

Trauma-Auflösung mit Schall und Rauch

Erfolgreiche Übertragung einer ethnomedizinischen Methode in unsere moderne Welt

Traumata, insbesondere psycho-emotionale Traumata, hinterlassen Spuren in der gesamten physiologischen und psychologischen Struktur eines Menschen. Unabhängig davon, ob wir uns ihrer bewusst sind oder nicht, können sie als Richtschnur, als Weiche oder als Bremsklotz für das weitere Leben wirken. Und sogar Krankheiten mit verursachen. Sie aufzuspüren und aufzulösen ist daher ein Anliegen zahlreicher therapeutischer Ansätze. Meist wird dabei Schicht für Schicht gearbeitet und von der aktuellen Situation weiter in die Tiefe. Was aber, wenn wir das Problem gleich an der Wurzel packen könnten?

Die erste Frage lautet dann: Wo müssen wir überhaupt suchen? In den vergangenen Jahrzehnten wurden im Rahmen zahlreicher wissenschaftlichen Studien verschiedene Schwerpunkte dazu herausgearbeitet.

Speicherung im Gedächtnis

Psychologische und emotionale Traumata wirken sich direkt auf das Gedächtnis aus. Sie werden oft im sogenannten episodischen Gedächtnis gespeichert, dem Teil des Gedächtnisses, der spezifische Ereignisse und Erfahrungen ablegt. Traumatische Erlebnisse wie Missbrauch, schwere Unfälle oder Naturkatastrophen, aber auch viele unscheinbare, als verletzend empfundene Situationen, hinterlassen tiefe Eindrücke, die die betroffene Person häufig immer wieder erleben kann, auch wenn die Ereignisse längst vergangen sind.

Wiederholtes Erinnern an diese Situationen ist oft mit intensiven negativen Emotionen verbunden. Dabei wird das Trauma nicht immer als „normale“ Erinnerung verarbeitet, sondern eher als eine Art „eingefrorenes“ Ereignis, das in einem Zustand der Störung bleibt. Das bedeutet, dass es nicht in den Kontext der Vergangenheit eingeordnet wird, sondern in der Gegenwart weiterlebt.

Eine der bekanntesten und umfangreichsten Forschungsrichtungen in Bezug auf die Speicherung von Traumata im Gedächtnis bezieht sich auf die Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS). Besonders relevant sind hier Arbeiten, wie sie zum Beispiel von Van der Kolk vorliegen.

Speicherung in den Muskeln und im Körper

Ein anderer Zweig der Forschung geht davon aus, dass der Körper selbst eine zentrale Rolle spielt.

Dr. Peter Levine, ein bekannter Psychologe und Traumaexperte, prägte die Theorie des Somatic Experiencing und erklärte, dass der Körper als ein Gedächtnis für Traumata dient. Während des traumatischen Ereignisses kann es zu einer „Erstarrung“ kommen, bei der der Körper in einer Art Alarmzustand bleibt. Dies kann zu Muskelverspannungen, chronischen Schmerzen und anderen körperlichen Beschwerden führen, die oft nicht direkt mit dem ursprünglichen Trauma in Verbindung gebracht werden. Dieser Zusammenhang wird von verschiedenen Therapieansätzen, wie zum Beispiel der Körperpsychotherapie, verfolgt. Durch das Arbeiten mit dem Körper können verborgene Traumata ans Licht kommen und Stück für Stück verarbeitet werden.

Speicherung in der DNA

In den letzten Jahren hat die Forschung im Bereich der Epigenetik gezeigt, dass traumatische Erfahrungen nicht nur in unserem direkten Gedächtnis gespeichert werden, sondern auch auf genetischer Ebene Spuren hinterlassen können. Epigenetik bezieht sich auf Veränderungen der Genaktivität, die durch Umweltfaktoren – wie eben auch Traumata – beeinflusst werden, ohne die zugrunde liegende DNA-Sequenz zu verändern.

Studien an Tieren und auch an Menschen haben deutlich gemacht, dass belastende Erfahrungen in der frühen Kindheit die Art und Weise beeinflussen können, wie Gene abgelesen werden. Diese Veränderungen wiederum können an die nächste Generation weitergegeben werden. Material dazu findet sich unter anderem bei Yehuda oder Lipton.

