

Supervisions-Sitzung Gaby Oberbauer

Berufsausbildung B 5 - 64

“Das innere Feuer” (Prüfungsangst)

Die Klientin ist bei ihrer Heilpraktikerprüfung durchgefallen und möchte dieses Thema bearbeiten, um das nächste Mal gestärkt in die Situation gehen zu können. In der Sitzung geht sie noch einmal in das traumatische Erlebnis und nimmt wahr, dass sie aufgrund ihres geringen Selbstwertgefühles und der starken inneren Unsicherheit all ihre Gefühle abgeschnitten und sich allein mit ihrem Verstand der Prüfungssituation gestellt hat. Genauso haben auch die beiden Prüfer reagiert - mit rein rationalen Bewertungen und Beurteilungen, was die Verunsicherung der Klientin natürlich noch mehr verstärkte. Die Klientin bearbeitet ihre innere Sicherheit und trainiert in einer Zukunftsvision für die nächste Heilpraktikerprüfung. Sie verbrennt in ihren inneren Bildern ihre massiven Gedankenmuster von Selbstzweifel und Unsicherheit, sowie sinnbildlich auch ihre beiden letzten Prüfer. Daraufhin ist sie in der Lage, nicht nur mit dem Verstand, sondern auch mit ihrem Herzen in die Prüfungssituation zu gehen.

Vorwort:

Die Klientin hatte mehrere Sitzungen bei Fr. Oberbauer und jeweils die Kassettenaufzeichnungen mit nach Hause genommen. Die Klientin suchte nach ihrem eigenen Ermessen eine Sitzung aus – die ihr am besten gefiel - und schrieb diese für Fr. Oberbauer ab (PC). Fr. Oberbauer fügte dann noch die Einleitung und die Bemerkungen (blaue Kursivschrift) hinzu.

In der Tiefenentspannung geht die Klientin eine Treppe zu einem Gang hinunter. Die Treppe erleichtert auf der symbolischen Ebenen den Zugang zu ihrer Innenwelt.

Th: Stehst du jetzt in einem Gang?

Kl: Eine Grotte ist da.

Th: Eine Grotte?

Kl: Mehr eine Grotte, als ein Gang.

Th: Schau dich einmal um, was siehst du?

Kl: ... Im Moment sehe ich wenig ich sehe nur eine Luke nach oben, wo ein bisschen Tageslicht durchscheint ... eine kleine Öffnung.

Th: Frag mal, ob dies bereits das Thema ist, das du heute bearbeiten möchtest ?

Kl: Mhh

Th: Sprich mit dem Raum, frag ihn: Raum, hast du mir etwas zu sagen?

Kl: Also, es kommt jetzt nur, dass es irgendwie eine Wurzel von mir ist- einfach ein Ausgangspunkt von etwas, das auch tief in mir ist. - Soweit fühle ich mich hier auch ein Stückweit geborgen.

Th: Das ist ein Stück Wurzel von dir?

Kl: Ja.

Th: Dann frag mal die Wurzel, was sie dir zeigen will!

Kl: Das ist jetzt Ruhe und ... Frieden, Geborgenheit, eine friedliche Atmosphäre - einfach so.

Th: Spür mal diese Atmosphäre

Kl: Ja.

Th: Wie ist das?

Kl: Ja, das ist schön. ...ich spüre das noch mal nach, tu das noch mal so richtig einatmen

Th: Ja, atme es ein, bis tief in deine Wurzeln ... Ruhe, Frieden und Geborgenheit.

Bevor die Klientin weitergeht ist es hier wichtig, dass sie diese Qualitäten in sich aufnehmen und spüren konnte.

Kl: ...ja, und von da aus kann ich mich jetzt auch auf den Weg machen.

Th: Hast du das Gefühl, dass das jetzt ok ist?

Kl: Ja - das Ganze ist jetzt noch größer geworden.

Th: Die Grotte?

Kl: Ja, und es kommt jetzt ein bisschen goldenes Licht herein - von unten - und es steht eine Bank da, auf die ich mich setzen kann. Der Raum ist wirklich viel größer geworden.

Th: Wofür steht die Bank?

Kl: Es ist ein Platz, wo ich mich ausruhen kann.

Th: Ja, dann mach das doch mal, schau mal, was dann passiert.

Kl: Dann setze ich mich mal drauf- ich bin richtig klein, in dem riesigen Raum.

