

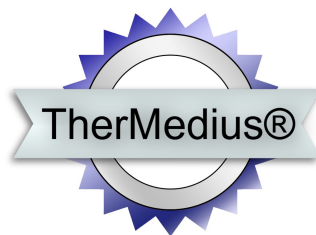


TherMedius®-Institut
Fachbereich Hypnose / Hypnoseherapie

Zitate-Steckbrief

„Höre mit dem Ohr des Herzens.“

Benedikt von Nursia (ca. 480 – 547), italienischer Ordensgründer



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 Benedikt lässt sich hervorragend bei Klienten verwenden, die dazu neigen, allzu rational an die Kommunikation mit ihren Mitmenschen zu gehen, ohne sich in sie einzufühlen zu können und hinter die Worte, die gesprochen werden, zu blicken. So verstehen sie ihr Gegenüber nicht – und werden auch selber nicht in ihren Intentionen angenommen, da sie sich ihren Mitmenschen gegenüber nicht adäquat ausdrücken können.

Dieses Zitat soll sie motivieren, einmal an sich zu arbeiten, um zu lernen, sensibler zuzuhören und so mehr in die eigene Empathie gehen zu können.

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 sprichst mit Deinen Mitmenschen, aber irgendwie scheint es mit der Kommunikation nicht so ganz zu funktionieren. Du verstehst Dein Gegenüber nicht wirklich, fühlst Dich aber auch selber unverstanden. Vielleicht liegt es einfach daran, dass Du Deinen Mitmenschen auch im Gespräch immer fern bleibst, keine Verbindung zu ihnen aufzubauen vermagst. Lass' uns einmal gemeinsam daran arbeiten, diese Verbindung herzustellen, Dein Herz zu öffnen und so eine ganz neuartige Verbindung mit Deinem Gegenüber aufzubauen. Wie schon der berühmte italienische Ordensgründer Benedikt von Nursia sagte: **'Höre mit dem Ohr des Herzens.'** Du wirst schnell merken, wie sich die Kommunikation mit und Dein Verhältnis zu Deinen Mitmenschen verändert – und auch Du Dich damit deutlich besser fühlst.“*

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 Kommunikationsprobleme in dieser Form bei ihm ein Thema sein könnten, 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

Benedikt von Nursia lebte in einer Zeit des Übergangs. Die Spätantike ging vorbei, das Frühmittelalter begann. Als Sohn eines reichen Landbesitzers studierte er in Rom, wo er jedoch an der Sittenlosigkeit seiner Mitstudenten litt und sich frustriert drei Jahre lang in eine Gruppe Einsiedler in die Berge in die Gegend des heutigen Affile, 83 Kilometer östlich von Rom, zurückzog. Eigentlich in der Einsamkeit, wurden doch immer mehr Menschen auf ihn und seine Fähigkeiten aufmerksam – und schließlich wurde ihm eine Position als Kloostervorsteher in der Gemeinde Vicovaor angeboten. Benedikt war einverstanden und begann, gegen heftige Widerstände, das Klosterleben dort neu zu ordnen. Schließlich gab er jedoch auf und gründete selbst ein Kloster, dem bald zwölf weitere folgten. Hierfür schrieb er die berühmte „Regula Benedictini“ - das Gründungswerk des Benediktiner-Ordens. Schnell wurde er in der Bevölkerung sehr beliebt, da er sich (nicht nur) in Notzeiten aktiv um seine Mitmenschen kümmerte und mit seinen Ordensbrüdern auch heilerisch tätig wurde. Hieraus entwickelte sich schließlich die organisierte klösterliche Pflege.

Benedikt von Nursia als Urheber des Zitates zeigt somit jedem: Dieses Zitat ist nicht nur irgendeine Lebensweisheit, es stammt von einem wichtigen und besonderen Menschen. 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 Benedikt von Nursia vielleicht **nicht kennen**, werden durch die Erwähnung seiner Stellung als „bekannter italienischer Ordensgründer“ 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 Benedikts Beruf(ung) und der Tatsache, dass er „bekannt“ war** zu verwenden.

