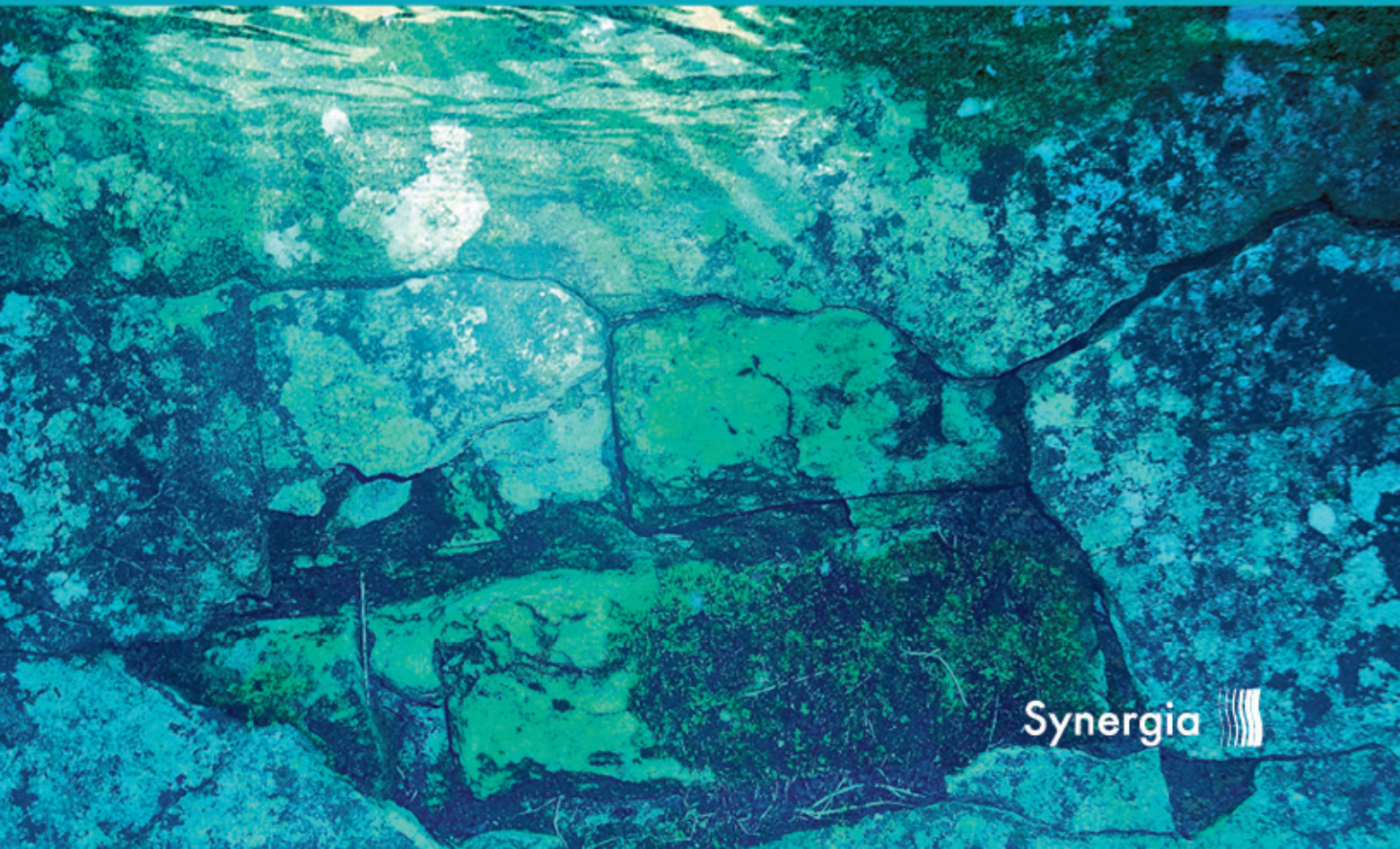


Erika Isolde Schäfer

Der Sinn von allem was einst war

Das holographische Modell
der Regressionstherapie



Synergia 

Für unsere Enkel Adit und Timur
damit die Gedanken weiter getragen werden

1. Auflage, 2016

Erschienen im Synergia Verlag, Basel, Zürich, Roßdorf
eine Marke der Sentovision GmbH
www.synergia-verlag.ch

Alle Rechte vorbehalten

Copyright 2016 by Synergia Verlag, Roßdorf

Karikaturen: Philipp Schäfer

Umschlaggestaltung, Gestaltung und Satz:

Alexandra Wittmann, FontFront.com, Roßdorf

Vertrieb durch Synergia Auslieferung

www.synergia-auslieferung.de

Printed in EU

ISBN-13: 978-3-03752-095-6

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet unter <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Erika Schäfer

Der Sinn von allem was einst war

**Das holographische Modell der
Regressionstherapie**

Synergia 

Das ist der Sinn von allem, was einst war...

*Das ist der Sinn von allem, was einst war,
dass es nicht bleibt mit seiner ganzen Schwere,
dass es zu unserm Wesen wiederkehre,
in uns verwoben, tief und wunderbar...
Schicksale bauten sich aus Glück und Glauben.
Abschiede schluchzten auf in Abendlauben,
und über hundert schwarzen Eisenhauben
schwankte die Feldschlacht wie ein Schiff.
So wurden Städte langsam groß und fielen
in sich zurück wie Wellen eines Meeres,
so drängte sich zu hochbelohnten Zielen
die rasche Vogelkraft des Eisenspeeres,
so schmückten Kinder sich zu Gartenspielen,
und so geschah Unwichtiges und Schweres,
nur, um für dieses tägliche Erleben
dir tausend große Geheimnisse zu geben,
an denen du gewaltig wachsen kannst.
Vergangenheiten sind dir eingepflanzt,
um sich in dir wie Gärten zu erheben.*

