

# INHALT

Metamorphose .....	13
Geschichte .....	20
Das Praenatal-Muster .....	32
Entsprechungen .....	48
Einflüsse .....	66
Motivation .....	79
Erscheinungsformen von Wandlung .....	89
Patienten und Behandler .....	96
Die praktische Anwendung .....	104
Schlußfolgerungen .....	117
Anmerkungen .....	120
Fremdwort-Erklärungen .....	121

# DANKSAGUNG

Die Autoren bedanken sich besonders bei: Robert St. John, ohne den nichts von all dem hätte geschehen können; Barbara D'Arcy Thompson, June Whiting und Jenny Young; Michael Mann, der die geduldigste Hebamme war und alles ermöglicht hat – und schließlich, aber auf keinen Fall als letzte, all den Patienten, Schülern und Kollegen, die ihre Erkenntnisse, Entdeckungen, Freuden und Ängste mit uns teilen.

Danke.

Wir bedanken uns auch bei John Shane für die Erlaubnis, sein sehr besonderes „Lied vom Selbst-Heilen“ wiedergeben zu dürfen.

## VORWORT

„Die Metamorphische Methode“ bietet eine ausgezeichnete Basis für die *Metamorphose* und ist allen eine Hilfe, die wirklich daran interessiert sind, tiefer in die praktische Anwendung dieser Methode und ihrer Grundlagen einzudringen. Es ist eine sehr aufregende Tatsache, daß die *Metamorphose* allmählich allgemein bekannt wird. Je mehr darüber geschrieben wird, desto besser.

Wir wissen aus der Vergangenheit, wie solche Arbeiten sich in verschiedene „Lehrsysteme“ aufspalten können. Dies ist eines der Dinge, die ich in meinen Lehren und Schriften zu vermeiden versucht habe, und ich freue mich darüber, wie die Autoren die Grundlagen und Ziele dieser Arbeit beibehalten haben.

Die Autoren haben einen außerordentlich gut belegten Versuch unternommen, all das darzustellen, worum es in dieser Arbeit geht. Ich bin zuversichtlich, daß dieses Buch sehr vielen Interessierten den Weg eröffnen wird. Ich freue mich auf seine Veröffentlichung.

*November 1981*

*Robert St. John*

## METAMORPHOSE

*Arzneimittel und Nahrung üben einen bestimmten chemischen Einfluß auf Blut und Gewebe aus. So lange man Nahrung zu sich nimmt, warum sollte man da verleugnen, daß Arzneimittel und andere materielle Hilfsmittel auch auf den Körper wirken? Sie sind so lange nützlich, wie das materielle Bewußtsein im Menschen vorherrscht. Sie haben allerdings ihre Grenzen, da sie von außen angewendet werden. Die besten Methoden sind solche, die der Lebensenergie helfen, ihre innere Heilungsarbeit wieder aufzunehmen.*

PARAMAHANSA YOGANANDA<sup>1</sup>

Während der letzten fünfzig Jahre hat der Mensch eine Explosion der Grenzen seines Verstandes und des Gebrauchs seiner Kraft erlebt, da Psychologie und Physik seinem Verständnis von Wirklichkeit riesige neue Einblicke eröffnet haben. Dies hat eine Unmenge an Information hervorgebracht, und je mehr verfügbar wird, desto mehr erweitert sich unser Verständnis für die Geheimnisse des Universums. Mit dieser Bewegung hat sich unsere Einstellung zu Medizin und Therapie erweitert und wir haben tiefere Einsicht in die Funktionszusammenhänge von Körper und Geist als einer Einheit gewonnen. Dies hat uns zu der Auffassung einer ganzheitlichen Medizin geführt, die erkennt, daß ein Mensch nicht als Sammlung von einzelnen Teilen, sondern als eine zusammenwirkende lebende Einheit behandelt werden sollte, und daß wir die Fähigkeit, uns selbst zu heilen, in uns tragen.

Eine dieser Erkenntnisse war die Metamorphische Methode, die dieser Fähigkeit zur Selbst-Heilung eine konkrete Form gibt und damit einen Gedanken in die Praxis umsetzt, der über Jahrhunderte hinweg immer wieder aufgetaucht ist. Dieser Gedanke scheint einfach und naheliegend, doch der begrenzte Verstand hatte Schwierigkeiten, ihn zu begreifen: Leben selbst ist der große Heiler.

Leben ist ein Faktor, der alles durchdringt und doch über alles hinausgeht. Es ist und handelt als eine Kraft in der Materie, und diese Kraft nennen wir die Lebenskraft. Leben ist Schöpfung und aus Schöpfung entsteht Bewegung; diese Bewegung ist Wandlung, und es ist die Lebenskraft, die diese Wandlung in den vielen unterschiedlichen Zyklen von Dasein trägt, sei es ein Baum, ein Planet oder ein menschliches Wesen. Kein Zustand kann je als immerwährend bezeichnet werden; wie langsam auch immer, fortwährend findet Bewegung statt. Die Metamorphische Methode betont, daß das Prinzip, um das es den Behandlern geht, noch über diese Lebenskraft hinaus einfach Leben ist.

Wir können Leben mit Wasser vergleichen, das die Form von Eis, Dampf, einem Fluß oder dem Meer haben kann. In all diesen verschiedenartigen Formen gibt es eine Kontinuität von Bewegung auf vielen verschiedenen Ebenen, wie molekular, atomar usw. In dem Fluß, der doch abwärts fließt, kann das Fließen durch Felsbrocken oder Äste behindert werden. Doch jenseits der Felsblöcke ist der Fluß, die Möglichkeit zur Wandlung unter den Blockierungen, immer vorhanden. So kann unsere eigene Bewegung und die Fähigkeit, uns zu verändern, blockiert werden, aber die volle Kraft des Lebens wartet sozusagen in den Flügeln, um uns zu einem Zustand größerer Freiheit hinzubewegen.

