

Supervisions-Sitzung Volker Schmidt Berufsausbildung B 11 – 146 „Der Ursumpf“ (Blutungen)

Die Klientin hatte am Vortag Blutungen. In dieser Sitzung taucht sie in den „Ursumpf“ ab, um sich mit ihren Verletzungen im Bereich Beziehung und Sexualität auseinander zu setzen. Es geht dabei v.a. um tiefes Hinspüren, Da sein Lassen und Annehmen von allen Gefühlen und Körperwahrnehmungen. Am Ende kann die Klientin loslassen und auch die inneren Bilder verändern sich positiv.

Vorbemerkung:

Im Leben und somit auch in Synergetik-Sitzungen geht es im Grunde nur um das Fühlen.

Das Fühlen und die damit verbundenen Verknüpfungen mit den neuronalen Netzwerken des Gehirns

bestimmen unsere Wahrnehmungen und unser Handeln.

Aus diesem Grund gebe ich in dieser Sitzung dem Fühlen so großen Raum. Es ist dem Klienten nicht

gedient, wird er auf der mentalen Ebene gepuscht. „Wollen“ ist Ego-Befriedigung des Therapeuten. Der ideale Therapeut ist Ego-Los, überlässt der Inneren Weisheit des Klienten die Führung. Wir leben aber in der Polarität. Alle Anteile, die in der jeweiligen Situation von Bedeutung sind, dürfen da sein. Dies kommt auch in der folgenden Sitzung zum Ausdruck.

- Meditative Musik wird eingespielt -

Th: Ja, lass einfach mal alles da sein, einfach nur reinfühlen, nur mal die Gefühle, an die Gefühle einfach rangehen, die zum Thema gestern, also "Loslassen", "Blutung", einfach so da sein lassen... Kannst du mal tiefergehen ... dich fallenlassen, geschehen lassen, reinspüren ... alles da sein lassen, was von selbst kommen will ... alles, jede Erfahrung, jedes Gefühl.

Th. gibt viel Raum, Methode Klaus Lange, Hingabe.

Kl: Das Gefühl, das da ist, oder gerade da war, als ich die Hände so auf den Bauch gelegt habe, dass ich so eine Kraft gespürt habe von innen, die die Hände weggeschubst hat, und es war auch so etwas wie ein Stampfen da, ein Treten ...

Th: Kannst du dem Raum geben?

Kl: Ja. Ja, ich spüre das auch, dass es ...

Th: Was will da sein, was will sich zeigen?

Das Thema muss sich erst entwickeln.

Kl: Dass es was mit ... mit Wut zu tun hat, damit, dass ich meiner Mutter das sage ...

Th: Ja, red mal nicht so viel... Red nicht so viel, lass erst mal das Gefühl mehr sich entwickeln, dass du in Kontakt gehst mit dem Gefühl, so reinfühlen und einfach dem Gefühl so vielleicht zu sagen: Ich gebe dir jetzt den Raum, den du brauchst, auch wenn ich dich jetzt nicht verstehre, oder: Ich gebe dir den Raum, den du haben möchtest, oder

so etwas, dass das Gefühl den Raum bekommt. Weniger versuchen zu erklären... mehr den Gefühlen Raum geben, denn es geht ja mehr um die Gefühle hier... ohne Wertung, einfach nur, damit das Gefühl da ist.

Reden kann Schutz vor wirklichem Fühlen sein.

Kl: Ja, Gefühl, ich weiß nicht, ob du Wut heißt oder - du bist so das Gefühl: ich bin einfach da ... Hm... Jetzt wird es warm im Bauch, du wirst ganz warm und ...

Th: Einfach nur Raum geben, den Raum, den du willst.

Kl: Ich habe das Gefühl, du schmeißt alles raus, was nicht zu mir gehört, den ganzen Mist.

Th: Einfach mal das Gefühl wirken lassen, einfach nur wahrnehmen, was von selbst geschieht, nur dem Gefühl folgen. Wenn du den Impuls hast, das anzusprechen, dann sag es, aber die Führung hat das Gefühl...

Kl: - *atmet tief* - Du bist so lebendig... Ich weiß noch nicht so ganz, ob ich dir trauen kann.

Th: Lass einfach bloß den Raum, gib ihm den Raum.

Kl: Hm, ich geb dir den Raum, mich auszufüllen - *atmet tief* - ...

Th: Hm, nichts forcieren, nur geschehen lassen, nur Raum geben ... Raum geben und da bleiben.

Auch im Leben geht es nur um das Sein.

Kl: Ja. Ich merke, es arbeitet in meinem Bauch.

