

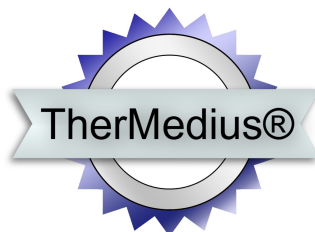


TherMedius®-Institut
Fachbereich Hypnose / Hypnosetherapie

Zitate-Steckbrief

***„Begegne dem, was auf dich zukommt,
nicht mit Angst, sondern mit Hoffnung.“***

Franz von Sales (1567 – 1622), französischer Mystiker und Kirchenlehrer



www.hypnoseausbildung-seminar.de

Einleitung

Die Worte einer großen Persönlichkeit der Geschichte oder eines berühmten Menschen, den man besonders stark mit einer bestimmten Eigenschaft wie Weisheit, Intelligenz, Diplomatie, Erfolg, Stil oder anderen möglicherweise zu einer bei der Behandlung vorliegenden Konstellation passenden Attributen verbindet, haben oft eine intensive Wirkung auf Menschen, da ein Zitat nicht einfach nur Worte, sondern auch die „Aura des Autors“ mit sich transportiert, die oft eine ebenso große Bedeutung hat wie das Zitat selbst.

Mit den „Zitat-Steckbriefen“ möchten wir unseren Absolventen und Lesern Beispiele dafür geben, welche Zitate sich gut für den Einsatz im therapeutischen/beratenden Kontext eignen und wie sie sich in die Arbeit mit Hypnose integrieren lassen.

Verwendungsmöglichkeit/-en dieses Zitates

Das Zitat von von Sales lässt sich hervorragend bei Klienten verwenden, bei denen größere Veränderungen im Leben anstehen, die ihnen Angst bereiten.

Dieses Zitat soll ihnen Mut machen und Ihnen den Anstoß geben, hoffnungsvoll in die Zukunft zu blicken.

Platzierung des Zitates in einer Hypnose-Sitzung

Dieses Zitat eignet sich am besten dafür, im Zusammenhang mit der entsprechenden Thematik genannt zu werden.

Ein Beispiel für einen Suggestionstext-Ausschnitt mit Verwendung des Zitates könnte so aussehen:

*„Ja, es steht Größeres in Deinem Leben an – Veränderungen, neue Begegnungen. Das flößt Dir gewaltigen Respekt ein. Aber schau' mal: Dieses Neue birgt auch ganz viele Chancen, Chancen für eine wunderbare Zukunft. Daher folge einfach einmal den Worten des berühmten Mystikers und Kirchenlehrers Franz von Sales: **'Begegne dem, was auf dich zukommt, nicht mit Angst, sondern mit Hoffnung.'** Schöpfe Mut! Alles wird gut.“*

Lassen Sie diese Passage anschließend ruhig einen Moment wirken, in dem Sie ca. eine Minute schweigen und den Klienten das Gesagte verarbeiten lassen.

Alternativ kann dieses Zitat auch in der analytischen Arbeit eingesetzt werden. Man kann einem Klienten, bei dem man den Eindruck hat, dass Angst vor anstehenden Veränderungen im Leben ein Thema sein könnte, das Zitat nennen und ihn bitten, es auf sich wirken zu lassen und anschließend in Trance spontane Gedanken dazu äußern, welche Bedeutung dieses Zitat für ihn haben könnte. Auf diese Weise kann ein solches Zitat sogar die Initialzündung für eine komplette analytische Sitzung sein.

Selbstverständlich lässt sich dieses Zitat sicherlich auch noch bei anderen Gelegenheiten einsetzen, zum Beispiel im Vorgespräch, während der Induktion für eine themenbezogene Sitzung, als Affirmation etc.

Variieren Sie ruhig ein wenig und setzen Sie das Zitat ein, wenn Sie den Eindruck haben, dass es gerade gut zu einer Situation passt. Verwenden Sie auch andere Zitate und bauen Sie sich, wenn Sie möchten, ein Repertoire mit verschiedenen Zitaten für die wichtigsten therapeutischen Gelegenheiten oder Beratungssituationen auf. So entwickeln mit der Zeit die Fähigkeit, Ihre Arbeit punktgenau mit interessanten und treffenden Zitaten zu unterstreichen.

