

Die prägendsten Stunden des Lebens

Wie wir unsere Geburt erleben, prägt unser gesamtes Leben. Nur wer darüber Bewusstheit erlangt, hat auch die Chance, diese Prägung zu verändern. Eine mentale Erkenntnis löst das Problem allerdings noch nicht. Wir müssen den Erlebensbereich noch einmal durchgehen, dann haben wir die Möglichkeit, nachhaltige Veränderung zu erreichen.

Ich habe unter Anlehnung an die Erkenntnisse der *perinatalen Matrizen* durch *Stanislav Grof* eine Methode entwickelt, die es ermöglicht, tief eingeprägte Muster auch im Jugend- und Erwachsenenalter noch zu verändern.

Teil 1 aus dem Erfahrungsschatz von Werner Kosmus

Viele Menschen kennen das Gefühl, immer wieder im gleichen Situationsmuster gefangen zu sein. Obwohl sie schon mehrmals den Versuch unternommen haben, aus dieser „Rille des Lebens“ herauszukommen, es hat einfach nicht gehalten. Der Grund dafür ist eine unkundige Herangehensweise an dieses Lebensthema. Wir müssen wissen, dass wir Erfahrungen in unserem Leben in jenen Medien abspeichern, die wir zum Zeitpunkt des Erlebens verfügbar haben. Diese Medien nennen wir auch Körper. Als solche kennen wir den materiellen, den emotionalen, den mentalen, den geistigen und den spirituellen Körper. Zum Zeitpunkt unserer Geburt steht uns vor allem der materielle Körper zur Verfügung. Da das Nerven-Sinnes-System zu dieser Zeit entwickelt ist, erleben wir die Beziehung zur Welt auch bereits mit einer Hinwendung oder einer Ablehnung. Das Denken kommt erst viel später, nämlich etwa mit 3 Jahren, wenn wir einfache Zusammenhänge erkennen lernen. Alle Informationen, die wir zur Zeit der Schwangerschaft und unserer Geburt sammeln, speichern wir also überwiegend im materiellen und emotionalen Körper. Dabei gehen wir vier Stadien durch, die voneinander sehr verschieden sind. Es handelt sich um vier Grundmuster, die eine sehr starke Organisationskraft für nachfolgende Lebenssituationen haben.

Das erste Stadium unseres Seins erstreckt sich über eine vergleichsweise lange Zeit, nämlich die der Schwangerschaft.

Zu diesem Zeitpunkt kann der Fötus keinen Unterschied zwischen sich und seiner Mutter machen. Was die Mutter erlebt, wird in einem sehr starken Maße vom Fötus übernommen, auch wenn dieser es bereits in eigener Weise interpretiert. Der Fötus schwebt in einem „Urmeer“. Wogen entstehen dann, wenn die Mutter emotionale Probleme bekommt und sie nur schlecht oder gar nicht lösen bzw. glätten kann. Dann überträgt sich die Unruhe auf den Fötus, und damit kommt dieser Mensch in seinem künftigen Leben oft in Situationen, die jenen aus der Zeit der Schwangerschaft ähnlich sind. Setzen hier beispielsweise vorzeitig Wehen ein, so erlebt der Mensch später immer wieder, wie er in einer an sich angenehmen Situation gestört, oder daraus vertrieben wird.

Die sozialen Beziehungen haben ebenso einen starken Einfluß auf das Design dieser ersten perinatalen Matrix. Der Begriff *Matrix* leitet sich von Mutter/Grundmuster ab. Er bezeichnet somit etwas, was eine Vorlage ist, nach der künftig mit Situationen mit einer ähnlichen Grundkonstellation umgegangen wird.

Im optimalen Fall sollte diese Zeit der Schwangerschaft in einem angenehmen sozialen Umfeld stattfinden. Die werdende Mutter und das kommende Kind sollten ein hohes Maß an Angenommensein erfahren können. Es gibt später dem Menschen die Sicherheit, angenommen zu sein, und die Fähigkeit, sich auf die schönen Seiten des Lebens einzulassen, ohne Angst, diese rasch wieder zu verlieren.

Das zweite Stadium unseres Seins ist die erste Austreibungsphase, wenn der Muttermund noch geschlossen ist.

Nach einer langen Zeit des Seins im *Paradies*, wie die erste perinatale Matrix symbolhaft genannt wird, kommt nun die Vertreibung. Hier setzen die Wehen ein, der Muttermund ist allerdings noch geschlossen. Der Fötus befindet sich nun in einer ausweglosen Situation: er kann nicht bleiben, sieht aber auch keinen Ausweg. Wie diese Situation vom Fötus verarbeitet wird, danach generiert der Mensch sich in seinem Leben Situationen, die ausweglos erscheinen. Es handelt sich um den Bereich der *Hölle*, wie diese Erlebensphase symbolisch genannt wird.

Diese Zeit in der zweiten perinatalen Phase hat oft einen sehr destruktiven Charakter, und nachfolgende Situationen im Leben, die aus dieser Erlebenskategorie stammen, lassen den Menschen verzweifeln. Destruktion und Niederlage, Aussichtslosigkeit, Ausgeliefertsein und Wertlosigkeit sind die Grundmerkmale der Erfahrung mit dem Leben, wenn sie von den Kräften der zweiten perinatalen Matrix stammen.

