

Das Muster aus dem Gleichgewicht bringen

Auszüge aus verschiedenen Vorträgen von Harvey Jackins in den Jahren 1972 und 1973

Rational Island Publishers (Hg.): Present Time. Nr. 136, Juli 2004, Seattle.

Übersetzt von Uta Allers

Frage (nach einer Demonstration): Was hat dich dazu gebracht, die Phrase „ich sterbe“ als erstes zu wählen?

Harvey: Es war eine Übertreibung. Jede tiefe Angst bringt dich dazu an den Tod zu denken. Wenn du noch mehr übertreiben willst, sage: „ich bin tot“. (Alle lachen.) Versuche aus den Schmerzerfahrungen herauszukommen.

Die Kunst, ein/e CounselorIn zu sein, ist das Muster aus dem Gleichgewicht zu bringen. Wisst ihr, wie ein Schiess-akrobat eine Blechdose in die Luft wirft und es geht „peng, peng“ und die Dose kann nicht herunterfallen, solange er noch Kugeln in der Pistole hat? So müsst ihr mit einem Muster umgehen. Bringt es aus dem Gleichgewicht. Greift es aus einer überraschenden Richtung an. Du willst die Person zum Positiven bewegen, und das Muster macht es sich gemütlich dazwischen und sagt, „Kein Problem, das werde ich schon überleben. Du wirst mich nicht zum Entlasten bringen“. Und du sagst: „Ach wirklich, du bist doch schon tot“. (Alle lachen.)

Ein Muster ist wie ein Nagelbett. Du kannst mit dem richtigen Fuß zuerst aus diesem Bett aufstehen, und als CounselorInnen tendieren wir dazu, hart auf dieser Seite dranzubleiben. Aber die positive Richtung kann automatisch und unbewusst werden. Dann versuchst du es anders herum. „Bist du schon gestorben?“ Dann merken sie, dass sie noch nicht tot sind. Es macht nichts, wie du das Muster hinter dir lässt. Wenn du außerhalb des Musters agierst, dann entlastest du. Bleibe aber nicht zu lange auf der negativen Seite, denn es ist leichter wieder von der negativen Seite ins Nagelbett zurückzukriechen.