

Paartherapie C und G vom 17.06.2008

Thema :

Encounter

C: ich habe das Bedürfnis dir zu sagen, dass ich dich sehr liebe, dass ich dir danke für das, das ich sein kann, wie ich bin, ich kann mich bei dir sehr stark fühlen, ich kann mich auch sehr schwach fühlen auch mal verzweifelt oder, ich kann alles, ich kann alles sein, vor allem auch meine Stärke, das stärkt mich, du bist stärker jetzt, ja, ich liebe dich sehr

G: ja, ich liebe dich auch sehr, ich erinnere mich noch, bevor wir geheiratet haben, es war vor über 34 Jahren, da habe ich zu dir gesagt, ich habe Angst, dass es langweilig wird, da hast du gesagt, du brauchst keine Angst haben und das ist absolut so, das ist wirklich sehr schön, ich liebe dich wirklich für dein Temperament, für deine Offenheit, deine Ehrlichkeit, für deine Großherzigkeit, auch für deine Treue, für deine Direktheit, aber auch, dass du mir den Freiraum in meinem Leben immer gelassen, immer gegeben hast, mich selber zu entwickeln, ich weiß noch genau, früher war ich acht Jahre Krankenpfleger und ich war unterwegs, jedes Wochenende bei schönem Wetter und ich weiß auch am Anfang bist du auch immer mitgefahren, aber später nicht mehr, dass dich das etwas gestört hast und dann bin ich mal aus 25 Metern abgestürzt, der Drachen war kaputt und ich hatte eine Gehirnerschütterung, blaue Flecken u.s.w., ich hatte Angst wieder zu fliegen, das war so ein Schock und dann hast du gesagt, ich habe erwähnt ich will aufhören, du hast gesagt, du kannst aufhören aber aus der Stärke heraus, d.h. du fliegst wieder und dann kannst du für dich entscheiden, ob du aufhörst oder nicht und ich bin dann raus, bin auf den Berg hoch, habe geschlottert mit meinen Händen und Füßen, ich bin rausgeflogen, es war ein wunderschöner Flug, der wunderschönste am Tag, gekreist und dann bin ich runter und ich hatte mich so göttlich gefühlt, das werde ich nie vergessen und danach habe ich die Entscheidung getroffen mit dem Drachenfliegen aufzuhören, weil es zu umständlich war, aber zwei Jahre später habe ich mit dem Gleitschirm weiter gemacht, für sechs Jahre und dann habe ich damit aufgehört, was ich damit sagen will, es hat mir sehr viel die Freiheit, die du mir immer gelassen hast und dein Streben immer zu

diesen neuen Sachen zu gehen und wir haben das immer gemeinsam gemacht und das war immer wunderschön, dafür danke ich dir aus tiefstem Herzen, ich bin sehr glücklich, wenn ich heute noch einmal vor der Entscheidung stehen würde dich zu heiraten oder nicht, ich würde dich wieder heiraten

C: ich auch

Th: OK, Carita spüre mal was ist angekommen, was kommt an oder wer sitzt da vor dir

C: es ist alles angekommen, mein Herz flattert, wenn er redet, ich fühle mich immer wieder ganz neu verliebt in ihn, jede Minute, jede Sekunde und ich bin sehr aufgeregt es ist ein Zustand, den kenne ich immer wieder, das ist bei uns das Leben so, aber manchmal habe ich Angst, Angst habe ich schon immer gehabt, eine zeitlang war es weg, aber jetzt habe ich wieder, dass unser Glück so groß ist, das es kaputt gehen könnte (weint), aber ich weiß nicht woher es kommt, ich habe volles Vertrauen und es zu leben wie ein Märchen und ich weiß nicht, was da hinter ist, warum ich trotzdem Angst habe

G: ich habe das auch lange nicht verstanden, was du da so lange gebraucht hast, da innerlich diese Sicherheit zu bekommen und die immer noch nicht da ist und ich glaube, dass die von der Kindheit her kommt, das da noch etwas ist, ich kann das nicht verstehen

Th: ja, das ist eine tolle Möglichkeit, das in einer gemeinsamen Innenweltreise aufzudecken, ja, es ist ja ganz viel Verbindung da, sehr, sehr lange schon und von daher ist es ganz spannend zu gucken, wie drückt sich das aus, wie ernst ist das

G: ja, ich freue mich schon, einfach diese Dinge zu erfahren, die nicht so robuster Natur sind in der Beziehung jetzt

Th: OK, habt ihr Lust, hier direkt einzusteigen

C+G: ja

Th:..... und wer so eine Tür hat, der teilt mir einfach mit, was da steht, was du wahrnimmst, wo du bist,

G: ich bin in einem breiten Gang runter gegangen, sehr breit, es ist sehr hell erleuchtet, es ist so Marmorstein die Treppen und unten ist eine große Doppeltür, eine große mit hellem Holz, das steht aber nichts drauf

Th: dann schreib doch mal Carita drauf und Gottfried

G: ich schreibe Gottfried und Carita drauf

C: ich habe eine Tür, die ist aus, die ist aus Leder, also es gibt keine Tür dieser Art, zumindest kann ich die nicht sehen, sie ist wie ein Heiliges und darauf kann ich Gottfried und ein Herz lesen, aber das ist alles Leder, das glitzert

Th: guck mal, ob du deinen Namen auch noch dazuschreiben kannst

C: ja, ich schreib meinen Namen auch dazu und male auch noch ein Herz da drauf

Th: guck mal, ob das zum Öffnen ist

C: ich kann es schieben, die hat keinen Griff, aber es ist leicht, ich kann das schieben

Th: OK, seid ihr bereit durch diese Tür, durch diese Öffnung hindurchzugehen, gut, dann öffnet die Tür jetzt

