

Angst vor Vögeln

Erstaunlich? Gibt es aber. Meine Klientin hat schon ihr ganzes Leben Angst vor Vögeln.

Was steckt dahinter?

Ein vergangenes Leben, in dem sie einer Autorität (einem ungerecht urteilenden Herrscher) ausgeliefert war, der sie hinrichten ließ, weil sie ihm nicht die Vögel beschaffen konnte, die er für eine Hochzeitsfeier wollte. Die Vögel wurden geliefert, hatten aber die Seefahrt nicht überstanden und kamen tot an. Dafür wurde sie (denn sie war der Händler, im anderen Leben ein Mann) hingerichtet.

Hier ist also schon die Vorlage für das Thema Autoritäten - Ausgeliefertsein - Nichts falsch machen dürfen. In diesem Leben achtet sie extrem darauf, wie andere Menschen sie sehen und versucht sogar, sich in diese hineinzudenken, um ihre Erwartungen zu erfüllen.

Sie hat viele Erlebnisse als Baby und Kind, wo sie ausgeliefert war, denn ihre Eltern achteten nicht gut auf sie und die Mutter setzte viel ihre eigenen Vorstellungen durch. (Zum Beispiel wurden ihr zwangsweise Ohrlöcher gestochen, obwohl sie den ganzen Laden zusammenbrüllte.)

Sie hat also gelernt, daß sie gegen Autoritäten nichts ausrichten kann.

Dem entgegen steht aber, daß sie in dem vergangenen Leben mit dem Beschluß starb: "Im nächsten Leben werde ich frei sein und mich nicht unterwerfen." Genau das hat sie bis jetzt aber nicht gut hingekriegt, denn sie unterwirft sich ja ständig den Erwartungen anderer Menschen – wie sie es als Kind gelernt hat.

In der Session wurde ihr klar, daß das jetzt in diesem Leben ihre Aufgabe ist: zu lernen, sich zu wehren und sich für ihre Belange einzusetzen. – Will sie das tun, muß sie aber ein Stückweit aggressiv werden (im positiven Sinne), also sich die Aggression wieder aneignen, vor der sie Angst hat (und die sie meistens auch gar nicht spürt).

In ihrer Innenwelt hat sie symbolisch eine große Amsel, die ihr zunächst Angst macht. Diese Amsel hilft ihr dann aber, sich zu wehren – und kann auch sehr aggressiv sein! Das Innere Kind findet gut, daß diese Amsel da ist und ihm hilft.

Die Amsel verkörpert also die Aggression, die die Klientin verdrängt hat. Wenn ihr Vögel begegnen, wird sie daran erinnert, daß sie ja frei sein und sich nicht unterwerfen wollte (denn Vögel symbolisieren Freiheit, sie können ja fliegen). In diesem Moment müßte sie sich also gegen alles mögliche wehren – kann das aber nicht, weil sie Aggression (die sie dann leben müßte) fürchtet. Und folglich hat sie "Angst vor Vögeln".

Dazu kommen noch die Kriegserlebnisse der Oma, die im Bombenhagel Angst hatte und auch ausgeliefert war... und ein Element stützt das andere.

Die Eltern und das Familienfeld müssen natürlich weiter aufgearbeitet werden. Diesmal ging es vor allem darum, das Kernthema hinter ihrer Angst zu finden, und wir haben uns sehr auf das andere Leben konzentriert.

Ich habe ihr danach noch geschrieben: "Hier ist noch ein Tipp für dich: Wenn du in nächster Zeit nochmal Angst vor Vögeln verspürst, dann ruf innerlich deine Amsel, und frag sie, in welchen Situationen du in letzter Zeit Aggression nicht gelebt hast (also sie nicht hast leben lassen, die Amsel). Laß dir Situationen zeigen, und dann frag die Amsel, was sie hätte tun wollen, und hol das wenn möglich nach. (Also entweder in der Innenwelt oder auch in der Außenwelt, wenn das möglich ist. In der

Außenwelt natürlich ohne Leute zu zerstückeln, aber in der Innenwelt ist das ok...) – Und dann schau mal, ob sich deine Angst vor Vögeln dadurch verringert.

Ich nehme an, daß du eigentlich Angst vor Aggression hast, nur daß du es gar nicht merkst, weil du die Aggression ja schon nicht merkst... Aber die Amsel weiß, wo die Aggression ist, denn sie ist ja der Teil von dir, der es merkt. Indem du mit ihr mehr in Kontakt gehst, lernst du, deine Aggression wahrzunehmen und einzusetzen. Automatisch müßtest du dann weniger Angst haben, weil die Spannung abnimmt... Probier das mal aus..."

Obwohl sie sonst bei jedem Flattern Panik bekam, schrieb sie mir einige Tage später folgendes:

"Übrigens, ist gestern eine Amsel neben mir auf einem Zaun gelandet. Ich habe mich nicht erschrocken wie sonst, sondern habe sie spontan freudig begrüßt. Wahnsinn!!! Ihr ins Auge zu blicken war aber noch ein wenig mulmig."

Lustig war, wie sie mir erzählte, daß sie den ersten Termin mit mir ausmachte und dann mit Erschrecken feststellte, daß sie zu mir in den Amselweg mußte... ☺