Th: Kannst du es arbeiten lassen?

Kl: Ja. Es fällt mir nur schwer, immer wieder da zu bleiben.

Ein Zeichen für unverarbeitetes Material.

Th: Versuch einfach, da zu bleiben, da zu bleiben und einfach nur zu beobachten... Wenn es dir hilft, kannst du ganz leicht oder sanft da rein atmen, so leicht, wie es sich gut anfühlt, ohne dass du das Gefühl hast, du forcierst.

Atmen ist prozessfördernd.

Kl: Ich bin schon wieder unterwegs.

Thema ist im Moment zu heftig.

Th: Vielleicht kannst du mal schauen, ob du in deiner Mitte bist. Gestern war ja das Thema: Alle zerren an mir rum... Wenn du jetzt mal die Erfahrung machen kannst, alles geschieht von selbst, ob du dann in deiner Mitte bleiben kannst einfach. Einfach nur geschehen lassen. Wenn du unterwegs bist, geh einfach mit. Bleib da, bleib in deiner Mitte... Lass dich von der Energie führen. Die Energie führt dich.

Rückkopplung

Kl: Ich sehe so ein Tal vor mir, oder ich bin in einem Tal in Frankreich, in den Bergen. Es

ist schön und schrecklich gleichzeitig. Weiße zerklüftete Felsklippen, dazwischen Büsche, Gestrüpp, und unten, ganz tief unten ist ein kleiner Fluss. Wo ich stehe, auf der einen Seite, ist eine Straße, eine schmale Straße mit hellgrauem Straßenbelag, so ganz rau, und da ist ein Mäuerchen. Ich gucke rüber zu den Klippen, gucke eigentlich mehr das Tal an, als den Fluss. Tal, dich kann ich wahrnehmen.

Direkte Ansprache.

Th: Wie fühlst du dich dabei, wenn du dort bist?

Kl: Hm, es ist schön und es ist erschreckend. Es ist so warm und karg und irgendwie ist es schrecklich. Tal, du erschreckst mich irgendwie, ihr Felsen, ihr seid so zerklüftet, vor allem ihr da drüber auf der anderen Seite der Kluft. Ihr seid so unerreichbar für mich. Ich sehe euch, und ihr seid da einfach so, und ich kann gar nicht, gar keinen Kontakt mit euch aufnehmen, oder kann euch nicht näher kommen... Ihr seid so unerreichbar... Ihr seid irgendwie so abweisend oder seid so, seid einfach da... Ihr habt eure Geschichte, und ihr seid schon so lange da... Ihr habt gesehen, wie das Tal entstanden ist, und ihr habt es erlebt. Ich komme hier so völlig unwissend und ahnungslos, komme mal kurz rein geschneit auf meinem Weg, und ihr seid da und bleibt da.

Bild ist Ausdruck ihrer energetischen Wirklichkeit.

Th: Frag sie mal, was sie mit dir zu tun haben.

Kl: Tja, was habt ihr mit mir zu tun, oder was wollt ihr mir sagen, zeigen? - Ihr seid auch ein Teil von mir.

Th: Bleib im Gefühl, dass du immer den Kontakt mit dir hast, dem Gefühl, dem Wissen im Körper.

Kl: Wo seid ihr in meinem Körper? - Solarplexus... Ihr seid auch wie eine Mauer... **Mauer bedeutet Trennung. Dahinter verbirgt sich meist unverarbeitetes Material.**

Th: Folge einfach deinem Gefühl, was dein Gefühl machen will. Fühl mal, wie es dir mit dem Gefühl der Mauer geht, mit der Landschaft. Folge einfach dem, was von innen heraus sich von dir zeigen will, wo es dich hinführt... Bleib in Kontakt mit dir, mit deinem Körper, deinem Gefühl.

Kl: Ihr seid da als Schutz nach außen... Ich spüre euch jetzt nicht.

Th: Was ist jetzt?

Kl: Es fällt mir auch schwer, euch zu spüren, so richtig in meinem Bauch... Ich sehe euch vor mir, und ich werde irgendwie so müde. Ich gehe in euch rein, es ist so dunkel. Es fällt mir ein bisschen schwer, mich zu konzentrieren, aber ich lasse mich mal in euch rein fallen... Um mich ist es dunkel und ich schweben so, da ist so gar nichts.

Th: Was ist das für ein Gefühl?

Kl: Es fühlt sich gut an, ich bin so müde.

Th: Willst du es dem Schweben mal sagen und dem Dunkel?
Direkte Ansprache ist wie eine neuronale Feuerung.