RAINER MARIA RILKE

Inhalt

Danksagungen	9
Vorwort	10
Teil I Das holographische Modell der Regressionstherapie	13
1. Was ist Regressionstherapie?	14
Wie ich zur Regressionstherapie kam	14
Regressionstherapie und Reinkarnation	18
Wozu Regressionstherapie?	20
2. Postulate und Glaubenssätze	21
Individuelle Postulate	23
Familiäre und systemische Postulate	25
Kollektive Postulate	26
Archetypische Postulate	27
Postulate, die wir aus möglichen früheren Leben mitbringen	28
3. Krankheit und Heilung	30
Was ist Krankheit?	30
Was ist Heilung?	31
Wie geschieht Heilung?	33
Heilung über ein neues Bewusstsein	33
Heilung durch Regressionstherapie	35
Krankheiten und ihre karmischen Ursachen	37
Überlebensprogramme	37
Der Versuch Ausgleich zu schaffen	37
Vermeidungszwang	38
Wiederholungszwang	38
Unbewusster Tod	38
Organentnahme	39
Besetzungen und Besessenheiten	39
Krankmachende Postulate infolge von Operationen und anderen Ausnahmezuständen	40
Familiensystemische Ursachen von Krankheiten	41
4. Praktische Vorgehensweise	43
Wahrnehmen, sich einlassen, schauen	43
Voraussetzungen für das Gelingen einer Therapie	44
Voraussetzungen des Klienten	44

Voraussetzungen, die der Therapeut mitbringen sollte	48
Die Anamnese	50
Die MES-Brücke als Fragetechnik	50
Ankern	55
Durcharbeiten	55
Den Tod bewusst erleben	56
Integration des Erlebten und Heilung	57
Der Seelenweg	59
5. Das holographische Weltbild	62
Das neue Bewusstsein	65
Ein Fallbeispiel zum holographischen Modell der Regressionstherapie	67
Teil II Regressionstherapie in der Praxis	89
1. Rückführungen in die Kindheit	90
Die zwei Grundbedürfnisse eines Kindes	92
Das Bedürfnis nach Zugehörigkeit	92
Das Bedürfnis nach Autonomie	94
Einflüsse auf die kindliche Entwicklung	96
Genetisch mitgebrachte und wenig veränderbare Anlagen	96
Bedingt bis stark veränderbare Anlagen	96
Familiensystemische Vorgaben	98
Kulturelle und kollektive Einflüsse	99
Eigene traumatische Erfahrungen in der Kindheit	101
Traumatische Erfahrungen unserer Eltern und Großeltern	104
Karmische Vorgaben oder eigene mitgebrachte Erfahrungen	105
Im Horoskop sichtbare Anlagen	108
Ausblick: Vom Kind zum glücklichen Erwachsenen	109
Die sogenannten „Neuen Kinder“	110
Eine Rückführung in die Kindheit	115
2. Rückführungen in die Geburt	129
Geburt und Geburtstrauma in der Psychologie	129
Unser therapeutischer Ansatz	130
Besonderheiten bei Geburtsrückführungen	132
Der Geburtsverlauf	134
Praktische Vorgehensweise bei der Rückführung in die Geburt	135
Wann ist eine Geburtsrückführung angezeigt?	135
Die Heilung	136
Zwillings-Geburten	138

Komplikationen bei der Geburt	138
Geburt durch Kaiserschnitt	138
Geburtsverzögerung	141
Sauerstoffmangel oder die Nabelschnur um den Hals	141
Zangengeburt und Saugglocke	142
Sturzgeburt	142
Schmerzlindernde Mittel und Narkose im Geburtsverlauf	142
Komplikationen nach der Geburt	143
Im Inkubator (Brutkasten) oder Wärmebett	143
Blutaustausch	145
Körperliche und seelische Schwierigkeiten bei Neugeborenen	145
Adoption nach der Geburt	146
Hast Du unsere Mutter gesehen oder „Das Leben nach der Geburt“	146
Eine Rückführung in die Geburt	147
3. Rückführungen in die Schwangerschaft und die Zeugung	159
Körperliche, seelische und geistige Erfahrungen des Babys im Mutterleib	159
Die Zeit vor dem Bekanntwerden der Schwangerschaft	161
Bekanntwerden der Schwangerschaft	162
Hochschwangerschaft 7. bis 9. Monat	163
Prägungen und Postulate in der Schwangerschaft	163
Abtreibungen	165
Zwillingsschwangerschaften	167
Die Bedeutung des Vaters in der Schwangerschaft	168
Heilung und Integration der Erfahrungen	168
Das Leben beginnt mit der Zeugung	169
Die pränatale Zeit in Medizin und Psychotherapie	171
4. Rückführungen zu Beziehungen und Partnerschaften	175
Leben heißt in Beziehung sein	175
Die Beziehung des Therapeuten zum Klienten	176
Rückführungen zu Beziehungen	178
Beziehungen und Leid	179
Beziehungen zu Partnern – wie Liebe gelingt	182
Erfahrungen im Mutterleib, bei der Geburt und in der Kindheit	184
Das Vorbild der Eltern und anderer Bezugspersonen	186
Das kulturelle Umfeld	186
Die Empathiefähigkeit	187
Die Sexualität	188
Karma mit Sexualität und die Folgen	188
Das Karma, das wir mit unserem Partner haben	191
Worauf bei Rückführungen zu Partnerschaften besonders zu achten ist	193

Anamnese	193
Der Einstieg	194
Verankern und Durcharbeiten	194
Die Phase des Sterbens	194
Die Heilung	195
Eine Rückführung zum Thema Partnerschaft	197
5. Täter und Opfer in der Regressionstherapie	208
Die Täterenergie und die Opferenergie in uns	208
Rückführungen in Täter- und Opfererfahrungen	216
Eigene oder von unseren Vorfahren übernommene Täter- und Opfertraumen	219
Täter- und Opferidentifikationen	221
Was bei Rückführungen in Täter- und Opferleben besonders zu beachten ist	222
Der Umgang mit Täter- und Opferleben in der Regressionstherapie	224
Das sogenannte Böse integrieren und lernen, konstruktiv und kraftvoll damit umzugehen – warum das sogenannte Böse nie ganz aufhören kann	226
Zwei Übungen zur Arbeit am eigenen Schatten, dem Täter in uns	228
Der Schattenweg	229
Eine kleine tägliche Übung zum eigenen Schatten	230
6. Regressionsarbeit mit Kindern	232
7. Regressionsaufstellungen bzw. systemisch-karmische Aufstellungsarbeit	236
8. Astrologie und das Human Design System	239
9. Ausblick	242
Fußnotenverzeichnis	243
Literaturverzeichnis	246
Literatur im Buch	246
Weiterführende Literatur	247