Anhand dieser recht knappen Übersicht lässt sich schon erkennen, dass im Falle der Trauma-Arbeit wohl ausgesprochen viele Wege nach Rom führen. Und aus eigener Erfahrung können zahlreiche Leser bestimmt hinzufügen, dass es sich dabei auch oft um sehr gewundene Pfade, Sackgassen oder Umwege handelt. Gerade deshalb suchen wir im Interesse unserer Klienten immer wieder nach den leichter begehbaren Schneisen.

Eine erstaunlich zuverlässige Landkarte dafür hat die südamerikanische Ethnomedizin zu bieten.

Zurück zum Ursprung

Gemessen an der Heilkunde, mit der wir tausende von Jahren auf diesem Planeten als Homo sapiens überlebt haben, und die heute noch in vielen Teilen der Welt praktiziert wird, macht die moderne medizinische Heilkunde nur einen Wimpernschlag aus. Ebenso wie die unbestritten erforderliche, oben erwähnte wissenschaftliche Forschung. Verglichen mit dem empirischen, jedoch immer und immer wieder getesteten, verbesserten, über unzählige Generationen weitergegebenen Wissen steckt sie allerdings noch in den Kinderschuhen.

Treten wir also einen Schritt aus unserer Zeitkapsel heraus und sehen uns eine Methode der heutigen Chipcha Muisca an, eines indigenen Volkes in den kolumbianischen Anden. Der früher in Bogota und jetzt in Medellin lebende deutsche Heilpraktiker Bernhard Scheida wurde von ihnen in dieser Methode unterwiesen mit dem expliziten Auftrag, sie in die westlichen Gesellschaften weiter zu tragen. Er hat dies in einem Soul Master Practitioner Seminar in der Schweiz Anfang 2024 begonnen, und ich sammle seit dieser Zeit in meiner Praxis Erfahrungen damit.

Die vier Trauma-Säulen

Ausgangspunkt ist die Annahme von vier definierten, aber für jeden Menschen ganz individuellen Säulen, die am Anfang aller weiteren Traumata im Leben stehen und diesen als eine Art Blaupause dienen. Es handelt sich dabei um den Ersten Erinnerungs-Zeitpunkt, den Ersten Verlust-Zeitpunkt, den Ersten Entscheidungs-Zeitpunkt sowie den Ersten Krankheits-Zeitpunkt.

In einem Vorgespräch werden diese Zeitpunkte eruiert, aber weder näher betrachtet noch interpretiert. Auch während der Durchführung des sogenannten „Stellens im Wortkreis“ muss der Klient nicht weiter in diese Geschehnisse eintauchen. Er wird an entsprechender Stelle lediglich kurz gebeten, im Geiste zu dem jeweiligen Erinnerungs-Zeitpunkt zu gehen. Ob er anschließend das Bild weiter aufbaut, an etwas völlig anderes denkt oder gar einschläft, ist für den Erfolg der Methode nicht entscheidend.

Hier ist schon erkennbar, dass es sich um eine äußerst sanfte Interaktion handelt, in der weder Konfrontation noch irgendein emotionales Bearbeiten mehr oder weniger aktueller Traumata eine Rolle spielen. Eine angemessene Anamnese und Besprechung des Behandlungsziels im Vorfeld sind natürlich selbstverständlich. Den „Wortkreis“ selbst erlebt der Klient dann in den meisten Fällen als entspannende, erleichternde, passiv-

meditative Anwendung.

Schall und Rauch

Die Arbeitsutensilien des Soul Master Practitioners (siehe Abb. Nr. xx) sind einfache Holzstäbchen, Federn, Räucherwerk, Wasser und ein Klangwerkzeug. Die Chipcha Muisca wenden bevorzugt Palo Santo an, das Heilige Holz. Da dieses aber unter enormer Rauchentwicklung verglüht, die für geschlossene Räume schnell zu viel wird, arbeite ich mit holzfreien Räucherstäbchen in Bio-Qualität, die ebenso zuverlässig wirken.

Das Aqua de Florida, Wasser mit Essenzen von Bergblumen aus einer Höhe von über 800 Metern, könnte man zwar im Internet bestellen, aber ich bevorzuge schon aus Gründen der energetischen Resonanz lokale Produkte und greife deshalb auf die Chakra Blüten Essenzen von Lage-Roy zurück. Es gäbe jedoch sicherlich noch andere Alternativen.

