

SHARON KING

# HEILE DEINE GEBURT, HEILE DEIN LEBEN

Traumaheilung mit  
Geburts-Matrix-Reimprinting



LOTUS PRESS

*Das vorliegende Buch ist sorgfältig erarbeitet worden. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder die Autorin noch der Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch gemachten praktischen oder theoretischen Hinweisen resultieren, Haftung übernehmen. Sharon King ist keine Ärztin, sondern bietet Matrix Reimprinting, Geburts-Matrix-Reimprinting und Klopfakupressur als Personal Coach und ganzheitliche Therapeutin an. Dieses Buch ist zu Informationszwecken gedacht und ersetzt nicht den persönlichen Arztbesuch. Die meisten Namen in den Fallbeispielen wurden geändert, um die Identität der Betroffenen zu schützen. Unser Angebot enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen.*

## **Heile Deine Geburt, heile Dein Leben**

Copyright © der englischen Originalausgabe Sharon King 2015  
Originally published in 2015 by SilverWood Books UK Ltd.  
Published by special agreement with Sharon King and SilverWood  
Books Limited.

© 2018 Lotus-Press, Lohne  
Übersetzung: Monika Richrath  
Lektorat und Satz: Andreas Seebeck

ISBN 978-3-945430-78-1  
Alle Rechte vorbehalten.

[www.lotus-press.com](http://www.lotus-press.com)

*Dieses Buch ist meiner Mutter und meinem Vater  
und allen Müttern und Vätern dieser Welt gewidmet.  
Ohne Euch wären wir nicht die, die wir sind.*

*Trotz unseres Eintritts in die Welt  
oder gerade, weil wir in die Welt eintreten,  
werden wir die magischen Wesen, die wir sind.  
Jeder Einzelne von uns hat eine Geschichte  
über Geburt, Leben und Tod zu erzählen.*

*Jetzt ist es an der Zeit,  
unsere Geschichten zu erzählen  
und zu verwandeln.*

**Sharon King**

# Inhalt

<b>Danksagungen.....</b>	<b>9</b>
<b>Vorwort zur deutschen Ausgabe.....</b>	<b>12</b>
<b>Vorwort von Karl Dawson.....</b>	<b>14</b>
<b>Einführung.....</b>	<b>17</b>
<b>Teil 1 – Die Techniken.....</b>	<b>21</b>
Kapitel 1 – Wie Geburts-Matrix-Reimprinting entstand.....	23
Kapitel 2 – Das Bewusstsein des Säuglings.....	28
Kapitel 3 – Klopfakupressur.....	39
Kapitel 4 – Matrix Reimprinting und unsere Glaubenssysteme.....	50
<b>Teil 2 – Der wissenschaftliche Hintergrund von Geburts-Matrix-Reimprinting.....</b>	<b>69</b>
Kapitel 5 – Unsere Geburtserfahrung.....	71
Kapitel 6 – Die Entwicklung des Gehirns.....	77
Kapitel 7 – Das Herz.....	94
Kapitel 8 – Die Bedeutung des Bondings.....	105
<b>Teil 3 – Geburtstraumata.....</b>	<b>113</b>
Kapitel 9 – Trennung bei der Geburt.....	115
Kapitel 10 – Der Einsatz von Medikamenten während der Geburt.....	128
Kapitel 11 – Operative Entbindungen.....	142
<b>Teil 4 – Geburts-Matrix-Reimprinting.....</b>	<b>155</b>
Kapitel 12 – Geburts-Matrix-Reimprinting.....	157
Kapitel 13 – Mit dem Baby-Selbst im Mutterleib arbeiten.....	164
Kapitel 14 – Glaubenssätze überschreiben.....	171
Kapitel 15 – Besondere Schwangerschaftsthemen.....	179
Kapitel 16 – Die Auflösung besonderer Entbindungsthemen.....	193
Kapitel 17 – Die Mutter nach der Geburt.....	205
Kapitel 18 – Auch Väter brauchen Hilfe.....	214
Fazit.....	223
Ratschläge des jüngeren Selbst.....	225

