

Die DynaMind-Technik

Eine hawaiianische Klopf- und Heiltechnik zur Entspannung von personalen und geistigen Herausforderungen und Problemen.

Eine Technik zur Veränderung von Körper, Gefühlen und Denken, Glaubenssätzen, Überzeugungen und unbewussten Haltungen.

Einleitung

Seit meiner Jugend interessiere ich mich für alternative Heiltechniken. Ich studierte östliche Traditionen, wie z. B. Shiatzu, Akupressur, Tai Chi und westliche Körpertherapien, wie z.B. die klassische Massage, Alexander-Technik und Feldenkreis-Therapie.

Auf meiner Suche stieß ich 1974 auf die polynesischen Tradition und Huna. Von dieser Tradition war ich sofort begeistert und wollte gleich nach Hawaii, um diese Lehren vor Ort zu lernen.

Zur damaligen Zeit hieß es jedoch, dass es keine lebenden Lehrer mehr gab, sondern nur noch ein paar schriftliche Fragmente und vor allem die oralen und in der Sprache überlieferten Elemente. Deshalb studierte ich die mir damals zur Verfügung stehenden Schriften, um dann glücklicherweise einige Jahre später festzustellen, dass es sehr wohl lebende Meister in der hawaiianischen Sprache, Kahuna genannt, gab.

Die Tradition hatte überlebt und wurde innerhalb der Familien und Sippen unter dem Siegel der Verschwiegenheit weitergegeben. Diese Verschwiegenheit war nicht notwendig aufgrund des sogenannten „geheimen“ Wissens, wie es in späteren Schriften oft dargestellt wurde, sondern weil das Praktizieren der alten Tradition von den Behörden verboten und unter hohe Gefängnisstrafen gestellt war.

Aus diesem Grund entwickelten sich die Traditionen innerhalb der Familien weiter und wurden von einer Generation an die nächste weitergegeben. Heute finden wir auf Hawaii eine Vielzahl von höchst interessanten Konzepten, die alle darauf ausgerichtet sind, Menschen und deren Beziehungen zu sich und der Umwelt möglichst schnell und umfassend zu heilen, bzw. das natürliche Gleichgewicht wiederherzustellen. Es sind oftmals einfache und leicht anwendbare Techniken.

Eine dieser Techniken ist DynaMind. Sie wurde von Dr. Serge Kahili King entwickelt.

Dr. Serge Kahili King ist einer der weltweit bekanntesten Lehrer, schrieb mehrere in verschiedene Sprachen übersetzte Bestseller und ist Kahuna des Kane Ordens.

Ich lernte Dr. Serge Kahili King 1994 anlässlich seiner ersten Europatour kennen und war von seiner klaren und leicht verständlichen Art des Lehrens so begeistert, dass ich ihn ab dieser Zeit jährlich 1 - 2 mal in die Schweiz für Seminare eingeladen habe. Er wurde für mich nicht nur einer meiner wichtigsten Lehrer, sondern auch ein lieber Freund. Heute unterrichtet Dr. King ausschließlich auf Hawaii und ich kann jedem nur empfehlen, wenn sich die Gelegenheit zur Teilnahme an einem seiner Seminare ergibt, diese zu nutzen.

Geschichte der DynaMind-Technik

Die DynaMind-Technik wurde im Jahr 1999/2000 von Dr. Serge Kahili King entwickelt. Sein Buch „**Instant Healing**“ war gerade fertig geworden und umfasste das wichtigste Heilwissen von ihm in einer komprimierten Form. Als er in einem seiner Huna-Therapie-Work-shops dieses Wissen vermittelte, wurde er von einer Teilnehmerin auf die Arbeiten von Gary Craig aufmerksam gemacht.

Die Methode, welche Gary Craig entwickelt hat, nennt sich heute EFT - Emotional Freedom Technik. Sie basiert auf den Arbeiten von Dr. Roger Callahan und anderen. Die EFT-Technik weist große Ähnlichkeiten mit den im Buch publizierten Ideen auf und hat große Ähnlichkeiten mit einigen Huna-Techniken.