C: dieses Leder dieser himmelartige Bereich, das ist wie eine, ja, ich kann das beschreiben, da sind einfach auch viele Kinder da, so, so wie Engel oder wie Märchen oder als es ist nichts Fassbares

Th: kannst du auch so was sehen wie Wände, Decken oder Fußboden oder geh da mal rein

C: nein, da ist alles frei, als ob es schwebt, das ist alles wie ein Himmel, alles schwebend

Th: wie geht es dir da drinnen, wie ist so dein Grundlebensgefühl

C: so ich spüre meinen Körper, das berührt mich sehr, ich möchte gerne da hineinspringen ich stehe immer noch und beobachte, es wirkt auf mich diese Leichtigkeit, diese göttliche, ja, diese die auch ein bisschen unwirklich ist

Th: geh da mal rein, guck mal, ob es geht, sei mal in dieser Welt, ist ja deine Welt

C: ich werde da aber kleiner

Th: gut, Gottfried, was ist bei dir, was siehst du, wo bist du jetzt

G: ja, ich habe diese Doppeltür, die ist offen und es ist eine riesige Halle mit so Kronleuchtern und es schön, alles Licht, aber vor mir ist noch eine tiefe Treppe, die ich runtergehen muss, um in diesen Saal zu kommen

Th: OK, mach das mal

G: ich gehe die Treppe runter, und es, es ist unglaublich, ich habe da so ein Gefühl dabei von Ehrfurcht, von Spannung, von Aufgeregtheit, so eine Angespanntheit, ein gutes Gefühl aber gleichzeitig, ich bin aufgewühlt, aufgeregt innerlich und ich gehe jetzt runter die Treppe, lange, tiefe, breite Treppe, bis ich zum Boden runter komme,

zu diesem Saal, es ist wunderschön, wunderschön, das Licht leuchtet oben, es ist keine Kuppel, sondern es ist kuppelartig, oben ist es gerade, so einen Saal habe ich noch nie gesehen

Th: wie ist so dein Grundlebensgefühl da drinnen, wie geht es dir da drinnen

G: ich fühle mich sehr stark, ich fühle mich geerdet, sehr angespannt, etwas aufgeregt, ich weiß nicht mit Spannung und gleichzeitig so erhaben, so schön

Th: OK, konntest du diesen Raum auch sehen, den Carita da beschrieben hat

G: ich konnte ihn mir vorstellen, ja, aber ich war mehr schon, in dem Augenblick, wo die Tür aufgegangen war schon mehr in meinem, da war ich schon mehr unterwegs in meinem Raum da über die Treppe, da war ich so vereinnahmt durch diesen Raum, ein sehr gutes Bauchgefühl, aber angespannt, es ist irgend etwas Besonderes hier, etwas, was mich betrifft

Th: Carita, kannst du weiter deinen Raum wahrnehmen und kannst du seinen Raum auch wahrnehmen

C: ja, ich bin in meinem Raum und ich kann zu ihm ein bisschen schauen, es ist nicht ganz eben, ich bin schon ein bisschen schwebend da oben, ich kann seinen Raum sehen da und auch fühlen da und bei seiner Beschreibung habe ich da im Magen Schmerzen bekommen

Th: also sag ihm das doch mal direkt

C: bei deiner Beschreibung, es ist ein wunderschöner Raum, aber diese Spannung und diese leichte Angst habe ich auch bekommen und in meinem Solar Plexus Schmerzen bekommen und ich bin immer noch in meinem Raum, ich könnte zu dir einfach runter hüpfen, das könnte ich machen, aber ich weiß nicht, etwas macht mir Angst

Th: OK, gut, ein Körperereignis ist immer vorrangig, frag ihn mal direkt, deine Schmerzen, deinen Bauch, was auch immer, ja, was das soll, was ist die Botschaft, warum bist du jetzt da, du Schmerz, warum meldest du dich oder so

C: ja, was ist das, was willst du mir sagen, was mir in meinem Solar Plexus schmerzt, es ist Angst, die ich habe, die Angst vor dem Unbekannten, die ich habe

Th: OK, lass mal die Angst als Gestalt auftauchen und sag mir mal, wie sieht die aus oder welches Symbol taucht da auf, wie kannst du sie wahrnehmen, dieser Schmerz, diese Angst

C: als Gestalt taucht sie noch nicht auf, das fühlt sich stark an in meinem Bauch

Th: ja, wir könnten sie natürlich auch fragen, wo kommt sie her, guck mal, möchtest du es rausfinden

C: wo kommst du her, ich habe so ein Gefühl, wenn ich sie genau verfolge, anschau, dann wird es mich von Gottfried abhalten, wenn ich mich damit beschäftige, ich könnte dann nicht bei ihm sein

Th: kann sein, kann nicht sein, weiß man nicht, vielleicht kommt Gottfried hinzu, ist alles noch offen, mal gucken was ihr wollt, was du willst,

C: aber das ist das, was ich da wahrnehme, wenn ich mich da mit dem Schmerz beschäftige, bekomme ich da das Gefühl ich könnte nicht bei Gottfried sein

Th: OK, Gottfried, was ist bei dir, du hast jetzt alles ja auch mitgehört, sie hat irgendwie Druck oder Schmerzen im Bauch, die Frage war, sollen wir da nachgehen, dann ist sie von dir abgeschnitten, von deiner Welt, von deinem Raum, guck mal, was du möchtest, möchtest du sie mal rüberholen, ihr alles zeigen oder was ist dein Impuls

G: ja, zu dieser Situation muss ich auch was sagen, in dem Moment wo sie von Schmerzen gesprochen

Th: sag es ihr direkt jetzt

G: also Schatz, in dem Moment, wo du über Schmerzen gesprochen hast, die du im Solar Plexus gespürt hast, da habe ich auch Schmerzen bekommen