Kl: Ja, Dunkel, du fühlst dich gut an. Ich spüre auch die Stärke von euch Mauern. Ihr seid unheimlich dick, ich bin ganz tief unten, so fernab von allem, aber angenehm... Es wird wärmer um mich herum.

Th: Was ist mit den Mauern?

Kl: Ich bin sehr in den Felsen, sinke so langsam tiefer, und die Mauern, Felsen sind ...

Th: Sag es ihnen direkt.

Festgehaltene Energie kommt durch Konfrontation in Gang.

Kl: Ihr seid ... Es piekst in meinem linken Knie. Knie, was ist mit dir? Was willst du mir sagen? ... Was zwickst du mich? Hm! ... Es ist sehr schön hier unten bei euch im Dunkeln. Es tut mir gut, mal so ganz dunkel in der Tiefe zu sein.

Pieksen= Verbindung Körper- Energiebild.

Th: Wo spürst du das in deinem Körper, das Dunkel?

Kl: Meine Hände sind ganz warm, meine Schultern entspannen sich langsam.

Th: Sag es ihnen noch mal direkt gleich. Sprich direkt an, was kommt an Gefühlen. Nicht mir erzählen, sondern bleib in Kontakt mit dir und sag es dir, was da kommt. Lass dich einfach nur führen von dem, was in dir ist.

Energetische Transformation geschieht durch direkte Ansprache.

Kl: Ja, Hände ihr seid ganz warm... Solarplexus, du bist ganz schön schwer. Du nimmst mir ein bisschen die Luft zum Atmen... als würdest du mir sagen: Na, so einfach kann das ja nicht sein, einfach abtauchen.

Der Körper lässt sich nicht austricksen.

Th: Aber du erfährst ja gerade, wie einfach das ist.

Kl: Hmm, ich denke, du willst mich schützen, und jetzt meckerst du rum!

Th: Wer ist das?

Kl: Der Solarplexus. Da kommst du mit deinem "Ja, aber..." Das ist doch sonst der Kopf. Kopf, du bist jetzt ganz ruhig... Da sitzt Angst im Bauch. Angst, ich spüre dich... Du versuchst dich immer noch irgendwo festzuhalten... Na, halte dich mal lieber an mir fest... Du hältst dich an mir fest wie ein Kind, das nicht hingucken will und suchst Schutz bei mir.

Th: Wie ist das für dich?

Kl: Ja, ist okay. Halt dich an mir fest, du kannst auch auf meinen Arm kommen... Jetzt machen wir Purzelbäume in der Luft, jetzt bist du am Jauchzen - *lacht* - das gefällt dir, und am Faxon machen.

Th: Was ist mit dem Solarplexus?

Kl: Das ist so wie ein, hm, wie ein Knäuel aus Licht oder, nein, es ist eher dunkel, du bist dunkel und du pulsierst so und, ah, strahlst so aus um mich herum, so am Rücken, aber es geht nicht runter in den Bauch. Da ist irgendwie, Bauch, du bist irgendwie weit weg.
Die Mauer.

Th: Wie ist das für dich, wenn der Bauch da so weit weg ist?

Kl: Ah, jetzt kribbelt es. Kribbeln, du gehst so in die Beine. Ja, wenn mein Bauch so weit weg ist, wenn du so weit weg bist, das gefällt mir nicht. Ich möchte schon eine Verbindung zu dir haben. Jetzt kribbelt es. Ah - *atmet tief durch* - Ach, eigentlich wollen wir ja dahin, wo du hingehörst oder wo du, wo die Verbindung zu dir ist. Ich merke, dass da schon so ein Impuls ist von: "Okay, jetzt zeig es mir!" - aber ich glaube, das geht nicht mit Gewalt. Ich brauche auch Geduld, um zu dir zu kommen.

Kribbeln- Energie kommt in Fluss.

Th: Gibt es da auch einen Impuls, der sagt: "Ich will nicht!" - als Gegenstück zu dem "Jetzt zeig es mir!"?

Polarität- solche Anteile sind meist sehr schwach und verletzt. Gibt man ihnen keinen Raum, kann wirkliche Heilung nicht stattfinden.

Kl: Hm, das ist sehr schwach... Da ist eine Tür in dieser dünnen Wand von: "Na ja, was kann das werden?" Aber da ist eine Tür. Es ist wie so eine Schiffsluke, so eine Schiffstür, rund und mit so einem großen Hebel. Jetzt ist ein leichtes Ziehen im Bauch, das sagt: "Es könnte weh tun, das aufzumachen." Es hat was mit Verletzung zu tun. Es könnte eine Verletzung da sein, eine Wunde.

Könnte der „Flügelschlag des Schmetterlings“ sein.

