

# Große Zitate

## Zitat-Steckbrief

***„Jeder ist berufen, etwas zu tun oder zu sein,  
wofür kein anderer berufen ist.“***

*John Henry Newman, 1801 – 1890, britischer Theologe*



Die Verwendung von Zitaten bekannter Persönlichkeiten in der Hypnose und Hypnotherapie ist ein bewährtes Instrument, um einem Klienten während der Behandlung einen verstärkenden Impuls zu geben.

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 John Henry Newman lässt sich hervorragend bei Klienten verwenden, die sich wertlos fühlen, keinen Wirklichen Sinn in ihrem Leben sehen. Sie wären gerne einzigartig und besonders, würden gerne „etwas hinterlassen“, empfinden sich jedoch als unfähig und untalentierte.

Dieses Zitat soll Mut machen und motivieren, einmal in sich hinein zu spüren, sich selbst zu erkunden und zu erfahren – um die eigene Berufung, die eigenen Talente zu erkennen.

## 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 fühlst Dich häufig wertlos, untalentiert, traurig, obwohl Du eigentlich doch etwas bewegen, Deinem Leben einen Sinn geben, der Welt etwas Gutes, Bereicherndes hinterlassen möchtest. Das kannst Du! Jeder Mensch ist einzigartig, jeder Mensch hat seine ganz persönlichen Begabungen, Talente, Besonderheiten, die ihn auszeichnen. Und jeder Mensch kann seine Berufung finden, wenn er möchte. Auch Du. Wie der berühmte Theologe John Henry Newman so schön sagte: „Jeder ist berufen, etwas zu tun oder zu sein, wofür kein anderer berufen ist.“ Habe den Mut. Schau einmal in Dich hinein. Auch du bist etwas Besonderes, auch Du kannst Deine ganz eigene Berufung finden. Sie steckt in Dir.“*

Lassen Sie diese Passage anschließend ruhig einen Moment wirken, in dem Sie ca. 1 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 er seine Berufung finden möchte, aber zu sehr an sich zweifelt, 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 ...

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 und 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

John Henry Newman war ein britischer Theologe des 19. Jahrhunderts, der als großer Einflussgeber für moderne Richtungen in der Kirche gilt. Er selbst wechselte aus Überzeugung von der anglikanischen zur römisch-katholischen Kirche, wurde dort schließlich sogar Kardinal. Sehr lange in seinem Leben suchte er nach „seinem“ Weg, versuchte sich zu arrangieren, Probleme zu rationalisieren oder auch umzudeuten, bis er sich schließlich konsequent für seine Berufung entschied.

Einer Persönlichkeit wie John Henry Newman würden die meisten Menschen deshalb vermutlich bedenkenlos zutrauen, dass er weiß, wovon er spricht, wenn er von der Einzigartigkeit und der Suche nach Berufung spricht.

Bei Klienten, die den Namen John Henry Newman *nicht kennen*, werden durch die Erwähnung seiner Stellung als „berühmter Theologe“ 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 Newmans Beruf(ung) und der Tatsache, dass er „berühmt“ ist* zu verwenden.