

Vom Saulus zum Paulus

**Wenn das Leben beginnt,
unerträglich zu werden**

Eine rückwirkende Betrachtung meines bisherigen Lebens
aus spiritueller Sichtweise

als

Diplomarbeit **zum spirituellen Lebensberater**

für die Internationale Akademie der Wissenschaften,
FL-9490 VADUZ

Peter Pfisterer
April 2019

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	4
Darf ich kurz vorstellen: Der Saulus	5
Eltern, Geschwister, Kindheit.....	5
Eigene Familie, Eheleben.....	7
Der Saulus wird unerträglich	8
Kirche als Arbeitgeber.....	8
Die Frage nach dem Sinn des Lebens	9
Krankheiten, Unfall	10
Auf dem Weg zum Burnout.....	12
Besuch beim Lebensberater/Kartenleger	12
Die Geburt des Paulus.....	14
Kündigung als ersten Schritt ins Vertrauen.....	14
Meine neue Begleiterin	16
Endlich den Glauben wiederfinden und die wirkliche Liebe entdecken	18
Mein Verhältnis zur Bibel und damit auch zu Jesus.....	18
Das Gleichnis vom verlorenen Sohn (Lukas 15,11-32).....	21
Sich der Liebe Öffnen.....	22
Unverständnis im erweiterten Umfeld meiner Familie	24
Ausbildung zum Hospizbegleiter	26
Die Chance: Fortbildung zum Pflegehelfer	28
Die Geburt: Neue Arbeitsstelle als Alltagsbegleiter.....	29
Das Erwachen: Der Weg zu meiner Mitte	31
Wo oder was ist denn meine Mitte	31
Meine neue Lebens-Einstellung	31
Werte-Verschiebung	32
Erkenntnisse aus dem Weg des Erwachens	33
Der Sinn des Lebens	33
Meine eigene Lebens-Aufgabe.....	34
Nicht Wollen, sondern sich achtsam dem Leben anvertrauen.....	35
Die Hilfe der geistigen Helfer existiert.....	36
Die Zeichen beachten.....	36
Wirksam beten.....	38
Die Zahl 86.400	39
Die erkannte Berufung des Paulus: Lebensberater.....	40
Die Hinweise dafür	40
Man muss schon genau hinhören.....	40
Welche Anforderungen stelle ich an einen Lebensberater	42
Als Vorbild leben.....	42
Helfen, aber richtig	42
Methoden zum Erkennen und auflösen von falschen Einstellungen.....	43
Dienen können	44
Achtsam sein	44
Positive Einstellung zum Leben haben und ausstrahlen	44
Vertrauensverhältnis aufbauen können	44
Einfühlsamkeit besitzen	45
Sich seiner Wirkung bewusst sein	45
Welche Talente und Fähigkeiten bringe ich dafür mit	46
Demut und die Fähigkeit zu dienen	46
Lebenserfahrung	46
Die geistigen Gesetze bereits weitgehend verinnerlicht	48
Das Gesetz der Liebe.....	49
Das Gesetz der Harmonie und des Ausgleichs	51

Das Gesetz der Evolution.....	53
Das Gesetz der Analogie.....	54
Das Gesetz der Energie, Gesetz der Schwingung	56
Das Gesetz der Resonanz	57
Das Gesetz der Fülle und des Wohlstandes.....	58
Das Gesetz des Lernens.....	59
Das Gesetz der Wandlung	60
Das Gesetz der Imagination.....	62
Das Gesetz des Denkens.....	63
Das Gesetz des Glaubens und Dankens	64
Das Gesetz des Schicksals.....	65
Erfahrungen mit dem Thema Sterben und Tod	66
Erfahrungen mit meiner männlichen und auch weiblichen Seite	66
Sachverhalte verständlich erklären.....	67
Einfühlungsvermögen	67
Kartenlegen	68
Wofür ist Kartenlegen sinnvoll.....	68
Meine Selbstverpflichtung	70
Was muss ich dafür noch lernen bzw. vertiefen	71
Den Willen zur ständigen Weiterbildung	71
Kein Mangeldenken mehr	71
Meinem Körper mehr Ausdauer und Form geben.....	71
Nicht immer gleich lospoltern (Widder!)	72
Selbstbewusstsein	72
Mein Verlangen nach Anerkennung auflösen	72
Selbstdisziplin.....	73
Wo stehe ich heute, wohin führt mein Weg weiter.....	74
Bin ich zufrieden und glücklich ?	74
Meine Ehe	75
Mein Berufsleben.....	76
Meine bedeutendsten Erkenntnisse aus dem Studium	77
Ich bin Schöpfer.....	77
Ich bin Liebe, ewiges Bewusstsein, eins mit dem Einen.....	77
Ich bin jetzt schon am Ziel	77
Trotz allem bin ich immer noch Mensch	78
Was bedeutet bewusstes Leben wirklich	79
Schlusswort	80
Literatur-Verzeichnis	81

Vorwort

Es sind eigentlich so ziemlich alle Themen im Bereich der Esoterik oder Spiritualität in diversen Werken schon mehrfach und umfassend behandelt worden, und ich möchte mich hier nicht wiederholend mit einreihen.

Was aber sicherlich noch nicht wirklich im Detail betrachtet wurde, das ist mein eigenes bisheriges Leben. Diesen Verlauf in dem spirituellen Kontext eines Lebensberaters zu analysieren und zu schildern ist Gegenstand dieser Arbeit.

Ich möchte dabei also keine methodischen Vorgehensweisen eines Lebensberaters ausarbeiten. Ich war 30 Jahre in der IT tätig, einer Organisations-Abteilung, da stellt analytisches und methodisches Denken für mich keine Herausforderung mehr da. Ich möchte in dieser Arbeit vielmehr die erforderliche spirituelle Ausrichtung hervorheben.

Mein wirklicher Name ist auch nicht Paul, sondern Peter. Ich hoffe auf Ihr Verständnis, dass ich meinen Namenstags-Kollegen für den Titel dieser Arbeit missbraucht habe.

Aber es war zu verlockend für mich, meinen Lebensverlauf mit dieser kurzen, aber für mich prägnanten biblischen Metapher zu beschreiben. Vom Saulus zum Paulus.

Zwar ist mir Jesus Christus nicht wirklich erschienen, so wie im Damaskuserlebnis dem Paulus. Aber ich habe im Verlauf meines Lebens nach einer Reihe von mehr oder weniger deutlichen Hinweisen erkannt, dass es langsam an der Zeit ist, etwas in meinem Leben zu ändern. Zu erkennen, dass ein neuer Zyklus, ein neues Kapitel in meinem Leben begonnen werden will.

Diesen Abschnitt der Verwandlung meines Lebens möchte ich rückwirkend betrachten und in spiritueller Sichtweise schildern, um in dem Einen oder Anderen vielleicht die Erkenntnis und den Mut zu wecken, ähnlich zu handeln. Denn wenn ich als „normales“ einfaches Individuum aus der Masse der Menschheit dies schaffe, dann können sie das auch. Wenn sie nur wollen.

Ein „Ende der Geschichte“ werden sie hier allerdings vermissen, denn ich schreibe diese Zeilen mitten in der Phase meiner Entwicklung, meines Erwachens vom unbewussten zum bewussten Leben.

Ich bin gerade dabei, mein Leben jetzt selbst aktiv zu gestalten und nicht mehr dem Willen und den Launen anderer Menschen zu unterwerfen.

Und genau das ist es, was ich ihnen nach dem Lesen dieser Arbeit aus ganzem Herzen auch wünsche.

Darf ich kurz vorstellen: Der Saulus

In diesem Kapitel möchte ich ihnen nur einen auf das Notwendige reduzierten Überblick über die Eckpunkte meines früheren, eher unbewusst verlaufenen Lebens geben, um einige später ausgeführte Details besser verstehen zu können, die auf diese Zeit referenzieren.

Ich denke, dass dies in den wesentlichen Punkten ein durchschnittliches Leben darstellt, wie man es in der ländlichen Gegend damals mehrfach vorfinden konnte.

Eltern, Geschwister, Kindheit

Meine Mutter war Flüchtling aufgrund des zweiten Weltkrieges, kam 1946 aus der damaligen Tschechoslowakei zusammen mit einer kleinen Tochter in den südlichen Landkreis von Augsburg. Dort lernte sie meinen Vater kennen, heiratete und lebte mit ihm in einer kleinen Landwirtschaft, die gerade mal so ihren Mann ernährte. Es folgten 1953 und 1955 meine beiden Brüder, ich kam 1963 zur Welt.

In unserer Familie war Gewalt durch meinen Vater vor allem gegenüber meinen beiden Brüdern an der Tagesordnung, selten auch gegen meine Mutter. Ich blieb später davon verschont. Mein Vater kam mit einer schweren Verletzung am Fuß aus dem Krieg zurück und wurde während meiner späteren Kindheit zum Pflegefall, was dann auch teilweise meine Aufgabe in meiner Jugendzeit wurde.

Meine beiden Brüder sind bereits im Alter von 46 bzw. 62 Jahren verstorben. So wie es aussieht beide an der Krankheit Chorea Huntington. Dies ist eine sehr seltene, vererbte Erkrankung des Gehirns. Sie bricht meist zwischen dem 35. und 45. Lebensjahr aus und zeigt sich neben Verhaltens-Störungen auch deutlich durch Bewegungs-Störungen, war früher deshalb im Volksmund unter dem Namen „Veitstanz“ bekannt. Diese führt aufgrund ihres degenerativen Verlaufes normalerweise innerhalb von 10-15 Jahren zum Tod. Die Vererbung erfolgte über meinen Vater, die bei ihm aufgetretenen Symptome der Krankheit wurden jedoch nicht korrekt erkannt, sondern fälschlicherweise seiner Kriegsverletzung zugeschrieben.

Während meiner Kindheit waren meine Mutter sowie meine beiden Brüder berufstätig. Die Landwirtschaft musste zu dieser Zeit wegen einer Fehlspekulation meines Vaters aufgegeben werden. Dementsprechend wenig Zeit konnte meine Mutter für mich aufbringen. Sie arbeitete für den Lebensunterhalt und die Rückzahlung der Schulden und machte nebenbei Haus und Hof. Ich habe und hatte die ganze Zeit Respekt vor ihrer Leistung und trage ihr nicht im Geringsten nach, dass sie deswegen natürlich wenig Zeit für mich hatte.

Ich war ein schüchterner, durchschnittlicher Bub. Meine Brüder und ich waren in unserem Dorf nicht besonders hoch angesehen. Ich vermute, die Abneigung gegen Flüchtlinge ging damals auch auf uns Kinder über, aber halt nur nicht so deutlich gezeigt wie bei meinen Eltern. Zudem wollten wohlhabende Bauern im Wirtshaus vermutlich nicht am selben Tisch mit „Kleinhäuslern“ wie uns sitzen.

Als Freund hatte ich eigentlich nur den fast gleichaltrigen Sohn unseres Nachbarn. Ich lernte schon früh mich selbst zu beschäftigen, und das machte mir eigentlich auch wenig aus.