<b>Quellenangaben.....</b>	<b>228</b>
<b>Bildnachweise.....</b>	<b>234</b>
<b>Literaturverzeichnis.....</b>	<b>235</b>
<b>Ressourcen.....</b>	<b>238</b>
<b>Heal Your Birth, Heal Your Life Online Mitgliedschaft.....</b>	<b>241</b>
<b>Die Autorin.....</b>	<b>242</b>
<b>Lotus-Press empfiehlt.....</b>	<b>244</b>

## Vorwort zur deutschen Ausgabe

Dem Wunder Geburt werden leider allzu häufig die wunderbaren Aspekte genommen und es wird schnell zu einem traumatischen Ereignis. Sei es, dass es zu medizinischen Komplikationen kommt, Babys in der westlichen Medizin immer wieder so behandelt werden, als würden sie nichts fühlen, oder dass die Mütter und Väter überfordert sind.

Sharon King hat in diesem Buch jede Menge Fakten zusammengetragen, die es uns erlauben, einen neuen Blick auf die Themen Schwangerschaft und Geburt zu werfen. Babys sind hoch empfindsame Wesen und werden bereits in der frühesten Phase ihrer Entwicklung durch äußere Umstände geprägt. Diese Prägungen können sie ihr ganzes Leben begleiten und unter Umständen bis ins hohe Alter negativ beeinflussen.

Mit Geburts-Matrix-Reimprinting hat Sharon King eine Technik entwickelt, diese negativen Prägungen zu transformieren und in eine neue Bilderwelt umzuwandeln, die positiv auf das Leben im Hier und Jetzt wirkt.

Zunächst scheint es unmöglich und auch etwas verrückt, die eigene Geburt oder die Geburt seiner Kinder einfach in eine neue, wunderbare Geburt umzuschreiben, doch diese neuen Bilder sind letztendlich nur Träger einer transformierten Energie.

Geburts-Matrix-Reimprinting hat sich aus Matrix Reimprinting und dies wiederum aus EFT (Emotional Freedom Techniques) entwickelt und gehört in den Bereich der energetischen Psychologie. Bei Geburts-Matrix-Reimprinting wird das energetische System des Klienten durch das Klopfen von Akupunkturpunkten beeinflusst. Erst das macht es möglich, alte traumatische, bisher sozusagen eingefrorene Energien, wieder ins Fließen zu bringen und sie zu transformieren. Geburts-Matrix-Reimprinting ist kein „Kopfkino“, sondern berührt auf ganz tiefen energetischen, ja, ich möchte sogar sagen, auf seelischen Ebenen.

Auch mich berührt es immer wieder zutiefst, wenn meine Klienten Zugang zu dieser neuen Erfahrungsebene bekommen und ihnen beim Erleben der „neuen“ Geburt Tränen der Rührung und Erleichterung die Wangen herunter laufen.

Ich durfte zum Beispiel erleben, wie Erwachsene, die als Babys das angeblich „falsche“ Geschlecht hatten, sich endlich von dem Glaubenssatz: „Ich bin nicht richtig!“ befreien konnten, oder wie Erwachsene, die als Babys direkt nach der Geburt von ihren Müttern getrennt worden waren, das „Bonding“ mit ihrer Mutter in meiner Praxis nachholten und anschließend vor Energie nur so sprühten.

Vielleicht werden Sie sich beim Lesen fragen, was Sie selbst alles bei ihren Kindern falsch gemacht haben. Mir und vielen SeminarteilnehmerInnen ging es mit unseren Schwangerschaften und Geburten so. Das ist völlig normal für alle Mütter und Väter, die sich mit den Themen in diesem Buch beschäftigen. Es ist aber nicht sinnvoll, sich hierbei in Schuldgefühlen zu ergehen. Wir alle haben zur damaligen Zeit unser Bestes getan. Auch können wir nicht wirklich beurteilen, ob etwas gut oder schlecht ist. Sharon King zitiert immer wieder gerne den Satz: Everything is perfectly imperfect and imperfectly perfect! Das heißt soviel wie: Es ist alles einfach so, wie es ist, egal, ob scheinbar perfekt oder nicht perfekt. Wenn wir aber etwas verändern wollen, haben wir mit Geburts-Matrix-Reimprinting jetzt ein Werkzeug, um das zu tun.

