

WENN ES "UNMÖGLICH" IST, DANN MACHEN WIR ES EBEN HYPNOTISCH ...

Du hast erwähnt, Experimentelle Hypnose sei etwas, das Du intensiv praktiziert hast und viel NLP sei aus diesen Experimenten entstanden ...?

Nun ja, GREGORY BATESON hat uns zu MILTON ERICKSON nach Arizona runter geschickt, und als ich zurückkam, wollte ich alles ausprobieren, was Milton je gemacht hatte. Aus zwei Gründen: Ich wollte herauschälen, was Unsinn war. Und zweitens dachte ich mir, viele seiner Artikel waren zwar hochinteressant, aber irgendwie unvollständig. Mit den Synästhesiephänomenen, die er studierte, machte er nicht wirklich etwas. Und seine Anwendung von Zeitverzerrung zur Gewichtabnahme, wobei er die Zeit zwischen jeder Gabel voll Essen eine Ewigkeit dauern liess, schien mir auch nicht das volle Potential dieser Phänomene auszuschöpfen.

RICHARD'S ERSTE EXPERIMENTALGRUPPE

Also habe ich eine Gruppe von etwa dreissig Leuten versammelt. Wir haben uns ein, zwei mal wöchentlich getroffen und es gab eigentlich nur das Ziel, auszuprobieren, wozu immer ich Lust hatte. Anfangs stellten wir einfach sicher, dass jeder in der Gruppe gut in Trance gehen konnte. Natürlich ging das mit einigen sehr einfach, mit anderen war es ein langsamer Prozess. Für mich ist Hypnose ein Lernprozess. Viele Techniken wie beispielsweise Six-Step-Reframing entstanden, weil wir Leute fanden, die bestimmte Trancephänomene hinkriegten und nicht andere.

RÜCKWÄRTS SPRECHEN

Aus diesen Experimental-Gruppen heraus begannen wir verschiedenste Sachen zu machen. Einmal kam GREGORY BATESON rüber, gerade als ich einen Studenten in eine tiefe Trance versenkt hatte. Ich fragte Gregory: "Möchtest Du irgendwas Spezielles sehen?" Gregory schaute mich an und sagte: "Lass ihn rückwärts sprechen." Ich fragte erstaunt: "Rückwärts?" Ich hatte nie daran gedacht, dass jemand so etwas tun könnte. Also liess ich den Studenten zunächst mit unbewussten Fingersignalen kommunizieren. Ich bat sein Unbewusstes, all die nötigen Anpassungen vorzunehmen, um ihn, wenn er aus der Trance kam, rückwärts sprechen zu lassen. Auf die Frage "Kannst du das?" bekam ich ein Ja-Signal und der Junge kam aus der Trance. Er schaute mich an und begann für mich unverständliches Zeug zu murmeln. Doch Gregory antwortete ihm rückwärts und die beiden begannen eine Rückwärts-Konversation zu führen, die hin und herging. Ich schaute fassungslos vom einen zum anderen.

Ich habe ihn nochmals in Trance versetzt und gefragt: "Wie war es Dir möglich, das zu tun? Wenn Du aus der Trance kommst, setzt Du Dich aufrecht hin und erzählst mir genau, wie Du das gemacht hast." Seine Antwort: "Ich habe nur gedacht, was ich sagen wollte und sah das phonetisch geschrieben vor mir. Nicht in normalen Buchstaben, sondern phonetisch." Und er erzählte, wie er die Buchstaben genommen und sie in die umgekehrte Reihenfolge gebracht hatte. Dann hat er nur noch artikuliert, was er gesehen hat. Im Moment, als der das gesagt hat, leuchtete es mir total ein.

EINE STRATEGIE ZUM MALEN

Was das NLP ins Rollen brachte, waren Sachen wie die Buchstabier-Strategie, wo man sich Bilder von den Wörtern macht, statt akustisch den Zugang zur korrekten Schreibweise zu suchen. Viele der NLP-Veränderungstechniken sind aus meinen experimentellen Hypnosegruppen heraus entstanden.

Ein Klient von mir war Maler. Er kam einmal in meine Experimental-Gruppe. Er war ein fantastischer Maler, unglaublich detailliert in seiner Malerei. Er hat Portraits gemalt. Und seine Portraits sahen einiges lebendiger aus als die Portraitierten selbst.