C: Schatz, das ist aber ganz normal bei uns, wir fühlen immer ständig uns gegenseitig, wenn bei uns ist

Th: OK, guck mal, wenn der Schmerz da ist, ob sich der Raum Gottfried ich auch verändert

G: ja, im Moment nehme ich den Raum nicht so wahr

Th: dann sag das dem Raum mal

G: also Raum, in dem Moment, wo ich Schmerzen habe nehme ich deine Schönheit nicht wahr

Th: OK, ganz einfach ausgedrückt, wenn du Schmerzen hast, Carita, dann ist die Schönheit in der Beziehung erst einmal, nicht so deutlich sichtbar, OK, was machst du

C: ich möchte auch zu seinem Raum gehen, in seine Welt, er ist am Boden, ich bin hier in der Luft

Th: OK, guck mal, ob es geht, einfach per Entscheidung, dass du hingehen kannst in seine Welt oder in euren Raum bei ihm

C: ich will dich mehr erreichen

Th: wollen mal gucken, ob es geht

C: ja, da ist eine Treppe jetzt, ich kann die runter kommen, es geht

Th: und guck mal, ob du ihn sogar sehen kannst in seinem Raum, euch beide oder wie auch immer

C: ja, ich gehe direkt zu ihm, in den Arm nehmen

Th: beschreib mal, was du wahrnimmst Gottfried, was passiert bei dir, ist das alles vorhanden, kannst du das alles sehen, fühlen

G: ja, ja ich spüre

Th: sag es ihr

G: ja Schatz, ich spüre deine Emotionen, es ist gut, dass du bei mir bist, ich fühle mich auch wohler hier

C: ich kann ihn auch jetzt sehen, den schönen großen Leuchter, den du auch beschrieben hast, ganz toll, gemeinsam

Th: ihr seid jetzt beide in seinem Raum eurer Beziehung, guckt mal, was ihr da macht, wie es euch da geht, was ihr entdeckt, was ihr einander mitteilen wollt, was ihr fühlt oder was geschieht von selbst

G: ich nehme sie jetzt zur Hand

Th: sag es ihr wieder

G: ich nehme dir deine Hand und wir schauen uns das gemeinsam an

C: ja, stimmt

G: und jetzt in diesem Moment ist dieses Gefühl im Solar Plexus, dieses schlechte Gefühl auch wieder weg, ich kriege so ein leichtes Gefühl, so als wenn ich schweben würde, so

C: jetzt habe ich dich doch zu mir geholt

G: nein, ich bin im Raum, ich habe, ich stehe am Boden, ich laufe mit dir, aber ich habe ein Gefühl von Leichtigkeit und dieses Gefühl von Schmerzen im Solar Plexus so ist weg, es ist schön, ich kann es richtig genießen mit dir, mit dir gemeinsam, ich fühle mich sehr gut, vor allem ist es jetzt einfach mit dir irgendwo diese Welt oder das was auf mich zukommt einfach anders sehe und anders begegne, habe ein anderes Grundlebensgefühl dabei

Th: kannst du ein bisschen beschreiben, was anders ist

G: es ist anders, ich habe mehr Sicherheit, die Anspannung ist weg, ich habe mehr Sicherheit und ja es sind andere Energien da, ich bin vollständiger, ich bin eins mit ihr

Th: sag es ihr bitte

G: Schatz, ich bin eins mit dir und ich fühle mich vollständig

C: ja, Schatz

G: rund, rund als früher, als ich alleine da runter gegangen bin, es war auch ein schönes souveränes Gefühl aber es hat ein Element gefehlt, es hat an Energie gefehlt, ich war sehr angespannt und jetzt bin ich es einfach runder, einfach, es ist schwer zu beschreiben, einfach vollständig, es ist so, ich wäre ohne dich nur ein Teil, gemeinsam fühle ich mich als gesamten Teil

C: ich kann das auch wahrnehmen, dass ich ein Teil von dir bin, aber ich kann auch wahrnehmen, dass ich manchmal in meinem Hals zu bin, dass ich nicht reden kann, aber das wird immer freier jetzt

Th: klingt ja alles ganz harmonisch, sehr intensiv, gut, guckt mal, was ihr jetzt macht damit, was geschieht von selbst oder ob ihr gucken wollt, was das für ein Anfangsschmerz war, es gibt verschiedene Möglichkeiten immer

C: ja, ich will wissen, ja, ich will das Thema ansprechen, ich fühle mich eins mit dir, allerdings ich bekomme in meinem Hals Druck, weil, wenn es um meine Geschwister geht, dann habe ich Angst da zu reden, dass ich dadurch unsere heilige Welt störe und unserer Harmonie unsere Einheit, dann stört dich das, wie fühlst du das jetzt, kann ich darüber reden ohne das dich das stört, das du dieses Vertrauen, diese Einheit verlierst, dass wir eins trotzdem sind

G: bitte sehr, sprich doch

C: ja, ich wollte es nur hören, das es so ist, denn öfters war es nicht so

Th: du kannst es jetzt hier natürlich experimentieren und gucken, was passiert, wenn du mit ihm redest, wie er sich verändert oder was auch immer passiert, das ist jetzt ja gemeinsam herausfinden können in dieser virtuellen Welt, wo ihr gerade gemeinsam zuhause seid, dann kann man herausfinden, was ist es denn, was da stört, u.s.w.