Hier hätte ich auch auf das „klein sein“ eingehen können, wollte aber erst Ihr fehlendes Selbstwertgefühl mehr aufbauen.

Th: Nimm den Raum noch mal wahr, spür ihn in dir.

Kl: Dieser große Raum, den ich da wahrnehme, ich sehe ihn im Moment immer noch mehr von der Seite. - Ich sehe ihn noch nicht aus der Position, in der ich sitze. Ist das der Raum, der auch in mir ist?

Th: Frag ihn das, sprich direkt mit dem Raum!

Kl: Stehst du mir zur Verfügung, du großer Raum, bist du auch in mir? Heißt das, dass ich dich einfach wahrnehmen kann, wenn ich das nur möchte? Dass du sowieso in mir bist? Ja, das ist so, ich brauche mich nur darauf konzentrieren und der kann auch noch viel größer werden, wenn ich das nur will und in mir aufnehme.

Th: Aha, und kannst du ihn denn jetzt noch einmal so richtig in dir aufnehmen?

Kl: ja

Th: Dann frag doch mal den Raum, ob du den auch in die Außenwelt mitnehmen kannst? Du kannst ihn auch in dir verankern.

Kl: Ich möchte, dass du, Raum, ganz in mir drinnen bist, und dass ich dich mitnehmen kann, wo auch immer ich bin. (Klientin spürt länger in sich rein)

Ich habe auch mal geschaut, was passiert, wenn der Raum dann noch größer wird, und da sehe ich ein Stückchen Nachthimmel mit Sternen.

Th: Und was zeigt dir der Nachthimmel mit Sternen?

Kl: Es ist immer noch nach wie vor dieses Geborgensein, dieses im Raum „Drinnen sein“, aber gleichzeitig auch dies „Geöffnet sein“ zum Universellen.

Th: Ja schön.

Kl: Es ist aber nur ein Stückchen Himmel, der Großteil ist immer noch der Raum.

Th: Dann ist also in diesem Raum ein Stückchen Himmel, der zum Kosmos führt?

Kl: ... Jetzt habe ich gedacht, ob ich vielleicht mal ganz in den Kosmos gucke, aber es hält mich etwas zurück.

Th: Was hält dich denn zurück?

Kl: Naja, in dem Raum habe ich immerhin eine Geborgenheit und ich weiß, dass ich da auch nichts ausgesetzt bin.

Die Klientin zeigt hier bereits die Tendenz, möglichst nicht weiter zu gehen und die Geborgenheit, die Sicherheit möglichst nicht zu verlassen.

Th: Er bietet dir also auch Schutz?

KI: Ja, Schutz. - Ich kann ja mal fragen, wann ich den Himmel noch mehr sehen werde, wann ich dieses Himmelsbild noch offener sehen kann.

...- also, das hängt mit meinen eigenen Grenzen noch zusammen, vielleicht auch, dass ich einfach Begrenzungen und auch wieder den Verstand hinter mir lasse. Ich kann ja mal versuchen, ob ich trotzdem da hinkommen kann.

Th: Du möchtest es also, aber irgend etwas begrenzt dich.

KI: Ja. ... Ich sehe jetzt eine lange Röhre.

Th: Ah ja, du bleibst also in deinem Raum, in dem geborgenen, geschützten Raum, und schaust durch die Röhre.

KI: Eine Röhre, durch die man durchgehen kann und die dann zum Kosmos führt.

Th: Und da gehst du durch?

KI: Ich bin schon drin.

Th: Gut.

KI: Aber ich glaube, ich gehe jetzt noch nicht weiter (sie lacht).

Mit dieser Art von Lachen überspielt sie ihre Unsicherheit

Th: Und was hindert dich jetzt daran, weiterzugehen?

KI: Ich glaube, ich muss das noch besser vorbereiten.

Th: Wer sagt das, „du musst das besser vorbereiten“?

KI: Ich sag das.

Th: Kennst du auch den Satz irgendwoher: „Du musst etwas besser vorbereiten“

KI: Mh, ..., ja, das sage ich mir ziemlich oft.

Th: Und was passiert dann?

KI: Also manchmal lädt es mir einfach Zwänge auf, vor allem auch, wie ich es dann vorbereite, verbaut mir auch manchmal etwas, dass ich dann eben nicht so offen und spontan bin oder dass ich dann nur in meine eigene Vorstellung reingehe und nicht einfach nur auf das gucke, was wirklich da ist. - Und manchmal ist es aber auch so, dass, wenn ich mich auf die Vorbereitung konzentriere, dass es dann auch besonders schön danach abläuft.

