

DER Heilpraktiker

Fachzeitschrift für Natur- und Erfahrungsheilkunde

Mai
2024
91. Jahrgang

Nervensystem regulieren Manuelle Therapie





hnc – human neuro cybrainetics

Vorgestellt im Interview

Jasna Müller ist die Geschäftsführerin der Gemeinschaft für hnc – human neuro cybrainetics® GmbH. Sie erklärt, wieso hnc ursächlich wirkt und warum dieser Ansatz den Gesundheitsprozess nachhaltig verbessern kann.

Sehr geehrte Frau Müller, Sie sind heute hier als Vertreterin der Gemeinschaft für hnc – human neuro cybrainetics. Was ist die Grundidee von hnc?

Herzlichen Dank für die Einladung. Die Grundidee von human neuro cybrainetics – kurz hnc – lässt sich wie folgt zusammenfassen: Wir betrachten das körpereigene Nervensystem als eine wichtige, wenn nicht als die wichtigste Instanz, wenn es darum geht, den menschlichen Körper in all seinen Facetten und Funktionen vital und lebendig zu halten. Über das Nervensystem wird das Gleichgewicht aller physiologischen Körperfunktionen gesteuert. Gleichzeitig schützt es den Menschen vor Gefahren und sorgt, wie in einem perfekt orchestrierten System, für zahlreiche lebenswichtige Regulationsmechanismen. hnc zielt darauf ab, entgleiste Regelkreisläufe wiederherzustellen. Der Name setzt sich übrigens zusammen aus den Begriffen human: der Mensch, neuro: das Nervensystem, cybrainetics: über das Gehirn geschaltete Regelkreisläufe.

Wie sehen diese Regulationsmechanismen aus?

Die Evolution hat uns über tausende von Jahren zum dem gemacht, was wir heute

sind. Eine wesentliche Rolle im Rahmen des Überlebens des Menschen, kommen den folgenden drei Grundfunktionen zu:

- Flucht/ Kampf,
- Regeneration/ Verdauung,
- Reproduktion.

Diese drei Modi werden über das limbische System gesteuert. Das limbische System ist eine funktionelle Einheit im Gehirn und steuert alle Einflüsse, die von außen auf uns einwirken. Hier werden sämtliche Informationen aufgenommen, verarbeitet, mit Bestehendem verglichen und weitere Reaktionen veranlasst. All dies geschieht, je nach Reiz, vor allem außerhalb unseres bewussten Verstandes. Müsste unser Verstand alle Entscheidungen treffen, wäre er heillos überfordert.

In unserer heutigen herausfordernden Welt kommt es nun durch zahlreiche Überlastungen zu einer Dominanz des Flucht-/ Kampf-Modus. Wir fühlen uns chronisch gestresst, überlastet und in ständiger Alarmbereitschaft. Welche Konsequenz hat das? Nun, die beiden anderen überlebenswichtigen Modi wie Regeneration/ Verdauung und Reproduktion werden unterdrückt.

Daraus können sich Probleme wie Schlafstörungen, Schmerzen durch Überlastungen, Verdauungsbeschwerden etc. ergeben. Häufig das, was wir unter Zivilisationskrankheiten verstehen. Dabei sind es im Grunde genommen häufig normale biologische Programme, die aufgrund anhaltender Überforderung in ein Ungleichgewicht geraten sind.

Man kann das anhand ganz einfacher Beispiele aus der Natur beobachten: Ist der Tiger auf Beutefang, wird er nicht seinen Beutezug abbrechen, um sein „Geschäft“ zu erledigen. Verdauung wird hinten angestellt, Flucht/ Kampf dominieren, um das Überleben zu sichern. Kein Tiger ist dauernd im Kampf oder dauernd im Stress. Nach dem Kampf nimmt er sich viel Zeit zum Schlafen. Bei vielen Menschen hingegen sieht das anders aus. Somit werden die beiden anderen Funktionen gehemmt und unterdrückt.

Das klingt nachvollziehbar. Was passiert genau im Körper bei Kampf- oder Verteidigungsprozessen?

