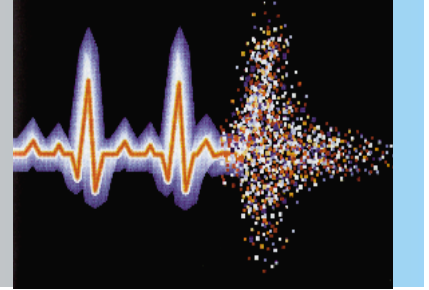




Das Innere Kind



Herzbeschwerden: Das Herz beschwert sich

Der Klient leidet unter immer wiederkehrenden starken Herzrhythmusstörungen. Er bucht einen Therapieaufenthalt von 5 Einzelsitzungen.

1. Sitzung:

KI: Ich friere und ich verspüre den Wunsch nach Wärme, aber es ist kalt. - Der Therapeut macht den Vorschlag, das „Innere Kind“ zu besuchen. - Der Raum, in dem es ist, ist schon da, aber ich kann das Kind noch nicht wahrnehmen. Der Raum ist groß und da ist nicht viel drin. - Der Klient soll direkt mit dem Raum sprechen - Raum, alles ist so tot und leer und kalt in dir und ich bin auf der Suche nach meinem „inneren Kind“. Es müsste eigentlich hier sein, aber so kalt, wie es hier ist, würde es sich bestimmt nicht wohl fühlen. Raum, kannst du mir sagen, ob das „innere Kind“ hier ist. Der Raum sagt - ja, es ist hier, es ist nur vor Kälte erstarrt, deshalb kannst du es nicht spüren.

Th: Schau dich mal um, vielleicht kannst du das Kind irgendwo entdecken. Kann sein, daß es sich versteckt.

KI: Ja, ich weiß, daß es hier ist. - Der Therapeut fordert wieder zur direkten Kommunikation auf - Kind, ich weiß, daß du hier bist, aber durch deine Erstarrung kann ich dich nicht spüren. Es ist so, als ob du mit deinem Inneren ganz weit weg bist. Ich kann dich nur wahrnehmen, wenn du hier bist mit deinen Gedanken, nicht, wenn du so weit weg bist. Kannst du nicht mit deinen Gedanken wieder zurückkommen, ich möchte dir gerne helfen? Aber dafür mußt du wieder auf die Erde kommen. Mußt da sein, mit all dem, was du hast und auch die Kälte wahrnehmen. Nicht mit den Gedanken flüchten, woandershin. Immer nur mit den Gedanken deine Seele wärmen und dein Körper bleibt dabei trotzdem kalt. Ich hab das Gefühl, jetzt kommt es unter dem Tisch vor; unter der Decke steckt es seinen Kopf vor und sagt - hier bin ich.

Th: Ja, schön. Schau es dir mal an, wie alt ist denn das Kind? Und wie wirkt es auf dich?

KI: Vielleicht vier oder fünf Jahre. Kind, wenn ich dein Gesicht ansehe, da sehe ich weder Angst, noch Freude - da ist ja gar nichts da. Du bist richtig erstarrt. Jetzt berühre ich das Kind an den Wangen mit beiden Händen. Es ist kühl und ich spüre seine Gedanken mit meinen Händen. Ich spüre die Erstarrung. Kind, ich spüre, wo du mit deinen Gedanken bist. Du bist nicht hier. Es sagt, es geht ihm nicht gut. Ich frage es

- was fehlt dir denn? Es setzt sich jetzt hin, blickt nach unten und guckt mich dann mit großen Augen an. - Klient ist tief berührt und betroffen.

Th: Sag dem Kind ruhig, wie weh es dir tut, zu sehen, wie es ihm geht.

KI: Da kommen nur ganz still zwei Tränen gelaufen, ganz ruhig und es sagt keinen Ton. ... Was ist denn mit dir los? Ich sehe deine Tränen. Aber ich spüre kein Gefühl dazu. Wo sind denn deine Gefühle? Es schaut mich wieder an mit seinen großen Augen und ich spüre immer noch die Erstarrung. Kind, ich weiß gar nicht, wo du jetzt bist. Du bist ganz tief in deiner Traurigkeit und da ist ein Panzer um dich herum, wie eine Festung. Ich schaffe nicht, da durchzudringen.