Th: Wann ist es gut, wenn du dich vorbereitest? Lass mal eine Situation da sein.

KI: Ich kann nicht in die Prüfung gehen, ohne vorbereitet zu sein, auch innerlich. Dann bringe ich zu sehr - das denke ich jedenfalls - dann bringe ich zu sehr meine Persönlichkeit, mein Ego mit ein. Das ist, wie wenn ich dann etwas vermischen würde...

Th: Sagt das der Verstand?

KI: Das sagt der Verstand, ja.

Th: Was sagt das Gefühl dazu?

KI: (zögernd) Gefühl, was sagst du mir dazu? Es stimmt nicht ganz, wie ich das so ausdrücke, denn ich kann mich nicht nur mit dem Verstand darauf vorbereiten und dann reingehen und die anderen Teile von mir draußen lassen. Ich bin immer so wie ich bin ganz da.

Th: Verstehst du das – wenn ja kannst du mir das näher erklären?

KI: Mir kommt jetzt die Situation von der letzten Prüfung. Da habe ich mich auch in einer gewissen Weise darauf vorbereitet, aber ich habe auch versucht, einen Teil von mir draußen zu lassen. Das ist, wie wenn ich da auch nicht ganz ehrlich bin. Ja, wenn ich einen Teil von mir einfach abschneide.

(Klientin schluckt)

Th: Was schluckst du jetzt da runter?

KI: (sehr leise) ... mit dem Verstand an die Dinge rangehen und denken, dass der Andere mich in einer gewissen Weise akzeptiert oder schätzt, wenn ich mich in einer gewissen Weise verhalte ...

Th: ...das sagt der Verstand...

KI: ...ja...

Th: Gut, geh noch einmal in die Prüfung rein und nimm das Gefühl mit. Lass noch einmal die Prüferin, Frau D. da sein, und geh in den Prüfungsraum rein.

Kl: Also, ich fühle mich da nicht wohl und die Frau ist mir auch nicht sonderlich sympathisch.

Th: Sag ihr das! Du bist mir nicht sympathisch!

Kl: Du bist mir nicht sympathisch! Du hast eine Ausstrahlung, die hat etwas Herunterziehendes für mich. Alles, der Blick, die Bemerkungen ...

Th: ...dein Blick, deine Bemerkungen...?

Kl: ...dein Blick, deine Bemerkungen sind mit etwas Negativem verhaftet und nicht ehrlich. Da stöhnst du, wenn ich etwas nicht weiß, und ziehst so komische Grimassen...

Klientin lacht wieder – ihre Unsicherheit drückt sich wieder dadurch aus.

Th: Ja, genau, das ist ja eine Unverschämtheit. Was macht das mit dir?

Kl: Also, ich hab ja meine Gefühle gar nicht mitgenommen – ich hab sie wahrscheinlich deswegen schon draußen gelassen – (sie lacht wieder)

Th: Hol sie mal rein, deine Gefühle.

Kl: Also, ich hol jetzt meine Gefühle mit rein...

Th: Genau, und sag der Fr. D. mal alles, was alles bei dir hochkommt.

Kl: Das geht einfach nicht, wenn man in so einer Situation die Gefühle draußen lassen muss. Das ist eine Situation wie jede andere und wieso soll sie mich da in dem Moment niedermachen, sie hat überhaupt kein Recht dazu.

Th: Sag ihr das jetzt! Jetzt ist sie da, in deiner Innenwelt. Sagt ihr jetzt alles, was du ihr sagen willst.

(Prozessmusik)

Kl: Du hast überhaupt kein Recht, mir irgendetwas Negatives anzulasten - das geht nicht.

Und ich bin hier voll und ganz mit Allem, was ich bin, und Allem, was ich nicht bin und du bist da, mit Allem, was du bist, und was du nicht bist, aber du hast kein Recht, mir irgendetwas Negatives unterzuschieben und mich zu beurteilen, oder sonst was – das geht dich echt einen Dreck an.

Th: Genau!

Kl: Und der andere Prüfer, der Herr L., der immer stöhnt und schnauft, da ist es genau dasselbe.

Th: Ja, lass ihn jetzt auch da sein, nimm sie gleich alle her.

Kl: Das geht nicht, man kann nicht Leute, die doch gute Absichten haben, so wie ich, so durch den Kakao ziehen.

Th: Sag ihnen alles, was das mit dir gemacht hat!