Danksagungen

Am Gelingen des Buches sind ganz wesentlich beteiligt: Dr. Franziska Hochwald und Philipp Schäfer. Franziska hat das gesamte Buch eng begleitet. Gemeinsam haben wir das Buchkonzept entwickelt, die Kapitel diskutiert und strukturiert, und sie hat zahlreiche Anregungen und Textvorschläge beigetragen. Abschließend hat Franziska den Text noch einmal überarbeitet und in die letztendliche Form gebracht. Philipp hat das Buch lektoriert. Ihm habe ich es zu verdanken, dass ich den heute üblichen Wissenschaftszwang aufgeben und ganz in die phänomenologische Beschreibung übergehen konnte. Von ihm stammen die Karikaturen, die den zum Teil schweren Text wunderbar auflockern. Peter Bourquin hat einfühlsam und kompetent einige Kapitel des Buches überarbeitet. Zwei Therapiefälle von meiner langjährigen Mitarbeiterin Marjam Gößmann-Schmitt durfte ich als Beispiele in mein Buch einfügen. Viola Puschautz, Andreas Märkl und Doreen Duldinger haben die mühsame Arbeit des Korrekturlesens übernommen. Ihnen allen möchte ich an dieser Stelle ganz herzlich danken für die inspirierende und hilfreiche Gemeinschaftsarbeit. Schließlich danke ich meinem Mann von Herzen, der mit Rücksicht und Geduld reagiert hat, wenn ich einen Großteil unserer gemeinsamen Urlaube mit Schreiben verbracht habe.

Erika Schäfer, Eisenbuch, den 23.05.2016

Vorwort

Viele Menschen schauen nicht mit der Seele in die Welt. Sie haben wenig Zugang zu ihrer unmittelbaren, spürbaren Erfahrung, als ob diese Ebene der unmittelbaren Erfahrung betäubt wäre. Oft ist diese seelische Betäubung eine Nachwirkung einer Traumatisierung.

HUNTER BEAUMONT

Ein Psychologieprofessor begann vor einigen Jahren an einer deutschen Universität seine Vorlesung für die Studierenden des ersten Semesters mit den Worten: „Wer hier ist, um etwas über die Seele zu erfahren, der ist fehl am Platz. Hier wird Wissenschaft betrieben“. Seit die Psychologie der Naturwissenschaft zugeordnet wird und Verhaltenstherapie und Statistik im Mittelpunkt stehen, hat die Seele in der Psychologie scheinbar keinen Platz mehr. Doch die Sprache der Seele lässt sich nicht statistisch erfassen, sie ist eine Bildersprache und kommt aus der Tiefe unseres Wesens. In diesem Buch wird diese Sprache im Mittelpunkt stehen, denn ich bin überzeugt, dass das die einzige Sprache ist, die alle Menschen verstehen, die alle Menschen verbindet und die wirklich heilt.

Es ist keine wissenschaftliche Abhandlung, sondern der Erfahrungsbericht einer psychologischen Psychotherapeutin, die in über sechzig Jahren therapeutischer Arbeit versucht hat mit der Seele zu schauen, ungeachtet dessen, was die Wissenschaft dem entgegen zu setzen hatte. Gleichzeitig liegt mir am Herzen, mein Wissen über die Methoden und Techniken der Regressionstherapie weiter zu geben und interessierten Therapeutinnen und Therapeuten zugänglich zu machen.

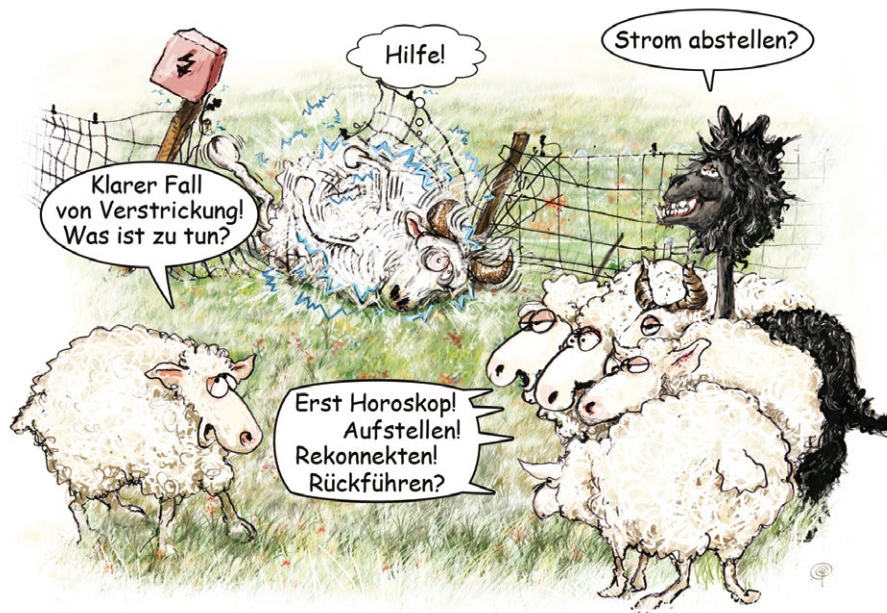
Ein großes Anliegen ist es mir auch, mit diesem Buch der Regressionstherapie mehr Anerkennung zu verschaffen. Ich werde deshalb meinen Weg beschreiben, wie ich zur Regressionstherapie kam und wie mein Vertrauen in diese Methode gewachsen ist. Vielleicht kann ich durch dieses Buch auch anderen helfen, Zugang zu dieser Therapieform zu finden.

Die Arbeit mit der Regressionstherapie öffnet den Blick für eine Sicht der Welt, die versucht Altes und Neues zu verbinden. Die alten Weisheiten: „Wie oben so unten, wie innen so außen“ oder das neue Verständnis von Zeit und Raum oder von Materie werden bei dieser Therapie erfahrbar. Ich wünsche mir, dass dieses Buch einigen Menschen hilft, aus der Enge der alten Muster und Vorstellungen heraus zu finden und sich für ein neues universelles oder wie Jean Gebser es nennt, „integrales“ Bewusstsein zu öffnen.

