

Christine Reulbach – Prüfungsarbeit zur Synergetik Therapeutin B 9 - 116
9. März 2003

Zur Person

Der Klient ist Ende dreißig, verheiratet und hat Kinder. Er hat sowohl ein paar Erfahrungen mit Synergetik Sitzungen bei anderen Therapeuten gewonnen und auch an prozeßorientierten Seminaren teilgenommen.

Das Vorgespräch

Im Vorgespräch berichtete der Klient, daß er sich darüber bewußt sei, daß es noch einige Dinge auf der Prägungsebene zu klären gäbe. Er bat mich jedoch darum, diese Sitzung auf der Symbolebene zu führen, um seinen Gefühlen nicht auf der Prägungsebene zu begegnen.

Zur Sitzung

Die ersten Bilder der Sitzung (Tunnel, Ritze) ließen auf der dargestellten Symbolebene ein Geburtstrauma anmuten, das sich mit der entsprechenden Intervention und Durchsinken auf die Prägungsebene möglicherweise offenbart hätte (z.B. Aussagen wie "was ich mache, ist sowieso nicht richtig", "Liebe, die gefangen macht"). In Absprache mit dem Klienten – wie oben erwähnt – blieb diese Interventionsmöglichkeit in dieser Sitzung unberücksichtigt.

Auch bei der Konfrontation mit der Ehefrau ließ der innere Dialog mit ihr auf ein möglicherweise zugrundeliegendes Mutterthema schließen. Dieser Aspekt blieb auch hier unberücksichtigt, um sich dieser Energie auf der Symbolebene zu nähern.

So auch die Ambivalenz zwischen Goliath und David, der mehr einem Wurm ähnelte, hätte wahrscheinlich bei entsprechender Intervention auf der Prägungsebene andere Entwicklungschancen ermöglichen können.

Auf Wunsch des Klienten wurde auch auf Veränderungsarbeit - um die neu gewonnene Qualität beispielsweise in einer Zukunftsvision zu integrieren - während der Sitzung verzichtet. Von der neu gewonnenen Qualität noch sehr berührt, bat er darum, die Sitzung damit ausklingen zu lassen.

Feedback des Klienten nach der Sitzung

Die Qualität der neu gewonnenen Freiheit zeigte sich zwei Tage nach der Sitzung an seinem Arbeitsplatz, an dem ein Tätigkeitsfeld eingestellt wurde. Dies ermöglichte dem Klienten, den Fokus auf andere, interessantere Tätigkeitsfelder zu lenken.

Er teilte mir auch mit, daß sich sein Umgang mit seinen Kindern verändert hätte. Er fordere nicht mehr Dinge ein, sondern äußere seine Bedürfnisse fortan in einem Wunsch. Indem er seine Kinder um etwas bittet, fragt er sie, was sie sich im Austausch dafür wünschen (*siehe Konfrontation des Klienten mit dem Schmied in der Sitzung*).

Titel der Sitzung: Fesseln sprengen

K: Ich bin in einem Tunnel.

T: Du bist in einem Tunnel.....

K: In einem Straßentunnel. Ich fühle mich da sehr unwohl. Ich bin sehr klein, da in so einer Ritze versteckt im Asphalt. Ich kann mich immer daran erinnern, daß vorher immer Lkws drübergedonnert sind.

T: Über den Asphalt?

K: Ja und über die Ritze zum Teil, und daß ich da tierisch Angst da drin gehabt habe. Jetzt habe ich den Mut so etwas rauszuschauen und es ist ziemlich ruhig da drin.

T: In der Ritze?

K: In dem Tunnel auch. Also es fährt jetzt kein Auto durch den Tunnel und irgendwo ist es so eine Angst, da rauszukommen aus dieser Ritze, es könnte ja jederzeit wieder ein Auto kommen, oder zumindest von den schweren Lkws, und mich zerquetschen. Da will ich lieber jetzt in dieser Ritze drin bleiben und schaue einfach mal heraus.

T: Wie lange bist du da schon drin in dieser Ritze, oder wie bist du da reingekommen?

K: Ich kann mich an nichts anderes erinnern (*Tunnel, Ritze und diese Äußerung könnte auf ein Geburtstrauma hindeuten*)

T: Ja.

K: Ich habe einen Traum immer wieder, von einer Wiese und einer Sonne, das ich da sehe.

T: Ist das ein richtiger Traum oder ist das der Traum jetzt dort zu sein?

K: Das ist der Traum, den ich in der Ritze habe. Irgendwo so ein Wissen, es gibt außerhalb von diesem Tunnel in dieser Ritze..... da gibt's noch was anderes. Irgendwie komme ich aus dieser Ritze nicht raus. Aber was hält mich da drin noch fest? Die Ritze gibt mir auch Sicherheit (*Klient erkennt dies gerade*).

T: Ja. Dort bist du sicher?

K: Genau, da passiert mir nichts da drin. Als ich die ganze Zeit da drin gewesen bin, ist mir schon nichts passiert.

T: Und gleichzeitig könntest du dich vielleicht mal umsehen (*Ermutigung des Klienten*)

K: Ja eben, um aus dem Tunnel rauszugehen.

T: Schau mal, du sagst Lkws sind da keine, wie sieht es dort aus?

K: Es fährt gerade gar nichts da drin, er ist beleuchtet, dieser Tunnel, man sieht eine endlose Lichterkette in beide Richtungen, also man sieht keinen Ausgang und keinen Eingang und es ist sehr ruhig da drin. Aber irgendwo habe ich das Gefühl es könnte jetzt jederzeit wieder dieses Brummen auftauchen, dieses Geräusch und dann geht wieder dieses Überrollen von diesen Lkws los. Weil es sind nicht mal Autos, sondern Lkws.

T: Ja, und da gibt es nichts, keine Straßenumrandung, an der du entlang gehen könntest?

K: Tja, einen Straßenrand gibt es schon, aber da muß ich auch erst mal rankommen.