Ich beschäftigte mich gerne mit Tieren und fing auch schon rasch zum Basteln an, entdeckte darin meine Leidenschaft und ein Talent.

Aufgrund der geistigen weitgehenden Abwesenheit und Pflegebedürftigkeit meines Vaters schlüpfte einer meiner beiden Brüder notgedrungen in die Vater-Rolle. War aber natürlich nicht dasselbe.

Während meiner Schulzeit (Gymnasium und Realschule im nächst größeren Ort) wohnten meine Schulkameraden relativ weit weg. Ich beschäftigte mich daher wieder meistens selbst und legte damit vermutlich den Grundstein zum Einzelgänger.

Wieder beschäftigte ich mich mit Tieren und Heimwerken, was da schon langsam die Form von Arbeit annahm. Mein Bruder hatte eine Vogelzucht, und ich verdiente mein damaliges Taschengeld durch das Bauen und Instandhalten seiner Volieren.

Nebenbei hatten wir auch Nutztiere, wie Hasen, Puten und Tauben. Diese wurden, wie es ja bei einer Landwirtschaft ja auch üblich war, im Herbst dann geschlachtet.

Auch da wuchs ich mit hinein, da sollte/musste ich mithelfen und habe später dann auch selbständig Tiere geschlachtet.

Dies ist ein markanter Teil meiner Erinnerungen, auf die ich nicht gerade stolz bin. Die Tiere wurden artgerecht gehalten und wurden bis zuletzt auch respektvoll behandelt. Aber sie wurden dann getötet.

Beim ersten Tier, das ich tötete um es zu verwerten, starb dabei gefühlt auch ein kleiner Teil in mir. Nach mehreren Anläufen hatte ich mich schweren Herzens dazu überwunden. Jedes weitere Mal wurde diese Hemmschwelle in mir geringer und ich hatte danach auch kein schlechtes Gewissen mehr, aber gut fühlte ich mich dabei auch nicht.

In Wirklichkeit war nichts in mir gestorben, sondern geschaffen worden. Das war dann der Saulus in mir, zu dem ich mich machen ließ. Der lag wie ein schwarzer Schatten in mir und verdunkelte diese nicht gerade ruhmreichen Taten, damit ich mich damit nicht mehr weiter befassen brauchte.

Und dieser Schatten blieb lange Zeit in mir, auch in der Zeit, als meine Kinder aufwuchsen. Ich war ausgezogen, meine Frau hatte einen etwas größeren Schrebergarten, und auch den habe ich mit Nutz-Tieren belebt.

Die Liebe zu den Tieren war in mir ständig präsent. Mir ging es erst dann wirklich gut, wenn es auch meinen Tieren gut ging. Ich behandelte diese zu deren Lebzeiten liebevoll und respektvoll, und erzog auch meine Kinder in diesem Sinne, im Bewusstsein, dass sie Lebewesen mit Gefühlen sind.

Meine Kinder sollten im Wissen aufwachsen, was passieren muss, um ein Stück Fleisch auf den Teller zu bekommen. Das war eine der Ausreden, mit dem ich mein latent schlechtes Gewissen zu beruhigen versuchte, als ich im Herbst dann wieder zum Messer griff. Nun, jeder weiß es, das ist halt einfach so, dafür waren sie ja da, Tiere dienen als Nahrung für den Menschen.

Eigene Familie, Eheleben

Ich heiratete im Alter von 24 Jahren, meine Frau war 22. In ihrer Familie wurden Gefühle nicht offen gezeigt. Die Verliebtheit war bei uns natürlich da, die Schmetterlinge im Bauch schon auch. Der Alltag jedoch überdeckte diese mit der Zeit, übrig blieb ein sich-gerne-mögen und gegenseitige Achtung und Respekt voreinander. Eigentlich eine gesunde Basis für ein gemeinsames Leben.

Durch mein Defizit an Liebe und Zuwendung aus der Kindheit war es unterbewusst genau diese Liebe, die ich in der Ehe suchte. Wir gingen liebevoll miteinander um, doch die gesuchte tiefe Liebe stellte sich für mich nicht ein. Konnte es auch gar nicht, wie sollte mir meine Frau denn Mutterliebe geben können.

Wir waren uns von Anfang an einig, uns nicht zu trennen, egal wie es auch laufen sollte, solange unsere Kinder das nicht verstehen konnten. An Beispielen haben wir gesehen, dass man mit einer Scheidung den Kindern regelrecht den Boden unter den Füßen wegzog, und dass diese dann in ihrer weiteren Entwicklung daran zu leiden hatten.

Uns wurden drei großartige Kinder geschenkt. Diese haben wir, mit allen den Problemen, wie sie um uns herum auch zu beobachten waren, mittlerweile ins eigene Leben geführt. Es war für mich damals schon ein seltsamer Zufall, dass meine beiden Brüder dagegen unverheiratet blieben und auch die Ehe meiner Schwester kinderlos war. Die beiden hätten sich schon Kinder gewünscht. So wie ich zwei Brüder und eine Schwester hatte, hatte ich zwei Söhne und eine Tochter.

Wirklich auffallend war für mich dann später, dass die Charaktere meiner beiden Söhne mit den Eigenschaften meiner beiden Brüder etliche Übereinstimmungen hatten, und auch zwischen meiner Schwester und meiner Tochter sind nicht nur äußere Ähnlichkeiten feststellbar. Das machte mich schon etwas nachdenklich.

Der berufliche Verlauf meiner Kinder hat sich prächtig entwickelt und tut dies immer noch. Wir sind beide stolz auf unsere Kinder. Genau so stolz sind wir darauf, dass wir unseren beiden Söhnen nur ein einziges Mal in deren Leben den Hosenboden strammziehen mussten, um deutlich auf deren überschrittene Grenzen hinzuweisen. Meine Tochter war klüger und lernte rechtzeitig daraus.

Im weiteren Verlauf meines Lebens und meiner Ehe war ich zufrieden, es fehlte mir aber im Geheimen immer noch die tiefer gehende Liebe. Das kam dann später allerdings deutlicher zum Vorschein, als die Kinder dann einer nach dem anderen auszogen um mit deren Partner in ihr eigenes Leben zu starten.

Die Partnerschaft mit meiner Frau funktionierte, aber da war einfach irgendwie einen unausgefüllten Teil in mir drin.

Der Saulus wird unerträglich

Kirche als Arbeitgeber

Unter anderem war ich auch in der IT einer bayerischen Diözese angestellt. Ein Arbeitsplatz, der relativ weit oben an der katholischen Führungsriege angesiedelt war und nicht selten einen tieferen Einblick in die Geschehnisse dieser Welt erlaubte.

Als naiver Frischling erwartet man ja, dass tief im Herzen einer kirchlichen Behörde auch nach christlichen Grundsätzen gehandelt wird. Umso tiefer bestürzt stellt man fest, dass da auch nur „normale“ Menschen tätig sind. Durch den öffentlichen Dienst geprägt hatten diese einfach viel zu viel Zeit, um Intrigen, Mobbing und im Falle meines Vorgesetzten sogar auch unsaubere Geschäfte zu betreiben. Das alles aber wurde unter einem schwarzen Mantel gut versteckt, so dass es niemand wirklich wahrnehmen konnte.

Das hat mich doch ziemlich abgestoßen, ich musste mich schon sehr überwinden, um jeden Tag wieder in diese Arbeitsstelle zu fahren. Mein Vorteil war, dass ich zu dieser Zeit mein Haus baute, notgedrungen mit überwiegend Eigenleistung. Körperlich ausgeruht nach Dienst-Ende und voller Tatendrang stürzte ich mich daheim in die Arbeit. Nach Bezugsfertigkeit meines Hauses konnte ich dann aber endlich kündigen. Inzwischen schlug sich der Ärger auf meinen Magen und meine Magenprobleme drohten sich zu einem kleinen Geschwür zu entwickeln.

Diese Erfahrung war der Grund, warum ich mich von der Kirche abwandte. Eine waschechte Glaubenskrise entstand für mich aus dieser Erfahrung. Ich habe hier gelernt, die Einrichtung Kirche einerseits und meinen Glauben andererseits zu trennen. Die Bibel war für mich auch nur noch ein Märchenbuch, ein im Laufe der Überlieferungen bis ins Unwahre verfälschtes Werk.

Die Enttäuschung saß tief, und ich trat aus der Kirche nur deswegen nicht aus, da ich in einem durch und durch katholischen Provinz-Dorf wohnte, natürlich auch mit katholischem Kindergarten. Ich hatte einfach die Befürchtung, meine Kinder würden dadurch Nachteile erleiden.

Die Erfahrung mit der Kirche hinterließ mich als einen frustrierten, enttäuschten und extrem unzufriedenen Menschen, der dadurch jetzt noch eine zusätzliche, eine noch viel tiefer gehende Leere in sich spürte.

Der mir bisher vermittelte Glaube stellte sich als unglaublich heraus. Das zog mir fast selbst schon ein wenig den Boden unter den Füßen weg.

Die Frage nach dem Sinn des Lebens

Ich kam mit meinen Gefühlen nicht mehr klar, ich war nicht eins mit ihnen. Aber ich musste mein Leben natürlich trotzdem so weiterführen wie bisher, man erwartete es als Vater und damit als Vorbild doch auch von mir.

Aber so zu leben konnte doch unmöglich der Sinn des Ganzen sein, so konnte es nicht weitergehen. Der Saulus in mir wuchs langsam zu unerträglicher Größe heran.

Also begann ich nach dem Sinn zu suchen, begann zu lesen um andere Religionen im Groben kennenzulernen. Schnell landete ich auch in der Esoterik-Ecke der Bücherläden und begann dort zu stöbern.

Dort fühlte ich mich irgendwie hingezogen, das dort vorgefundene empfand ich langsam als stimmig, ich glaubte es als Wahrheit zu erkennen.

Bei den Werken von z.B. Dr. Joseph Murphy fühlte ich mich dann wohl und aufgehoben. In seinem Buch „Die Macht Ihres Unterbewusstseins“ habe ich damals schon die inhaltlich gleichlautenden Aussagen vorgefunden, wie heute in den Werken Hr. Tepperweins.

Nachfolgend einige Texte von Hr. Murphy zum Thema „Unterbewusstsein und Glück“:

„2. In Ihnen wohnt eine unendliche Macht. Das Glück wird in Ihr Leben treten, sobald Sie lernen, auf diese inneren Kräfte zu vertrauen. Bald werden sich dann ihre Träume verwirklichen.

3. Sie können siegreich jedes Problem, jede Schwäche überwinden und sich alle Wünsche Ihres Herzens erfüllen durch die wunder wirkenden Kräfte Ihres Unterbewusstseins. Dies nämlich ist die – die geistigen Gesetze des Unterbewusstseins erweisende – Bedeutung des Bibelwortes: Wer auf den Herrn vertraut, ist glücklich

5. Sagen Sie beim Erwachen: Heute entscheide ich mich für das Glück! Heute entscheide ich mich für den Erfolg! Heute entscheide ...