Merkzettel mit dem Zitat und Hausaufgabe

Wenn das Zitat besonders passend zur Situation des Klienten erscheint, können Sie es auf einen kleinen Zettel oder eine Haft-Notiz schreiben und es ihm mit der Bitte aushändigen, sich bei Gelegenheit noch einmal gedanklich damit auseinanderzusetzen.

Wenn Sie möchten, können Sie dem Klienten auch als Hausaufgabe aufgeben, bis zur nächsten Sitzung einmal die Bedeutung dieses Zitates für sich und seine Situation zu überdenken und Ihnen zu berichten, zu welchen Erkenntnissen er dabei gekommen ist. In diesem Zusammenhang lassen sich oft interessante Ressourcen gewinnen. Möglicherweise berichtet Ihnen der Klient auch von einem neuen, bedeutenden Aspekt seiner Situation, von dem Sie zuvor noch gar nicht wussten, der aber für die weitere Behandlung von großem Wert sein kann.

Über die Quelle

Franz von Sales war Sohn eines berühmten Adelsgeschlechts aus Savoyen. Da er der Erstgeborene war, genoss er die beste schulische Ausbildung, bis hin zum Besuch des Collège de Clermont in Paris, was ihn jedoch in eine schwere seelische Krise brachte. Besonders haderte er mit dem Grundgedanken, dass Gott grundsätzlich festgelegt habe, welcher Mensch zur Seligkeit und welcher Mensch zur Verdammnis bestimmt sei. Das ging so weit, dass er überzeugt war, selbst verdammt zu sein. Er schaffte es jedoch, diese Gedanken zu überwinden, nahm für sich in Anspruch, dass alles gut werden würde, da Gott ja Liebe sei. Daraus entwickelte er einen großen Optimismus und ein positives Gottes- und Menschenbild.

Er ging schließlich nach Padua und studierte dort Rechtswissenschaft und Theologie – und beschloss Priester zu werden. Hier ging seine Karriere steil bergauf. Mit 26 wurde er Domprobst von Annecy, zog dann weiter in die Diözese Genf, um dort die Bevölkerung zum katholischen Glauben zurückzubringen – was ihm erfolgreich mit damals modernen „PR-Maßnahmen“, zum Beispiel per Flugblätter, gelang. 1598 reiste Franz von Sales nach Rom, berichtete über die Situation in seiner Diözese – und legte vor Papst Clemens VIII. eine hervorragende Bischofsprüfung ab.

Nach einem kurzen Aufenthalt in Paris wurde er 1602 zum Fürstbischof von Genf geweiht. Hier zeichnete er sich durch ein hohes Engagement und eine gewisse Rastlosigkeit aus. Unter anderem gründete er die Académie Florimontagne als Bildungseinrichtung ähnlich der heutigen Académie française. Zudem war er hier auch juristisch und schriftstellerisch tätig und reiste viel. Geliebt wurde er jedoch vor allem wegen seiner großen Herzlichkeit und Sanftmut.

Franz von Sales als Urheber des Zitates zeigt somit jedem: Dieses Zitat ist nicht nur irgendeine Lebensweisheit, es stammt von einem wirklich großen Mystiker und Kirchenlehrer. Das ist von Bedeutung, denn für die Menschen ist es oft sehr wichtig, ob eine Aussage aus einer „wertvollen Quelle“ stammt oder „einfach nur ein gut klingender Satz“ ist.

Bei Klienten, die den Namen Franz von Sales vielleicht **nicht kennen**, werden durch die Erwähnung seiner Stellung als „bekannter französischer Mystiker und Kirchenlehrer “ in Zusammenhang mit dem Zitat ähnliche Assoziationen entstehen wie bei Klienten, die mit seinem Namen vertraut sind. Achten Sie also darauf, den Namen **nicht ohne Erwähnung von von Sales' Beruf(ung) und der Tatsache, dass er „bekannt“ war** zu verwenden.