Zur Erzeugung der Klangwirkung gibt es auch mehrere Möglichkeiten. Von der eigenen Stimme über Rasseln und Klangschalen bis hin zu Stimmgabeln kann alles genutzt werden. Ich habe mich wegen der definierten Frequenz und der leichten Handhabung für letztere entschieden.

Auch hier findet sich übrigens wieder eine Übereinstimmung mit der wissenschaftlichen Forschung in unserer Zeit. Am bekanntesten dürften die Untersuchungen dazu sein, wie Pflanzenwachstum durch Musik beeinflusst wird. Eine entsprechende Suchmaschinenanfrage listet schnell eine ganze Reihe diesbezüglicher Experimente auf. Und sogar zur spezifischen Frage, wie Klangvibrationen die Genexpression für biologische Signalübertragung und Heilung modulieren, wird man fündig.

Das wichtigste Werkzeug der Soul Master Practitioner allerdings ist unsichtbar. Und das ist die Absicht des Practitioners. Sie erst verbindet den Klienten mit dem Behandler und beide mit dem morphogenetischen oder Nullpunkt-Feld. Das ist ein Fakt, den ethno-medizinische Traditionen schon ewig in irgendeiner Weise kannten und vorausgesetzt, wenn auch nicht mit diesen Begriffen bezeichnet haben.

Die Erklärung dieses „Einklinkens“ würde im gegebenen Rahmen zu weit führen. Doch sicherlich sind Ihnen Namen wie Rupert Sheldrake oder Lynne McTaggart, die ein ganzes Buch über wissenschaftliche Forschungen zum Thema Intention geschrieben hat, ebenso bereits begegnet wie die Begriffe Quantenverschränkung oder Elektronen-Speicher. Auf alle Fälle kann auch das, was im Prozess des „Wortkreis Stellens“ geschieht, mithilfe moderner Analogien verdeutlicht werden.

„Programm kann nicht gefunden werden“

Was uns bei der Arbeit am PC hin und wieder überrascht oder gar den Schweiß auf die Stirn treibt, ist gerade das Ziel dieser speziellen Technik der Trauma-Arbeit. An deren Ende sollen nämlich die weiter oben beschriebenen Erinnerungs-Zeitpunkte so umgewandelt sein, dass sie zwar dem Verstand noch zugänglich sind, aber keine Basis für Re-Traumatisierungen mehr bilden.

Vergleichen wir das Auftauchen dieser Zeitpunkte mit der Installation eines Schreib-Programms. Im Laufe des Lebens kommen immer neue Erlebnisse dazu und werden in kompatiblen Dateien abgelegt. Situationen, die dem Trauma-Muster der Ersten Zeitpunkte ähneln, werden wieder als Trauma klassifiziert und mit entsprechenden Datei-Namen gekennzeichnet. Triggert nun ein Ereignis eine vergleichbare Emotion, wird die Datei geöffnet und der alte Text mit neuen Einzelheiten ergänzt, sprich, das Trauma wird wiederholt oder sogar verstärkt.

Mit Hilfe der Soul Master Methode wird das Schreib-Programm gelöscht. Zwar liegen nach wie vor zahlreiche mit „Trauma“ beschriftete Dateien auf der Festplatte, aber wenn sie getriggert werden, also geöffnet und mit neuem Input erweitert werden sollen, kann der Befehl nicht mehr ausgeführt werden. Das führt dann nach und nach und unter Einbeziehung gewisser Hausaufgaben für die Klienten zu einer enormen Erleichterung, die wir auch als Expansion der Seele bezeichnen können. Der innere Druck lässt nach, neue,

freiere Entscheidungen werden möglich.

Interessanterweise ist das auch oft die erste Reaktion der Klienten, wenn sie von der Liege aufstehen. Sie sehen sich um wie aus einem monatelangen Tiefschlaf erwacht und äußern Kommentare wie „Ich fühle mich mehrere Kilo leichter“ oder „Ich bin wie neu“.

Die Galaxia Spirale

Um den Prozess weiter zu unterstützen, kommen dann noch Seelenresonanz-Bilder zum Einsatz. Diese sollen zuhause entweder nach der Selbst-Behandlung der Soul Prints (siehe Artikel in der r&z Ausgabe xx/2024) auf den Haupt-Handlinien oder direkt morgens nach dem Aufwachen angefertigt und „durchschaut“ werden.