Also habe ich ihn in Trance versetzt und ihm erklärt: "Wenn Du malst, ist Dir wahrscheinlich nicht bewusst, wie Du es machst. Also möchte ich Dein Unbewusstsein erzählen lassen, wie genau Du Personen so exakt portraitiert. Ich zähle auf drei und möchte, dass Du in Deinem bewussten Verstand weit zurückgehst in Deine Erinnerung und mir unbewusst erzählst, was Du tust, wenn Du malst." Er öffnete seine Augen und was er mir beschrieb, tönte sehr nach dem, was wir heute im NLP eine Strategie nennen. Wörtlich erzählte er mir: "Ich schau mir die leere Leinwand an, dann schau ich die Person an und schaue hin und her, bis sich ein Bild auf der Leinwand formt. Und als erstes fahre ich mit dem Zeichenstift den gröberen Linien nach, dann immer mehr auch den feineren Linien." Und dann geht er zurück und trägt Farbe auf. Auf all den Stellen im Bild, die einen bestimmten Farbton haben. Im Grunde geht er vor wie beim Malen nach Nummern, wo man entsprechende Farben in nummerierte Felder einträgt. So malt er Farbton um Farbton, wobei er mit dem Gesicht beginnt, bei den dunkleren Farbtönen, um dann zu den helleren überzugehen. Und wenn er Augen malt, dann vergrößert er sie in seiner Vorstellung. Beim Malen stellt er sich vor, im Bild sei eine Hand, die seine Hand auf der Leinwand führt.

Nun habe ich drei, vier Leute genommen, die nicht malen konnten, habe sie vor eine Leinwand gesetzt, ihnen die Instruktionen gegeben, die ich von dem Maler bekommen hatte, und liess sie Portraits malen. Ich muss gestehen, ich war wohl noch überraschter als alle anderen, wie lebendig deren Portraits aussahen. Jedes Portrait war anders. Aber für mich ist das entscheidend bei künstlerischem Ausdruck, dass dieser immer durch eine individuelle Sichtweise gefärbt ist, die sich von der anderer Leute unterscheidet.

ERICKSON TESTEN

Bei der Experimentellen Hypnose gefiel mir, dass wir einfach mit etwas beginnen konnten und schauten, wohin es uns führte, anstatt zu versuchen, Ängste zu überwinden oder Leute aus einer Depression herauszuholen oder sonst irgendwelche Probleme zu bearbeiten. Wir mobilisierten die natürlichen Fähigkeiten des Gehirns und dann verstärkten wir diese.

Wir haben eine ganze Versuchsreihe zum Thema Synästhesie gemacht, wo es um das intensiviert Zusammenspiel der verschiedenen Sinneskanäle ging. Wir testeten auch, was geschieht, wenn man einen bestimmte Sinneskanal ausblendet. In einer anderen Versuchsreihe ging es nur um Zeitverzerrung und wie man verschiedene Zeitverzerrungsphänomene nutzbar machen kann. MILTON ERICKSON sagte in seinem Buch über Zeitverzerrung, es sei unmöglich bestimmte Dinge unter Zeitverzerrung zu tun, beispielsweise Mathematik. Wir fanden heraus, dass das nicht stimmte. Wenn wir nicht alles nachgeprüft hätten, was Milton glaubte, wäre es mir nie möglich gewesen, das Feld weiter zu entwickeln.

In einem Workshop über experimentelle Hypnose geht es letztlich darum, Menschen dazu zu bringen, ihr Gehirn auf so viele unterschiedliche Arten zu benutzen wie nur irgend möglich. Was dabei herauskommt kann man nicht vorhersagen. Manchmal äussert es sich auf künstlerisch kreative Art und manchmal verändert es Menschen auf total unerwartete Weise. Aber immer entsteht etwas Erfrischendes, Nützliches. Und das Gute daran: Man nimmt niemandem Wahlmöglichkeiten weg. Wenn immer man Menschen mehr Optionen anbietet, tendieren sie dazu, sich für die bestmögliche zu entscheiden.

NEUE FÄHIGKEITEN DANK HYPNOSE

Etwas vom Tollsten an der Hypnose ist, dass sie die durch Überzeugungen und Hemmungen verursachten Barrieren beseitigt.