Th: Wie ist das für dich, das so wahrzunehmen?

Bereitschaft zu fühlen muss da sein.

Kl: Ja, okay, es könnte wehtun, aber jetzt bin ich so weit gekommen, so einen Weg her gekommen, ich werde es schon ertragen können. Ich möchte Verbindung zu dir haben. Auf jeden Fall mache ich jetzt auf. - Es läuft über, es quillt Blut oder so etwas raus. - Das ist okay, komm ruhig. Komm ruhig raus.

Th: Gibt es da eine Verbindung zu dem Blut, das gestern Abend noch da war?

Kl: Hm, es ist so etwas. Es ist gleichzeitig Blut und so etwas und ist aber auch... Du bist einfach! Du bist einfach da.

Th: Ist das so was wie: Es ist gar nicht so schlimm?

Kl: Ja, es ist einfach nichts Abstoßendes. - Du bist nicht abstoßend, und es ist gar nicht so wichtig, was du bist.

Th: Hat es etwas mit Annehmen zu tun?

Kl: Hm, mit Annehmen, mit Eintauchen, mit ... Ich muss gar nicht zu dir da rein, durch die Tür durch, sondern es ist einfach alles um mich herum. - *atmet tief durch* -

Th: Gibt es da eine Verbindung zu deinem Körper?

Kl: Ja, das ist so ein... hm, so ein Öffnen oder so...

Th: Was ist jetzt?

Hier und Jetzt.

Kl: Es ist irgendwie - ich spüre so eine Verbindung in die Tiefe und Tiefe, du bist einfach, es ist einfach alles da, alles drin. Es ist keine Bewertung, nichts Verbotenes, nichts Abstoßendes...

Th: Was ist mit dem: "Es könnte weh tun"?

Kl: Es tut nicht weh... Widerstand tut weh...

Th: Was ist jetzt?

Kl: Es ist entspannend...

Th: Möchtest du mal mit dem Gefühl in eine Situation gehen, wo du glaubst, es tut weh? Oder lass dich mal dort hin führen, oder du gehst einfach in eine Situation rein, wo du keinen Widerstand hast, um die Erfahrung zu machen?

Es ist wichtig, immer wieder möglichst alle Ebenen verbinden.

Kl: Hm!... Es tauchen jetzt schon Bilder auf von Sexualität, und da möchte ich jetzt nicht so tief rein gehen, aber es ist auch ein Gefühl da von: Ich mache nur das, was ich will. Ich mache nicht etwas mit, was ich nicht will.

Synergetik ist auch Autonomietraining.

Th: Kannst du das Gefühl in deinem Körper spüren?

Kl: Ja, es ist in den Beinen, dass ich da auch mich wehre.

Th: Wehren heißt ja Widerstand.

Kl: Widerstand ...

Körper drückt etwas aus.

Th: Was war da jetzt? - *Klientin lacht* - Was kam da?

Kl: Da ist schon ein Bild von Widerstand gegen jemand, der irgendwas ...

Th: Ja, wer ist der Jemand jetzt?

Kl: Weiß ich nicht?

Th: Jetzt im Moment, wer ist der Jemand?

Es geht nur ums Hier und Jetzt.

Kl: Hm! Vielleicht schon Manuel.

Th: Willst du den Manuel mal mit dorthin mitnehmen, wo das Blut... willst du ihm das mal zeigen? Oder irgendjemand anderes, wo du auch Widerstand fühlst, ihm das mal zeigen?

Chaos in die energetische Wirklichkeit bringen. Ergebnis ist immer höherwertiger, gesünder.

Kl: Ja... Ja, Manuel, dann komm mal mit. Guck dir das mal an... Das ist alles wie der Ursprung des Lebens... so das pure Leben, das pure... der Ursumpf - *lacht* -

Th: Kannst du das pure Leben, diesen Ursumpf, in deinem Körper wahrnehmen?

Kl: Ja, der ist in meinem Bauch.

Th: Willst du das in deinem Bauch mal sagen? Weil der war ja vorhin noch abgeschnitten so.

Kl: Ja, Bauch, ich kann dich jetzt wahrnehmen. Du bist in Verbindung mit diesem Ursumpf.

Th: Ist der Manuel auch noch da?

Kl: Nee, oder nur so am Rand. Aber ich merke, Bauch, du bist ja so schwer... Du bist so schwer...

Th: Was ist jetzt?

Kl: Ich fühle gerade in meinen Bauch rein... Bauch, du bist am Grund von diesem großen Loch von gestern... So ein bisschen schweben ich noch oben drüber, über dem Loch...

