

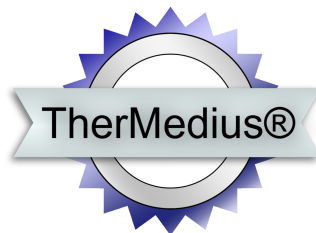


TherMedius®-Institut
Fachbereich Hypnose / Hypnosetherapie

Zitate-Steckbrief

*„Die Welt gehört dem,
der sie genießt.“*

Giacomo Leopardi (1798 - 1837), italienischer Dichter, Essayist und Philologe



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 Giacomo Leopardi lässt sich hervorragend bei Klienten verwenden, die es verlernt haben zu genießen. Sie haben das Gefühl, dass sie um etwas zu erreichen arbeiten und ihre Pflicht erfüllen müssen. Dabei hören sie nur noch auf das Außen, nicht mehr das Innen – diese kleine Stimme, die sagt, was sie wirklich wollen – und sich zumuten können.

Dieses Zitat soll sie motivieren und sie dazu ermutigen, einmal innezuhalten und den Genuss und das Wohlfühl wieder für sich zu entdecken.

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:

*„Du bist immer im Stress, musst arbeiten, Deine Pflicht erfüllen. Du denkst, nur damit kannst Du Deine Ziele zu erreichen. Doch was sind Deine Ziele? Was willst Du wirklich? Womit fühlst Du Dich wahrhaftig wohl? Halte einmal inne und schau' auf Dich. Geht es nicht darum, auf sich und seine Bedürfnisse zu hören – und zu genießen? Wie schon der berühmte italienische Dichter, Essayist und Philologe Giacomo Leopardi sagte: **'Die Welt gehört dem, der sie genießt.'** Ist es nicht so? Spüre einmal nach ...“*

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 der fehlende Genuss bei ihm 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 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

Giacomo Leopardis Leben war kurz, voller Entbehrungen – und intensiv. Auf den ersten Blick könnte man Mitleid mit dem italienischer Dichter haben. Er litt unter ständiger Geldnot, ewiger Sehnsucht nach einer erfüllten Beziehung und verlässlichen Freunde gab. Er war klein, kränklich und verschlossen.

Jedoch erscheint bei genauerer Betrachtung ein anderer Mensch – außerordentlich intelligent, witzig und klug sowie hochgradig bei seinen Kollegen angesehen. Sein Leben war trotz aller Melancholie fruchtbar, voller Leben und innerlich reich.

Einer vielfältigen und vielschichtigen Persönlichkeit wie Leopardi würden die meisten Menschen deshalb vermutlich bedenkenlos zutrauen, dass er weiß, wovon er spricht.

Bei Klienten, die den Namen Giacomo Leopardi nicht kennen, werden durch die Erwähnung seiner Stellung als „berühmter italienischer Dichter, Essayist und Philologe“ 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 Leopardis Beruf(ung) und der Tatsache, dass er „berühmt“ ist zu verwenden.