In einer experimentellen Hypnosegruppe fragte mich einmal eine Teilnehmerin: "Kannst Du jemandem beibringen zu singen?" Ich fragte sie: "Singst Du unter der Dusche?" – "Nein, denn ich habe Angst. Wenn immer ich singe, tönt es furchtbar." – "Natürlich, solange Du Angst hast und so kritisch bist, wird es so tönen." Ich habe sie in eine tiefe Trance versetzt und angekündigt, sie werde jetzt dann für eine bestimmte Zeit nicht sie selbst sein, sie werde all das sein, was sie sonst nicht sei. Nun, das ist eine sehr vage Instruktion, wenn man es sich so überlegt. Und sie ist auch etwas dämlich, denn man bleibt immer der, der man ist. Aber wenn man jemandem in Trance solche Instruktionen gibt, dann gibt man ihm das Recht, sich von seinen Ängsten und Hemmungen zu lösen und etwas Neues auszuprobieren. Und plötzlich ist sie aufgestanden und hat angefangen zu singen. Sie hatte eine bezaubernde Stimme. Und als sie aufhörte, blickte ich im Raum herum und da waren etwa 80 Leute mit Tränen in den Augen. Ich fragte sie: "Warum weint Ihr?" – "Es war so ein trauriges Lied." Da wurde mir klar: Ich hatte nicht einmal auf das Lied gehört. Ich war zu beschäftigt mit der Tatsache, dass da ein Mensch etwas getan hatte, dass er für absolut unmöglich gehalten hatte.

Kinder spielen ständig in Trance. Sie stellen sich Dinge vor, die nicht dort sind. Sie haben imaginäre Spielkameraden. Sie hören Helikopter, wenn keine da sind. Und kleine Jungen spielen mit Soldaten und hören Schüsse.

Ich erinnere mich, als meine Kinder klein waren, habe ich überall kleine Roboter und Soldaten gefunden. Und wenn ich ins Zimmer meiner Tochter kam, sassen da Puppen beim Teetrinken. Kinder haben die Fähigkeit, ihre Vorstellung "verrückt" spielen zu lassen und wunderbare Realitäten zu erfinden. Leider müssen wir beim Aufwachsen lernen in einer mit anderen geteilten Realität zu leben. Ich denke oft, dass Menschen mit den Selbstbeschränkungen, die sie sich auferlegen, viel zu weit gehen.

Experimentelle Hypnose ist ein guter Weg, grundlos verschlossene Türen wieder zu öffnen. Und wenn es denn einen Grund gäbe, dann gibt es genügend Möglichkeiten, um sicherzustellen, dass beim Türen öffnen niemand seinen Verstand verliert. Solche Schutzmassnahmen einzubauen, ist etwas, das ich immer wieder gemacht habe. Ich denke nicht, dass man seine imaginären Freunde aufgeben sollte. Aber man behält sie besser für sich.

SCHMERZKONTROLLE

Einmal kam ich gerade dazu, als ein kleiner Junge auf der Strasse umgefallen und sich die Hand verletzt hatte. Er hatte grosse Schmerzen und ich hatte nichts, um ihn zu verarzten. Also sagte ich zu ihm, ich hätte einen grossen Eiswürfel und würde diesen auf seine Hand legen. Aber es gab

keinen Eiswürfel. Es ist interessant, wie motiviert Menschen sind, wenn sie Schmerzen haben. Ich liess ihn den Eiswürfel mit der anderen Hand berühren und spüren, wie kalt er war, bevor er ihn auf die verletzte Hand legte.

Und als die Ambulanz kam und begann die Wunde zu nähen, sagte ich zum Sanitäter, die Hand sei zu stark gefroren, um die Stiche spüren zu lassen. Der Junge sass da und schaute zu, wie seine Wunde zugenäht wurde, ohne mit der Wimper zu zucken. Der Fahrer der Ambulanz sah mich misstrauisch an, als ich den Jungen fragte. "Spürst du das Eis?" und dieser bejahte. "Welches Eis – worüber sprichst Du?" fragte der Sanitäter. – "Das ist nur ein Spiel, das wir spielen."