C: ja, was ist es da, was uns da stört, fühlst du mich da zu weit weg, wenn ich da mich um meine Brüder kümmere oder etwas für die tun möchte oder was ist das, ich bin aber ganz bei dir, für dich da, du bist Alles

G: ja, ich habe irgendwas da, es ist nicht so schwer, aber ich nehme es trotzdem wahr

C: wo spürst du es

G: im Solar Plexus

Th: sprich es auch mal an, es soll sich mal umsetzen als Symbol, als Bild, als Erinnerung

G: ja. es ist ein leichter mittelschwerer Schmerz

Th: sprich ihn mal direkt an, du Schmerz

G: du Schmerz, was willst du mir sagen, zeig dich

C: ich kann in meinem Bauch das jetzt auch wahrnehmen, es drückt in meinem Bauch

G: ja, in diesem Augenblick, wo ich es angesprochen habe, da hat es sich in mir gelöst, der Schmerz ist weg, aber es ist weg, aber ich weiß nicht die Ursache

C: der ist bei mir eingetaucht

G: der ist bei dir eingetaucht

Th: ja, dann sprich du ihn mal an, guck mal, ob du ihn überhaupt haben willst, ob es OK ist, er hat ihn dir rüber geschoben, wie immer das auch passiert sein kann

C: du warst bei Gottfried, wieso bist du jetzt bei mir, ist das mein Schmerz oder ist das seins, wir können offenbar nicht unterscheiden, was meins und was seins ist

Th: ja, genau, das kann sich jetzt so ausdrücken

C: aber das ist auch das Schöne, dass wir auch manchmal ganz, ganz schmerzen können

Th: was antwortet der Schmerz, wenn du ihn fragst

C: da geht er langsam weg, wenn ich ihn anspreche, er zeigt sich nicht

G: er kommt wieder zu mir

Th: ah ja, ihr spielt so Schmerz Pingpong

G: Ja, ich hab hier so ein Signal, diese Familienenergie, die ist sehr, sehr stark, ich habe das Gefühl, dass ich im Vergleich zu dieser Familienenergie sehr, sehr gering bin, ich glaube, das schmerzt mich

C: du meinst, dass das meine Familie ist mehr wert oder was meinst du, wie soll ich das verstehen

Th: wir können folgendes machen, wir können eure komplette Familie mal auftauchen lassen und dann siehst du ja, was sich verändert, verändert sich eure Beziehung, der Raum oder was auch immer passiert, welchen Stellenwert hat er, sonst diskutiert ihr darüber, das wird zu schwierig, lass doch mal deine Familie auftauchen Carita und guck mal, was passiert in eurem Raum

C: ja, OK, bist du damit einverstanden, dass wir sie in unseren schönen, großen Raum einladen, dass sie an unserem Fest teilnehmen

G: ja

C: wen willst du

G: alle

C: willst du auch meinen Vater dazu

G: ja

C: und Elisabeth auch

G: ja

C: und meine Mutter

G: ja

C: gut, ich fühle in meinem Bauch, das sich das Gefühl bewegt und

Th: OK, der Schmerz ist jetzt bei dir und was ist mit deiner Familie, taucht die auf und wie taucht die auf und wie kannst du sie wahrnehmen oder wie verändert sich der Raum, lass die mal ganz konkret auftauchen, erscheinen

C: ich kann nichts mehr wahrnehmen

Th: du kannst nichts mehr wahrnehmen, alles weg

C: ja, doch, ich weiß, dass sie da sind, aber ich kann sie nicht so richtig sehen

Th: du weiß, dass sie da sind aber du kannst sie nicht wahrnehmen, du kannst die Familie nicht wahrnehmen, ändert sich der Raum, guck mal ob sich der Raum verändert

C: ja, ich kann alles nicht mehr wahrnehmen

Th: au ja, OK, was ist bei dir passiert

C: da bin ich in einer Verwirrung

Th: Gottfried, was ist bei dir passiert

G: es ist komisch jetzt, die sind da, ich sehe sie so als Gesamtes, so als Schatten, ganz dunkel und den Raum, den kann ich wahrnehmen, ich fühle mich wohl und der Schmerz ist komischerweise weg

Th: OK, aber das sind zwei ganz konkret Aussagen gewesen, die sehr auffällig sind, Carita kann ihren Raum gar nicht mehr wahrnehmen, also kann euren Raum gar nicht mehr wahrnehmen, euren Beziehungsraum gar nicht mehr wahrnehmen und du sagst die sind wie Schatten da

G: ja, so dunkel so, ja, so wie so dunkle Schatten

Th: ja, dann sag es ihnen doch mal, sprich sie ruhig mal an, ihr seid wie dunkle Schatten jetzt hier im Raum

G: ihr seid, ich nehme euch wie Schatten im Raum wahr

Th: also der Raum wird nicht heller, sondern die Verwandtschaft, deine Familie taucht als Schatten bei Gottfried auf und du kannst gar nichts mehr wahrnehmen, wie ist das für dich

C: also, ich tauche in eine Verwirrung, ich kriege nicht mehr klar, es bedrückt mich, es belastet mich, ich bin nicht frei (weint)

Th: ja, spüre auch mal, Traurigkeit kommt auf oder Verzweiflung oder so etwas, Gottfried, was passiert in dir, wenn du das wahrnimmst

G: es tut mir leid, es tut mir weh (ein Handy klingelt)

C: es darf nicht wahr sein, das ist mein Handy

Th: dein Handy, deine Familie (alle lachen)

C: ich habe das nicht ausgemacht

G: nicht einmal hier wird man in Ruhe gelassen

C: ich will nicht dran gehen, ich will bei Gottfried sein

Th: gut, du hast sehr eindeutig diesen Mechanismus wahrgenommen und was machst du jetzt, du könntest deine Familie bitten wieder zu gehen, um zu gucken, ob der alte Zustand wieder hergestellt wird, dann ist es sehr eindeutig deine Familie, die den Zustand stört und auf der anderen Seite es wurde sofort ganz tiefe Traurigkeit oder Verzweiflung ausgelöst, du könntest deine Verzweiflung als Gestalt auftauchen lassen und sie direkt fragen ob sie was damit zu tun hat, vermute ich, aber du könntest trotzdem noch mal nachfragen, es gibt ja einen bestimmten Aspekt, guck mal, was du machen willst oder guck mal, ob der Gottfried dir helfen soll