Synergetik ist wie Abtragen von verschiedenen Schichten.

Th: Ist da so etwas wie: Du willst nicht so tief hinein? - *Klientin bejaht* - ... Willst du in deinem Bauch mal das zeigen, was du vorhin hattest, dass du die Luke aufmachst und feststellst, wenn du Widerstand entgegengesetzt, tut es weh, ist es schwer, ansonsten ist es leicht - willst du dem Bauch das mal zeigen? Dem, der da noch nicht richtig will - dem Anteil, der da noch Widerstand hat, - *Klientin bejaht* - dass der mal da ist, sich mal zeigen kann, wie es für ihn möglich ist?

Kl: - *lacht* - Da stehen jetzt lauter rote Plüsch-Sofas außen herum... Hmm, da kann man ja schon mal hingehen. Manuel kommt auch mit... Na, so ganz geheuer bist du mir noch nicht, du Ursumpf...

Th: Reagiert er?

Kl: Ja... Ich spüre so die Verbindung mehr zu dir... Du hast so viele Facetten im Leben, du hast so was Lebendiges, da gehören alle Körper dazu, alle Menschen und Tiere und Pflanzen, alles was so diese Tiefe hat, Fleisch und alles, was ekelig sein könnte. Das gehört alles dazu, das bist alles du. Das ist ein Teil von dir und ein Teil von mir.

Synergetik ist Spiritualität pur.

Th: Kannst du dich dem mal ein Stück nähern?

Kl: Ja. Doch, ich spüre das jetzt überall um mich herum - ich weiß nicht, im Garten, in der Natur, überall, im Kompost, die Schnecken - Schnecken, ihr seid auch ein Teil davon - das Holz - Holz, du vermoderst.

Th: Kannst du das riechen?

Kl: Ja! Die Erde... der tote Vogel...

Th: Weißt du, warum der tot ist?

Kl: Hmm, da ist einfach die Lebenszeit abgelaufen.

Th: Ist Manuel auch noch da?

Kl: Den muss ich erst wieder dazu holen... Manuel, guck du dir das ruhig auch mal an und spüre das mal, überall ist dieser Ursumpf. Alles ist ein Teil von mir, von uns... Hmm...

Th: Spürst du die Verbindung von deinem Körper zu diesem Ursumpf?

Kl: Ja... Ja, die spüre ich sehr deutlich.

Th: Willst du das dem Körper mal sagen?

Ankerung.

Kl: Ja, Körper, ich kann dich gut spüren. Ich spüre, wie alles, was zu diesem Ursumpf gehört, ein Teil von mir ist, von dir... Ja, Manuel, spürst du das auch? Ich sehe, das fällt dir noch ein bisschen schwer, dich darauf einzulassen.

Anteil Manuel ist noch nicht vollständig integriert.

Th: Wie wäre es denn, wenn du mal deine Mutter und deinen Vater mit holst zum Ursumpf? - *Klientin bejaht* - und deinen Sohn?

Kl: Ja... Bis jetzt war ich noch im Garten. Jetzt gehe ich mal zu dem Ursumpf da runter ... du wirst jetzt wässriger - *Klientin bejaht* - irgendwie tut mir mein Brustkorb weh.
Neues Thema.

Th: Sag es ihm.

Kl: Du tust mir weh, du drückst mich so. - *atmet tief* -

Th: Kannst du das Drücken da sein lassen?

Kl: Ich merke, dass ich mich noch anstreng bei dieser Vorstellung, bei dieser Verbindung zu dem Sumpf, dass ich mich runter bücke oder so. - *seufzt* - Okay, Manuel und Kai und Mutti und Vati ...

Th: Mach es nur, wenn es wirklich stimmt.

Es ist schon sehr tief. Alles braucht seine Zeit.

Kl: Ja. Nee, ich habe jetzt gerade das Bild, dass wir da sitzen an diesem Sumpf, am Ufer, da ist jetzt auch Gras, dass wir die Füße rein halten.. - *lacht* - Es kribbelt an den Füßen...

Th: Willst du es den Füßen mal sagen?

Kl: Ja, Füße ihr kribbelt so angenehm im Sumpf, im warmen, dunklen, dunkelroten Sumpf - *lacht* - Okay, Sumpf, jetzt wirst du dunkel und schwarz wie Moor.

Th: Was macht das mit dir?

Kl: Das ist schön. Das ist so ein Gefühl, das ist nicht so Blut und so, Moor ist was Schönes.

Th: Es gibt ja so Moorbäder.

