

Biodynamische Osteopathie – Life

Ein Davor – ein Danach – dazwischen ein Stillpoint

Stefan Schöndorfer

Zusammenfassung

Der plötzliche Tod seines Freundes und die darauffolgende Zeit der Trauer prägten den Autor und angehenden Osteopathen. Er erlebte, wie es sich anfühlt, von außen in einen Stillpoint gerissen zu werden, aus der Mitte zu sein und den inneren Rhythmus verloren zu haben. Diese Selbsterfahrungen halfen ihm, Vorgänge im kraniosakralen System einzuordnen und Erklärungsmodelle zu entwickeln.

Heute nutzt der Autor seine Erfahrungen, um Menschen zu unterstützen und zu begleiten, die sich am Rand ihrer Belastungsgrenzen befinden oder diese bereits überschritten haben. Als Musiker und Hobbyfotograph verbindet er sein biodynamisches Verständnis mit Musik und visueller Unterstützung. Dies ist auf YouTube unter *Innerer Rhythmus „Der Film“* zu finden.

Schlüsselwörter

Stillpoint im Inneren, Stillpoint im Äußeren, Trauma, ein Davor – ein Danach, Raum für Veränderung, audiovisuelle Umsetzung einer biodynamischen Behandlung

Summary

The sudden death of a friend and the subsequent time of grieving left a significant impression on the author, an osteopath in training. He experienced how it feels to be forced into a stillpoint from the outside, to be shifted off midline and to have lost his internal rhythm. These experiences help him with categorizing occurrences in the craniosacral system, and to develop models of explanation.

Today the author utilizes his experiences for helping and accompanying people, who are approaching their limits of strain and distress, or even have gone beyond their capacities to handle them. Being a musician and a hobby photographer he connects his biodynamic understanding with music and visual support. This can be found on YouTube at Innerer Rhythmus "Der Film" (inner rhythm "The Film").

Keywords

internal stillpoint, external stillpoint, trauma, a before – an afterwards, room for change, audio-visual implementation of a biodynamic treatment.

Es ist laut – Rockkonzert! Ein 40. Geburtstag. Das Publikum steht ganz dicht vor der Band. Die Stimmung der gut 100 Gäste ist fröhlich aufgekratzt, und die Musiker verstehen es, die Musikstücke kraftvoll, harmonisch und rhythmisch geschlossen zu interpretieren. Sie proben seit knapp 1½ Jahren die *Rockoper Tommy* von *The Who*, um sie bei Veranstaltungen aufzuführen. Es ist ihr zweiter Auftritt mit diesem ambitionierten Projekt. Es läuft super! Besonders Schlagzeug und Bass spielen wie aus einem Guss. Zehn Jahre gemeinsame Banderfahrung tragen Früchte, jeder weiß, was der andere tut, was er musikalisch denkt und fühlt.

Doch plötzlich, bei einer Schlüsselstelle des Werkes, passiert das Unvorhergesehene. Der Rhythmus bricht jäh

ab, der Schlagzeuger stürzt hinter dem Schlagzeug hervor, liegt auf dem Boden, die einzelnen Trommeln und Becken liegen verstreut um ihn herum – er krampft! Der erste, der bei ihm ist, ist der Bassist. Es sind auch ausgebildete Ersthelfer vom DAV und sogar eine Ärztin anwesend, die sich gemeinsam um ihn kümmern. Der Rettungsdienst wird sofort informiert. Es ist ganz, ganz still. Der Schlagzeuger erbricht sich in diese Stille. Das Entsetzen wird größer. Atemstillstand! Herzstillstand! Die meisten Gäste gehen nach draußen. Die Ersthelfer beatmen, machen Herzdruckmassage, wo bleibt der Rettungsdienst?

Es dauert 10 Minuten, eine ¼ Stunde, 20 Minuten. Bleiern vergeht die Zeit. Der Schlagzeuger bleibt ohne Bewusst-

sein, ohne Herzschlag, ohne Atmung. Der Ort des Geschehens liegt abgelegen am Rand des Westallgäus. In dieser Nacht sind alle diensthabenden Rettungsteams bereits bei anderen Einsätzen unterwegs. Der Rettungshubschrauber kann nicht landen, es herrscht dichter Nebel.