C: was ich auch gerne möchte, dass er mir hilft, aber der möchte das nicht

Th: frag ihn, ich weiß es nicht, das ist deine Idee, sag ihm, dass du denkst, dass er dir nicht helfen möchte

C: ja, das ist aber der Alte

Th: und jetzt seid ihr ganz neu dort und guck mal, was passiert, er kann ja oder nein sagen

C: Schatz willst du mir helfen, dass ich das in meiner Familie bewältigen kann

G: Schatz, natürlich

C: nicht das ich da alleine stehe, dass ich da alleine bin mit denen

G: ja

C: (weint) ich fühl mich so alleine auf der Welt

Th: er hat dir gerade seine Hilfe angeboten, gut, jetzt red mal mit deiner Familie oder mit deinem Schmerz oder was immer da ist, Gottfried hat gesagt ja und jetzt guck mal, ob er jetzt da ist, ob du es jetzt spürst, du kannst ihn ja an die Hand nehmen ihr könnt euch ja irgendwie verbinden, guck mal, was du brauchst

C: ich brauche deinen Rücken, ich sag zu ihm, ich brauche deinen Rücken, ich brauch, dass du mir den Rücken stärkst

Th: guck mal, wie du das machen kannst, Gottfried

C: dass ich nicht immer das Gefühl habe ich muss es trotzdem tun, auch wenn du nicht immer glücklich dabei bist, dass ich immer zwischen zwei Stühlen stehe

Th: OK, jetzt kommen so alte Erinnerungen hoch, ein bisschen Vorwürfe, guck mal, was du jetzt machst Gottfried oder ihr Beide jetzt im Moment, ihr könnt es ja neu machen

C: ja, ich will es neu machen,

Th: spür mal, steht er hinter dir

C: ja

Th: ja, dann sag es ihm

C: Schatz ich spüre, ich fühle es, dass du hinter mir stehst

Th: OK und jetzt guck mal, was du jetzt machen willst, deine Familie, er sieht sie als Schatten, bei dir kommen die Schmerzen hoch, red mal mit deiner Familie, mit diesem Energiephänomen, was da so aufgetaucht ist, was du Familie nennst

C: ja, ich fühle mich immer noch für euch verantwortlich

Th: guck mal, wie die auf dich reagieren, wenn du denen das so sagst, ich fühle mich immer noch für euch verantwortlich

C: die einen sagen, die wollen nicht, dass ich für sie verantwortlich bin, aber auf der anderen Seite gerne, sie sind ratlos, weil sie eine Helferin, meine Unterstützung brauchen, ich fühle mich erleichtert und der Schmerz in meinem Magen ist jetzt weg, ist jetzt ganz leicht für mich und der Gottfried hinter mir

Th: sag es auch deiner Familie, was da jetzt passiert in dir, dass du dich erleichtert fühlst

C: ich fühle mich jetzt erleichtert und Gottfried hinter mir und diese Schmerzen in meinem Magen sind jetzt weg, Gottfried, ist er nicht zu dir gewandert, ist er jetzt ganz weg

Th: das ist ja jetzt spannend

G: noch ein bisschen ist noch da

C: das ist jetzt bei dir

Th: guck mal, ob du ihn bewusst zurückschieben könntest und ihn weiterbearbeiten, scheint ja irgendwas mit der Familie zu sein oder frag ihn mal, was er bei dir ist

G: was suchst du bei mir, was willst du mir sagen, was willst du mir sagen, drück dich aus, akzeptieren und loslassen

C: wie meinst du das, was ist das

G: ich muss akzeptieren und loslassen

C: du, weißt du, was du akzeptieren musst und loslassen

G: weil die Familie immer ein Teil von dir ist, ein Teil von dir ist sie in der Form, wie ich sie von meiner Familie nicht kenne

Th: gut, da sie aber gerade an dem Teil ist, den zu bearbeiten, weil das Bild von deiner Familie ist ein Bild in deinem Kopf und das hat eine Wirkung und da seid ihr gerade dran das zu bearbeiten, ihr könnt ja mal gucken, wie ihr das hinkriegt, das kann ja so bearbeitet sein, dass es in Ordnung ist, das scheint ja ihres Thema zu sein, dass es noch ein bisschen unklar ist, weil die sagen, wir wissen, dass wir selbst verantwortlich sind und du weißt es auch, Carita, aber irgendwie ist das noch nicht so richtig geklärt, guck mal, was du jetzt klären willst, der Gottfried steht hinter dir, das scheint sehr wichtig zu sein

C: ja, und für mich ist das OK, ich fühle mich ganz frei und stark und glücklich, wenn das für ihn OK ist, meine Familie

Th: red mit ihnen

C: ich fühle, dass meine Familie und das erkenne ich erst jetzt, es ist gar keine Last für mich ihnen zu helfen, die Last ist bisher, weil du nicht hinter mir gestanden bist, mit dem was ich bisher getan habe oder nicht voll, teilweise schon, meistens schon, bloß nicht richtig, ich hatte das Gefühl, ich wusste nicht immer wie es dir geht und ich wollte, dass es dir immer gut geht und immer glücklich bist und jetzt stehst du hinter mir und das ist eine Erleichterung, das ist keine Last mehr für mich, es ist für mich ganz gut

Th: dann sag das mal deiner Familie und guck mal, ob die auch einverstanden ist

C: seid Ihr, ist das für euch OK so, wenn ich nach euch gucke und wollt ihr, dass ich euch mal unterstütze, helfe oder soll ich euch total loslassen