*Die Gegenwart ist ein Zeitalter der Wandlung und diese
Wandlung führt zum Durchbruch eines neuen Bewusstseins.*

JEAN GEBSER

Sie finden in dem Buch nach jedem Kapitel eine Karikatur. Diese sollen dazu beitragen, dem Buch die Leichtigkeit zu geben, die ich gerne vermitteln möchte. Alles wird leicht, wenn man diese Arbeit verstanden und verinnerlicht hat, denn dann weiß man, dass alles relativ ist und wir nur zuweilen unseren Blick ein wenig ändern müssen.



Klarer Fall von Verstrickung!
Was ist zu tun?

Hilfe!

Strom abstellen?

Erst Horoskop!
Aufstellen!
Rekonnecten!
Rückführen?

Teil I

Das holographische Modell der Regressionstherapie

1. Was ist Regressionstherapie?

Wie ich zur Regressionstherapie kam

Es gibt Dinge, die kann man nicht erklären, sondern nur erfahren, allenfalls beschreiben, aber nicht erklären.

HANS PETER DÜRR

Schon zu Beginn der Pubertät stellte ich mir die Frage nach dem Sinn des Lebens. Ich fand damals eine Antwort, die für mich heute noch gilt: Der Sinn des Lebens kann nur das Leben selbst sein. Also richtete ich mein Leben darauf aus, das heißt, ich ließ mich ganz auf das Abenteuer Leben ein. Die Faszination dieser Abenteuerreise hat bis heute angehalten. Ich bereiste viele Länder der Erde und beobachtete die Menschen, wie sie leben, wie sie denken, wie sie fühlen, wie sie sich ausdrücken oder wie sie sich bewegen. Ich fuhr per Anhalter, da man dabei den Menschen näher ist und in jedem Auto eine Lebensgeschichte erfährt, wenn man zuhören kann. Wenn ich ins Krankenhaus musste – und mehrere Fehlgeburten zwangen mich dazu – ließ ich mich in ein Mehrbettzimmer legen. Hier konnte ich Menschen erleben, mit denen ich normalerweise nicht so engen Kontakt hatte. Vor 50 Jahren gab es in manchen Krankenhäusern noch Zimmer, in denen bis zu 10 Patienten untergebracht waren. Da ich Privatpatientin war und damit Anspruch auf ein Einzelzimmer hatte, löste mein Wunsch beim Klinikpersonal Verwunderung aus.

Bereits in der Kindheit habe ich gelernt, dass es besser ist, nicht so sehr auf die gesprochenen Worte zu hören, sondern mehr auf den Ausdruck, auf das, was hinter den Worten mitschwingt. Zu oft habe ich erlebt, oder besser gespürt, dass Menschen etwas anderes sagen als sie denken. Diese „Unaufrichtigkeit“ war natürlich im Dritten Reich in Deutschland besonders ausgeprägt. Es war sehr gefährlich, zu jener Zeit das zu sagen, was man dachte.

Da ich von Anfang an darauf eingestellt war zu beobachten und eigene Erfahrungen zu machen, hatte ich es im Studium schwer mit „Kopfgeburten“, das heißt, mit angelerntem Wissen, das nicht auf Grund von Erfahrung, sondern durch Überlegungen und Gedankenkonstruktionen entstanden ist. Während meines Studiums gehörte die Psychologie noch zur Philosophie und nicht wie heute zur Naturwissenschaft. Dadurch wurde vorwiegend phänomenologisch geforscht und gearbeitet. Das kam mir sehr entgegen, da viel Wert auf Beobachtung und Introspektion gelegt wurde. Im Examen mussten wir zum Beispiel allein an Hand eines Rorschachtests¹ und anderen Projektionstests herausfinden, ob der Klient Bettnässer ist, stottert oder schizophran ist, wie er mit Schwierigkeiten im Leben umgeht, ob er mehr ein Intellektueller oder mehr ein Gefühlstyp ist usw. Heute werden all diese Tests an den Universitäten als unwissenschaftlich abgetan, obwohl sie so viel über unser Unbewusstes und unsere Seele aussagen.

Als die Psychologie in den 1960er Jahren immer naturwissenschaftlicher und damit statistikgläubig wurde, habe ich meine Assistentenstelle an der Universität Saarbrücken aufgegeben, da ich diese Art der Psychologie nicht mit meinen Erfahrungen und meiner Lebensphilosophie vereinbaren konnte. Es gab Diagnosen, allein gestützt auf Fragebögen und standardisierte Testergebnisse. Der Mensch in seiner Einmaligkeit geriet aus dem Blick.

Das Leben lässt sich nicht standardisieren, messen, statistisch erfassen. Schon zur Zeit J. W. von Goethes scheint es dieses Problem gegeben zu haben. Er schreibt:

*Daran erkenn' ich den gelehrten Herrn!
Was ihr nicht tastet, steht euch meilenfern,
was ihr nicht fasst, das fehlt euch ganz und gar,
was ihr nicht rechnet, glaubt ihr, sei nicht wahr,
was ihr nicht wägt, hat für euch kein Gewicht,
was ihr nicht münzt, das meint ihr, gelte nicht.*

Fragen über Fragen tauchten auf, wenn ich meine eigenen Beobachtungen mit den Lehrmeinungen über menschliches Verhalten und therapeutische Interventionen verglichen habe. Ich konnte sie oft nicht in Übereinstimmung bringen. Wie kommt es, dass Menschen auf schweres Schicksal so unterschiedlich reagieren? Der eine ist durch ein Erlebnis schwer traumatisiert und geht daran zu Grunde, der andere wird durch die gleiche Erfahrung stark und der Dritte wird davon kaum berührt. Warum haben manche Menschen immer Pech, während anderen alles gelingt? Warum wird ein Kind aus einer Familie, in der es viel Gewalt gibt, ebenfalls gewalttätig und warum sein Geschwister nicht? Warum hat ein Kind, das viel gedemütigt wurde, ein starkes Selbstwertgefühl und ein geachtetes, geliebtes Kind möglicherweise nicht? Warum sind manche Menschen von Anfang an reflektiert und andere nicht, obwohl sie sich in Intelligenz und Bildung nicht unterscheiden? Warum sprechen manche Menschen sofort auf eine Therapie an und andere mühen sich jahrelang ab und es erfolgt keine wesentliche Änderung oder Heilung?

