

**Wahrnehmung** In Tiefenentspannung ist die Wahrnehmung wesentlich erweitert. Diese Erfahrungen sind Wechselwirkungen mit dem morphogenetischen Feld. Sie sind sonst nicht oder nur eingeschränkt möglich. Dadurch werden die Gesamtenergiemuster angehoben und verfeinert. Ein „Innerer Führer“ übernimmt oft die Betreuung oder die Schulung. Es sind autonome kollektive Symbole oder Instanzen. In diesem Falle war es der Schutzengel der Klientin (ca. 48 J.):

**KI:** Hier ist gerade ein alter Baum und jetzt formiert sich in dem Baum ein Gesicht. Das heißt also, daß ich die Seele des Baumes erkenne ... Mh... ich sollte mir also den Baum angucken und in den Baum hinein fühlen und wie der Baum sich fühlt und jetzt geh ich tatsächlich in den Baum und empfinde wie der Baum. Ich fühle jetzt praktisch... wie ich das sehe, eine alte Eiche und fühle wie ich einzelne Äste habe. Ist ein wunderbares Gefühl, so viele Äste zu haben. Das kann ich noch gar nicht richtig nachfühlen, nicht nur zwei Arme sondern 50, 60, 70 Arme. Und überall dahin zu fühlen, wie wenn man hier und mal da

angreift, oder reinfaßt, angreifen ist zuviel gesagt. Mhm... muß mich erst drauf einstellen, ist ein ganz neues Gefühl. Das heißt also, ich bin unten fest und oben schwanke ich mal mehr und mal weniger hin und her. Total neue Empfindung. Das heißt also, oben kann ich ein bisschen wackeln und unten... hm

.. weiß ich jetzt nichts mit anzufangen. Hm... jetzt krabbelt es ein bisschen, wenn der Wind in den Blättern spielt. Schön ist es schon. ... ist Freude dabei, das zu fühlen, obwohl es eine total neue Erfahrung ist.

**Th:** Schau mal, was mir jetzt einfällt, ist: Guck doch mal in den kranken Baum hinein, ob du ihn gesund machen kannst?

**KI:** Ja, ich muß aber irgendwie hier noch zu Ende fühlen. Das ist so neu, so anders. Ich find mich noch gar nicht zurecht. Ich hab noch nie gefühlt wie ein Baum. Jetzt sagt mir der Engel, daß ich sehe und höre und gleichzeitig auch fühle. Das ist wohl wichtig dabei. Man soll sich in den Anderen hineinversetzen und so fühlen wie er. Und dann könnte ich ihm helfen. Mhm. Also ich muß erst das Gefühl für den Baum ganz aufnehmen. Ich glaub, diese Aussage eben, die war wichtig, weil mir nämlich jetzt die Tränen kommen. Also, von dem Gefühl bin ich tief berührt. Das scheint ganz wichtig. Obwohl ich das gar nicht so nachvollziehen kann, warum mich das jetzt berührt. Das scheint der Schlüssel zu sein. Also ich soll mich praktisch in jemand hineinversetzen und so fühlen wie er. Ah ja, und jetzt seh ich, daß der Baum teilweise verletzte Rinde hatte, die wächst jetzt nach. (erstaunt) Die wächst jetzt von alleine nach. Ich mach das aber gar nicht. Es geschieht einfach. Mhm, ich bin also nach wie vor in dem Baum und sehe mir das von innen an, wie die Rinde nachwächst. Mhm, das Gefühl klingt jetzt aber ab. Mhm, jetzt kann ich den Baum wieder verlassen. Der bedankt sich nochmal bei mir, schwankt so mit der Krone und ich hänge jetzt aber nicht mehr in dem Baum drin. Also, eben hing ich wirklich fest drin, konnte da nicht raus. ... Aber ich hab jetzt das Gefühl in mir wie es ist, ein Baum zu sein. ... Ah ja, der Engel sagt, wir wollen jetzt mal weiter gehn.

**Th:** Der hat anscheinend ein ganzes Programm für dich.

**KI:** Ja, jetzt kommt ein kleiner Busch, jetzt sagt er, jetzt machen wir das gleiche mal mit dem Busch. (erstaunt) Es ist wirklich ein kleiner Busch, höchstens in Kniehöhe. In den soll ich mich jetzt mal hineinversetzen. Aber ich sitz schon drin, ein bisschen mit angezogenen Knien, aber es geht ganz komfortabel. Das ist ganz lustig irgendwie. Aber nicht so ernsthaft wie in dem großen Baum. Ist was ganz anderes. Ganz andere Qualität und irgendwie leichter und nicht so ernsthaft. So irgendwie ein leichteres Leben als kleiner Busch. Als großer Baum, der hat schon irgendwelche Last zu tragen. Ein kleiner Busch nimmt das nicht so ernst. ... Ja, als Nächstes seh ich jetzt ein Reh. Ah ja, jetzt geh ich auf das Reh zu und frage es, ob es einverstanden ist, wenn ich mich mal in es hineinversetze. Und - das geht auch, ja. (längere Pause) Hm. Ich hab das Gefühl, daß ich als das Reh über die Wiese laufe und auch anfang zu äsen und ab und zu hochgucke, so ab und zu ein bisschen sichernd. Aber - ich hab nicht das Gefühl, daß ich dabei ängstlich bin. Das hatte ich erwartet, daß ich mich schreckhaft oder sowas fühle. Also - das Gefühl erschreckt mir nicht so intensiv wie bei dem großen Baum. Ist, glaub' ich, nicht ganz so wichtig.