Th: Möchtest du denn gerne durchdringen? Willst du das Kind erreichen? Spür mal.

KI: Ja. Kind, ich möchte dich gerne erreichen und für dich da sein. Kind, ich hab ganz viel Geduld, du brauchst keine Angst zu haben. Ich kann lange warten, ganz lange. Ich geb dir all die Zeit, die du brauchst, du kannst Vertrauen haben. ... Hm, so ein stilles Kind hab ich noch nicht erlebt. So stille Tränen, ohne daß sich auch nur ein Mundwinkel verzieht.

Th: Ja, bleib in Kontakt mit dem Kind.

KI: Ich versuche jetzt mal das Gesicht und die Tränen zu spüren. Die Tränen sind ganz kalt, da ist keine Energie mehr drin, kein Gefühl. Das sind keine heißen Tränen. Kind, ich spüre, jedes laute Wort würde dich erschrecken und du würdest dich wieder unter den Tisch zurückziehen. Aber sorg dich nicht, ich bin da. Ich kann spüren, daß ein ganz tiefes Gefühl in dir ist, hinter deiner dicken Festung verborgen.

Th: Kannst du auch spüren, daß du der Einzige bist, der das Kind wirklich erreichen kann?

KI: Ja, ja, kein Mensch kann das Kind erreichen - nur ich. Die Festung ist so gewaltig und nur ich hab den Schlüssel dazu. - Klient ist sehr traurig.

Th: Zeig dem Kind ruhig deine Gefühle, vielleicht sind sie auch ein Schlüssel, um es zu erreichen.

KI: Ja, Kind, ich kenne dieses Gefühl. Das hat mich mein ganzes Leben begleitet. Ganz tief zu spüren, durch Festungen hindurch und ich hab den Schlüssel dazu. Ich hab den Schlüssel schon oft ausprobiert und damit hab ich

schon viele Türen aufgeschlossen - nur noch nicht die Türe zu dir.

Th: Reagiert das Kind irgendwie?

KI: Nein, das reagiert gar nicht. Ich hab es eben an den Schultern angefaßt, aber ich hab gar nicht das Gefühl, daß es überhaupt lebt. Kind, ich hab gar nicht das Gefühl, daß du lebst. Es ist, als ob du nur Körper wärst, der funktioniert, ohne jegliche Gefühlsreaktionen. Ich hab das Gefühl, als möchte ich dich mal kräftig schütteln, aber ich weiß genau, das würde dich verletzen, das würde dir Angst machen. Wie bist du denn erreichbar, Kind? Es sagt, ich bin nur mit Liebe und Wärme zu erreichen.

Th: Ja, spür mal, ob du Liebe hast für dein Kind. Spür mal rein in dein Herz, ist da Liebe drin?

KI: Ja, Kind, ich hab das schon gemerkt, wie du zu erreichen bist, aber ich hab das Gefühl, ich hab da selber zuwenig von der Liebe. Das reicht wahrscheinlich nicht für dich. Ich hab auch das Gefühl, du brauchst zu viel.

Th: Du hast das Gefühl, soviel Liebe, wie das Kind braucht, kannst du ihm gar nicht geben, soviel hast du selber gar nicht?

KI: Ja. ... Ja, Kind, ich hab das schon immer gemerkt, daß du soviel brauchst und ich hab auch immer versucht, das im Außen zu bekommen, von anderen Menschen, damit ich es dir geben kann. Aber ich hab nie genug bekommen. Und ich hab jetzt das Gefühl, ich kann dir das, was du brauchst gar nicht geben. Ich kann mir auch gar nicht vorstellen, daß es soviel Liebe gibt, wie du brauchst. Wenn ich mir wenigstens vorstellen könnte, daß es das gibt. Dieser Glaube, daß es soviel Liebe gibt, den könnte ich dann ganz tief in mir aufnehmen und mit diesem Schlüssel könnte ich dann deine Festung aufschließen. - atmet tief durch - Kind, ich merke, du bist traurig, wenn ich dir das sage, daß ich nicht genug Liebe habe. Und es macht mich auch traurig.