Später kam er zu mir und wollte Näheres über das "Spiel" wissen. Er habe oft mit Kindern zu tun, bei denen das Vernähen der Wunde unmöglich sei, weil sie zu starke Schmerzen hätten. Ich erklärte ihm, ich hätte den Jungen einen Eiswürfel imaginieren lassen, den er dann auf die Wunde gelegt habe. Der Mann sah mich entgeistert an und sagte: "Das ist wohl das Verrückteste, das ich je gehört habe." Ich antwortete: "Ja, aber die wichtigsten Dinge, die auf diesem Planeten passierten, verdanken wir Verrückten wie EINSTEIN, TESLA, EDISON. Man stelle sich vor, wie verrückt das gewesen ist, als man Einstein sagte, es gäbe keine weitere Anwendungsmöglichkeit für Elektrizität als das Ticker Tape. An andere Anwendungen von Elektrizität zu denken galt einmal als total verrückt. Und schau, was heute alles elektrisch funktioniert."

EXPERIMENTELLE HYPNOSE – ETWAS FÜR PIONIERE

Was ich probiere zu tun ist, Menschen einfach vorwärtsgehen lassen, Barrieren beseitigen und schauen, was herauskommt. Denn all die Leute, die in den experimentellen Hypnosegruppen waren, hatten unterschiedliche Berufe. Wir hatten Architekten, wir hatten Psychotherapeuten, Hypnotiseure, Linguisten, wir hatten einen Anthropologen, einen Flugzeugingenieur.

Je länger ich Dich über diese experimentellen Hypnosegruppen sprechen höre, desto mehr denke ich, es ist an der Zeit ein Training in experimenteller Hypnose auf die Beine zu stellen.

Jede experimentelle Hypnose-Gruppe ist anders. Es ist die Art von Gruppe, wo die Teilnehmer eine gehörige Portion Pioniergeist brauchen. In viele meiner Trainings kommen Leute nicht so sehr wegen des Lernstoffs. Sie kommen, weil sie denken, dass mit ihnen etwas nicht stimmt. Ich versuche immer die Trainingsprogramme und die Programme, wo es darum geht, eigene Probleme zu lösen, auseinanderzuhalten. So kann ich entweder den Leuten beibringen, wie sie es machen können oder ich mache es mit ihnen.

Aber hier handelt es um eine dritte Kategorie. Das ist eine Kategorie für Leute mit einem Pioniergeist. Menschen, die einfach rausfinden möchte, wozu das eigene Gehirn fähig ist und die bereit sind, Dinge auszuprobieren. Ich bin in den Sixties aufgewachsen, wo die Leute alles ausprobiert haben, und der Geist dieser Ära ist mir geblieben. Ich denke nicht, dass Meskalin oder LSD für alle das Wahre ist, denn Dein Gehirn ist bereits voll von LSD und voll von allen möglichen Chemikalien. Und Deine Fähigkeit, Deinen Bewusstseinszustand zu verändern, beeinflusst nicht nur Deine Gedanken, sondern verändert Deine ganze Körperchemie. Um Angst zu haben, musst Du die richtigen Chemikalien produzieren. Genauso, um den Zustand zu erzeugen, wo es plötzlich Klick macht und Du Dinge auf eine ganz neue Art verstehst. Das gefällt mir an experimenteller Hypnose. Sie gibt Dir die

Chance, zuerst Deinen "Mind" zu verändern. Du kannst herausfinden, was dabei herauskommt, statt über Problemen zu brüten, bis jemand zufällig über eine Lösung stolpert, die eigentlich schon längst offensichtlich gewesen wäre. Für mich ist das eigentlich das Wichtigste: Leute beginnen das Mögliche und das Unmögliche als nicht so weit auseinanderliegend zu sehen. Letztlich sind "möglich" und "unmöglich" nur ein paar Synapsen voneinander entfernt.

Für mich macht es keinen Sinn, wenn Neuro Linguistische Programmierer jemanden für zwei Jahre behandeln. Wenn sie schon zu anfang nicht wissen, was tun, warum lassen sie dann die Klienten so lange kommen? Ausser sie probieren etwas anderes mit ihnen. Das Entscheidende ist, die Techniken zu verstehen oder etwas zu tun, das passend ist oder sinnvoll oder experimentell.

