

Außerdem danke ich Dir für Deine Entschuldigung und nehme sie gerne an. Und falls Du zu einem späteren Zeitpunkt – zum Beispiel morgen Vormittag – noch weiter an Deiner Mutterbeziehung arbeiten willst, dann sag es bitte.“

Monika: „Ich denke darüber nach.“

Sam: „O. K..... Und zu Deiner Frage kommen wir sofort – aber zunächst ist die Frage von Johannes dran, er hat als erster nach dem Prozess mit **Alice** gefragt.“

Johannes: „Das stimmt schon – aber das kann auch nachher sein; „Ladies first“ heißt es ja – wenn Dir das recht ist?“, wobei er Monika anschaut. Sie sagt:) „Oh, ein echter Gentleman! Was meinst Du, **Sam**?“

Sam: „Wegen mir gerne – es wird sich dann auch zeigen, dass beide Fragen zusammenpassen. Also, zunächst zu Deiner Frage, Monika: „Warum nach der Bauchlage, dem „Ehregeden“ und dem „Leben nehmen“ nicht aufhören, wie bei **Bert Hellinger**?“ Die Frage ist auch daher sehr berechtigt, weil dies ein PUNKT HOHER ENERGIE im Geschehen ist, an dem wir gut aufhören können und den REST der **WEISHEIT DES UNBEWUSSTEN** überlassen.“

Im Lauf der Zeit haben wir jedoch gesehen, dass sich das **GEGENSEITIGE DIE-EHRE-GEBEN** als ein zusätzlicher **ENTWICKLUNGSSCHRITT** heilsam und ausgleichend für die Klienten oder Patienten auswirkt.

Und zwar – und damit sind wir auch bei Deiner Frage Johannes – besonders im Falle von extrem negativen Eltern wie SS-Soldaten-Eltern oder Großeltern oder vergleichbar averbal und/ oder verbal aggressiven ODER DISTANZIERTEN Eltern, hat sich ein **NACHGEHOLTES, IMAGINIERTES GEGENSEITIG „DIE-EHRE-GEBEN“** oft als besonders erleichternd und entspannend **AUCH FÜR DIE GEGENWART DIREKT ERWIESEN.**“

ALICE: „Ja, so fühlt es sich immer noch an.“

Sam: „Schön; sind Eure Fragen beantwortet?“, und schaut auf Monika und Johannes. Beide nicken.

Sam: „Sonst noch Fragen?“

Teilnehmer: „Das ist ja ganz gut, aber was mach ich damit im Alltag?“

Sam: „Auch wichtig. Zum einen: Wenn Du jetzt im Alltag unterwegs bist, stell Dir Deine liebenden Eltern hinter Dir vor – die Eltern, mit denen Du **DIE EHRE TEILEN KONNTTEST**. Und finde heraus, was das für einen **UNTERSCHIED MACHT**.

Zum anderen, und da wir schon bei **Bert Hellinger** sind, noch dessen Geschichte:)

„Der Kreis“, frei wiedergegeben.

Teilnehmer: „Ich will meinen Vater nicht hinter mir haben!“

„Auch daran können wir arbeiten, aber nicht mehr heute. Für den Moment, stelle **IDEALE** und **LIEBENDE ELTERN** hinter Dich, denen Du **VERTRAUEN** kannst und die Dir die **GANZE KRAFT ZUM LEBEN** geben. O. K.?“

Teilnehmer: „O. K. – bis morgen.“

Sam: „Gut; dann also - frei aus dem Gedächtnis:) **„Der Kreis“** (von **Bert Hellinger**; mit herzlichem Dank für sein **VORBILD** und seine **INSPIRATION**)

„Der Kreis“

„Jemand wandert in den Bergen, schon eine ganze Weile, da kommt er an ein Tor. Das Tor ist verschlossen; aber vor dem Tor, auf dem Boden, sieht er ein merkwürdiges bewegtes Bild: Er sieht einen ganz weißen Kreis, in dessen Innerem sich eine Figur oder Person kaum bewegen kann.