Th: und höre mal, was sie sagen

C: nein, sie wollen nicht, dass ich total loslasse, wir sind eine Familie und alles was bei uns reinkommt ist auch eine Familie und meinen Gottfried mögen sie auch sehr gern, sie lieben ihn über alles

Th: frag dann mal deine Familie, ob er dann ein Teil der Familie oder ihrer Familie auch ist, ob sie ihn als Teil auch annehmen können

C: ist Gottfried ein Teil von euch, ja natürlich, ganz klar, weil, wenn er das auch so sieht

Th: genau, wie siehst du das, guck mal Gottfried, wie du das jetzt so gehört hast, was da passiert ist und schau mal ob das Bild ihrer Familie sich in dir ändert, weil das war ja als Schatten bisher

G: ich habe ein Problem mit der Familie

Th: sag es ihnen, red mit dieser Familie

G: ich habe ein Problem mit euch, und das Problem liegt darin, dass eure Schwester euch alle erzogen hat und das sie sich nicht von euch lösen kann, als erwachsener Mensch, ich sehe auch, dass es euch gar nicht recht ist das sie euch bevormundet und euch sagt wo es lang gehen soll, weil ihr alle schon erwachsen seid aber trotzdem ist eine gewisse Passivität da und eure Schwester meint, ihr kommt nicht weiter ohne sie, ihr seid alle erwachsen und das ist für mich der Knackpunkt, dass sie nicht loslassen kann auch und das spüre ich und das belastet unsere Beziehung

Th: und sag ruhig, auch deinem Raum wirkt weniger schön, weil sie tauchen als Schatten auf oder zeig es ihnen oder sag es ihnen und schau wie sie reagieren, wenn du es ihnen so ehrlich sagst

G: ja, in unserem Beziehungsraum gibt es Schatten und Dunkelheit, wird überschattet durch euch einfach durch diese Tatsache, sie sagen, sie wollen das gar nicht

Th: spür mal, wie es dir jetzt geht, nachdem du das gesagt hast

G: es ist gut, denn das Schwarz ist weg

Th: denn du hast richtig durchgeatmet, es ist schön, es mal richtig ausgesprochen zu haben, so kam es mir fast vor, guck mal, wie diese Familie, wie dieses Familienphänomen jetzt auf dich reagiert

G: also mein Raum ist, normalisiert sich, ich fühle mich wohl und normal und gut und mag sie ja auch, ich mag sie sogar sehr auch und ich fühle mich sehr gut

C: ja, ich kann das auch annehmen

G: der Schmerz ist weg, dieser Schatten war der einzige Schatten, der die ganzen 34 Jahre über uns gehangen hat, wo es Probleme gegeben hat

Th: ja, gut, Carita, was nimmst du wahr

C: ich nehme wahr, dass es ihm besser geht und das es meine Familie ist und es jetzt zurückgeht

Th: kannst du den Raum jetzt in seiner Ursprünglichkeit sehen, dem Detailreichtum, in dem Licht

C: ja, ich sehe das immer stärker,

Th: was ist mit deinem Schmerz, mit deinem Druck

C: ich bin nicht mehr sehr leicht, aber ich habe nicht diesen Schmerz, ich habe aber eine gewisse Angst, dass es das wirklich in Wirklichkeit so bleibt oder ob das jetzt nur im Moment und dann zuhause, wenn Alltag ist nicht mehr Wirklichkeit ist

Th: ja gut, du hast das Virtuelle jetzt dir angeschaut, eure innere Wirklichkeit und die hat offensichtlich sehr verändert, du nimmst an, das ist ja eine Wirklichkeit über euch Beide, über euren Beziehungsraum, ja, du kannst jetzt natürlich in den Alltag gehen, keine Ahnung, ein paar Wochen weiter oder wie auch immer oder nächstes Geburtstagsfest, was auch immer wie das läuft

C: ja, ich möchte in den Alltag gehen

Th: ja, genau, mach das mal, guck mal, was sich verändert, wie reagieren die auf dich

C: es steht an, dass sich mein Bruder ein Haus kaufen will und das ich das Ganze organisieren muss, noch mal einige Häuser anschauen, ich muss die Finanzierung machen, ich muss alles machen von A-Z, wie ist das für dich, das wird mir sehr viel

Zeit und Raum nehmen, wie ist das für dich, Gottfried, das möchte ich jetzt, das wir das erleben

G: ja, diese Unterstützung musst du ihnen geben, das ist OK, das muss sein und abgesehen davon brauchst du nicht immer so viel Zeit investieren, weil du dir jede Hütte anschauen musst, wie in der Vergangenheit

C: OK

G: ja, oder

C: ja stimmt. jetzt habe ich schon viel Erfahrung

G: genau, das ist schon OK, weil sie sind selber nicht in der Lage so etwas zu managen und das ist OK

Th: sag es ihrem Bruder, deinem Schwager, sag es ihm

G: ich finde es OK, dass das eure Schwester für euch macht, weil ihr seid da leider nicht in der Lage dazu, das zu machen und das ist in Ordnung, das ist OK, dazu stehe ich auch

Th: das hört sich sehr klar an, Carita

G: ich habe ein gutes Gefühl im Magen, ich sage es nicht nur

Th: kannst du es fühlen, er steht offensichtlich hinter dir

C: ja, ich fühle es, ja ich fühle es Schatz (halten sich beide an der Hand)

Th: es scheint sich was verändert zu haben

G: ja, das ist also unglaublich, das ist ein so gutes Gefühl, das ist da, das war weg, das ist da, das ist wie, das war wie ein Energieschatten, das zerdrückt das alles