T: Hast du das Gefühl, du kommst aus der Ritze nicht raus?

K: Ich möchte vielleicht auch gar nicht aus dieser Ritze raus.

T: Du brauchst diesen Schutz? Was könnte passieren?

K: Wenn ich rausgehe? Daß ich überfahren werde.

T: Es scheint also was zu geben, das mächtiger ist als du.... Spüre das mal.... Und gleichzeitig ist der Traum da von dieser Wiese.... (*Bewußtmachen der ambivalenten Anteile*)

K:genau... Was auch schön ist an dieser Ritze, die hat sich mir jetzt komplett angepaßt, gell, die ist jetzt nicht unbequem oder drückt oder so, aber die Frage ist, was soll ich da drin? Ich kann mich jetzt noch länger von den Lkws überrollen lassen, aber etwas in mir sagt "du bist jetzt lange genug da drin gewesen, du könntest jetzt endlich mal da rauskommen".

T: Ja, wenn du willst, kannst du es ja mal machen.

K: Das einzige, was ich mache, ist den Kopf heben, also die Arme und Füße haben keine Energie, wobei, wenn ich es wirklich möchte, kann ich es machen, aber es ist so schwer alles.

T: "Es ist so schwer alles", spüre das mal.... (*Verbindung zur Körperebene schaffen*)

K: In den Händen zieht es mich richtig runter.

T: Wann spürst du das?

K: Wenn ich dran denke, daß ich aufstehen möchte und dann spüre.... möchte ich ja aufstehen und bringe die Energie in meine Hände und meine Füße und dann spüre ich diese Schwere, dieses Bleigewicht. Also den Kopf heben ist kein Problem, über den Rand zu schauen, gucken "kommt gerade was" und dann gehe ich wieder zurück. Aber aufzustehen und jetzt da raus, da merke ich jetzt die Schwere, Befangenheit.

T: Ja. Aber so eine Idee in deinem Kopf hat damit gespielt da mal rauszugehen, ist das so?

K: Eine Sehnsucht da rauszukommen, die bleibt ungestillt.

T: Laß diese Sehnsucht mal stärker werden, spüre mal (*Gefühl stärken*).

K: Ja. Das läßt jetzt alles leichter werden, also die Hände werden leichter, die Füße werden leichter, ich kann jetzt auch hinknien, und so bloß den Kopf... ich kann sogar aufstehen und rausschauen. Aber es ist mir zu unwohl, ich knie mich lieber wieder hin, es könnte ja jederzeit wieder ein Lkw auftauchen.

T: Schau mal, ob du.... gibt's da sowas wie ein....

K: Jetzt kommt da wieder diese Schwere.

T: Ist das die Angst? Spüre mal was da ist.... die Sehnsucht nach draußen zu gehen und gleichzeitig diese Schwere.... (*beide Anteile bewußt machen*)

K: Ich habe das Gefühl da liegt irgendwie so, es ist schwer zu beschreiben.... es ist interessant, wenn ich jetzt direkt so da drauf liege und spüre was da ist, habe ich das Gefühl, daß meine Hände und meine Füße gefesselt sind.

T: In der Ritze? Oder bist du.....

K: Nein, es ist nicht ob ich in der Ritze liege oder so, ich spüre nur, das ist so ein Energiefeld, wo jetzt links und rechts meine Hände runterhält und meine Füße und die ziehen mich jetzt fest runter und es liegt da irgendwie was dunkles über mir.

T: Spüre mal diese Schwere in dir, laß sie sich mal ausbreiten.....

K: Tja, die Frage ist..... Es ist irgendwas total übermächtiges. Es kommt mir vor wie David und Goliath, daß David nicht bloß klein ist, sondern ein Wurm.

T: Wofür steht der Wurm? *(nun Fokus auf diesen Anteil, um die ambivalenten Anteile herauszuarbeiten)*

K: Für was stehst du? Es ist die Angst vor mir.

T: Wenn er jetzt zu dir gekommen ist, dieser Wurm, frag ihn doch mal, was geschehen könnte.

K: Es ist so übermächtig da...

T: Was ist das konkret, dieses übermächtige?

K: Auf der einen Seite ist es so "das nicht glauben möchten", daß da sowas übermächtiges da sein soll, auf der anderen Seite ist es auch eine riesige Ehrfurcht vor dem, dorthin zu gehen oder das anzusprechen.

T: Was könnte passieren?

K: Es könnte mich zertreten.

T: Sag es doch mal direkt *(direkte Ansprache des Anteils)*.

K: Ich habe Angst, daß du mich zertreten kannst.

T: Kannst du was wahrnehmen?

K: Er hat so die Hände übereinandergeschränkt und lacht bloß so runter und hebt zum Spaß jetzt auch noch so einfach den Fuß hoch.

T: Wie nimmst du das wahr, spüre mal.

K: Jetzt kommt so ein Zwiespalt in mir hoch. Auf der einen Seite ist die Angst dorthin zu möchten, auf der anderen Seite ist es, na ja, sich dem stellen möchten. Ich bin sicher, wenn ich mich da jetzt entgegenstelle mit all meiner Macht, der kann mich nicht zertreten, das kann nicht sein, das geht gar nicht.

T: Und wo spürst du das?

K: In meinen Händen.

T: Und wo ist die Angst, wo spürst du die?

K: Mmh.

T: Schau mal was dein Impuls ist, er steht vor dir hat die Arme verschränkt und den Fuß hoch?

K: Ich haue ihm den anderen Fuß weg, daß er umfällt, daß er aus seinem Gleichgewicht kommt. Okay (*Klient lacht*), er sitzt jetzt auf dem Hosenboden und schaut ganz bedeppt (*Klient und Therapeutin lachen*) (*hier übernimmt zunächst ein Anteil die Führung*)

T: Tja, damit hat er wohl nicht gerechnet, oder?