Die Psychologie hält Erziehung, Umwelteinflüsse, traumatische Erfahrungen und Veranlagung als Erklärungsmöglichkeiten für psychische Probleme bereit. Doch oft reichten mir diese Erklärungsmöglichkeiten nicht aus. Ich traf als Kindertherapeutin auf wunderbare Eltern, deren Kinder schwer gestört waren, aber ich traf auch auf Eltern, die ihre Kinder misshandelt, gedemütigt und missbraucht haben, und die Kinder haben sich wunderbar entwickelt, als wären sie unverwundbar. Wie oft habe ich erlebt, dass Eltern von schwierigen Kindern verzweifelt in meine Praxis kamen, verunsichert und voller Scham, was sie wohl falsch gemacht haben, und ich habe nichts Gravierendes gefunden, außer ich hätte es an den Haaren herbei gezogen. Was spielt das Leben hier für ein Spiel?

Ich suchte in der ganzen Welt nach Antworten, bei Schamanen, Heilern und Gurus. Ich erlebte unvorstellbare Heilungen von Menschen, die austerapiert und schulmedizinisch aufgegeben waren, zum Beispiel bei den Cherokeeindianern in Kanada durch eindrucksvolle Rituale, bei Sai Baba in Indien durch „Übertragung von Energie“ und bei verschiedenen Heilern in Europa. Hier beobachtete ich zum Beispiel einmal eine Krebsheilung, die allein durch die Anrufung von Engeln gelang, oder ein andermal durch „Gesundbeten“. Von solchen „Wunderheilungen“ wird oft im Zusammenhang mit religiösen Erfahrungen berichtet und es hat sie wohl zu allen Zeiten gegeben. Aber diese Art der Heilung gelingt nur manchmal und unter Wissenschaftlern dürften sie unter „Placeboeffekt“² eingeordnet werden. Doch bleibt eben immer noch die Frage, was der Placeboeffekt genau ist, bei wem wirkt er und bei wem nicht. Wer kann geheilt werden, wer nicht und warum? Warum wird der eine durch ein allopathisches Medikament gesund, ein anderer stirbt mit dem gleichen Medikament, obwohl beide die gleiche Diagnose haben?

Eine erste Antwort auf diese Fragen erhielt ich, als ich mich mit Astrologie und später dem Human Design System³ befasst habe. Es scheint kosmische Rhythmen zu geben, die einen Einfluss auf das Leben

haben, auch auf uns Menschen. So wie es Tag und Nacht und die Jahreszeiten gibt, so gibt es auch geistige, körperliche und seelische Rhythmen. Die körperlichen Rhythmen wie zum Beispiel der Schlafrhythmus, die Menses bei den Frauen oder das Ergrauen der Haare in einem bestimmten Alter usw. sind uns vertraut. Weniger gut kennen wir die seelischen und die geistigen Rhythmen. Es gibt Zeiten, in denen wir durch Ereignisse von außen leichter irritiert werden, das heißt seelisch, geistig oder körperlich krank werden, und es gibt Zeiten der Stabilität, in denen wir weniger störungsanfällig sind. Außerdem scheint jeder sein eigenes Potential, sein eigenes seelisches Gewand, seine eigenen Schwachstellen und seine eigenen Stärken mitzubringen. Nun kommt es auf die Umwelt an, ob sie die Schwachstellen und die Irritierbarkeit verstärkt oder zu mehr Ausgeglichenheit und Ruhe verhilft. Die Schwachstellen können unser Leben sehr einschränken, aber wir können sie auch als bereichernd erleben. Sie können zum Beispiel Erfahrungen ermöglichen, die ohne diese Schwächen nicht möglich gewesen wären. Ebenso verhält es sich auch mit unseren Stärken. Sie können gefördert werden, so dass sie im Leben zur Verfügung stehen, sie können aber auch unterdrückt und im Keim erstickt werden, oder sie können sich sogar gegen einen selbst richten.

In der Astrologie ist versucht worden, diese dauerhaften Rhythmen zu erfassen und sichtbar zu machen. Im Horoskop kann man deshalb bis zu einem gewissen Grad diese Rhythmen und das mitgebrachte Potential des Klienten erkennen. Für mich ist die Astrologie ein wertvolles Hilfsmittel in der Therapie geworden.

Beim Studium der Astrologie begegnete ich auch dem Thema Karma und Reinkarnation. Obwohl ich weder an Wiedergeburt glaubte noch mich sonderlich dafür interessierte, probierte ich dennoch eine Rückführung aus. Meine angeborene Neugier sagte mir: Es könnte ja sein, dass doch etwas dran ist und du etwas mehr über das Leben erfährst. Etwas abzulehnen, ohne es ausprobiert und erfahren zu haben, hatte ich mir schon frühzeitig abgewöhnt, es schien mir unlebendig.

Ich war sofort fasziniert von der reichen Bilderwelt und den tiefen Erfahrungen, die man durch diese Arbeit machen konnte. Auch konnte ich sehr schnell am eigenen Leib die enorme Heilwirkung dieser Therapie erleben: So konnte ich z. B. nicht schwitzen und deshalb Hitze nur sehr schwer ertragen. Das war sehr hinderlich, da ich die Wüste liebe. Durch eine Rückführung in ein Erlebnis, in dem ich als Mann in der Wüstenhitze umgekommen bin, konnte das Problem behoben werden. Es scheint also in meinem Körper ein Programm, eine Erwartung, eine Annahme gegeben zu haben: „Hitze bringt dich um“. Dieses Programm – wir nennen es „Postulat“ – konnte durch die Rückführung gelöscht werden. Mein Körper hatte offensichtlich durch die fehlende Möglichkeit zu Schwitzen einen Regelmechanismus aufgebaut, so dass ich nicht in Gefahr kommen sollte, in zu heiße Umgebung zu gehen, denn dort könnte ich ja sterben. Seit dieser Rückführung schwitze ich bei Wärme wie andere Menschen auch. Durch viele weitere Rückführungen konnte ich erfahren, dass unser Fühlen, Denken und Handeln, unsere körperlichen Reaktionen und unsere Vorstellungen weitgehend von solchen inneren Programmen, Mustern und Postulaten bestimmt werden. Zu diesen Postulaten versuchen wir in den Rückführungen vorzudringen, um von dort aus die Heilung zu beginnen (siehe Kapitel Postulate).