Kl: Ja, früher in meinem Kindheits-Urlaupsparadies gab es ein Moor, Moorbecken im Moor, im Sumpf. Das war schön, es ist schön, da zu sitzen. Es ist so warm von der Sonne. Moor, du bist so angenehm, richtig schön zum Suhlen. Wir gehen da jetzt alle rein... Es ist herrlich warm...

Th: Das ist dir ja bewusst, dass das das ist, was in der Luke war, die Verletzungen, die dahinter sein könnten. Du gehst jetzt rein, und es ist schön warm. Wo die Wunden sein könnten, und du badest jetzt in diesem...

Kl: Sumpf.

Th: Sumpf, und du empfindest es jetzt als angenehm.

Kl: Ja... Ja, Sumpf, sind da jetzt Verletzungen drin, oder ist da irgendetwas, was mich verletzt hat? ... Da ist wieder so das Gefühl, Verletzung ist da, wo Widerstand ist. - *seufzt* -

(Toilettenpause)

(Loslassen)

Kl: Hmm, gibt es da Verletzungen? ... Es ist so ein Gefühl da, dass was an Verletzungen da war, oder wo ich mich verletzt gefühlt habe, dass ich das jetzt loslassen möchte.

Th: Ist es, weil du es nicht sehen oder nicht fühlen möchtest, - *Klientin verneint* - oder weil du es wirklich loslassen möchtest?

Kontrolle.

Kl: Ja. Also, es ist so wie...

Th: Willst du es der Verletzung mal sagen?

Kl: Ja, ihr Verletzungen ... Ich sehe jetzt, wie alles, wo ich mich verletzt gefühlt habe von dir, Manuel, und von dir, Kai, und von dir, Mutti, hmm, und von dir, Vati, dass ich das loslassen kann... Ich habe die Verbindung zu euch... Es ist ein bisschen schwierig mit vier Leuten gleichzeitig - *lacht* - das zu sortieren. Ja, dann ist es jetzt so: Also, Mutti und

Vati, mit euch, habe ich das Gefühl, ist es jetzt klar. Ihr könnt euch, ihr steht jetzt so hinter mir. - Kai, ja, du bist mir ganz nah, du stehst links von mir, neben mir. - Manuel ... das ist noch ein bisschen schwierig.

Manuel ist energetisch noch nicht geklärt.

Th: Ist es so etwas wie: du kannst ihn noch nicht loslassen?

Kl: Bei den anderen ist es jetzt so, dass so diese Liebe da ist, dass ich das spüren kann.

Th: Das war ja gestern auch noch das Thema. Bei der Mutter hat die Liebe gefehlt.

Kl: Ja, das ist jetzt da, zu meinen beiden Eltern, zum Kai, das ist so ganz leicht jetzt da. Manuel, mit dir, merke ich, sind noch Verletzungen da. Das ist noch so ein Gefühl, mich schützen zu müssen.

Th: Möchtest du mit Manuel mal irgendwo hin gehen, so in dem Sinn, dass du mal guckst, dass du mit ihm die Verletzungen mal durchgehen kannst, wo du denkst, du bist verletzt worden, dass du das für dich klärst?

Kl: Okay, dann lassen wir die anderen Mal in dem schönen Moorbad, oder ihr könnt auch in den See gehen und euch waschen direkt daneben oder euch in die Sonne legen... Manuel, wir suchen uns mal eine Ecke hier auf der Wiese... Mal gucken, was da jetzt auftaucht... Hmm, mal spüren, was auftaucht, wo du mich verletzt hast... Es ist einfach noch so ein Gefühl da von: Nimm mich wahr... so diffus. Nimm mich einfach so wahr, wie ich bin. Traust du dich da überhaupt hinzugucken? Dann guck ruhig mal auch in meine Tiefe. Das möchte ich jetzt auch, dass du das tust... Ja, da ist die Verbindung da zwischen uns... Ja, du möchtest auch, dass ich dich wahrnehme...

Th: Was ist jetzt?

Kl: Ja, ich spüre die Verbindung in der Tiefe.

Th: Wo spürst du die?

Kl: Im Bauch...

Th: Was ist mit den Verletzungen?

Kl: Ja, die Verletzungen sind immer dann, wenn wir uns gegenseitig nicht - wenn wir nicht in der Tiefe die Verbindung haben, sondern wenn wir uns gegenseitig nicht sehen.

Th: Möchtest du mit ihm mal ins reale Leben gehen und dort einfach mal in ein, zwei Situationen...?

Ebenen verknüpfen, Mentaltraining.

Kl: Ja, ich sehe das. Das sind aber auch schon Situationen, die neuer sind, wo es so ist, wenn wir mit anderen Leuten zusammen sind, dass dann...

