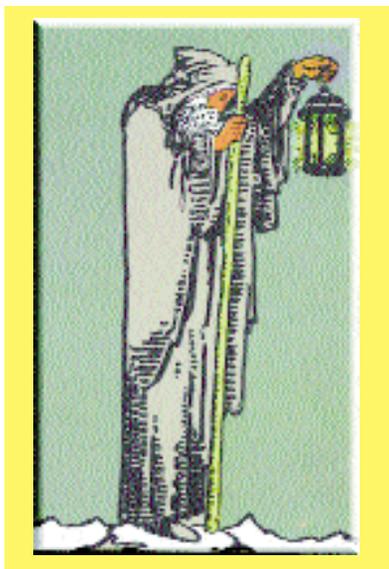


Der Heilige und das ewige Licht



Dunkler Raum - Klientin wird aufgefordert, das Licht einzuschalten. Sie erkennt ein Keller-gewölbe, schwarze Wände, grauer Fußboden, nichts Auffälliges ist im Raum, es riecht muffig. Der Therapeut schickt einen Boten vorbei und spielt das Geräusch von sich nähernden Schritten ein - Es taucht wieder ein Heiliger auf, den die Klientin schon aus einer früheren Sitzung kennt. Sie begrüßt ihn. - Der Therapeut fordert sie auf, sich von dem Boten eine Botschaft geben zu lassen. Der Bote reagiert sehr uneindeutig. Sie fragt ihn, ob er bereit ist, ihr etwas zu zeigen, was mit ihren Zahnproblemen zusammenhängt. Der Bote nickt und nimmt sie mit in eine Höhle. Sie kommen schließlich an einen unterirdischen See mit einer Brücke.

KI: In diesem See liegt ein zusammengerolltes Knäuel, das hat helle Sachen an. ... Das möchte ich nicht anschauen, das ist mir unheimlich. Der lebt nicht mehr.

Sie fragt die Gestalt, wo sie herkommt und was da passiert ist. Es handelt sich um ein Kind, das verbotenerweise in diese Höhle gegangen war und in dem See ertrunken ist. Der Therapeut fordert die Klientin auf, in diese Zeit zurückzugehen, wo das passiert ist. Daraufhin sieht sie sich durch die Höhle laufen mit einer Kerze in der Hand. Sie ist dieses Kind und ihr ist wieder unheimlich zumute. Sie verspürt aber auch Neugierde, Abenteuerlust, möchte was erleben, vermutet, daß hier vielleicht ein Schatz vergraben sein könnte. Schließlich erlischt die Kerze und es ist vollkommen dunkel in der Höhle. Sie tastet sich an den Wänden entlang und rutscht immer wieder aus.

KI: Wie komme ich da jetzt wieder raus? ...Ich komme nicht mehr raus, denn das ist wie ein Labyrinth und ich weiß gar nicht mehr, wo ich hergekommen bin. ... Ich habe das Gefühl, ich komme immer tiefer rein. Ich hab das Gefühl, das kann ich vergessen - da komme ich nicht mehr raus. - Die Klientin bestätigt, daß sie dieses Gefühl der Ausweglosigkeit auch aus ihrem jetzigen Leben kennt. Der Therapeut fordert sie auf, ganz in dieses Gefühl hineinzugehen. Sie irrt durch die Höhle und ruft nach Hilfe, aber es erscheint zwecklos - tiefes Seufzen - Therapeut legt zur Unterstützung seine Hand auf den Solar-Plexus der Klientin. - Der Weg wird immer beschwerlicher, da ist so Geröll, alles ist so glitschig. ... Immer, wenn ich denke, da ist Licht, das ist der Ausgang, dann ist es nur ein kleiner Spalt, der von oben Licht reinläßt.

Th: Wo spürst du diese Ausweglosigkeit in deinem Körper? Wo ist das Gefühl zuhause?

Innere autonome Instanzen helfen auf der „Heldenreise“ der Klientin, ihre abgespaltenen Bewußtseinsanteile und unverarbeiteten Erlebnisse aufzudecken. Manchmal verweigern sie Hilfe, damit Persönlichkeitswachstum direkter möglich wird. 3. Session:

KI: Da im Hals, da ist so eine Enge (atmet schwer). Ich setz mich jetzt hin und denk nach. Irgendwie hab ich schon resigniert.

Th: Atme ein bisschen mehr - Klientin atmet intensiv.