K: Ja, tja, jetzt fangen beide an zu lachen. Ist witzig. Entweder werde ich jetzt größer oder er wird kleiner. Was auch ganz witzig ist, er hat mir damit eigentlich nur was zeigen wollen (*hier zeigt sich gerade eine Veränderung*)

T: Weißt du, was er dir damit zeigen wollte?

K: Ja, ich spüre es gerade.

T: Wo spürst du das? (*Klient zeigt auf den Solarplexus*) im Solarplexus. Wie fühlt er sich dir jetzt gegenüber?

K: Gleichwertig. Ich fühle mich jetzt auch gleichwertig.

T: Wie ist das für ihn, ist es in Ordnung?

K: Er nickt.

T: Kannst du eine Gegenwart noch spüren?

K: Ja, diese Größe. Aber diese Größe ist jetzt nicht diese bedrohliche Größe, sondern eine ganz andere Qualität von Größe.

T: Kannst du diese Größe mal beschreiben?

K: Nein, das kann man nur fühlen.

T: Ja, spüre es mal und schau mal, wohin sie dich trägt.

K: Das ist bloß ein Aspekt von ganz vielen.

T: Wie fühlst du dich mit dieser Größe? Laß sie mal da sein (*Fokus auf den stärkenden Anteil*)

K: Es gibt mir den Mut aus dieser Ritze zu gehen.

T: Genau, schau mal, ob du's jetzt machen kannst mit diesem Gefühl? Vielleicht gehst du noch mal in die Situation, in der du sie gespürt hast (*Energie aufbauen, um dem anderen Anteil zu begegnen*)

K: Ja. Also ich bin nicht viel größer als vorher, aber die Ritze ist mir nicht bequem, also es ist eindeutig, ich passe nicht mehr rein (*hier kündigt sich eine Veränderung an*)

T: Okay, gut, dann schau, was du tun willst.

K: Ich habe meine Lafschuhe an und lege mal los. Jetzt kommt so... es hat den Anschein es ist so unendlich, also nur, immer nur das gleiche (*weiterer Aspekt dieses Schauplatzes*)

T: Also kein Horizont in Sicht?

K: Nur diese endlos lange Röhre. Aber ich habe mich jetzt entschieden, daß ich in nur eine Richtung laufe (*Klient kommt in die Handlung*)

T: Ist der Goliath, so wie du ihn genannt hast, noch da? (*nochmals Rückverbindung mit der stärkenden Qualität*)

K: Nein, aber das Gefühl ist da.

T: Ja, dann schau mal was weiter geschieht.

K: Also die Luft ist katastrophal hier unten. Zu stickig, um zu laufen. Es strengt alles sehr an.

T: Ist sie auch dünn? (*Ansprache der Sinne*)

K: Stickig. Ich habe das Gefühl, daß der Tunnel kein Ende hat, es ist unendlich.

T: Wie ist das für dich? Ist es müßig, ist das sowas?

K: Es ist ein sinnloser Weg. Ich glaub ich schaue einfach mal links und rechts. Ich gucke einfach mal, ob es so Einbuchtungen gibt, wo man ein- und aussteigen kann, zusätzlich, bevor die Luft zu knapp wird. Es gibt eine Telefonzelle, es gibt einen Parkplatz...

T: In der Röhre....

K: in der Röhre, ja..... es gibt eine Tür.

T: Eine Tür?

K: Ja.

T: Willst du die mal aufmachen?

K: Tja.....

T: Wie sieht sie aus?

K: Rot. Notausgang steht drauf.

T: Notausgang.... ja... willst du sie mal aufmachen?

K: Warum eigentlich nicht, ist ja ein Notfall.

T: Ja, dann nimm mal die Türklinke in die Hand....

K: Okay.....

T: und mach sie jetzt auf (*Türenknarren wird eingespielt, um das Erleben zu intensivieren*).

K: Ist schon lange nicht mehr aufgemacht worden. Aha, das ist interessant. Also ich stehe jetzt in einer Röhre und da geht eine Treppe hoch, so Metallstäbe gehen da hoch, und da oben sieht man Licht. Ich klettere einfach mal die Dinger da hoch. (*Pause*)

T: Kannst du da raufklettern?

K: Ich spüre ein ziemlich starkes Pochen.

T: Spürst du das in der Herzgegend? (*Verbindung zur Körperebene schaffen*)

K: Nein, eher so Bauchnabel, in der Nabelgegend. Puh ist das anstrengend, es wird immer enger, immer schmaler, aber das interessante ist, die Luft wird immer besser. Das ist jetzt komisch, ich gehe jetzt aus der Röhre raus, und die hat keine Tür, gar nichts, aber es geht jetzt ins Wasser rein. Es ist jetzt richtig angenehmes warmes Wasser, so ein blauer Ozean, und von oben scheint die Sonne durch das Wasser. Ich brauche jetzt auch keinen Sauerstoff zum atmen.

T: Ach du bist im Wasser schon?

K: Ich bin im Wasser ja, ich bin jetzt durch so, ja wie so eine Wasserwand.

T: Kann man darin schwimmen?

K: Ja, ja, wunderbar, es ist richtig schwerelos, ist dieses Gefühl.

T: Nimm das mal wahr, schwerelos zu sein.... (*Qualität auf Körperebene bewußt machen*)

K: ...ganz schwerelos ist es nicht, irgendwas ist an den Händen noch, was zieht.

T: An beiden Händen?

K: Ja, also hier ist es stärker (*Klient zeigt auf seine rechte Hand*) wie auf der linken Seite.

T: Schau mal, wohin es dich zieht.

K: Okay, das ist eine gute Idee, ich lasse mich einfach mal dorthin ziehen. Es ist wie ein Magnet.

T: Wie fühlst du dich dabei?

K: Ausgeliefert, aber spannend was kommt.

T: Also du gibst dich hin?

K: Ja. Es geht immer schneller.

T: Wohin zieht's dich, nach unten, nach hinten, nach vorne...

K: Du, es gibt kein unten, oben, es zieht mich einfach irgendwohin.

T: Ah ja.

K: Schönes Bild. Ich stehe am Fluß jetzt, mitten im Fluß.

