

# Allergieankerungen

*Die Klientin litt unter zahlreichen Allergien, die ihr Leben stark einschränkten. In der dargestellten Einzelsitzung wird sehr deutlich, wieviele Querankerungen daran beteiligt waren, die Krankheitsstruktur zu manifestieren. Durch die Bearbeitung der einzelnen prägenden Erlebnisse wurde das Muster destabilisiert und dadurch einem Selbstorganisationsprozeß unterworfen. Das Ergebnis: die Allergien lösten sich auf.*

*Die Klientin öffnet eine Tür mit der Aufschrift „Versammlung“ und nimmt einen verrauchten Raum wahr, in dem viele Holzstühle auf Tischen stehen. Sie hat das Gefühl, dass vor einiger Zeit eine Versammlung in diesem Raum stattgefunden hat. Der Therapeut gibt der Klientin die Anweisung, auf der Zeitachse rückwärts zu gehen, bis zu dem Zeitpunkt, an dem etwas Wesentliches in dem Raum passiert ist.*

**KI:** Jetzt sind schon mal die Stühle runtergesetzt und es ist etwas gemütlicher. Ja, es ist wieder etwas neblig. Man sieht regelrecht die Wolken vom Zigarettenrauch, wie er sich bewegt.

**Th:** Spür' mal, wie dein Körper darauf reagiert, oder wie es ihm geht damit.

**KI:** Ja, er zieht sich zusammen.

**Th:** Sag' das mal dem Zigarettenrauch.

**KI:** Wenn ich dich sehe und rieche, zieht sich mein Körper richtig zusammen und fängt an, kribbelig zu werden. Sonst sind aber keine Personen in dem Raum.

**Th:** Vielleicht wäre es auch noch gut, dem Zigarettenrauch zu sagen, dass du in der heutigen Zeit so ein bisschen allergisch bist auf ihn. Nimm mal deine eigenen Worte und sag' es dem Rauch.

**KI:** Ja, ich reagiere sehr stark auf dich, Zigarettenrauch. Früher hast du mir nichts ausgemacht - da war ich dran gewöhnt. Das empfand ich gar nicht als schlimm.

**Th:** Ja anscheinend hat sich ein Energiebild in dir festgesetzt, dass ganz heftige Körperreaktionen in dir auslöst und vielleicht auch zu deinen ganzen Allergien irgendwie mit dazu beiträgt. Vielleicht kann der Zigarettenrauch dir mal eine ganz konkrete Situation zeigen, die du erlebt hast und die dazu beigetragen hat, dass du heute so heftig reagierst. Schau mal, was da auftaucht.

**KI:** Ja, es taucht im Institut mein früheres Zimmer auf und eine ganze Menge Personen, die zu uns oft zum Teetrinken kamen und da wurde auch sehr viel gemacht.

**Th:** Gut, dann red' mal mit denen und sag ihnen sowas, wie „anscheinend hat

es mir im Moment nichts ausgemacht, aber in einigen Jahren habe ich ganz schön damit zu kämpfen, mit Allergien, und anscheinend hängt diese Situation hier auch damit zusammen - zumindest hat der Zigarettenrauch mich hierher geführt.

**KI:** Ja, also damals habe ich nichts davon gemerkt - sicher es hat mich auch gestört, wenn allzu viele versammelt waren - aber heute stört es mich ganz furchtbar. Und ich reagiere jetzt wahrscheinlich allergisch darauf.

**Th:** Schau' mal, wie die reagieren die Leute.

**KI:** Ja, etwas entsetzt.

**Th:** Gut, dann sag' ihnen sowas wie, ok., ihr könnt' es wieder gutmachen, indem ihr jetzt einfach eure Zigaretten ausmacht und euch vielleicht sogar entschuldigt.

**KI:** Ja, einer weigert sich.

**Th:** Ja, das ist interessant, weil du sprichst ja jetzt mit deinen neuronalen Ankerungen und das heißt, da weigert sich ein Aspekt in dir. Gut, dann frag mal, warum, weshalb?

**KI:** Tja, Herr Meier, warum? ... Ja, ich habe jetzt noch Lust zu rauchen, ich möchte mir das nicht verbieten lassen, sagt er. ... - *sie erhebt die Stimme* - Ja, aber es stört mich. Das können Sie ja gern in ihrem Zimmer tun, aber wenn Sie hoch zu mir kommen, dann bitte nicht.

**Th:** Ja, und sag' ihm auch, dass es dir heute auf der körperlichen Ebene nicht so gut geht, dass du Allergien hast - und irgendwie scheint das zusammenzuhängen.

**KI:** Ja, heute geht es mir über Allergien nicht so gut und da möchte ich doch drum bitten, dass Sie sie ausmachen. ... Ja, aber ... kommt dann. Ja, er hätte noch Lust auf eine Zigarette.

**Th:** Dann soll er draußen rauchen. Schick' ihn raus und schau' mal, ob er es macht.

**KI:** Ja, raus mit ihnen. Er guckt ziemlich dumm. - *Der Therapeut fordert zur direkten Kommunikation auf.* - Sie gucken aber dumm. ... Er zögert, er räkelte sich so auf dem Stuhl - er kann sich schlecht überwinden. ... Jetzt helfen mir die anderen. Die sagen zu ihm „Das können Sie doch nicht machen.“ Ja, sagt er, dann beuge ich mich halt der Mehrheit. Aber er macht es nicht so gerne, eher so hängend.

**Th:** Vielleicht solltest du ihm dann doch noch ein bisschen mehr erzählen, wie es dir heute geht, vielleicht hilft das.

