

Session: Befreiung der inneren Frau

Die 45 jährige Klientin möchte ihre innere Frau kennen lernen, Da sie meint, sie müsse immer hart und stark sein. Sie wird von mir auf eine Insel geführt:

Th: Schau dich einfach mal um, wie es dort aussieht.

Kl: Ich steig jetzt aus dieser Wolke.....gehe an den Strand, der ist sehr schön...so ein weißer Sand. *Der Klientin lasse ich Raum um sich weiter umschauchen zu können.*
Aber da ist nichts weiter, nur Sand. Ich geh da jetzt mal rum.

Th: Hm.... *Um ihr zu zeigen das ich bei ihr bin.* Schau mal, wie sieht der Sandstrand auf der anderen Seite der Insel aus.

Kl: Die Insel hat rundherum Wasser. Ich geh da rum, aber es ist nichts auf der Insel.

Th: O.k, dann schau mal hoch wie sieht der Himmel aus.

Kl: Der ist blau, ein schönes helles blau.

Th: Oh ja, dann setz dich einfach mal an den Strand, mit dem Blick auf's Meer.

Und beschreibe doch mal was du wahrnimmst, ob du das Meer siehst und was ansonsten an Wahrnehmungen noch da ist und wie du dich fühlst. *Damit sie sich noch mehr in das Bild einfühlen kann.*

Kl: Ich seh` das Meer und das ist ziemlich heftig. Ich fühle mich eigentlich ganz wohl da. Jetzt kommt die Sonne und es wird so heiß.....aber es ist nichts da, das es Schatten gibt.

Th: Ok, nun mach doch einfach mal folgendes, wende mal deinen Kopf nach links und dann wirst du in der Ferne einen schwarzen Punkt sehen der sich immer mehr zu dir hin bewegt, sich dir nähert.
Hinleitung zur inneren Frau.

Dieser Punkt ist deine innere Frau, verkörpert so deine weiblichen Anteile, das weibliche in dir. Und du schaut einfach mal wie sie näher kommt und näher kommt.

Wenn du magst, kannst du mir dann ja mitteilen was du von ihr wahrnimmst. Wie ihr Gang ist, wie ihr Ausdruck ist, ihre Kleidung.....

Um ein genaues Bild von ihrer inneren Frau zu bekommen.

Kl: *die Klientin sprudelt gleich los:* Es ist eine große sehr ,sehr schöne Frau, hat einen langen Rock an und der weht so im Wind. Das ist wie so ein wunderbares strahlendes Königsblau, ein schönes blau und da hat sie noch eine weiße Bluse drauf an,
die langen Haare wehen auch so und sie kommt auf mich zu und freut sich. Ich gehe ihr entgegen.

Th: *Aufforderung zur Kommunikation-* o .k .dann begrüße sie einfach so wie es für dich passend ist .Was du zu ihr sagen magst wenn du sie jetzt so siehst wenn sie sich so freut. *Ich spiele Herzklopfen ein um die Aufregung und Freude zu unterstützen.*

Kl: Ich freue mich dich zu sehen, ich habe dich schon einmal gesehen, aber das ist schon länger her. Aber schön, das wir uns hier sehen.

Th: Ja....

Kl: Aber es ist schon lange her....
Wo warst du denn solange?

Th: Was sagt sie dir? (*Aufforderung zum reden, da sie die Zwiesprache mit ihrer inneren Frau laut äußern soll, was sich im Inneren dann mehr festigt.*)

Kl: Sie sagt sie hat keinen Raum gehabt um zu mir zu kommen.

Th: Sag ihr doch auch mal wie es dir auch mit ihr geht, das scheint sich ja auch zu decken. Du hast mir ja gesagt, dass du deinen weiblichen Anteil zu wenig lebst. Erzähl ihr das doch mal wie es dir mit ihr geht. *Das Gefühl stärker werden lassen.*

Kl: Ich finde es so schön, dass du da bist und ich hab dich sehr vermisst. Mir ging es nicht gut, so das ich dir Raum geben hätte können in mir. Ich musste zu stark kämpfen. Sie meint ich....*hört genau hin*....Sie meint sie hat es gespürt und es wäre kein Platz gewesen um das zu leben. Aber sie wäre jetzt wieder da.

Th: mmmm...

Kl: *zu mir sagend*: Aber ich fühlte mich sehr alleine.

Th: Sag es ihr

Kl: Ich fühlte mich ohne dich sehr alleine, *ja, mmm*, mir hat was gefehlt.