Dr. Serge Kahili King hatte bis zu diesem Zeitpunkt selbst schon einige Schnellheilungsmethoden entwickelt, aber keine war so schnell und so flexibel auf unterschiedlichste Beschwerden anwendbar wie das EFT.

Dr. King ging der Frage nach, wie es möglich war, dass er und Craig völlig unterschiedliche Heilungsansätze und Techniken verwendeten und trotzdem zu den gleichen Ergebnissen gelangen konnten. Er begann zu erforschen, inwieweit er seine Techniken verändern konnte ohne deren Wirksamkeit zu verlieren.

Die Vorgaben

Die neue Methode sollte folgende Vorgaben erfüllen:

1. Sie musste effektiv sein
2. Sie sollte leicht erlernbar und äußerst einprägsam sein
3. Sie sollte auf einer logischen, nachvollziehbaren Theorie basieren.
4. Sie musste bereits bekannte Ansätze beinhalten (also Methoden, die auf wohlbekanntem Prozesse basieren).
5. Sie musste so flexibel sein, dass sie sich mit anderen Behandlungsformen und Prozessen kombinieren ließ.
6. Sie sollte ebenso schnell oder sogar schneller wirksam sein, als Gary Craigs Emotional Freedom Technik (EFT).

Das Ergebnis

Das Endergebnis war ein Prozess, der verschiedene wirksame Techniken der hawaiischen Tradition zu einem neuen „Rezept“ verbindet, sich jedoch in den zugrundeliegenden Konzepten sehr deutlich von jenen des EFT und anderen verwandten „Energie-therapien“ unterscheidet.

Im Sommer 2000 wurde die Dynamind-Technik (DMT) erstmals einem größeren Publikum vorgestellt und seit dieser Zeit haben zigtausend Menschen in der ganzen Welt DMT gelernt und erfolgreich angewandt.

Durch die Anwendung der Dynamind-Technik können wir Verbesserungen in folgenden Bereichen beobachten

- Lösung von körperlichen Schmerzen ·
- Lösung von anderen körperlichen Zuständen
- Lösung von emotionalen Schmerz- und Gefühlszuständen
- Lösung von mentalen Schmerz- und Gefühlszuständen
- Lösung von Gewohnheiten und Zwängen
- Lösung in spirituellen Krisen

Du siehst eine große Vielfalt, in denen die DynaMind-Technik hilfreich angewendet werden kann.

Grundsätzliches zur Theorie

In diesem Booklet wollen wir uns nicht allzuviel mit Theorie, sondern primär mit der praktischen Anwendung beschäftigen. Trotzdem erscheint es mir wichtig, ein paar grundlegende Begriffe im Zusammenhang mit Dynamind und der schamanischen Sichtweise des Heilens zu erläutern.

In der hawaiianischen Sichtweise wird Gesundheit durch das Wort Ola ausgedrückt. Ola heißt jedoch viel mehr und beschreibt, was hinter dieser Vorstellung noch zum Ausdruck kommt. Ola bedeutet übersetzt Fließen, im Fluss sein, Heilung, Leben und man könnte es auch eine Idee von Bewegung oder Energie nennen.

In der hawaiianischen Tradition bedeutet der natürliche Zustand der Gesundheit im Fluss, in der Verbindung und im Austausch mit der Umwelt zu sein. Es ist der Zustand, der am wenigsten Energie benötigt. Dieser natürliche Zustand wird durch Dynamind angestrebt und begünstigt.

Auf der anderen Seite gibt es zwei Begriffe, die im Zusammenhang mit Gesundheit und Krankheit von Bedeutung sind und die ich ebenfalls gerne erläutern möchte. Der eine Begriff heißt **Make**.

Make heißt in der Übersetzung Tod, Kritik oder Stillstand. Es bezeichnet einen Zustand, in dem die Energie zum Stillstand kommt, was wir als Tod bezeichnen können und zeigt gleichzeitig auch auf, dass jede Form von Kritik letztendlich zum energetischen Stillstand bzw. Tod führt. Alle Lebewesen suchen nach Liebe und Anerkennung. Wir können auch davon ausgehen, dass jedes Lebewesen auf seine Weise sich bemüht und sein Bestes gibt, ganz unabhängig, wie es vom Umfeld erfahren oder erlebt wird. Jede Form von Kritik ist eine Form der Kränkung und führt zu einer Blockierung der Energie und des Selbstaudrucks. Die Summe der blockierten Energie führt zu einem zunehmenden Stillstand oder Tod.