T: Also du kannst auftauchen jetzt?

K: Ja, ja, es hat mich jetzt aufgetaucht. Das Bild zu beschreiben ist nicht so einfach, mitten im Fluß ist ein Felsplateau. Dieses Felsplateau steht genau im Wasser, das heißt also, es geht links und rechts runter und von oben geht sehr starke Strömung. Und jetzt stehe ich da und weiß nicht was ich tun soll.

T: Was heißt von oben kommt eine starke Strömung, über dieses Felsplateau drüber?

K: Nein, nein, wenn jetzt ich also das Felsplateau verlassen würde, würde mich diese Strömung runterreißen.

T: Und du stehst auf dem Felsplateau?

K: Ja, es ist schön da, wunderbar.

T: Laß es mal da sein. Was fühlst du?

K: Ich hab das Gefühl, das Wasser ist das Leben, das an mir vorbeiströmt. Ich kann so gar nicht richtig teilhaben an dem Leben, das da sinnlos runterstürzt (*eine Intervention, um auf die Prägungsebene durchzusinken, wäre hier möglich*).

T: Ist das sowas wie...

K: Obwohl die Landschaft wunderschön ist da, diese Sinnlosigkeit und diese Verlassenheit macht mich unheimlich traurig.

T: Laß das Gefühl mal da sein, traurig zu sein (*Verstärkung des Gefühls*)

K: (*Klient atmet stärker*) Ich will hier raus, ich will nicht mehr allein sein, raus, ich will endlich eins werden. Aber ich weiß nicht wie. Ich bin total resigniert. Ich spüre wieder dieses gespalten sein, auf der einen Seite dieses.... auf der anderen Seite das resigniert sein. Die Kraft ist da, kann was, aber... scheiße (*hier wird die Ambivalenz wieder deutlich*)

T: Schau mal, was im Moment schmerzt (*Intervention, um festzustellen, welcher Anteil stärker ist*)

K: Die Resignation.

T: Woher kennst du das aus deinem Leben? (*Intervention zum Durchsinken auf die Realitätsebene, da sich eine Klärung auf der Symbolebene erschöpft*)

K: Scheiße.

T: Schau mal, diese Zwiespältigkeit, die du auch auf dem Fels und in der Ritze gespürt hast, der eine Anteil, der sich nicht raus traut und der andere, der gerne auf die Wiese mit der Sonne möchte. Und auch auf dem Felsplateau, die Schönheit ist auch dort da (*Reflektion, was gerade wirkt*)

K: Ich sehe es ja, auch auf dem Felsplateau, aber ich komme nur nicht dran.

T: Wohin würdest du denn gerne gehen? (*Test, ob eine andere Qualität, wie Sehnsucht oder Wunsch vielleicht eine tragende Kraft sein könnte*)

K: Das ist auch wieder das Problem, es gibt einen Fluß, es gibt zwei Ufer, ich kann auf beide Ufer hingehen, auf welches soll ich gehen, die andere Seite ist... ich hab jetzt zum Beispiel die Idee, ich kann ja den Fluß zusammenfließen lassen oder austrocknen lassen, es ist alles eins.

T: Schau mal, ob es darum überhaupt geht. Schau mal, was würde passieren, wenn du dich dem Wasser anvertraust?

K: Es würde mich runterspülen in den Wasserfall.

T: Was könnte passieren?

K: Ich fliege da runter.

T: Hast du Angst?

T: Nein.

T: Was ist es?

K: Dann bin ich wieder genau in dieser Ritze wie vorher.

T: Du steckst fest?

K: Genau.

T: Wenn du nun bei diese großen Strömung mitgerissen wirst, wo könnte sie dich festhalten?

T: In der Walze.

K: Wo ist da eine Walze?

K: Das Wasser, daß da so runterfliegt, bildet eine Walze und das hält mich dann wieder so fest, und aus der komme ich dann wieder nicht mehr raus. Aber jetzt bin ich zumindest schon mal oben und sehe das alles. Und auf die Walze habe ich keinen bock.

T: Und diese Situation kennst du? *(wieder Fokus auf die Realitätsebene, da sich die Blockade auf der Symbolebene nicht löst)*

K: *(gedehntes ja)*

T: Woher kennst du diese Situation? *(Verbindung zur Realitätsebene herstellen)*

K: *(atmet tief durch)* ich sitze am Frühstückstisch, allein.

T: Bei dir zu Hause?

K: In B *(Wohnort des Klientens)*. Alle schlafen noch. Ich gehe zur Arbeit. Ich mache meinen Job, komme wieder heim, da gibt es wieder die ewigen Diskussionen, daß ich mich um nichts kümmere.

T: Wie ist das für dich, wer sagt das?

K: S. *(Ehefrau des Klienten)*

T: Wie ist das für dich, wenn sie das sagt?

K: Das hast du schon so oft gesagt.

T: Wie reagiert sie?

K: Ich habe gar keine Lust mehr, mich um was zu kümmern, es bringt auch gar nichts, weil wenn ich was mache, mache ich es sowieso nicht richtig *(hier könnte man auf die Prägungsebene gehen)*

T: Wie reagiert sie? *(Fokus auf das Hier und Jetzt)*

K: Hysterisch.

T: Sag's ihr direkt (*direkte Ansprache zur Verdichtung der Energie*)

K: Du bist hysterisch. Es ist ja dann doch immer wieder gleich. Jetzt faucht sie mich richtig an.

T: Wie ist das für dich?

K: Soll sie halt. Es ist gleichgültig, so eine richtige Gleichgültigkeit steckt dahinter.

T: Ist das sowas wie "du erreichst sie sowieso nicht"?

K: Ja, sie erreicht mich nicht. Es ist alles schon so abgestumpft.

T: Ja, sag's ihr direkt.

K: Es ist alles schon so abgestumpft, es hat alles keinen Wert.

T: Und wie reagiert sie darauf, wenn du das sagst?