Der Bassist hält dem Sterbenden den Kopf und spricht ihn immer wieder an. Er scheint nicht zurück-, wiederkommen zu wollen oder zu können. Ansonsten, bedrückende Ruhe! Nach einer ewig dauernden halben Stunde trifft endlich ein Rettungsteam ein. Die professionellen Helfer kümmern sich, machen aber den besorgten Anwesenden kaum Hoffnung. Das Kriseninterventionsteam wird informiert und nimmt sich der Gäste und Ersthelfer an. Polizei erscheint und erkundigt sich über das Ereignis.

Die Rettungskräfte nehmen den leblosen Körper des Schlagzeugers mit. Der Bassist bekommt mit, dass einer der Polizeibeamten mit seinem Kollegen über Funk vereinbart, jemand muss die Freundin und die Angehörigen des Verstorbenen informieren. Dem Bassisten schießt es in den Kopf: „So geht das nicht!“ Er schnappt sich einen Helfer aus dem Kriseninterventionsteam und fährt mit ihm zur Freundin und den Eltern des Schlagzeugers. Als die zwei Nachrichtenüberbringer dort ankommen, stehen bereits zwei Polizeibeamte vor der Eingangstür der Angehörigen und Freundin. Die Mutter öffnet genau in dem Moment die Haustür, als der Bassist und sein Begleiter hinter den Beamten stehen. Der Mutter ist sofort klar, dass etwas sehr Schlimmes passiert sein muss. Es folgen kurze Erklärungen, die Beamten ziehen sich wieder zurück, sind froh wegen der Unterstützung.

Die Freundin kommt dazu, läuft in ihre Dachwohnung zurück – Schock,

Panik und Verwirrung. Der Bassist beruhigt sie, beantwortet Fragen und erklärt, unterstützt durch seinen Begleiter. Alle sitzen gemeinsam in der Stube. Die Schwester und der Schwager des Verstorbenen kommen dazu. Der Pfarrer der Gemeinde wird gerufen, er kennt den Verstorbenen sehr gut, denn er wohnt in direkter Nachbarschaft. Er ist sehr betroffen, aber keine wirkliche Hilfe mit seinen Versuchen, Trost zu spenden – später vielleicht! Es wird geweint und Kaffee getrunken.

Wo ist der Sohn, Freund, Schwager jetzt? Können wir ihn sehen? Der Bassist telefoniert mit dem Krankenhaus, in das der Verstorbene gebracht wurde. Der Bassist und die diensthabende Ärztin kennen sich. Wir können kommen, dürfen uns verabschieden. Die darauffolgenden Tage verlaufen wie in Trance. Man ist völlig außer seinem Rhythmus, ohne Harmonie – Herzschmerz und Verzweiflung prägen die Tage. Die Beerdigung wird geplant und vorbereitet. Der Freund wird auf seinem letzten Weg begleitet.

Der Bassist bin ich, und zu diesem Zeitpunkt Osteopathiestudent im dritten Jahr meiner Ausbildung. Nach dem traumatischen Ereignis kann ich eine Woche nicht arbeiten, werde von meiner Frau und Familie aufgefangen und unterstützt darin, wieder Erdung zu bekommen, wieder meinen Rhythmus zu finden und Harmonie zu erlangen. Zwei Wochen danach fahre ich auf ein Seminar im Rahmen meiner Ausbildung. Ich bin noch sehr weit von meiner Mitte entfernt, bekomme aber von Kursleitern und Assistenten sehr viel osteopathische und menschliche Unterstützung. Darf erfahren, wie es sich anfühlt, disharmonisch und arrhythmisch zu sein und aus diesem Zustand wieder herauszukommen. Es dauerte aber längere Zeit, wieder in der alten Kraft zu sein.