Th: Geh mal konkret in eine Situation rein.

Kl: Ja, mit Sabine und Roland, wo es so ist, dass diese Achtung da ist und das

Loslassen. Ich kann dich loslassen und kann zuhören, wenn du erzählst, wenn du redest. Dann gibt es wieder andere Punkte, wo ich erzähle. Das war früher anders. Das ist jetzt mit dieser Verbindung in der Tiefe da.

Th: Willst du ihm das sagen?

Kl: Ja, das habe ich ihm gesagt jetzt.

Th: Wie ist das für ihn mit dir?

Kl: Das tut dir auch gut, das weiß ich, das sagst du auch, ja. Da ist der Abstand da zwischen uns und dadurch auch die Verbindung, gleichzeitig. - *atmet tief durch* -

Th: Was ist jetzt?

Kl: Ja, das ist so ein Gedanke aufgetaucht eben schon. Jemand, den ich kennen gelernt habe, mit dem ich intensive Gespräche habe. - Ich habe intensive Gespräche mit dir, und da ist auch, ... Ja, das ist etwas Besonderes, diese Gespräche, und diese tiefe Verbindung ist nicht da. Es sind tiefe Themen, und ich nehme dich wahr, und du nimmst mich manchmal auch wahr, aber oft bist du bei dir... Es hat mich schon mal sehr enttäuscht, und jetzt ist es okay so.

Beziehungen müssen geklärt sein, um sich in der Tiefe zu begegnen.

Th: Das ist jetzt jemand anderes?

Kl: Ja, es war für eine Zeitlang die Frage, oder es war auch mein Wunsch, in der Zeit, als ich mit Manuel nicht zusammen war. Da war es mein Wunsch, dass daraus mehr wird.

Th: Sag es ihm mal direkt.

Kl: Das habe ich ihm schon gesagt oder sage ich ihm gerade direkt.

Th: Nein, du hast darüber gesprochen. Du musst es ihm sagen, damit er es wahrnimmt. **Energetisch wirkt nur direkte Ansprache.**

Kl: Ja, ich sage dir, dass es mein Wunsch war, weil ich das Gefühl hatte, da ist eine tiefe Verbindung. Aber die ist nur... nur manchmal da.

Th: Hat der Manuel das gehört?

Kl: Das ist nicht der Manuel, mit dem ich jetzt rede.

Th: Ja, dass er das mitkriegt, dass mit jemand anderen... ob das für ihn auch okay ist.

Kl: Ob das für ihn okay ist? - *atmet tief durch* - Er weiß davon nichts. Die **Klientin trägt einen Konflikt in sich.**

Th: Willst du ihm es mal sagen?

Kl: Hm!

Th: Ja, wenn du - es ist ja deine Entscheidung - *Klientin bejaht* - wenn du offen über alles reden kannst, gibt es weniger, dann ist es einfach klar.

Kl: Es ist einfach so, dass ich das nur so beobachtet habe und eben ist es auch deswegen aufgetaucht und sozusagen - "vergleichen" ist ein blödes Wort, aber um zu gucken, was ist. Und jetzt ist mir noch mal so deutlich, dass mit dir, Manuel, diese Verbindung da ist... gegenseitig da ist... und mit dem anderen - mit dir ist es so nicht da. **Die Klientin wird in sich klarer.**

Th: Ist noch etwas auf der Realebene jetzt zu klären, oder willst du mal zurückgehen zu diesem Ursumpf und gucken, was da ist, wie der Manuel jetzt da steht, wie es jetzt da ist?

Kl: Ja, wir gehen zu dem Ursumpf zurück... Aber ich muss das erst noch klären, was mit dem anderen ist. Oder nicht klären, aber ihn nicht so da rum hängen lassen irgendwo.

Th: Ja, der will ja auch Klarheit haben.

Kl: Ja... Tja, wie ist das mit dir?... Ich weiß es nicht, was in der Zukunft ist, aber jetzt ist es so, dass ich unsere Gespräche auch schätzen und ... ja, freundschaftlich da... Ich beobachte deine Entwicklung, und es geht nicht tiefer. ... Gut, Manuel... Wir sind zurück in dem Ursumpf, und die anderen Drei sind auch wieder da, meine Eltern hinter mir, Kai links von mir. Manuel, du stehst mir gegenüber.

Vorher war es schwierig.

Th: Hast du eine Ahnung, warum er dir gegenüber steht?

Kl: Das ist so, wir sind im Gespräch miteinander. - Kai, du bist neben mir und bist bei mir und bist auch mit deinen Dingen beschäftigt. - Manuel, du, wir gucken uns an, wir sind einfach intensiver im Austausch miteinander. Aber das springt so ein bisschen. Ab und zu bist du rechts von mir.

