

Ganz Sein – Methode der Tiefenimagination

Als Kinder erfahren wir die Welt urteilsfrei jeden Moment aufs Neue. Die Bewertung in richtig und falsch, die wir von außen erfahren, schränkt unser Erleben ein und reißt uns aus unserer ursprünglichen Verbundenheit. Diese frühe Trennung vom natürlichen Fluss unserer Lebendigkeit ist meist die erste tiefe Verletzung. Über die Jahre verinnerlichen wir diese polarisierende Weltsicht und verlieren damit die Fähigkeit, die Welt und uns selbst ohne Bewertung zu erleben. Das führt zur Bildung von inneren Polaritäten, die uns hin und her reißen und nicht zur Ruhe kommen lassen. Emotionale Extreme wie Hilflosigkeit und Wut lösen einander ab und halten uns gefangen. Einen Ausweg aus dieser Dynamik bietet die Tiefenimagination. Sie ist eine Dimension in uns, die unser ursprüngliches Wissen trägt. Jede/r hat sie und kann Verbindung zu ihr aufnehmen. Eine innere Bilderreise zu Polaritäten bietet die Möglichkeit, die Spaltung in uns genauer zu erforschen: Dazu ist es erst einmal wichtig, die Polaritäten genau zu benennen (z. B. Hilflosigkeit und Wut). Dann genügt es, in ruhiger Umgebung die Augen zu schließen, ein paar tiefe Atemzüge zu machen und nach innen zu rufen, ob sich ein Wesen für den ersten Pol (Hilflosigkeit) zeigen möchte. Meist erscheint ein Tier, und Fragen wie „**Hallo, warum bist du gekommen?**“ und „Brauchst du etwas von mir?“ helfen, eine Beziehung zu diesem Wesen zu finden und es kennenzulernen. Du musst nicht wissen, was in deiner Reise passieren soll. Dein Tier weiß es, und du kannst dich von ihm begleiten lassen. Vielleicht führt es dich in eine Kindheitserinnerung oder es ist verletzt und braucht etwas von dir, um heilen zu können. Erst wenn nichts mehr geschehen soll, ist es Zeit, das Wesen des zweiten Pols (Wut) zu rufen. Auch hier bist du eingeladen, ihm offen zu begegnen und die Dynamik zwischen euch zu erlauben. Schlussendlich kannst du es fragen, ob es bereit sei, das erste Wesen zu treffen. Wenn ja, lass die Begegnung geschehen, ohne einzugreifen. Beobachte einfach, was passiert. Vielleicht sind die beiden bereit, miteinander zu verschmelzen. Daraus kann ein kraftvolles neues Wesen entstehen, das dich direkt die Erlösung aus dem Spannungsfeld der Polaritäten erfahren lassen kann. RR
Mehr Infos dazu: www.tiefenimagination.net, www.seelenraum.net
Geschichte einer Tiefenimagination siehe Seite 46