Th: Spürst du dein Herz? Spür mal in dein Herz rein, wie fühlt es sich an?

KI: Also, ich merke das Pochen. - Er soll das Herz direkt ansprechen - Ja, ich merke dein Pochen, Herz. Es ist, als ob du in einer Kapsel steckst und ganz leicht dagegen pochst und sagst - ich will raus. Du pochst ganz vorsichtig nur, ohne Protest, ohne lautes Schreien. Manchmal pochst du aber ganz heftig mit Druck und Erwartung, das wird dann ganz schmerzhaft, dann tust du weh,

wenn du so laut um den Panzer um dich herum pochst. Das macht mir dann Angst. Wenn du so heftig pochst und dich richtig gegen diese Kapsel um dich herum auflehnt, dann habe ich das Gefühl, du überanstrengst dich und bleibst jeden Moment stehen und fällst in dich zusammen, damit du diesen Druck nicht mehr spürst.

Auf der symbolischen Energieebene ist dies die Energiestruktur seiner Herzrhythmusstörungen. Dieses Energiebild setzt sich aus vielen Erlebnissen und Grundstimmungen zusammen. Alle müssen nacheinander verändert werden, damit das Symbolbild dadurch verändert wird. Das Symbolbild darf nicht direkt bekämpft werden.

Th: Ok., geh jetzt mal mit deinem Bewußtsein in das Innere dieser Kapsel und spür mal, wie es sich dort anfühlt.

KI: Ja, diese Kapsel spür ich schon, da ist aber genügend Platz. Herz, ich versteh jetzt gar nicht, warum du dich so aufregst und gegen diesen Stahlmantel pochst. Das Herz ist riesengroß. Wenn ich gegen diese Kapsel klopfe, das klingt richtig blechern.

Th: Hol jetzt mal dein „inneres Kind“ mit in diese Kapsel.

KI: Ja, Kind, ich spüre deine Neugier, wie du dir alles anguckst. Aber du schaust immer nur den Panzer an, guck mal, hier ist das Herz. Da fließt das Leben und die Wärme. Jetzt zeigt es auf den Panzer und sagt, aber da geht es doch raus. Ja, ich weiß, daß es da rausgeht, aber das ist so ein starker Panzer, da komm ich nicht durch. Jetzt zupft es mich am linken Arm und sagt - doch.

Th: Ja, dein Kind hat noch nicht aufgegeben, das hat noch Hoffnung.

KI: Ja, jetzt bin ich ja richtig platt. Du meinst, ich kann da rausgehen? Es sagt, wenn ich da durchgehe, dann kann es mir folgen, dann ist es auch frei. Aber ich weiß nicht, wie ich das machen soll.

Th: Spür jetzt erst mal nur, ob du bereit bist dazu und ob du auch bereit bist, alles dafür zu tun.

KI: Dem Kind zuliebe würde ich es tun.

Th: Sag's ihm.

KI: Kind, dir zuliebe würde ich es tun. Alleine würde ich es gar nicht wollen. Du bist es wert. Jetzt schaut du mich ja richtig erwartungsvoll mit großen Augen an. ... Jetzt spür ich diese Kapsel ringsherum. Das Herz ist zentral in der Mitte. Kind, ich hab keine Idee, wie ich das machen soll, ich komme mir jetzt richtig hilflos vor.

Th: Sprich mal deine Hilflosigkeit an.

KI: Hilflosigkeit, ich spüre dich. Ich hab das Gefühl, die Tür kann nur von außen aufgemacht werden. Kind ich hab plötzlich das Gefühl, als ob ich hier drin mit dir gefangen wäre. Wer soll denn da von außen kommen? Ich kann ja noch nicht mal die Türe sehen. Jetzt bin ich ratlos.

Da können wir ja nur warten.

Th: Schau mal, ob dein Kind bereit ist, mit dir zu warten.