**KI:** Ja, heute - es ist nicht nur der

Zigarettenrauch, es sind auch andere Gerüche, Parfüm beispielsweise - es sind ganz viele, die ich nicht riechen kann. Ich hab' ja auch in meiner Arbeit sehr viel Chemikalien abbekommen, v.a. Amoniak und Salzsäure und später auch ganz viel organische Geschichten. ... Ja, er beugt sich der Mehrheit. Ja, ja, der hatte sowieso so eine schlacksige Art. Jetzt ist er rausgegangen. Ja, damit komm' ich klar. - *Jetzt führt der Therapeut die Klientin zurück in das Einstigesbild - den Versammlungssaal - und die Klientin bemerkt lachend und erstaunt:*

**KI:** Nee, jetzt ist ein Aschenbecher auf dem Tisch und da brennt eine Zigarette und die Rauchfahne kann man richtig sehen, aber diese dicke, qualmige Rauchwolke ist da jetzt nicht mehr.

**Th:** Gut, sehr schön, das ist schon mal eine bildlich-energetische Veränderung. Hast du einen Impuls?

**KI:** Ja, ich mache sie jetzt aus.

**Th:** Wir arbeiten jetzt auf der Symbol-ebene und da ist es wichtig, dass diese ganzen Ankerungen auch gelöscht werden.

**KI:** Wahrscheinlich ist es ja das Formaldehyd, das mich daran stört. Darauf reagiere ich ja wohl.

**Th:** Gut, dann nehmen wir jetzt die Ebene auch mal. Also, wahrscheinlich hast du an deinem Arbeitsplatz viele Dämpfe eingeatmet ...

**KI:** Ja, ganz viele im Labor, ja.

**Th:** Ok., dann hol' jetzt mal deinen Chef herbei, der dafür verantwortlich ist und der soll jetzt eine Abzugshaube da rein machen ...

**KI:** - *aggressiv* - Ja, ich habe unter einem Abzug gearbeitet, das ging gar nicht anders.

**Th:** Hätte man irgendeine Verbesserung machen können in deiner Vorstellung?

**KI:** Nein, das war eigentlich alles da. Zum damaligen Zeitpunkt war es eigentlich modern. Aber heute gibt es ganz andere Abzüge und Filter ...

**Th:** Ja, wunderbar, dann nimmst du jetzt diese Abzüge und Filter und installierst sie damals. Für das Gehirn und die Ankerungen gibt es sowieso keine Zeit, von daher ist es subjektiv so, als ob es das damals schon gegeben hätte und von daher ist die Musterwirkung unterbrochen oder geschwächt. Sag deinem Chef, du kommst aus der Zukunft - das kann ruhig unlogisch sein, ist egal - und du bringst eine neue Super-Anlage mit und die wird jetzt eingebaut, damit sich diese Schadstoffbelastung reduziert.

**KI:** Ja, Professor K., ich habe hier eine ganz tolle Anlage, die habe ich gestern auf einer Messe gesehen, das könnten wir doch bei uns hier auch einbauen. ... Ja, sagt er, ist eine gute Idee, ja, dafür bin ich auch. Ja, dann kümmern Sie sich mal drum.

**Th:** Dann mach' jetzt mal eine kleine Zeitreise und guck mal, wie sie fertig aussieht und dann arbeitest du mal ein paar Tage da drin und spürst mal, wie es sich jetzt anfühlt.

**KI:** Es ist zumindest nicht mehr so laut, man kann sich also nebenbei auch mal unterhalten ... es zieht nicht mehr so sehr ... ja, fühlt sich gut an.

**Th:** Und dann spür' das jetzt mal in deinem Körper - wie fühlt sich das in deinem Körper an?

**KI:** Kühl, angenehm kühl.

**Th:** Ja, das ist quasi so die neue Information, die jetzt auch da ist in deinen neuronalen Verbindungen, und die wirkt den anderen Informationen gegenüber natürlich förderlich, also schwächt die anderen Informationen, die nachteiliger waren.

**KI:** Das ganze sitzt also im Brustraum - ja kühl-warm. Bei den Chakren, wenn man die Energie hinten am Rücken hochleitet, dann fühlt sie sich auch so an. Es fühlt sich irgendwie so heilend an.

**Th:** Ja, spür' das mal einen Moment und erlaub' mal deinem Körper, das ganz tief aufzunehmen.

**KI:** Jetzt wird es auch schwer. Und es bleibt da die ganze Zeit. Aber das Schwere drückt ein bisschen.

**Th:** Ja, wenn es etwas gibt, in dem Zusammenhang, das noch nicht klar ist, dann soll sich das jetzt in einem Bild wieder ausdrücken.

**KI:** Ja, ich bin wieder in dem Eingangsbild, in dem Versammlungsraum und da riecht es irgendwie besser.

**Th:** Sag' das mal dem Raum.

**KI:** Also, Raum, irgendwie riechst du jetzt besser. Ich sehe auch diese Zigarette nicht mehr und ich sehe auch nicht mehr diesen Nebel von diesem Rauch. Aber sonst ist kein Mensch in dem Raum drin. Da sehe ich also nichts. Nur diese Stühle und Tische und eine Garderobe und ... gelbes Licht.

**Th:** Ja, das kann eine Ankerung sein - die wissen wir aber noch nicht so genau - die mit Rauch und Stühlen und Tisch gekoppelt ist. Wenn es noch was Wichtiges gibt in dem Raum soll es jetzt auftauchen, oder ein Person durch die Tür rein kommen, die dir dann das zeigt. Schau' mal, was passiert.

**KI:** Es passiert nichts.

**Th:** Gut, dann wäre es eher ein Zeichen dafür, dass anscheinend da ein kleine Klärung herbeigeführt ist, die sich jetzt so ausdrückt, dass du den Raum besser

riechst, kein Rauch mehr da ist. Vielleicht war es das auch in dem Raum. Spür' mal, ob du noch in dem Raum bleiben willst. Und wenn nicht, dann nimmst du die nächste Tür.