10. Glück ist die Frucht innerer Ruhe. Konzentrieren Sie Ihr Denken auf Frieden, Ausgeglichenheit, Sicherheit und göttliche Führung, und Ihr Geist wird zur Glücksquelle.

11. Es gibt kein Hindernis auf dem Weg zum Glück. Äußerlichkeiten vermögen nichts, sind niemals Ursache. Lassen Sie sich von ihrem innewohnenden schöpferischen Prinzip leiten. Jeder Gedanke ist eine Ursache, und jede Ursache schafft eine neue Wirkung. Entscheiden Sie sich für das Glück!“

Ich begann diese damals revolutionären Ansichten und Thesen auszuprobieren und in mein Leben zu integrieren. Auch Literatur über Nahtod-Erfahrungen, Engel, Selbstheilung und Wünschelruten kamen in meinen Bücherschrank und wurden von mir verschlungen. War schon eine große Bandbreite, die ich da absuchte.

Nur den Sinn des Lebens habe ich damals in letzter Konsequenz noch nicht gefunden, den konnte ich damals nicht verstehen und für mich als Wahrheit erkennen.

Aber ich konnte mich ja immer wieder in den gewohnten Alltag flüchten, der mir damals weiterhalf. Da funktionierte ich ohne groß nachdenken zu müssen.

Krankheiten, Unfall

Nach der Kirche als Arbeitgeber folgte noch eine diesmal längere Anstellung in einer Firma im Versandhandel. Hier fühlte ich mich wieder wohl, konnte auf dem Computer arbeiten, auf den ich mich spezialisiert hatte und verdiente gutes Geld.

Wie immer kam ich mit meinen Kollegen sehr gut aus, wir waren ein tolles Team, und ich funktionierte jetzt auch wieder in der Arbeitswelt. Das ging einige Jahre so.

Vermutlich eingeleitet durch meine ungewohnt schweren Arbeiten an meinem Haus und begünstigt durch das viele Sitzen im Büro bekam ich einen Bandscheibenvorfall. Der gab mir während der Reha einige Wochen Zeit zum Nachdenken. Diese Zeit verstrich ohne Resultat, ich arbeitete danach wie gewohnt weiter.

Ich machte auch brav meine Gymnastik daheim. Sobald es aber nicht mehr weh tat, ließ ich es schleifen und stolperte so vier Jahre später in meinen zweiten Bandscheibenvorfall.

Ich kam wieder ohne OP davon, wurde ebenfalls wieder nur mit Reha schmerzfrei.

Auch das nahm ich einfach hin, das war halt mal so. Dafür machte ich wenigstens meine Gymnastik brav weiter, und mache ich immer noch.

Weitere Jahre später, wir zogen im Sommer in ein renoviertes Gebäude, bekam ich im darauffolgenden Winter massive Hautprobleme an den Händen.

Die Haut war schuppig und riss an sämtlichen Hautfalten auf. Ärzte und Heilpraktiker fanden keine Ursache, keiner der Allergie-Tests brachte ein Ergebnis. Ich cremte stark ein, musste ab und zu mit Cortison mal die Notbremse ziehen, und arbeitete in dieser Zeit mit weißen Baumwoll-Handschuhen.

Ich habe mich in dieser Zeit dann zuerst vegetarisch, zum Schluss auch vegan ernährt, brachte aber keine markante Veränderung.

Erst so gegen Mai begann es besser zu werden, und heilte dann auch ab. Ich schrieb die Verbesserung der Ernährung zu. Zu dieser Zeit hatte ich aber auch noch nicht die Erkenntnis, dass körperliche Symptome mich auf eine falsche Sichtweise der Dinge oder falsches Verhalten hinweisen sollten.



Im nächsten Herbst ging es wieder los, gleiche Symptomatik trotz umgestellter Ernährung. Ich habe meine Hoffnungen auf die Therapie einer Heilpraktikerin gesetzt. Die zuletzt von ihr verordneten Cremes enthielten aber so viel Alkohol, dass mir jede offene Hautfalte stechende Schmerzen bescherte. Manchmal trieb mir das Eincremen Tränen in die Augen. Erst ein weiterer Hautarzt machte dann auch Allergie-Tests mit Konservierungs-Stoffen, wobei einer anschlug. Langer Rede kurzer Sinn: Es war der Kleber, mit dem der Bodenbelag im neuen Büro angebracht wurde, und durch die Bodenheizung nahm ich diesen während der Heizperiode durch die Atmung auf.

Diese Erkenntnis kam so gegen Ende März, und im Sommer war es dann wie erwartet dann wieder weg.

Die Lösung für mich war ein neues Büro. Die Lösung war leider nicht, sich mal langsam Gedanken darüber zu machen, ob da vielleicht eine tiefere Bedeutung hinter den Krankheiten verborgen ist.

Da war auch niemand in meiner Nähe, der mich auf diese Idee hätte bringen können. Dafür kam dann aber zuerst langsam, dann immer öfters das Gefühl hoch, meine Lebens-Energie mit einer eigentlich sinnlosen Tätigkeit zu vergeuden.

Während ich früher alle vier bis sechs Jahre den Arbeitgeber wechselte, war ich hier inzwischen schon doppelt so lange beschäftigt. Darauf habe ich das Gefühl dann anfangs zurückgeführt. Das war aber doch nicht der Grund, das war irgendwie anders als sonst.

Eigentlich hatte ich mich darauf eingestellt, hier bis zur Rente zu arbeiten, es passte ja alles. Doch ich hatte immer stärker das Gefühl, nichts Sinnvolles im Leben zu vollbringen. Nur dafür zu sorgen, dass die Pakete immer schön brav übers Band rollten, füllte mich nicht mehr aus. Nur dafür zu sorgen, dass sich der Vorstand am Jahresende zwei neue Porsche kaufen konnte!?

Und so kam es wie es wohl kommen musste, die Hinweise des Lebens wurden immer massiver. Seit 30 Jahren fuhr ich nun unfallfrei Motorrad. Aufgrund einer Leichtsinnigkeit fuhr ich dann eines Tages einem BMW zu nahe auf, der ging in einer Kurve auf die Bremse und mir blieb nur noch ein gepflügter Acker übrig.

Ergebnis: zwei gebrochene Rippen, dreifach gebrochenes Schlüsselbein und ein überdehntes Genick mit angebrochenem Nackenwirbel und dazwischen zerstörter Bandscheibe.

Nun ja, das war keine schöne Zeit in der Klinik und schon gar nicht für meine Familie daheim. Der Arzt hatte uns klargemacht, dass hier zwischen Sarg, Rollstuhl und langsamer Genesung die volle Bandbreite drin war.

Heute stehe ich wieder da, als ob nichts gewesen wäre, lediglich eine verminderte Beweglichkeit beim nach Hinten schauen erinnert mich noch an den Unfall.

Jetzt endlich während dieser Genesungs-Zeit klickte es im Kopf und ich begann so langsam mal nachzudenken. Ich erkannte die aufsteigende Intensität der Vorfälle.

Wieder hatte ich jetzt einige Zeit zum Nachdenken bekommen. Und ich war unendlich dankbar, dass ich zwar langsam, aber ohne wirkliche Schäden wieder auf die Beine kam.

Alles sollte mich wohl zu einer Änderung meines Arbeitgebers hinführen. Aber ich konnte doch nicht mehr kündigen. Ich würde meinen Lebensstandard auf das Spiel setzen. Ich war inzwischen schon zu alt für einen Neuanfang, ich würde keinen passenden Job mehr finden.

Innerlich zerrissen begann ich eine Wiedereingliederung in meinem Job und nahm wieder meine Arbeit auf. Wieder führte mich der Arbeitsalltag ins geliebte Vergessen der Geschehnisse.

Auf dem Weg zum Burnout

Auch wenn es schwer zu glauben ist, aber auf die letzte Erfahrung des Motorrad-Unfalles ging dann schon noch eine Schippe drauf.

Irgendwann hatte sich die Firmenleitung dazu entschlossen, die IT-Struktur von einer Großrechner-Architektur auf eine Server-Basierte Umgebung umzustellen. Das bedeutete für mich, meine bisherige vertraute Welt zu verlassen und auf ein komplett neues Terrain umzusatteln.

Während ich diese Zeilen schreibe, beiße ich mir schon fast in den Hintern, dass ich diese überdeutliche Analogie aus dem vorhergehenden Satz nicht schon damals begriffen habe.

Jedenfalls traf ich jetzt auf massive Widerstände in mir. Jeder Tag, den ich in die Arbeit musste, kostete mich mehr und mehr Überwindung. Ich war eigentlich todunglücklich, und das merkte man mir im Geschäft auch an.

Natürlich übertrug sich diese Unzufriedenheit auch in meine private Umgebung. Das brachte mich dann an die Grenze meiner psychischen Belastbarkeit.

In dieser Phase bot mir eine Bekannte an, die gerade zu ihrem Lebensberater und Kartenleger fuhr, einfach mal unverbindlich mitzukommen. Ich hielt nichts davon, ließ mich aber einfach mal so darauf ein.

Das sollte mir eigentlich nur dazu dienen, eine kurze Auszeit zu nehmen, von meinen aktuellen Gedanken wegzukommen. (Schon wieder eine so sonnenklare Analogie, die ich erst jetzt erkenne. Wie blind war ich eigentlich damals?)

Jedenfalls war dieser Besuch die zündende Treibkraft für eine überfällige Veränderung in meinem Leben, der letzte Tritt ins Hinterteil. Damit kam langsam Bewegung in meine weitere Entwicklung.

Besuch beim Lebensberater/Kartenleger

Eigentlich stand ich dem Kartenlegen anfangs ja schon eher skeptisch gegenüber. Das hielt ich irgendwie für manipulierte Psycho-Spielchen oder dergleichen. Ich wollte dem Burschen eigentlich zeigen, dass das mit mir nicht zu machen war. Dem wollte ich schon gründlich auf die Finger schauen.

Aus meinem Geburtsdatum, das er bereits vorab von mir gesagt bekam, leitete er meine Charakterzüge ab, und war da gar nicht mal so schlecht darin. Im Gesprächsverlauf wurde er mir eigentlich auch immer sympathischer. Irgendwie kam er dann schon auf das Thema Arbeit zu sprechen, und fand dort auch meinen wunden Punkt.

Das habe ich übrigens nicht selbst angesprochen, da kam er relativ zielstrebig drauf zu. Aber das konnte er ja vielleicht von meiner Bekannten gesagt bekommen haben, oder doch irgendwie aus meinen Reaktionen abgeleitet haben.

Jedenfalls bat er mich dann, einen Stapel Karten zu mischen und drei Karten davon wahlfrei zu ziehen und verdeckt nebeneinander zu legen. In der Mitte sollte ein Hinweis auf die Gegenwart, links auf die kurzfristige Vergangenheit und rechts auf die mögliche Zukunft vorzufinden sein. Das machte ich auch, habe wirklich gründlich gemischt und selbst irgendwo drei Karten nach meinem Gefühl aus dem Stapel gezogen.

