

# RÜCKFÜHRUNGSARBEIT

## In den Bereich des Schattens hinabsteigen

Wenn ich hier über Rückführungsarbeit schreibe, möchte ich zuvor etwas über mein Verständnis zu Symptomen bzw. Problemen sagen. Man geht viel zu schnell bzw. grundsätzlich davon aus, dass Probleme etwas sind, das eigentlich nicht sein sollte. Ein störender Faktor im sonst so vielleicht schönen und bequemen Leben eines Menschen. Man könnte sagen, Probleme werden als Fehler gesehen, und so bemüht man sich, diesen Fehler so schnell wie möglich zu beseitigen, rückgängig zu machen oder zu verbannen. Egal ob auf psychischer, körperlicher oder sozialer Ebene. Das Ideal ist also der Mensch ohne Probleme.



### KRANKSEIN VERSTEHEN

Kann es nicht sein, dass zum Beispiel im Thema Krankheit dem Menschen etwas begegnet, was in einem viel tieferen Sinn mit ihm zu tun hat, zu ihm gehört, zu seinem Menschsein gehört, zu seinem Reifungsweg gehört? Kranksein zu verstehen im Sinne von nicht in Ordnung, nicht in Harmonie sein, herausgefallen aus der Balance? Als solch eine Zustandsform gäbe es daher auch keine Krankheiten, genauso wenig, wie es Gesundheit als Plural gibt. Heilung im Sinne von etwas wieder ganz machen kann dann ja nur bedeuten, etwas zu uns zu nehmen, hereinzuholen aus dem verdrängten bzw. un-

bewussten Bereich. Das wäre aber dann genau die gegenteilige Vorgehensweise als die üblicherweise vorhin beschriebene, und somit kommen wir zu meinem Ansatz der Rückführungsarbeit.

Wenn wir also immer nur Fehler korrigieren, beseitigen oder rückgängig machen wollen, ist das wie bei einem Auto, wenn wir das Aufleuchten eines Kontrollämpchens als Fehler behandeln und es einfach

nur herausdrehen und glauben, der Fehler sei damit beseitigt. Wenn infolge dann ein beklemmender Geruch entsteht, haben wir ja tolle Düfte und Öle zur Verfügung, um wieder eine angenehme Atmosphäre zu schaffen. Und wenn die Geräusche des Motors kaum mehr zum Aushalten sind, legen wir beruhigende Meditationsmusik drüber. Sie merken schon – Symptombeseitigung hat so seine Tücken. Aber wo ist denn

*Was du nicht lebst, lässt dich nicht leben.*

jetzt der Zusammenhang zwischen dem, was in der Psyche geschieht und dem, was im Körper geschieht? So kommen wir wieder zu unserem Thema Rückführung. Auf Erden in die Polarität gefallen, bedeutet ja, dass wir unheil geworden

identifizieren, dem gegenüber steht aber zwingend ein gegenpolarer Bereich, von dem er „nicht ich“ sagt, das heißt, mit dem er nicht bereit ist sich zu identifizieren, nicht bereit es in sich hineinzulassen. Dieses „nicht ich“ nennen wir

*Der Schatten ist ein riesiges Etwas: die Summe allen Seins minus der ICH-Identifikation.*

sind. In dem Moment, ja mit jeder Entscheidung machen wir uns unheil, denn in dem Moment, wo ich aus der Ganzheit die eine Hälfte wähle, und das tue ich mit einer Entscheidung, werde ich in diesem Punkt unheil. Und es bleibt nur eine Möglichkeit für den Menschen, dieses unheil sein wieder auszubalancieren, das heißt zurückerobern, indem er den nicht verwirklichten Pol über den Umweg der Zeit zurückholt. Ein einfaches Beispiel dafür ist das Atmen. Das Einatmen macht unheil, denn es verwirklicht nur einen Pol des Atmens, und damit sind wir herausgefordert, den nicht verwirklichten Pol über den Umweg von Zeit zurückzuholen, und so folgt nach dem Einatmen das Ausatmen und so weiter.

Viele Dinge holen wir über die Zeit nach, manche aber auch nicht, das heißt, einige Themen meidet der Mensch total, mit ihnen will er grundsätzlich nichts zu tun haben. Er fällt Entscheidungen darüber, zu welchem Teil der Wirklichkeit er „ich“ sagt, das heißt, womit er bereit ist sich zu

„die Welt“, nennen wir „du“ oder „die Leute“, das heißt, wir projizieren es nach außen. Mit solchen Entscheidungen glauben wir, dass wir bestimmte Bereiche und Aspekte von uns abschneiden können und auch tatsächlich dann damit nichts mehr zu tun haben. Und hier liegt der große Irrtum der Menschen, denn der Mensch kann zwar durch Identifikation (kurzfristig) wählen, aber letztlich wartet immer alles auf ihn.

