

Einführung

## „VON FEUERGESTERN UND NEBELFRAUEN“ Heilsame Geschichten wie von Zauberhand aus den Tiefen der Seele

Eine indianische Legende besagt, dass Geschichten, die bereit sind, zu den Menschen zu kommen sich diejenigen, von denen sie geschrieben werden wollen, selbst aussuchen. Sie schlüpfen dann in ihre Seele und veranlassen sie „Geschichten wie von Zauberhand“ zu schreiben.

Mir gefällt diese Legende besonders gut, weil sie mir ein Bild zur Verfügung stellt, das mir ein wenig verstehen hilft, was ich ab und zu erleben darf.

Geschichten, oft schon fast fertig, drängen geradezu aus mir heraus, als wollten sie einfach geschrieben werden. Geschichten mit großer Heilkraft. Natürlich finde auch ich mich mit meiner Lebensgeschichte und meinen ganz persönlichen Erlebnissen in den Helden/den Heldinnen wieder. So tut es mir immer wieder gut, von heilsamen Wegen aus meiner eigenen Verstrickung zu lesen. Ja, „lesen“, denn während des Schreibens weiß ich meist selbst noch nicht, wie die Lösung aussehen wird. Die erfahre ich erst beim Schreiben.

Und es tut auch gut, die Geschichten immer und immer wieder zu hören, denn dabei entdecke ich neue, spannende Facetten und Lösungsmöglichkeiten, die ich früher überhört oder inzwischen vergessen habe.

Die Geschichten erzählen in einer bildhaften und anschaulichen Sprache von Menschen, oder besser gesagt von Wesen, wie du und ich, von ihren Sorgen, Nöten und Ängsten, ihren Zweifeln und ihrer Verzweiflung.

Aber sie erzählen vor allem auch von der Hilfe, die ihnen zuteil wird, teils durch Begegnungen im Außen, teils durch Begegnungen in ihrem Inneren.

Manchmal ist es ganz einfach schon heilsam, ihren Erlebnissen zu lauschen, sich selbst ganz oder teilweise in ihnen zu erkennen und dabei zu sein, wenn sich ihre Zweifel auflösen, sie mit ihren Schrullen trotzdem angenommen werden, die Liebe entdecken und oft völlig andere Wegrichtungen in ihrem Leben einschlagen.

Den **magischen Momenten** in diesen Geschichten kommt dabei eine besondere Bedeutung zu, da sie das Spektrum der möglichen heilsamen Lösungen für anstehende Probleme um ein Vielfaches erweitern:

- sprechende alte Bäume, in deren Zweigen der Held/die Heldin Nachtquartier und Schutz, aber auch Rat und Hilfe finden
- Feenköniginnen, die sich mit Hilfe ihrer Feen- und Kobold-Helfer um jedes einzelne kleine unglückliche Blatt sorgen,
- sprechende Tiere, die als liebevolle und geduldige Begleiter in fremden Welten als Führer auftreten,
- magische Gegenstände mit besonderen Fähigkeiten, die dem Helden/der Heldin auf ihrer Entwicklungsreise einen entscheidenden Anstoß für die Bewältigung ihrer Aufgaben und ihr Wachstum geben.

Damit folgen diese Geschichten der sehr alten Tradition der „**Heldenreise**“, die von „Menschen wie du und ich“ erzählen und von „Hans im Glück“ über die „Odyssee“ bis zu „Star Wars“ reichen. Sie folgen dabei immer einem besonderen Aufbau, der von Joseph Campbell (1904-1987) und später von Martin Weiss in seinem Buch „Quest“ sehr ausführlich beschrieben wird.

Meist ein Held, seltener eine Heldin, gelangen an das Ende einer Entwicklungsphase in ihrem Leben (z.B. eine besondere Grenze) und müssen, um in eine neue hineingeboren zu werden, die alte aufgeben (sterben) und sich auf eine ängstigende Reise in ein unbekanntes Land, eine neue Entwicklungsphase machen. Diese Reise wird auch oft als „Nachtmeerfahrt“ bezeichnet. Dabei gibt es viele Abenteuer und Prüfungen zu bestehen.

