

Watsu Erfahrungsberichte

Es ist nun an der Zeit von den unterschiedlichen Erfahrungen mit Watsu zu berichten. Deshalb möchte ich einige ausgewählte Berichte von Seminarteilnehmer und sehr persönliche Schilderungen einiger Klienten mit deren Einverständnis dokumentieren. Seit meiner eigenen „ersten Erfahrung“ mit Watsu sind fast 30 Jahre vergangen. Die Bilder, die in der Nacht nach meiner ersten Watsu Session auftauchten und mein Leben komplett verändern sollten sind immer noch nicht verblasst. Noch immer sehe ich das Bild eines Menschen im Wasser vor mir liegend. Ich strecke meine Arme aus, um diesen Körper zu tragen.

Als ich damals mitten in der Nacht vor Schreck aufwachte war es nicht das Bild, sondern die Erkenntnis, dass ich es soeben nach sehr langer Zeit wiedersah. Dieses Bild der offenen Arme, die auf einen im Wasser liegenden Körper zugehen hat mich in meiner frühen Kindheit sehr lange begleitet. Es tauchte immer vor dem Einschlafen auf. Ich habe es einfach nur gesehen und bin dann eingeschlafen. Meine Seele fuhr dann wie an einer Schnur gezogen aus dem Körper. Ich konnte mich als kleiner Junge in dem Bettchen liegen sehen. Am Fußende meiner Eltern. Nach 3 Sekunden war ich entschwebt.

1990 war ein Schicksalsjahr. Meine 10-jährige Tochter ging nach dreieinhalb Jahren einseitiger Vatererziehung zurück zur Mutter. Ich war psychisch am Ende. Das Leben hatte für mich keinen Sinn mehr. Ich war leer und wurde ziemlich schnell sehr krank.

In der Klinik in Großhadern erkannte man dann eine fortgeschrittene Hirnhautentzündung.

Da lag ich dann als Privatpatient allein in einem fensterlosen Zimmer und schaute zu wie das Entzündungshemmende Mittel in meine Vene tropfte.

Aber statt Linderung bekam ich einen allergischen Schock und innerhalb einer Minute waren meine Atemwege so eng, dass ich keine Luft mehr bekam.

Wundersamer weise machte mir die Tatsache das mein Leben hier zu ende geht nichts aus. Ich konnte mich auch gar nicht bewegen. Alles war in diesem Moment surreal. Alles wurde dunkel, ich war wie in einem Tunnel und wunderte mich über mich selbst. Keine Panik, keine Todesangst, es war wie im Traum.

Ich hatte plötzlich den Gedanken mich nicht gegen das was hier geschieht zu wehren.

Ich wurde zum Beobachter meines eigenen Todes. Es war warm, zart, still, erhaben, staunend. Der letzte Satz, den ich denken konnte, hieß“ ok, das wars also für mich hier. Tschüss dann“

Das erste was ich mitbekam waren die Worte:

“, wo soll ich die Elektroden für den Defibrillator ansetzen“?

Einer der behandelnden Ärzte hatte sein Stethoskop in dem Behandlungszimmer liegen lassen und kehrte einige Minuten nach Anschluss des Venentropfes zurück.

Nachdem ich reanimiert wurde lief mein Leben in den nächsten Wochen wie an einer Schnur. Ich hatte das Gefühl von vielen Helfern und Seelen begleitet zu werden.

Drei Monate später lag ich zum ersten Mal im Körperwarmen Wasser und genoss meine erste Watsu Session. Seitdem durfte ich sehr viele Menschen durch Watsu begleiten.

In Liebe und Dankbarkeit an den „Founder of Watsu, Harold Dull“.

Gyan, Dezember 2019

Die Körperarbeit im warmen Wasser gehört bestimmt zu den Phänomenalen Erlebnissen.
Oder wie es Barbara aus Stuttgart letztens ausgedrückte.:

Watsu ist die sanfteste Methode der Seelenheilung.

Einige Erfahrungsberichte zeigen auch deutlich das diese „zweite Geburt“ im Wasser innerhalb einer Stunde ein ganzes Lebenstrauma in eine positive Lebenseinstellung verwandeln kann.

Andere Berichte zeigen deutlich den positiven Aspekt dieser Tiefenentspannung im Alltag und im Beruf. Wie Watsu nach einigen Sessions