Ich bin trotz des Verlustes des Freundes und Schlagzeugers dankbar für die Erfahrung. Sie ist ein Teil meines Weges, Traumata und psychische Belastungen osteopathisch zu verstehen und

zu behandeln. Das sich daraus entwickelnde osteopathische Konzept nenne ich *Dynamik der Gedanken*.

Während einer biodynamischen Behandlung kann es immer wieder zu Stillpoints kommen. Nach diesem Phänomen ist unser Eindruck, den wir von dem Menschen haben, ein anderer. Das eine Mal ist die Veränderung nur gering, kaum erkennbar. Das andere Mal beeindruckend groß.

Um wieder zu meiner Geschichte zurückzukehren – es gibt ein *vor dem Ereignis* und ein *nach dem Ereignis*. Ein vor dem Konzert und ein nach dem Konzert. Das dazwischen ist der Stillpoint.

Es war für mich ein sehr langer Stillpoint. Er schlich sich nach und nach wieder aus meinem System. Die Band machte weiter Musik, trat auf und führte die Rockoper noch mehrere Male auf. Am Anfang noch mit großer Beklemmung. Später wieder mit viel Freude. Das war auch Therapie für die Musiker. Persönlich lernte ich,

mit dem Verlust umzugehen. Eine Zeit lang mied ich Veranstaltungen, konnte keine Feste besuchen. Der Druck im Herzen verlor sich, das EKG war in Ordnung. Mein Verständnis für den Tod, den Glauben und die Osteopathie veränderten sich. Somit war der Tod von meinem Freund letztlich nicht nur negativ. Er brachte mich auf den Weg, so zu sein, wie ich jetzt bin.

Jeder, der Teil der Ereignisse war, wurde dadurch verändert, so wie sich möglicherweise das gesamte menschliche System nach einem Stillpoint verändert. Manchmal sehr deutlich, manchmal nur ein wenig. Die Freundin meines Schlagzeugers ist inzwischen verheiratet und Mutter von zwei Kindern. Die Eltern des Schlagzeugers veränderten ihre beruflichen Aktivitäten. Gaben jemand anderem eine Chance zur Existenzgründung. Manche Teilnehmer des Festes wurden nicht so intensiv verändert. Später hörte ich, wie eine Frau einer Bekannten von diesem

25 Jahre VOD
Jubiläumskongress
Osteopathie!
4.-6. Oktober 2019 in Bad Nauheim
Jetzt anmelden!
osteopathie-kongress.de

Anzeige

Mit vielen international bekannten Dozenten:

Prof. Dr. Thiemo Breyer • Philippe Druelle DO • Bruno Ducoux DO
• Jan Koop DO • Noori Mitha DO • Renzo Molinari DO •
Prof. Dr. med. Karl-Ludwig Resch • Florian Schwerla DO
• Martina Seidler • Jane Stark DO • Frank Stelzer DO •
Dr. Christina Steele DO • Sue Turner DO und weiteren.



Verband der
Osteopathen
Deutschland e.V.

Profession in sicheren Händen.



(© Ingo Rösler)

Ereignis erzählte und es sehr rührend fand, wie jemand dem Sterbenden ständig den Kopf hielt. Ich fand es, ehrlich gesagt, nicht wirklich rührend.

Die einzelnen Systeme des Menschen werden auch unterschiedlich durch einen Stillpoint verändert. Wenn man so mag, ermöglicht der Stillpoint die Chance, sich zu verändern. Der im Beisein des Osteopathen entstandene Stillpoint verändert aus therapeutischer Sicht, der durch das Leben hervorgerufene Stillpoint verändert vielleicht unsere weitere Existenz. So gibt es sehr schmerzhaftere Ereignisse (Stillpoints) wie den Tod meines Freundes, die schwere Krankheit eines Angehörigen, oder die eigene schwere Krankheit. Eine Trennung, Scheidung, der Verlust der geschätzten Arbeit, eine verpatzte Prüfung, all dies führt dazu, dass das sich Leben in davor und danach teilt. Es gibt aber nicht nur Negatives, was Stillpoints verursacht. Eine Hochzeit, die Geburt eines Kindes, das Bestehen einer Abschlussprüfung, die Bekanntschaft mit einem anderen Menschen, eine Reise kann eine solche Lebensmarkierung setzen und uns mit in die Veränderung nehmen.