KI: Ich rufe immer: Wie komme ich da raus? Helft mir, wie komme ich da raus?! ... Und jetzt kommt wieder dieser komische Heilige mit so einer Bergmanns-lampe. (atmet erleichtert auf) Ja, Gott sei Dank, jetzt wird es wieder heller. Das ist gut. (atmet heftig) der soll mir da raus-helfen. ... Ja, jetzt danke ich ihm, daß er gekommen ist, mit seiner Lampe. Diese Lampe kann nie mehr ausgehen. Die brennt immer (sehr erleichtert) Jetzt kann nichts mehr passieren. Jetzt bring ich dich da raus - sagt er. Er weiß den Weg.

Th: Fordere ihn mal auf, er soll dir sagen, wofür dieses Licht steht, dieses ewige Licht.

KI: Er sagt: Das Licht steht für die Ewigkeit, es gibt kein Ende. Anfang ist Ende, Ende ist Anfang.

Der Heilige bringt sie hinaus. Der Weg dorthin ist sehr kurz und sie erkennt, daß sie scheinbar gar nicht weit vom Ausgang entfernt war.

KI: Das paßt genau - Immer kurz bevor die Tür ganz auf ist, mach ich sie zu. (lacht) Das ist nicht zu fassen, unglaublich.

Die Klientin landet auf einer wunderschönen Wiese und atmet erleichtert auf.



Der Heilige hat für sie die Botschaft, daß sie erkennen soll, daß sie immer kurz vor dem Ziel aufgibt. Der Therapeut fordert sie auf, in eine Situation aus ihrem realen Leben zu gehen, die damit sehr eng zusammenhängt. Die Klientin meint:

KI: Ach, das ist schon immer so gewesen, das haben mir auch Freunde schon gesagt. Ich sag' mir immer, ich schaff' das eh nicht. Andere schaffen das vielleicht, aber ich nicht. Das hängt so mit meinen Zweifeln zusammen und meinem inneren Selbstwert. ... Ich kann das nicht schaffen - das Gefühl hab ich eigentlich oft und da möchte ich raus.

Der Therapeut fordert sie erneut auf, in eine konkrete Situation aus ihrem realen Leben, wo es ihr so gegangen ist, einzutauchen und den

Heiligen dabei mitzunehmen. Die Klientin bekommt kein Bild mehr dazu.

Th: Mach folgendes jetzt: Stell dir eine große weiße Wand vor und schreibe diesen Satz da drauf - groß, sichtbar, gut lesbar: Ich schaffe das nicht!

KI: (total verblüfft) Das „nicht“ paßt schon gar nicht mehr drauf. Das ist ja nicht zu fassen! Die Wand geht nur soweit bis „Ich schaffe das“. Das gibt es ja nicht. Ich will sie erweitern, aber das geht gar nicht, die rutscht immer wieder weg.

Th: Ja, toll, ich hätte dir jetzt den Vorschlag gemacht, diesen Satz drauf zu schreiben und ihn dann zu löschen, indem du ihn mit weißer Farbe übermalst. Aber in deinem Unterbewußtsein gibt es diesen Satz schon nicht mehr. Der ist schon gelöscht, er hat sich von selbst aufgelöst. Das ist ein Zeichen dafür, daß dieses System gekippt ist, d.h. der Inhalt dieses Satzes kann dich nicht mehr hemmen und beeinflussen.

KI: Ja, da ist ein riesen schwarzer Rand und irgendwie kann ich da - das geht nicht - also, ich schau noch mal, nein das geht nicht. Also, ich probier's jetzt noch mal ... Also, jetzt hab ich versucht, auf den schwarzen Rand zu schreiben und, also es ginge schon noch, aber es sind ganz winzige Buchstaben. Die sind viel kleiner. Also, es ist schon noch da, auf dem Rand, dieses „nicht“, aber es ist so winzig.

Th: Das heißt, dieser Satz ist noch nicht vollkommen weg, aber vom Stellenwert her an den Rand gerückt und ganz winzig von der Bedeutung. Dann nimmst du jetzt diese weiße Farbe und übermalst den Rand, damit er ganz gelöscht ist. Und schau mal, ob's geht.