In diesem Zusammenhang ist auch der dritte wichtige Begriff zu verstehen, **Ma'i**. **Ma'i** heißt auf Deutsch Krankheit und bezeichnet einen Zustand der Spannung. Spannung ist grundsätzlich ein natürlicher Zustand. Wir brauchen eine gewisse Spannung, um unsere Kraft nach außen zu bringen und uns auszudrücken. Diese „unbewusste“ Wissen bringen wir auch im Volksmund zum Ausdruck, wenn wir bei einer depressiven Verstimmung (de-pressio Druck weg) sagen, dass die Luft draußen ist, dass uns die Energie fehlt usw. Allein zu diesem Konzept könnten ganze Bücher geschrieben werden. Für den Moment mögen aber diese Ausführungen genügen.

Ein Zuviel dieser Spannung führt zur Störung und zu Krankheit. Krankheit ist ein von unserem unteren Unbewussten hervorgerufener Zustand, um unsere überschüssigen Spannungen abzubauen.

Dynamind hilft, uns selbst schneller und besser zu heilen

Die Huna-Prinzipien und Heilung

Huna wird in unserem Kulturkreis eine Denkhaltung und Philosophie genannt, die, unter anderen Namen, auf den polynesischen Inseln seit Jahrtausenden gepflegt und weitergegeben wird. Der Name Huna wurde von Max Freedom Long, einem der ersten Forscher auf diesem Gebiet, verwendet. Oftmals wird Huna übersetzt als das Geheimnis. Die wahre Bedeutung ist jedoch das Wissen um die Balance zwischen Aktivität (HU = Sonne, Chaos) und Empfangen (NA = Mond, Struktur) und dem Aufbau und Nutzen von Energie.

Aus diesem Wissen haben sich verschiedene Prinzipien herausgebildet, die ich Ihnen kurz erläutern will. Diese Prinzipien sind nicht allein auf Hawaii zu finden, sondern wurden weltweit in den unterschiedlichsten Traditionen so oder ähnlich formuliert. Sie sind hilfreich um den Prozess zu verstehen.

Den Prozess verstehen

1. Die Welt entspricht unseren Gedanken, Überzeugungen und Glaubenssätze. Diese bestimmen, was wir von der Welt wahrnehmen und wie wir uns unserem Umfeld gegenüber verhalten.
2. Es gibt keine Grenzen, außer die von uns als Kollektiv und/oder Individuum erstellten. Wir sind energetische Wesen und als solche können wir die Regeln, Bestimmungen etc. verändern. Dies betrifft speziell auch unsere Gesundheit und unsere Wahrnehmung in der Ganzheit.
3. Die Energie fließt in Richtung der Aufmerksamkeit und unsere Aufmerksamkeit folgt dem Energiefluss. Unsere Aufmerksamkeit wird beeinflusst durch unsere Vorstellungen und Erwartungen, die wiederum, dem Prinzip 1 folgend, mittels gerichteter Energie unsere Wirklichkeit entstehen lassen. Wir sind deshalb in jedem Augenblick, ob wir das wollen oder nicht, Schöpfer unserer Wirklichkeit.
4. Wahre Kraft liegt in der Gegenwart. Im Jetzt entscheiden wir, wie unsere Zukunft und unsere Vergangenheit aussehen. Nur im Jetzt haben wir die Möglichkeit, Veränderungen zu bewirken. Jetzt ist der Augenblick der Kraft, also seien Sie in der kraftvollen Gegenwart.
5. Aloha ist das Bewusstsein des Teilens der göttlichen/-universellen Energie miteinander. Es bedeutet anzuerkennen was ist und Dankbarkeit, Respekt oder Liebe dafür zu empfinden. Es bedeutet glücklich zu sein mit dem, was ist, denn nur durch dessen Akzeptanz komme ich in die Lage, etwas zu verändern. Worte wirken verstärkend.
6. Alle Kraft kommt von innen. Wir kreieren, wie bereits oben besprochen, unsere Welt durch unsere Gedanken; - nicht nur durch unsere bewussten, sondern besonders durch unsere unbewussten Gedankenmuster und Glaubenssätze. Verändern Sie also Ihr Denken, um Ihre Welt zu verändern.
7. Wirksamkeit ist der Maßstab der Wahrheit. Wir Menschen haben die Tendenz, an Dingen und Methoden festzuhalten, die einmal funktioniert haben, als wissenschaftlich bewiesen gelten oder uns von uns wichtigen Menschen empfohlen wurden. In diesem Prinzip geht es darum zu verstehen, dass wir Tausende Möglichkeiten haben und wenn eine Methode oder Technik nicht funktioniert, dies nichts über die Methode, die Person oder sonst etwas aussagt, sondern schlicht und einfach im Moment nicht funktioniert. Seien Sie flexibel und verwenden Sie eine Technik, die funktioniert.