Th: Laß einfach mal eine Situation auftauchen, wo sie dir gefehlt hat. Nimm sie einfach mal mit in diese Situation. Zeig ihr die mal. *Heranführen an frühere Muster*

Kl: z.B. die Situationen wo es Auseinandersetzungen gab, wo die Trennung war mit dem Axel. Da musste ich so hart kämpfen. *Klientin holt tief Luft.*

Th.: Laß sie mal da sein die Situation. *Axel ist das dein Mann, der Vater deiner Kinder? Für mich zur Information)*

Kl: mein geschiedener Mann.

Th: O.k., laß sie da sein, die Situation und beschreib sie einfach wie es ist.

Kl: Diese Situation, als ich mit der Carmen alleine war. Der Axel hat auch noch studiert und ich war da auch noch in der Schule tätig und musste morgens noch die Carmen zur Oma bringen und arbeiten und hab` Geld verdient und bin nach Hause gekommen und musste dann wieder die Hausarbeit machen und dann wieder Hefte korrigieren und einkaufen also alles alleine machen. Die Wohnung habe ich geweißelt....*Klientin schweigt etwas, dann.....alles musste ich in die Hand nehmen.*

Th: Ja

Kl: Und da hab ich immer die Hosen anhaben müssen.

Th: Ja, sag es mal deiner inneren Frau, sag ihr mal, ja kuck mal da hab ich meinen Mann gestanden in der Situation und du fehlst mir in dieser Situation. *Aufforderung zur direkten Kommunikation.*

Kl: Ich steh in dieser Situation meinen Mann und du fehlst mir. Es wird von mir immer Kraft erwartet. **Ich kann mich nicht fallen lassen und mal traurig sein, da ist niemand der mich mal tröstet.**

Th: Laß mal so eine Situation aus dieser Zeit da sein wo du dich gerne fallen lassen möchtest und mal traurig sein . Kuck mal welche Situation das ist. *Direktes Hineingehen in die Situation .Die Klientin hat etwas Angst sich das wirklich anzuschauen und noch einmal zu erleben.*

Kl: Da ist die Situation als die Ehescheidung war.

Th: Die direkte Scheidungssituation oder was.....*Aufforderung die Situation genauer zu beschreiben.* Die ganz konkrete Situation sich fallen lassen zu wollen....z.B.

Kl: Ich hab geweint....

Th: Beschreib einfach die Situation in der du dich befindest, damit es dir ganz klar wird. In welcher Situation bist du? Wo möchtest du mehr von diesem fallen lassen?

Bist du zu Hause.....wo bist du? *Klientin will nicht richtig in eine Situation eintauchen.*

Kl: ich bin ausgezogen aus der Wohnung in der ich mit dem Axel gewohnt habe.

Dann durfte ich die Carmen nur immer alle 4 Wochen sehen. Das Gericht hat mir aber die Carmen zugesprochen. Der Vater und Axel haben es geschafft mir die Carmen wegzunehmen. Ich konnte nichts unternehmen.....trotz Anwälte.

Th: o.k., jetzt sei mal da, in der Situation, sei mal bei dir zu Hause, in deinem neuen Zuhause. Erzähle es mal deiner inneren Frau wie es dir da geht.

Die Carmen ist jetzt bei ihrem Vater. *Ich spiele wieder Herzklopfen ein damit die Kl. besser in die Situation kommt.* Erzähl ihr das mal was jetzt da ist in dir.

Kl: Ich habe die Carmen auf die Welt gebracht und sie wird mir einfach genommen. Ich hab mich um sie gekümmert Tag und Nacht. Wie kann so etwas passieren? Das ist doch mein Kind. Es ist als wenn es mir aus dem Leib gerissen wird.

Und sie hing so an mir und immer wenn ich sie besucht habe ist sie hinter mir hergelaufen und wollte mit. Sie hat geweint und geschrien und ich habe geweint.

Th: Laß sie jetzt auch da sein..die Carmen, sag es ihr wie es dir geht wenn sie bei ihrem Vater ist und wie es dir geht.

Kl: Carmen, es zerreißt mir das Herz das du da bleiben musst, aber ich kämpfe darum das ich dich wieder bekomme. Ich werde alles in die Wege leiten, dass du wieder zu mir kommst.

Th: Schau mal was sie sagt und wie sie reagiert

Kl: Ja, ich will bei dir bleiben, sagt sie und weint. Ich nehme sie in die Arme.

