

Interview mit David Sawyer

Gründer der Integrativen Aquatischen Therapie (IAT) und der Pränatalen Reise

Ophelie Goffart interviewte David in Buggenhout, Belgien, und ergänzte mit Fragen per Mail im April 2011.

Ophelie Goffart: Warum arbeiten Sie gerne mit prä – und perinatalen Themen?

David Sawyer: Als Heiler mag ich die Arbeit mit den prä- und perinatalen Themen, weil in kurzer Zeit auf einer sehr tiefen Ebene sehr viel Veränderung stattfinden kann. Alles Körpergewebe stammt ursprünglich von Flüssigkeiten. Die Muskeln, die Organe und die Knochen des Erwachsenen haben ihren Ursprung in der undifferenzierten Flüssigkeit des Ungeborenen. Beim Erwachsenen sind emotionale Wunden und Ängste im Körpergewebe gespeichert. In der Panzerung der Muskeln, des Bindegewebes, der Organe und sogar der Knochen werden lebenslange Überzeugungen und Reaktionen festgehalten. Mit Gesprächstherapie allein kann es lange dauern, eine echte Veränderung herbei zu führen.

Wenn wir an der pränatalen Zeit in der Schwerelosigkeit des Wassers arbeiten, scheint sich das Gewebe an seinen flüssigen Ursprung zu „erinnern“, - ähnlich wie eine Raupe, die im Kokon in einen halbflüssigen Zustand zurückkehrt, um dann später als Schmetterling heraus zu kommen. Viele Menschen entdecken eine Reinheit des Geistes, eine Zärtlichkeit des Herzens und eine Verbindung zum Leben, die sie vorher nicht kannten. Das ist sehr berührend. Die Arbeit besteht dann darin, die Trauma-Muster zu befreien, die überhaupt erst zum Festhalten geführt haben, und die nötige Unterstützung zu liefern, um die Essenz in den Körper und in die Welt des Erwachsenen hinein zu holen.

OG: Wenn Sie von Unterstützung reden, können Sie mir sagen, inwiefern sich Ihre Arbeit vom traditionellen Watsu unterscheidet?

DS: Watsu, so wie es traditionellerweise vermittelt wird, eignet sich gut, um die Spannung im Körper zu befreien. Es liegt meiner Ansicht nach in der Natur des Watsu, dass man in vielen Sitzungen zurück in eine pränatale Erfahrung gerät. Was allerdings häufig fehlt ist, diesen Erfahrungen einen Sinn zu geben und sie mit dem Jetzt zu verbinden. Es ist hilfreich, die Psychologie und das Bewusstsein dieser frühen Zeit zu verstehen. Jede Phase der

pränatalen Reise fühlt sich anders an. Es ist äusserst heilsam zu sehen, wie diese zusammen passen und einander unterstützen.

Auf der körperlichen Ebene arbeite ich auch mit einem entwicklungsorientierten Bewegungsmodell. Energie und Bewegung werden zuerst als Schwingung erlebt, dann als pulsierende Kugel wie ein Ei oder eine Blastozyste, die sanft atmet, dann als ondulierendes Rohr wie ein Wurm oder eine Seegurke, dann als Seestern, wenn die Arm- und Beinknospen erscheinen. Zuerst saugt das Baby, dann stösst es, krabbelt jeweils zuerst auf einer Seite, dann übers Kreuz und schliesslich läuft es. Diese Bewegungsabfolge wird im Wasser wieder entdeckt. Wenn wir gesund und ohne Trauma sind, können wir uns von einer Phase zur nächsten bewegen, ohne die Reinheit des Geistes und die Zärtlichkeit des Herzens hinter uns zu lassen. Unsere energetische Essenz kann bei uns bleiben, während wir kriechen und laufen lernen. In meinen Ausbildungen lernen die Studenten diese Bewegungsmuster zuerst an Land. Sie werden nicht vom Kopf her gelernt, sondern von innen her entdeckt. Das bringt Kraft und Präsenz in die Flüssigkeiten, sowie in die Organe, Muskeln und Knochen. Das Gewebe bekommt nun eine neue Erinnerung an die Qualitäten des Fliessenden, der Offenheit des Herzens und einer ausgeglichenen Kraft. Diese Erinnerung wird dann zum Neuen bzw. das, was wir automatisch machen, wenn wir nicht nachdenken.

Man könnte auch sagen, dass wenn das Trauma befreit wird, die Energie, die durch das Trauma gebunden war, ebenfalls befreit wird. Diese Energie sehnt sich nach Ausdruck und Bewegung. Es ist sehr nützlich, die Landkarte der entwicklungspezifischen Bewegungsmuster zu kennen. Selbst die Grundbewegungen vom Watsu werden mit diesem Wissen anders gemacht. Oft frage ich mich „Wo fehlt die Unterstützung? Wie kann ich sie liefern? Wie kann ich dem Empfänger helfen, sie sich selbst zu geben und das im Körpergewebe zu verankern?“ Ein Teil der Arbeit besteht darin, in der Zeit zurück zu gehen, aber es ist ebenso wichtig, dass wir über Landkarten verfügen, mit denen wir vorwärts gehen können. Da geschieht oft die grösste Heilung.

OG: Können sie etwas über die erwachsenen Beziehungsmuster und die prä- und perinatalen Themen sagen?