KI: Es sagt, du hast schon so lange gewartet und es ist keiner gekommen. ... Ja, Kind, da hast du eigentlich auch recht. Was meinst du, wenn wir gegen die Wand schlagen? Vielleicht hört es jemand. Jetzt hab ich einen großen Hammer und schlage dagegen. Ah, das kann ich gar nicht hören, das tut in meinen Ohren weh. Ich glaube, für das Herz ist das auch nicht gut. Das Kind hält sich auch die Ohren zu. Ich glaube, das war keine gute Idee. Hm, so, jetzt ist guter Rat teuer. Sprengen traue ich mich auch nicht. Wenn ich vielleicht eine schwache Stelle finden würde, wo ich durchkommen kann...

Th: Vielleicht kann dir dein Kind dabei helfen. Kinder haben oft ein sehr gutes Gefühl, solche Dinge zu finden.

KI: Ja, es macht sich gleich auf die Suche und guckt. Und ich versuche mit meinen Händen, die schwache Stelle zu fühlen. - Der Stahlmantel verwandelt sich plötzlich in Stein, was dem Klienten angenehmer ist.

Th: Das heißt, alleine schon, wenn du dich mit dem Stahlmantel beschäftigst, verändert er sich schon.

KI: Ja. Es hat sich alles in Stein verwandelt. Der Stein ist sehr porös und er ist nicht ganz so kalt. Wenn ich da mit dem Hammer draufschlage, scheppert es nicht mehr so und es tut den Ohren und dem Herzen nicht mehr so weh. Aber ich hab das Gefühl, mit dem Hammer schäufte ich das gar nicht.

Th: Spür mal, wie dick der Panzer ist.

KI: Ich hab das Gefühl, es sind zwei Meter. Aber trotzdem fühle ich mich jetzt schon wohler.

Th: Und wie geht es deinem Kind jetzt?

KI: Das fühlt sich auch wohler. Es sagt, das sind interessante Steine. Paß auf du, die Steine sind bestimmt scharfkantig, verletzt dich nicht. ... Ah, ich hab das Gefühl, als ob mein rechter Fuß jetzt taub wird.

Th: Fordere das Taubheitsgefühl auf, sich jetzt in die Szene zu integrieren.

KI: Taubheitsgefühl, setz dich mal um in ein Bild.... Komisch, ich hab jetzt das Gefühl, als ob mein Fuß erstarrt. Wenn ich in der Kapsel mich jetzt einen Schritt vorwärts bewegen würde, würde der Fuß abbrechen.

Th: Laß das Gefühl mal größer werden. Und sag der Erstarrung auch, daß du sie jetzt ganz deutlich wahrnimmst.

KI: Ja, Erstarrung, ich spüre dich ganz besonders deutlich jetzt in meinem rechten Bein und ich traue mich gar nicht zu bewegen, weil ich Angst habe, daß dann etwas abbricht. ... Das ist komisch, ich kann den Fuß jetzt von dem Stein nicht mehr unterscheiden. Ich hab jetzt die

Vorstellung, als ob mein ganzer Körper jetzt zu Stein erstarrt. Ah, inneres Kind, ich glaube, ich kann dir jetzt bald gar nicht mehr helfen, ich erstarre jetzt selber. Ich werde zu Stein, dann mußt du alleine für dich sorgen, dann kann ich nichts mehr für dich tun. Ich merke richtig, ich komme nicht mehr von der Stelle.

Th: Wie weit hat sich die Erstarrung schon ausgebreitet? Wo überall in deinem Körper bist du schon aus Stein?

KI: Das geht schon bis zum Oberschenkel. Inneres Kind, was machst denn du? Ich hab jetzt das Gefühl, das will mir die Füße weghauen. Es haut mir dagegen, alles bricht weg, ich sacke runter und im nächsten Moment stehe ich wieder. Und das Kind hört nicht auf. Das haut mir immer wieder auf die Füße. Auch wenn die Füße aus Stein sind, so kann ich doch wenigstens noch stehen. Aber wenn du mir die Füße wegschlägst, dann breche ich ja ganz zusammen.