Th: guck mal, wie der Bruder da jetzt reagiert da drauf, kann er das annehmen

G: ja, das ist für ihn OK

Th: Carita, wie ist das für dich, was siehst du da

C: ist in Ordnung

Th: freut sich der Bruder

C: ja, der ist räumlich nicht da, deshalb kann er sich nicht darum kümmern und er ist froh, wenn ich das mache

Th: OK, dann geht nach diesem kleinen Test jetzt zurück in euren Beziehungsraum oder guckt mal, wie der ausschaut

C: ich habe Lust auf ein Riesenfest, aber ich muss aufpassen, ich mag gerne sehr viele Menschen um mich und mein Gottfried mag es nicht so sehr

Th: sag es ihm

C: ich bin jetzt euphorisch und will jetzt viele Leute einladen und du magst das nicht immer, manchmal magst du das für uns alleine, was hättest du jetzt gerne

G: ich mag es gerne mit Menschen, ich mag es auch gerne Zeit für mich selbst haben, wobei du es bei dir, wobei du immer für dich selber alleine es nicht so haben wolltest, ich seh da schöpferisch einfach oder energetisch aufzuladen, wenn man allein ist, aber ich bin auch gerne mit Leuten zusammen und feiern und so weiter, ich habe beide Elemente in mir, ich muss gestehen, dass es früher anders war, dass ich ein Einzelgänger war und das hat sich sehr stark geändert, dank dir, aber du nimmst mich noch wahr, wie ich in der Vergangenheit war, nicht wie heute

Th: testet doch jetzt mal, was ihr machen wollt, guckt mal, worauf ihr Lust habt

C: was möchtest du tun

Th: genau, guck mal, wer entscheidet

G: ja, jetzt machen wir dieses Fest, diesen gemeinsamen Raum mit vielen Menschen

C: wollen wir uns erst erkundigen oder mit vielen Menschen gleich füllen

G: gleich mir vielen Menschen

C: gleich mit vielen Menschen

G: ja, warum nicht

Th: also, sie gibt die Idee und er entscheidet

G: ja, sie hat viele Ideen, ich auch, aber die Materialisierung die ist dann meistens immer meine Aufgabe dann, aber das ist OK so, uns geht es gut so

Th: OK, euer Spiel, ganz klar, jedes Spiel ist richtig

G: und sie hat immer wieder neue Ideen und das ist auch gut so

Th: sag es ihr

G: Schatz du hast tolle Ideen und das ist gut so, es wird nicht langweilig, davor habe ich Angst gehabt

C: ich fühle mich ganz geborgen bei dir und wenn ich mal meine Stärke leben will, dann kann ich es auch und meine Weiblichkeit und meine Schwäche auch, da fühle ich mich ganz, ganz toll bei dir

Th: gut, spannend wäre es noch mal, ihr könnt jetzt diese Fete feiern oder was auch immer, spannend wird es für mich noch mal, wenn ihr Beide noch mal in deinen Eingangsraum gehen könntet, Carita, ja, weil du bist ja zu Gottfrieds gegangen erstmal und das wir es jetzt mal rumdrehen, kannst du noch mal in den ersten Raum reinge-

hen und wir gucken mal, ob Gottfried auch in diese Welt einsteigen kann oder wie der sich verändert

G: beschreib ihn auch mal, deinen Raum

C: mein Raum, der kein echter Raum ist, das ist mehr Göttliches mehr Himmlisches, als ob ich schwebe auf einer Wolke, so da sind auch viele Kinder, die spielen und hüpfen, mehr Engel, das sind Engel

Th: guck mal ob es geht, dass Gottfried

C: es hat irgendwas mit Heiliges, ich will ja, genau, jetzt kann ich klarer sehen, ich will dabei, dass wir Kinder sind

Th: OK, dann guck mal, ob du Gottfried als Kind dort wahrnehmen kannst oder ob Gottfried als Kind dort auftaucht, weil, dann ist er ja unmöglich in deinem Kopf

C: ich kann ihn wahrnehmen als meinen, kleinen Prinz

Th: oh ja, dann guck mal, ob Gottfried sich auch sehen kann, sich auch wahrnehmen kann

G: kann ich ja

Th: dann beschreib ihr, was du siehst

C: ich kann sehen wir sind Kinder so, haben die Hände zusammen und wir hüpfen und dahinter ist so eine Musik, so leichte kirchliche Musik, es ist kein Klavier, sondern Orgel und wir hüpfen und das wird ganz weiß, ja, wir sind im Himmel

G: so wie eine Wolke, so weiß, ja, ja

C: ja und diese Leichtigkeit, genau

G: genau, diese Leichtigkeit,

C: das ist es, was ich meine, diese Leichtigkeit, mein Schatz, genau, das ist es was ich wahrnehme, ich war, ich hatte diese Leichtigkeit, keine Last und keine Sorge und nix hätte mich aus diese Leichtigkeit weg ringen können, wir hatten nix gehabt als wir uns geheiratet haben und trotzdem ich hatte so tiefes Vertrauen

G: ja, wir haben nix gehabt

C: genau, das ist es vielleicht, was ich jetzt vermisse, dieses tiefe Vertrauen hatte ich in uns, ins Leben und das ist alles schön

Th: guck mal, ob du das jetzt wieder spüren kannst bei euch beiden, ob es da ist

C: wenn ich davon rede bekomme ich da wieder Angst hier, das klopft wieder total hier, wenn ich dieses leichte, tiefe Vertrauen welches ich in unsere Ehe gehabt habe

Th: dann lass diese Vertrauen mal da sein oder guck mal oder frag es wo es hingegangen ist, was passiert ist, guck mal, ob du es rausfinden kannst, du erinnerst dich an das Vertrauen und da kommt diese Gefühl

