen, und spezielle Techniken zum „Leeren“ von energetischen Stauungen, sowie eine spezielle verbale Technik, um bei ihren Klienten die „cerebrale Integration“ d.h. das Erinnern auszulösen.**

Diese Technik kann jedoch nur angewandt werden, wenn die Energie aus dem Bauchbereich (Sitz der Neurosen) bis zum oberen Brustbereich aufsteigt. Wenn die Energie nur im Bauchbereich sitzt, kann man die Traumen nicht erinnern.

Gerda Boysen unterscheidet bei ihren Klienten zwischen verschiedenen **Typen**:

- neurotische Steine
 - neurotische Krieger
 - neurotische Prinzessin/Prinz auf der Erbse,
- die mit unterschiedlicher „Härte“ behandelt werden müssen. Insbesondere die „königlichen Hoheiten“ (feinstoffliche Patienten) reagieren äußerst fatal auf zu starke Provokation oder zu viel Öffnen des körperpsychologischen Panzers. Diese Klienten brechen dann zusammen und werden mehr und mehr krank. Hier ist es ganz wichtig, eine milde Behandlung durchzuführen mit Aura, Psychoperistaltik etc..

Gerda Boysen arbeitet nicht nur mit den Muskeln, sondern mit dem ganzen Körper. Besonders wichtig ist das In-die-Organen-gehen. Jedoch ist dies für den Klienten ein längerer Sensitivierungsprozess, es dauert eine lange Zeit, bis man wirklichen Kontakt mit den im Körper festgehaltenen Energien hat und mit den tiefen Gefühlen eins ist.

In ihrer Therapie schafft sie die Möglichkeit dafür, daß die Erinnerungen ins Bewußtsein aufsteigen können und dort verstanden werden. Die „himmlischen“ Eigenschaften wie z.B. Einsicht und Verständnis können erfahren werden, weil der emotionelle Zyklus vervollständigt werden konnte.

Literatur:

- „Biodynamik des Lebens“
- „Von der Lust am Heilen“
- „Über den Körper der Seele“