Heilen und Heilung

1. Gesundheit ist unser natürlicher Zustand und zeigt uns an, dass sich unser Denken, Fühlen

und Handeln in einer relativen Übereinstimmung befinden. Wir fühlen uns im Fluss. Wie bereits oben ausgeführt, bedeutet das Wort OLA sowohl Gesundheit als auch fließen. Nach Ansicht der Hawaiianer besteht der Zweck des Lebens darin, sich gut zu fühlen, d.h. in Verbindung mit sich selbst und der Umwelt zu sein.

2. Energieaufbau - Anspannung - Energieabbau - Entspannung machen die Welle des Lebens aus. Widerstand gegen diese Bewegung erzeugt Stress. Ein Zuviel an Stress verursacht Krankheit und Schmerz.
3. Die Botschaft von Schmerz und Krankheit ist: "Sei aufmerksam und verändere etwas in Deinem Denken, Fühlen und/oder Handeln."
4. Die Veränderung von Verhalten verändert Erinnerungen; die Veränderung von Erinnerungen verändert Verhalten.
5. Dem Widerstand zu leisten, was uns nicht gefällt, verursacht physischen, emotionalen oder mentalen Stress. Die Annahme dessen was ist, führt uns zu entsprechenden Handlungen. Eine Verweigerung bringt uns in die Abspaltung und Trennung.
6. Wir haben eine Fülle innerer Ressourcen und eine immense Schöpfungskraft in uns. Als Teil dieses Universums können wir davon ausgehen, dass wir alle Kräfte, welche wir im außen erkennen, auch in uns tragen. Diese Kräfte unterstützen uns fortwährend in unserem Heilungsprozess, es ist ein Prozess der aktiven Liebe. Krankheiten und Störungen zeigen einen, in mehr oder weniger bestimmten Bereichen auftretenden, Mangel an Liebe auf. Auf diese Weise lehrt uns jede Krankheit, die Liebe zu uns selbst, unserem Umfeld und dem Universum zu fördern und zu wachsen.
7. Die Heilung ist wichtiger als die Methode. Krankheiten und Störungen fordern uns auf, über unsere Grenzen hinauszuwachsen und unsere Limitierungen loszulassen. Es geht darum, dogmatisches Denken immer wieder zu hinterfragen und sich flexibel auf neue Möglichkeiten einzulassen. Sehr häufig scheitert Heilung an der Frage, wie das Ziel zu erreichen ist. Die hawaiianische Tradition ist diesbezüglich sehr undogmatisch. Sie nutzen alle Mittel, die ihnen zur Verfügung stehen und probieren aus, ob es funktioniert. Das ist nicht immer einfach und kann durchaus auch einiges an Enttäuschungen beinhalten. „Das Einzige, was zählt ist, ob es funktioniert. Wenn es funktioniert, ist es HUNA.“

Nun wollen wir uns dem eigentlichen Ablauf der DynaMind-Technik widmen.

... wird fortgesetzt

Literatur

Dr. Serge Kahili King, Die Dynamind Technik, Lüchow Verlag
Dr. Serge Kahili King, Schamanische Kräfte und Sinne, Lüchow Verlag
Dr. Serge Kahili King, Instant Healing, Lüchow Verlag, 2001

Info/Contact

www.aeon.ch

Tel. +41 61 262 32 00