Es stehen ihnen aber auch **immer** hilfreiche Kräfte in ganz unterschiedlicher Form zur Verfügung, die ihr Wachstum begleiten und unterstützen und sie besonders in ihren dunkelsten Zeiten nicht alleine lassen. Sie führen sie behutsam und Schritt für Schritt durch die Dunkelheit wieder ans Licht.

Magische Geschichten stehen damit ganz in der Tradition der „**Übergangsrituale**“ alter Kulturen, die in unserer Zeit leider sehr in Vergessenheit geraten sind. Mehr darüber finden Sie unter „Rituale der Wandlung + Heilung“ in „Der Mikado-Prozess“.

Dabei geht es auch hier darum, den Helden/die Heldin ihren eigenen Weg gehen und ihre eigenen Fehler machen zu lassen, ohne ihnen dabei etwas abzunehmen.

Vielmehr geht es darum, ihnen Mut zum Weitergehen zu machen und ihnen letztendlich den Triumph zu ermöglichen, dass sie es „aus eigener Kraft“ und auf ihre eigene Art und Weise geschafft haben.

## **Erinnerung an die Geborgenheit der Kindheit**

Das bloße Hören (und Wieder-Hören) oder Lesen der Geschichten ist schon, wie beschrieben, eine sehr heilsame Sache. Die Geborgenheit und Aufmerksamkeit, die wir als Kinder beim Hören von vorgelesenen oder erzählten Geschichten erlebten, ist mit einem Mal wieder präsent, egal wie lange dies auch her sein mag und auch egal, wie viele ungelöste Erlebnisse dazwischen liegen mögen.

Wenn wir diese beglückenden Erinnerungen an unsere Kindheit nicht haben, ist es jetzt eine einzigartige Gelegenheit, dem „**inneren Kind**“ in uns, das auch in jedem Erwachsenen wohnt und dort auf Aufmerksamkeit wartet, ein Geschenk zu machen.

Es ist nie zu spät für heilsame Geschichten, für Aufmerksamkeit und achtsamen Umgang mit sich selbst.

## **Hören, Lesen oder gar selber Schreiben?**

Eine ganz besondere Möglichkeit neben dem Geschichten-Hören oder –Lesen ist das Geschichten-Schreiben.

Mit einer behutsamen Methode, die auf der langjährigen Erfahrung von Sonja von Eisenstein und ihrem „Schreiben aus dem Unterbewusstsein“ aufbaut, ist es jedem möglich, sich zu öffnen und die heilsamen Geschichten in sich „hineinschlüpfen“ und/oder auch aus sich „herausschlüpfen“ zu lassen, wie die alte Legende es berichtet. Viele Übungen und die lustvollen und inspirierenden Erlebnisse in der Gruppe führen zu einem fast selbstverständlichen Umgang mit dem Schreiben aus den Tiefen der Seele. Denn jeder von uns hat - genauso wie das „innere Kind“ - einen „**inneren Heiler**“ und auch einen „**inneren Geschichten-Erzähler**“, die befreit und gehört werden wollen.

In jedem von uns lebt ein oft ungenutztes und nahezu unerschöpfliches Potential an **Selbstheilungskräften**.

Das Hören/Lesen und Schreiben von magischen Geschichten ist eine sehr reizvolle Art mit ihnen in Verbindung zu kommen und die eigene Heilung aus dem Inneren in Gang zu setzen.

## Das Geschenk

Das Geschenk, das uns magische Geschichten machen, ist unermesslich und vielfältig. Die Fülle, von der sie uns erzählen, eröffnet sich auch in den Möglichkeiten ihrer Anwendung.

Magische Geschichten passen einfach immer.