Th: Ja, spür mal wie das für dich ist. *Die Gefühle hochkommen lassen um mehr in die Situation zu kommen.*

Kl: Ja, das ist ganz schlimm für mich. Ich weiß nicht was ich machen soll.

Du musst noch ein bisschen Geduld haben, Carmen. *Klientin weint.*

Th: Ist das so, weil du so um die Carmen kämpfen musst, ist die männliche Seite so gefordert und die weibliche ,ja die trauert und die schwach sein möchte und die Unterstützung braucht lebst du da gar nicht in der Situation. Ist es so was?

Kl: Ja

Th: o.k., schau mal, ob du es deiner inneren Frau sagen möchtest oder ob sie es auch so schon mitbekommen hat wie es dir geht. *Die Kontaktaufnahme mit der Inneren Frau direkt herstellen.*

Kl: Die Carmen hält mich ganz fest. Sie hat sich um mein Bein geklammert.

Th: und was sagt deine innere Frau?

Kl: Das sie im Moment nichts tun kann, dass zuviel Kraft gefordert wird. Es muß mehr ein Mann da sein. Sie kann das nicht alleine.

Th: Ah, ja !

O.k. Dann mach mal folgendes, dann laß doch mal deinen inneren Mann auftauchen und schau dir mal an wie der so aussieht. *Mit der inneren Frau kommt sie nicht richtig in die direkte Konfrontation der Situation vielleicht über den inneren Mann.*

Kl: Das ist ein ganzschön großer, kräftiger Mann.

Th: Sag`s ihm einfach mal ‚begrüß‘ ihn mal.

Kl: Hallo, du bist auch da. Du bist ganzschön groß und kräftig. Da kriegt man ja fast Angst.

Th: Beschreib mal wie er aussieht.

Kl: groß, mindestens 2m. und kräftig, er hat ganz breite Schultern.

Th: Frag ihn doch mal ob er dir hilft die Carmen wieder zu bekommen.

Kl: Kannst du mir helfen die Carmen wieder zu bekommen?

Er antwortet, ja. Er fordert mich auf mit zu kommen.

Th: wo geht ihr denn hin, beschreib mal. *Damit sie nicht den Film alleine im Stillen ablaufen lässt und mit mir im Kontakt bleibt.*

Kl: Wir stehen jetzt vor dem Haus wo Carmen sich auf hält, aber sie ist nicht da. Dann kann sie nur bei der Oma sein..... Jetzt sind wir vor dem Haus der Oma. Ich habe Herzklopfen. *Ich spiele Herzklopfen ein, um die Situation zu verstärken.*

Th: sags mal deinem inneren Mann, wie es dir momentan geht.

Kl: Innerer Mann ich habe Angst....Er schaut mich an und meint wenn er das macht da ist brauche ich keine Angst zu haben. Wir machen das ganz einfach.

Th: Wie ist das für Dich? Wenn er das sagt?

Kl: Ja, ich glaube ihm, er geht jetzt rein in das Haus , ich stehe hinter ihm. Jetzt klingelt er *Ich spiele klingeln ein um die Spannung zu erhöhen.....*die Oma öffnet die Tür und er geht an ihr vorbei und nimmt Carmen auf den Arm und dann aus dem Haus. Die Oma schreit.....die klauen mir mein Kind. Hilfe.

Th: Was macht das mit dir wenn die Oma das schreit.

Kl: Das ist mein Kind und nicht deins. Ich hole mir mein Kind zurück was ihr mir weggenommen habt. *Klientin ist ganz aufgeregt.*

Th: wer ist ihr?

Kl: der Opa, der Axel und die Oma. Die hängen alle unter einer Decke.

Th: sag`s ihnen direkt, laß sie alle mal da sein. *Um nicht mit mir in die Zwiesprache zu kommen.*

Kl: Sie sind da, so stolz und selbstzufrieden seht ihr aus. Innerer Mann jetzt brauch ich deine Hilfe wenn die so vor mir stehen.

Th: Ja, genau er soll dir helfen. Macht er`s?

Kl: Ja, er ist stark neben mir. Ich hätte gerne das er in mir ist.

Th: dann frag ihn.

Kl: innerer Mann kannst du in mir sein mit deiner Kraft? Ja, er ist in mir.

Th.: spür mal wie sich das anfühlt.