Ich wünsche Ihnen beim Lesen des Buches viele AHA-Effekte und dass Sie den Mut und die Kraft entwickeln, die Dinge aus alten Zeiten zu verändern, die ihr heutiges Leben noch immer negativ beeinflussen. Suchen Sie sich bei schwierigen Themen Hilfe oder besuchen Sie einen Kurs bei Sharon King. Sie kommt regelmäßig nach Deutschland. Informationen dazu finden Sie auf meiner Webseite.

**Eva Gerigk**

[www.matrixreimprinting.de](http://www.matrixreimprinting.de)

Februar 2018

## Vorwort von Karl Dawson

Ich bin Sharon King zum ersten Mal vor fast zehn Jahren begegnet. Ich habe eine Technik entwickelt, die Matrix Reimprinting genannt wird, eine mittlerweile international anerkannte Methode zum Umgang mit Traumata. Zu diesem Thema arbeitete ich an zwei Büchern als Co-Autor mit, die beim renommierten Verlag „Hay House“ veröffentlicht wurden. Das erste Buch ist bis jetzt in zehn Sprachen erhältlich.

Sharon habe ich kennengelernt, bevor Matrix Reimprinting weltweit bekannt wurde. Es steckte damals eher noch in den Kinderschuhen. Etliche Menschen unterstützten die Entwicklung der Technik in diesem Stadium, erzählten von ihren Erfahrungen mit Klienten, brachten Ideen ein und entwarfen Konzepte. Zu ihnen gehörte Sharon.

Als Matrix Reimprinting den Kinderschuhen entwuchs, begannen einige Therapeuten in meinem Kreis, ihren eigenen Anwendungsbereich dazu zu entwickeln. Sharon gehörte auch dazu. Ihr spezielles Interesse galt dem, was in der Gebärmutter und während der Geburt passiert und auf welche Weise dies unser späteres Leben beeinflusst. Sie begann, ausführlich zu forschen und zu lernen, und präsentierte dann ihr ganz eigenes Verständnis vom Geburtstrauma und seiner Heilung.

Bei Matrix Reimprinting gehen wir davon aus, dass unsere Grundüberzeugungen in den ersten sechs Jahren unseres Lebens entstehen, wenn wir noch in einem sehr beeinflussbaren Zustand sind. Diese Grundüberzeugungen bilden den Handlungsrahmen unseres Lebens. Darum geht es auch in meinem zweiten Buch *Transform Your Beliefs, Transform Your Life*. Mich begeistert dieses Thema unendlich, vor allem, nachdem ich erlebt habe, wie sehr die Umgestaltung von Überzeugungen das physische, emotionale und mentale Wohlergehen verändern kann – also unser gesamtes Dasein.

Der Stanford Professor und Zellbiologe Bruce Lipton zeigt, dass nicht nur das Umfeld, in dem wir aufwachsen, sondern auch unsere Glaubenssätze die Biologie unseres Körpers beeinflussen. Matrix Re-



imprinting kann uns zu dem Schlüsselmoment zurückführen, in dem unsere Grundüberzeugungen entstanden – zu dem Moment, als die Einflüsse unseres Umfelds und andere Schlüsseltraumata unsere Art, die Welt zu sehen, prägten. Mit der Methode, die ich entwickelt habe, können wir genau dies buchstäblich überschreiben. Wenn die Grundüberzeugungen überschrieben werden, können sich der Körper und die Emotionen entsprechend verändern, ebenso wie unser Blick auf das Leben.

Sharon hat ihr umfassendes Wissen und Verständnis in einen wichtigen Bereich des menschlichen Lebens getragen. Sie hat uns gezeigt, wie viele dieser Grundüberzeugungen in der Gebärmutter und während der Geburt entstehen. Sie hat ein ganzes System entwickelt, um unsere Grundüberzeugungen zu verändern, indem wir zu der Zeit zurückgehen, in der wir uns in der Gebärmutter befanden bzw. geboren wurden. Wie wir in die Welt kommen, ist wichtig. Heute weiß man, dass das alte Paradigma, dass Säuglinge nicht bewusst wahrnehmen oder keine physischen Schmerzen spüren können, überholt ist. Wie Entbindungen heute durchgeführt werden, kann Traumata hervorrufen. Wenn ein Baby zur Welt kommt und aufgrund einer traumatischen Erfahrung als Erstes lernt, dass dies kein sicherer Ort ist, kann das die Grundlage für die Art, wie es von diesem Tag an die Welt sieht, bilden.