### DEN SCHATTEN INTEGRIEREN

Die Einheit oder das Ganze, wie auch immer Sie es nennen möchten, ruft den Menschen zur Ganzheit, dass er wieder vollkommen wird, wieder heil wird. Damit verlässt das Abgetrennte den Menschen nie, sondern lebt neben ihm, ohne dass er es sieht. Wie bei Kindern, die sich dadurch verstecken möchten, indem sie die Hände vors Gesicht halten und glauben, jetzt werden sie nicht mehr gesehen. Der Erwachsene macht dasselbe auf der psychischen Ebene. Er schließt die Augen vor

einem Teil seiner Wirklichkeit und glaubt, damit ist sie nicht mehr da – es sinkt in den Schatten, wie bereits C. G. Jung es nannte. Jener Bereich, den der Mensch nicht anschaut. Der Schatten ist ein riesiges Etwas: die Summe allen Seins minus der ICH-Identifikation. Alles, wozu ich mich am meisten aufrege, wenn es „draußen“ stattfindet. Und hier liegt das Grundthema aller menschlichen Probleme. Dieser Schatten ist das, was dem Menschen zum Ganzsein fehlt. Es ist das, was immer auf ihn wartet, von ihm bearbeitet zu werden und dadurch integriert zu werden, auf das der Mensch bewusster, vollkommener, ganzer, somit heiler werde.

Der Schatten lässt dem Menschen keine Ruhe. Wird er nicht beachtet, wird er nicht in die Bewusstheit hineingenommen, wird er jede Gelegenheit nutzen, auf sich aufmerksam zu machen. Wird er kontinuierlich ignoriert bzw. weiterhin projiziert, hat er die Möglichkeit sich zu somatisieren, das heißt, er stürzt in die Körperlichkeit und ist dann als Symptom vorhanden. Das Symptom ist also die Inkarnation eines Schat-

tenbereiches und zwingt den Menschen nun körperlich wahrzunehmen, was er nicht bereit war, psychisch zu bearbeiten. Und damit ist das Auftreten eines Symptoms der Beginn eines Heilungsprozesses. Da wir natürlich ein bestimmtes Thema schon im Bewusstsein nicht gerne mochten, sonst hätten wir es ja nicht verdrängt, nicht abgespalten, mögen wir es in seiner körperlichen Verpackung erst recht nicht, ich hatte ja eingangs schon beschrieben, wie wir meistens mit Symptomen, die wir als Problem wahrnehmen, umgehen.

Sie sehen in der Rückführungsarbeit, so wie ich sie verstehe und anwende, geht es gar nicht um das Zurückgehen in der Zeit zur Ursache, weil die Ursache hat ja wieder eine Ursache usw. – wir würden dann bei Adam und Eva oder beim Urknall landen. Denn jedes Symptom wird sich anhand des Erlebens als Geschichte zeigen, egal ob in diesem oder in einem früheren Leben. Ich gebe ein Beispiel: Wenn jemand eine Enge am Hals verspürt, und wir würden zurückgehen in der Zeit, werden wir mit Sicherheit zu einer Situation gelangen, vielleicht zur Geburt,

**STARTUP YOUR LIFE!**

AUSBILDUNGEN 2023/2024

- Dipl. Life Coach** (Bildungskarriere geeignet)
- Dipl. Mentalenergetiker\*in** (BK geeignet)
- Zert. EFT Practitioner** (Körperakupressur)
- Zert. Lomi Lomi Nui Practitioner**
- Zert. Cranio Sacral Practitioner**
- Zert. Prana Healing Practitioner**
- Zert. Rückführungsleiter\*in**

**MENSCH IM ZENTRUM** GF Werner Hutwagner PSB  
gewusst. bewusst. sein. [www.menschimzentrum.at](http://www.menschimzentrum.at)



wo das Gefühl auftaucht. Sei es nun die Nabelschnur gewesen oder sonst etwas, auf jeden Fall wird eine Geschichte auftauchen mit ganz starken Empfindungen am Hals. Wir können daraus die große Ursache machen, es transformieren oder umschreiben, die Ideen bzw. Vorgehensweisen sind