Die linke Karte für die kurzfristige Vergangenheit weiß ich ehrlich gesagt gar nicht mehr, die habe ich aber als relativ gut zutreffend in Erinnerung. Die mittlere Karte erschreckte mich regelrecht, die rüttelte mich dann wach. Jemand saß in einem Käfig eingesperrt und rüttelte verzweifelt an den Stäben.

Mir war, als ob es mir jetzt erst, gerade in diesem Moment so richtig klar wurde. Besser als mit dieser Karte konnte man meine aktuelle Lage und meine Gefühlswelt nicht beschreiben. Seine nächsten Worte musste er kurz darauf nochmals wiederholen, die bekam ich nicht mehr wirklich mit. Ich sehe mich noch heute wie gebannt vor der Karte sitzen, als ob ich einen Spiegel vor mir hätte und ich mich seit langem erst jetzt wieder selbst sehen konnte.

Das tat richtig weh. Das durfte so nicht sein.

Ich habe dann auch noch die letzte Karte aufgedeckt, die mir meine mögliche nahe Zukunft deuten sollte. Darauf war ein Bursche zu sehen, der auf einem Schemel stand und mit erhobenem Zeigefinger zu einer kleinen Gruppe von Menschen sprach, die vor ihm standen. Ich habe das als irgendeine Situation gedeutet, wie sie in einer Ausbildungs-Unterweisung typisch war. Das waren für mich meine Azubis, denen ich etwas erklärte. Das stellte für mich ja nichts Besonderes dar, das war ja nicht wirklich neu.

Was sich später dann als Bedeutung dieser Karte herausstellte, hätte mich zum aktuellen Zeitpunkt vermutlich überfordert. Ganz gut so, dass ich das nicht begriff. Eigentlich auch nicht begreifen wollte, denn das Wort Lebensberater ist in diesem Zusammenhang als mögliche Bedeutung von ihm schon genannt worden.

Es gab dann da noch die eine oder andere Aussage auf meine Frage nach dem Zustand meiner Ehe.

Dies war auch nicht gerade das, was ich eigentlich hören wollte. Wir würden uns in unserer Entwicklung gegenseitig im Wege stehen. Das schob ich erst mal zur Seite, das konnte ich jetzt nicht auch noch gebrauchen.

Ich habe aus diesem ersten Besuch auch noch positiv in Erinnerung, dass ich nicht vorgeschrieben bekam, was ich jetzt zu tun habe. Mir wurde nur klar gezeigt, in welcher Situation ich mich befinde, und welche Möglichkeiten mit den dazugehörenden Konsequenzen es für mich gab.

Aber da gab es für mich nichts mehr lang zu überlegen. Ich musste jetzt zuerst mal aus dem Käfig raus. Und das möglichst bald.

Kündigung als ersten Schritt ins Vertrauen

Es war mir eigentlich schnell klar, dass die Befreiung nur durch eine Kündigung von meiner Seite aus zu erreichen war. Von Seiten der Firma gab es gegenüber mir keine Beanstandungen, und für das Tagesgeschäft mit dem alten noch laufenden Rechner war ich mit einer der führenden Personen. Die brauchten mich noch.

Wie gerne würde ich der Firma den Rücken zuwenden, würde das sich selbst immer wieder ständig Zwingen und Überwinden müssen endlich beenden. Alles endlich beenden. Immer eine gute Miene zum schlechten Spiel machen, mich bis zur Unkenntlichkeit verbiegen müssen. Abends mit quälenden Gedanken für den nächsten Tag einschlafen und morgens wie gerädert aufstehen und fast schon genervt den Tag beginnen. Ich wollte mich lieber noch heute als morgen aus dem Käfig davonmachen.

Wenn ich aber jetzt kündigen würde, im Alter von über fünfzig, bekomme ich in der IT keine Anstellung mehr. Die Maschine, auf der ich mich spezialisiert hatte, war inzwischen auch schon recht selten vorzufinden. Und mit dem was ich inzwischen verdiente würde mich sowieso keiner mehr einstellen, da stehen schon zwei jüngere hinter mir die für die Hälfte arbeiten würden.

Also, was ist der Preis meiner Kündigung? Kann ich meinen Lebensstandard dann noch halten? Was ist dann mit dem Auto, Motorrad, Schrebergarten mit Traktor und einigem anderen Spielzeug?

Was ist mit dem Haus? Das ist zwar seit kurzem abbezahlt, aber fordert doch ständigen Unterhalt. Wie verhalten sich meine Frau und meine Kinder, wenn ich ihnen erkläre, dass jetzt auf einmal kein Geld mehr für ein Leben im Überfluss da ist?

Wie reagiert meine Größtenteils materiell ausgerichtete Verwandtschaft und einige meiner Bekannten, wenn ich diesen gut dotierten Job einfach so wegwerfe? Was gerade in mir vorging, konnte sich keiner in meinem Umfeld wirklich vorstellen. Vermutlich interessierte das aber auch keinen.

Und da ist dann noch das Arbeitsamt. In diese Mühle wollte ich auch nicht geraten. Und mit meiner eigenen Kündigung laufe ich auch noch auf eine dreimonatige Sperrfrist, wie soll ich denn das nur überbrücken, habe doch nur ein Gehalt in der Rückhand?

Es folgten etliche ernste Gespräche mit meiner Frau. Aber diese eine Karte wirkte in meinem Kopf, fortwährend kam mir das Bild in den Sinn. Eigentlich hatte ich mich ja schon entschlossen, ich wollte endlich wieder frei leben. Ich musste jetzt aber erst noch mit meiner Frau unseren weiteren Weg beschließen.

Ich wäre sogar zu einer Scheidung bereit gewesen, auch dies war eine durchgesprochene Alternative in unseren Gesprächen, auch dieses Szenario haben wir kurz durchgespielt. Daran wollte aber keiner von uns wirklich weiterdenken.

Nach knappen zwei Wochen stand die Entscheidung dann offiziell und spruchreif fest. Ich werde kündigen.

Und meine Frau wird das Ganze mit mir durchziehen. Der erhoffte Lohn für Sie war ein wieder ausgeglichener Ehemann.

Einen Tag nach unserer Entscheidung schrieb ich die Kündigung und übergab sie meinen beiden Vorgesetzten, Teamleiter und Abteilungs-Leiter.
Der Weg in das Büro der beiden war nicht leicht, der Zeitpunkt meiner Kündigung traf die beiden auf dem linken Fuß. Gerade jetzt mitten in der IT-Umstellung.

Der Weg aus dem Büro erfüllte mich mit einer Erleichterung, die ich hier nicht beschreiben kann. Jeder meiner Teamkollegen, der mir ins Gesicht sah, ahnte meinen Schritt.
So, die Tür hinter mir war verschlossen, jetzt musste nur noch eine neue aufgehen. Und die unerwarteten Ereignisse ließen auch nicht lange auf sich warten.

Bei der offiziellen Bekanntgabe meiner Kündigung im nächsten Team-Gespräch konnte ich die einen oder anderen feuchten Augen bemerken, vor allem bei meinem Teamleiter und einem der beiden Projektleiter. Das hatte ich nicht erwartet. Ich hatte wohl im Laufe der Zeit einen wesentlich tieferen Eindruck als Mensch bei meinen Kollegen hinterlassen, als ich ahnte.

Die restliche Zeit bis zu meinem tatsächlichen Ausscheiden war wie Balsam für meine Seele. Da gab es dann doch etliche neidische Blicke von Kollegen, die am liebsten auch gerne hingeworfen hätten. Es folgten die offensten und besten Gespräche seit langem.

Der Gang danach aufs Arbeitsamt war doch nicht ganz so demütigend wie angenommen, aber die Formalitäten waren schon sehr lästig. Aber: ich konnte es mit mehreren Anläufen schaffen, über ein Attest meines Arztes die Sperrfrist zu umgehen. Es schien sich alles langsam ins Positive zu drehen.

Und ich bekam einen Jobcenter-Agenten, der mir eigentlich wohlgesonnen war, mich nicht als einen der vielen anderen ansah, die eigentlich nur Geld vom Amt abschöpfen wollten. Wollte ich ja auch nicht, nicht länger als unbedingt erforderlich.

Jedoch kam ich mit einem Job-Wunsch daher, der nichts mehr mit IT zu tun hatte, ich wollte stattdessen etwas Sinnvolles machen. Das war so nicht alltäglich.

Ich hatte eine Qualifikation und dieser entsprechend musste man mich dort vermitteln. Also bekam ich nur Angebote im Bereich der IT zugeschickt und bekam keine Möglichkeit zu Kursen oder einer Umschulung in einem anderen Bereich. Wenigstens nicht das erste halbe Jahr.

Meine neue Begleiterin

In diesem ersten halben Jahr meiner Arbeitslosigkeit hatte ich eigentlich ein unerwartet angenehmes Leben. Das Geld reichte, ich hatte Freizeit in Mengen, es ging mir wieder gut. Aber es war anstrengend, sich plötzlich mit sich selbst zu beschäftigen. Auch die Frage, wie es denn nach dem Arbeitslosengeld finanziell weiter gehen sollte, schob ich noch nach hinten. Da wird dann notfalls schon irgendein Job in der Amazon-Logistik zu bekommen sein, der würde dann schon für das nötigste Auskommen reichen.

Also begann ich mich abzulenken und wieder zu basteln, so wie ich es immer getan habe. In den ersten vier Wochen nach dem Ausscheiden aus der Firma begann ich sofort, mir eine Freizeit-Hütte auf meinen Schrebergarten zu bauen. Diese Aktion nahm natürlich wie geplant die volle Aufmerksamkeit meiner Gedanken in Anspruch.

Allerdings kam dabei schon öfters mal mein Gewissen durch, und führte mir meine gedankliche Flucht vor Augen.



Da war sie nun wieder, die geschenkte Freizeit, die ich eigentlich auch bei meinen Krankheiten und meinem Unfall zuvor schon bekommen hatte. Und wozu verwendete ich jetzt diese eigentlich kostbare Zeit? War denn das der Sinn dafür? Würde ich diese Zeit noch einmal geschenkt bekommen, wenn ich die dieses Mal wieder vergeuden würde?

Mir wurde klar, dass die Krankheiten, der Unfall und zum Schluss noch die psychische Belastung in deutlich aufsteigender Intensität abliefen. Was würde mir wohl als nächstes passieren, wenn ich jetzt nicht endlich aufwachen würde?

In diesem Bewusstsein habe ich meine Arbeiten dann so schnell wie möglich beendet. Für meine eigene Motivation (und weil ich das schon lange wieder wollte) habe ich mir wieder einen Hund aus dem Tierheim geholt. Ich hatte eigentlich immer einen Hund an meiner Seite, nur wegen der fehlenden Zeit aufgrund meines letzten Jobs hatte ich mir nach dem Tod meines letzten treuen Begleiters keinen neuen mehr angeschafft.