Th: Kennst du dieses Gefühl aus deinem Leben?

KI: Ja, ich falle immer wieder hin, aber ich wehre mich dagegen und ich stehe immer wieder auf.

Th: Ja, das ist das Bild dafür.

KI: Ja, und das hört nicht auf. Aber ich stehe immer wieder auf. **Ich lasse mir die Füße nicht weghauen, das schafft keiner! (Achtung Mustersatz: Er muß dies tief erfahren haben und den dazugehörigen Schmerz nicht mehr fühlen wollen. Diese Erfahrungen sind an das Kind gekoppelt, er muß dies als Kind erfahren haben. Die Symbolebene handelt somit selbständig!)** Ich fühle mich jetzt wie eine hohle Tonfigur. Da ist ja gar nichts drin. Das ist eine spröde hohle Tonfigur. Und das Kind hört nicht auf, draufzuschlagen. Hach, kannst du nicht mal eine Pause machen, ich habe jetzt keinen Bock mehr. Es hat eine lange Stange und steht direkt in Konfrontation mit mir. Warum machst du denn das eigentlich? **Immer haust du mir die Füße weg. So schnell schaffst du mich nicht. Ich stehe immer wieder auf. Ich habe keine Lust, ganz zusammenzubrechen. Was willst du denn eigentlich? Willst du mich kurz und klein schlagen? Bist du denn sauer auf mich? Was willst du mir eigentlich damit beweisen? Daß du stärker bist als ich? Das kannst du nicht beweisen. Du bist das Kind, du bist schwächer. (Achtung: Mustersätze. Diese oder ähnliche Sätze muß er als Kind oft wahrgenommen oder gehört haben! Das Kind symbolisiert in ihm das junge Leben, es will leben und sich befreien!)** ... Das Kind sagt, ich mach das, weil ich dich liebhab. ... Das ist aber eine komische Liebe. Ich hab mir das eigentlich ein bisschen anders vorgestellt. Könntest du mich nicht in den Arm nehmen und mich mit deiner Wärme auftauen? Aber das kannst du ja nicht, klar, du hast ja selber keine Liebe, du willst ja Liebe haben.

Th: Das ist ja wie ein Teufelskreis - du

willst Liebe vom Kind, das Kind will Liebe von dir und keiner von euch beiden hat die Liebe, die der andere braucht. - Klient bejaht - Was machst du jetzt?

KI: Ja, das Kind steht immer noch da und ist bereit weiterzuschlagen. Ich hab das Gefühl, als ob wir noch jemand anderen brauchen.

Th: Hol doch mal deine Mutter mit dazu.

KI: Ja, sie ist da, aber ich krieg keinen Kontakt zu ihr. Das ist wie ein Nebel, der bewegt sich, aber ich spüre ihn nicht. Ich richte jetzt mal meine Hände gegen diesen Nebel.

Th: Schau doch mal, ob das Kind leichter Kontakt aufnehmen kann.

KI: Das Kind nimmt jetzt die Stange und stochert in dem Nebel rum. Und ich bin jetzt ganz aus Stein bis auf meine Hände. Nur noch meine Hände können was fühlen. Hey! Das Kind hat die Stange jetzt durch den Nebel durchgeschmissen und steht jetzt da mit den Händen in der Hosentasche.

Th: Das Kind scheint langsam ein bisschen lebendig zu werden.