DS: Ja. Das ist ein grosser Teil meiner Arbeit und etwas, wofür die Leute sehr dankbar sind. Immer wieder höre ich, wie Leute nach dieser Arbeit gesündere Beziehungen haben. Eine Studentin, die ich 6 Monate später traf, meinte, dass ihr Ehemann mir danke. Aus seiner

Sicht sei die Kommunikation leichter und die Beziehung erfüllter geworden. Sie selbst fühlte sich präsenter und entspannter und kraftvoller in der Beziehung zu ihm.

Viele unserer grundlegenden Beziehungsmuster lernen wir in der Gebärmutter. Ein Beispiel ist das Thema der Giftstoffe, die wir über die Nabelschnur aufnehmen. Nahrung und Sauerstoff kommen durch die Nabelschnur herein. Das gilt allerdings auch für Giftstoffe wie Alkohol, Nikotin und sogar die Emotionen der Mutter. Kürzlich wurde eine Studie veröffentlicht, die zeigte, dass die Neurotransmitter Serotonin, und wahrscheinlich auch Dopamin, in der Plazenta produziert und durch die Nabelschnur zum Fötus transportiert werden (Journal Nature, 20.4.2011) Die Alkoholembryopathie ist ein weiteres Beispiel für diese Übermittlung von der Mutter zum Kind. Wenn toxische Chemikalien, Hormone und Emotionen der Mutter vom Fötus erlebt werden, neigt er dazu, im Bauch einen physischen Schutzpanzer aufzubauen. D.h. er spannt die Bauchmuskeln an, um zu verhindern, dass das Gift hereinströmt bzw. wenn es schon im Körper ist, dass es sich ausbreitet. Mit dieser Panzerung geht eine Dissoziation von diesem Körperteil einher. Weil es unsicher ist, im Bauch zu sein, verlassen wir ihn energetisch. Das führt zu Verdauungsproblemen, einem Mangel an Erdung, sowie dem nicht vertraut Sein mit gesunden Grenzen in Beziehungen. Was in der Gebärmutter gelernt wurde, wird häufig mit dem Geburtstrauma und auch später im Leben bestätigt. Selbst Situationen, die an sich nicht traumatisch sind, werden aufgrund der Prägung durch diese frühen Muster als solche erlebt.

Hingegen nehmen wir in der Gebärmutter mehr Platz ein, wenn kein Trauma besteht. Die Grenze zwischen dem Selbst und der Mutter reicht weiter, bis zur Fruchtblase oder sogar über sie hinaus. Der Fötus fühlt sich energetisch grösser und sicherer und die Muskeln entspannen sich. In der Beziehung fühlt sich das Kind sicher genug, mit sich selbst präsent zu bleiben und im Kontakt mit dem anderen zu sein. Das wird dann zur Vorlage für Beziehungen, wenn wir erwachsen sind. Das traumatische Muster zu heilen und im Körper zu spüren, wie sich eine gesunde Grenze in der Gebärmutter anfühlt, verändert das erwachsene Beziehungsmuster auf einer sehr tiefen Ebene. Man könnte von einem Dominoeffekt sprechen, der sich in der Zeit nach vorne bewegt. Das ist ein Beispiel. Jeder Mensch hat seine ganz eigene Geschichte. Es gibt viele pränatale und perinatale Themen. Diese werden im Unterricht behandelt. Immer geht es aber darum, dem Selbst und unseren Beziehungen Ganzheit und Ermächtigung zuzuführen.

OG: Ihre Arbeit beinhaltet recht viel Psychologie. Reden die Leute während der Sitzungen?

DS: Ja, es wird oft geredet, obwohl natürlich jede Sitzung wieder anders ist. In den Sitzungen findet ein organisches Weben vom Physischen zum Psychischen statt. Ich meine, dass Integration und Lernen auf allen Ebenen geschehen sollte. So kann die Heilung tiefer gehen und der Empfänger kann das Erarbeitete mit nach Hause nehmen. Jede Sitzung hat ihr eigenes natürliches Tempo. Es gibt den Rhythmus jeder einzelnen Watsu-Bewegung und das langsamere Tempo, wenn 3 oder 4 solcher Bewegungen zusammen gesetzt werden. In der craniosakralen Therapie nennt man das den Lebensatem. Wenn man auf dieses Tempo hört, kann man ohne Unterbruch von der Bewegung zum verbalen Austausch wechseln. So bleibt alles im Fluss und findet sein eigenes Tempo.

OG: Können Sie etwas über die von Ihnen angebotene Ausbildung sagen?

DS: Der Einführungskurs heisst „Die Pränatale Reise“ . Darauf folgt die „Die Geburtsreise“. Für Menschen, die das Studium fortsetzen möchten, biete ich eine fortgeschrittene Ausbildung an, die sich aus 5 Modulen innerhalb von zwei Jahren zusammensetzt und nur als Ganzes besucht werden kann. Für den Abschluss mit Diplom müssen die Teilnehmer die Pränatale Reise und die Geburtsreise ein zweites Mal besuchen. Diese Einführungskurse sind sehr reichhaltig. Es gibt Leute, die immer wieder kommen. Manche haben sie schon 3 oder viermal besucht.

David lebt in Boulder, CO, USA und ist zu erreichen unter: d.sawyer@comcast.net

Tel: 001.303.440.9725 1503 Yarmouth Ave. Boulder, CO 80304