

*"Heilung erfolgt in dem Maße, wie wir Energie ausgleichen
und unser Leben mit unserem höchsten Selbst in Einklang bringen."*

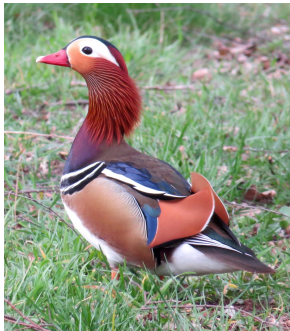
Bruce Burger

Sonderausgabe

Somatisch Psychologie - Das innere Kind retten.
Fachfortbildung mit Bruce Burger, vom **1.-5. April 2016** in Berlin

Aus dem Inhalt

1. Danksagung von Bruce Burger
2. Bericht über den Workshop von Gabriele Gack-Thomas
3. Feedback der Teilnehmer
4. Der Ort, das Haus, die Natur



1. Danksagung von Bruce Burger, USA



Ich verspüre eine tiefe Dankbarkeit, dass du, Gisela mir die Möglichkeit gegeben hast, mit Mitgliedern des Deutschen Polarity Verbandes zu arbeiten. Ich war tief beeindruckt von der Qualität der teilnehmenden Therapeuten/innen und was wir alles in diesen vier Tagen erreichen konnten.

Die kraftvollen Protokolle, die ich mit euch geteilt habe, waren eine Herausforderung. Die Reife, der geerdete Fokus, und die Bereitschaft, persönlich und beruflich zu wachsen, behielten jedoch die Oberhand und jeder in der Gruppe war in der Lage, signifikante persönliche Themen während des gesamten Workshops aufzuarbeiten und gleichzeitig sichere und effektive

Werkzeuge bei der Heilung mit ihrem Übungspartner anzuwenden.

Der spirituelle Aspekt unserer Arbeit, das Mantra Yoga und der Gebrauch der Bija Mantras in der Polarity Therapie waren eine Einladung, unser inneres Wissen und unsere Selbstliebe zu vertiefen. Es hat mich persönlich erfüllt, dass die Teilnehmer sofort das Tönen in ihre Behandlungsarbeit integriert haben.

Peter, unser Übersetzer war liebevoll, freundlich und geduldig. Sein Bestreben, einen exzellenten Job zu machen, hat dazu beigetragen, ein sicheres und effektives Lernumfeld zu schaffen.

Gisela, ich danke dir für alles was du tust, die Geschenke der Polarity Therapie in Deutschland zu verbreiten und euren Mitgliedern die Möglichkeit gibst, ihre Kenntnisse und Qualitäten zu erweitern.

Es war eine Freude, die ersten Knospen des Frühlings um uns herum zu erleben in dem schönen Wald, der unser Seminarhaus umschloss mit der Schönheit der Bäume, Blumen und Vögel um Berlin herum. Bitte lasst uns in Kontakt bleiben, ich würde mich freuen, von euch zu erfahren, wie sich euer Leben verändert hat und ihr euren Klienten durch diese tiefe Arbeit einen Dienst erweisen konntet. Vielen Dank, Bruce Burger, Ma, RPE, BCPP

"I am deeply grateful for the opportunity you provided for me to work with members of the Polarity Verband Deutschland. I was quite impressed by the quality of the polarity practitioners in the class and what we were able to accomplish in four days.

The powerful protocols that I shared were challenging. The maturity, grounded focus, and willingness to grow both personally and professionally prevailed, and everyone in the group was able to address significant personal issues through the workshop and to actualize safe and effective tools for facilitating healing with their clients.

The Spiritual aspects of our work, the mantra yoga and the use of bija mantras in polarity therapy were an invitation, to deepen our self knowledge and self love. It was fulfilling to see the students immediately integrating toning into their sessions.

Peter our translator was loving, kind and patient. His commitment to excellence helped to create our safe and effective learning environment.

Gisela, thank you so much for everything you do, to share the gifts of Polarity Therapy in Deutschland and to expand the quality and skill of your practitioners.

It was a special treat to enjoy the first buds of spring opening around us in the lovely forests that embraced our retreat center and the beauty of the trees, flowers and birds around Berlin.

Please keep in touch, I would love to hear about how lives were changed and clients served by this profound work.