**KI:** Also, ich nehme den Raum nicht mehr als störend wahr.

**Th:** Oh, das ist gut. Sag' es ihm.

**KI:** Ja, Raum, ich empfinde dich als angenehm. Ich würde mich da aufhalten wollen, ich hätte da nichts gegen.

**Th:** Gut, dann würde ich vorschlagen, verläßt du diesen Raum wieder und suchst dir eine neue Tür.

**KI:** Ja. Ich nehme dir Tür dahinter. - *Sie öffnet die Tür und landet in einer voll besetzten Gaststätte mit großen Tischen und einem grünen Kachelofen. Es wird gerade das Essen serviert und der Klientin fällt der Rauch vom Essen auf.*

**Th:** Gut, dann schlag' ich dir mal einen Test vor: Setz' dich mal an den Tisch, laß dir auch mal ein Essen servieren, ess' es mal und schau' mal, was dann in deinem Körper passiert - ob der Körper es annimmt, verkräftet, ob es ihm gut geht damit.

**KI:** Ja, ich weiß ja, das Eisbein könnte ich z.B. schon mal nicht essen. Gut, ich werde es aber essen.

**Th:** Ja, tu's mal, dann sehen wir was passiert und dann kannst du vielleicht auch den Zusammenhang wahrnehmen.

**KI:** Also, Kartoffeln, das geht, die schmecken mir auch recht gut. Jetzt werde ich mal einen Kloß probieren - jetzt mache ich ihn mal auseinander - äh! Also, das kommt jetzt drauf an, was ich mir vorstelle: Wenn ich ihn mir selbstgemacht als Kartoffelkloß vorstelle, geht es. Aber wenn ich ihn mir aus der Packung vorstelle, dann ... - *zieht die Luft hoch* - dann kommt hier so ein Druck, so ein komisches Gefühl, so ein Krampfen. Bei einem Semmelkloß ist dasselbe Gefühl.

**Th:** Und du siehst, wie stark die Vorstellung Körperreaktionen erzeugt.

**KI:** Ja, ja. Genau. ... Aber ich kann es essen, so ist es nicht. Es ist nur so, dass der Körper reagiert.

**Th:** Und jetzt probier' es mal bei dem Eisbein.

**KI:** Bei dem Eisbein ... Jetzt seh ich da erst mal ganz viele Borsten da rum stehen. Da sieht so vertrocknet aus. - *schaudert* - Bäh.

**Th:** Gut, dieses Schaudergefühl, das du jetzt kriegst, dieses Unangenehme, soll sich jetzt umsetzen in ein Bild oder in ein Erlebnis, woher es kommt. Weil es muß eine Vorprägung passiert sein.

**KI:** Ja, da kommt was. Und zwar aß mein Vater so gerne Eisbein in so einem dicken Eintopf mit so Nudeln und ganz viel Gemüse und da mußte der Löffel drin stehen.

**Th:** Ok., diese Szene nimmst du jetzt mal und guckst mal, was da unangenehm daran ist. Da muß eine Ankerung passiert sein.

**KI:** Ja, schau mal, dieses fette wabbelige Fleisch und dann diesen dicken Eintopf, dieses dicke Gemüse und dann kam da auch noch Mehl da rein und diese dicken Bandnudeln.

**Th:** Wer hat das gekocht?

**KI:** - *etwas lauter* - Meine Mutter! Mein Vater mochte das so gerne. Das gab's bei uns immer Samstags, weil mein Vater wochentags nicht zuhause war. Und der hat sich das zum Wochenende gewünscht, weil er immer nur Hotelessen bekam und dann wurde das Samstags immer gekocht. - *sie sagt zu ihrer Mutter* - Ja, du weißt ja, dass ich das nicht mag. Muß ich das denn schon wieder essen? - Ja, ich hatte keine Zeit, was anderes zu machen. Samstag, Sonntag fuhren wir dann immer zum Wochenendhaus und da wurde das dann auch hauptsächlich mitgenommen oder gemacht. Ich habe einen Ekel im Magen.

**Th:** Ja, und krieg' einfach nur mal mit, diese Ereignisse haben sich aufsummiert, so dass sie in den inneren Bildern auftauchen und eine Körperreaktion machen. Und das erzählst du jetzt deiner Mutter. Und dadurch machen wir eine unlogische Verankerung, weil das kann sie ja nicht wissen. Und dadurch kann sich schon was verändern.

**KI:** Wenn ich heute an Eisbein denke, dann denke ich immer an dieses fette, wabbelige Fleisch. - *angewiedert* - Damals war es also nicht so geräuchert, sondern es war so richtig weißes, wabbeliges Fleisch. Ach, das war wiederlich. Das war grausam. Und wenn ich dann auch noch diese komischen Borsten da hochstehen sehe und diese Haut, dann muß ich an das arme Schwein denken und überhaupt.

**Th:** Ja, und schau' mal, wie jetzt deine Mutter reagiert.

**KI:** Ja, sie sagt, du kannst doch deinem Vati auch mal einen Gefallen tun.

**Th:** Ja, antworte ihr mal.

**KI:** Ja, ich hab's ja auch öfters mal gemacht. Ja, aber jetzt muß ich halt damit leben, jetzt kann ich sowas nicht mehr essen.

**Th:** Frag' sie mal, ob sie dir erlaubt, dass du immer was anderes ißt, weil du magst das nicht.

**KI:** Das hätte sie mir erlaubt, das wäre kein Problem gewesen, aber wir hatten nur so einen zweiflammigen Kocher und da ging nicht mehr.

**Th:** Ja, ja das war die Realebene, aber auf der Ebene könnte sie es dir jetzt erlauben und damit würdest du eine neue Realität erleben.