C: diese Leichtigkeit im Leben, dieses Gefühl, wo habe ich das verloren, diese Leichtigkeit im Leben hast du nie gehabt, aber ich habe sie unterwegs verloren, schau mal, so wie die Kinder sein

Th: frag mal die Kinder wo deine Leichtigkeit ist

C: ja, wisst ihr, wo meine Leichtigkeit verlorengegangen ist, sie bekomme gleich eine Antwort, aber das ist vielleicht nicht ganz angenehm zu sagen

Th: ja, Kinder sind ehrlich

C: in Deutschland habe ich das verloren, weil es hier alles so schwer ist, immer muss man über die Zukunft reden, immer über die Zukunft, es fällt allen schwer im Hier und Jetzt zu sein

Th: tja, dann musst du wieder mehr werden, wie die Kinder

G: ja

Th: im Hier und Jetzt spielen, Zukunft ist selbstverständlich,

C: ja, genau

G: ja, genau, genau

Th: misch dich schon mal drunter, unter die Kinder, guck mal ob Gottfried da ist

C: kannst du das

G: ja

Th: guck mal ob Gottfried mitspielt

C: ja, ich auch, schön

Th: dann spür mal, wenn du dieses kindhafte wieder da hast, dieses lebendige, dieses fröhlich, naive, dieses sich freuende, unschuldige, ob du dann diese Leichtigkeit und diese Verbundenheit gleichzeitig in dir fühlen kannst, das Vertraute, was da war von Anfang an

C: oh, ich liebe dich, ich kann dich ganz tief festhalten am Arm und ich heb dich hoch zu mir, spürst du das

G: ja

C: ich heb dich zu mir, dass wir schweben können (geben sich wieder die Hände), es ist so schön, Schatz

Th: und schaut mal ob ihr diese Leichtigkeit in eurem Alltag hineinbringen könnt, in seine Welt, in euren Alltag, in euer Fest, in euer zuhause sein, es ist jetzt ja mehr so eine himmlische Leichtigkeit, die ihr so vom Anfang her kennt aus der Beziehung,

C: ja

G: ja, spielerisch, leicht, vertrauend

C: schau mal Schatz, da in meinem Büro, da ist das diese Schwere

Th: genau, bring es mal in deine Firma rein

C: da in dem Büro, das werde ich alles rausschmeißen, alles was hier drin ist, was es schwer macht, das schmeißen wir raus, ja, bist du einverstanden

G: ja, ich bin einverstanden

C: genau, schmeißen wir raus, alles

Th: genau, auch in Deutschland ist Leichtigkeit möglich

G: aber natürlich, das entscheiden wir selber

Th: außerdem haben die gestern wieder im Fußball gewonnen

C: es ist egal wer das ist und was das ist, wir entscheiden das und schmeißen das raus, OK

G: OK, ja alles passt,

C: alles was uns stört, wir wollen für uns sein

Th: könnt ihr damit auch etwas anfangen (Pippi Langstrumpf Lied)

C: ja, das ist schön, das ist gut, genau

G: Dankeschön

Th: ja, wenn ihr wollt, guckt mal ob ihr die beiden Eingangsbilder, die ihr jetzt habt, die ihr ja verändert habt, zusammenbringen könnt zu einem

C: oh ja, Meins und Deins, ja, ich habe ein Bild, ja also zuerst habe ich meine Wolke in den Raum reingenommen, aber dann hat sie sich verwandelt, indem die Wolke unterhalb dem Raum, unterhalb von unserem Raum, unterhalb von unserem Schloss oder Beziehungsraum, da hat sich das Ganze angehoben

Th: also das Schloss ist jetzt quasi auf der Wolke jetzt

C: ja, so ein bisschen angehoben, so leicht

G: ich bin die Tür jetzt extra noch einmal reingegangen, in den Raum runter und das war sehr schön, es war jetzt alles hell, wie früher auch, aber ich bin mit einem befreiten Gefühl reingegangen, dieses Verkrampfte, was früher war, oder das Anspannende war weg, es war schön, der Raum war noch größer wie vorher, nur es waren

oben so Wolken, es waren Engel so wie, es war schön, es ist schön, ja, ich habe es verbunden, es ist wirklich gut, vor allem ist es ein gutes Gefühl hier, diese Anspannung, die früher da war, in dem Raum, trotzdem dass ich fasziniert war und schön, ist nicht mehr da, ich bin jetzt leicht, schön und die ganze Spannung ist jetzt raus, ist ein ganz tolles Gefühl

C: es ist herrlich und ich habe jetzt auch keine Angst um unsere Liebe und unser Glück, diese Gefühle der Angst manchmal, das habe ich nicht mehr, ich glaube Schatz, dass ich diese Angst hatte, dass meine Familie uns vielleicht doch auseinander bringt

G: das habe ich nie getan, diese Angst hatte ich nie

C: ja, das gibt mir gute Zuversicht

G: das hat mich zwar gestört, wir haben uns zwar da in den Haaren gehabt, dass es so, nee, genieße den Raum

C: ja, das ist wunderschön, diese leichte Gefühl und diese Vertrauen, weißt du, es ist so schön

G: ja, das Schöne so ist das gemeinsam, die Beziehung ist, egal, was im Leben kommt, alles halb so schwer oder es ist leicht auch wenn es schwer erscheint, wenn man es gemeinsam angeht, egal was

C: ja, genau, dieses Bild will ich festhalten

G: weißt du, was du gemacht hast, was das bewirkt hat, das der Raum da oben unendlich groß ist, hoch ist, genieß es mal, unendlich hoch ist

C: ich kann viel vertragen, Schatz, ich kann viel aufnehmen

G: packen wir es an

C: ja

Th: ja, wenn ihr wieder bereit seid für die äußere Welt, dann kommt in eurer Geschwindigkeit wieder zurück