Many Thanks, Bruce Burger, Ma, RPE, BCPP"



2. Bericht über den Workshop „Das innere Kind retten“ mit Bruce Burger

von Gabriele Gack-Thomas, Stuttgart



Das erste Prinzip für Randolph Stone, den Begründer der Polarity, sei es, die Seele zu erreichen. So beginnt Bruce Burger seinen Workshop „Das innere Kind retten“ in Berlin.

Das erste Grün züngelt zaghaft aus Bäumen und Sträuchern an diesem ersten Aprilwochenende. Vier volle Tage spiritueller Polarity-Arbeit liegen vor uns. Am Ende ist der Frühling regelrecht ausgebrochen und eine Teilnehmerin hat ihr erstes Erleuchtungserlebnis hinter sich, in dem sie – wenn auch vorerst nur für Stunden - in „anderen“ Sphären schwebend die Erfahrung von Ganzheit und Einheit macht. Auch wir anderen gehen nach diesen Tagen erfüllt von der Authentizität und Liebe Bruce Burgers zurück in unseren Alltag. Reicher mit der Erfahrung, wie einfach Polarity wirkt, wie wenig Psychologisieren von Nöten sei, so hat es eine Teilnehmerin einmal erleichtert formuliert, ... um auf der tiefsten (oder höchsten) Ebene der Seele Heilung zu erfahren.

„Jeder Atemzug bringt die Seele in unseren Körper“, sagt uns Bruce. Immer wieder nehmen wir einen tiefen Atemzug, auch in den Behandlungen erinnern wir die auf der Liege daran, tief zu atmen. In Indien liege die Kraft Gottes im femininen Aspekt. „Hier *wird* die Göttin zur Kreation. Sie hat sich vollkommen ins Feuer der Schöpfung hineingeworfen und lebt in jedem Atem.“ Bruce stehen Tränen in den Augen, als er das sagt. (In unserem Konzept dagegen, sei Gott außerhalb der Schöpfung, die er kreiert hat und nun zur Hölle fahren lässt...) Deshalb sei die Seele auch nicht persönlich, sondern universell.

Wir beginnen jeden Tag mit Mantra-Yoga, der „Heilung durch Klang“, also der „Veränderung auf der molekularen Ebene unseres Seins“, wie Bruce es ausdrückt. Denn im indischen Schöpfungsmythos hat die Göttin die Welt ins Sein gesungen. Die Welt ist Klang, Schwingung, Energie.

Es geht um Trauma-Heilung in diesen viereinhalb Tagen. Es geht darum, einen heiligen, sicheren Ort zu kreieren, um präsent im Körper sein zu können.“ Präsenz ist die Heilerin“, sagt Bruce, und dass die Seele zurück in den Körper komme, um Leben zu erfahren. Nur manchmal sei das Leben so beängstigend, dass wir Körpererfahrung nicht aushielten. Heilung braucht also die Erfahrung von Sicherheit: die Sicherheit zu atmen und die Sicherheit, präsent im Körper zu sein.

In der Behandlung unterstützen wir Präsenz im Körper, indem wir vertrauen, nicht ablenken (lassen) durch Erzählungen und indem wir respektieren, dass die Klientinnen ihrer Energie bewegen und sich den eigenen Wahrnehmungen öffnen. Bruce nennt dies „selbst gerichtete Therapie“. An anderer Stelle nennt er es, „Polarity-Therapie entmystifizieren“.

„Transformation geschieht dann, wenn wir uns sicher fühlen, wir selbst zu sein.“ Noch so eine denkwürdige Aussage von Bruce. Als Polarity-Therapeut/innen seien wir weder Psychotherapeut noch Beraterin, sondern Lehrer/innen: Wir unterstützen unsere Klient/innen dabei, eigene Antworten zu finden und die höhere Ebene der Verantwortung zu übernehmen. Denn Gesundheit bedeutet für Bruce, Verantwortung zu übernehmen. Und die Bereitschaft dazu gilt es mit den Klient/innen vorab zu klären.

Bruce gibt uns am zweiten Tag ein genau definiertes Behandlungsprotokoll zu „Das innere Kind retten“. Über drei Tage hinweg wiederholen und vertiefen wir es. Darin finden sich auch die „mächtigen

Werkzeuge von Dr. Stone“, wie er sie nennt: 1. Befreien des Sympathischen Nervensystem und 2. Beckenboden-Therapie.

