

Rückgabe von Verhaltensmuster & Emotionen

Diese Anleitung steht in Zusammenhang mit der Stuhltherapie. Wenn du das Gefühl hast, dein Proband habe etwas von seinen Vorfahren übernommen oder sich einer Last eines anderen angenommen, kannst diesen Prozess durchführen. Baue das Szenario der Stühle wie gewohnt dazu auf und starte dann mit diesen Anweisungen:

Stell dir bitte vor, wie neben dir eine große Kiste auftaucht, ähnlich einer Schatztruhe. Sie ist groß und geöffnet. In ihr befindet sich NICHTS.

Ich möchte dass du nun all diese Gefühle und Muster, welche dir nicht gehören, welche du von (Name des Gegenüber) übernommen hast in diese Kiste hinüberfließen lässt. Stell dir vor wie sie aus deinem Körper über deinen Arm einfach in diese große Kiste hineinfließen. Du wirst feststellen wann der Zeitpunkt gekommen ist an dem alles hinübergeflossen ist. Vermutlich wird es dich mit Erleichterung erfüllen.

Wenn dieser Moment gekommen ist, so lass es mich wissen indem dieser Finger (Finger des Klienten leicht antippen) hochkommt.

Jetzt abwarten bis das Signal des Klienten kommt.

Nun... stelle fest wie die Kiste sich von alleine Schlisst. Und jetzt kommt der wichtige Teil. Wir geben diese Dinge nun nicht einfach so an dein Gegenüber zurück...nein... Wir tun dies mit einer gewissen Wertschätzung. Egal wie unangenehm dir diese Dinge bisweilen waren.

Wenn du dazu bereit bist, diese Kiste nun zurück zu geben, dann tue dies bitte mit folgenden Worten. Und sage sie laut so dass ich dich hören kann: „Ich bedanke mich für alles was ich daraus lernen durfte, doch nun brauche ich es nicht mehr, ich bin daran gewachsen. Deshalb gebe ich es dir dankend wieder zurück!“

Nun überreiche die Kiste und sage mir wie fühlt es sich an?

Jetzt kannst du noch einmal eine Erklärung für den Klienten abgeben dass er/sie die ganze Zeit über gebremst war durch diese Muster und nun frei ist da sie dorthin zurückgingen, wo sie hergekommen sind und auch wieder hingehören.

Das kannst du natürlich beliebig oft machen, falls es noch andere Personen gibt die auf dem Stuhl oder im Sterbebett auftauchen.