#### PROJEKTIONSFLÄCHE FÜR SYMPTOME

In einem klassischen freudianischen Modell oder auch in anderen Methoden wie zum Beispiel der Aufstellungsarbeit und eben auch in den meisten Reinkarnationsmodellen bieten wir dem Klienten

*Das Hauptproblem des Klienten ist ja immer, dass er sich selbst nicht mag.*

hier sehr vielfältig geworden. Wenn sie noch weiter zurückgehen in der Zeitachse in vermeintlich frühere Leben, werden wieder Situationen auftauchen mit diesem Gefühl am Hals, vielleicht vom Baum erdrückt oder so. Das Ganze wird durchlebt und es kommt zu einer energetischen Entlastung, da könnte man schon von Heilung sprechen – die Ursache ist gefunden und alles ist in Ordnung.

diese Projektionsfläche an, um seinem Symptom Ausdruck zu verleihen. Und davon ausgehend, dass der Klient sein Symptom projiziert, ist es egal, worauf er es projiziert, solange er es projiziert. Ob es die Politik, die Kirche, die Nachbarn, die Eltern, die Erziehung, der Partner oder eben ein früheres Leben ist, ist doch vollkommen egal. Solange der Klient noch eine Projektionsfläche hat, die er

„außen“ nennt, übernimmt er nicht die volle Verantwortung für seine eigenen (verdrängten) Aspekte und wird eben gerade nicht heiler. Wir sind eingestiegen in eine symptomatische Kette, wo der Klient sich immer als Erleidender, als Opfer empfindet. Drama und Tragödie, alles schrecklich, aber solange der Mensch Opfer sein kann, ist er immer zufrieden. Wenn auch anstrengend und dramatisch, beginnt aber jetzt erst der eigenverantwortliche Teil, nämlich jene Auseinandersetzung, mit deren abgelehnten Aspekten wir diese Opferkette überhaupt erst ins Leben gerufen haben. Hier wird klar, warum die Rückführungsarbeit auch Schattenarbeit genannt wird.

Wenn man in den Bereich des Schattens „hinabsteigt“, dann kommt man in den Bereich, wo die Schuld des Menschen liegt. Es ist für den Klienten schwer, die Verantwortung für solche Seinsbereiche, die er bisher ausschließlich projizierte, in sich zu entdecken, anzunehmen und zu integrieren. Hier ist es wichtig, den Klienten absolut wertfrei zu begleiten, denn ohne diesen neutralen Raum, in dem alles sein darf, wird es dem Klienten schwer gelingen zu bleiben, sich zu öffnen, das heißt, ganz auf sich selbst einzulassen. Wenn ein Rückführungsleiter nicht jene Stufen selbst durchlaufen hat, geht an diesem Punkt alles schief. Wenn hier Überforderung auftritt, macht der Raum zu und der Klient fühlt sich allein gelassen. Das Haupt-

problem des Klienten ist ja immer, dass er sich selbst nicht mag, das heißt, die Aufgabe des Leiters ist immer den Klienten dabei zu unterstützen, sich mit sich selbst auszusöhnen.

Aus meiner Sicht gelingt es, mit der Rückführungsarbeit in eine Tiefe zu gelangen, die mit anderen Methoden nur schwer erreichbar ist. Über das Erleben kommt der Klient sich Schritt für Schritt näher, und irgendwann steht er vor einer Wahrheit, an der er nicht mehr vorbeikommt. Er sieht die Wahrheit, er sieht sich wie durch ein Vergrößerungsglas. Um zu erkennen, wer er wirklich ist, kommt er nicht umhin, seinem Schatten zu begegnen. Der Pfad unseres Herzens führt nicht in den Himmel von Licht und Liebe, sondern mitten durch die Hölle unserer Ängste und Widerstände. Denn was du nicht lebst, lässt dich nicht leben, nur so ist wahrhaftige Selbstannahme und Heilung im Sinne von Ganzwerdung möglich. ■

*Zum Autor:*



*Dipl. PSB Werner Hutwagner ist Coach, Berater, Supervisor und hat Rückführungsbildungen bei Jan Erik Sigdell, Mathias Wendel (nach Thorwald Dethlefsen) und Walter Posch durchlaufen. Er bietet in seinem Institut MENSCH IM ZENTRUM in OÖ seit 2010 selbst Ausbildungen zum/Ir Zert. RückführungsleiterIn an.  
www.menschimzentrum.at*