SYNTAX – DIE REIHENFOLGE DER DINGE

Ich versuche meinen Studenten klar zu machen, die simplen Dinge zuerst zu probieren. Und wenn die nicht hinhauen, dann beginnst Du einfach Fragen zu stellen, denn die meisten Leute sagen Dir, was Du zu wissen brauchst. Wenn Du gut hinhörst, ist das kein so grosses Geheimnis. Wenn jemand ein Problem mehr als einmal erzeugen kann, dann beherrscht er etwas. Und wenn Du herausfindest, wie er das macht, dann musst Du ihn einfach dazu bringen, etwas anderes zu machen. Ich weiss, das ist eine simple Philosophie, aber für mich hat sie immer funktioniert. Unzählige Male sind Klienten von anderen Therapeuten zu mir geschickt worden und oft dauerte es nur ein paar Minuten herauszufinden, was zu tun sei. Ich glaube das Wichtigste ist, dass ich wirklich glaube, dass Menschen lernfähig sind. Ich akzeptiere Diagnosen nicht. Oft ist all dieser diagnostische Unsinn wie "bipolar" etc. nur eine Ausrede, um nicht herauszufinden, was mit diesem Individuum los ist. Jeder Mensch ist etwas anders und Du musst herausfinden, wie dieses Individuum sein "Problem" kreiert. Es macht einen grossen Unterschied, wo ein Vorstellungsbild ist und wie gross es ist und welche Bilder jemanden ängstigen und welche nicht. Du kannst herausfinden, wie Du etwas verändern kannst. Einer der intensivsten Fälle, mit denen ich zu tun hatte, war eine Bulimistin.

EINE BULIMISTIN

Sie ging auf die vierzig zu und war Bulimistin seit sie sieben war. Ihre Mutter hat sie geradezu dazu erzogen, denn sie wollte ein Fotomodell als Tochter und hat ihr beigebracht wie man isst und das Essen wieder erbricht. Schliesslich waren Ihre Zähne von der Magensäure ruiniert. Und das Schlimmste: sie war völlig besessen. Ihre ganze Welt drehte sich um Essen, und die Frage: "Soll ich das Essen wieder kotzen oder nicht?" Zuerst war sie anorektisch, dann bulimisch, dann hat sie sich in Alkohol- und Drogen-Exzesse gestürzt, ist zu den Anonymen Alkoholikern gegangen. Alles bei ihr war extrem.

Als ich ihr so zuhörte, wurde mir plötzlich klar: dieser Mensch weiss nicht, wie einem etwas schnurzegal sein kann, wie man etwas unwichtig macht. Also habe ich sie angefangen zu fragen:

"Was ist Dir absolut unwichtig? Was empfindest Du beispielsweise für Basketball?"

"Es sagt mir nichts"

"Hast Du je ein Basketballspiel gesehen?"

"Yuh"

"Bedeutet es Dir etwas?"

"Nicht wirklich."

"Gut, dann nimm dieses Gefühl und verstärk es."

Ich habe sie in Trance versetzt und liess sie das Gefühl, dass etwas absolut irrelevant war, in sich zirkulieren. Dann sollte sie sich ein Stück Schokoladetorte vorstellen, aber mit dem Gefühl von Unwichtigkeit. Sie liess in ihrer Vorstellung all die Esswaren, die sie sonst in sich hineinstopfte, Revue passieren. Dann habe ich sie in ein Restaurant geführt, bin mit ihr zum Dessertwagen spaziert und habe sie gefragt: "Möchtest du etwas von hier?" Sie hat die Sachen angeschaut und gesagt: "Nein, nicht wirklich" Und plötzlich hat sie mich angeschaut und gesagt: "Ich kann es gar nicht glauben, dass ich das gesagt habe." Und sie schaute die Süssigkeiten nochmals an: "Es ist mir plötzlich schnurzegal."

Und die Wahrheit ist: Oft geben Menschen etwas, das nicht wichtig ist, viel zu viel Wichtigkeit. Also wenn man sein ganzes Leben darum drehen lässt, ob man essen soll oder nicht und ob man genügend Gegessenes wieder erbricht, wenn man sich im Spiegel als zu fett sieht, obwohl man knochendürr ist ... das ist alles Unsinn. Menschen sollten aufhören, Dinge zu verzerren. Einige dieser armen Anorektiker sehen einfach schrecklich aus. Und trotzdem sind sie am Punkt, wo sie auf jegliches Essen phobisch reagieren.