Energetisch im Chaos.

Th: Weißt du, warum das springt?

Kl: Na ja, solange wir uns gegenüber stehen und uns angucken und miteinander, ja, kommunizieren, wie auch immer, kann ich mich nur mit dir beschäftigen. Und zum Leben gehört auch, dass wir beide unseren Weg gehen, nicht nur so im direkten Austausch miteinander. Jetzt ist es so, dass, jetzt kommst du rechts neben mich und integrierst dich. Das ist okay so. Das andere wäre zu anstrengend nur. - *lacht* -

Th: Wenn er dir nur gegenüber stehen würde? - *Klientin bejaht* - Ja, Männer können anstrengend sein.

Kl: Männer können anstrengend sein? Ja - *lacht* - Frauen auch. - *lacht* -

Th: Frauen auch.

Kl: Ja, nur dieser Austausch, nur diese Kommunikation ständig, das ist ja auch nicht auszuhalten.

Th: Willst du den Ursumpf mal fragen, ob es da jetzt noch was zu tun gibt, ob er dir noch was zeigen will?

Kl: Ja. Nein, das ist jetzt gut so. Wir sind da am See, und ich sehe den See so links von mir, und geradeaus am Seeufer entlang ist, dahinter ist der Berg mit dem Wald und rechts von mir...

Th: Ist es der Berg, der am Anfang da war, in Frankreich der Berg und der Fluss in dem Tal.

Kl: Nein, das ist so, wie es dort ist am K. See, mit Wald darauf... Der ist ganz zahm.

Th: Ich würde es nämlich dann langsam rund machen wollen.

Kl: Ja, ist gut.

Abschluss- zurück zum Eingangsbild, Überprüfung.

Th: Deshalb habe ich gefragt nach dem Anfang, wo die Felsklippen in Frankreich waren. Es war schön und erschreckend, war karg, der andere Teil war unerreichbar, das Gefühl von unwissend und ahnungslos. Mal gucken, was da ist, und in Verbindung mit dem Körper noch mal durchgehen zum Schluss.

Kl: Also noch mal zu den Felsen.

Th: Mal gucken, was da noch, ob das noch so ist.

Kl: - *lacht* - Links von mir ist eine Brücke zu den Felsen, eine schmale Brücke, nur für Fußgänger, eine hohe Steinbrücke. Da kann ich rüber gehen zu den Felsen, kann mich da hinsetzen und habe einen phantastischen Ausblick aufs Tal! ... Und meine Familie von eben ist bei mir.

Positive Veränderung.

Th: Du hattest am Anfang den Solarplexus, der war wie eine Mauer, und da hattest du die Verbindung nicht vom Solarplexus zum Bauch. - *Klientin bejaht* - Geh einfach mal deinen Körper durch und guck mal, was da jetzt da ist, und sprich es an, wo du den Impuls hast.

Überprüfung des Körpergefühls nach Spannungen(nicht gelöste Konflikte).

Kl: Jetzt kribbelt es dauernd irgendwo.

Th: Wo kribbelt es?

Kl: Im Gesicht und am Hals... Es ist aber eher so spüren und da sein - *gähnt* - angenehm... Bauch, du bist ganz warm und rund und satt und zufrieden - *lacht* - ... Hmm, Bauch, ich kann den Ursumpf in dir spüren, die Verbindung zum Ursumpf. **Kribbeln und Wärme sind Ausdruck fließender Energie.**

Th: Wie drückt sich das aus?

Kl: - *atmet tief* - Du bist ganz entspannt und weit und lebendig, so als ob ich auf dem

Boden sitze oder auf den Felsen. Unten ist das Wasser. Ja, so spüre ich die Verbindung.

Verbindung ist jetzt da.

Th: Gibt es noch etwas zu tun für dich? Oder was möchtest du jetzt gerne tun?

Kl: Das einzige, was noch so ist, aber das muss ich jetzt nicht... Es sind schon noch so die Schultern oder...

Th: Sprich sie mal an.

Kl: Ihr seid schon noch so ein bisschen verspannt, ihr Schultern... so vom Liegen und - *gähnt* - aber es ist okay jetzt. Ich habe so das Gefühl, wenn ich aufstehe ist es gut. Ich habe genug gelegen.

Th: Soll ich noch eine andere Musik rein machen, eine besondere?

Kl: Ach, die ist schön, wenn die einfach so fertig läuft. Ich brauche nicht mehr lang.

Abschluss - Klientin hat einige Minuten zum nachspüren und reflektieren.