**KI:** Ja, sie erlaubt es mir, ja. Ja, dann legen wir uns doch einen vierflammigen Kocher zu. Nee, sagt sie, das geht nicht,

aber zwei zweiflammige Kocher wären möglich. - *Klientin lacht.*

**Th:** Ok., dann sag' ihr sowas wie, immer in Zukunft wenn es das gibt, werde ich mir selbst was kochen.

**KI:** Ja, wenn ich das jetzt in Zukunft nicht mag, dann koche ich mir immer selber was. Ja, ist ok., sagt sie, ist ok. Hast du was dagegen, Vati? Nee, der hat auch nichts dagegen.

**Th:** Gut, dann geh' jetzt nochmal ins Gasthaus zurück und schau' mal, ob sich irgendwas verändert hat.

**KI:** Ja, das Fleisch ist nicht mehr so wabbelig, aber im Magen krieg' ich immer noch das Gefühl. So ein Drücken, so ein Krampfen wieder.

**Th:** Ja, und dieser Krampf, dieser Druck soll sich nochmal umsetzen in ein Bild. Schau' mal, was kommt.

**KI:** Jetzt kommt ein wabbeliger Vanillepudding. - *lacht* - Ich kann ja auch nichts Süßes, Zucker und so vertragen.

**Th:** Ok., geh' mal zu dem Ursprung dieses wabbeligen Puddings zurück und schau' mal, wo er herkommt.

**KI:** Ich mag keinen Pudding. Oh so Götterspeise, das finde ich auch furchtbar. Ah, jetzt kommt mir auch noch eine Assoziation - meine wabbeligen Beine. Ich habe ja auch so ein schwaches Bindegewebe.

**Th:** Auf jeden Fall durchkreuzen wir jetzt einfach mal alle Ankerungen und dann müßte sich von selbst was anderes ergeben. Red' mal mit dem Pudding.

**KI:** Pudding, ich mag dich nicht. Ich hab dich noch nie gemocht und du erinnerst mich immer an das blöde Schweinefleisch, an das wabbelige und überhaupt an alle wabbeligen Sachen - ich mag so was nicht mehr, ich esse sowas nicht mehr. - *Jetzt taucht ihre Tochter auf, die auch sagt, sie mag den Pudding lieber, wenn er eine Form hat und nicht so zerfließt.*

**Th:** Dann gieß' doch den Pudding in eine Form, so dass sie ihn wirklich mag. - *Sie tut es und dann mag sie ihn auch.* - Sag' ihm das.

**KI:** Ja, Pudding, in einer anderen Form mag ich dich auch, so als Fladen hab' ich dich sogar liebend gerne gegessen in Spanien.

**Th:** Ok., dann esse ihn jetzt in der anderen Form.

**KI:** Ja, es nicht mehr so sehr krampfzig im Magen, es ist eine Wärme. - *Entspannungsgeräusche im Darm* - Ja, ich kann ihn ohne weiteres essen. Ich hab' ihn jetzt gegessen und er hat mir sehr gut geschmeckt.

**Th:** Gut, dann gehst du wieder ins Gasthaus zurück und schau' mal, was dir jetzt auffällt.

**KI:** Jetzt sehe ich so ein richtig schönes kühles Bier.

**Th:** Merkst du, wie du automatisch unbewußt alle Themen durchgehst - *Rauchen, Essen, Getränke?* - *Klientin bejaht* - Und wir verändern das Schritt für Schritt in deinen Energiebildern und dann gibt es immer mehr eine Entkoppelung. Also, die Leute sind satt und jetzt kommen die Getränke? - *Klientin bejaht* - Und jetzt guck' mal, wie du auf diese Getränke reagierst.

**KI:** Ja, ich hätte auch Appetit auf das Bier. Aber dem fehlt der Schaum irgendwie. - *sie redet mit der Kellnerin* - Warum ist da kein Schaum drauf? - Das liegt an der Maschine. Ja, dann hätte ich gerne ein Bier aus der Flasche mit ganz schön viel Schaum drauf. Ich laß es erst noch ein bisschen zusammenlaufen. - *sie sagt zu dem Bier* - Bier, so schmeckst du mir, du bist nicht allzu kalt und nicht allzu warm. Du bist sehr erfrischend.

**Th:** Spür's auch mal in deinem Magen, wie es sich anfühlt.

**KI:** Ja, ganz warm. Ich merke richtig, wie die Energie da fließt.

**Th:** Gut, dann guck dich mal weiter um, welche Getränke gibt es da noch?

**KI:** Ja, ein Glas mit einem Zitronenstrohalm. Da ist was Weißes drin, was das ist, weiß ich nicht. Es sieht sehr gut aus.

**Th:** Hast du Lust, es zu trinken? - *Klientin bejaht* - Und spür es auch wieder in deinem Körper.

**KI:** Ja, es krampft wieder in der Magengegend.

**Th:** Gut, der Magen soll dir jetzt sofort sagen, was da so krampft. Er soll es dir zeigen.

**KI:** Die Zitrone.

**Th:** Laß dir mal den Ursprung zeigen, warum der Magen jetzt krampft.

**KI:** Ja, Magen, nun sag' es mir doch. - *atmet tief durch* - Tja, jetzt kommt ein Apfelsinen- und Zitronenbaum, so ein ganzes Feld, wo die Bäume drauf stehen. Und jetzt kommt so ein Ettikett, das an die Bäume gehängt wird, wenn frisch gespritzt wird. Genau, oh ja, jetzt weiß ich, was da kommen könnte. Meine Tochter hat mal, als sie ein Kind war, in Spanien Apfelsinen vom Baum geholt und wußte nicht, dass die frisch gespritzt waren. Da ging es ihr verdammt elend. Wir dachten, dass sie stirbt.