KI: Ja, du bist ganz schön frech für dein Alter, weißt du das? Es sagt, nun mach mal was. Ja, was soll ich denn machen, ich hab nur noch meine Hände. Das Kind sagt, du kannst doch mit deinen Händen fühlen. Aber ich kann mich hier nicht mehr wegbewegen, deshalb kann ich nur noch mich selber mit meinen Händen fühlen. - er berührt sich selber - das fühlt sich nicht gut an, ich mag mich gar nicht berühren. Die Oberfläche ist glatt und staubig. Zwischen dem Brustbein ist noch ein bisschen Fleisch. Jetzt klopf ich auf den Kopf und der ist total hohl. Mein Gott, da ist ja gar nichts drin. Jetzt bin ich aber enttäuscht - wo ist denn mein Superhirn? Das brauch ich noch, da häng ich dran. Also, jetzt fehlt mir was, jetzt werde ich nervös. Ich bin fassungslos - da ist nichts drin. Also, jetzt sitze ich aber in der Scheiße. Wenn mein Kopf nicht mehr funktioniert, dann bin ich ja total hilflos. Ich hab ja nicht mal mehr Haare auf dem Kopf. Oh je! Jetzt kann ich nur noch versuchen, ob ich mit meinen Händen was erreichen kann. Nebel, verwandel dich doch mal. - Der Klient berührt wieder den Nebel mit seinen Händen und er sieht dabei wechselnde Bilder von seiner Mutter und seiner Frau - **Ich hab das Gefühl, die nehmen mir meine ganze Energie weg. Ich hab das Gefühl meine Energie geht verloren, aber es kommt nichts zurück. Bei den meisten Frauen hab ich das Gefühl, da kommt nichts zurück.** - eine andere Frau taucht plötzlich auf - **Ich hab so ein komisches Gefühl von Anziehung und Abstoßung gleichzeitig. Es ist mir peinlich.** Ich hab das Gefühl, als ob ich eine Hinbewegung zu der Frau machen müßte, aber dann würde ich ganz zusammenbrechen, weil ich ja aus Ton bin. Die Frau kommt nicht auf mich zu. Ich muß mich bewegen.

Th: Bist du denn bereit, jetzt in deiner

Innenwelt die Hinbewegung zu machen, mit dem Risiko, daß du dabei zusammenbrichst?

KI: Ja, Kind, du schaust mich so erwartungsvoll an, aber ich kann hier nicht weg. Da ist ja so ein großer Widerstand in mir. Ich kann nicht. Es geht nicht. Kind, es tut mir leid, aber ich kann nicht. Ich will das nicht. Ich brauch das nicht. **(Resignationssätze! Diese müssen aufgedeckt werden!)** Das Kind senkt den Kopf. Du bist traurig darüber, aber es ist nunmal so. Ach, Scheiße! Mensch, meine Blase drückt. - Der Klient soll es der Blase direkt sagen und sich auch wieder ein Bild von ihr zeigen lassen - Ja, das ist der Druck aus meiner Kindheit. Ich hab nachts immer ins Bett gepinkelt nach meinem Unfall. Ich hatte immer so viel Durst. Ich konnte dann immer nur nachts loslassen. Ah, das war schlimm.

Th: Spür nochmal, wie du nachts aufwachst und alles ist naß - wie fühlt sich das an?

KI: Ah, ich hasse das. Oh Gott!!!

Th: Schämst du dich?

KI: Ja, und ich ekle mich vor mir selbst. Oh Gott!!! **Ich mag gar niemand zu nahe kommen. Ich muß Distanz halten,** damit das keiner riecht. **(Dieser Mustersatz hat sich engergetisch tief eingepägt und bestimmt auch sein Verhalten zu Frauen, Nähe und Wärme).** Das wäre peinlich, wenn das jemand mitkriegt. Ah, ich kann mich selber nicht mehr riechen. Und immer wieder muß ich in den naßen Strosäckchen schlafen, meine Mutter legt einfach nur ein Tuch darüber. Das ist alles meine Schuld.

Th: Ja, spür mal die Scham und die Schuld und den Ekel und das Gefühl, daß du Distanz wahren mußt zu anderen Menschen.

KI: Ja. Körper, du stinkst. Dich kann ich niemandem zumuten. Ah! Oh Gott.

Th: Hol dein inneres Kind jetzt mal mit in diese Szene.

KI: Kind, du hältst dir die Nase zu. Ich traue mich gar nicht mehr unter die Leute. Ich will mich irgendwo verstecken. Oh je, meine Blase drückt immer mehr, **aber ich muß das festhalten. Ich muß das festhalten.**

Th: Ja, das hast du irgendwann entschieden und seitdem hältst du deine Gefühle fest.