Zu den Grundüberzeugungen, die durch unsere westlichen Geburtsmethoden entstehen, kommen noch die Grundüberzeugungen, die wir von unseren Familien übernehmen. Viele Familien leben mit starken emotionalen Belastungen. Diese können uns auch in der Gebärmutter beeinflussen. Sharons Arbeit kann dabei helfen, sie aufzuspüren und zu verändern. Dies verändert wiederum unsere WahrnehmungsfILTER im täglichen Leben.

Ihr Geburts-Matrix-Reimprinting beruht auf Matrix Reimprinting, weist aber einige einzigartige Aspekte auf. Dazu gehört der Prozess der Neuprägung des Geburtsvorgangs. Eine traumatische Geburtserfahrung oder ein beeinträchtigtes Bonding mit der Mutter (was später im Leben zu allen möglichen Formen von Bindungsproblemen führen kann) kann geheilt, das Geburtstrauma aufgelöst und die Geburt neu geschrieben werden. So, wie man sie sich selbst gewünscht hätte. Das ist eine tiefgehende Erfahrung, die schon für viele Menschen lebensverändernden Charakter hatte.

Ich habe einige außergewöhnliche Ergebnisse der Arbeit mit Geburts-Matrix-Reimprinting erlebt. Mütter, die mehrere hochtraumatische Entbindungen hinter sich hatten und vor einer neuen standen, konnten den Ablauf der nächsten Geburt verändern, indem sie die Traumata der Vergangenheit auflösten. Ich habe erlebt, wie sich die Gesundheit bzw. das Wohlbefinden von Kindern veränderte, wenn die Mütter ihre Entbindungstraumata mit Geburts-Matrix-Reimprinting auflösten.

Diese bemerkenswerte Methode wurde überall auf der Welt ausprobiert und getestet. Sie ermöglicht es Laien, ihre Geburtstraumata aufzulösen. Sie können sich von den Traumata der Vergangenheit lösen und unbelastet gebären. Therapeuten können mit Geburts-Matrix-Reimprinting ihren Klientinnen und Klienten auf einer wirklich tiefen Ebene helfen. Dieses Buch ist wirklich gut recherchiert und gut geschrieben. Ich bin glücklich und stolz, es zu den Büchern über Matrix Reimprinting zählen zu können.

**Karl Dawson**

Entwickler von Matrix Reimprinting

## Einführung

Zu dem Zeitpunkt, an dem ich Geburts-Matrix-Reimprinting entdeckte, hatte ich schon reichlich (persönlich und beruflich) Erfahrung auf dem Gebiet der Klopfakupressur gesammelt. Bei dieser Technik, die auf der ganzen Welt von Millionen von Menschen angewendet wird, um körperliche und seelische Belastungen aufzulösen, beklopft man bestimmte Akupunkturpunkte, während man sich auf ein Problem einstimmt. Diese Methode stelle ich Ihnen in Kapitel 1 vor. Ich war auch sehr eng an der Entwicklung von Matrix Reimprinting beteiligt – eine Technik auf der Grundlage der Klopfakupressur, die von Karl Dawson entwickelt wurde. Auch sie wird mittlerweile weltweit angewandt. Bei Matrix Reimprinting geht man in der Vorstellung zu einem Trauma, das das Selbst, also die eigene Identität und die Grundüberzeugungen geformt hat, zurück und transformiert es. Die Methode basiert auf den Prinzipien der Quantenphysik – also auf der Annahme, dass wir alle durch ein gemeinsames Energiefeld verbunden sind, das Matrix genannt wird. Unsere belastendsten Lebenserfahrungen werden in der Matrix als Bilder in Form von „ECHOs“ (englisch: „Energetic Consciousness HOlogram“ = „Energetisches Bewusstseinshologramm“) gespeichert. Matrix Reimprinting erlaubt es uns, mit den ECHOs in unserem Feld (in der Matrix) zu interagieren, um diese Bilder der Vergangenheit zu transformieren. Viele unserer frühen Lebenserfahrungen prägen uns derart, dass wir sozusagen immer noch unbewusst in unserer frühkindlichen Welt leben. Sie formen die Art und Weise, wie wir die Welt sehen und wie wir in ihr auftreten. Indem wir sie transformieren, können wir sie und die damit einhergehenden Grundüberzeugungen verändern – ebenso wie unsere Wahrnehmung von uns selbst. Unsere Welt verändert sich dann ebenfalls dementsprechend.

