

## **„Die Seele ist ein weites Land.“ (Arthur Schnitzler)**

Dieses „Land der Seele“ kennen zu lernen war mein Wunsch von frühester Jugend an. Ich habe mich diesem Land von verschiedenen Seiten her genähert, wie aus meinem Lebenslauf ersichtlich ist.

Ich sehe den Menschen als eine Einheit von Körper, Psyche und Geist, der darüber hinaus Zugang zu einer/m inneren BeobachterIn, zu einem tiefen inneren Wissen, zum Wahren Selbst hat. Wir können unsere Persönlichkeit auf all diesen Ebenen erfahren. Die Welt unserer Gedanken aber ist die „Schaltstelle“. Sie bestimmt unsere Gefühle, unser Reden und unser Verhalten und letztendlich auch, wie wir die Welt erleben. Alles worauf wir emotional reagieren, spiegelt uns einen Teil unseres Selbst wider. Daher ist es besonders fruchtbar, diese Welt der eigenen Gedanken kennen zu lernen und – wenn wir dies als sinnvoll erachten – zu verändern. Denn dort liegt der Schlüssel zur Veränderung, der Schlüssel zur Freiheit. „Der Geist ist wandelbar.“ ( nach Sogyal Rinpoche) „Wer einsieht, dass er/sie seine/ihre Wirklichkeit konstruiert, ist wirklich frei. Er/Sie weiß, dass er/sie sie jederzeit ändern kann“ (nach Paul Watzlawick). Erfahrungsgemäß ist es sehr schwer, diesen Weg alleine zu gehen. Eingebettet in eine therapeutische Beziehung können wir leichter unser Unbewusstes und die Hemmschwellen unserer Entwicklung erkennen.

In meiner langjährigen therapeutischen Arbeit hat sich Folgendes als besonders heilsam für meine KlientInnen erwiesen:

meine therapeutische Grundhaltung von Mitgefühl, Wärme und Wertfreiheit, sowie das regelmäßige Erleben eines konstanten und wohlwollenden Gegenübers über einen längeren Zeitraum hindurch.

Das Schöne an meinem Beruf ist, dass ich jedes neu erworbene Wissen an meine KlientInnen weitergeben kann. Wobei ich unter „Wissen“ die eigene Erfahrung verstehe. Meine eigenen Veränderungen, mein eigenes Wachsen bin ich und stelle es anderen mit Freude zur Verfügung.

Ich bin dankbar und froh, mich mit so essenziellen Themen beschäftigen zu dürfen und andere auf ihrem Weg zu begleiten. Die Wege sind so zahlreich und verschieden wie die Menschen, das Ziel aber ist, zu mehr Lebensfreude, Liebesfähigkeit und innerem Frieden zu gelangen.