Bruce greift den Begriff „Felt Sense“, den Eugene Gendlin geprägt hat, auf. Demnach ist Felt Sense die *körperliche* Reaktion auf eine Erfahrung. Oder anders ausgedrückt: Jede Erfahrung wird, so Gendlin, im Körper als Felt Sense registriert. Auch das Trauma wird als Erfahrung im Körper festgehalten. Entscheidend ist, dass das Trauma nicht mental verstanden werden muss, um aufgelöst werden zu können. Im Gegenteil: verstehen wollen heißt *wiederholen*.

„Wir lösen und heilen das Trauma, wenn es sicher ist, in diesem Körperteil präsent zu sein“, sagt Bruce. Und: „Wir laden den Klienten ein, schmerzhaft Erfahrungen loszulassen.“ Bruce nennt diese Methode *sensation based awareness*, d.h. als Therapeut/innen lenken wir die Aufmerksamkeit des Klienten immer wieder in seinen Körper, fragen nach Empfindungen in Gewebe, Muskulatur etc., so dass sich die Blockade jedes Mal ein wenig lösen kann. Und will die Klientin eine Geschichte erzählen, bringen wir sie zurück in ihren Körper: „Wie fühlt es sich im Körper an, wenn du das (Angst etc.) erlebst/spürst?“ Und weil das für viele neu sei, sei zwischendurch viel verbale Unterstützung, Lob und Ermunterung nötig.

In der Vorstellungsrunde am ersten Abend hatte er gesagt: „Ich bin Bruce Burger und habe zu Polarity gefunden, weil da ein tiefer Schmerz war, obwohl das Leben so schön ist.“

Am Ende ruft er uns zu: „Die Liebe der Mutter Erde ist euer Geburtsrecht. Eine Liebe, die du durch Geben erhältst.“ Und diese Liebe war für uns alle in diesen Tagen in Berlin deutlich spürbar.

Reich beschenkt, *Gabriele Gack-Thomas*

3. Feedback der Teilnehmer

Andrea Maria Schollmayer, Frankfurt



Ich danke Dir nochmal für all Deine Liebe und Deine Organisation und Deine Vision. Es war ein wundervoller Event.

Wir sind auf einer neuen Ebene des Miteinander angekommen. Durch Bruces tiefe Verbundenheit mit dem Göttlichen und seinen tiefen Glauben, habe ich die ganze Veranstaltung sehr auf der Herzebene wahrgenommen.

Tiefe, tiefe Themen, die auftauchen durften, uns berührten und sich dann mit einer Leichtigkeit transformierten, die man selbst erlebt haben muss. Liebevoll

Miteinander auf Augenhöhe, viele, viele Polarity-Erfahrungsjahre, die in Berlin aufeinandertrafen und sich gegenseitig inspirierten.

Eine traumhafte Umgebung, die half, das Erlebte gut zu integrieren. Neue Erfahrungen, wie es ist, wenn man den Tag mit Bruces Art des Yogas und das Chanten von indischen Mantren beginnt (Mantra-Yoga). Und einen sehr vertrauten Abschlussabend, gemeinsames Sitzen an der Feuerstelle, singen und tanzen und Geben und Nehmen von Berührung (kleine Nacken-, Schultermassagen).

Wenn ich die Fotos sehe oder so zurückdenke, fühlt es sich an wie eine große, große Ressource.

Susanne Hofmann, Berlin



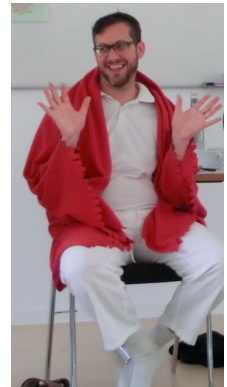
Nach den morgendlichen Übungen fühlte ich mich sehr gut. Diese Übungen machen wach. Das morgendliche Mantrasingen war sehr schön. Mein Herz öffnete sich. Die Behandlungen: Es war ein großes Thema, das wir vielleicht in unserer Regiogruppe weiterführen könnten. Die Struktur, die uns anfangs zugesagt wurde, wurde durch die unterschiedlichen Prozesse verändert, was mich sehr unsicher machte. Als Behandelte konnte ich loslassen und fühlte mich sehr umsorgt und getragen. Das Behandeln war dann für mich auch einfacher als vorher

angenommen. Das Tönen während der Behandlung ist sehr wirkungsvoll.