ALLES AUSPROBIEREN

Es ist wie mit der experimentellen Hypnose. Ich frage mich, was sich Menschen alles nicht vorstellen, dass sie verpassen, weil sie nie etwas ausprobieren. Und sie probieren es nicht, weil sie kein Interesse haben. Nur weil sie ein paar Synapsen zuwenig in Betrieb haben. Die meisten grossen Geister, die ich in meinem Leben getroffen habe, machen alles: GREGORY BATESON hat Jazz gespielt. Er schrieb, sang, er ist hingegangen und hat mit Nadas getanzt. Er interessierte sich für Anthropologie, Archaeologie, Chemie, Genetik. Und MOSHE FELDENKRAIS war genauso. Es scheint, dass jeder grosse Geist, den ich traf, ein bisschen von allem machte. Und ich finde es wichtig, dass Du Dich in vielen Gebieten versuchst zurechtzufinden. Als Konsequenz davon wirst Du, wenn Schwierigkeiten auftauchen, diese nicht nur bewusst bewältigen müssen. Manchmal lehnst Du Dich einfach zurück und wartest, bis eine Lösung auftaucht. Und das wird sie. Wenn genügend Synapsen in Deinem Gehirn eingeschaltet sind, wirst Du auf Lösungen kommen. Ich stelle fest: je mehr ich im Laufe der Jahre entwickelt habe, desto einfacher wird es für mich, Neues zu entwickeln.

Ich erinnere mich, dass Du in Ascona mal gesagt hast: Wenn etwas "unmöglich" ist, dann machen wir es hypnotisch.

(Gelächter)

Mir gefällt der Satz.

DER GLAUBE AN DIE MAGIE

Ja, wenn etwas nicht gemacht werden kann, dann müssen wir es hypnotisch machen. Letztlich ist sehr Vieles von dem, was einmal als unmöglich galt, mittlerweile möglich.

Zuerst war es unmöglich zu fliegen, und jetzt gibt es mehr Flugzeuge am Himmel als uns lieb sind. Es kam immer eins um's andere. Du hörst das in der Medizin, in der Chemie, in der Wissenschaft ganz allgemein. Energie kann nicht geschaffen oder zerstört werden und trotzdem gibt es sie überall.

Offenbar wurde sie geschaffen und wir kennen die Richtung. Da das Universum sich ausdehnt, wissen wir, wo es seinen Anfang genommen hat.

Wenn Menschen sich die Dimensionen des Universums vorstellen und sich darüber unterhalten können, dann sollte das all die alltäglichen Probleme, die die Leute als so überwältigend erleben, in einer neuen Perspektive erscheinen lassen. Wenn Menschen wahrnehmen würden, wie magisch unser Universum ist und stärker an diese Magie glauben würden ... Ich denke nicht an Hokus Pokus Magie, ich meine die wirkliche Magie wie beispielsweise Chemie. Chemie ist etwas vom Magischsten, das es gibt. Die Tatsache, dass man Dinge zusammenfügen kann und sie bleiben zusammen. Dass Dinge aufgrund bestimmter Prozesse fest miteinander verbunden sind und plötzlich fallen sie auf der molekularen Ebene auseinander. Du weisst, dass Feststoffe zu Gas werden können. Ich finde, das ist alles höchst magisch. Und wie Mineralien entstehen oder wenn Du an die erstaunlichen Prozesse denkst, die sich im menschlichen Körper abspielen.

Wenn ein Arzt sagt: "Das ist unmöglich" heisst das in Wirklichkeit: "Ich weiss nicht, wie das geht". Dabei geschehen immer wieder Wunder. Es gibt Menschen mit riesigen Tumoren, die plötzlich verschwinden. Und statt dass man herauszufinden sucht, was auf der Ebene der Biologie passiert ist, suchen sie irgendwelche Gründe: "Nun, es ist dies, es ist das, es ist gar nicht wirklich passiert, es wird sicher kein zweites Mal passieren." Es ist immer irgendetwas, statt dass man diese Ausnahmen als etwas sieht, das zur Regel werden könnte.

WENN ES "UNMÖGLICH" IST, MUSST DU ES EBEN HYPNOTISCH MACHEN ...