**Th:** Oh ja, das Erlebnis ist ja neuronal weiterhin bei dir da und wirkt und ist quergeankert. Ja, da müßt du was machen. Laß mal dieses Apfelsinenfeld auftauchen und red' jetzt mit ihr.

**KI:** Ja, Ulrike ... Sie sagt, sie wollte so gerne mal eine frische Apfelsine vom Feld haben und sie hat sich auch nur eine geteilt mit der Heidi. Hör mal, Ulrike, die Spanier spritzen ihr Obst oft sehr, weil es da so viele Läuse gibt. Riech' mal, wie das furchtbar riecht. - *sie redet mit dem Bauern* - Heute sitzt das immer noch bei mir fest. Meine Tochter hat das nicht gewußt und davon gegessen. Müßt

ihr denn soviel Gift spritzen? Er sagt, ja bei uns ist das so und das wissen bei uns auch alle. Und wenn ihr Ausländer das nicht wißt, dafür fühle ich mich nicht verantwortlich, sagt er.

**Th:** Na gut, das Schuldgefühl zieht er sich nicht rein. Aber mach ihm den Vorschlag, er soll es in Zukunft auch in Deutsch hinschreiben.

**KI:** - *lacht* - Könnt ihr demnächst nicht mal ein paar Schilder machen, dass es auch Idioten verstehen können? Ja, er macht es, er stellt es jetzt auf, das sehe ich richtig - *zu ihrer Tochter sagt sie* - Schau mal, wenn du demnächst so ein Schild siehst, dann nicht mehr drangehen. - *sie fängt ganz stark zu Zittern an* - Das ist jetzt besonders doll.

**Th:** Ja, erlaub dem Gefühl mal, sich auszubreiten in deinem Körper.

**KI:** Ja, es ist v.a. hier die Magengegend. So ein Druck.

**Th:** Sag' dem Druck mal sowas wie, ich hab' jetzt rausgefunden, wo du herkommst, ich hab die Situation verändert und du kannst dich jetzt auflösen. Guck mal, ob's geht.

**KI:** Ja, Druck, du kannst dich jetzt auflösen. Ich weiß jetzt, woher du kommst. ... Ja, es wird schon besser. Du kannst dich ganz langsam auflösen.

**Th:** Und wenn er sich nicht auflöst, fehlt noch was. ... Vielleicht kann deine Tochter dem Bauern die Zitrone noch zurückgeben, das könnte noch ein Akt der Versöhnung, eine Art Ritual sein.

**KI:** Ja, gut, wir packen jetzt die Reste noch ein, die da sind. Da packen wir jetzt alles zusammen. Das geht. Ich sehe jetzt, wie die einzelnen Teile sich wieder zusammensetzen, die Schale noch drum kommt ... Mhm, ja, und wie sie wieder an den Baum zurückkommt. ... Naja, das Schlimmste von dem Druck im Magen ist weg, aber ein bisschen ist noch. Es ist jetzt ein bisschen eine andere Stelle. - *Der Therapeut führt die Klientin wieder in das Gasthaus und bittet sie, das Getränk zu trinken.* - Ja, also ich spüre nur den Geschmack der Zitronenschale. Ich glaube, das war nur ganz normales Wasser. Also, ich würde sowas nicht trinken, aber ich kann es trinken. - *sie sagt zu der Kellnerin* - Ich hätte lieber was anderes, ein schönes Glas Wein. - *lacht* - Jetzt bin ich im Zwiespalt, ob ich roten oder weißen nehme. Ich würde lieber roten nehmen, aber der Verstand sagt wieder, nee den roten darfst du nicht.

**Th:** Ja, das ist toll, dann nimm genau den roten. Weil es geht ja darum, aufzudecken wie der Zusammenhang der Informationsstruktur ist und diese dann zu stören.

**KI:** Gut, dann nimm' ich jetzt den roten. Der Wein ist gekühlt. Nee, also, so mag ich den nicht. Dann mag ich einen Rosewein. - *Der Therapeut besteht aber darauf, dass sie den roten Wein nimmt, weil darauf die ganzen Anker liegen. Dann fordert er sie auf, zu spüren, wie es*

*sich in ihrem Körper anfühlt.* - Oh, der Mund wird ganz trocken, überhaupt keinen Speichel mehr und die Bauchspeicheldrüse tut weh.

**Th:** Das heißt, bei der Vorstellung sendet sie Alarm. Jetzt können wir diesen Alarm wieder umsetzen lassen. Wo kommt er her - ursächlich? Welches Bild taucht als erstes auf?

**KI:** Ja, ein Urlaub taucht auf. Oh Gott, nee. Ich war mit meinen Eltern mal auf Urlaub und meine Mutter und ich, wir hatten also eine Magen-Darminfektion und das hat eine Woche lang angehalten und wir konnten eine Woche lang nichts essen und mein Vater hat uns dann abends in eine Bar geführt und uns roten Sekt vorgesetzt und hat uns quasi gezwungen - wollte uns was Gutes tun - und hat uns quasi gezwungen, den Sekt zu trinken. Der war also furchtbar süß und für uns beide war es scheußlich, nachdem wir also eine Woche nichts gegessen haben und dann zwei Gläser davon trinken mußten. Das war also für uns ein furchtbares Erlebnis.

**Th:** Ja, und du kannst sehen, wie merkwürdig manche Sachen quergeankert sind.

**KI:** Ja, hätte ich nie gedacht.

**Th:** Gut dann muß man die Ursprungssituation abändern, damit sie nicht mehr so stark wirkt oder entschärft ist. Also red' mal mit deinen Eltern und sag' ihnen, wozu dieses Erlebnis bei dir geführt hat.