Fazit: Es war eine große Erfahrung, an der es sich lohnt, dran zu bleiben.

Glenn Hodes, Thailand

Ich spürte eine sofortige Verbundenheit mit der deutschen Polarity Familie. Von unserem ersten gemeinsamen "Aum" bis zu den Umarmungen und liebevollen Verabschiedungen bei meiner Abreise, fühlte ich eine Resonanz, ein Engagement und einen gemeinsamen Zweck innerhalb der Gruppe. Für einen Workshop, der ein hohes Maß an Verletzlichkeit der Teilnehmer voraussetzt, fühlte ich mich verbunden, unterstützt und umarmt von meinen deutschen Freunden. Ich freue mich darauf, euch schon bald in Oxfordshire wiederzusehen!



"I felt an instantaneous communion with the German polarity community. From our first "aum" together to the warm hugs and farewell greetings upon my departure, I felt a resonance and sense of dedication and common purpose among the group. For a workshop that requires an immense level of vulnerability,

I always felt totally connected, supported, and embraced by my German friends. Look forward to seeing you again quite soon in Oxfordshire!

Sarah Dawn Hampton, Spain



Was für eine wunderbare Erfahrung! Ich hatte den Eindruck, dass die Fortbildung "Das innere Kind retten" sehr gründlich organisiert worden war und die Location war wunderschön. Ich kam, ohne jemanden zu kennen außer Bruce, aber fühlte mich schnell sehr wohl und willkommen. Bruce war exzellent darin, einen sicheren Ort zu kreieren, indem Therapeuten und Teilnehmer aller Ausbildungs- und Erfahrungsstufen sich gleichermaßen entfalten konnten. Mein Austausch mit den

anderen hat in mir den Wunsch erweckt, mich stärker mit der internationalen Polarity Gemeinschaft zu verbinden. Danke Gisela für alle deine harte Arbeit und dein Engagement. Love, Sarah

"What a wonderful experience. I felt the "Rescuing the Inner Child Workshop" was organized very thoroughly and the location was incredibly beautiful. I came without knowing anyone other than the teacher but I quickly felt very comfortable and welcomed. Bruce was excellent at creating a safe place where therapists and students of all levels could flourish. My interactions with people left me with the desire to connect more with the international polarity community. Thank you Gisela for all your hard work and dedication. Love Sarah"

Peter Rhiem, Köln



Gisela hat mal wieder viel Fingerspitzengefühl bewiesen und genau das richtige Ambiente für dieses Seminar gefunden. Wunderschön am grünen bewaldeten Stadtrand Spandaus neben der Havel gelegen und doch leicht zu erreichen - das Ganze dann noch in strahlendem Sonnenschein (bis 21 Grad).
Erst einmal liefen für mich als Übersetzer ja während dieses Seminars ganz eigene Prozesse ab.

Es war das erste Mal, dass ich in dieser Form und so viele Stunden am Stück übersetzt habe. Das an sich war schon ein ziemlicher Anspruch. Ich habe mich ja überhaupt nur drauf eingelassen, weil ich YouTube Clips von Bruce gesehen und die Interviews mit Gisela gehört habe und mich sofort auf ihn eingestimmt fühlte.

Und tatsächlich habe ich dann während der Arbeit mit Bruce das große mitfühlende Herz dieses Mannes, der sich und auch uns eher als Lehrer für unsere Klienten sieht, denn als Therapeuten oder Heiler, in seiner ganzen Fülle spüren können, und ich fühlte mich durchweg von seiner Präsenz gehalten und bestätigt.

Was mich während seines Seminars sehr beeindruckte, war diese hingebungsvolle Selbstverständlichkeit, mit der er das Spirituelle mit dem Psychosomatischen verband, ja uns als selbstverständlich spüren ließ. Sehr klar und überzeugend lebte er uns vor, diese Macht und Kraft in der Hingabe und dem Offenbaren der eigenen Verletzlichkeit anzuwenden... einfach zu sein. Für mich war die Arbeit mit Bruce ein wahrer heilsamer Meilenstein. Vor allem ergab sich auch in meiner eigenen Entwicklung die Möglichkeit, noch tiefer die Prinzipien und tiefen Wahrheiten des Polarity-Paradigmas zu verstehen und auch praktisch noch anwendbarer zu machen.