Ich habe mit Tausenden von Klienten weltweit gearbeitet, um traumatische Erinnerungen mit dieser Methode aufzulösen (ganz gleich, ob es nun um Traumata durch sexuellen Missbrauch, Krieg, Naturkatastrophen oder traumatische Erfahrungen innerhalb der Familie ging) und jeden Tag Wunder damit erlebt. Klienten und Klienten-

tinnen, die glaubten, sie hätten den Schock fürs Leben erlitten und bereits jegliche Hoffnung auf ein „normales“ Leben aufgegeben hatten, konnten ihre traumatischen Erinnerungen überschreiben, das Trauma aus ihren Systemen entlassen und sowohl körperlich als auch seelisch gesund werden.

Es war eine große Ehre für mich, Teil der Entwicklung von Matrix Reimprinting zu sein und mitzuerleben, wie es sich weltweit entwickelte. Nachdem diese bahnbrechende Technik vielen Tausenden Menschen geholfen hatte, ihr Trauma aufzulösen, fand ich meine eigene Berufung. Zu den Schlüsselementen von Matrix Reimprinting gehört die Arbeit des Zellbiologen Dr. Bruce Lipton. Seine Forschungen weisen nach, wie Grundüberzeugungen unsere Biologie beeinflussen und in der Folge bestimmte Sequenzen innerhalb der Gene aktiviert oder deaktiviert werden. Dies beeinflusst nicht nur unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden, sondern auch unsere Anfälligkeit für Krankheiten. Dr. Lipton zeigt auf, wie diese Grundüberzeugungen schon in der Gebärmutter und in den ersten sechs Lebensjahren entstehen (damit werden wir uns später in diesem Buch noch genauer beschäftigen).

Gleichzeitig beschäftigte ich mich damit, wie Säuglinge heutzutage in der westlichen Welt entbunden werden und wie sich diese oftmals raue erste Begegnung mit der Welt auf unsere Grundüberzeugungen auswirkt. Damals lernte ich Body Talk, eine andere Form der Energiearbeit. Ich erfuhr, dass es von der Geburt abhängt, ob und wie ein Säugling seine Sinne entwickeln wird. In Amerika wird Säuglingen beispielsweise eine Silbernitratlösung in die Augen getropft, nur für den Fall, dass die Mutter eine sexuell übertragbare Krankheit hat. Abgesehen davon, dass ein Zusammenhang zwischen der Gabe der Silbernitratlösung und einer frühen Fehlsichtigkeit als erwiesen gilt, begann ich mich zu fragen, welchen Schock dies wohl für das Neugeborene darstellt, denn Silbernitratlösung verursacht einen scharfen, brennenden Schmerz und lässt, was noch wichtiger ist, die Sicht verschwimmen, was den Bondingprozess (das Aufbauen der Bindung zwischen Mutter und Kind) erschwert.<sup>1</sup>

Genau in diesem Moment bildet sich möglicherweise bei jedem Kind, das diese Prozedur über sich ergehen lassen muss, die Grundüberzeugung, dass es nicht sicher ist, diese Welt zu sehen oder in diese Welt hinauszusehen. Im Verlauf dieses Buches werden wir uns noch weiter damit beschäftigen, wie diese Grundüberzeugungen ent-

stehen und wie sie unser Leben beeinflussen. Damals begann ich zu begreifen, wie sich unsere üblichen westlichen Entbindungspraktiken, zu denen auch Bluttests, die Verwendung von Saugglocken und andere drastische medizinische Vorgehensweisen gehören, auf Babys bei ihrem Eintritt in die Welt auswirken.

In Kapitel 1 geht es um Geburts-Matrix-Reimprinting und wie es entstand. Dann geht es darum, was ich in den fünf Jahren nach meiner ersten Sitzung herausgefunden habe und wie. Obwohl ich selbst niemals entbunden habe, habe ich mir den Spitznamen „Mama King“ redlich verdient, nachdem ich Tausende von Frauen (und einige Männer) behandelt habe.