Das ist eine gute Frage. Wir beobachten regelmäßig drei Szenarien, wenn der Mensch sich angegriffen fühlt. Dieses Prinzip ist bei vielen Säugetieren zu beobachten:

- Er beißt die Zähne zusammen, um sowohl Schmerzen als auch Emotionen wegzubeißen.
- Er zieht das Steißbein – ähnlich wie ein Hund – nach innen, um die harte Hirnhaut, die sogenannte Dura Mater, festzuziehen, damit Nervenkanal und Rückenmark geschützt sind.
- Er spannt die Nackenfazien an, um im Bereich des Kopfes eine Stabilität zu erreichen. Wir sagen: „den Kopf festzurren“.

Zur Veranschaulichung: Viele Menschen beißen unbewusst insbesondere nachts die Zähne zusammen: Sie wachen morgens mit einem vollkommen verspannten Kiefer auf.



Abb. 1: hnc sieht den Patienten von Kopf bis Fuß.

Die Kaumuskulatur ist permanent überproportional angespannt. Wichtig zu erkennen ist: Der Mensch macht das nicht willentlich, sondern weil unterbewusst ein Verteidigungsprogramm aktiv ist. In einem solchen Fall wäre auch die schnell verschriebene Aufbisschiene nicht die Lösung des Problems.

Dann es geht weiter. In der Regel verbleibt das Problem nicht nur in den Kiefergelenken. Im Körper „telefonieren“ die jeweiligen Einheiten ununterbrochen miteinander. So kann eine Dysfunktion des Kiefergelenkes massive Beschwerden im Zwerchfell und/oder im Beckenboden nach sich ziehen, ja sogar zu Fehlhaltungen führen. Diese dann sichtbaren Kompensationen können wiederum zu chronischen Gelenkabnutzungen führen.

Neben dem Beispiel des Zähnezusammenbeißen ist das dauerhafte Einziehen des Steißbeins und das damit einhergehende Anspannen der Dura Mater eine weitere Schutzfunktion. Ziel auch hier ist es, Stabilität für den Notfall herzustellen. Aus der Evolution ist tief in uns verankert: „Den schwächsten holt der Säbelzahn tiger“. Für das Hier und Heute gilt jedoch, dass eine Daueranspannung keine gute Idee ist. Anhaltende Kopf- und Nackenbeschwerden können eine Folge sein. Und all das nur, weil sich der Mensch nicht sicher und geschützt fühlt, sondern ständig in einer persistierenden Verteidigungshaltung gefangen ist.

Jetzt bleibt die spannende Frage: Wie gehen Sie bei human neuro cybrainetics damit um?

Die gerade beschriebenen Funktionen sind nur ein sehr kleiner Ausschnitt eines in sich logischen und aufeinander aufbauenden Be-

handlungskonzeptes. Mithilfe des Muskel-Feedback-Testes fragen wir das Nervensystem des Patienten – nicht seinen Verstand! –, ob er im jeweils zu betrachtenden Bereich eine Auffälligkeit hat. Gibt der Testmuskel nach, weiß der hnc-Therapeut, dass eine Korrektur erforderlich ist. Die Korrekturen, die sich aus Elementen verschiedener naturheilkundlicher Techniken zusammensetzen, sollen ein Ablösen von Stressthemen aus dem Körper bewirken.

Aber es wird noch spannender. Stellt der Therapeut nun – bleiben wir im Beispiel – fest: „Verteidigungsmodus Zähnezusammenbeißen ist aktiv“, so ist das eine wichtige Information, allerdings nur die halbe Miete. Warum? Ganz einfach: Die Ursache ist nicht geklärt!

Es gilt nun herauszufinden, in welchen Situationen der Patient das Gefühl hat, in die Verteidigung gehen zu müssen. Wo liegen die Ursachen für die Ängste? Wo sind Muster entstanden, die uns belasten? Hier sind ein ausführliches Anamnesegespräch, aber auch ein vertrauensvoller, empathischer Dialog zwischen Patienten und Therapeuten während der Behandlung ein wesentlicher Faktor für den Therapieerfolg. Zum Herausfinden der Probleme machen wir uns auch hier den Muskel-Feedback-Test zum Nutzen. Somit erkennt der Therapeut, in welchen Bereichen Korrekturen erforderlich sind.