**Th:** Wie schmeckt das Gras?

**KI:** Tja, so wie immer. (lacht) Ist in Ordnung, schmeckt gut. Ist wie ne große Leichtigkeit des Lebens. Ah ja, jetzt spricht mich ein Grashalm an und sagt: Ich sollte doch auch mal erfahren, wie es ist, wenn man ein Grashalm ist und gefressen wird. ... Also gut, ich geh jetzt aus dem Reh raus und versetze mich jetzt in - es ist eine ganze Gruppe von Grashalmen, in die ich mich jetzt hineinversetze. Ah ja, die stehen jetzt auf der Wiese, der Wind weht durch. Ja, ich will hoffen, daß das Reh nicht vorbeikommt. Aber ich seh schon, da hinten kommt so ne Zunge, so ne lange, die sich immer um die Grashalme schlingt und dann abrupt. Oder ist es ne Kuh, da bin ich mir jetzt nicht sicher. Na ja, wir stehen hier so und ducken uns, muß ich sagen. Freuen uns, daß wir so schön grün sind, aber dann sagen wir o.k., also es ist ne Kuh. Ist nicht das Reh, ist ne Kuh. Also o.k., eh die Mähmaschine kommt, da wollen wir lieber von der Kuh gefressen werden. Also, das mit der Mähmaschine, das wollen wir überhaupt nicht! Das ist nicht schön! Das ist so scharf und zack, zack, zack, also das nicht! Aber gut, die Kuh, die kommt, - aber ich bleib stehen, ich hab noch mal Glück gehabt. (lacht) Also ich hätte jetzt gedacht, ich wär dran, aber nein, die Kuh rupft jetzt rechts weiter. Jetzt seh ich vor mir, da kommt ein kleiner Käfer angekrabbelt. Mhm, das ist nun aber gar nicht lustig, der fängt da unten an zu fressen. Das ist nun gar nicht lustig als Grashalm. Da oben krabbelt so'n Marienkäfer, der will mir also auch ans Leder. (lacht) Ich

muß sagen, ich fühl mich als Grashalm gar nicht so gut. Also irgendwo fressen sie alle an einem rum. Mhm, ist kein leichtes Leben. Man fühlt sich von allen Seiten bedrängt, dieses Gefühl habe ich als Grashalm. - Mhm. - Ich fühle mich etwas ungemütlich in meiner Haut. - Mhm...

- Ja, da vorne kommt ein Vogel und der läßt mich auch ein, daß ich mal erfahre, wie es ist, ein Vogel zu sein. Was ist das, ich dachte, es ist ein Spatz, aber nee, es ist irgendwas, was richtig schön fliegen kann. Ist ne Meise, jetzt seh' ich's, - mhm - jetzt sitze ich da als Meise irgendwie auf nem Obstbaum. - Mhm - ja es ist lustig, das Leben als Meise. Die pickt nur mal hier und da und fliegt hin und her. - Ja, jetzt kommt aber eine zweite Meise und sagt, nee, so lustig ist das Leben nicht. Hör mal, du mußt hier Futter ranschaffen für die Jungen, vergiß das nicht, du mußt mal'n fetten Wurm ranbringen. Die hat



nämlich da grade einen im Schnabel. - Also gut, mach ich mich auf die Suche und aha ja, das ist ein grüner, ein fetter grüner, den hab ich neulich schon gesehen, den schnapp ich mir jetzt, und ab damit zum Nest und da sitzen sechs und sperren die Schnäbel auf. Au wei, sechs Stück! Jetzt aber, immer hinein damit! Man sieht gar nicht richtig, wohin man das stopft, da sind nur so große Schlünder, die Hunger haben und auf gehts: Wieder weiter! - Futtersuche! Und, und ja, das ist so ein kleiner - so was mehlwurmartiges - und wieder hin - und die ganzen vielen Mäuler - alle schreien wieder. Und schon wieder geht's los. Das ist ne richtige Arbeit hier als Meise. Das sah vorhin so lustig aus, aber das täuscht. Und schon geht's wieder zum Nest, und wieder reinstopfen. - Mhm, muß mal gucken, daß der da hinten auch was mitbekommt. Und wieder flieg ich los. Und da gibt's wieder'n Wurm. Jetzt kommt so'n Regenwurm dran. Und dahinten rechts, der hat noch gar nichts gehabt, der kriegt jetzt mal was. Und hier vorne, die drängeln ja ganz schön. Die schreien auch so laut. Ich muß aufpassen. - Und wieder flieg ich weg. - Jetzt gibt's mal'n kleinen Käfer, da kriegen die hier vorne wieder was, ja. Also, ich will nicht sagen, daß das Streß ist, aber man muß sich ganz schön ranhalten. - Ich glaube, ich laß die Meise jetzt mal alleine weiterfüttern. Das reicht jetzt erstmal. - Huh - hm - (lacht) Mhm (stöhnt)

Ja, und jetzt ist mein Engel wieder da und er sagt: "Jetzt reicht's erstmal. Jetzt hast du erstmal genug getan." ... Jetzt steige ich mit meinem Engel in ein Boot ein. Er hat ein Paddel in der Hand und treibt das Boot damit vorwärts...