Ob Sie nun eine traumatische Geburtserfahrung gemacht haben, als Sie auf die Welt kamen, ob Sie eine belastende Entbindung hatten oder ob Sie kurz vor einer Geburt stehen und sichergehen wollen, dass alles so angenehm wie möglich verlaufen wird: Dieses Buch wird Ihnen helfen, jegliche unbewusste Blockierung hinsichtlich dieser Ängste und Erfahrungen aufzulösen. Erleben Sie eine leichte Geburt. Schreiben Sie Ihre Vergangenheit und Ihre Zukunft neu.

# Teil 1 – Die Techniken





## Kapitel 1 – Wie Geburts-Matrix-Reimprinting entstand

*Wann immer und wie immer du auch entbunden hast: Diese Erfahrung wird deine Gefühle, deinen Verstand, deinen Körper und deinen Geist für den Rest deines Lebens beeinflussen.*

**Ina May Gaskin**

Caroline kam zu mir, als sie mit ihrem dritten Kind im fünften Monat schwanger war. Der Gedanke an die bevorstehende Geburt machte ihr große Angst. Ihre ersten beiden Geburtserfahrungen waren hochtraumatisch gewesen. Sie war davon überzeugt, dass die dritte Geburt ebenso schlimm verlaufen würde. Bei beiden Entbindungen waren die Wehen sehr lang und intensiv gewesen. Medizinische Eingriffe waren nötig gewesen und als sie endlich entbunden hatte, hatte sie Schwierigkeiten mit dem Stillen, auf das sie sich sehr gefreut hatte.

Als Caroline mit dem zweiten Kind schwanger war, hatte man ihr gesagt, dass keine Geburt der anderen gleiche und dass die nächste Geburt sicherlich anders verlaufen würde. Als sich herausstellte, dass dies bei ihr nicht der Fall war, entwickelte Caroline zwei Grundüberzeugungen: Zum einen, dass man den Aussagen von Ärzten nicht trauen kann, und zum anderen, dass die nächste Geburt wahrscheinlich ebenso traumatisch verlaufen würde. Inzwischen hatte ihre Angst ein kräftezehrendes Ausmaß erreicht.

Wir bearbeiteten ihre erste Entbindung mit Klopfakupressur und Matrix Reimprinting (zwei Methoden, die ich Ihnen später vorstellen werde). Bei Matrix Reimprinting geht man in der Vorstellung in die Vergangenheit zurück, um die mit dem Erlebten verbundenen Gefühle zu verändern. Als wir zu ihrer ersten Entbindung zurückgingen, konnte Caroline buchstäblich sehen, wie sie im Krankenhaus auf dem Bett lag, angeschlossen an das CTG. Es war schlimm für sie, den Herzschlag ihres Kindes zu hören, denn das Geräusch verschwand immer wieder. Je gestresster sie selbst wurde, umso gestresster schien auch ihr ungeborenes Kind zu sein.

Wir bearbeiteten die Situation mit Matrix Reimprinting, um sowohl den Stress für sie selbst als auch für das ungeborene Kind aufzulösen. Das Spannende an dieser Technik ist, dass, sobald man den Stress aus der Erinnerung gelöst hat, sich diese oftmals ebenfalls verändert. Nachdem die Angst verschwunden war, konnte Caroline den Herzschlag ihres Kindes auf dem CTG beständiger schlagen hören.

„Das ist wirklich unglaublich“, sagte sie mit Tränen in den Augen. Danach bauten wir die neue „Erinnerung“ noch weiter aus. Sie hörte eine sanfte Meeresbrandung und sah, dass sie und ihr ungeborenes Kind sehr entspannt waren.

Das Schaffen dieser Bilder wirkt sich auf unser Unbewusstes aus. Dabei verleugnen wir nicht, was wirklich geschah. Es wird lediglich die unbewusste Information, dass die Welt kein sicherer Ort ist, überschrieben. Das Unterbewusstsein speichert traumatische Erinnerungen, um uns davor zu schützen, in Zukunft etwas Ähnliches erleben zu müssen. Es arbeitet nicht gegen uns – manchmal erweisen sich die gespeicherten Erinnerungen jedoch als alles andere als hilfreich. In Carolines Fall wurde die stressreiche Erfahrung während der ersten Entbindung gespeichert und erzeugte für alle nachfolgenden ähnlichen Erfahrungen ebensolchen Stress. Indem wir die Erinnerung überschrieben, vermittelten wir Carolines Unterbewusstsein, dass Gebären nicht prinzipiell gefährlich ist.

