

Zeugungsakt

Bei einem tantrischen Geburtsritual sagte der Leiter der Gruppe, wir sollten uns vorstellen, wie sich unsere Eltern im Kosmos vereinigen. Das konnte ich mir nicht vorstellen. Als der Gruppenleiter sagte: "Jetzt stell dir vor, dass sich deine Eltern im Kosmos vereinigen, und die Sterne leuchten, während ihre Energien sich treffen", da wusste ich, dass das für meine Eltern nicht stimmte. Da war viel Dunkelheit, Unbewusstheit, Schläfrigkeit und Alkoholsucht. Ich wußte auf einmal, dass der Zeugungsakt meiner Eltern bei meiner Zeugung nicht sehr kosmisch war. Mein Vater war ziemlich besoffen, und meine Mutter hat mehr nolens, volens hingehalten, denn sie waren ja auch bettelarm und hatten überhaupt kein Geld für mich. "Hach Heinz!" Ich konnte mir richtig vorstellen, wie sie das sagte.

Der Akt meiner Zeugung war nicht besonders kosmisch oder heilig. Ich habe gemerkt, um mich eins zu fühlen mit dem Kosmos muss ich mir nicht vorstellen, dass der Zeugungsakt meiner Eltern mit unglaublich hohem Bewusstsein verbunden war. Ich kann mich eins fühlen mit dem Kosmos, weil ich ihn sehe und weiß, ich bin ein Teil davon. Ich identifiziere mich einfach direkt mit dem Meer der Sterne, der Schönheit der Planeten. Ohne die Eltern.

Abtreibung

Viele Jahre später, bei einer Sitzung zur therapeutischen Rückführung, habe ich den Augenblick erlebt, wie ich selber abgetrieben werden sollte. Auf einmal fühlte ich mich zurückversetzt in den Mutterleib, und dann wußte ich, dass ich das erlebt habe.

Wenn du so eine therapeutische Sitzung machst, verliert ein Teil von dir nie ganz den Faden zur Gegenwart,

in der du gerade die Sitzung machst. Es tritt zwar in den Hintergrund, aber es geht nicht weg. Wie im Kino. Du weißt, du sitzt im Kino, aber trotzdem bist du im Film.

Also ich weiß, dass ich die Sitzung nehme, und ich gehe zurück und zurück in meinem Gefühl, bis ich im Uterus meiner Mutter bin und fühle, dass sie irgendwas macht, um mich loszuwerden. Und ich fühle als Fötus im Bauch ihre Lebensangst, die wie eine Krallen auf den Uterus greift.

Und gleichzeitig bin ich auf eine Weise auch eins mit der erwachsenen Frau, die den Fötus hat, den sie nicht wird ernähren können und den sie abtreiben will.

Meine Mutter war superarm, sie hatten kaum Geld, die Miete zu bezahlen. Meine Eltern waren selber kurz vor dem Verhungern. Und jetzt war sie schwanger und wollte mich abtreiben. Das habe ich bei der Rückführung deutlich gespürt.

Was jetzt kommt ist eine richtige Schlüsselszene.

Ich habe als Fötus ihren Konflikt mit der Lust erlebt. Mit der Lust, die nicht in der Lage war, nein zu sagen, die auf die Verhütung nicht gut genug geachtet hat. 1948 gab es noch keine Pille. Und ich glaubte sogar zu wissen, dass mein Vater ein Kondom benutzt hat und ziemlich besoffen war – bei meinen Eltern lagen immer Kondome rum – und dass dieses Kondom eben gerissen war. Und das bin ich. Meine Lebensgeschichte, zusammengefaßt in neun Worten:

Ich bin ein geplatztes Kondom bei einem besoffenen Fick.

Von zwei halbnormalen Leuten. Auf jeden Fall glaubte ich, ihren Konflikt als Fötus ganz tief zu fühlen. Den Konflikt mit der Lust: “Ach Scheiße, nicht aufgepaßt, nicht kontrolliert!” Und den Konflikt der Frau, die

das Baby unter besseren Bedingungen durchaus gerne haben wollte.

Und diese unglaubliche Existenzangst. Die Angst, sich selbst nicht ernähren zu können, das Kind nicht ernähren zu können, keine Wohnung, kein Geld, kein Essen. Die Frau als Sklavin der Lust, die immer wieder, über Jahrhunderte, Jahrtausende, gegen ihren Willen zur Mutter wird. Gefesselt durch das Lustgefühl, das sie nicht transformieren kann.

Ich stellte mit Erstaunen fest, dass ich diesen Konflikt mit der Lust auch in mir hatte. Dieses An-die-Lust-gefesselt-Sein, vor allem, wenn du ungewollt Mutter wirst. Wie viele Kinder sind schon Wunschkinder auf der Welt? Als Frau gekettet sein an dieses Rad von jahrzehntelangen Pflichten dem Kind gegenüber. Ob der Vater lange genug lebt, ob er dabeibleibt, wer weiß das?