**KI:** Ja, also dieser scheußliche rote Sekt führt bei mir in der Zukunft dazu, dass ich, wenn ich nur an Wein oder irgendwelche roten Getränke denke, dass ich dann Bauchspeichelreaktionen bekomme.

**Th:** Und deshalb ist es sinnvoll, dass du diesen roten Sekt nicht trinkst - also schütte ihn ganz demonstrativ vor seinen Augen aus und genieß' es und nun guck mal, ob du das hinkriegst. Und er darf sogar ausflippen, dein Vater, aber Hauptsache du machst das.

**KI:** - *energisch* - So, und ich trinke dieses Glas nicht. Da kannst du machen, was du willst. Ich kippe das jetzt aus.

**Th:** Ja, und er soll es sich anschauen.

**KI:** Guck' es dir an! - Es geht, aber die Reaktion im Bauch wird schlimmer. - *fängt wieder heftig an zu Zittern.*

**Th:** Ja, wir gehen ja jetzt voll ins Problem rein, das heißt, es gibt erstmal Erstverschlimmerung. Das heißt auch Volltreffer. So guck' dir den Vater an. Wie reagiert er?

**KI:** Entsetzt.

**Th:** Siehst du, da hast du's. Da hängt die Energie dahinter.

**KI:** Er kann es nicht verstehen. Er will uns doch was Gutes und ich lehne es ab.

**Th:** Richtig, und da liegt der Hauptanker: Da will jemand was Gutes und du sagst nein. Das erzeugt eine riesen Spannung. Und das noch geankert darauf, macht

sofort in deinem Bauch wieder eine riesen Spannung. Das müssen wir jetzt klarkriegen, dann müßte es weg sein. Also, sag' zu deinem Papa, es ist wunderbar, wenn du entsetzt reagierst, aber trotzdem, es tut mir nicht gut und ich mache es deshalb nicht. Wenn du mir wirklich was Gutes tun willst, dann erlaubst du mir, meinen Willen durchzusetzen.

**KI:** Ja, also, wenn du mir wirklich was Gutes tun willst, dann erlaub mir, meinen Willen durchzusetzen. Ich möchte den Sekt nicht. Ich möchte ein Glas Wasser. Ich möchte es nicht und ich trinke es auch nicht. Und ich werde es auch nie wieder trinken. Ich trinke nur noch, was ich mag und nicht, was du meinst, was mir gut tun würde. Das mach' ich nicht.

**Th:** Ok., guck' ihn dir an, wie reagiert er?

**KI:** Ja, er verzieht das Gesicht und grinst. Er findet es gut, dass ich mich durchsetze. Findest du es gut? Ja, ja, ja. Ja, sagt er, das hättest du schon mal eher machen sollen. Ja, Vati, das finde ich gut, dass du mich verstehen kannst, dass du mich in meine Lage versetzen kannst. Du hättest es ja sicher auch nicht anders gemacht. Nee, sagt er, da hab' ich eigentlich gar nicht so drüber nachgedacht. Ich wollte euch einfach was Gutes und weil es mir geschmeckt hat, da hab' ich gedacht, es würde euch auch ganz gut tun.

**Th:** Ok., dann geb' euch jetzt noch die Hände, um die Situation als Ritual zu besiegeln.

**KI:** Ja, das geht gut. Das geht alles gut. - *Jetzt schickt der Thertapeut sie wieder in die Gastwirtschaft, fordert sie auf, den Vater mitzunehmen und erneut von dem Rotwein zu trinken.* - Beim ersten Schluck wurde es warm. Dieser Druck ist immer noch ein bisschen da und er geht jetzt zur Seite hin und im Rücken spür' ich das auch. - *Erneut soll das körperliche Symptom sich in ein Bild umsetzen. Es taucht eine Situation auf, in der sie mit ihrem Vater in Hessen unterwegs war. In einer Gaststätte bestellte er ihr Würstchen mit Sauerkraut, die sie nicht mochte. Weil er sich schämte, für sich alleine noch eine zweite Portion zu bestellen, bestellte er auch für sie noch eine zweite Portion. Der Therapeut fordert die Klientin wieder zur direkten Kommunikation auf.* - Ja, Vati, das war das Falsche, was du da gemacht hast. Du hast es gut gemeint, aber wenn wir es gewollt hätten, dann hätten wir doch sicher „ja“ gesagt. Wenn man was ablehnt, dann kannst du doch nicht einfach drüber hinweg gehen und es trotzdem bestellen. Das finde ich nicht so gut.

**Th:** Siehst du, du hast dich ein Stückchen vergewaltigt, du hast was gemacht, was du nicht wolltest und diese Information ist hängen geblieben und das summiert sich alles auf.

**KI:** Ja, ich hab' die ersten schon runtergewürgt, die ich nicht mochte.

**Th:** Also, am besten muß dein Vater sich

jetzt entschuldigen oder du würgst sie wieder aus. - *Die Klientin würgt die Würstchen lachend wieder aus. Sie amüsiert sich dabei und bestellt sich dann zwei Buletten. Dann unterstützt sie auch ihre Mutter darin, sich durchzusetzen. Die Mutter bestellt sich Wiener Würstchen und der Vater ist einverstanden.*

**KI:** Ja, Vati, du bist nicht stur. Du hast es nur gut gemeint und nicht drüber nachgedacht. - *Die Klientin geht jetzt wieder zurück in das Bild in der Gastwirtschaft. Der Druck hat sich wesentlich verbessert und ist nur noch ein klein wenig zu spüren. Sofort taucht eine weitere Szene aus ihrer Kindheit auf, wo wiederum der Vater für sie und die Mutter gegen deren Willen Würstchen mitbestellt hatte, weil er sich schämte, nur für sich alleine zu bestellen.*