Nach der jeweiligen Korrektur ist das Ergebnis unmittelbar durch ein erneutes Nachtesten sowohl für den Patienten als auch den Therapeuten nachspürbar. Im besten Fall spürt der Patient auch eine sofortige Verbesserung der Symptomatik.

Das heißt, human neuro cybrainetics ist nicht einfach nur eine Technik, sondern geht gezielt auf die Situation und die Lebensumstände des Patienten ein?

Vollkommen richtig. Aus meiner Sicht liegt der entscheidende Vorteil bei der Therapiemethode hnc in einer ursächlichen Behandlungsweise. Im hnc gehen wir davon aus, dass der Körper sehr genau weiß, wo der Schuh drückt, man muss ihm nur die Möglichkeit geben, „sprechen“ zu dürfen. Wir dürfen das Unterbewusstsein nicht unterschätzen. Im Gegenteil: Es weiß genau, was Sache ist. An diese Informationen gelange ich mit dem Muskel-Feedback-Test. Der Mus-



Abb. 2: Die Arbeit mit hnc gleicht ein bisschen einer spannenden Detektivarbeit

kel gibt mir die für den Patienten richtige Antwort.

Ursachen für Stress müssen übrigens nicht immer nur emotionale Einflüsse sein. Dies können genauso Unfälle, Stürze, Vergiftungen, Nahrungsmittel, Medikamente oder sonstige Noxen sein. Es kann auch sein, dass es sich gar nicht um „giftige“ Stoffe handelt, sondern der Körper sie nur als solche betrachtet. Die Arbeit mit hnc gleicht somit ein bisschen einer spannenden Detektivarbeit, um die tatsächlichen Ursachen des Symptoms zu erkennen und den Körper darauf zu entstressen. Eines ist mir in meiner langen Erfahrung klar geworden: Der Körper vergisst nichts, der Verstand zum Glück eine ganze Menge!

Welche Therapieformen sind bei der Entwicklung von hnc mit eingeflossen?

Die hnc-Therapie setzt sich aus naturheilkundlichen manuellen Techniken zusammen. Es kommen Elementen der Osteopathie, der Cranio-Sacral-Therapie, der traditionellen chinesischen Medizin und der Kinesiologie zur Anwendung. Jahrtausende alte Techniken, die sich vielfach bewährt haben, wurden im hnc zu einem synergistischen System zusammengeführt. Die Ursprünge hierfür legte bereits Dr. Carl Ferreri Anfang der 80er Jahre.

Wer war Dr. Carl Ferreri?

Dr. Carl Ferreri, ein amerikanischer Chiropraktiker und Mitbegründer der kinesiologischen Bewegung in den 80er Jahren, entwickelte die Behandlungsmethode N.O.T (Neural Organization Technique). Er widersprach damit dem Selbstverständnis vieler seiner Chiropraktiker-Kollegen, da er die Auffassung vertrat, dass der Mensch durch die sanfte und zielgerichtete Regulation dieser körpereigenen Kreisläufe in eine langfristige Heilung gelangen kann. Zwei seiner damaligen Schüler Clemens Künstner und Ruth Schwarz entwickelten mit seiner Zustimmung in den 90er Jahren daraus die

Grundlagen von hnc, die seit 1999 vor allem von Clemens Künstner aber auch von Andreas Keßler und Ute Wolter unterrichtet wurden. Clemens Künstner hat hnc maßgeblich geprägt und kontinuierlich weiterentwickelt.

Wo sehen Sie den therapeutischen Schwerpunkt von hnc? Wo liegen die Grenzen?

hnc ist eine manuelle Behandlungsmethode. Die einzelnen Korrekturprotokolle in ihrer Gesamtheit ähneln einem Werkzeugkofferchen, aus dem sich der Therapeut bedienen kann.