K: Auch resigniert, auch abgestumpft. Die gleiche Sinnlosigkeit (*hier schwindet die Energie wieder*)

T: Was bräuchtest du jetzt? (*Fokus auf stärkende Qualität*)

K: Anerkennung.

T: Ja, sag's ihr.

K: Du, es wäre schön, wenn du mal was anerkennen würdest.

T: Und was konkret....

K: Mich einfach anerkennen. Sie schaut mich mit diesem versteinerten Blick halt einfach an.

T: Was macht das mit dir?

K: Traurig, unendlich traurig.

T: Sag's ihr mal.

K: Du, das macht mich alles so traurig, diese Situation.

T: Wie ist das für sie?

K: Sie ist auch traurig, haben kämpfen müssen, die ganze Zeit.

T: Ja.

K: Sie sagt, wenn man kämpft, wenn man aufhört zu kämpfen, ist die Angst zu groß, daß wir uns gegenseitig verletzen. Deswegen kämpfen wir lieber.

T: Mhm. Was könnte passieren?

K: Das wir aufhören zu kämpfen.

T: Was könnte passieren, wenn ihr aufhört zu kämpfen? (*Konkretisierung*)

K: Es könnte sein, daß wir uns lieben. Gefangenheit.

T: in der Liebe?

K: Diese Liebe schon. Und deshalb kämpfen wir lieber, damit wir unsere Freiheit haben. Mir ist gerade richtig schwindelig. Mir kommt's gerade vor wie in einem Karussell, immer schneller (*hier verdeutlicht sich das Muster "Liebe macht gefangen"*)

T: Spüre mal diese Liebe, die gefangen ist. Woher kennst du das? (*Fokus auf Entstehung des Musters*)

K: Die Hexe.

T: Kennst du sie?

K: Es muß irgendwas altes sein, ich kenne sie nicht.

T: Ja, schau sie mal an.

K: Häßlich, einfach häßlich.

T: Sag's ihr.

K: Du bist häßlich, einfach häßlich. Ach so..... Sie meint, sie steht für meine Beziehungen, das ist interessant. Wieso stehst du für meine Beziehungen? Du, warum stehst du für meine Beziehungen? Ich würde meine Beziehungen nicht leben.

T: Frag sie mal, wann das angefangen hat?

K: Wann hat denn das angefangen?

T: Vielleicht kann sie dich hinführen oder dir zeigen.... oder kannst du es sehen?

K: Wir fliegen irgendwo hin. Ist eine Zeitreise oder so, keine Ahnung.

T: Wir sind jetzt auf einem Hügel, er ist mit Gras bedeckt. Wir sehen eine Menschenkarawane, eine Sklavenkarawane. Das sind Menschen, die mir anvertraut worden sind. Sie sind versklavt.

T: Und du führst sie?

K: Ja, damit es mir gut geht verkaufe ich die jetzt, wie Vieh.

T: Wie ist es für dich? (*Verbindung zur Gefühlsebene schaffen*)

K: Ich spüre die Fesseln.

T: Wo spürst du das? (*Verbindung zur Körperebene schaffen*)

K: An den Armgelenken und an den Beinen.

T: Weißt du, was das bedeutet?

K: Das ist es, das sind meine Gefühle. Ich versklave sie.

T: Wie ist das für dich, du versklavst deine Gefühle?

K: Das macht mich sehr traurig wieder. Aber ich habe Angst, wenn ich die loslasse, daß sie mich aus Rache dann umbringen werden.

T: Aus Rache, weil du sie.....

K:versklavt habe.

T: Wenn du willst kannst du ja mal einen fragen, wie er sich fühlt.

K: Du, wie fühlst du dich? Er macht auch einen resignierten Eindruck, er geht das zwar durch, so ein ganz stupider Blick, läuft einfach dieser Karawane nach und hat keinen eigenen Willen mehr.

T: Hier ist wieder diese Resignation, die du vorher wahrgenommen hast (*bewußt machen, was gerade ist*)

K: Ja. Der Blick ist bei allen da drin, ob es Frau, Mann oder Kind ist.

T: Frag sie doch mal, wann das angefangen hat (*weiter durchsinken*)

K: Wann hat das angefangen? Sie zeigen auf das Ende der Schlange, da müßte ich hingehen. Da ist wieder diese Endlosigkeit, aber ich will jetzt da hinkommen.

T: Ja, du kannst ja mal gucken, ob die Hexe dich da hinfliegt.

K: Sie ist gar nicht mehr da.

T: Du kannst sie ja auch zurückrufen.

K: Das schaffe ich allein. Es ist jetzt interessant, wenn ich an der Schlange entlang laufe, dann merke ich, je weiter ich vorkomme, um so lebhafter wird das alles, also der stupide Blick, wenn man jetzt in die Augen von diesen Leuten schaut, die werden lebendiger, also es kommt mehr Leben in die Schlange rein (*hier zeigt sich mehr Energie*)

T: Ja, wie ist das für dich?

K: Ja, irgendwo Hoffnung. Ich laufe jetzt schneller, es ist..... es sieht alles aus wie ein Wurm, ein Menschenwurm, die kommen alle aus dem Boden raus.

T: Sie kommen aus der Erde?

K: Ja, und am Anfang, wenn sie rauskommen, da lachen sie zum Teil noch (*Klient ist erstaunt*) und sind sogar noch fröhlich, obwohl sie die Ketten dran haben.

T: Frag sie doch mal..... wundert dich das?

K: Hey, wieso seid ihr denn fröhlich? Ihnen geht es gut. Sie machen jetzt gerade so ein Spiel oder was. Spiele macht ihr? Ja, gehen jetzt auf Wanderung.

T: Und die Ketten?

K: Sind dran. Hey was ist eigentlich mit den Ketten, wollt ihr nicht frei sein? Ja, das gehört zu diesem Spiel dazu.

T: Ah ja.

K: Wer spielt denn das Spiel mit euch? Es sei da unten, da würden sie in Ketten gelegt.

T: Willst du mal schauen?