**Th:** Ja, der muß lernen, für sich selber einzustehen - merkst du es? Mach' es mal generell: Frag' ihn mal, welche Farbe er braucht, damit er in Zukunft sein Es-sen immer für sich selbst bestellt und eure Entscheidung respektiert. - *Die Klientin nennt die Farbe rot und läßt sich dann diese Farbe aus dem Kosmos über ihr Scheitelchakra einfließen. Die Klientin bemerkt, dass die Farbe v.a. in den Bereich des Körpers fließt, wo sie den Druck verspürt. Sofort wird dieser Körperteil ganz warm, aber sie verspürt auch eine Blockade, wie eine Mauer, an der die Farbe aufhört zu fließen. Zunächst bittet sie der Therapeut, diese Farbe auch zu ihrem Vater hin fließen zu lassen. Sie tut es und daraufhin fragt der Vater sie und die Mutter, was sie essen wollen. Sie antworten, dass sie nur trinken wollen und der Vater respektiert die Entscheidung. Erneut führt der Therapeut die Klientin in das Ausgangsbild der Gastwirtschaft und fordert sie auf, den Rotwein zu trinken. Sie bemerkt augenblicklich, wie ihr Mund trocken wird und auch der leichte Druckschmerz ist immer noch spürbar.*

**Th:** Gut, diese kleine Stelle, die müssen wir jetzt noch auflösen, da fehlt noch was. Sprech' sie direkt an, sie soll sich zeigen. - *Es taucht nichts auf. Daraufhin installiert der Therapeut eine Tür, auf der steht „der kleine Schmerz“. Sie öffnet diese Tür und nimmt einen dunklen Raum mit einem Projektor drin, wahr.*

**Th:** Ok., mach' ihn an und schau' mal, was er dir zeigen will.

**KI:** Eine Silberdistel, oder sowas - eine Blume - die blüht so da vorn - *Der Therapeut fordert die Klientin auf, direkt in das Bild einzusteigen und mit der Blume zu sprechen.* - Silberdistel, was hast du für eine Bedeutung, dass ich so einen Druck bekomme. Jetzt sehe ich in der Mitte sowas Ausgepufftes. Sie sieht aus wie eine ältere Blume, die schon am Vergehen ist. - *Die Klientin hat die Assoziation „Bitterstoffe“ und fragt die Distel, ob in dem Wein Bitterstoffe sind.* - Hängt das mit der Farbe zusammen? Jetzt sehe ich so rote ausgepreßte Traubenschalen. Vielleicht hängt das auch

damit zusammen. Mit dem Schimmel vielleicht, mit dem Stoff. Die Silberdistel ist so richtig schon am Vergehen, aber nicht so wie es natürlich ist bei normalen Disteln, wenn die älter werden. Also, die Silberdistel äußert sich nicht dazu.

**Th:** Ok., dann soll sie dir mal eine Situation zeigen, wo es deutlicher wird. - *Es taucht ein Weg mit einer Wiese auf, mit vielen Kräutern, Blumen und Gräsern drauf. Die Klientin beschreitet den Weg und ihr fallen v.a. die Vielzahl von bunten Blumen, die Bienen und eine Kuh auf.*

**Th:** Ich hätte die Idee - setz' dich mal in diese Wiese, trink' dort den Rotwein und schau' mal, was dann passiert - weil das ist ja ein ganz neuer Kontext.

**KI:** Ich spüre wieder Wärme. Der Schmerz hörte eben mal kurz auf, aber jetzt wird er wieder schlimmer. Er ist jetzt großflächiger und geht bis in den Rücken.

**Th:** Ok., irgendetwas trägt dazu bei, dass dieser Schmerz größer wird und das soll jetzt größer werden. Schau mal, was größer wird oder sich verändert.

**KI:** - *Die Klientin wundert sich.* - Ja, die Blumen gehen weg, es bleibt nur noch Gras da. Und das Gras ist jetzt nicht grün, sondern mit so einem komischen weißen Belag.

**Th:** Ah ja, untersuch' mal das Weiße, was ist es denn?

**KI:** So filzig ist das, mit so Drüsenhärcchen oder so. Ich kann mir das nicht vorstellen, was das ist. Und sehr breit ist das Gras. - *sie trinkt nochmal und spürt, wie die Wärme, die der Wein auslöst überall dorthin steigt, wo sie Schmerzen verspürt. Sie empfindet die Wärme als heilend. Als sie der Wärme erlaubt, sich auszubreiten, verstärkt sich der Schmerz und dann kommt die Kuh auf sie zu. Die Klientin erinnert sich an eine Szene aus ihrer Kindheit, in der sie auf einer Wiese eingeschlafen war und von einer Kuh aufgeweckt und erschreckt wurde. Die Klientin zittert wieder sehr stark.* - Ah, ich sehe richtig das Maul. Da tropft die Spucke raus und die vielen Haare und die pelzige Zunge

**Th:** Wie das pelzige Gras, merkst du es?

**KI:** Ja, genau und auch die Eisbeine, da waren auch diese Haare und das Wabbelige. Ja, Kuh, jetzt weiß ich, woher dieses Gefühl kommt. - *sie zittert*

**Th:** Ja, nichts geht verloren im Unterbewußtsein, alles verbindet sich.

**KI:** Aber ich hab das doch gar nicht als so schlimm angesehen.

**Th:** Das ist egal, wie du es wertest, aber dein Körper hat reagiert, verstehst du? Der Hund findet es auch nicht schlimm, dass er Speichelabsonderung hat, wenn die Glocke ertönt, aber die Ankerung bleibt. Ok., wie ist es jetzt für dich, wenn die Kuh dich ableckt?

**KI:** Ach, das ist nicht schlimm. Kuh, das ist gar nicht so schlimm. Es ist ja jetzt

auch nichts Unerwartetes. Ich reagiere immer nur so schlimm, wenn ich erschreckt werde.

