

SABINE SCHNABEL

· Klang für Pferde ·

Ein kleiner Vogel *

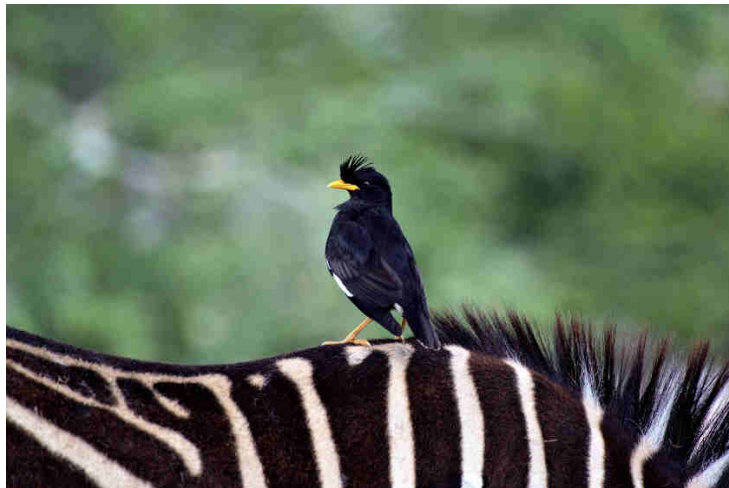


Foto: Elmer Dante / Pixabay

Das ist die Geschichte von Gazelle, die nicht schlafen kann und sich darüber mit Zebra am Wasserloch unterhält, ganz in der Tradition des afrikanischen Geschichtenerzählens.

Gazelle fragt sich, ob sie nicht schlafen kann, weil sie in ständiger Furcht vor Krokodil lebt. Zebra kennt das Gefühl, hat aber seine eigenen Probleme, nämlich Alpträume und schlimme Erinnerungen, weil Löwe es einst gejagt hatte.

Beide, Gazelle und Zebra, sind sehr müde. Obwohl seit Monaten weder Löwe noch Krokodil im Tal gesichtet wurden, leben sie in ständiger Anspannung. Bei kleinsten Geräuschen springen sie auf. Ohne besonderen Grund weisen sie ihre Jungen zurecht.

In diesem Tal gibt es einen kleinen Vogel, der an den Zähnen von Krokodil pickt, wenn es mit offenem Mund in der Sonne schläft. „*Stell Dir vor...*“, sagte Gazelle zu Zebra, „*stell Dir vor, wie es wäre, wenn ein kleiner Vogel käme und die Sorgen aus unserem Kopf und Körper picken könnte, während wir sprechen...*“

Der kleine Vogel hörte sie und landete auf Zebras Kopf. „*Wie kann ich helfen?*“, fragte er.

„*Wir sind beide so unglaublich müde, und wir wissen nicht warum, denn es gibt gerade nicht die Gefahr von damals.*“, antwortete Zebra.

* von Gunilla Hamne und Ulf Sandström

Der kleine Vogel flog hoch in die Luft, so hoch, dass er sehen konnte, wie ruhig das Wasser aus der Ferne ist, wie grün das Gras und wie die Lebensenergie durch Zebra strömt... Von den Hufen bis zum Kopf bis zum Herzen und überallhin hin... Nur, dass dieser Fluss an manchen Stellen ausgetrocknet ist und an anderen gestaut..

In jener Nacht, als Zebra in die Sterne schaute, fing der kleine Vogel an, mit seinem Schnabel fest und sanft zugleich zu klopfen, um den Fluss wieder zum Strömen zu bringen: unter Zebras Augen... an der Seite seines Kopfes... über seinen Lippen, unter seinen Lippen... Der kleine Vogel war ein Trommler, der das Leben zurücktrollte.

Irgendwann nahm Zebra zwei wirklich tiefe Atemzüge und fühlte sich, als wäre eine Last von ihm genommen, als bekäme es Luft, nachdem es in einer Höhle eingeschlossen war, als würde es Licht finden nach all der Dunkelheit...

„Was hast Du gemacht, kleiner Vogel?“, fragte Zebra. Aber der kleine Vogel war schon weggeflogen... Zebra versuchte, Gazelle zu erklären, was geschehen war. Für Gazelle jedoch klang das wie ein Märchen, es schien so merkwürdig...

In dieser Nacht, als Gazelle versuchte zu schlafen, nahm Zebra den äußersten Rand seines eigenen Hufes und klopfte bei Gazelle ganz sanft auf die gleichen Punkte, die ihm selbst geholfen hatten - um die Augen herum, die Lippen, die Brust und an den Hufen. Gazelle verhielt sich jedoch ganz anders... Erst war sie aufgebracht, dann weinte und zitterte sie. Schließlich schlief sie ein. Im Schlaf lächelte sie mit der Sonne um die Wette...

Der kleine Vogel kennt sie, und der Fluss des Lebens erzählt sie - die Geschichte, wie Heilung geschehen kann...

Die Geschichte stammt aus dem Buch über Klopfakupressur von Gunilla Hamne & Ulf Sandström: Trauma Tapping Technique: A Tool for PTSD, Stress Relief and Emotional Trauma Recovery. Revised and Updated Edition, 2021.

Mehr Informationen über diese Methode finden Sie auf www.peacefulheart.se.

Tapping (Klopfakupressur) für Pferde:

Sabine Schnabel, Klangtherapeutin und Coach für Klopfakupressur

Telefon 49 30 22 41 22 88 / +49 179 189 08 09

mail@sabine-schnabel.de - www.sabine-schnabel.de