Kl: Ich finde das so ungerecht, dass man jemanden, so wie mich, wo ich denke, dass ich unschuldig an dieser ganzen Sache bin, warum es diese blöde Prüfung gibt, angreift – ich hab die Prüfung nicht gemacht - und wenn das ihr Beruf ist, zu prüfen, dann sollen sie es auch gescheit machen!

Th: ...dann sollt ihr es auch gescheit machen fair, oder?

Kl: Wirklich fair und wirklich gucken, wenn da eine gute Absicht dahinter ist, mich das spüren zu lassen! Das ist einfach ungerecht, wie das alles abgelaufen ist. Und ich mache die beiden jetzt ganz klein!

Th: Ja, wie machst du das?

Kl: Ich kann sie - so glaub ich - schon ein bisschen schlagen ...

Th: Ein bisschen?

Kl: (schlägt) Also, ich mach jetzt erst mal den Herrn L. zum Krüppel hier! ... dass der ganz klein wird und zermatscht ...

(Th. Unterstützt das Schlagen; Kl. hält plötzlich inne)

Th: Was ist los ?

Kl: ...Irgendwie sind sie ein Spiegel von mir...

Th: Du hast gesagt ein Spiegel von dir. Waren die auch alle im Kopf, könnte das sein? Frag doch mal nach. Sind das auch Kopfmenschen?

Kl: Seid ihr denn auch alles Kopfmenschen? Ist die Prüfung denn eigentlich überhaupt nur so eine Verstandes- und Kopfsache? Könnte das sein?

Ja, die sind für den Verstand gestanden. Für das Abschneiden vom eigenen Körper, vom Gefühl, vom eigenen Körper, sogar ein Verleugnen des eigenen Körpers... Und für eine Machtausübung.

Kl. wird sehr leise beim Sprechen, ihr Muster der Unsicherheit und des fehlendes Selbstwertgefühles kommt wieder hoch. Allein die Formulierung ein „bisschen schlagen“ spiegelt das wider.

Th: Für was sind sie gestanden - für den Verstand ?

Kl: Bist du, L. für den Verstand gestanden? .. Ja, schon. Aber das mehr für die männliche Seite.

Th: Könnte das sein, dass der L. die männliche Seite des Verstandes in dir symbolisiert und die D. die weibliche?

Kl: Kann das sein, der L. die männliche Seite und die D. die weibliche Seite vom Verstand von mir widerspiegelt?

Th: Beschreib mal wo sie stehen.

Kl: Ich sehe immer den L. rechts und die D. links und dazwischen die Prüfung.

Th: D. h. die männliche Seite rechts und die weibliche links.

Kl: Dann heißt das, dass ich einfach zu sehr mit dem Verstand rangegangen bin. Also, dass der Verstand über mich die Macht gehabt hat und ich habe auch meine Gefühle draußen gelassen.

Th: Mhm, ...ja

Kl: Ja, das fühlt sich ganz stimmig an.

Th: Jetzt lass noch mal die Prüfung da sein.

(lacht – etwas sicherer)

Th: Und die D. und den L. auch.

Kl: Wenn die Prüfung jetzt kommt, bin ich etwas größer. Es entsteht ein neuer Gang daraus. Heißt dass, dass ich den jetzt entlang gehen soll, um wieder in die Prüfung zu gehen... Ja, also wenn ich die anderen Teile in mir vernichte, dann schon. Also, wenn ich die Verstandesteile vollkommen vernichte oder sie mir zu Diensten mache.

Th: Dann frag` mal, wie du das machen sollst?

Kl: Ja, wenn ich sie verbrenne, dann entsteht daraus Asche.

Th: Ist der L. und die D. noch da?

Kl: Ja, die tun wir alle gleich mit rein.

(Das Geräusch von Feuer wird eingespielt)

Kl: Ein richtig reinigendes Feuer ist das jetzt und ich tue jetzt alles mit rein – den ganzen Verstand, alles, was da stört ... Ach, ich könnte mich ja mit hineinstellen, ins Feuer, damit heraus gebrannt wird, was da stört.

Kl. ist zart gebaut mit einer leisen, zurückhaltenden Stimme; sie ist und wirkt nach außen schnell verunsichert, macht sich dazu noch klein – und wenn sie mit dieser „Ausstrahlung“ in die Prüfung geht, dann wissen die Prüfer schon vorher, dass sie sie durch fallen lassen werden. Sie lässt Ihre Sicherheit vor der Prüfungstür stehen und geht nur mit dem Wissen (Erlernem) rein. Das ist zuwenig – das sagt ihr ihr Verstand.