K: Wie komme ich denn da runter? Jetzt hält die Schlange an, jetzt kann ich dazwischen durchgehen.

T: Und nimm mal wahr.....

K: Du es steht jetzt alles still. Da ist jetzt gar nichts. Das ist, als ob die Zeit still steht. Ich kann jetzt da durchlaufen und also die machen alle einen fröhlichen Eindruck.

T: Ja, sag's ihnen.

K: Geht nicht, die stehen jetzt still.

T: stimmt (*lachend*)

K: Also jetzt gehe ich da durch. Die Gesichter sind jetzt alle... die kann man jetzt auch so, jedes einzelne Gesicht kann man so anschauen. Also es ist interessant, ich kriege gerade einen unheimlichen Druck auf's rechte Ohr, weil's auch so ruhig ist, da drückt es unheimlich stark zu.

T: Wie ist das für dich, diese Stille?

K: Es ist jetzt nicht beunruhigend. Ich habe jetzt jede Menge Zeit das zu beobachten und das anzuschauen, und diese Gesichter, das macht mich alles unheimlich neugierig. Jetzt komme ich an den Punkt, jetzt läuft wieder alles.

T: Jetzt bist du an dem Kern angelangt?

K: Genau, und zwar steht da einer mit einer Schmiede und so einem Hammer und er hat diese Kette und hinten ist eine Schlange, wo die ganzen Leute sind und warten, daß sie in diese Ketten gelegt werden.

T: Ja, dann habe ich einen Vorschlag, geh doch mal zu diesem Mann und frage ihn, wieso er das macht.

K: Genau, hey, du, warum legst du denen eigentlich die Fesseln an (*überraschter Unterton*) und für was soll das sein? Der zuckt bloß mit den Achseln. Er tut hier nur seinen Job, er weiß sonst nichts.

T: Frag ihn doch mal, wer ihn beauftragt hat.

K: Wer hat dich denn eigentlich beauftragt? Schaut er mich an, aha, zeigt mit dem Finger auf mich und schmiedet weiter.

T: Du hast vorhin gesagt es ist ein Spiel, die Leute haben gesagt, es sei ein Spiel.

K: Genau.

T: Du kannst ja auch mal hingehen zu denen und fragen, nachdem du jetzt weißt, daß du der Auftraggeber bist, welches Spiel das ist. Oder vielleicht fragst du den Mann, wann er diesen Auftrag bekommen hat (*unterstützende Vorschläge*)

K: Ich glaube ich frage lieber mal die, die noch keine Ketten dran haben, wieso die da dran stehen und sich da die Ketten anlegen lassen möchten. Ich komme mir gerade so vor, wie einer, der eine Rede hält, so eine Ansprache....

T: vor denen?

K: ja. Ich stehe da jetzt und schreie und erzähle denen was passiert, daß das alles eine Lüge ist.

T: Ja, genau, sag mal, was du empfindest.

K: Das daß absolut eine Lüge ist, das ist kein Spiel, man möchte euch nur gefangen nehmen, daß man euch versklavt, ihr werdet total demoralisiert und stupide, ich hab euch gesehen, eure Schlange, die ist endlos lang. Jetzt kommt ein großes Gemurmel, sie sagen "nein, sie möchten dieses Spiel spielen". Das soll so toll sein, die möchten die Erfahrung machen mit dem Spiel.

T: Weißt du wie das geht?

K: Sie sagen, da muß man sich anstellen, die Eisen umlegen lassen und dann einfach da loslaufen, dann würde was ganz tolles passieren.

T: Wer hat ihnen das gesagt?

K: Wer hat euch das gesagt? Alle sagen das, steht in einem Buch drin.

T: In welchem Buch?

K: Im Buch des Lebens.

T: Wer hat dieses Buch geschrieben?

K: Das Leben selber.

T: Wessen Leben ist das, schau mal.

K: Unser Leben.

T: Wie ist das für dich, das alles so unfrei?

K: Ich hab das Gefühl, ich muß denen jetzt irgendwie klar machen, was denen da passiert. Ich kann die nicht so blind ins Verderben rennen lassen.

T: Genau. Sag ihnen mal, daß wenn sie so weitermachen, daß es ihre Liebe gefangen hält.

K: Genau.

T: Und es ist ein ewiges Spiel, das hört nie auf (*provozierende Intervention*)

K: (*hebt die Stimme an*) Hey hört mal her, wenn ihr dieses Spiel spielt, dann macht das euch gefangen. Das Spiel des Lebens, der Liebe, das macht euch gefangen, ihr werdet resigniert. Ihr habt keinen eigenen Willen mehr, ihr werdet stupide, möchtet ihr das werden? Jetzt

bleiben sie so stramm stehen und ein Gemurmel geht los. Sie fragen sie, woher ich das weiß, warum ich sowas behaupte. Ich hab's erlebt, ich komme von da. Sie schenken mir aber keinen Glauben. Jetzt kommt wieder so eine Resignation in mir hoch "ja, dann sollen sie halt in ihr Verderben rennen". Aber auf der anderen Seite kann ich sie nicht in das Verderben rennen lassen, ich muß irgendwas tun.

T: Schau mal, ob's sowas ist, wenn du der Anführer bist und sie auf dich hören, ja, ob's sowas ist, wie wenn du etwas in deinem Leben veränderst, ob's dann auch eine Auswirkung auf sie hat.