Es gab jedoch noch andere Elemente dieser ersten Geburtserfahrung, die überschrieben werden mussten. Auch, dass die Hebamme sie zu einer Epiduralanästhesie drängte, obwohl Caroline dies nicht wollte, war eine traumatische Erfahrung. Sie protestierte, gab aber schließlich nach. Dann vergingen doch noch zwei Stunden, bis das Betäubungsmittel verabreicht wurde. In dieser Zeit sah die Hebamme nicht nach Caroline. Direkt nachdem sie das Betäubungsmittel dann erhalten hatte, merkte Caroline, dass sie genauso gut ohne hätte gebären können, da der Muttermund schon vollständig geöffnet war. Die Leichtfertigkeit der Hebamme verstörte sie sehr. Sie war so fest entschlossen gewesen, auf natürliche Weise zu gebären. Nachdem ich Caroline geholfen hatte, ihren Groll auf die Hebamme mit Matrix Reimprinting loszulassen, war sie in der Lage zu sehen, dass die Hebamme nach ihrem bestem Wissen und Gewissen gehandelt hatte. Sie überschrieb die Erinnerung, indem sie die Hebamme durch eine Engelsfigur ersetzte, die sie Annie nannte. In der neuen Erinnerung gebar sie ihr erstes Kind, Luke, zuhause, natürlich und ohne Medika-



mentengabe. Das Bonding war sehr intensiv und sie stillte ihn im Wohnzimmer.

Was danach kam, war überraschend. (Jedenfalls war es damals überraschend. Heute erscheint es mir normal, nachdem ich Tausende Geburts-Matrix-Reimprinting-Sitzungen hinter mir habe!) Als ich Caroline fragte, was wir als nächstes bearbeiten sollten, antwortete sie, dass sie sich mit ihrer eigenen Geburt befassen wolle.

Als wir zu der Zeit zurückgingen, in der sie geboren wurde, stellte sie überrascht fest, dass auch ihre Mutter eine Angst durchlebt hatte, die der von Caroline bei der Geburt von Luke glich. Bei dieser Arbeit stoßen wir manchmal auf Dinge, die uns vorher nicht bewusst waren. Genau das passierte bei Caroline. Wir werden uns daher in diesem Buch immer wieder damit beschäftigen, wie Probleme energetische Muster erzeugen, die über Generationen hinweg wiederholt werden.

Was Caroline anging, gab es noch tiefer liegende Probleme. Bei ihrer Geburt litt sie unter Gelbsucht und musste zwei Wochen lang in der Klinik bleiben. Einen Teil dieser Zeit blieb sie dort sich selbst überlassen, woraus Verlassensängste entstanden. Diese lösten wir für Carolines jüngeres Selbst auf und vermittelten ihr durch den Reimprinting-Prozess ein Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit. Wieder wurde die Engelsfigur Annie in das Bild mit aufgenommen, um das Gefühl von Sicherheit noch zu verstärken.

Interessanterweise hatten sich, als wir uns der Geburt ihres zweiten Sohnes Jamie zuwandten, schon einige Ängste von alleine aufgelöst. Das passiert häufig, wenn wir mit dieser Methode das energetische Feld eines Ereignisses aus der Vergangenheit behandeln – manchmal verlieren dann auch nachfolgende Ereignisse ihre emotionale Ladung.

Es gab jedoch noch ein Element bei Jamies Geburt, das unsere Aufmerksamkeit verlangte: Die Hebamme drehte seinen Kopf hin und her, um ihn herauszubekommen. Das führte bei ihm zu Nackenproblemen. Wir überschrieben die Erinnerung, indem wir die Gebärmutter weiter öffneten, so dass er leichter herauskommen konnte. Dann kam wieder die Engelsfigur Annie ins Bild, die die Rolle der Hebamme übernahm. Wir beendeten die Sitzung mit dem Bild, wie Caroline Jamie stillt und eine Bindung zu ihm aufbaut.