Mit dem ging ich dann wie geplant viel spazieren, auch gerne bei Sonnenaufgang, bei Sonnenuntergang oder nach warmen Sommerregen. Auch einfach nur barfuß, über Feldwege und Stoppelfelder, an blühenden Büschen genauso wie an morgens noch dampfenden Misthaufen vorbei. Meine Sinne wurden dabei wieder zum Leben erweckt. Das hat nicht nur meinem kleinen vierbeinigen Freund Spaß gemacht.

Und in dieser Zeit begann ich endlich nachzudenken, mich mit mir selbst zu beschäftigen. Über mein Leben, über dessen Sinn und vor allem begann ich auch meine Einstellung zum Leben und zur Spiritualität auf den Prüfstand zu stellen.

Ich habe in dieser Zeit fast achtzehn Kilo abgenommen und ich konnte meine Tabletten gegen den zu hohen Blutdruck absetzen. Das hatte ich eigentlich nicht bewusst geplant und hauptsächlich der vielen Bewegung zugeschrieben.

Heute weiß ich, dass ich mit jedem Kilo meines inneren Ballastes auch ein Kilo meines äußeren Gewichtes losgeworden bin.

Ich bewege mich heute wieder fast genau so viel, achte so wie damals auch auf meine Ernährung, kann aber nicht annähernd so einfach abnehmen. Ich habe da schon noch das eine oder andere Kilo drauf, das noch weg sollte. Vermutlich nicht nur im Außen.

Mein kleiner Hund war rückwirkend gesehen auch der Beginn der Phase, mich langsam mit meiner weiblichen Seite zu beschäftigen.

Ich hatte bisher immer nur Rüden gehabt, vom Rottweiler bis zuletzt einen kleinen Pudel-Mischling. Vor allem der Rottweiler brauchte einen dominanten und starken „Rudel-Führer“ vor sich, da er sonst das Kommando übernommen hätte. Und da man mit Hunden nicht groß diskutieren kann, braucht es halt doch immer wieder die eine oder andere deutliche körperliche Ansage.

Sogar mein kleiner Pudel-Mischling hat die Verhaltensweise eines Rüden gezeigt, und auch der brauchte es manchmal, dass man ihn wie eine Katze am Kragen packte und schüttelte, um ihn seine Grenzen zu zeigen. Und das natürlich auch mit lauter Stimme.



Und da kam jetzt erstmals eine Hündin an meine Seite. Ich habe mir das Geschlecht eigentlich nie bewusst ausgesucht, ich ging immer zu den Tieren hin und habe mich von den Reaktionen der Vierbeiner auf mich in meiner Entscheidung leiten lassen. So auch diesmal.

Die kleine Lexa, so ist ihr Name, hat mir nun sehr schnell den Unterschied deutlich gemacht.

Alles, was sie bei mir können musste, waren die Kommandos „Fuß, Sitz und Platz“. Aber als ich das erste Mal in meiner Stimme laut wurde, das war auf einem freien Feld, klappte sie eingeschüchtert einfach die Ohren zu und lief geradewegs wieder heim. Als ich sie ein anderes Mal nur leicht an der Hautfalte im Genick packte, fing sie sofort laut zu jaulen an. Natürlich ließ ich sie erschreckt los, das kannte ich so nicht, meine Rüden hätten das gar nicht registriert. Sie aber lief wieder heim und sah mich den ganzen Tag nicht mehr an.

In der folgenden Zeit der gegenseitigen Annäherung zwischen uns beiden war sie es, die mich lehrte. Ich lernte Geduld und Einfühlungsvermögen. Ich lernte, genauso wie sie es tat, Emotionen ins Spiel zu bringen. Auch sie lies dann sofort locker, falls ich etwas lauter wurde, weil sie meine Hand zu fest zwischen ihren Zähnen hatte.

Ich lernte auch, dass es nicht immer mein Wille sein musste, nach dem es gehen sollte. Ich brauchte jetzt auch keinen Hund mehr neben mir zu haben, der im Stehschritt lief und exakt meinen Anweisungen folgte.

Ich hatte jetzt Freude daran, ein Lebewesen an meiner Seite zu haben, mit der mich beiderseitiges Verständnis verband. Ich ließ ihr leinenlose Freiheit auf dem Feld, nachdem ich ihr begreiflich machen konnte, keinem Hasen und keinem Reh mehr nachzujagen. Wir gingen dann auch im Dorf später ohne Leine spazieren, nachdem sie begriffen hatte, dass sie nicht in jedes Grundstück marschieren sollte um dort zu markieren. Der Fußweg muss genügen.

Ich habe an ihr gelernt, einige weiblichen Eigenschaften in mir zu entfalten und diese weitgehend auch in Einklang mit den bestehenden männlichen zu bringen.

Wir hängen heute noch beide wie die Kletten aneinander und haben Spaß zusammen.

Endlich den Glauben wiederfinden und die wirkliche Liebe entdecken

Die Ablehnung der Bibel und damit das Infragestellen von der Existenz von Jesus Christus hat mich innerlich nicht in Ruhe gelassen, da kam immer wieder ein fragendes Gefühl in mir hoch. Machte ich es mir da vielleicht zu einfach, überlagert da vielleicht die noch tief in mir sitzende Enttäuschung aus der Zeit meiner beruflichen Tätigkeit in der Kirche die eigentliche Wahrheit?

Die Antwort darauf habe ich eigentlich durch vieles Lesen erhalten. Ich habe begonnen, meinen bisherigen Glauben und den Inhalt der Bibel aus einer anderen, esoterischen Sicht zu betrachten. Damit konnte ich dann sogar plötzlich auch einige Gleichnisse aus der Bibel nachvollziehen.

Mein Verhältnis zur Bibel und damit auch zu Jesus

Mir stieß immer wieder der mystische Wirbel auf, der in der Kirche um die Heiligen und um die sogenannten Wunder gemacht wurden. Ich konnte die Wunder-Heilungen des Jesus noch akzeptieren. So etwas ist ja auch in unserer Zeit immer wieder vorzufinden, auch wenn hier nicht Jesus persönlich anwesend ist, sondern nur der Glaube gesundheitliche „Wunder“ wirkt.

Mehr Probleme hatte ich da noch mit den „materiellen Wundern“, die da nach Zauberei rochen. So z.B. mit der biblischen Geschichte „Die Speisung der 5000“. Die habe ich nachfolgend aus dem Matthäus-Evangelium wiedergeben.

Matthäus 14,13-21

13) Als das Jesus hörte, fuhr er von dort weg in einem Boot in eine einsame Gegend allein. Und als das Volk das hörte, folgte es ihm zu Fuß aus den Städten.

14) Und Jesus stieg aus und sah die große Menge; und sie jammerten ihn und er heilte ihre Kranken.

15) Am Abend aber traten seine Jünger zu ihm und sprachen: Die Gegend ist öde und die Nacht bricht herein; lass das Volk gehen, damit sie in die Dörfer gehen und sich zu essen kaufen.

16) Aber Jesus sprach zu ihnen: Es ist nicht nötig, dass sie fortgehen; gebt ihr ihnen zu essen.

17) Sie sprachen zu ihm: Wir haben hier nichts als fünf Brote und zwei Fische.

18) Und er sprach: Bringt sie mir her!

19) Und er ließ das Volk sich auf das Gras lagern und nahm die fünf Brote und die zwei Fische, sah auf zum Himmel, dankte und brach's und gab die Brote den Jüngern, und die Jünger gaben sie dem Volk.

20) Und sie aßen alle und wurden satt und sammelten auf, was an Brocken übrig blieb, zwölf Körbe voll.

21) Die aber gegessen hatten, waren etwa fünftausend Mann, ohne Frauen und Kinder.

Ich konnte nicht glauben, dass hier ein Brot aus dem Korb genommen wird, und sich dieser wie das berühmte „Tischlein-deck-dich“ immer wieder nachfüllte. Damit konnte man die gutgläubigen alten Frauen in der Kirche beeindrucken, nicht aber einen logisch denkenden erwachsenen Mann mit gesundem Menschenverstand.

Wenn man mal darüber nachdachte, dann mussten sich die Menschen damals schon einen oder zwei Tage auf den Weg machen, um Jesus persönlich zu erleben. Auf diese Reise

nahm man ja bestimmt Proviant mit, und lieber zu viel als zu wenig.
Ich ging davon aus, dass Jesus die Menschen mit seiner Predigt im Herzen erreichte.
Jesus predigte sicherlich auch von Menschenliebe und dem Teilen. Und so hatten aus meiner Sicht die meisten Wohlhabenden Reisenden bestimmt ihre Essens-Ration mit den Armen geteilt. Jeder wurde satt. Und als zum Schluss der Rest eingesammelt wurde, konnte man damit immer noch zwölf Körbe füllen.

Das ist schon auch eine Art Wunder, wundervolle Worte, die ihr Ziel nicht verfehlt haben. Aber die Kirche brauchte natürlich etwas, um ihr Dasein zu rechtfertigen. Also musste man das schon irgendwie mystisch und unnahbar, für keinen Menschen real nachvollziehbar aufbauschen. Denn dann braucht man die Kirche als Mittler zwischen Mensch und Gott.

Also war ich mit meiner Ansicht doch gar nicht so schlecht gelegen, die Bibel sei eigentlich ein Märchenbuch. Doch auch Märchen haben alle einen tieferen Sinn, um dem herum dann eine Geschichte aufgebaut wird.

Und erst mit meiner Denkweise konnte ich auch etwas Sinnhaftes in der Geschichte erkennen. Die Menschen erkannten den Sinn der Predigt und handelten auch danach. So begann ich immer wieder mal in der Bibel zu schmökern, und freundete mich sogar damit an.

In dieser Zeit war ich auch auf einer Internet-Seite unterwegs, in der es um die Arbeit mit Licht und Liebe geht. In einer dieser Seiten war von einer Ur-Bibel die Rede, die auch heute noch unverfälscht vorliegt.

Ich zitiere den Text aus folgender frei zugänglichen Internet-Seite:

<http://www.puramaryam.de/gesetzgebote.html>

>> Das Büchlein vom Heiland, 'Heliand' - Evangelium des vollkommenen Lebens', Auszug aus einem aramäischen Urtext (verglichen und herausgegeben von Dr. Edmond Székely und Percell Weaver, 1937, ins Deutsche übersetzt und herausgegeben von Werner Zimmermann, Drei Eichen Verlag) enthält das Evangelium des Johannes vom Wirken des Jesus in der Urfassung, also OHNE die Korrekturen und Streichungen der Texte, die mit dem Konzil zu Nicäa im Jahre 325 n.Chr. in das Neue Testament aufgenommen wurden.

In der aramäischen Urfassung des Johannes-Evangeliums ist uns das Evangelium des Jesus anders überliefert, als wir es aus dem Neuen Testament kennen. Diese Schrift kam auf abenteuerlichem Weg nach Europa: Geschrieben im 1. Jahrhundert nach Christus, offenbar über 1000 Jahre lang in einem Kloster im Inneren Asiens aufbewahrt, wurde sie von Nestorianischen Priestern vor den Kriegen Dschingis Khans nach Europa gerettet. In Altslawischer Übersetzung wurde sie in der Königlichen Bibliothek der Habsburger in Wien aufbewahrt. Die aramäische Urfassung jedoch wird in den Archiven des Vatikans aufbewahrt.