Th: Meinst du eine Art Reinigung?

Kl: Ja, alles, was an Verstand aus mir heraus gebrannt wird ...

(Feuerhintergrund)

... Von dem L. und von der D. liegen jetzt nur noch der Schädel da.

Th: Weißt du, für was die Schädel stehen?

Kl: Ich frag noch mal die Schädel, ob sie mir noch was sagen wollen: „Jetzt liegen nur noch Knochen da, wollt ihr mir noch was sagen?“ - Nein, es kommt keine Antwort... Da geb` ich jetzt noch etwas Benzin drüber und dann noch ein bisschen Salzsäure und lass das verbrennen.... da kommen jetzt ganz große Flammen...und aus den Flammen erscheinen irgendwelche Buchstaben.

Th: Kannst du sie erkennen, diese Buchstaben?

(Pause.....) Sprich sie einfach an, diese Buchstaben. Frag sie, was sie dir zu sagen haben.

Kl: Sind es Worte? Sollen es Worte sein, die mir noch was sagen... die sagen mir, dass ich mich daran erinnern soll, dass ich das nicht wieder in mir aufnehme.

Th: Dass du es nicht wieder in dir aufnimmst?

Kl: Ja, das verbrenne ich auch mit - es riecht richtig nach Feuer hier. Also das soll jetzt richtig ausgebrannt werden.

Th: .. lass es brennen .. und sag mir wenn es fertig ist.

Kl: Ja.

.... Du hast aber nichts in der Küche oben auf dem Herd stehen, oder eine Kerze, es riecht richtig nach Feuer hier -> *für Kl. ist der Eindruck der Feuers realistisch. Das Verbrennen ist hier für sie eine Erleichterung*)

Th: Nein.

(mehrere Minuten nur Feuergeprassel)

Th: Hilft dir dabei jemand?

Kl: Vielleicht die Feuergeister – und mein Schutzengel hilft auch mit.

Th: Ist der da?

Kl: Ja.

Th: Ist es gut?

Kl: Es ist schon ganz gut.

Th: ... ganz gut – was fehlt noch?

Kl: Ja, jetzt stell ich mich selber noch mal ins Feuer.

Th: Was passiert da?

Kl: Ich lass mich reinigen.

Th: Ist das Feuer jetzt ok? Wenn es nur ums Reinigen geht, könntest dich ja auch im Regen reinigen.

Kl: Ja, das Feuer ist gut

Th: Ok

Kl: Kannst du´s noch ein bisschen stärker machen, das Feuer? Ich tue damit auch etwas von mir abgeben, so enge Verhaltensmuster, Denkwänge, den ganzen Ballast. Alles das, was da kommt, das lass ich ´rausbrennen. Das ist jetzt im Solarplexusbereich und im Bauch, wo mich jetzt das Feuer reinigt und wo es weiter brennt.

(Klientin spricht lauter und wirkt sicherer. Das Feuer baut Stärke in ihr auf)

Th: Spürst du das auch?

Kl: Ja, Ich versuch das jetzt noch mehr zu konzentrieren, so dass es dann frei im Solarplexus weiter brennen kann. Es wird jetzt kleiner, so dass es am Schluss nur noch eine kleine Flamme, wie ein Kerzenlicht ist. Ja es geht jetzt.

Th: Wie geht es dir jetzt?

Kl: Gut

Th: Wie schaut die D. und der L. jetzt aus?

Kl: (zögert) Es sind schon noch Reste da.

Th: Was willst du mit denen machen? Z. B. weiter brennen lassen?

Kl: Ja, ich will´s noch ´mal richtig anzünden, so dass ich wirklich keine Angst mehr vor denen zu haben brauche.

Th: Also keine Reste mehr!

Kl: Ja, lass es mich noch mal richtig anzünden. Und die alte Prüfung mit dazu.

Th: Ja, mach das.

Kl: Das gibt jetzt ein richtig schönes Feuer, nicht so sehr groß, aber ein richtig schönes Feuer.

Th: Ein richtig beständiges Feuer, das alles verbrennt.

Kl: (stimmt zu)... Es fällt jetzt in sich zusammen...und ... während es weiter brennt, verbrennt in mir auch ein Stückchen von dem Verstand und meine Gefühle werden freier.

Th: Spüre das, wie du immer freier und freier wirst.

