

## **MEINE ERFAHRUNGEN UND ERKENNTNISSE MIT ROHUN**

Das Wichtigste war: ich WOLLTE eine Veränderung in meinem Leben herbeiführen, mich aus meinen Verstrickungen und Wirrungen befreien, die mich bereits körperlich und seelisch schwer belasteten. Ich lernte glücklicherweise Peter Hirnschall – Master of RoHun – kennen und begann bei ihm mit den Prozesssitzungen. Ganz wichtig war für mich, dass ich Vertrauen zu ihm als Therapeuten aufbauen konnte. VERTRAUEN , „SPIRITUELLE AUFGESCHLOSSENHEIT“ , LOSLASSEN und SICH EINLASSEN, sind neben dem WOLLEN als Grundvoraussetzung, meiner Meinung nach die wichtigsten Kriterien für RoHun als Klient.

Schon nach der ersten Sitzung konnte ich an mir eine Veränderung feststellen und zwar in der Form, dass etwas an mir „fehlte“ im positiven Sinne. Ich konnte es zwar nicht definieren, vielleicht als wenn etwas Schweres, Dunkles weggeht, wie eine Art Befreiung, als ob ich „leichter“ werde.

Zu diesem Zeitpunkt und eigentlich während den ganzen Grundsitzungen war es mir nicht möglich Gefühle überhaupt verbal auszudrücken. Die damals für mich schlimmsten Fragen waren: „was hast du für ein Gefühl“ und „was ist der Gedanke dazu“.

Besonders schwierig wurde es für mich beim Schattenprozess nicht mehr in der Opferrolle zu sein, sondern die Täterrolle heraus zu arbeiten. Es geht so leicht, sich arm und unschuldig zu fühlen, aber so schwer als der Mensch zu sein, der anderen wehtut und verletzt.

Es ist auch nicht immer leicht mit den Erkenntnissen, die man aus dieser Prozessarbeit gewinnt, umzugehen. Ich musste schon etliche Male „schlucken“, was mein Innerstes verborgen hat und was sich da auf einmal vor mir ausbreitet. Die Konfrontation damit war sehr schwer. Aber ich bin ein Mensch und es wird mir die Möglichkeit gegeben, diese Dinge aufzulösen.

Heute nach dem Prozess „Göttliche Mutter“ kann ich Gefühle ausdrücken und auch LEBEN. Ich gehe ACHTSAMER mit meinen Mitmenschen und Situationen und vor allem mit mir selber um.

Ich hatte vergessen wie es ist glücklich zu sein, Gefühle zu spüren, ich habe um mein Herz einen dicken Panzer gebaut. Diese Schutzhülle bricht zusehends ein und es tut gut Liebe zu spüren. Es ist, als ob Rosenblüten durch einen leisen Windhauch im Herz hin und herschweben. Alleine dies zu fühlen war es wert diese Prozessschritte zu machen.

Ich konnte ausserdem lange Zeit nicht mehr richtig schlafen. Jetzt kann ich es wieder und bin ausgeruht und frischer denn je. Ich habe mich (wieder)gefunden und stehe fest auf der Erde. Auch dieser Satz: „Ich will nicht mehr“ – hatte weder mit Todessehnsucht noch Selbstmordgedanken zu tun – er war immer in meinem Kopf präsent, hat an Bedeutung verloren. Ich freue mich auf das Leben.

Ich weiss aber auch, dass meine Prozessarbeit noch lange nicht zu Ende ist und solange ich lebe anhalten wird, aber ich werde lernen mit Menschen und Problemen besser umzugehen und vor allem werde ich lernen, mein Licht mehr und mehr strahlen zu lassen. Auch dafür danke ich, dass es RoHun gibt und vor allem so wunderbare Therapeuten wie den Peter Hirnschall.

Wien, am 18.9.2008

Ilse Jagitsch  
54 Jahre