KI: Das ist interessant. Links der Rand ist gleich weiß alles, das ist überhaupt kein Problem. Aber je weiter ich nach rechts komme, desto mehr kommt dieses schwarz wieder durch. ... Ja, da muß ich öfter drübermalen. Da brauche ich noch ein bisschen mehr Farbe. ... So, jetzt wird es langsam. Also, der obere und der untere Rand, die sind schon ganz gut. Ach, und die Farbe wird von selbst immer mehr im Eimer.

Th: Aber schau mal, daran kannst du sehen, wie autonom dein Unterbewußtsein ist.

KI: Ja, unglaublich....Also, die letzte Ecke, die hängt noch ein bisschen. Mensch, die ist hartnäckig.

An diesem Aspekt ist der Unterschied zu Visualisierungstherapien deutlich. Man darf Bilder nicht einfach übermalen, das wäre wie „Positiv Denken“. Die „Ecke“ will wahr- und ernst genommen werden und ist wie ein Symptom: ein wichtiger Hinweisgeber!

Th: Also, wenn es nicht geht, dann laß dir von der Ecke zeigen, warum es nicht geht. Dann mußt du erst noch was auflösen, heißt das ja auch. Sprich sie mal direkt an. Sie soll es dir zeigen in Form von Bildern, Erinnerungen oder was auch immer, damit du es dir anschauen und es dann auflösen kannst. Schau mal, was sofort auftaucht.

Die Klientin sieht einen See, in dem ein Kind ertrinkt.

KI: Es schreit und schreit und schreit nach Hilfe.

Und ich kann nichts machen. Ich will den Jungen retten, aber ich hab Angst, ich schaffe das nicht. Ich fühle mich wieder so ohnmächtig. Ich habe auch Angst vor dem Wasser.

Th: Sag das dem Wasser

KI: Ich hab Angst vor dir, Wasser, große Angst. Ich wollte als Kind schon immer nicht zum Schwimmunterricht, da hab ich mir immer ein Attest geholt. Warum passiert das jetzt gerade mir?

Die Klientin teilt dem Jungen ihre Ängste mit. Er sagt ihr, daß er genauso diese Angst hat, wie sie und daß er auch nicht weiß, warum gerade er jetzt ertrinken muß.

KI: Ich hab Angst, daß du mich auch da runterziehst. Der Junge sagt - ja, das könnte passieren.

Der Therapeut fordert sie auf, den Heiligen herbeizurufen und um Rat zu fragen. Der Heilige aber schüttelt den Kopf und meint, sie müsse es selbst finden. Der Therapeut gibt daraufhin folgende Hilfestellung:

Th: Wenn du eine Qualität, wie z. B. Mut oder Selbstvertrauen bräuchtest, dann sag mir mal, welche Farbe wäre das?

Die Klientin antwortet: „Gelb“. Daraufhin gibt der Therapeut die Anweisung, daß sie sich diese Farbe aus dem Universum in ihr Scheitelchakra einfließen lassen soll, durch ihren Körper hindurch, und zwar so lange, bis die Farbe von selbst aufhört zu fließen. Musik wird eingespielt.

KI: (seufzt) Ach, ich brauch das tonnenweise. Das füllt sich von unten nach oben langsam auf. Mhm, jetzt bin ich voll.

Die Klientin schwimmt daraufhin zu dem Jungen hin, er hängt sich sofort an sie und die beiden schwimmen zurück. Die Entfernung des Jungen war wesentlich kürzer, als die Klientin befürchtet hatte.

KI: Das gibt es ja nicht, da ist ja gar kein Wasser mehr im See. Ich hab gedacht, ich muß kilometerweit schwimmen, und dabei bin ich schon da.

Der Junge wirkt sehr leblos und sie entschließt sich, Mund-zu-Mund-Beatmung zu machen. Während sie das tut, kommen Erinnerungen hoch, an den plötzlichen Kindstod eines kleinen Jungen, den sie während eines Nachtdienstes auch von Mund zu Mund beatmet hatte, obwohl sie bereits gewußt hatte, daß er schon tot war. Sie hatte damit nur den Eltern demonstrieren wollen, daß sie alles versucht hatte. Sie redet mit dem Jungen und fängt dabei an zu weinen. Das Baby sagt zu ihr: Du mußt doch gar nichts tun. Ich bin ja schon tot. Die Klientin bekommt starke Rückenschmerzen (unter denen sie schon längere Zeit leidet), nachdem dieses Baby ihr sagt, daß es gerade in ihrem Nachtdienst gestorben ist, weil es sie mit dem Thema Tod konfrontieren wollte.