- **Freude und Unterhaltung**  
Egal ob Sie sich selbst oder anderen, ob Kindern oder Erwachsenen, Eltern, Partnern, Kollegen oder auch dem Chef eine Freude machen wollen, schenken sie doch einmal eine Geschichte. Liebevoll ausgewählt wird sie ihre Wirkung nicht verfehlen, manchmal sofort, manchmal dauert es vielleicht etwas länger, aber wirken wird sie auf jeden Fall. Dabei kann man nicht nur unterhaltsame Stunden erleben, sondern sich selbst und andere mit allen Sorgen, Wünschen und vor allem Talenten besser kennen lernen.
  
- **Trost und Heilung**  
In unserer gehetzten und schnelllebigen Zeit, in der uns täglich Bilder von Gewalt und Krieg überfluten, sind die heilsamen archaischen Bilder und Geschichten aus dem Urgrund der Seele notwendiger denn je. Sie eröffnen im Kleinen wie im Großen eine Bühne und entfalten dort ihre wohltuenden Kräfte, die wir alle so dringend brauchen. Dabei wird die Seele angeregt, die Selbstheilungsmechanismen in gang zu setzen, die letztlich eine sehr umfassende Heilung mit sich bringen.  
Die Geschichten eignen sich hervorragend für die **therapeutische Arbeit** mit Kindern, aber auch ganz besonders mit Erwachsenen. Sie lassen sich mit der Methode der „inneren Reisen“ verbinden, in der es wie in einem Tagtraum möglich wird, die hilfreichen Kräfte selbst zu treffen, ihnen Fragen zu stellen oder sich von ihnen in den Arm nehmen zu lassen. So entstehen ganz nach und nach heilsame Bilder auch dort, wo sie in der Kindheit nicht erlebt werden durften.
  
- **Originelle Ideen und Lösungswege im beruflichen Alltag**  
Das Hören und Schreiben von magischen Geschichten gehört zu einer der interessantesten Kreativitätstechniken, um neue und vor allem originelle Lösungswege auch im betrieblichen Alltag zu entwickeln. Sie eignen sich sowohl zum Finden einer neuen **Produkt-Idee** als auch zur Weiter- oder Neuentwicklung von **Teamstrukturen**. **Visionen** für einen erfüllenden Berufs(Berufungs-)weg gehörend dabei genauso zu den Möglichkeiten wie umfassende **Unternehmensvisionen**.  
Die **Analyse** der Helden und ihrer Gegenspieler, sowie der Prüfungen und Lösungen, die sie miteinander zu bestehen haben, befördern ungenützte Potentiale ans Licht, die nicht nur zur Steigerung der **Produktivität** sondern auch zur wesentlichen Verbesserung des **zwischenmenschlichen Klimas** beitragen .

Auf jeden Fall berühren uns die magischen Bilder und Geschichten auf einer ganz tiefen, kreativen und intuitiven Ebene.

**„Lausche auf die kraftvollen Wesen und ihre Erlebnisse in deinem Inneren, die in deine Wirklichkeit treten wollen.**

**Ihre Botschaften und Entwicklungsgeschichten werden dein Leben auf magische Weise begleiten und bereichern.“**

Die Geschichten und ihre Bilder, egal ob gehört, gelesen oder selbst geschrieben, verändern unseren Blick auf die Welt. Sie bringen einen heilsamen Farbton in die oft graue, ausweglos scheinende Welt, indem sie uns in bunte Sphären der Fülle und des scheinbar Unmöglichen entführen. Nach und nach dürfen wir den einen oder anderen „Farbton“ in unser Herz und in unsere Wirklichkeit nehmen. Damit eröffnen wir unserem „inneren Heiler“ eine Möglichkeit, sich im Alltag und in unserer Realität zu manifestieren.

Vielleicht haben Sie/hast Du Lust bekommen Ihren/Deinen inneren Heiler einmal selbst kennen zu lernen. In einer inneren Reise oder beim Schreiben „aus dem Fluss der inneren Weisheit“ ist das möglich. Probier(en Sie) es doch einfach einmal.

Ich wünsche Ihnen/Dir dabei viel Vergnügen.

Hören Sie jetzt meine Geschichte