Meine Hoffnung ist, dass dieses Seminar ein Beitrag zur Überwindung der von Iris Breuert astrologisch beschriebene Krise des Deutschen Polarity Verbandes ist und einen starken, transformativen Neubeginn in Gang gesetzt hat. *Von Peter Rhiem*



Birgit Bever, Gütersloh

Die Göttin Saraswati, als Essenz des Selbst und Göttin der Weisheit hat mir in diesem Seminar besonders zugesagt.



Bruce Burger hat es verstanden, uns mit dem täglichen Yoga, dem Singen der Mantras und dem Erlernen und Üben des Behandlungsablaufes, genau damit in Kontakt zu bringen. Über die Körperwahrnehmung, dem Entdecken der Bilder unserer inneren Kinder und der Kommunikation darüber, konnten sich schwierige Anteile in positive innere Bilder wandeln. Ich danke Bruce für seine liebevolle

Präsenz und Geduld und allen Kolleginnen und Kollegen für ihre Begleitung.



Karin Scheffel, München

Ein Seminar besonderer Güte. Ich konnte erfahren, wie heilsam es ist, mit Tönen in Resonanz zu gehen, zu sich selbst und zu seinem Kern zu kommen. Bruce lehrte uns, in der Behandlung mit einem Klienten, verhärtetes und verspanntes Gewebe mittels Tönen effektiv und schnell zu entspannen. Dabei war die Mitarbeit des Klienten von großer Bedeutung. Auch die Arbeit mit dem inneren Kind und dem damit verbundenen Ressourcenaufbau veranschaulichte uns Bruce.

Die Feed-back Runden jedes Mal nach der Tischarbeit empfand ich als lehrreich und gewinnbringend, da dadurch noch weitere Infos von Bruce folgten und die Vielfältigkeit der Möglichkeiten hervortrat.

Das morgendliche Polarity-Yoga war ein schöner Start in den Tag und Bruce zeigte, dass es durchaus möglich ist in fortgeschrittenem Alter fit zu sein, wenn man kontinuierlich diese Übungen macht.

Ich bin dankbar, dabei gewesen sein zu können, da ich hier zu mir gefunden habe.

Danke, Gisela, dass du das auf den Weg gebracht und gemanagt hast!!

Julia Bertermann, Hamburg

Das Seminar mit Bruce war für mich persönlich eine große Bereicherung. Es war sehr faszinierend mitzuerleben, wie sehr Bruce die bedingungslose Liebe und das Mitgefühl für alle Geschöpfe lebt.

Ich versuche nun regelmäßig, die morgendlichen Yogaübungen in meinen Alltag zu integrieren und höre und singe die Mantras.

Die Arbeit mit dem inneren Kind hat mir persönlich eine Tür geöffnet, mit mir selbst und auch mit anderen Menschen in eine bessere Verbindung zu kommen.

Ich danke Dir noch einmal, dass ich bei dem Seminar mit dabei sein konnte. Zur Zeit fehlt mir ja noch der Raum, aber ich habe schon mehrere Freundinnen, die auf eine Behandlung warten.



Barbarina Schilling, Kiel

Es war ein großes Glück für mich, Bruce nochmal in einer Fachfortbildung erleben zu dürfen. Ich war bereits 2010 in München dabei und habe das dort Erlernte in meiner Praxis gut anwenden können. Diesmal ging es für mich um eine Vertiefung. Seine Trauma-Arbeit ist so besonders, mir fehlen die Worte. Ich bin noch ganz erfüllt von der Intensität und doch klaren Einfachheit dieser Methode. Ich habe mich in der Gruppe sehr gut aufgehoben und getragen gefühlt und bin sehr dankbar, dass Bruce mit mir gearbeitet hat. Es waren wunderbare 4,5 Tage. Danke.

Oliver Bansmann, Gütersloh

Om bhur buvah svah...

die geistigen Wurzeln Indiens erklingen im Umwelt- und Bildungszentrum in Berlin, gesungen von den Teilnehmern der Polarity Verbandsfortbildung.