(Immer noch Feuer als Hintergrund)

Kl: Ich spüre meinen Körper auch wieder mehr.

Th: Mhm, ...ja

Kl: Die Verleugnung des Körpers, was ich vorher gesagt habe.

Th: Was macht das Feuer?

Kl: Ja, es brennt noch etwas - vielleicht brauche ich es auch noch mal.

Th: Ja, ist gut.

Kl: Ja, vielleicht kann ich jetzt auch beim letzten Mal verbrennen noch etwas dazu schmeißen. Ich kann ja vielleicht meinen Vater noch mit dazu schmeißen.

Th: Ja, wenn du willst.

Kl: Alles, was störend ist... Das geht noch nicht ganz. Ich müsste meinen Vater dazu erst `mal noch befragen.

Th: Ich würde dir vorschlagen erst einmal den L. und die D. und die Prüfung zu bearbeiten und dann das Thema „Vater“ rangehen.

Kl: Ja, lassen wir es jetzt mal so

Der „Vater“ ist ein größeres Thema, das mit der Unsicherheit und dem „klein machen“ zusammenhängt und in weiteren Sitzungen gesondert bearbeitet wurde.

(Das Feuer im Hintergrund geht zu Ende - vorerst.)

Th: Ist das Feuer jetzt aus – ist Asche da?

Kl: Es sind noch so kleine Reste da.

Th: Und wie schaut das aus?

Kl: Ja, wie so ein kleiner Klotz.

Th: Was willst du damit machen?

Kl: Zerstoßen und die anderen Reste auch einfach noch einmal zerstoßen. Und dann kann der Rest einfach noch leichter mit verbrennen ... Ich tue noch was dazu, damit es noch besser brennt und dann tanze ich drum herum.

Wäre das Feuer gänzlich erloschen und hätte alles verbrannt, ist es wichtig auch die Asche zu entfernen z. B. mit Wind, um das Thema vollständig bearbeitet zu haben.

Th: Ja, mach das.

Kl: Und wer will, kann auch noch mittanzen.

Th: Tanzt jemand mit?

Kl: Ja, zwei oder drei.

Th: Kennst du die?

Kl: Das eine ist die S.

Th: Ah, braucht die auch das reinigende Feuer - und die Anderen?

Kl: Die kenne ich jetzt nicht.

Th: Du kannst sie doch fragen.

Th: Wer seid ihr den ?

Kl: Mmh, die sagen nichts aber irgendwie wollen sie mir helfen.

Th: Sind das innere Helfer?

Kl: Ja.

Th: Wie ist es jetzt bei dir erst einmal, sind die Reste jetzt alle weg?

Kl: Ja, aber das Feuer brennt einfach noch weiter.

Th: Soll's noch weiter brennen?

Kl: Ja, vielleicht muss es einfach noch weiter brennen ... Ja, es muss einfach überhaupt weiter brennen, weil es jetzt keine abgeschlossene Sache ist, die jetzt zu Ende geht.

Th: Ja, dann frag doch mal das Feuer, wie lange es eigentlich noch brennen will?

Kl: Ja, Feuer, wie lange wirst du noch brennen? Antwort: ... sieben Tage oder sieben Wochen.

Th: Hilft dir das – kannst du damit was anfangen?

Kl: Wird es mir helfen, wenn das Feuer noch weiter brennt? Oder soll das Feuer jetzt schon fertig sein?
..... ja, das brauche ich noch.

Th: Dann mach doch eine Vereinbarung mit dem Feuer, dass es noch weiter brennt, solange du es brauchst.

Kl: Und dass ich es dann, wenn es vorbei ist noch einmal angucke.

Th: Ist das für dich in Ordnung, wenn in der nächsten Zeit in dir weiter brennt?

Kl: Ja, wenn es ein kleines Feuer ist, dann ist das ok.

Th: Also es wird ein kleines Feuer sein, das brennt solange, wie es für dich nötig ist.

Kl: Ich glaube, es kann schon über ein paar Wochen gehen.

Th: Ok, - ist es so richtig für dich?

Kl: Ich glaube schon.

Th: Dann frag noch einmal nach. Frag es direkt – könnte es sein, dass Körper und Seele wissen wann diese „Reinigung“ zu Ende ist ?

Kl: Ist es so richtig, wie die Gabi gefragt hat, dass das Feuer dann zum Stillstand kommt, wenn der Zeitpunkt da ist? – Ja, jetzt kommen fünf Wochen, es kann ja auch sein, dass dann noch einmal eine Sitzung ist.