Vater ist Zufall – Mutter steht immer fest.

Ich habe das ganz tief empfunden. Und war gleichzeitig der Fötus, der wußte: "Scheiße, meine Mutter will mich abtreiben. Sie hat was genommen, ein Medikament, und versucht, mich loszuwerden. Aber ich will überleben" Da wußte ich schon als Fötus: "Ich will leben!" Und ich dachte: "Das ist genau diese Gier."

Das ist das, was die Meister mit Fessel meinen. Gefesselt sein an das Rad des Lebens.

Ich habe die Sitzung mit meinem damaligen Liebhaber zusammen gemacht, mit Manyur, dem extremsten Mann in meinem Leben. Er war in diesen Rückführungen super begabt. Aber diesmal war er nicht in der Lage, meinen Konflikt nachzuvollziehen. Dass ich mit der Lust in Konflikt kam paßte nicht in sein Bild. Er hat ganz merkwürdig reagiert, bis ich zu ihm sagte: "Bitte,

halts Maul! Geh weg! Ich mach das jetzt alleine durch. Das verstehst du nicht. Du bist einfach keine Frau.”

Er war so schockiert, er hat nichts mehr geschnallt. Da wußte ich: ich bin allein.

In diesem Augenblick spürte ich die Kette der Lust, an der ich hing als fruchtbare Frau. Als Frau, die immer die Lust gewollt hatte und vier Söhne zur Welt gebracht hatte, die ja zunächst einmal meine berufliche Karriere gestoppt haben. Und wie meine Lust mich an dasselbe Rad gefesselt hielt.

Als Baby wäre ich noch einmal fast gestorben. Zu dieser Zeit hatte mich meine Mutter zu einer Kinderfrau in der Jahnstraße gegeben, weil sie selber tagsüber arbeiten gehen mußte.

Auch diese Szene habe ich auf einer therapeutischen Sitzung wiedererlebt. Ich war auf einmal wieder acht Monate alt und lag im Bett. Das war abends um sieben, halb acht, die Sonne ging gerade unter, da hat mich meine Mutter der Amme übergeben. Ich kann mich dabei an nichts Schlechtes erinnern. Die Laterne scheint mir ins Gesicht, und ich spüre das neue Gefühl, wie mich diese kleine, dicke, ältere Frau in die Lahnstraße runterträgt, im Vergleich zu meiner Mutter, die jung war, dreißig Jahre und größer.

Ich erinnere mich, dass ich mitten in der Nacht aufwache, in einem weißgestrichenen Kinderbett mit Stäben drumrum. Genauso eines, in dem ich später beim Onanieren erwischt wurde. Es war eine Hinterhofwohnung, alles sehr kleinbürgerlich. In der Küche das Speichenrad mit der Wäsche, das man so hochzog. Darauf hingen die Kinderwindeln und die Leibchen, und es wurde so hochgezogen. Wäschegeuch, Kohleherd, die

Ofenrohre, das Essen kochte, und auf dem Küchentisch wurde ich auch gewaschen.

Ich weiß noch sehr gut dieses Urerlebnis, dass ich mich zwischen den Beinen berühre, und die Amme nimmt meine Hand und sagt: “Bah, bah! Des macht mer nit.” Daran kann ich mich gut erinnern. Sie war aber gleichzeitig sehr mütterlich und sehr gutmütig und hatte auch andere Kinder in Pflege.

Ich erinnere mich, dass ich aufwachte und Qualen litt an nervöser innerer Unruhe und mich wälzen mußte und wälzen und wälzen. Mir brach der Schweiß aus, und ich fühlte mich schwindlig und habe geschrien. Und ich hatte ständig das Gefühl, ich müsste sterben.

Nämlich das Gefühl, dass die Gruppe – die Gruppe, das war so ein dumpfes, unterbewußtes Gefühl – mich aufgibt und einfach aussetzt und sterben läßt, wenn ich eine zu große Belastung werde. Und dass ich, um zu leben, einen riesengroßen Willen aufbringen muß. Und dass ich, wenn ich leben will, einfach nicht krank und pflegebedürftig werden darf.

Und ich spürte ganz deutlich: Ich will nicht sterben. Ich will nicht! Ich will diesem Schwächegefühl nicht nachgeben, diesem Schwindel, diesem Unruhigsein, dieser nervösen Unruhe. Lieber mich tage- und wochenlang hin- und herwerfen als einfach aufhören und sterben. Das spürte ich ganz tief.

Die Gruppe, das war nicht die Familie, die ich jetzt hatte, sondern es war das Gefühl einer größeren Gruppe, eines Clans. Das Gefühl, zu diesem Clan zu gehören, lag viel weiter zurück in der Menschheitsgeschichte. Wenn du so willst, war es ein *Past-life*-Erlebnis. Und es galten sehr raue Bedingungen für den Clan. Nomaden, die weiterziehen mußten, um sich zu ernähren. Und Alte und Kranke, auch Kinder und Säuglinge,

wurden einfach zurückgelassen, wenn man sie nicht heilen konnte und sie sich nicht erholt haben.