Die Methode hnc kann bei vielen Erkrankungen zum Einsatz kommen. Hier nur einige Beispiele: orthopädische Beschwerden wie Bandscheibenvorfälle, Allergien, Kopfschmerzen, Migräne, aber auch bei denen, in den vergangenen Jahren verstärkt auftretenden Erkrankungen wie CFS (Chronisches Fatigue Syndrom), Burnout oder Autoimmunerkrankungen. Spätestens bei Erkrankungen, bei denen der Patient mit einer klassischen „Symptomverwaltung“ unzufrieden ist, ist es eine gute Idee, über den Behandlungsansatz mit hnc nachzudenken. Auch bei Lern- und Wahrnehmungsstörungen haben wir buchstäblich lebensverändernde Resultate bei unseren Patienten beobachtet, und das im positivsten Sinne.

Grenzen sehe ich neben den Vorgaben des Infektionsschutzgesetzes persönlich da, wo es sich um akute Notfälle oder lebensbedrohliche Erkrankungen handelt. Hier sollte grundsätzlich ein Arzt konsultiert und hnc in der Begleitung angewandt werden.

Wie kann man hnc lernen? Sollte man für eine Ausbildung Vorkenntnisse mitbringen?

Die Ausbildung zum hnc-Therapeuten oder hnc-Anwender ist möglich. Sie umfasst sieben Kurseinheiten: drei Basic-Kurse und vier Advanced-Kurse. Die sieben Module strecken sich über einen Zeitraum von ungefähr einem Jahr. Medizinische Vorkenntnisse erleichtern das Lernen selbstverständlich, wir sehen aber auch, dass viele Kollegen und Kolleginnen auf dem zweiten Bildungsweg zu geschätzten Behandlern werden. Aktuell sind im deutschsprachigen Raum ca. 400 Therapeuten, das heißt Ärzte und Heilpraktiker tätig. Mehr als 600 hnc-Anwender arbeiten in den Bereichen Coaching, Prophylaxe und Gesundheitsberatung. Nach der Ausbildung stehen unseren hnc-lern zahlreiche Weiterbildungs- und Vertiefungsmöglichkeiten zur Verfügung.

Ganz wichtig ist aus unserer Sicht auch das Selbstverständnis des Behandlers. Nicht er oder sie ist der „Heiler“. Vielmehr erfolgt die Heilung durch das „Wunder Mensch“ im Patienten selbst. Wir Therapeuten sind nur die Impulsgeber.

Wofür steht die Gemeinschaft für hnc?

Die Gemeinschaft für hnc – human neuro cybrainetics wurde im Jahr 2019 nach dem unerwarteten Tod von Clemens Künstner gegründet. Ihr Ziel ist es, diese sanfte und ursachenbezogene Behandlungsmethode vielen Menschen im Bereich der Naturheilkunde zugänglich zu machen. hnc existiert seit 1999 und bewährt sich seitdem täglich in den Praxen unserer Therapeuten. Seit 2020 ist es nun durch neue Instruktorinnen auf eine breite Basis gestellt worden, sodass die Ausbildung von Hamburg bis ins Allgäu möglich ist. Als Geschäftsführerin und selbst Ausbilderin im Raum Frankfurt/Main mache ich mich für diese Aufgabe jeden Tag aufs Neue stark.

Das Interview führte Elfi Rodatos

Keywords: Cranio-Sacral-Therapie, hnc, Kinesiologie, Muskel-Feedback-Test, Nervensystem, Osteopathie, Stress, TCM



Jasna Müller

Jasna Müller ist Heilpraktikerin und hnc-Therapeutin in eigener Praxis. Neben Ihrem Engagement als Geschäftsführerin der Gemeinschaft für hnc – human neuro cybrainetics® Gmbh ist sie auch als hnc-Ausbilderin im Raum Rhein-Main tätig.

Kontakt:

Gemeinschaft für hnc –
human neuro cybrainetics® Gmbh
Ahorrring 36a
61191 Rosbach
06003/8266123
kontakt@cybrainetics.de
www.cybrainetics.de