Auch in großen Systemen kann es zu Stillpoints kommen. So sind, egal ob Weltkriege oder auf Länder oder Regionen begrenzte kriegerische Auseinandersetzungen, Stillpoints, die die Geschichte in ein Davor und Danach

einteilen. Weltwirtschaftskrisen, dramatische Unfälle wie Tschernobyl oder Fukushima setzen für die Betroffenen, aber auch für die gesamte Welt einen Punkt der Veränderung. Ein positiver Stillpoint in der Geschichte dürfte für viele Betroffene der Mauerfall sein – mag sein, für andere wiederum nicht. Die Musik braucht Stillpoints. Ansonsten wirkt sie eintönig und uninteressant. In dem speziell für diesen Artikel aufgenommenen Musikstück habe ich versucht, eine biodynamische Behandlung akustisch darzustellen. Als YouTube-Video (*Innerer Rhythmus* „Der Film“) ist es zu hören und zu sehen. Damit der Eindruck verstärkt wird, bekam das von mir geschriebene Stück eine visuelle Unterstützung. Meine öffentlichen musikalischen Aktivitäten beschränken sich derzeit auf die Begleitung bei Gottesdiensten – wenn man so mag, auch eine krasse Veränderung, der Wandel vom Rockbassisten zum Kirchenmusiker.

A.T. Still selbst mochte Musik. Er sang gerne und spielte auch selbst ein Instrument.

Mir half die Musik sehr, den Einstieg in die kraniosakrale-biodynamische Osteopathie zu finden. Im Kasten finden sich Worte, die das detailliert beschreiben. Im Video (*Innerer Rhythmus* „Der Film“; <https://www.youtube.com/watch?v=nG-Li4SQDYI>) ist eine biodynamische Behandlung audiovisuell dargestellt.

Es bleibt zu hoffen, dass wir in unserem Leben möglichst viele positive Stillpoints erleben dürfen, bis wir erfahren, was nach dem letzten, endgültigen Stillpoint passiert. Ich hoffe, dass ich mit meinem Freund und Schlagzeuger wieder eine kraftvolle, Session erleben werde.

Innerer Rhythmus

- Jedes einzelne System des Menschen ist wie eine Saite einer Gitarre. Das Herz ist der Gitarrenspieler und entscheidet, ob das Instrument in Dur oder Moll, melodisch oder dissonant, hoch oder tief, erklingt.
- Die Töne oder Akkorde, die entstehen, versetzen die unterschiedlichen Systeme in Schwingungen und bringen sie mit dem Herz in Resonanz. Die Energie, die dem Ton vorausleitet, lässt die Faszien für Informationen durchlässig werden. Es entsteht das fast endlose Lied der Lebensenergie.
- Der Osteopath, der in dieses Lied mit einstimmt, darf keine Dissonanzen erzeugen. Er soll gut zuhören und nicht als Dirigent erscheinen. Mit Freude, Respekt und Dankbarkeit darf er dem Konzert beiwohnen. Auf keinen Fall sollte er als Komponist auf die therapeutische Bühne treten. Ansonsten zwingt er dem System seine eigenen Lebensklänge auf. Kleine Akzente bringen die Veränderungen in Gang.
- Je melodischer das Lied der Systeme erklingt, desto näher kommt der Mensch an die Symphonie der Gesundheit heran. Dies kann auch den Osteopathen nähren.
- Fühle am Korpus eines Instruments die einzelnen Töne und Akkorde. Nimm Moll und Dur, Melancholie und Freude wahr.

Korrespondenzadresse:

Stefan Schöndorfer
Akademie Vitale
Blasenbergstr. 15
88175 Scheidegg/Allgäu
<https://akademie-vitale.de/>
info@akademie-vitale.de