Durch das Feuer hat sich eine positive Veränderung ergeben, deshalb der nachfolgende Test.

Th: Ok, dann kommen wir also das nächste Mal wieder dorthin und schauen, was mit dem Feuer los ist. – Wie schauen die D. und der L. aus? Kannst du sie noch mal herholen?

Kl: Also im Moment sehen sie wieder ganz menschlich aus.

Th: Dann sag ihnen das.

Kl: Jetzt seid ihr wieder Menschen, mit denen ich auch reden könnte.

Th: Gut. – Nun lass mal eine neue Prüfung das sein und schau mal ob der L. und die D. auch wieder da sind.
(Klientin lacht sicherer)

Kl: Nein, das sind ganz andere Prüfer.

Th: Und wie fühlst du dich jetzt?

Kl: Es fühlt sich so ganz ok an.

Th: Naja, ganz ok?

Kl: Ja, begeistert bin ich jetzt nicht, aber ...

Th: Was sind denn alles für Gefühle da?

Kl: Dass ich überhaupt mit Gefühlen reingehen kann (in die Prüfung). Runder fühlt es sich an ... dass ich mich und die Anderen mehr annehmen kann.

Th: Und was sagen die Anderen, wenn da so eine A. reinkommt? Wie reagieren die?

Kl: Ganz ruhig, ganz oK.

Th: Was fragen die dich jetzt?

Kl: Über Herz-Kreislauf ...

Th: Wie geht es dir dabei?

KI: Ein kleines bisschen werde ich schon noch verunsichert, aber im Grunde denke ich, kann ich es schaffen.

Th: Gibst du ihnen die richtige Antwort?

KI: Mhm (stimmt zu) – ja, dazu schon.

Th: Dann lass noch einmal ein paar andere Fragen da sein

(Klientin gibt keine Antwort)

Th: Weißt die Antworten?

KI: .. ja, schon ... (Klientin antwortet zögerlich)

Th: Willst du vielleicht erst warten, bis das Feuer ganz verbrannt ist und dass dann das Thema ganz abgeschlossen ist?

KI: Ja, ... (Klientin antwortet wieder zögerlich)

Th: Du kannst ja mal nachfragen, ob du dann die Prüfung bestehst!

KI: Ja, ja, ich glaube schon.

Th: Du wirst sie also bestehen, wenn das Thema dann abgeschlossen ist? Ok, dann brauchen wir jetzt nicht weiterfragen – ist das so?

KI: Mhm (stimmt zu).

Th: Gut, dann dauert das noch eine Zeitlang - eben die nächsten Wochen – bis wir an dem Thema weiterarbeiten.

... Und was passiert, wenn du jetzt in deinen Raum wieder zurückgehst – wo deine Wurzeln sind?

KI: Ach, das ist ganz schön, da kann ich mich jetzt wieder ausruhen, ich kann wieder mehr loslassen.

(beide lachen)

Th: Spür noch mal den Raum

KI: Er ist schön, der Raum, und ich fühle mich da auch geborgen! – Ich merke aber, er ist auch ein kleines bisschen eng.

Hier hätte man auf die Enge eingehen können. Da aber das Feuer weiter brannte wollte ich zu diesem Zeitpunkt nicht weiter nachfragen

Th: Und die Röhre und der Kosmos ...?

KI: Das ist da!

Th: Kannst du jetzt durch die Röhre gehen?

KI: Ich glaube, dass, wenn das Feuer fertig ist, dass ich dann durch die Röhre durchgehen kann.

Th: Jetzt noch nicht?

KI: Nein.

Th: Dann spür noch mal die Geborgenheit des Raumes

KI: Ja! Ich mache jetzt da das kleine Feuer, das baue ich mir jetzt da wieder auf und mache es mir schön und tue Kerzen hin. Das Feuer darf da einfach weiter brennen.

Th: Vielleicht ein bisschen Musik?

KI: Ja, ein bisschen Musik.

(Musik im Hintergrund)

... dann lade ich mir noch meine Helfer ein, meinen Schutzengel ...

Th: Ja, genau.

KI: ... und alle anderen, die auch kommen wollen, ... P. und andere Freunde und dich lade ich auch ein.

Th: Ja schön ... wie fühlst du dich jetzt in diesem Raum, mit deinen ganzen Freunden?

KI: Hoffnungsvoll ...

Th: Dann spür das mal, vielleicht kommt eine Veränderung.