Ich fühlte mich direkt zurück versetzt und erinnerte mich gefühlt an meine Zeit in verschiedenen Ashrams auf meiner Indienreise 1992. Natürlich inzwischen um einige Jahre gealtert, begegnete ich auf dieser Fortbildung mit Bruce Burger, dem es hervorragend gelang, lebendiges Wissen und Spiritualität mit Polarity zu verbinden, nicht nur dem Oli von 1992, sondern auch noch älteren Anteilen meiner selbst.

Das "innere Kind retten" habe ich durch die von Bruce entwickelte Arbeit ernst genommen. Auf diesem Fortbildungswochenende habe ich drei kleine Oli's gerettet und mit nach Hause genommen. Sie fühlen sich bisher in Gütersloh recht wohl und genießen Ihre neue Freiheit. Eine wirklich heilsame Arbeit - Danke Bruce



Gisela Kissing, Berlin

Präsent sein und höhere Präsenz spüren, sich immer wieder ausrichten, die Schwingung anheben durch Tönen, Mantren Singen und energetische Übungen - all das hat dieses tiefgreifende Behandlungsprotokoll so leicht erscheinen lassen. Selbst die zur Wahl stehenden Worte in unserem ausführlichen Skript sind sorgfältig von Bruce ausgesucht und haben sich in den 30 Jahren seiner Erfahrung als Schlüssel bewährt, das Innerste zu erreichen.

Ich selbst konnte erfahren, dass ich nicht nur eins meiner inneren Kinder retten konnte, sondern auch Heilung auf karmischer Ebene geschah, als ich meine Mutter begleiten durfte, ihr inneres Kind zu retten. Was für ein Geschenk. Am Ende spürte ich solch eine innere Kraft, dass ich mit Gaya, der Mutter Erde verschmolz.

Ich wende das Protokoll allein an, im Gespräch auf dem Stuhl, und auf der Liege in Verbindung mit einfachen Positionen und achte darauf, wann ich gegebenenfalls den Klienten stabilisieren muss, um eine Re-Traumatisierung zu verhindern. Ich verbinde es auch mit anderen Methoden aus der energetischen Psychologie wie z.B. EFT.

Begeistert bin ich von Bruces Ansatz, dass er diese innere Kind-Arbeit mit jeder normalen Polarity-Behandlung kombiniert. „Die Methode wenden wir bei gesunden Menschen an“, sagt er. Für Bruce ist Gesundheit die Fähigkeit, Verantwortung zu übernehmen.

Was ich voller Dankbarkeit mitnehme vom Wochenende: Die wahre Kraft von Polarity liegt in der Anerkennung und Ausrichtung unseres tiefsten/höchsten Seins, der Kommunikation auf der Seelenebene und dem Gefühl, mit allem verbunden zu sein, und das alles während einer Behandlung erfahrbar machen zu können und selbst zu spüren.

4. Der Ort, das Haus, die Natur

Die Natur um das Umweltzentrum Berlin herum mit all den Bäumen, Vögeln, der erwachenden Natur und dem Wasser der Havel, lud uns ein, unsere tiefen Prozesse zu integrieren. Hier konnten wir spaziergehen und ganz bei uns ankommen und Heilung auf der Seelenebene geschehen lassen. Am letzten Abend saßen wir um das Lagerfeuer herum und sangen Mantren bis in die Nacht hinein.
im April 2016

Wir waren die einzige Gruppe im Haus und der Seminarraum, ein ehemaliger Getreidespeicher des Gutshofes, hatte eine lichte Atmosphäre und wirkte separat, am Ende des Ganges, abseits vom sonstigen Geschehen, wie gemacht für unsere Arbeit.



Allgemein war der Gesamteindruck des Seminarhauses sehr positiv, und im Einzelnen gab es beim Feedback besonders für die Küche Verbesserungsvorschläge. Das Haus hat unsere konstruktive Kritik ernst genommen und sich für die Empfehlungen sehr bedankt.



Ich wünsche allen, die dabei waren auch weiterhin gutes Gelingen beim Einsatz dieses Behandlungsprotokolls. Möge es euch und eure Arbeit auf allen Ebenen bereichern und viel Heilung auf der Seelenebene bewirken.

Von Herzen

Giselena Jhassanp

polarity.gk@gmail.com

Tel: 030-80484854

Am Löwentor 10, 14109 Berlin

im April 2016