KI: Scheißgefühl.

Th: Ok. jetzt mach mal was anders. Du weißt, daß das nur innere Muster sind, mach mal was ganz Verrücktes jetzt.

KI: Ich schäme mich so. Oh, meine Blase drückt.

Th: Nimm mal so ein vollgepinkeltes Bettlaken und zeig das mal dieser Frau, die zuvor aufgetaucht ist. **(Der Klient muß möglichst was ganz verrücktes machen, damit die inneren Muster desta-**

bilisiert werden. Der Zwang muß raus!)

KI: (fängt an zu lachen) Die Vorstellung ist ja heftig. Schau mal, wie das stinkt. Guck mal, was ich für ein Schwein bin. - lacht - Das stiiinkt sooo!

Th: Wir reagiert sie?

KI: Die reißt vor mir aus und sagt - geh weg. Aber irgendwie hab ich Lust, ihr mit dem ganzen Gestank hinterherzurennen. - er amüsiert sich - Ich sag, hier riech mal. Ich mag aber nicht, sagt sie. Ich spüre, solange sie ausreißt ist es gut, dann renn ich ihr hinterher. Aber wenn sie stehenbleibt, bleib ich auch stehen und erstarre. Ich glaube, wenn du jetzt auf mich zukommen würdest, würde ich ausreißen. **(Ein neues assoziatives Muster taucht auf, darin steckt schon der Versuch der Heilung).**

Th: Kommt dir das auch bekannt vor aus deinen Beziehungen zu Frauen: entweder du rennst ihnen hinterher und sie laufen vor dir weg oder umgekehrt?

KI: Ja, das kommt mir sogar sehr bekannt vor. Jetzt geht sie langsam auf mich zu und jetzt geh ich rückwärts. Ich krieg's mit der Angst zu tun.

Th: Und jetzt bleib mal stehen und schau dir diese Angst an **(Nur durch innere Konfrontation geschieht ein Spannungsausgleich der Energiemuster und somit eine anschließende Harmonisierung. Üblicherweise hängen viele solcher Energiemuster zusammen und bedürfen der schrittweisen Bearbeitung. Übergeordnete Muster werden dadurch freier und stabiler).**

KI: Jetzt merke ich richtig, wie ich erstarre. Und sie ist auch erstarrt.

Th: Ok., bleibt beide mal stehen.

KI: Ja, ich kann so viele Gemeinsamkeiten erkennen. Und dann hab ich immer wieder das Gefühl, daß ich sie in den Arm nehmen möchte.

Th: Trau dich, tu's!

KI: Ja, jetzt drücke ich sie an mich. Komisch, jetzt ist die Angst plötzlich weg und der Widerstand auch. Jetzt hab ich auch nicht mehr das Gefühl, daß ich ausreißen muß. Ja, das ist schön. Und ich kann diese Erstarrung, die ich in ihr wahrnehme, annehmen und irgendwie auch meine eigene Erstarrung dadurch. Ja, das ist schön, das ist gut. - er ist tief berührt. Schöne Musik wird zum Ankern eingespielt - Das ist ein Gefühl, als ob wir uns jetzt beide im Arm liegen und heulen - unsere eigenen Tränen. Und die Tränen werden immer wärmer. Das ist schön. - Musik - Komisch, wenn wir uns so nahe sind, ist die Erstarrung weg. **(Immer wenn Energie fließt, tritt Erwärmung ein und Heilung geschieht).**

Th: Das heißt, Nähe ist in der Lage, deine Erstarrung aufzulösen, aber vor der Nähe steht diese riesengroße Angst.

KI: Ja. Die Angst ist gewaltig. ... Jetzt merke ich wie wieder Wärme in meine Arme kommt. Meine Hände werden heiß.

Die Angst vor Nähe ist meine größte Angst. Angst, ich will mich dir jetzt stellen und allen Gefühlen, die hinter dieser Angst stehen. ... Die Beine werden jetzt auch wieder warm und weich. Die Erstarrung ist weg.