Außen um den weißen Kreis lodert eine Art dunkler Schattenflamme; der Kreis ist aber wirklich ganz weiß.

Unser Mann setzt sich, nachdem er eine Weile geschaut hatte. Er blickt zum Tor und denkt sich:) „Vielleicht passiert ja etwas ganz von selbst!“, und beschließt, Geduld zu üben mit dem Tor und dem Bild. Er sitzt und wartet:)

„Vielleicht passiert ja etwas ganz von selbst“, denkt er – und manchmal denkt er auch gar nicht – aber das ist eine andere Geschichte! –, und als er gerade’ mal wieder NICHT gedacht hatte, da sah er das Tor plötzlich offen!

Voller Freude lief er hinein – aber da war „nur“ eine Höhle. Als der Mann aber wieder aus der Höhle trat, da hatte sich auch das bewegte Bild am Boden verändert:) Der Kreis war jetzt viel größer, und die Figur darin bewegte sich frei. Und die schwarze Schattenflamme war verschwunden. **Aber: DER KREIS WAR JETZT GRAU.**“

„Und damit wünsche ich Euch allen einen schönen Abend. – Will jemand nach dem Essen noch schwimmen gehen? Jetzt, wo der Sommer endlich da ist – und es ist gerade 5 Minuten zum kleineren See?“

Einige melden sich; jemand fragt: „Brauchen wir Badesachen?“

Sam: „Darüber können wir länger diskutieren; aber da wir fast Vollmond haben, wohl eher doch!“ Alle kichern: „Ansonsten also morgen früh um 8:00 Yoga und Meditation, und wir sehen uns dann beim Essen oder am See. Bitte den Raum und die Teeküche noch aufräumen und abwaschen.“

An dieser Stelle verlassen wir diese Gruppe mit ihrem Leiter, **Sam**, und den Teilnehmern wieder und schauen weiter auf ALICE.

Diese Gruppe hatte ihr sehr gut getan, und sie dachte sogar daran, eine Ausbildung in systemischer Therapie nach Bert Hellinger zu machen, las „alles“ von ihm und über ihn – blieb aber dann doch in ihren Job, zumal sie wider Erwarten nochmals befördert wurde. Auch einen Freund fand sie wieder, aber ihre Orgasmus-Probleme blieben dieselben. Daher nahm sie noch eine Einzelstunde bei **Sam**.

Alice: „Was, rätst Du mir, nach all der Zeit und all dem Bemühen?!“

Sam: „Vielleicht weiß ich da was. Wenn es denn für Dich passt.“

Und er begann, **ALICE** vom **therapeutischen Potential von MDMA**, einer damals, **Anfang der 1980er Jahre legalen Substanz**, zu erzählen und gab ihr ein kopiertes Anmeldeformular für eine Gruppe. Er sagte zu ihr: „Ganz gleich, wie du Dich entscheidest, bewahre bitte Stillschweigen darüber, weil die RECHTSLAGE sich auch ändern kann! Und höre auf Deine innere Stimme! Wenn sie „Nein!“ sagt, höre darauf! Aber fast immer ist die **MDMA-Erfahrung sehr heilsam und herzöffnend**. Und Du kannst in diesem **ANGSTFREIEN** und **ZUGEWANDTEN RAUM** sehr viel leichter alte Verletzungen noch einmal „wieder erleben“ und **Neue Lösungen** finden.“

Alice: „Das hört sich ja gut an – aber ich muss es mir noch überlegen und vielleicht mit meinem Freund reden.....“

Sam: „Kann der mit Therapie etwas anfangen – besonders in dieser Form?“

Alice: „Ja, da bin ich auch nicht ganz sicheraber in der Krise, in der wir sind, brauchen wir einen neuen Impuls! Wirst Du denn mit dabei sein bei „der Gruppe“?“

Sam: „Ja, ich assistiere.“

Alice: „Das würde es mir leichter machen. Also gut, ich melde mich wieder.“

Danach ging **ALICE** durch eine PHASE HEFTIGER AMBIVALENZEN: „Wie sicher ist das?“ „Kann etwas Schlimmes passieren?“ „Tut mir das überhaupt gut?“