Das dritte Stadium unseres Seins ist die zweite Austreibungsphase. Der Muttermund öffnet sich, und es gibt einen Ausweg.

In dieser Phase des Erlebens geht es zwar heiß her, aber es bestehen berechnete Aussichten durchzukommen. Es müssen zwar große Herausforderungen bewältigt werden, der Streß hat aber auch seine positiven Aspekte. Spätere Situationen im Leben, die von dieser Matrix organisiert werden, weisen ein hohes Maß an Kompetenz auf, mit Streß umzugehen. Wie genau der Streß aber bewältigt wird, erfolgt nach dem gleichen Grundmuster, das während dieser Phase der Geburt zum Erfolg geführt hat.

Wird das Lebensmaterial eines Menschen von dieser Matrix organisiert, so erlebt er sich oft in schwierigen Situationen, in denen es meist heiß hergeht, aber er weiß immer, dass er durchkommen wird.

Das vierte Stadium unseres Seins betrifft das Ankommen und Angenommenwerden als Individuum.

Nun ist der Mensch auf dieser Welt angekommen. Wie nun mit ihm umgegangen wird, also welchen Empfang er hat, davon hängt ab, ob er sich im Leben auch angenommen fühlt. Viele Aspekte beeinflussen diese Phase:

- + Kommt er aus eigener Kraft zur Welt oder braucht er Hilfe?
- + Wird er willkommen geheißen, oder ist es ein Mädchen, das als weniger wert betrachtet wird?
- + Wird er sofort auf die Brust der Mutter gelegt und erst abgenabelt, nachdem die Nabelschnur auspulsiert ist?
- + Wie ist die weitere Reinigung?
- + Bleibt er in der Nähe der Mutter oder wird er getrennt?

Alle diese Faktoren prägen den Menschen in Hinblick auf sein späteres Leben.

Nun ist der Mensch mit seinen Grundmustern in der Welt und wird an diese andockt - basierend auf seinen perinatalen Erfahrungen.

Der Mensch wiederholt nun seine Grunderfahrungen immer und immer wieder. Die Lebenserfahrungen werden nicht erlebt, wie sie sind, sondern werden von den perinatalen Matrizen organisiert, und daher kommt es zu diesen Wiederholungen. Diese verfestigen sich, und es kommt zu einem System verdichteter Erfahrungen, dem sogenannten COEX-SYSTEM.

Durch das Coex-System festigen sich die entsprechenden Organisationsmuster dermaßen, dass der Mensch darin determiniert ist. Er findet keinen Ausweg - auch wenn er es noch so gut verstanden hat, auch wenn er es schon wirklich satt hat, immer in diesen Mustern gefangen zu bleiben - er kann aus eigener Kraft des Denkens und der Aufmerksamkeit nicht aus diesem Kraftfeld heraustreten. Hier ist ein fachkundiges Team von außen notwendig!

Die vielfachen Facetten einer Geburt bringen viele Varianten der Muster. Als besonders schwierig anzusehen sind die Muster durch eine Geburt durch Kaiserschnitt, der Einsatz von wehenhemmenden bzw. wehenfördernden Mitteln sowie die Zangengeburt bzw. die mittels einer Saugglocke.

Menschen, die durch einen Kaiserschnitt zur Welt gekommen sind, fehlt eine wesentliche Erfahrung, wie sie mit Streß umgehen sollen. Nicht wenige haben in Streß-Situationen das Problem, dass sie sich aus der Situation „wegblenden“. Dies kann dadurch geschehen, dass sie sich in einer Streß-Situation mit etwas ganz anderem beschäftigen als mit dem, was da ansteht. Es gibt aber auch eine signifikante Zahl an Menschen, die in einen epileptischen Anfall oder diesem ähnlichen Zustand „flüchten“.

Menschen, die mit wehenhemmenden Mitteln am Kommen gehindert wurden, werden im Leben später auch oft und immer wieder die Erfahrung sammeln, dass etwas ihren Erfolg bzw. sie selbst verhindert. Die Gründe dafür können sehr unterschiedlich sein, der Effekt ist aber immer wieder der gleiche.

Eine etwas andere Gestalt eines Lebensmusters kann entstehen, wenn wehenfördernde Mittel eingesetzt wurden. Diese Menschen haben dann oft die Situation, dass sie gedrängt werden und nicht ihren eigenen Zeitpunkt wählen können. Eine Kraft drängt sie zu etwas, wofür sie noch nicht bereit sind. Dies verursacht Streß und verhindert das Erleben, selbst über sich und sein Leben bestimmen zu können.

Bei vielen Menschen, die durch eine Zangengeburt zur Welt gekommen sind - und dies trifft auch auf eine Geburt mit einer Saugglocke zu - gibt es die Erfahrung, dass zuerst einmal alles gut zu laufen scheint, aber etwas zu finalisieren geht nicht. Immer wieder ist eine Hilfe von außen notwendig, sonst kommt ein Projekt nicht zu seinem Abschluß.

Aus den vielen Erfahrungen, die wir bei der Arbeit mit den perinatalen Matrizen gesammelt haben, wissen wir, dass die Muster veränderbar sind. Es gibt unterschiedliche Varianten einer solchen Veränderung, nämlich durch

- + Translation
- + Transmodulation
- + Transformation