KI: Erwartungsvoll ...

Th: Und der Raum, hast du gesagt, bietet dir ja auch Schutz, auch wenn er jetzt ein bisschen eng ist. – Ist das immer noch so?

Kl: Mhm (stimmt zu).

Th: Kannst du den Schutz auch noch einmal spüren?

Kl: Er ist so groß, der Raum, und trotzdem gibt es Beides, den Schutz und die Enge. Vielleicht ist es noch die Dualität.

Th: Frag einfach den Raum

Kl: Ist es gut, dass ich dich jetzt noch brauche, Raum? Ja, und dann brauche ich mich auch vor den nächsten paar Wochen nicht zu fürchten.

Th: Genau, du hast ja deinen Raum, wo du geschützt und geborgen bist.

Kl: Und ich darf vertrauen.

Th: Genau, schön. – Und was ist mit dem Kosmos?

Kl: Jetzt kommt so ein Lichtstrahl aus der Röhre zu mir.

Th: Dann spür mal den Lichtstrahl.

(immer noch Musik im Hintergrund)

Kl: Es wird mir richtig warm Ich hab aber immer noch so Zweifel zwischendurch.

Th: Dein Feuer brennt ja auch noch. Willst Du noch etwas reinlegen?

Kl: Ja, dann tue ich meine Zweifel noch mit rein. Ich kann ja eine Verabredung treffen mit dem Feuer, dass ich mich von Zeit zu Zeit mal wieder daran erinnere und alles reintue, was da hinein gehört.

Th: Was sagt das Feuer da dazu?

Kl: Ja, mach's aber nicht nur mit dem Verstand.

Th: Was sagen deine Helfer dazu?

Kl: Meine Helfer, die nicken mit dem Kopf, die sind damit einverstanden.

Th: Die bleiben auch bei dir, in der nächsten Zeit?

Kl: Ja.

Th: Ja schön!

Kl: Und ich brauche wirklich keine Angst zu haben.

Klientin wirkt etwas verunsichert, sie ist von ihrer Selbstsicherheit immer noch nicht ganz überzeugt - „wirklich“ -, da das Feuer immer noch brennt und das Thema dementsprechend auch nicht abgeschlossen ist.

Th: ... wirklich keine Angst haben?

Kl: So ziemlich

Th: Was fehlt dir noch, um keine Angst zu haben?

Kl: Mehr Sicherheit

Th: Heißt das, dass die Angst für Unsicherheit steht?

Kl: Ja schon

Th: Kannst du mal zeigen – wie groß ist deine Sicherheit z. B. in cm

Klientin beschreibt mit beiden Händen einen Abstand von ca. 20 cm

Th: Ja .., so 20 cm. Wenn deine Sicherheit eine Farbe hätte, welche würde das sein - nimm die erste, die kommt

Kl: orange, rot ... so eine Mischung aus orange und rot

Th: Dann öffne jetzt dein Scheitelchakra und lass aus dem Kosmos die Farbmischung aus orange-rot in deinen Körper fließen und wenn du ganz mit der Farbe angefüllt bist dann sag mir bitte Bescheid (Klientin kennt diese Methode bereits aus früheren Sitzungen)

Hintergrundmusik ein paar Minuten später

Kl: Jetzt ist es gut

Th: Wie fühlt sich deine Selbstsicherheit jetzt an?

Kl: Ja ganz gut

Kl: Und wie groß ist die jetzt?

Klientin zeigt einen Abstand von unter 30 cm

Th: Na ja, so knapp 30 cm

Das Thema Selbstsicherheit ist ja auch noch nicht abgeschlossen, das Feuer brennt auch noch.

Th: Sind deine Helfer noch da?

Kl: Ja, alle

Th: Geh noch mal zu deinem Raum zurück – wie ist es jetzt mit der Enge?

Kl: Er wirkt weiter.

Th: Gibt es noch etwas für dich was du tun oder noch sagen möchtest?

Kl: Ich denke es ist jetzt ok.

Th: Dann spüre noch einmal allem nach, deiner Selbstsicherheit, deinem Schutz, deiner Geborgenheit, mit der Gewissheit dass deine Helfer bei dir sind.

Ist es ok, wenn ich dich jetzt für ein paar Minuten alleine lasse?

Kl: Es ist ok..

Das Weiterbrennen des Feuers ist ein Symbol dafür, dass sie in dieser Sitzung nicht tiefer gehen wollte.

-ENDE-