Wenn es "unmöglich" ist, dann musst du es eben hypnotisch machen. Solche Überzeugungen haben mich durch Vieles hindurchgetragen. Es gibt zu Vieles, das wir nicht erklären können. Wir können Spontanremissionen nicht erklären. Das heisst, es gibt schwer krebserkrankte Menschen, die ohne medizinische Hilfe wieder genesen. Und bei eingeborenen Stämmen gibt es Heilmethoden, die von Ärzten dokumentiert wurden. Es gibt sehr schwere Krankheiten, für die es keine Kur gibt, und da tanzt jemand um den Patienten herum, singt ein Lied und "Capingo" die Krankheit ist weg. Und sofort heisst es, weil die Krankheit nicht bei allen verschwindet, kann das Tanzen nichts damit zu tun haben. Das scheint mir etwas naiv. Ich denke, das Tanzen und das Lied funktionieren dann, wenn der Patient im richtigen Zustand ist. Wir wissen nicht, in welchem chemischen Zustand.

Einige Leute sind willens die Überzeugung zu akzeptieren, dass etwas unmöglich ist und dann gibt es andere, die sagen: Wenn alle anderen dich aufgegeben haben, dann komm vorbei und wir wagen einen Versuch. Denn wenn es nicht möglich ist, musst du Dir keine Sorgen machen, dann ist es nicht möglich.

Vor dreissig Jahren hätte ich mir nie erträumt, dass die Resultate, die ich erzielte, möglich sind. Blindlings bin ich einfach vorgeprescht und wenn immer ich auf eine Hürde stiess, bin ich in eine noch tiefere Trance gegangen. Je grösser das Hindernis, umso tiefer die Trance und umso erstaunlicher die Resultate. Niemand ist mehr darüber erstaunt als ich, zu was die Menschen schliesslich fähig waren.

Da sitze ich voller Selbstvertrauen und sage: "Ja klar, wir gehen vorwärts und machen das. Du hast seit dreissig Jahren nichts gerochen? Schliess Deine Augen!" Und bang, bang, bang, bang und der Mann kann wieder Blumen und Parfüms riechen. Und während er herumtanzt und sagt: "Ist

das nicht fantastisch?", sage ich: "Wow!" Was mir das zeigt: All die Neurologen, die sagten, er werde nie mehr riechen, haben sich getäuscht. Und alles, was der Mann getan hat, war seinen Bewusstseinszustand zu verändern. Und damit veränderten sich die Regeln. Und für den Rest von uns bedeutet das: Wir müssen nicht warten, bis wir etwas verlieren. Es bedeutet, dass wir gewisse Dinge noch nicht können, die wir aber wahrscheinlich könnten, wenn wir lernten, mehr Trancezustände zu erzeugen.

EIN FALL VON PARKINSON'S

Ich möchte, dass die Leute in meinen Seminaren, Dinge ausprobieren, die sie verblüffen. Als ich in London war, habe ich einen Mann mit Parkinson's auf die Bühne geholt. Jemand kam zu PAUL MCKENNA und mir in die Garderobe und sagte, dieser Mann mit Parkinson hat Alpträume. Die Medikamente, die er nehmen muss, verursachen seine Alpträume und er möchte gern eine Privatsitzung bei Paul. Ich sagte: "Bring in auf die Bühne". Paul wollte mich zurückhalten: "Wart mal, was ist, wenn das, was Du tun möchtest, nicht funktioniert?" – "Nun, dann funktioniert es eben nicht. Aber wenn es funktioniert, stell dir vor, was für ein tolles Beispiel das für die 500 Kursteilnehmer wäre. Wenn die etwas, das noch nie gemacht wurde, vor ihren Augen geschehen sehen.