Die Wirkebene der Soul Master Methode ist nämlich die Traumzeit. Wie schon bei den Soul Prints Anwendungen erreichen wir diese über die stattfindende Aktivierung der Zirbeldrüse. Zusätzlich unterstützend ist eben die doppelte beziehungsweise Galaxia Spirale (siehe Abb. xx). Dieses uralte Symbol, das in den verschiedensten Kulturen auftaucht, wird hier nach dem Prinzip der Eigenblut-Therapie eingesetzt.

Solange der Prozess im Inneren des Körpers (Blut) oder des Geistes (Muster, Vorstellungen) abläuft, ist er für das System schwerer zu erkennen. Bringen wir aber einen Teil davon nach außen und präsentieren ihn in einem gewissen Abstand, werden sowohl der Zustand als auch die Aufgabe plötzlich viel klarer.

Eine weitere Begleitung der Klienten ist natürlich schon deswegen sinnvoll, weil sich trotz der tiefgreifenden Veränderung durch die Soul Master Methode bei weitem nicht alle Probleme schlagartig in Luft auflösen. Das Ziel sowohl der Arbeit an den Soul Prints als auch im „Wortkreis“ ist letzten Endes, dass sich der Mensch „in Frieden fühlt mit dem was ist, egal, was war oder sein wird“ (Bernhard Scheida), und das ist immer ein Prozess, für den die Trauma-Auflösung mit Schall und Rauch allerdings hervorragende Ausgangsbedingungen schafft.

Fallbeispiel

M.V., w., 50 Jahre, lebt seit dem Krebs-Tod ihres Mannes vor nunmehr 10 Jahren in der kurz zuvor gemeinsam angemieteten Wohnung, wo sie sich einerseits überhaupt nicht wohlfühlt, aber andererseits zu keiner verändernden Entscheidung in der Lage ist. Sie wünscht sich eine neue Beziehung und unternimmt halbherzige Versuche, aber nichts gelingt. Auch beruflich kämpft sie gegen Windmühlen.

Sie arbeitet seit Jahren an der Lösung der mit den konkreten Umständen des Verlusts verknüpften Traumata. Unter anderem mit BodyCodes / EmotionCodes / BeliefCodes, worin sie selbst ausgebildet ist. Sie hat auch Pferde-gestütztes Coaching und Radionik in Anspruch genommen.

Ich führte bei der Klientin eine Resolution mit Stellen des Wortkreises durch. Während der Anwendung hat sie nichts Besonderes gespürt, anschließend fühlte sie sich jedoch für Stunden leicht „abgehoben“ und hatte das Gefühl, die Umgebung irgendwie surreal wahrzunehmen. Zwei Tage später berichtete sie, es gehe ihr insgesamt gut, sie hätte lediglich recht unruhig geschlafen. Und geträumt, „dass mein Mann höchstwahrscheinlich gar nicht tot ist, und ich brauche ihn nur anzurufen und die Sache klären.“

Sie selbst sah in diesem Traum nichts Besonderes. Doch gerade hier zeigt sich die enorme Bedeutung der Traumzeit-Begleitung, in welcher die Soul Master Practitioner ebenfalls ausgebildet sind. Dabei geht es nicht um die gängigen Formen der Traum-Deutung im Sinne von „Wenn Sie von Feuer träumen, heißt das ...“, sondern um das Verstehen, in welcher Art und Weise sich in der Traumzeit die Seele offenbart. In den Worten von Bernhard Scheida: „Wir analysieren die Traumzeit nicht. Wir geben der Traumzeit die Chance, uns zu analysieren.“

Genau das war jetzt bei der Patientin passiert. Ihr Inneres war analysiert worden, und mit dem richtigen Blick auf die Traumbotschaft für mich leicht zu entschlüsseln. Es war nicht die Trauer um ihren Mann, nicht die Ablehnung durch seine Familie, nicht der chaotische Umzug, die seit zehn Jahren eine Weiterentwicklung ihres Lebens verhindert hatten. Sondern etwas viel einfacheres, aber für den Verstand aufgrund seiner scheinbaren Unlogik nicht sichtbares: Ein Teil ihres Unterbewusstseins glaubte tatsächlich noch nicht, dass ihr Mann tot ist! Und dieser Teil von ihr muss dafür sorgen, dass sie zuhause ist, in der Wohnung, die in seinem Namen angemietet wurde, wenn er aus dem Krankenhaus kommt. Woraufhin alles wieder gut würde ...