In der Natur wird aus der Eichel eine Eiche, und eine Raupe verwandelt sich in einen Schmetterling. Wir selbst tragen in uns die Möglichkeit, weit mehr zu tun und zu werden, als wir in der Gegenwart sind. Wir sind in die Begrenzungen von Materie hineingeboren, aber wir haben die Fähigkeit, innerhalb dieser Begrenzungen Freiheit zu erleben. Diese

Fähigkeit ist eine Eigenschaft der Lebenskraft. Innerer Wandel geschieht aufgrund der Lebenskraft, wozu nicht unbedingt ein äußerer Anstoß oder Eingriff notwendig ist. Auf der instinktiven Ebene haben alle Tiere, einschließlich des Menschen, die Kraft, sich selbst zu heilen. Wilde Tiere in Not fasten und ruhen, bis sie sich erholt haben, wie es ohne Zweifel der frühe Mensch tat, bevor er seine Verbindung mit diesem Instinkt verlor. Seit dieser Zeit haben sich die Verstandesfähigkeiten des Menschen gewaltig vergrößert, oft auf Kosten seiner Intuition. Obwohl die moderne medizinische Wissenschaft so viel erreicht hat, müssen wir uns der Tatsache bewußt bleiben, daß unsere Heilkräfte in uns sind.

Leben ist die Kraft, die heilt; der Gebrauch dieser Kraft zur Selbstheilung ist im Laufe der Zeitalter verkümmert. Jetzt braucht der Mensch einen Katalysator, um in Kontakt mit dieser Fähigkeit zu treten und sie wieder zu entdecken.

In der Metamorphischen Methode sind Behandler in derselben Weise Katalysatoren, wie die Erde einer ist. Ein Same fällt auf die Erde, und die Erde und die Elemente lockern einfach sein stoffliches Gefüge: Im Samenkorn ruht eine Kraft, die dadurch für das Wachstum frei wird. Wie die Erde, so lockert der Behandler ein Gefüge, eine Struktur im Patienten; wie die Erde ist er ein Katalysator, aber nicht für irgend etwas Bestimmtes. Es findet eine Begegnung zwischen der Erde und dem Samen statt, bei der von keiner Seite Bedürfnisse ausgedrückt werden oder ihre Erfüllung verlangt wird: In dieser Arbeit begegnen sich der Behandler und der Patient, und in ähnlicher Weise gibt es keine Erwartungen und keine Ansprüche. Der Zweck der Natur ist Fruchtbarkeit, und der letztendliche Zweck des Lebens ist es, sich auf jedweder Ebene immer auf das Höchste hin zu verwirklichen. Im Menschen gibt es dieselbe Kraft, die das Leben ist, und die angeborene Fähigkeit zu seiner vollen Verwirklichung als menschliches Wesen. Aber welcher Art ist das Gefüge, das zuerst gelockert werden muß?

In vielen Heil- und Therapieschulen herrscht der Glaube, der davon ausgeht, daß bewußtes Leben mit der Geburt

beginnt – daß unsere gegenwärtigen Eigenschaften in der Kindheit geformt werden. Doch sobald eine Zelle entstanden ist, hat sie ein elementares Bewußtsein. Deshalb kann man sagen, daß Leben mit der Empfängnis beginnt, wenn die erste Zelle gebildet ist. Während der Reifezeit in der Gebärmutter, den neun Monaten zwischen Empfängnis und Geburt, festigen sich die Gefüge unseres Körpers, Verstandes, Gefühls und Verhaltens. Unser Leben nach der Geburt ist in dieser Praenatal-Phase, unserem Leben vor der Geburt, verwurzelt und wird von ihr beeinflußt. Es ist dieses Zeitgefüge, das es aufzulockern gilt.

Viele verschiedene Faktoren beeinflussen uns diese neun Monate hindurch: die Art, wie unsere Eltern sind, die kulturelle Welt und die Umgebung, in der sie leben, das entwicklungsgeschichtliche Stadium, das die Menschheit erreicht hat, wie auch nicht-materielle, kosmische Einflüsse. Sie alle formen und prägen die Muster unseres Lebens und verfestigen sich vorwiegend in dieser Zeit. Wir sind im innersten Wesen das Bewußtsein, das sich während des intra-uterinen Daseins als Ergebnis aller Einflüsse, die bei der Empfängnis gegenwärtig waren, entwickelt hat. Die Metamorphische Methode stellt diese neun Monate in den Brennpunkt. Während die Erde mit dem stofflichen Gefüge des Samenkorns arbeitet, lockert der Behandler als Katalysator ein abstraktes Gefüge, ein Zeitgefüge: das der Reifezeit in der Gebärmutter.

Es hat sich gezeigt, daß dieses Gefüge sich im Körper insbesondere an Teilen der Füße, der Hände und des Kopfes widerspiegelt; und diese formbildende Phase, jene neun Monate, kann durch diese Bereiche wieder in den Brennpunkt gerückt und gelockert werden. Der Behandler weiß, daß das Leben die notwendige Arbeit für den Patienten tut – die Arbeit der Wandlung. Aus diesem Grund wird die Methode nicht nur bei geistig oder körperlich Behinderten angewendet, sondern bei allen, denen persönliches Wachstum am Herzen liegt. Die Wandlungen ereignen sich durch unsere eigene Kraft, uns selbst zu heilen, uns wahrhaftig selbst zu erschaffen.