Der Übersetzer, Dr. Edmond Székely, stellte durch Vergleich fest, dass die Altslawische Fassung eine getreue Übersetzung der Urfassung ist. Dort stehen die Worte des Jesus, so wie Sein Lieblingsjünger Johannes sie einst aufgeschrieben hatte. Johannes war der einzige Jünger, der mit vollkommener Genauigkeit aufgezeichnet hat, was sein Meister persönlich lehrte. Die Texte der uns bekannten Evangelien in der Bibel sind hingegen verstümmelt und entstellt worden (insbesondere auf Grund der Beschlüsse auf dem Konzil zu Nicäa, 325 n.Chr.), so dass missliebige Inhalte entfernt wurden.

Dazu gehören insbesondere die Lehren des Jesus über VEGETARISCHE ERNÄHRUNG, TIERLIEBE und TIERSCHUTZ, REINKARNATION und KARMA und die JUGEND und frühen Erwachsenenjahre des Jesus.

Der vollständige Text dieses Evangeliums liegt uns heute als Buch vor: "Das Evangelium des Vollkommenen Lebens", d.i. das Johannes-Evangelium (ISBN 3-7197-0384-3, Humata Verlag, Harold S. Blume). <<

Ein paar Tage später war dieses Werk bei mir und ich begann auch hier zu lesen. Und endlich ergab einiges einen Sinn und war dann auch glaubhaft für mich.

Ich erkannte die Bibel für mich nun doch als Wahrheit, auch wenn man diese jetzt nicht mehr wörtlich nehmen durfte.

Jedenfalls musste damit dann aber auch Jesus Christus vor rund zweitausend Jahren wirklich gelebt haben, um uns mit seinem Wirken als Vorbild wieder in die Spur zu bringen.

Nur sollte man Jesus nicht mit der Brille der altkatholischen Pfarrer betrachten, sondern sich auch hier seine eigene Sichtweise zulegen. Nicht streng, strafend und autoritär, sondern geduldig, wissend und vor allem liebend.

Er war jemand, der so wie wir auch die Herausforderungen eines irdischen Lebens auf sich nahm. Und dies nur, um uns den Weg zu weisen, obwohl er es durch seine bereits erreichte Erleuchtung eigentlich nicht mehr notwendig gehabt hätte.

Und spätestens, nachdem ich zuerst das Buch „Die Hütte - Ein Wochenende mit Gott“ gelesen und dann auch noch dem Film dazu gesehen hatte, war Jesus für mich zu einem großen Bruder geworden. Ich betrachte ihn übrigens auch heute noch so.

In gewisser Weise sogar ähnlich meinem damaligen leiblichen älteren Bruder, der damals stellenweise die Vater-Rolle für mich übernommen hatte.

Die innigste Verbindung zu Jesus bekam ich dann mit dem Buch von Paul Ferrini, „Denn Christus lebt in jedem von euch“. Dieses Buch ist durch die Verbindung mit dem Christus-Bewusstsein entstanden.

Ich zitiere aus dem Vorwort:

„... Denn in unserem Inneren wendet sich Jesus an uns. Er ist unser engster Freund, der manchmal mit Worten, manchmal ohne Worte zu uns spricht. ... Wir sollten uns darüber im Klaren sein, dass Jesus keine Autoritätsperson sein will. Im Gegenteil, er stellt sich allen Autoritäten, außer der Gottes, entgegen. Er bittet uns einfach nur, seine Hand als die eines Ebenbürtigen zu ergreifen und auch all unseren Brüdern und Schwestern mit der gleichen Gesinnung und Achtung zu begegnen.“

Dieses essentielle Werk lege ich jedem ans Herz.

Das Gleichnis vom verlorenen Sohn (Lukas 15,11-32)

Irgendwann landete ich auch im Lukas-Evangelium, bei dem meiner Ansicht nach wichtigsten Gleichnis, das ich sogar auch noch aus meiner Kindheit kannte. Ein Gleichnis, das mir jetzt die Erkenntnis der bedingungslosen Liebe bescherte.

Den ersten Teil gebe ich sinngemäß wieder: Ein Mann hatte zwei Söhne, von denen der jüngere seinen Erbteil vom Vater vorzeitig forderte, um in die Welt zu ziehen. Als er dies durchgebracht hatte, verdingte er sich noch kurz bei Fremden, kam dann aber doch voller Reue zurück zu seinem Vater. Entgegen seiner Erwartung empfing ihn der Vater mit offenen Armen und gab ein Fest zu Ehren seiner Rückkehr, schlachtete sogar ein Kalb für ihn. Sein älterer Bruder war darüber zornig und blieb dem Fest fern. Sein Vater suchte ihn und sprach ihn darauf an.

>> 29) *„Er jedoch gab dem Vater zur Antwort: siehe, so viele Jahre diene ich dir, und niemals übertrat ich dein Gebot; doch niemals gabst du mir ein Böcklein, dass ich mit meinen Freunden ein Freudenfest hätte feiern können. 30) Da nun dieser dein Sohn daherkam, der dein Vermögen mit Dirnen vertan hat, schlachtest du für ihn das gemästete Kalb.*

31) Der Vater erwiderte ihm: Kind, du bist immer bei mir, und all das Meine ist auch dein.

32) Freuen aber müssen wir uns, und froh sein, denn dieser dein Bruder war tot und wurde wieder lebendig, war verloren und wurde gefunden“ <<

Bis vor kurzem verstand ich nur die Sichtweise des älteren Bruders. Lebte treu und gehorsam, folgte ohne lange darüber nachzudenken den Geboten seines Vaters. Natürlich war dieser empört darüber, als der zurückkehrende „untreue Sohn“ mit offenen Armen und überschwänglich empfangen wurde, ja anscheinend sogar noch mehr geliebt wurde als er.

Jetzt erst begann ich zu verstehen, die Zauberworte in diesem Gleichnis hießen Liebe, und zwar bedingungslose Liebe und draus resultierend dann natürlich auch Verzeihung. Denn der gehorsame Sohn kannte und lebte nur die „menschliche“, an Bedingungen (den Gehorsam) geknüpfte Liebe.

Der untreue Sohn jedoch konnte die bedingungslose Liebe durch den Vater erfahren. Und diese Erfahrung ist es, was zur Erkenntnis wurde, was ihn erst lebendig gemacht hat. Diese Erkenntnis blieb dem gehorsamen Sohn leider verschlossen.

Jetzt erst konnte ich die Sichtweise aller im Gleichnis vorkommenden Personen verstehen. Jetzt erst hatte ich kein schlechtes Gefühl mehr dabei, die Vergangenheit eines Saulus mit mir zu tragen. Ja klar, diese Erfahrungen waren für mich wohl erforderlich, um überhaupt erst ein Paulus werden zu können.

Und mit dieser Erkenntnis wird es erst möglich, sich und anderen Menschen von Herzen jeden Fehler zu verzeihen. Und nach dem ehrlichen Verzeihen kommt langsam auch die ehrliche, bedingungslose Liebe zum Vorschein.

Sich der Liebe Öffnen

Die vorher bereits genannte Internet-Seite hat mich zum Thema bedingungslose Liebe ein gutes Stück weitergeführt. Da mal kurz reinschauen kann ich nur allen empfehlen, hier ist der Link. <http://www.puramaryam.de/>

Das hört sich auf diesen Seiten zwar alles abgefahren an, vom Schreibstil dieser Autorin bis hin zu ihren durchlebten Inkarnationen, die sie dort ebenfalls aufführt.

Bei allem was ich dort las, hatte ich aber immer wieder das Gefühl, dass alles wahr war und vor allem, dass ich es mit meinem Inneren als stimmig erkannte.

In den Wochen, in denen ich diese Botschaften in mich verschlang, fing ich plötzlich an, meine sieben Haupt-Chakren zu spüren. Ein Gefühl der Weite und auch der Enge war an den jeweiligen Stellen in meinem Körper spürbar, je nachdem ob es sich öffnete oder schloss.

Es gab eine Zeit, da konnte ich es als exakten Punkt in mir ungefähr an der Wirbelsäule spüren. Stand heute ist das Gefühl etwas breiter gestreut. Ich bin mir nicht sicher, ob und was das zu sagen hat, aber wichtig ist, dass ich meine Chakren immer noch spüren kann. Vor allem das Herz-Chakra in meiner Brust, welches auch der Indikator für wahr und falsch ist. Das ist mein Instrument, das mir verlässlich zeigt, ob jemand lügt oder ob er es ehrlich mit mir meint.

Seit dem Lesen dieser Texte versuche ich, mich selbst und alles um mich herum als ein Ganzes zu betrachten. Ich versuche jede Seele als meinen „Bruder oder Schwester“ anzusehen. Dass das natürlich bei einigen Menschen eine Herausforderung darstellt, muss ich wohl niemandem erklären.

Aber ich habe begriffen, wir sind alle in unserem Inneren vom selben Ursprung. Um sich selbst lieben zu können, muss man daher auch seine Mitmenschen lieben können, und natürlich auch umgekehrt.

Vieles in diesen Texten handelt von Arbeiten mit Licht und Liebe. Ich konnte die Liebe als ständig präsenten Teil in mir verankern. Seit dieser Zeit arbeitet sie in mir und hat ganz schön damit zu tun, all die alten Blockaden in mir aufzulösen und dafür zu sorgen, dass keine neuen dazukommen.

Aber das ist der einzig sinnvolle Weg, der mir bisher begegnet ist, der wirklich zum Ziel führt. Liebevoller verhalten gegenüber mir und vor allem auch gegenüber allen anderen Seelen ist mir zur Selbstverständlichkeit geworden und beschert mir mit jeder entsprechenden Handlung dieses herrlich weite und wohlige Gefühl in meiner Brust.

Seitdem ich diesen Begriff Liebe fühlen und damit fast schon be-greifen kann, habe ich die passende Sichtweise gefunden, um mich auch anderen Texten zu öffnen.

So bin ich auf „Die Geschichte Jakobus des Jüngeren“ gestoßen, ein Buch das den Untertitel trägt „Erzählt von Yasper, einem Engel Gottes“. Hierin wird der Weg des Jesus aus der Sicht eines seiner begleitenden Apostel geschildert.

Nachdem die Liebe ein derart zentrales Thema in unserem Leben spielt, spielen sollte, möchte ich diesen Punkt mit einem Auszug aus diesem Buch abschließen.

Hier erklärt Jesus bildhaft, wie man die bedingungslose Liebe verstehen kann. Jakobus spricht von Jesus hier als „der Herr“.