Also brachte ich den Mann auf die Bühne und liess ihn seine Alpträume mit den Medikamenten beschreiben. Und während er sprach, musste ich an all das Geld denken, das wir in den sechziger Jahren für Drogen ausgegeben hatten, weil wir halluzinieren wollten. Und ich schaute den Mann an und sagte zu ihm: "Stell Dir vor, Du wärest RICHARD BANDLER in den sechziger Jahren und ein Regierungsbeamter hätte Dir Gratisdrogen angeboten. Hättest Du Angst gehabt vor den Halluzinationen?" Der Mann sah mich verschmitzt an und sagte: "Nein!" Ich erklärte ihm: "Das Problem ist nicht, dass die Drogen Dich halluzinieren lassen, sondern Du selbst jagst Dir eine panische Angst ein." Also versetzte ich ihn in Trance und liess ihn die gleichen dunklen Schatten sehen, die er sah, wenn er sein Medikament genommen hatte. Aber ich liess ihn mit den Schatten spielen und sie in Formen verwandeln, die ihn belustigten. Während er das tat, machte er, was alle Parkinson-Patienten tun: Seine Hand zitterte. Um ehrlich zu sein, nervte mich das. Als ich ihn aus der Trance herausführte, sagte ich zu ihm: "Das musst Du nicht mehr machen." Und er sagte: "Doch, weil ich Parkinson's habe."

Nun, was ich über Neurologie weiss, ist sehr simpel: Bewegung entsteht nicht durch einen Mangel an Nervenzellen, sie kommt, weil Nervenzellen vorhanden sind. Aber sie tun das Falsche. Der Grund der Lähmung ist nicht, dass keine Impulse kommen, sondern die Impulse sind widersprüchlich. Sie sagen sehr schnell: ja, nein, ja, nein. Und das wird in Raum und Zeit eingefroren. Wenn die Hand sich bewegt, kommt als Rückmeldung: "Die Hand ist ruhig" und umgekehrt. Also habe ich den Mann am Ende eines Fingers berührt und gesagt: "Denk nicht daran, wo Dein Arm ist. Denk an das Gefühl der Berührung unserer Finger. Und ich berührte seine Fingerspitze noch einmal und sagte: "Eins!" und berührte den nächsten Finger und sagte: "Zwei!" Jedes Mal, wenn ich einen Finger berührte, stoppte das Zittern. Weil er sich auf das Gefühl auf seiner Haut konzentrierte, anstatt wie bisher auf auf das Gefühl der Position im Raum. Und sobald das Zittern stoppte, sagte ich: "Das ist etwas, das man kontrollieren kann." Dann habe ich weiter gezählt, eins, zwei, drei, habe ihn angeblickt und bin in eine tiefe Trance gegangen. Und er ist natürlich gleich mitgegangen. Und ich habe zu ihm gesagt: "Schau, wenn Du dieses Zittern beenden möchtest, musst Du Dir nur sagen: Stoppen ist so einfach wie eins, zwei, drei zählen." Und peng hat das Zittern aufgehört. Und dann hat er mir die Frage gestellt, die Menschen

in solchen Situation immer stellen: "Wird das bleiben?" Und ich stellte ihm eine Gegenfrage. "Kannst Du weiterhin auf drei zählen? Nachdem Du gelernt hast auf drei zu zählen, hast Du es nie mehr vergessen, oder?" Und er antwortete: "Nein." Ich sagte: "Jetzt, wo Du gelernt hast, wo die Oberfläche Deiner Haut ist, statt dem Gefühl in Deinem Arm, wie könntest Du das jemals vergessen?"

Es gibt viele Menschen mit ähnlichen Problemen und niemand probiert etwas aus mit ihnen. Natürlich hätte es genauso gut nicht funktionieren können. Es hätte mich nichts gekostet. Was hätte ich zu verlieren gehabt? Etwas Prestige? Davon habe ich genug, dass es bis zu meinem Lebensende reicht. Das kümmert mich nicht gross. Was für mich zählt ist, den Menschen im Seminar zu demonstrieren, wie wichtig es ist, Dinge auszuprobieren. Und wenn Du nicht bewusst dorthin kommst, dann musst du es hypnotisch tun.

Die englische Sprache hat zu Ehren des Hypnosepioniers Franz Anton Mesmer das Wort "to mesmerize" im Sinne von "faszinieren, hypnotisieren" eingeführt. Wenn es ein Wort "to bandlerize" gäbe, was möchtest Du, dass das Wort bedeutet?

"Dummheit ausmerzen!"

Teil 2 eines Interviews, das RONALD AMSLER mit RICHARD BANDLER im Sommer 2005 in Irland geführt hat

Editiert und übersetzt von RONALD AMSLER

Erschienen in MULTIMIND 6/05