Kl: Es ist wunderbar, seine Kraft zu spüren. Und nun werde ich mit euch abrechnen....diesen ganzen Scheiß den ihr hier macht. Die Carnen gehört zu mir und ich laß sie mir von euch nicht von euch wegnehmen auch nicht durch eine Berufung vom Gericht. *Die Klientin ist sehr aufgewühlt und ich unterstütze sie um zu Handeln um das Bild zum kippen zu bringen. Durch Prozessmusik und leichtes schlagen mit dem Dyando steht sie auf und verlangt nach einem Dyando .Sie schlägt sofort los und schreit alles aus sich heraus was sie den 3en schon immer sagen wollte. Durch Zurufe und Anfeuerung alles rauszulassen helfe ich ihrnoch unterstützend mit meinem Dyando. Zitternd macht sie eine Pause...*

Th: *Ich unterstütze sie am unteren Rücken mit der Hand damit sie sich gehalten fühlt.*

Nun schau mal ob das für dich so o.k. ist, und schau mal wie die reagieren.

Nachfrage ob die Entladung der Energien ausgereicht hat oder ob da noch mehr kommt.

Kl: weint und dann holt sie erneut aus.

Sie schreit ...lasst mich und Carmen in Ruhe, ich werde sie vor euch schützen.

Versprecht mir das ihr sie in Ruhe lasst.....Axel lächelt und dir wird das lächeln jetzt auch vergehen

.Sie schlägt noch ein paar mal auf ihn ein und dann ist Ruhe.

Sie sagen ich soll auf hören und sie machen alles was ich will und sie werden mich in ruhe lassen. Sie haben mich noch nie so stark erlebt.

Th: O.k. dann teste sie doch mal ob das auch stimmt. Laß sie doch irgend etwas machen und schau mal ob sie es tun. *Um sicher zu gehen das, das Bild gekippt wurde.*

Kl: Ja, dann macht ihr alle mal 10 Runden ums Haus. Los.... *Klientin lacht..sie machen es. Das ist ja toll.*

Th: Willst du ihnen noch was sagen?

Um das Bild abzurunden

Kl: Ja, Wenn ihr doch wagt noch etwas zu unternehmen dann komme ich wieder.

Sie sind ganz klein *.Klientin ist ganz zufrieden zu ihrer Liege zurückgekehrt.*

Ich lasse ihr einen Moment. Und das gilt für immer und ewig.

Th: Wo ist Carmen?

Kl: Sie sitzt im Auto vor dem Haus und freut sich das ich komme. Meine innere Frau ist bei ihr.

Ich nehme Carmen in die Arme und es ist wunderschön und wir fahren zu mir nach Hause. Ich bin glücklich und sie auch. Sie sagt:“ Mammi ich hab dich lieb.“ Ich finde es so schön Carmen das du jetzt wieder da bist und ich lasse es nicht mehr zu das uns jemand trennt.

Th: Ja, dann genieße das mit ihr ganz intensiv. Ich gebe dir mal etwas was die Carmen sein soll. *Um das Gefühl des wieder Zusammenseins ganz stark zu genießen gebe ich ihr ein Kissen in den Arm und spiele Song of the Lamp ein. Die Klientin genießt und sagt mi,r Carmen und sie hätten das Lied oft zusammen gehört..... Nach einer Weile frage ich sie ob sie dem inneren Mann noch etwas sagen möchte.*

Kl: Innerer Mann ich will mich bei dir bedanken. Ohne dich hätte ich das nie geschafft. Ich bin froh das es dich gibt.

Th: Wie nimmst du ihn denn war?

Kl: Wie so eine 2.Haut um mich herum, er schließt mich ein wie in so einer Höhle. Ich fühl mich ganz geborgen und will da gar nicht mehr raus.

Th: sag`s ihm direkt. *Aufforderung zur direkten Ansprache. Damit nicht über den inneren Mann gesprochen wird sondern mit ihm. Damit wird die innere Konfrontation intensiver.*

Kl: Wenn du so um mich bist, geht es mir gut ich fühle mich beschützt und geborgen. *Klientin zieht sich die Decke ganz hoch.*

Th: Hohl einfach jetzt mal deine innere Frau zu deinem inneren Mann und spür mal wie sich das jetzt anfühlt so mit den beiden.

Kl: Ja, der Mann nimmt soviel Raum noch ein.

Th: Sag`s ihm direkt.

Kl: Es ist zwar schön das du noch da bist. Ich habe jetzt das alles bearbeitet und ich habe das Gefühl, das du jetzt nicht mehr so groß sein brauchst. Ich hätte jetzt gerne mal meine innere Frau wieder.

Th: O.k. sag`s ihr direkt, das du sie gerne starker spüren würdest.