„ ... Der Herr blickte versonnen auf das Wasser des ruhig dahinfließenden Flusses, dann begann er zu sprechen: >> Brüder, mit der Liebe des Vaters verhält es sich so wie mit diesem Fluss. Sein Wasser entspringt einer einzigen Quelle. Es ist zwar schon vorher da, doch wird es für uns erst sichtbar, wenn es an die Oberfläche der Erde tritt. Die Quelle ist anfangs nur ein kleines Rinnsal, unscheinbar und doch voller Lebenskraft. Sie erquickt jedes Gras, jede Pflanze, die ihre Wurzel in ihre Nähe ausstreckt. Sie nährt jedes Tier, das sich durstig zu ihr hinunterbeugt, um zu trinken. Sie unterteilt nicht in gut oder böse, sie macht keinen Unterschied zwischen Heilpflanze und Giftpflanze, zwischen Lamm und Wolf. Wollte die Quelle auch nur ein einziges Lebewesen ausschließen, müsste sie für alle versiegen. Genau so ist es mit der Liebe des himmlischen Vaters. Sie ist immer da, doch wird sie für euch erst sichtbar, wenn sie in die Welt kommt. Wie die Quelle bietet der Vater seine lebensspendende und lebenserhaltende Liebe jedem Wesen dar, ohne einen Unterschied zu machen. Glaubt mir, es ist ihm gar nicht möglich, auch nur ein einziges Wesen von seiner Liebe auszuschließen. Denn würde er dies tun, würde er aufhören, der liebende Vater zu sein.

So verhält es sich mit der Liebe des Vaters wie mit dem Wasser vor uns. Auch der Fluss beginnt als winzige Quelle, doch während er seinen Weg fortsetzt, wird er immer breiter, stillt immer mehr Lebewesen mit seinem lebensnotwendigem Nass. Ebenso strömt die Liebe des Vaters anfangs ganz sacht in euch. Doch wenn ihr sie annimmt, gewinnt sie an Stärke. Mit jedem Menschen, der bereit ist, sie weiterzugeben, wird der Liebesstrom des Vaters auf Erden breiter, stärker, spürbarer, ebenso wie dieser Fluss vor euch, der schließlich ins Meer mündet, wo er sich mit allen Flüssen der Welt verbindet.

So wie die Liebe des Vaters niemanden ausschließt, so fließt sie auch nur in Menschen, die bereit sind, ebenso niemanden auszuschließen. Sobald ihr auch nur ein einziges Wesen durch eurer Bewertung ausschließt, versiegt die Liebe in euch, sie versickert, und ihr seid vom Liebesstrom des Vaters abgeschnitten. Dann müsst ihr wieder den mühsamen Weg zurück zur Quelle gehen. <<“

Dem will ich nichts mehr hinzufügen, alles Weitere von mir wäre im Vergleich nur leeres Geschwafel.

Unverständnis im erweiterten Umfeld meiner Familie

Nicht dass ich falsch verstanden werde, heute bewerte ich keine Menschen mehr nach deren Denkweise und verurteile diese schon gar nicht. Das war damals schon so ähnlich, nur war es mir leider noch nicht egal, was andere Menschen über mich dachten.

Die Denkweise meines familiären Umfeldes hatte ich bis vor kurzem ja selbst noch verinnerlicht. Hart arbeiten und Stress haben zeugt doch von Menschen, die wertvoll für die Gesellschaft sind, und nicht dem Staat (Arbeitsamt) zur Last fallen.

Was hatte ich denn erwartet, was von mir gedacht wird, wenn ich mich jetzt auf einmal davon lösen würde.

Eine materielle Ausrichtung in unserer Denkweise ist üblich und zielführend in unserer aktuellen Gesellschaft. So habe ich ja schließlich vor einiger Zeit selbst auch unsere Kinder erzogen. „Damit man es mal leichter im Leben hat“. Ist nicht ganz falsch aber aus meiner heutigen Sicht sicherlich auch nicht mehr ganz richtig.

Mit einem hatte ich ja länger schon gebrochen. Der blinde Glaube an die Worte der Kirche, die verdrängten Gedanken an den Tod und ob es, und wenn ja, wie es danach wohl weiter gehen könnte. Ich bin wie schon beschrieben nicht mehr in die Kirche gegangen. Das war damals schon mal der erste markante Minus-Punkt auf meinem Konto.

Dann habe ich Hals über Kopf meinen Job an den Nagel gehängt. Zudem lief ich auch ins Arbeitsamt und bekam dort auch noch gutes Geld (zwei Drittel eines sehr guten Gehaltes geben immer noch ein gutes Arbeitslosengeld) und ging damit grinsend durch die Welt. Dass das Grinsen durch den zentnerschweren Stein kam, der mir mit meiner Kündigung von Herzen fiel, hat wohl meine Umwelt nicht so wirklich registriert.

Und dann auch noch mein Verhalten und mein Gerede, sich ab jetzt im Leben treiben zu lassen. Das musste wohl den Einen oder Anderen zur Ansicht veranlassen, ich wolle ab jetzt überhaupt nicht mehr Arbeiten. Und so was ging ja gar nicht.

Ich war damals in der Phase, von einer Erkenntnis und Einsicht zur Anderen zu stolpern, und konnte es eigentlich niemandem sonst mitteilen als meiner Frau. Dass ich auch hier noch weitgehend Skepsis vorfand ist für mich heute auch verständlich. Ich hatte ja selbst Mühe dabei, diesen inneren Wandel auch im Äußeren nachzuvollziehen, mein Handeln und Reden danach auszurichten.

Ich war voller Euphorie, dazu kam der Widder als Sternzeichen auch noch zum Vorschein. Und der hat gleich zu Poltern begonnen und seine neuen Erkenntnisse der Umwelt kundgetan. Ich habe erst später begriffen, dass ich meine Familie damit wohl überfordert habe, da diese ja noch in der alten bisherigen Denkweise verhaftet war (und es außer meiner Frau vermutlich auch heute noch sind).

Auch wenn ich jemanden näherbringen wollte, dass Schmerzen und Krankheiten doch nur gut gemeinte Hinweise unserer Schutzengel sind (ich habe damals Reiz-Worte wie höheres Selbst, höhere Führung oder Bewusstsein vermieden), erntete ich dabei nur ablehnende Blicke und negative Bemerkungen.

Die Ursache dafür ist mir erst später klar geworden. In der bisherigen Denkweise wird ja immer zuerst nach dem Schuldigen gesucht, und meiner Ansicht entsprechend ist man dann ja selber „Schuld“ an der Krankheit. Wer wollte das schon hören. Manchmal verletzte ich damit ungewollt Menschen, was ich nun wirklich nicht wollte und mir auch leidtat.

Ich fühlte mich damals unverstanden und das hatte mich schon auch etwas belastet. Ich war es wohl nicht einmal wert, auf dieses Thema angesprochen zu werden. Nach dem Motto „komisch war der schon immer, und jetzt flippt er halt ganz aus“.

Mittlerweile habe ich auch hier eine andere Sicht darauf bekommen.

Ich bin z.B. auch einer von den Wenigen, die beim Spaziergang mit dem Hund den achtlos weggeworfenen Müll anderer auf den Feldwegen aufsammeln und zur Entsorgung mit nach Hause nehmen. Da trage ich dann eine oder zwei von den Doggie-Bags mit mir herum, vollgestopft mit Plastik und sonstigem nicht von selbst verrottendem Abfall.

Einfältig wie ich war, habe ich von zufällig entgegenkommenden Leuten eigentlich erhofft, mal ein anerkennendes Wort zu bekommen. Das ist mir in drei Jahren erst zwei Mal passiert. Mir fiel dabei langsam auf, dass da in einem evtl. kurzen Gespräch die Augen der Anderen krampfhaft oben blieben, nie auch nur kurz nach unten gingen, da wo ich die Tütchen in der Hand hielt. Man hatte dies doch schon deutlich erkennen können, als man aufeinander zuing, auch dass da Abfall drin war.

Wollte man dabei nicht den Anschein erwecken, als neugierig zu gelten? Nein, wenn man meine Verhaltensweise zur Sprache gebracht hätte, wäre man wohl Gefahr gelaufen, sich selbst ins Gespräch zu bringen oder von mir darauf angesprochen zu werden.

Dann müsste man vielleicht zugeben, dass man das selbst eigentlich schon auch hätte machen könnte und dass das ja auch eine gute Sache wäre. Und dann müsste man nach Gründen suchen, um sich vor mir und vor sich selbst auch für sein eigenes Verhalten zu rechtfertigen.

Und genau das ist inzwischen auch meine aktuelle Sichtweise auf meine familiäre Umgebung. Auch ich hatte mich mit dem Bau meiner Freizeit-Hütte davor gedrückt, mich mit mir selbst auseinanderzusetzen. Meine Anwesenheit wird vermutlich in manch einem dasselbe schlechte Gewissen hochkommen lassen. Die Frage danach, ob sein gerade eingeschlagener Weg denn auch der richtige ist.

Und leichter lebt es sich nun mal in der Unwissenheit darüber, als mit der Gewissheit, dass man jetzt langsam etwas in seinem Leben ändern sollte.

Das alles kann ich gut nachvollziehen, und darum kann ich es auch niemandem Übel nehmen. Es ist auch nicht meine Aufgabe, hier als Missionar aufzutreten. Ich gehe einfach achtsam meinen Weg.

Allerdings verstecke ich mich hierbei nicht, ich hinterlasse meine Spur auch für andere deutlich sichtbar. Falls sich jemand dem Neuen auch öffnen sollte bin ich gerne da, bereit um meine Hilfe bei Bedarf anzubieten.

Ausbildung zum Hospizbegleiter

Der Tod als Vollendung des Lebens, der Übergang zurück in eine andere Dimension, aus der wir ins Leben geboren wurden. Der Tod, der nicht das Ende von mir ist, sondern nur das Ende meiner aktuellen Inkarnation. Zwischen den Inkarnationen das Auswerten des abgeschlossenen Lebens und die Vorbereitung auf eine neue Runde des Lebens, eine neue Inkarnation.

Da gab es außer meiner Frau wieder niemanden, der sich mit mir auf ein solches Gespräch einließ. Also war mein Bestreben, hierzu Gesprächspartner zu finden. Ich dachte damals, die würde ich sicherlich in einem Hospizverein finden. Also beschloss ich, mich als Hospizhelfer ausbilden zu lassen.

Dass das nicht der optimale Weg war, hätte ich schon begreifen sollen, als die Kontakt-Aufnahme nicht wirklich funktionierte. Nur war ich damals noch nicht so weit in meinen Erkenntnissen und meiner Denkweise, und setzte daher mein Wollen durch. Diesen Punkt beleuchte ich noch zu einem späteren Zeitpunkt.

Die Ausbildung dauerte etwa ein halbes Jahr und wurde hauptsächlich während der Wochenenden durchgeführt.

Dort waren neben theoretischen Vorträgen (wie z.B. über das Hospiz-Konzept selbst, dem Umgang mit Trauer oder dem Umgang mit Sterbenden und deren Angehörigen) auch viele praktische Erfahrungen dabei.

Auch Übungen, an denen man sich gegenseitig berühren konnte/sollte. So saß man z.B. jemandem gegenüber, der absichtlich die Hand zur Faust verschließen musste. Diesen dann irgendwie dazu zu bringen, diese Faust zu öffnen war die Aufgabe.