Th: Schön. Und mach jetzt mal folgendes. Nimm die Frau und das Innere Kind mit und geh mit den beiden zurück in die Kapsel. **(Die Rückkopplung an das Energiemuster verändert auch dieses) und stärkt Grundeinstellungen).** Er tut es.

KI: Ja, ich spüre, wie meine Füße wieder beweglich werden und wie ich sie langsam lösen kann. Sie werden immer weicher. Da wächst irgendein Vertrauen in mir.

Th: Sprich dieses Gefühl wieder direkt an.

KI: Vertrauen, ich spüre, wie du wächst. Ich nehme die Frau wieder in den Arm. Ich spüre diese Angst vor Berührung, die sie hat. Aber ich spüre, daß das meine Angst ist und ich muß sie bei mir selber bearbeiten. Ich hab immer versucht, es bei anderen ersatzweise zu lösen, aber ich muß es bei mir tun. Ich schau mich jetzt um und es ist heller geworden und ich kann sehen, daß der ganze Stein so porös ist, daß ich nur einmal dagegenschlagen brauche und alles bricht auf einmal weg. Der Panzer hat gar keinen Halt mehr, der ist ganz instabil.

Th: Und, hast du Lust drauf?

KI: Ja, aber dann steht mein Herz im Freien, das ist Scheiße.

Th: Nur ohne diesen Panzer ist Nähe möglich und du wolltest dich dieser Angst vor Nähe und den dahinterliegenden Gefühlen stellen.

KI: Ja, aber das ist ein Gefühl, als ob das Herz dann allem Unwetter ausgesetzt wäre.

Th: Ja, du machst dich wieder erreichbar und du machst dich auch wieder verletzlich.

KI: Ja, Kind, was meinst denn du dazu? Dann steht das Herz ja mitten im Regen, allen Unwettern und Stürmen ist es ausgesetzt. Im Moment hab ich das Gefühl, wenn die Mauer weg ist, dann gibt es nur noch Sturm und Hagel und Regen. **(Auch diese Gedanken entspringen Befürchtungen, die wiederum auf der Symbol-ebene sichtbar gemacht werden können und bis in die Primärebene der realen Erfahren zurückverfolgt werden müssen).**

Th: Ja, es kann sein, daß erstmal viel Schmerz hochkommt. - Sturm wird eingespielt.

KI: Das ist ein richtiger Polarsturm. Oh, das ist kalt. Ich hab Angst, daß mein Herz da draußen einfrieren könnte. Das

ist so neu. Ich höre, wie es außen rum tobt. Ich merke, daß ich mich bisher einfach davon abgeschnitten hatte. Und die Vorstellung, da rauszugehen, ist mir nicht ganz geheuer.

Th: Du mußt es nicht heute tun. Vielleicht mußt du vorher erst noch andere Themen und Muster bearbeiten.

KI: Ja, ich merke, ich möchte das jetzt noch nicht tun. Die Vorstellung, daß mein Herz wieder allen Wettern ausgesetzt ist, macht mir im Moment noch zuviel Angst.

Th: Rede nochmal mit deinem Kind.

KI: Ja, Kind, ich mag da jetzt nicht mit roher Gewalt rangehen. Denn wir stehen dann mitten im Regen, darüber müssen wir uns erstmal klarwerden, was das bedeutet. Ich denke, das braucht noch ein ganz kleines bisschen Zeit. Bist du damit einverstanden? Ja, und es freut sich schon darauf - es springt hoch und runter. So kenn ich dich ja gar nicht.

Th: Und wie ist es für dich? Kannst du wahrnehmen, daß auch viel Schönes auf dich zukommen wird?

KI: Ja, ich hab das Gefühl, daß nach all dem Sturm und Unwetter die Sonne scheinen wird. Jetzt berühre ich nochmal das Kind und ich spüre seine Lebendigkeit. Es will nicht mehr von meiner Seite weichen.

Nach der 5. Sitzung löste sich der Panzer von selbst auf und der Klient landete ganz sanft auf der Erde. Er hatte sich entschieden, wieder hier zu sein und alle Gefühle wieder wahrzunehmen.