Ob es sich bei den Rückführungen wirklich um frühere Leben handelt oder nicht, hat mich nie sonderlich interessiert. Die Erfahrung, dass das Leben durch diese Arbeit reicher und lebendiger wird, stand für mich immer im Vordergrund. Die Tiefenwirkung dieser Arbeit beeindruckt mich immer wieder aufs Neue. Sie birgt ein unglaublich großes Potential zur Heilung. In den ersten Jahren war ich nicht so schnell dazu bereit, die Erfahrungen, die ich in Rückführungen machte, wirklich ernst zu nehmen, komme ich doch aus einem ganz naturwissenschaftlich ausgerichteten Elternhaus. Waren es nicht einfach Phantasiebilder,

unverarbeitete Bilder aus Märchen, Filmen, Geschichten, früheren Erlebnissen? Unsere nächtlichen Träume und unsere Tagträume sind ja auch voller Bilder und Phantasiegeschichten.

Doch gab es gleich zu Anfang zwei Erfahrungen, die mein Vertrauen in diese Arbeit gestärkt haben, da sie sich in der Realität überprüfen ließen. In einer meiner ersten Rückführungen erlebte ich mich als Fötus im Bauch meiner Mutter und wurde erstmalig gewahr, dass meine Mutter mich abtreiben wollte. Ich fand die Versuche amüsant, da ich mir sicher war, dass sie es nicht schaffen würde, mich aus diesem sicheren Ort zu entfernen. Ich fühlte mich stabil eingenistet. Als wir in der Rückführung im achten Monat angelangt waren, spürte ich plötzlich einen unbeschreiblich tiefen seelischen Schmerz und musste heftig schluchzen. Ich fühlte, dass jemand gestorben war, den ich sehr geliebt hatte. Da das Baby noch eins ist mit der Mutter, erlebt es alles, was die Mutter erlebt, intensiv mit, das heißt der Schmerz gehörte zu meiner Mutter. Ich konnte nicht genau wahrnehmen, um welche Person es sich handelte, und dachte, gemessen an dem Schmerz, dass es wohl die Mutter meiner Mutter gewesen sein musste.

Unmittelbar nach der Rückführung versuchte ich zu erfahren, ob es tatsächlich einen Todesfall gegeben hat, als meine Mutter mit mir schwanger war. Da meine Mutter zu der Zeit schon verstorben war, rief ich ihre Schwester an. Sie konnte sich nicht erinnern, wusste aber, dass meine Oma schon vor meiner Zeugung gestorben war. Natürlich stellte ich sofort die ganze Arbeit in Frage. Aber nach ein paar Wochen rief mich meine Tante noch einmal an und sagte, dass ihr jetzt eingefallen sei, dass damals doch jemand gestorben sei: Meine Mutter war Berufsgeigerin und wurde bei Konzerten von einer jüdischen Pianistin auf dem Klavier begleitet. Jeder Musiker, der klassische Musik macht, weiß, wie eng solche Verbindungen oftmals sind. Die Seelen schwingen beim Musizieren zusammen und es gibt kaum ein größeres Glücksgefühl, als in völliger Harmonie zusammen zu musizieren und die Seele der Musik gemeinsam zu offenbaren. Wie mir die Tante berichtete, war die jüdische Pianistin auf offener Straße von Faschisten ermordet worden, als meine Mutter mit mir im achten Monat schwanger war; das war 1934.

Es fiel mir wie Schuppen von den Augen, da ich sofort manche Verhaltensweisen meiner Mutter während des Dritten Reich verstanden habe. Sie hat mit uns Kindern nie ein Wort über ihre Haltung dem Dritten Reich gegenüber gesprochen, nicht während des Krieges und auch nicht danach. „Lasst es vorbei sein“, war immer ihre Antwort. Das hieß, wir sollten nicht an ihren Schmerz rühren. Das nächste Rückführungserlebnis, das mich sehr beeindruckt und mich der Arbeit näher gebracht hat, war eine körperliche Erfahrung. Ich war in der Rückführung wegen epileptischer Anfälle in eine Psychiatrie eingeliefert worden. Meine Rückführungstherapeutin ließ mich einen epileptischen Anfall „erleben“. Ich begann zu krampfen und zu zittern, wie ich es unter normalen Umständen niemals zustande bringen könnte, auch wenn ich es mir noch so intensiv vorstellen würde. Wie ist so etwas möglich?

Meine Neugierde wurde immer größer und ich ließ mich im Laufe der Jahre viele Male rückführen. Ich machte dabei Erfahrungen in anderen Kulturen und konnte anschließend überprüfen, dass die Gepflogenheiten der Menschen und die Art der Gebäude und der Kleidung etc. in den entsprechenden Kulturen mit meinen Erfahrungen in der Rückführung übereinstimmten. All diese Erfahrungen gaben mir Sicherheit. Auch die Heilwirkung von Rückführungen durfte ich vielfach am eigenen Leib erfahren, und sie trugen wesentlich zu meiner Wertschätzung dieser Therapieform bei. Im Laufe der Zeit gab mir die Regressions-therapie in Kombination mit dem Familienstellen und den neuesten Erkenntnissen der Physik Antworten auf meine Fragen. Ich hoffe, dass die Ausführungen in diesem Buch auch für Sie, lieber Leser, einige Ihrer Fragen beantworten werden.