Kl:innere Frau, ich möchte dich gerne wieder stärker in mir spüren und dich leben können. Jetzt brauch ich doch nicht mehr so zu kämpfen. Sie meint, es würde noch ein bisschen dauern.

Th: Frag sie doch mal wie lange das dauert bis sie ganz in dir ist.

Kl:wie lange dauert das, nur damit ich mich darauf einstellen kann. Nicht lange. Ich müsste auch dem Mann Zeit geben sich verkleinern zu können.

Th: Gut, dann frag ganz konkret, wie viel Zeit sie braucht und wie viel Zeit der innere Mann braucht. Sie sollen es dir jetzt sagen.

Kl: Genau. Ich will jetzt von euch wissen wie viel Zeit braucht ihr definitiv, das du inner Mann kleiner wirst und das die Frau sich ganz entfalten kann.

Th: Ja, genau..

Kl: Ja, so bis zum Jahresende.

Th: Dann mach doch mal folgendes. Laß doch einfach mal die Zeit auf der Zeitschiene vergehen bis zum Jahresende und beobachte mal was sich da in dir tut in dieser Zeit. *Einspielen Violinenmusik um die Änderung besser wahrnehmen zu können.*

Laß einfach mal eine Situation auftauchen aus deinem Leben und schau mal wie sie aussieht.

Kl: ich sehe mich so mit meinen Töchtern zusammen wir sitzen in einem Cafe. Ich kann vieles so stehen lassen. Ich bekämpfe es nicht mehr.

Ich sitze ganz ruhig da, meine Töchter erzählen mir etwas aber ich kann es nicht genau verstehen. Ich bin ganz gelassen, ruhig.

Ich empfinde mich weicher. Es ist schön.

Th: Ja, das heißt da ist der innere Mann offensichtlich kleiner geworden und die innere Frau größer. Spür mal wie ist das in deinem Körper. Wie nimmst du es da wahr? *Um die Körperebene mit einzubeziehen und nicht nur in den Bildern zu bleiben.*

Kl: Es ist so ganz weich und warm ums Herz so. *Einspielen von Enya-Weiblichkeit.*

Th: Oh ja, nimm mal die Weichheit und Sanftheit ganz in dich auf. Spür dich da mal ganz hinein. *Ich lasse ihr Zeit zum spüren um das Gefühl stärker wahrnehmen zu können wie es ist die innere Frau in sich zu haben.* Wie fühlt sich das an?

Kl: Es ist so schön. So hätt ich das auch gerne für immer.

Th: Ja.....bleib einfach da und genieß es....*Musik spielt.*

Kl: Jetzt kommt die Frau und hüllt mich in ihr blau ein.....da ist auch etwas rosa mit drin, das ist total schön.

Th: Ja, rosa ist auch die Farbe des Herzens....*Farben haben eine bestimmte Frequenz, damit wird das Schwingungsmuster gekippt. Die richtige Frequenz ist im Muster enthalten(fraktal).*

Kl: wir sind alle 3 jetzt davon ausgefüllt..

Th: oh ja, deine Töchter auch.

Sag ihnen mal wie es dir jetzt geht.

Kl: Ich fühle mich so ruhig und gut und ich bin froh, dass der Kampf vorbei ist.

Th: Ja, und was sagen sie. Wie geht es ihnen?

Kl: Beiden geht es auch sehr gut, mich so zu sehen. Ich freu mich euch als Töchter zu haben.

Th: Was nimmst du wahr?

Kl: Es wird ganz warm im Körper.

Th: wie ist das für dich?

Kl: wunderschön! Ich möchte das noch ein mehr genießen.

Th: O.k., ich laß dich jetzt etwas allein, damit du das genießen kannst. Soll ich dir Sally Oldfield auflegen?

Kl: Oh,ja. Bitte. *Ich spiele die Musik ein und lasse die Klientin für sich damit sie noch mal alles in sich reflektieren und nachspüren kann.*

Nach einer Weile komme ich zurück und spreche mit ihr über die Session. Wie es ihr geht. Auch ob es noch was wichtiges gibt, was sie vergessen hat. Ich rate ihr sich noch einmal ihre Cassette irgend wann zu Hause anzuhören, doch bitte ich dies nicht im Auto zu tun, da sie sonst ganz schnell wieder in ihren Alphazustand geraten könne und dies gefährlich während der Autofahrt wäre. Sie solle auch mal bis zur nächsten Session beobachten ob sich was verändert hätte. Somit lasse ich sie nun nach Hause gehen.

Ende der Session.....