**Th:** Ok., dann frag' mal die Kuh, ob ihr jetzt für immer Frieden schließen wollt.

**KI:** Ok., Kuh, wollen wir jetzt für immer Frieden schließen? Sie nickt, ja. - *Die Klientin erwähnt an dieser Stelle auch ihre Angst vor Pferden. Auf Vorschlag des Therapeuten läßt sie ein Pferd auftauchen und spricht es an.* - Ja, Pferd in deiner Nähe fühle ich mich irgendwie unbehaglich. Erstens mal weil, dein Schweiß so riecht, das rieche ich schon kilometerweit. Und dann fühle ich mich so klein und winzig, so unterlegen. - *Die Klientin zittert wieder stark und der Therapeut fordert sie auf, auf der Zeitachse rückwärts zu gehen und nachzuschauen, was da passiert ist.*

**KI:** Ja, an Pferdefleisch muß ich jetzt wieder denken. Nach dem Krieg, da gab es bei uns Pferdefleisch. Zuerst wurde es nicht gesagt, was es ist. Später sagte es uns meine Mutter. Ja, Mutter, heute noch macht es mir was aus, mich in der Nähe von größeren Pferden aufzuhalten, nachdem du uns Pferdefleisch zu essen gegeben hast. Ja, sie sagt, sie mußte sich da auch erst dran gewöhnen. Ja, sie kann mich verstehen. - *Der Therapeut schickt die Klientin nun wieder zu dem Pferd und fordert zur direkten Kommunikation auf.* - Ja, ich habe dein Fleisch nicht so gern gemocht. Das hatte so einen süßlichen Geschmack. Oh, hängt das etwa damit zusammen, dass ich Süßes nicht vertrage? Ich sehe das bereite Grinsen von dem Pferd. Ja, das stimmt. Ok., Pferd, ich esse kein Pferdefleisch mehr, ich schließe jetzt Frieden mit dir. Reicht dir das aus? Das guckt jetzt so traurig.

**Th:** Ja, dann streichle es ein bisschen.

**KI:** Jetzt wirft es den Schweif so hin und her. Es ist unsicher. Es sagt, es weiß nicht, ob es mir trauen soll.

**Th:** Spür' mal, ob du eine Geste kennst, damit das Pferd Vertrauen zu dir bekommt. Und es ist dein Pferd in deinem Unterbewußtsein.

**KI:** Ja, also ich streichle jetzt über seine Mähne und sage, Pferd ich habe Vertrauen zu dir, sonst würde ich dich ja nicht streicheln. Es wiehert. Das bedeutet Zustimmung. Ah ja, gegen Roßhaar bin ich auch allergisch.

**Th:** Frag' mal, ob du jetzt noch allergisch bist.

**KI:** Bin ich jetzt noch allergisch? ... Jein! Es kommt ja und nein. Bin ich in einem Monat noch allergisch? Mehr nein als ja.

**Th:** Das heißt also, es verliert sich? - *Klientin bejaht* - Kannst du den Vorgang beschleunigen?

**KI:** Ja, ich versuch' mich jetzt mal auf das Pferd drauf zu setzen.

**Th:** Ja, das ist eine gute Idee. Reite mal auf ihm.

**KI:** Ich hab' also auch Höllenqualen gelitten, als meine Tochter die ersten Reitstunden nahm. Das war für mich ganz furchtbar.

**Th:** Hol' deine Tochter herbei. Laß' die mal reiten. - *Die Klientin beschreibt, dass ihre Tochter Angst hat und dass sie es eigentlich nur tut, weil die anderen es auch tun.*

**Th:** Ok., dann sag' ihr so was wie, die Alternative wäre, nein zu sagen und das zu tun, was sie wirklich will. Und schau' ruhig mal zu, wie sie reitet und prüfe mal, ob du es annehmen kannst. - *Sie kann es annehmen, verspürt aber immer noch etwas Angst. Dann nimmt sie wahr, dass das Pferd ihre Tochter nicht runterschmeißt und sie bedankt sich dafür bei dem Pferd. Die Klientin ist erleichtert und lacht. Daraufhin führt der Therapeut die Klientin wieder zu dem ersten Pferd und sie fragt es:*

**KI:** Geht die Allergie jetzt schneller weg, Pferd? - Ja. - Wie lange? Drei Wochen dauert es noch. - *Die Klientin bedankt sich bei dem Pferd.* - Ja, Pferd, ich werde jetzt, wenn Reiter vorbei kommen nicht mehr über den komischen Geruch schimpfen und ich werde mich auch nicht mehr fürchten.

**Th:** Ok., und jetzt geh wieder zu der Blumenwiese - *Die Klientin stellt erstaunt fest, dass das Gras jetzt grün ist* - und dann trinkst du am besten dort deinen Rotwein und guckst mal, wie es sich jetzt anfühlt.

**KI:** Ja, der erste Schluck machte den Mund wieder trocken. Der Schmerz war so gering, dass es zu vernachlässigen war und beim zweiten und dritten Schluck kam dann sogar Spucke. Und auch in der Bauchspeicheldrüse fühlt es sich besser an. Vielleicht ist da noch ein kleiner Aspekt oder es braucht Zeit. Man kann es auf jeden Fall nicht vergleichen vom Anfang zu jetzt.

**Th:** Und du siehst, wie komplex, aber auch wie simpel die Ankerungen zusammenhängen. Und jetzt müßte sich insgesamt eine Verbesserung einstellen

*Die Klientin hat die Idee, sich nach der Session mit all den Sachen, die sie jetzt bearbeitet hat und gegen die sie allergisch ist, erneut zu konfrontieren. Der Therapeut unterstützt sie in dieser Idee.*