Weitere drei Tage später, beim Betrachten der Galaxia-Spiralen, hat sie ihren eigenen Worten nach zum ersten Mal wirklich REALISIERT, dass sie sich von nun an um sich selbst kümmern muss und allein, ohne Hoffnung auf Unterstützung durch ihren Mann, für sich selbst verantwortlich ist.

In den darauffolgenden Wochen ist sie durch einen heftigen Prozess gegangen, in dem sie endlich die vor zehn Jahren von den Umständen unterdrückte Trauer vollständig zulassen konnte. Inzwischen ist daraus ein Gefühl der Befreiung entstanden, aus dem ihr neue Kräfte erwachsen. Sie hat noch keine konkrete Vorstellung, wie es weitergehen soll, fängt aber an, sich auf die Zukunft zu freuen.

So haben ihr die Soul Prints und die Soul Master Trauma-Arbeit in einer beeindruckenden Weise den Weg zur Heilung und zu neuen Ufern geöffnet, auf dem ich sie selbstverständlich mit den Techniken der Traumzeit-Begleitung so lange wie nötig weiter unterstützen werde.

Fazit

„Trauma-Auflösung mit Schall und Rauch“ ist weder eine Monotherapie noch ein Allheilmittel. Sie ersetzt selbstverständlich auch nicht die etablierten Techniken der Arbeit mit traumatisierten Menschen, insbesondere bei klinisch manifestierten Zuständen. Richtig angewendet, kann sie jedoch als wiederentdecktes Instrument einen wirkungsvollen Part im Orchester der Hilfsmittel für ein freieres, gesünderes Leben spielen.

Literaturhinweise:

Scheida, Bernhard, Soul Master. Deine Seele stärken. Heilgeheimnisse von "Las Americas" neu entdeckt, E-Book (2024), www.soulprintsoriginal.co

Scheida, Bernhard, Soul Prints. Die Seele mit der Hand berühren, mgo fachverlage GmbH & Co. KG; 2. Edition (16. August 2023)

Scheida, Bernhard, Souls Prints Artikel in raumzeit 2024

Van der Kolk, B. A., et al. (1996). Traumatic stress: The effects of overwhelming experience on mind, body, and society. Guilford Press.

Levine, P. (1997). Waking the Tiger: Healing Trauma. North Atlantic Books

Scaer, R. (2005). The Trauma Spectrum: Hidden Wounds and Human Resiliency. Norton & Company

Yehuda, R., et al. (2001). Childhood trauma and risk for PTSD: The influence of maternal PTSD on PTSD symptoms in offspring. *Journal of Traumatic Stress*, 14(2), 325-337

Is Trauma Genetic or Epigenetic? Insights with Dr. Bruce Lipton, https://www.youtube.com/live/r7nvCt0_vfo

Lipton, Bruce H., *Intelligente Zellen. Wie Erfahrungen unsere Gene steuern*, Koha-Verlag GmbH, 06/2016

Rein, Glen, *Bioinformation and the Biofield*, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15025879/>

Pegano et al., Symphonies of Growth: Unveiling the Impact of Sound Waves on Plant Physiology and Productivity

<https://doi.org/10.3390/biology13050326>

Muehsam, D., and Ventura, C., Life Rhythm as a Symphony of Oscillatory Patterns: Electromagnetic Energy and Sound Vibration Modulates Gene Expression for Biological Signaling and Healing, *Glob Adv Health Med*. 2014 Mar 1;3(2):40–55

Mc Taggart, Lynne, *Intention*, VAK; 2., unveränd. Aufl. Edition (1. Juli 2008)

Christiane Elisabeth Bergmann

ist Heilpraktikerin und Diplom-Pädagogin, Soul Prints Practitioner, Soul Master Practitioner und Ausbilderin nach Bernhard Scheida sowie die erste deutsche Bio Craniopathy™ Therapeutin und Instruktorin nach Robert Boyd. Sie betreut seit 1996 Patienten in eigener Praxis (drei Jahre davon in Royal Leamington Spa, Großbritannien) mit den Schwerpunkten Energie- und Informationsmedizin sowie FREEING/BCT. Auskünfte zu den in Planung befindlichen Seminaren auf Anfrage.

Kontakt:

Ringstraße 60

14476 Potsdam

Telefon 033208/21888

E-Mail: info@naturheilpraxis-bergmann.de

<https://naturheilpraxis-bergmann.de>

<https://seelen-prints.de>

Erschienen in raum&zeit 256/2025