K: Sie erkennen mich nicht als Anführer, sie meinen ich bin irgend so ein Spinner. Jetzt beschimpfe ich sie auch noch, wie man so dumm sein kann. Euch geht's doch jetzt so gut, ihr seid doch jetzt so glücklich, warum wollt ihr euch versklaven lassen? Was steckt da dahinter? Ihr seid so wie die Tiere, die alle von der Klippe springen und sterben möchten. Jetzt kommen einige ins Zweifeln und überlegen, es ist ja eigentlich hier alles ganz toll, wieso soll ich was anderes wollen. Aber auf der einen Seite... jetzt weiß ich, was sie möchten. Die sind da unten ja auch gefangen, die möchten ja da hoch, das ist der Hauptgrund. Die möchten da hoch in diese Freiheit. Das ist der Grund. Und dort unten geben sie ihre "Freiheit" auf, um oben in der Gefangenschaft zu leben. Das ist ja irre, ob ihr jetzt unten und oben in der Gefangenschaft lebt..... Im Prinzip muß ich nur eins machen, genau, das ist es. Den Typ mit den Dingen, mit den Ketten, den müssen wir dazu bringen, daß der mit uns hoch geht ohne Ketten und da wären sie mit einverstanden (*hier kündigt sich eine Wende an*)

T: Ah ja.

K: Da sind sie auf einmal aufmerksam und beratschlagen, was man da machen könnte (*hier zeigt sich die Bereitschaft des Klienten zu handeln*)

T: Also sie hören jetzt auf ihn?

K: Auf mich, ich schlage jetzt vor, weil es ist für mich ganz klar, die möchten hoch. Wir sind gerade am beratschlagen, was wir jetzt machen können, damit es da hoch geht, auch ohne diese Ketten. Sie meinten, wir müssen jetzt den Schmied dazu bewegen, daß er uns irgendwie so hoch läßt, ohne diese Ketten. Okay, dann erkläre ich mich mal bereit, da mal zu dem Schmied zu gehen und mit dem zu reden. Okay..... Er hat gar keine Lust mit mir zu reden (*der sabotierende Anteil meldet sich*)

T: Ja, hol doch mal die Hexe, das ist mein Vorschlag, sie hat dich ja dorthin geführt (*Helfer installieren*)

K: Also Hexe, die schwirrt da oben rum und lacht bloß blöd. Warum lachst du so blöd? Daß ich endlich mal was tun soll. Ja, okay. Hey du Schmied, ich hätte gern, daß wir da raufgehen können, ohne daß du die Leute hier an Ketten legst. Da meint der Schmied "da gib't's nichts, wer da dran vorbei möchte, muß Ketten dran haben", das sei ein Befehl.

T: Aber du hast doch den Befehl gegeben, du hast ihn doch gegeben oder? (*Handlungsspielraum bewußt machen*)

K: Richtig, genau.

T: Warum sollst du es nicht ändern können? (*möglichen Handlungskompetenz aufzeigen*)

K: Er erkennt es nicht an, wenn ich das sage. Du, hey... nein er erkennt mich nicht an (*hier meldet sich wieder der sabotierende Anteil*)

T: Wie ist das für dich?

K: Hey du, wenn du keine Schwierigkeiten haben willst, legst du dich mit mir besser nicht an. Der meint, was ich Wurm eigentlich möchte (*Klient lacht*) der reizt mich. Jetzt kommt gerade wieder das Bild hoch vom David und Goliath. Es ist jetzt witzig, ich hab jetzt das Gefühl, daß ich dem jetzt den Hammer wegnehmen könnte, und dann wäre die Geschichte gegessen, also er hätte keine Chance, mir den Hammer wegzunehmen. Aber auf der anderen Seite, sagt mir eine Stimme, ist das der richtige Weg? Er soll mir den Hammer freiwillig geben (*Klient wird sich über die ambivalenten Anteile und deren Konsequenzen bewußt*)

T: Und welche Instanz in dir ist das? (*Fokus auf den anderen Anteil*)

K: Das ist eine Stimme in mir drin.

T: Schau mal, ob sie als eine Gestalt auftauchen kann? (*Verdichtung der Energie dieses Anteils*)

K: Ja, klar. Jetzt kommt wieder mein Schamane. Er will mir jetzt nicht helfen, er steht neben dran und hat die Arme verschränkt und sagt "so, jetzt mach mal, zeig mal, was du gelernt hast". Ja, okay. Ich stelle ihm (*dem Schmied*) eine Frage: "Was hättest du gerne, ich biete dir einen Tausch an". Wenn er mir den Hammer gibt, dann hat er einen Wunsch bei mir frei, was ich ihm da zum Tausch anbieten könnte. Seine Freiheit.

T: Ah ja, auch er ist gefangen? Wie ist das für dich? Kannst du sie nehmen?

K: Klar, aber die Frage ist, wenn er mir den Hammer gibt, was passiert dann? Was passiert dann mit mir? Ist da irgendeine Hinterlist oder Tücke drin? (*Prägungsebene bleibt hier unberücksichtigt*)

T: Schau mal, du hast vorhin gesagt, das ist hier ein Spiel. Das Spiel scheint mir irgendwie zu sein zwischen..... Vorhin hast du auch gesagt, daß das eine Fessel ist, du kennst nur die Liebe, die gefangen ist und du kannst nur kämpfen, um frei zu sein. Und das gleiche wiederholt sich hier. Es hat sich am Anfang mit Goliath wiederholt, es wiederholt sich in deiner Beziehung und es wiederholt sich hier wieder mit dem Mann mit dem Hammer. Und es klingt so, als würdest du müde werden, mit dem Kämpfen, um frei zu sein, um die Liebe zu bekommen, die einfach nur da ist, um die man nicht kämpfen muß, ist das sowas? (*Da die Prägungsebene unberücksichtigt bleibt, hier die Reflektion des immer wiederkehrenden Musters*)

K: Keine Ahnung... Ich habe Angst, wenn ich den Hammer nehme, was dann passiert. Was passiert wenn ich den Hammer nehme?

T: Du kannst es einfach ausprobieren. Ich mache dir einen Vorschlag, du kannst es einfach ausprobieren, und wenn es nicht so ist, wie du willst, drehst du die Zeit noch mal zurück..... (*Anregung zu experimentieren*)

K: Das machen wir, gut. Er gibt mir den Hammer und er lacht bloß, warum ich immer so mißtrauisch sei, fragt er mich. Das ist jetzt interessant, jetzt wo ich den Hammer nehme, wird aus diesem schwarzen Hammer ein goldener Hammer (*Vertrauen zeigt sich an mehreren Stellen in dieser Sitzung als Hauptschauplatz für eine andere Sitzung*)

T: Also ist das jetzt das Vertrauen, ist das sowas, es einfach auszuprobieren?