Ich habe das heute noch sehr stark. Dieses Nicht-Aufgeben! Das gebe ich auch immer wieder an meine Patienten weiter.

Mit Kraftlosigkeit und Depression haben gerade Inzestopfer sehr viel zu tun. Sich kraftlos fühlen, resignieren, aufgeben. Die Welt ist grau, die Welt ist stumpf. Es hat alles keinen Sinn. Und man kann es nie ändern.

Ich habe das Gefühl, dass die Seele gleich während der Empfängnis in den Mutterleib kommt, um sich diesen Leib zu bilden. Weil ich bei den letzten drei Kindern genau den Augenblick der Zeugung weiß. Ich weiß genau, bei welchem Akt das passiert ist.

Im Tibetanischen Totenbuch steht, die Seelen fühlen sich vom Zeugungsakt angezogen und schlüpfen dann in den Mutterschoß. Wenn sich der Zeitpunkt deiner Geburt wieder nähert, hast du im Bardo – so nennen die Tibeter das Totenreich – eine Vision von ganz vielen sich vereinigenden Paaren, ein ganzes Fußballfeld, der Himmel ist davon bedeckt. Du siehst sonst nichts. Und je nach dem Grad deiner Bewußtheit kannst du dir dein Elternpaar aussuchen oder fühlst dich einfach von einem Paar magnetisch angezogen. Du kommst näher und näher, die Befruchtung findet statt, und auf einmal bist du im Mutterschoß. Nicht im Augenblick der Ejakulation, sondern im Augenblick der Verschmelzung von Sperma und Ei.

Aber die Seele fühlt sich schon während des Aktes angezogen. So habe ich das bei den letzten drei Kindern empfunden. Beim erstenmal habe ich nur gemerkt: es passiert gerade etwas Besonderes. Während des Aktes war etwas anderes als nur die übliche Liebe oder Geil-

heit zwischen uns. Ich bemerkte eine Präsenz, die blitzartig kam und eine andere Qualität hatte als üblich. Das war keine heilige oder erotische Präsenz, wir waren beim Sex und es war tief und es machte Spaß, und auf einmal war blitzartig eine weitere Dimension im Geschehen. Noch eine Tür war auf. Statt dreidimensional war es vier- oder mehrdimensional.

Beim zweiten Kind weiß ich das sehr genau. Wir lagen danach zusammen und ruhten uns aus, so Löffelchen, er hinter mir, und es war Morgengrauen, draußen gurrten die Tauben, der Morgen kam über die Stadt. Da sah ich im Dritten Auge ein riesengroßes Lebensrad. Es formierte sich aus dem Diffusen, mit acht Speichen, genau so, wie ich es später in indischen Tempeln gesehen habe, nur mit Diamanten besetzt. Ziemlich groß vor meinem Gesichtsfeld. Es nahm Form an, total filigran mit Diamanten besetzt. Die Speichen waren am Rande rund und hatten in der Mitte eine spitze Ausbuchtung. Acht Speichen, in der Mitte mit spitzer Verzierung, es war sehr zierreich und glitzernd, während die Grundform sandsteinfarben war.

Außen ein breiter, diamantenbesetzter Rand, und in der Mitte auch Diamanten.

Dann hat es sich gedreht, bis man keine Einzelheiten mehr erkennen konnte. Ich nahm das Drehen wahr und zoomte mit dem Geist in die Achse, und hinter der Achse öffnete sich ein neuer Raum. Ähnlich wie beim Goldenen Auge. Es ähnelt sich immer wieder. Sobald ich da reingefallen war, konnte ich nicht mehr weiter. Da ergriff mich Schwindel. Dahinter war ein großer, dunkler Raum, wie der Sternenhimmel, nur ohne Sterne. Und ich wußte: wenn ich hier einen Fokus finde, gehe ich da hinein, und dahinter ist noch ein Raum. Ich wußte: es ist immer noch ein Raum dahinter. Aber ich

war noch nicht so geschult. Und ich hatte auch nicht mehr die Unschuld der Vierjährigen. Und die Angstfreiheit. Das hatte ich alles nicht mehr. Ich mußte dann einfach unterbrechen.

Man kann es in Verbindung bringen mit dem Goldenen Auge. In die Mitte zoomen und dann neu aufgehen. Das ist heute noch so. Heute habe ich ähnliche Erlebnisse, nicht ganz so plastisch, aber mit relativer Leichtigkeit, wenn ich einfach nur sitze und meditiere.

Dass das der Augenblick der Zeugung war, begriff ich erst später. Aber das war er. Wir ruhten nach dem Akt.