Regressionstherapie und Reinkarnation

In den 30 Jahren, in denen ich mit Regressionstherapie arbeite, habe ich mich immer wieder gefragt, woher dieser enorme Bilderreichtum kommt, der bei Rückführungen aufsteigt. Wenn ich den Klienten bitte, sich mit seinem Unbewussten zu verbinden und in die Zeit zurück zu gehen, in der sein Problem entstanden ist, führt er mich entweder in die Kindheit, die Geburt, die Schwangerschaft oder aber in eine andere Zeit, eine andere Kultur, eine andere Umgebung. Auch das Geschlecht kann anders sein als das heutige Geschlecht des Klienten. Der Klient fühlt sich als ein vollkommen anderer Mensch mit anderen Gefühlen, anderen Vorstellungen, anderen Wahrnehmungen und anderen Körpergefühlen, als er es aus seinem bisherigen Leben kennt. Es läuft ein vollkommen anderes Leben, eine andere Lebensgeschichte ab, in einer anderen Zeit mit einem anderen Schicksal. Der Klient erfährt seinen Körper auf ganz andere Weise, bekommt möglicherweise sogar Hautrötungen, wenn er in der Rückführung erlebt, dass er verbrannt wird. Er fühlt körperlichen Schmerz, wenn er erlebt, dass er geschlagen wird, oder er beginnt zu frieren, wenn er sich in Eis und Schnee erlebt.

Es ist immer wieder aufs Neue eindrucksvoll, wie tief diese Erfahrungen gehen und wie genau sie zu dem Thema und der Frage passen, die wir dem Unbewussten gestellt haben. Ich bezweifle, dass unsere Phantasie ausreicht, solche Geschichten im normalen Wachzustand zu erfinden. Oft überprüfen wir anschließend, ob die Verhaltensweisen der Menschen und die in der Rückführung erlebten Details mit der entsprechenden Zeit oder Kultur übereinstimmen, da zumeist weder Klient noch Therapeut das entsprechende Wissen haben. Es fasziniert mich dann immer wieder, wie groß unser unbewusster Wissensspeicher ist, da die Fakten zumeist mit der Realität übereinstimmen.

Für diese Phänomene habe ich bisher drei Erklärungsmöglichkeiten gefunden: Eine Überlegung ist, dass wir alle Zugang zu einer Art universellem Wissensspeicher haben und uns in den Rückführungen mit unseren Problemen dort anschließen. Das heißt, wir finden in diesem Wissensspeicher eine archaische Entsprechung zu diesem Thema, so wie man sich manchmal in Geschichten, Romanen oder Filmen wiederfindet. C. G. Jung nannte dies das „kollektive Unbewusste“, in der indischen Kultur spricht man von der „Akasha-Chronik“ und der englische Biologe Rupert Sheldrake hat das Konzept der „morphogenetischen Felder“ entwickelt, in dem das gesammelte Wissen und die Erfahrungen einer Spezies abrufbar sind. Möglicherweise haben sich archetypische Bilder und Geschichten auch in unseren Genen abgespeichert; seien es Erlebnisse und Erfahrungen unserer Vorfahren oder tatsächlich eigene frühere Leben.

Doch welche Erklärungen es dazu auch immer geben mag: Die Seele schließt sich gerne an solche Erfahrungen an und erlebt zumeist eine enorme Befreiung, wenn schweres Schicksal letztendlich in einen größeren Zusammenhang gestellt werden kann und sich zum Beispiel Täter und Opfer auf höherer Ebene versöhnen oder der Verlust eines geliebten Menschen einen tieferen Sinn bekommt.

Mit der Zeit habe ich aufgehört zu fragen, woher diese inneren Bilder oder besser diese tiefen Erfahrungen kommen, ob aus früheren Leben, aus dem großen menschlichen Wissensspeicher oder woher auch immer.

Mich fasziniert nur immer wieder, wie authentisch diese Bilder sind und wie emotionsgeladen, welche starke Körpergefühle sie hervorrufen und wie durchschlagend ihre Heilkraft ist. In jedem Falle führen Rückführungen zu einer reiferen Persönlichkeit, zu mehr Einfühlungsvermögen gegenüber

Mitmenschen, die vielleicht sozial nicht so anerkannt sind, zu mehr Verständnis nicht nur für Opfer sondern auch für Täter, zu mehr Toleranz und zu mehr innerer Freiheit.

Ich nenne diese Arbeit aus zwei Gründen Regressionstherapie und nicht Reinkarnationstherapie: Einmal, weil ich mir nicht sicher bin, ob es sich bei diesen Erfahrungen wirklich um frühere Leben handelt, und zum anderen, weil wir nicht nur zurück in „frühere Leben“ gehen, sondern auch in die Zeugung, die Schwangerschaft, die Geburt, die Kindheit oder in traumatische Erfahrungen wie Unfälle oder Operationen. Denn in all diesen Phasen können sich unbewusste Programme bzw. Postulate in unserem Unbewussten einspeichern, die dann unser Leben steuern, unsere Gedanken, unsere Gefühle und unser Handeln, das heißt unser ganzes Schicksal. Es gehört wohl zur neuen Zeit, zu einem neuen Bewusstsein, dass wir Zugang zu diesen unbewussten Programmen bekommen, damit sich unser Ich-Bewusstsein erweitern kann und wir uns zu freieren Menschen entwickeln können.



Wozu Regressionstherapie?

Mit der Regressionstherapie können wir auf allen Ebenen Heilimpulse geben: körperlich, emotional-seelisch und geistig. Dadurch, dass wir mit dieser Methode zu den Wurzeln der Probleme vordringen können, hat sie solch eine enorme Heilkraft. Sie fördert darüber hinaus unser seelisches und geistiges Wachstum und bereichert unser Leben.

Es gibt Menschen, die sich nur an ganz wenige Ereignisse aus ihrer Kindheit erinnern, andere wieder haben einen sehr reichen Erinnerungsschatz. Woran erinnern wir uns und woran nicht? Sind es emotionale Blockierungen, die uns den Zugang versperren? Die Regressionstherapie hilft, die Kindheit wieder lebendig werden zu lassen, mit allem Leid, aber auch mit allen schönen Erfahrungen.