K: Und aus dem schwarzen Schmied wird ein ganz normaler wie die andern auch (*hier kündigt sich die Trendwende an*)

T: So wie die anderen Sklaven?

K: Da sind's ja noch keine, so wie die andern Leute.

T: Er ist sozusagen von seiner Aufgabe erlöst?

K: Genau, das ist auch interessant, jetzt wird es auch hier viel leichter (*hier kippt das Bild*)

T: Ja, spüre mal.

K: Ich gucke den Schamanen so ungläubig an: "ist alles wirklich so einfach?" Der nickt bloß (*Klient lacht*), es ist alles so einfach, daß man sich das Leben selber so schwer macht, wo's doch alles so einfach ist (*der Knoten löst sich*)

T: Schau mal wie geht es deinem rechten Ohr? (*Test*)

K: Ist komplett weg. Ich fühle mich total leicht, und der Hammer ist gar nicht schwer, der ist total leicht (*Klient verwundert*). Ich habe das Gefühl ich müßte den Hammer auf die Menschenmasse werfen.

T: Auf die Menschenmasse?

K: In die Menschenmasse, genau, die warten eigentlich bloß drauf, daß ich ihn endlich werfe. Jetzt rennen sie alle los in die Freiheit.

T: Haben sie noch Fesseln?

K: Die haben noch keine Fesseln gehabt, und die vorher, die sind schon ganz weit weg. Die Schlange ist weitergegangen. Jetzt strömen alle, geht alles wie ein Wasserfall, wie ein Springbrunnen gehen alle oben raus und ich stehe da und staune und denke "ist es wirklich alles so einfach alles?" Wenn ich jetzt so an die Ritze zurückdenke oder so, ich muß jetzt so über mich lachen, und der Schamane steht bloß da und lacht genauso. Wir liegen uns in den Armen und lachen uns tot, und die Leute strömen da oben raus und freuen sich einfach (*Energie fließt*)

T: Ja, genieße das mal einen Moment (*Manifestation der neu gewonnenen Qualität*)

K: (*Klient lacht*) es ist alles so witzig, es ist so toll (*Musik wird zum Ankern eingespielt, Klient nimmt ein paar tiefe Atemzüge*).

T: Wo spürst du diese Leichtigkeit? (*zur Integration Verbindung zur Körperebene schaffen*)

K: Überall. Ich habe da was gesehen.

T: Was hast du gesehen?

K: Mein drittes Auge hat sich geöffnet und aus dem Auge vom Adler bin ich durch die Berge geflogen und hatte das Gefühl von unendlicher Freiheit (*etwas neues entsteht*). Ich möchte noch ein paar Minuten fliegen, geht das?

T: Ja, genieße das Gefühl der Freiheit noch einen Moment (*Musik spielt weiter*).

T: (*Nach einigen Minuten*) Schau mal, ob du noch mal zurückgehen kannst, zu den Sklaven, die Menschen waren ja am Ende frei. Schau mal, wenn du jetzt in die andere Richtung gehen kannst, wie es da jetzt aussieht (*überprüfen, ob auch andere Ebenen erreicht wurden*)

K: In welche Richtung?

T: Zum Ende der Schlange.

K: Es gibt kein Ende mehr, es gibt nur noch freie, die haben die anderen befreit.

T: Ist die Hexe noch da?

K: Ja, die gibt es noch.

T: Guck mal wie sie jetzt aussieht, hat sie sich verändert?

K: Klar hat sie sich verändert, sie sieht nett aus.

T: Sag's ihr.

K: Du bist richtig nett. Sie fliegt auch schon wieder weiter, sie genießt auch ihre Freiheit.

T: Und wenn du jetzt noch mal zurückgehst in die Situation, mit S. (*Ehefrau des Klienten*), was könntest du ihr jetzt sagen oder zeigen oder gibt es dort etwas zu tun? (*Integration der neu gewonnenen Qualität auf der Realitätsebene*)

K: Ja, ich kann ihr einfach nur die Situation zeigen, die ich durchgegangen bin. Genauso einfach geht's.

T: Wie reagiert sie?

K: Sie will auch nicht da bleiben, sie will auch ihre Freiheit genießen. Ist okay, soll sie ja auch.

T: Und vorhin in der Situation, in der ihr beide die Freiheit wolltet und sagtet, ihr müßt darum kämpfen, weil Liebe gefangen macht, spüre mal, ob es da jetzt einen anderen Weg gibt.

K: Sie macht nicht gefangen? Die Liebe macht nicht gefangen, sie fängt von selber an.

T: Genau, und wenn du noch mal zurückgehst, zu dem Felsplateau, wie schaut es aus?

K: Schön immer noch.

T: Und was wäre, wenn du dich dem Wasser hingibst?

K: Kann ich nicht. Ich kann es gar nicht beschreiben, ich hab das Gefühl, mein ganzer Geist umgibt diesen Wasserfall. Es ist eine Einheit. Ich habe auch nicht das Gefühl auf die eine oder andere Seite zu gehen, alles gehört zusammen.

T: Wie fühlt es sich an?

K: Sehr ruhig - angekommen.

T: Und wenn du noch mal in die andere Situation gehst ganz am Anfang, was hat sich verändert? (*Test*)

K: Das ist eine Modelleisenbahn, ein Modelltunnel, ich spiele mit dem Modelltunnel und lasse einfach Autos durchfahren, so wie ich gerade Lust habe.

T: Und wie groß sind die Autos?

K: So kleine Modellautos.

T: Kannst du es so stehen lassen?

K: Ja.

Die Sitzung endet hier, nachdem der Klient sich noch einen Ort ausgesucht hat, an dem er die gerade gewonnene Leichtigkeit und Freiheit genießen kann.