KI: Jetzt bin ich an meinem Thema.

Th: Frag den Rücken mal, was er dir zu sagen hat.

KI: Der Rücken sagt, daß ich endlich mit dem Thema „Tod“ abschließen soll.

Sie redet nochmal mit dem Baby und der Mutter des toten Babys und drückt dabei alles aus, was sie damals runtergeschluckt hat. Im Laufe des Gesprächs sagt das Baby, es wollte durch seinen Tod seine Mutter aufwecken, damit sie in Zukunft mehr auf sich aufpaßt.

KI: Ich hab jetzt das Gefühl, das gilt ja auch für mich? Das Baby nickt. Ja, das Kind hat mir mit seinem Tod die Botschaft gebracht, daß ich auf mich aufpassen soll. Und es sagt, ich sollte mit dem Thema Tod einfach konfrontiert werden.

Ja, und indem das Kind jetzt zu mir gesprochen hat, lebt es jetzt ja in mir. (atmet erleichtert)

Th: Dadurch, daß es in dir spricht, ist diese Struktur in dir wieder lebendig. Dein Energiefluß ist an dieser Stelle nicht mehr blockiert.

Der Therapeut schickt die Klientin nochmal in das Anfangsbild der Höhle mit dem ertrunkenen Kind im See.

KI: Also, das ist komisch. Als wir hinkamen, lag das Kind noch so drin und dann ist es auf einmal aufgestanden und jetzt steht es im Wasser.

Th: Ja, du hast es erlöst und dementsprechend ist das Bild auch erlöst, also wieder lebendig. Die Klientin tauscht sich nochmal mit diesem Kind aus. Das Kind lacht und die beiden umarmen sich. - Musik wird eingespielt - Der Therapeut macht den Vorschlag, auch das andere Baby mit hinzu zu holen.

KI: Ja, ich komme jetzt wieder da hin in das Zimmer, wo es gelegen hat und da war ja die Decke über dem Kopf - also so hat mir das die Mutter erzählt - und war erstickt. Und jetzt seh ich da auch das Kind unter der Decke, aber es schreit. Und jetzt kann ich die Decke wegnehmen und es lebt.

Die Klientin ist sehr erleichtert. Daraufhin fordert sie der Therapeut auf, den Heiligen, der sie ja zu all diesen Ereignissen geführt hatte, herbeizuholen. Sie fragt ihn:

KI: Ist es das, was ich lernen sollte? Daß ich die Toten in mir wieder erwecke - oder daß ich sehe, sie sind gar nicht tot, sie leben? ... Ja, er nickt.

Th: Das heißt, das Licht brennt ewig, es läßt sich alles wieder lebendig machen, auch in dir? - Ja, dann guck jetzt nochmal auf deine Mauer. Hat sich da was verändert?

KI: Ja, jetzt seh ich die Schrift „Ich schaffe das“. Und ich sehe einen weißen Rand und das „nicht“ ist weg. ... Nur an den Ecken kommt es immer noch so ein bisschen dunkel durch.

Der Therapeut fordert die Klientin wieder auf, die Ecken anzusprechen und sie zu fragen, was sie wollen, was sie damit sagen oder zeigen möchten. Daraufhin kommt nochmal ein Bild aus einer vorhergehenden Sitzung. In diesem Bild hatte sie bereits 4 Kinder, die an der Pest gestorben waren, wieder aufgeweckt. Eines von denen war allerdings nur so halb aufgestanden. Dieses eine Kind taucht jetzt wieder auf. Sie geht jetzt zu dem Kind und spricht es nochmal an. Das Kind sagt, es sei zu schwach, um wieder ganz lebendig zu werden.

KI: Es sagt, seine Kraft ist durch die Krankheit weg. ... Also, ich hab jetzt auch das Gefühl, daß mir das ewige Nachdenken über meine Krankheit - die so schlimm ja gar nicht ist - auch so die Kraft geraubt hat. Meine Mama und meine Oma haben das auch schon gehabt und ich hab so das Gefühl, ich muß das jetzt endlich erlösen.

Der Therapeut fordert die Klientin auf, dieses Kind zu fragen, was dieses Thema ist, das sich bereits bei der Mutter und bei der Großmutter gezeigt hat.