Je mehr ich erinnere, desto reicher fühle ich mich, desto besser kann ich die Rhythmen meiner Entwicklung verstehen – warum ich so und nicht anders bin, warum ich so denke, fühle und handle und welche Entwicklungschancen ich habe. Um wieviel reicher werde ich, wenn ich nicht nur meine Kindheit, sondern auch meine Geburt und meine vorgeburtliche Zeit aus dem Unbewussten abrufe. Unvorstellbar reich werde ich, wenn ich erlebe, was sonst noch in meinem unbewussten Wissens- und Erlebnisspeicher aufbewahrt ist. Wenn ich durch Rückführungen erfahre, wie es sich anfühlt, Täter oder Opfer zu sein. Wie es sich anfühlt, Folterer oder Gefolterter zu sein, Heerführer oder einfacher russischer Bauer, Sklave oder reicher Gutsbesitzer, konzentrierter Samurai oder Schizophrener in der Psychiatrie. Das Verständnis für andere Menschen wächst und man gewinnt mehr innere Freiheit. Man muss niemanden und nichts mehr verurteilen, denn man erkennt, wie all diese Möglichkeiten das Menschsein ausmachen. All das ist schwer vorstellbar, man kann es nur begreifen, wenn man es selbst erlebt hat.

Wenn ich eine Aufgabe habe, bei der von mir äußerste Konzentration verlangt wird, dann versuche ich meine „Samurai-Energie“ zu aktivieren; begegnet mir ein schizophrener Patient, dann versetze ich mich in eine Erfahrung, in der ich schizophren war, und dadurch können wir uns besser verständigen. Der Reichtum ist unerschöpflich, da ich schon über hundert meiner früheren Leben kenne, oder genauer gesagt über hundert verschiedene Erfahrungen gemacht habe. Wenn ich körperliche Kraft, Optimismus und Ausdauer brauche, dann verbinde ich mich mit einer Erfahrung, in der ich als junge Afrikanerin in einer Goldmine unter extremen Bedingungen als Sklavin arbeiten musste und mit dem Gedanken starb: „So viel Kraft und Ausdauer, diese Arbeit zu tun, wie ich sie habe, würden meine Peiniger nie aufbringen. Sie sind viel zu weich und schwach.“ Und ich hoffe, dass ich mich vor dem Sterben mit der Erfahrung verbinden kann, in der ich als Schamane ganz bewusst gestorben bin. Unzählige solche Erfahrungen bereichern seitdem mein Leben.

Heilung ist Entwicklung, Heilung ist Wachstum, Heilung ist Bewusstseinsarbeit. Es ist ein Weg, der seine Zeit braucht. Nur wer sich auf diesen Weg begibt, kann wirklich Heilung erfahren. Heilung an Leib und Seele, und das bedeutet innere Freiheit und echte Freude.

2. Postulate und Glaubenssätze

*Am Anfang war das Wort und das Wort war Gott. Alles ist durch
das Wort geworden und ohne das Wort wurde nichts was geworden ist.*

JOHANNES 1, 1

Hier ist das WORT gleich gesetzt mit Gott und mit Schöpferkraft. Auch die Äußerung von Christus „GLAUBE kann Berge versetzen“⁴ besagt, dass Glaube, das heißt, das gedachte oder vorgestellte Wort, Materie bewegen kann. Jedes Wort enthält eine Information, eine Kraft, die die Dinge IN-FORM bringt. Deshalb denke ich, dass man „Wort“ auch mit „Geist“ oder „Information“ aus dem Hebräischen übersetzen könnte. Auch in der Physik fand man auf der Suche nach der Beschaffenheit der Materie am Ende nichts als Information, Beziehung, Struktur und „Wirkzusammenhänge“:

*„In der subatomaren Quantenwelt gibt es keine Gegenstände, keine Materie,
keine Substantive, also keine Dinge, die wir anfassen können. Es gibt nur
Bewegungen, Prozesse, Verbindungen und Informationen.“*

HANS-PETER DÜRR

Wir können also davon ausgehen, dass unser gesamtes Leben und Handeln bestimmt wird von gefühlten, gedachten und vorgestellten Ideen über die Wirklichkeit – welche Partner wir wählen, wie wir lieben und Liebe empfangen, wie wir mit schwierigen Situationen umgehen oder welchen Beruf wir wählen. Solche In-formationen bestimmen aber auch unsere Körperlichkeit, nehmen Einfluss auf Wohl- und Unwohlsein, Gesundheit und Krankheit. Wenn man sich die Kraft der Worte, Bilder und Gedanken bewusst macht, dann könnte hier ein schöpferischer Ansatz zur Heilung verschiedenster Leiden liegen. Wir brauchen nur den Zugang dazu, wie wir schon geformte Materie wieder neu formen, neu in-formieren können.

Ein wesentlicher Schlüssel scheint mir in den beiden Bibelstellen aufgezeigt. Dort heißt es: „...so ihr Glauben habt wie ein Senfkorn...“ oder „... und zweifelte nicht in seinem Herzen, sondern glaubte, dass es geschehen würde ...“. Ein „Senfkorn“ wächst ganz selbstverständlich, es ist ganz klar in-formiert was es zu tun hat, wie es wachsen wird oder wie es mit Regen und Sonne umzugehen hat. Es gibt keinerlei Zweifel oder Unsicherheiten. Jeder „Zweifel im Herzen“, das heißt nicht der verstandesmäßige Zweifel, sondern jeder Zweifel aus der Tiefe unseres Herzens bzw. aus unserem Unbewussten hindert uns daran, Berge zu versetzen. Er hindert uns daran, Materie zu bewegen, von innen her zu verändern, neu zu in-formieren.

Die Frage ist nun, wie entsteht dieser Zweifel, dieser Unglaube in unserem Unbewussten, woher kommt diese falsche Information, die uns nicht an unsere eigentliche Kraft kommen lässt?

Es gibt schon verschiedene therapeutische Methoden, die sich mit Neu-informieren oder besser mit Umprogrammieren befassen, wie zum Beispiel die Technik des Positiven Denkens, das Neurolinguistische Programmieren (NLP), die Quantenheilung und vieles mehr. Aber ich habe durch diese Formen der Arbeit nie wirkliche Heilungen erlebt. Kurzzeitige Besserungen ja, aber keine echte „Neu-Information“.



Buch jetzt bestellen!
Versandkostenfrei!

Interesse geweckt?

Mit vielen Fallbeispielen und genauen Erläuterungen der therapeutischen Vorgehensweise ist das Buch zugleich ein wertvolles Lehr- und Nachschlagewerk für Therapeuten.

Erika Isolde Schäfer

Der Sinn von allem, was einst war

Das holographische Modell der Regressionstherapie

Synergia Verlag 2016, 380 Seiten, gebunden, **35,00 €**
ISBN 978-3-037520-95-6