Sowohl Caroline als auch ich selbst waren voller Ehrfurcht vor unserer gemeinsamen Erfahrung. Wir hatten keine Ahnung, wie lan-

ge wir uns mit diesen Ereignissen beschäftigt hatten (bei dieser Art Arbeit scheint die Zeit anders zu laufen). Der Uhr nach waren es zwei Stunden gewesen, aber in vielerlei Hinsicht fühlte es sich wie fünf Minuten an. Als ich auf ihren von der fünfmonatigen Schwangerschaft gewölbten Bauch sah, hatte ich eine intuitive Eingebung.

„Wie wäre es, wenn wir zum Schluss deinem Kind zeigen, wie seine Geburt später werden wird?“, fragte ich.

„Ja! Das wäre wunderbar“, antwortete sie.

Caroline verband sich mit ihrem Kind im Mutterleib, indem sie ihre Hände auf den Bauch legte, um es wissen zu lassen, dass die Angst, die sie früher gequält hatte, fort war. Sie sagte zu ihm: „Du bist in Sicherheit und ich liebe dich!“

Wir ließen den Entbindungsraum vor ihrem inneren Auge entstehen, mit der Engelsfigur Annie und ihrem Ehemann. Auch ihre beiden Jungen, Jamie und Luke, waren dabei. Sie führte sich selbst durch den künftigen Geburtsprozess, um ihrem Kind zu zeigen, wie die Geburt ablaufen würde. Das Schlussbild zeigte, wie Caroline ihr Baby problemlos stillte und eine Bindung zu ihm aufbaute.

Nach dieser Sitzung waren Caroline und ich vollkommen high! Wir wussten, dass etwas Unglaubliches stattgefunden hatte. Ich spürte sofort, dass ich hier etwas entdeckt hatte, das weit über Carolines persönliche Erfahrung hinausging.

Für Caroline ergaben sich schlagartig Verbesserungen. Ihr Ehemann bemerkte sofort die Veränderung. Sie war viel entspannter, ihre Angst vor der Entbindung hatte sich aufgelöst und sie fühlte sich allgemein glücklicher. Menschen, die die beiden Jungen kannten, bemerkten, dass diese erleichtert schienen und dass die Familie als Ganzes viel verbundener und glücklicher wirkte. Die Veränderungen waren subtil, aber deutlich spürbar. Ein anderer positiver Nebeneffekt war, dass Caroline sich anders fühlte, wenn ihr Mann wegen seiner Arbeit nicht zuhause war. In der Vergangenheit waren ihre Verlassensängste, die aus der Zeit stammten, in der sie als Neugeborenes alleine in der Klinik war, getriggert worden, wenn ihr Mann unterwegs war. Nun hatten sie sich aufgelöst, zusammen mit dem Gefühl, von der Welt getrennt zu sein.

Die unglaublichste Auswirkung dieser Erfahrung erlebte sie jedoch bei der Geburt ihres dritten Kindes, Archie.

Alles ging tatsächlich sehr schnell und schmerzlos über die Bühne. Sie sagte „Er kam so leicht heraus, wie wir uns das vorgestellt

hatten und wir konnten uns sofort miteinander verbinden. Ich habe ihn fast sofort gestillt – es war wirklich so wie in dem Bild, das wir erschaffen hatten. Die Geburt war *ganz genau so!*“

Sie erwähnte außerdem, dass sie zwei Stunden nach der Entbindung nach draußen zur Toilette gegangen war. Dort hatte sie andere Frauen gesehen, die bereits vor Tagen entbunden hatten. Sie hielten sich an der Wand fest und gingen, als ob sie eine ganze Woche geritten wären! Da bemerkte sie, wie gut sich ihr Körper anfühlte. Sie hatte gar nicht das Gefühl, gerade entbunden zu haben. Sie war ein bisschen wund, aber das war alles.

Mir wurde klar, dass ich etwas entdeckt hatte. Diese Technik, auf die ich gerade gestoßen war, konnte als eine ganz eigenständige Methode angesehen werden. Und sie besaß lebensveränderndes Potenzial.

Im nächsten Kapitel werden wir uns damit beschäftigen, dass Säuglinge – ganz im Gegensatz zur landläufigen Meinung – bewusste Wesen sind.