KI: Was ist denn dieses Thema, das in den Zähnen und im Kiefer steckt und das schon von meiner Großmutter kommt? ... Der kann's mir nicht mehr sagen, der ist zu kraftlos.

Der Therapeut fragt die Klientin, was dieser Junge braucht und welche Farbe das wäre. Der Junge braucht Kraft, aber Farbe will er nicht haben, sondern eine Spritze. Klientin lacht und meint: kein Wunder, denn sie ist ja Ärztin. Sie gibt ihm die Spritze, wodurch der Junge langsam zu sich kommt, Farbe bekommt. Sie gibt ihm noch eine zweite Spritze.

KI: Ja, da spürt man jetzt richtig, wie Bewegung reinkommt ... Ja, der springt jetzt auf! (atmet tief durch) Ja, das ist befreiend.

Der Junge bedankt sich bei der Klientin und umarmt sie.

KI: Oh, der drückt mich so fest, ich krieg kaum mehr Luft. (atmet tief durch) Ach, ist das gut! ... Der hört ja gar nicht mehr auf.

Musik wird eingespielt. Die Hände der Klientin fangen an, zu kribbeln. Sie fängt zu weinen an. Da taucht ihr Mann auf und sie sagt ihm, daß sie keinen richtigen Zugang zu ihm findet, sich ihm nicht richtig öffnen konnte bisher, weil sie immer noch zu sehr an ihrem ersten Mann hängt. Die Klientin verspürt Schuldgefühle und der gesamte Körper fängt daraufhin zu kribbeln an. Der Therapeut fordert sie auf, beide Männer da sein zu lassen und sich dann bewußt zwischen den beiden zu entscheiden. Das Kribbeln bei der Klientin verstärkt sich. Es zieht sie zu ihrem jetzigen Mann, den sie auch lebendiger und plastischer wahrnehmen kann.

Th: Spür mal, ob du bereit bist, von deinem früheren Mann bewußt Abschied zu nehmen, ihn jetzt loszulassen.

KI: Ja ... und er nickt und sagt, wir sehen uns ja eh wieder. (lacht und atmet erleichtert auf)

Die beiden verabschieden sich. Tiefes Durchatmen der Klientin. Musik wird eingespielt. Die Klientin weint. Sie sieht ihren Mann, wie er sich in einen Hubschrauber setzt - Fliegen war sein Leben.

KI: Aber irgendwie geht es nicht, der Hubschrauber fliegt nicht hoch.

Sie läßt sich eine bestimmte Farbe zum leichteren Loslassen einlaufen, doch dies hilft nicht. Ihr Mann schüttelt den Kopf. Die Klientin nimmt wahr, daß ihr Mann kein Problem damit hat, er ist bereit zu gehen. Der Klientin wird heiß. Sie nimmt wahr, daß es nur noch um die bewußte Entscheidung geht. Der Therapeut gibt der Klientin die Anweisung, sich einen Knopf vorzustellen, auf den sie nur noch drücken muß, aber dieser Knopf springt immer wieder raus. Die Klientin drückt dauerhaft auf den Knopf - Hubschrauberstartgeräusch wird eingespielt - Ihr Mann sagt daraufhin zu ihr: Siehst du, jetzt hast du es doch geschafft. Die Hubschrauberflügel drehen sich nicht schnell genug und die Klientin bekommt das Gefühl, als müßte sie zur Unterstützung in die Propeller blasen. Sie tut es. Ihr Mann ruft ihr zu, sie solle kräftiger blasen, aber die Klientin hat das Gefühl, sie kann ihn nicht wegfliegen lassen, weil sie zu eng dran steht. Sie sagt, dieses Gefühl der Enge zieht sich durch ihr ganzes Leben - Kindheitserinnerungen kommen hoch. Diese wurden in der darauffolgenden Session aufgearbeitet, woraufhin der Hubschrauber von alleine wegfliegt, was sie als sehr schön und befreiend erlebt.

Dieser dritten Sitzung folgte noch eine vierte. Die Klientin war sehr begeistert von dieser Arbeit. Sie weiß aus jahrelanger Erfahrung in der Arbeit mit Kranken und speziell Krebspatienten (sie ist Ärztin), wie wichtig es ist, eine Methode an die Hand zu kriegen, mit der man die hinter der Krankheit liegenden Konflikte auflösen kann. Sie möchte die Ausbildung machen, um ihren Patienten effektiv helfen zu können.