Sam sagte dazu zu ihr am Telefon: „Sehr, sehr selten kann es zu Angstreaktionen kommen, die aber therapeutisch fast immer auflösbar sind. Bei Dir glaube ich das aber kaum, so, wie ich Dich kenne. Außerdem, das steht ja schon im Anmeldeformular, kann es in den 3-4 Tagen nach der MEDITATIONSERFAHRUNG zu einem leichten Befindlichkeitstief kommen, das sich bei fast allen schnell wieder ausgleicht.“

(Aus **HEUTIGER SICHT** - 2015/16 - ist laut **web-info** zu empfehlen, **sowohl am Tag vor wie nach der Erfahrung 5- HTP = Griffonia** zu verwenden, um die SEROTONIN-SPEICHER IM GEHIRN (WIEDER) AUFZUFÜLLEN! Das **rezeptpflichtige 5-HTP** gibt's in der APOTHEKE - kleine Mengen genügen: 1/4 - 1/2 Teelöffel! **Vorher besorgen** und verwenden, falls gewünscht.)

Sam fuhr fort: „Was die **BENEFITS** angeht, also **den Zeitlosen, angstfreien Raum**, so liegt es – im Rahmen der Gruppenregeln! – an Dir, Deine eigene **heilsame schamanistische Reise** nach innen zu gestalten – meist mit Kopfhörern und Augenklappe – **DIR SELBST ZUGEWANDT**; oder indem Du etwas aufschreibst oder malst. Aber, wie schon gesagt, höre auf Dein Herz! Dann wirst du wissen, was Dir gut tut.“

Immer noch unsicher, versucht **ALICE** mit ihrem „Freund“ über die Gruppe zu reden. Dieser antwortet mit einer ausgeprägten REAKTIONSBILDUNG und beschimpft **ALICE** aufs Größte: („Und dass Drogen das Schlimmste Übel sind!“ Schließlich eskalierte der Streit und führte zu einer HEILSAMEN TRENNUNG. Nachdem sie und ihr Ex-Freund sich gegenseitig die Wohnungsschlüssel wiedergegeben hatten, fühlte **Alice** sich besser. – „Wie gut, wieder allein entscheiden zu können, wann das Licht „aus“ oder „an“ geschaltet wird – Himmlisch!“ –,

und sie fand – nach einiger Recherche in großen Bibliotheken, wo sie schließlich Zugang zu den Artikeln und Büchern von den Shulgins, Jeff Zeig, Claudio Naranjo, Alduous Huxley, Timothy Leary etc. fand neben einer „PROPHEZEIHUNG“ **Sigmund Freuds**, der schon 1925/1938 die Möglichkeit vorhersah, dass in der **Zukunft psychotherapeutisch nutzbare Substanzen gefunden** werden – ja, angesichts all dessen und einiger guter Freunde, die „Empathy“ bereits kennengelernt hatten und sie ermutigten:), fand **ALICE** den Mut, das ANMELDUNGSFORMULAR auszufüllen – **Alice** nannte **Sam** als Kontaktperson – und abzuschicken.

Das **MEDITATIONS-RETREAT**, wie es auch genannt wurde, fand in einem schön renovierten Bauernhof statt, mit golden leuchtenden Holzdielen- und Parkettböden. Plötzlich spricht jemand **Alice** an: „**ALICE!**“

Alice: „**Felix!** Wie siehst Du denn aus?“

Felix: „Einerseits gut, andererseits ziemlich mies. Die Flucht aus der Klinik war falsch – aber manches sehen wir erst im Rückblick. Dann war ich eine Weile sauber und ganz in meiner Firma engagiert – dann hab ich auf einer Party etwas Kokain geschnupft – und war begeistert: Reden Tanzen, Sex, Arbeiten – geht alles fast wie von selbst!“

Alice: „Beten hast Du vergessen; und ist das nicht auch sehr teuer, und brauchen nicht die meisten immer mehr?“