Das war für mich als langjähriger Büroangestellter eine echte Hemmschwelle, die es zu überwinden galt. Aber auch eine von mehreren Erfahrungen, die ich nicht vermissen möchte, da diese mich den Menschen wieder näherbrachte.

Nur musste ich erkennen, dass der spirituelle Teil, für den ich eigentlich Gesprächspartner suchte, so gut wie nicht behandelt wurde. Es gab zum Thema Spiritualität mal einen Vortrag eines Pfarrers. Aber auch hier wurde mir schnell klar, dass ich mit ihm auch nicht eine Person mit meiner geistigen Ausrichtung vor mir hatte.

Bitte versteht mich nicht falsch. Die ganze Gruppe bestand aus wirklich liebevollen Menschen, die aber leider nicht dazu geeignet waren, mir das zu geben, was ich hier suchte. Auch aus zwei Begleitungen sterbender Menschen (die ich in einem späteren Punkt noch im Detail erwähnen werde) habe ich erkannt, dass ich hier nicht das finden werde, was ich gesucht hatte.

Während ich hier schreibe, kommt mir die Literatur in den Sinn, mit der ich mich damals beschäftigte. Da waren unter anderem die Werke von Fr. Elisabeth Kübler-Ross, der Pionierin in der Hospiz-Arbeit.

Auch hier hatte ich schon beim Lesen immer wieder mal den Gedanken, dass man um wirklich zu helfen doch eigentlich den Hebel etwas früher ansetzen sollte, als erst in der Sterbe-Phase des Lebens.

Dazu ein Ausschnitt aus einem ihrer bekanntesten Bücher: Interviews mit Sterbenden. Hier auszugsweise aus dem Kapitel II, Verhaltensweisen gegenüber Tod und Sterben.

„Im Folgenden geht es ... um die Frage, was mit dem Menschen in einer Gesellschaft geschieht, die dazu neigt, den Tod zu ignorieren und den Gedanken an ihn zu vermeiden. Auf welche Weise trägt sie dazu bei, die allgemeinen Angst vor dem Tod zu steigern.“

Etwas später schrieb sie: „Was geht in einer Gesellschaft vor, die mehr Wert auf den Intelligenz-Quotienten und den sozialen Status legt als auf so einfache Voraussetzungen wie Takt, Einfühlungsvermögen, Einsicht und Zurückhaltung im Umgang mit Kranken. In einer Gesellschaft der Professionellen, die den jungen Mediziner wegen seiner Forschungs- und Laborarbeit in seinen ersten Ausbildungsjahren bewundert, obwohl ihm die Worte fehlen, wenn er Kranken eine Frage beantworten soll.“

Das war schon in den 70er Jahren, aber ist meines Erachtens heute noch genau so aktuell.

Und dazu fällt mir auch das Buch von Bronnie Ware ein: 5 Dinge, die sterbende am meisten bereuen. Dieses Buch empfehle ich jedem, hilfreich in jeder Stufe seiner Entwicklung und unabhängig davon, ob er sich mit dem Tod auseinandersetzen will oder nicht. Hier nennt sie die aus ihrer Sicht fünf häufigsten Versäumnisse von Menschen, die ihnen erst in den letzten Monaten und Wochen ihres Lebens bewusst wurden:

- Ich wünschte, ich hätte den Mut gehabt, mir selbst treu zu bleiben, statt so zu leben, wie andere es von mir erwarteten*
- Ich wünschte, ich hätte nicht so viel gearbeitet*
- Ich wünschte, ich hätte den Mut gehabt, meinen Gefühlen Ausdruck zu verleihen*
- ich wünschte, ich hätte den Kontakt zu meinen Freunden gehalten*
- Ich wünschte, ich hätte mir mehr Freude gegönnt*

Ja klar, hinterher ist man immer klüger. Auch ich. Rückwirkend betrachtet habe ich schon während meiner Ausbildung zum Hospiz-Begleiter spüren können, dass das nicht die Stelle ist, wo mich das Leben vorgesehen hat. Aber das Thema Tod und Sterben hat mich nach wie vor magisch angezogen.

Stand heute weiß ich auch, dass es vor allem die Frage war, was denn nach dem Tod auf einen zukommt. Aber diese Frage wurde hier so gut wie nicht angesprochen, hier fühlte sich keiner so richtig wohl dabei, mit mir darüber zu diskutieren.

Jedenfalls wollte ich den Menschen zu einer Zeit helfen, während diese ihre Entwicklung noch selbst beeinflussen konnten. Ihnen einen Spiegel vorzuhalten, sie wachzurütteln um sich rechtzeitig ihrer Lage bewusst zu werden (ja ich weiß schon, aber damals war ich noch sehr in meiner Sturm- und Drang-Phase verhaftet).

Ich habe letztendlich aber doch realisiert, dass ich in der Sterbebegleitung kaum eine Möglichkeit mehr dazu hatte. Hier war nur noch ein einfaches „Dasein für die letzten paar Meter des Weges“ gefordert, hier kam der aktive Teil meines Lebens nicht wirklich zum Einsatz, zu dem ich mich gedrängt fühlte.

Die Basis hierfür wurde aber im nächsten beschriebenen Punkt geschaffen.

Die Chance: Fortbildung zum Pflegehelfer

Irgendwann haben es dann auch die Damen und Herren im Arbeitsamt kapiert, dass ich in der IT nicht mehr zu vermitteln war. Ich wurde dann von der Außenstelle nach Augsburg übergeben, dort waren die schwer vermittelbaren über Fünfzig angesiedelt.

Da bekam ich dann eine Jobcenter-Agentin, eine Frau als Beraterin zugeordnet. Die machte mir das Angebot, eine achtwöchige Fortbildung zum Pflege- und Betreuungs-Helfer zu besuchen. Wir beide waren damit einverstanden. Ich hatte die Chance, etwas Neues kennen zu lernen und für sie war ich vorläufig aus ihrer Statistik raus.

Die Fortbildung wurde von den Maltesern durchgeführt. Die hatten auch den Ehrgeiz, ihren Teilnehmern viel beizubringen und forderten deshalb auch Einsatz von uns. Es gab relativ viel anatomisches Grundwissen und andere interessante Themen, von Erkrankungen über Gedächtnistraining bis hin zur Demenz. Aber auch der praktische Teil kam nicht zu kurz, vom richtigen Begleiten bis zum richtigen Waschen und Lagern wurde alles geübt. Entsprechend deftig war auch die Prüfung, die wie erwartet nicht alle bestanden. Ich war stolz darauf, einer der beiden Besten zu sein.

Mir wurde während des Kurses eigentlich erst so richtig klar, wo ich gelandet war. Das hier war der soziale Bereich, und das war eine von Frauen dominierte Berufswelt. Das machte nicht nur die Männerquote im Kurs deutlich (von 18 Teilnehmern 2 Männer). Es gab auch durchwegs nur Referentinnen, die ihre Sache übrigens hervorragend und mit Hingabe machten.

Was mit meinem Hund begann wurde jetzt konsequent weitergeführt. Nicht mehr den bisher gelebten, logisch strukturierten männlichen Teil in mir, sondern ab nun den intellektuell anders gestrickten, gefühlsbetonten, den weiblichen Teil in mir galt es nun weiter zu entwickeln.

Eine der Referentinnen erwähnte ganz nebenbei auch mal die Adresse eines Pflege- und Assistenz-Dienstes gleich in meiner Nähe, und dass dort gerade wieder nach Personal gesucht wurde.

Mittlerweile hatte ich gelernt, solche Hinweise nicht unbeachtet zu lassen. Na ja, was soll ich groß darüber reden, innerhalb der nächsten acht Tage war die Bewerbung eingeworfen, ein Bewerbungsgespräch geführt und die Zusage für die Stelle erhalten.

Jetzt fühlte ich, dass Bewegung in meine Entwicklung kam. Hier war sie, die neue Tür, die sich für mich öffnete.

Als ich den Arbeitsvertrag meine Jobcenter-Agentin übergab, war diese schon etwas erstaunt darüber, dass ich noch sieben Monate relativ hohes Arbeitslosengeld sausen ließ. Für eine Stelle, die gerade mal die Hälfte an Einkommen einbrachte, zollte mir dann aber ihren Respekt dafür. Diesen hatte ich in meinem familiären Umfeld ehrlich gesagt schon etwas vermisst.

Wobei ich meine Frau hier allerdings sehr gut verstehen konnte. Sie ging bisher als Teilzeitkraft arbeiten und hatte das Geld bis dahin für sich selbst verwenden können. Mit meinem neuen Job musste sie damit von heute auf morgen zum zweiten Standbein unseres gemeinsamen Einkommens werden.

Die Geburt: Neue Arbeitsstelle als Alltagsbegleiter

Es gab seit einigen Jahren für körperbehinderte Menschen ohne größere geistige Einschränkung die Möglichkeit, ein weitgehend selbstbestimmtes Leben in einer eigenen Wohnung führen zu können. Die staatlichen Mittel wurden ihnen hierfür bereitgestellt, u.a. auch für einen Assistenten (Begleiter), der ihnen im Alltags-Ablauf zu Seite steht.

Das war nun meine Tätigkeit. Die erstreckte sich von der Grundpflege (Körperpflege, Duschen, Transfers) über hauswirtschaftliche Tätigkeiten (Kochen, Wäsche waschen, Putzen) bis hin zur Freizeitbegleitung (Einkaufen, Arztbesuche, Veranstaltungen).

Was nicht im Arbeitsvertrag stand, aber immer wieder gefragt war, war die psychologische Begleitung unserer Klienten. Bei einem landete ich schon sehr schnell in einer Vater-Rolle, ob ich wollte oder nicht. Das ist jedoch nicht selten, denn viele von ihnen hatten bereits eine „Wohnheim-Karriere“ hinter sich gebracht.

Dieser betreffende Klient, spastisch behindert aber im Kopf klar, war von Kindertagen an lange Zeit in einer von Nonnen geführten Anstalt. Er war türkischer Abstammung, von den Eltern abgegeben da in dieser Kultur behinderte Kinder als Schande betrachtet wurden. Was ihm fehlte, strahlte ich mit meiner männlichen, väterlichen Art aus.

Ich ging mit geöffnetem Herzen in diesem Job. Diese Einstellung war der Grund, warum er mich innerlich erfüllte, aber auch nicht selten an meine Grenzen führte.

Das war nicht die Körperpflege, es machte mir nichts aus, anderen Menschen den Hintern zu putzen. Das hatte ich ganz früher oft genug bei meinen Kindern gemacht. Es waren die menschlichen Erfahrungen, die mich forderten.

Da war z.B. das Thema Nähe und Distanz. Wie weit lasse ich den Klienten an mich heran, wie weit gehe ich selbst an ihn heran. In diesem Job sind körperliche Berührungen einfach an der Tagesordnung, vom Toilettengang bis hin zum Duschen und anschließendem Eincremen.

Natürlich drückte sich mein vorher beschriebener Klient an mich heran, wollte auch kuscheln und mal liebevoll gestreichelt werden, auch wenn er schon 47 Jahre alt war und ich 53. Die geistige Entwicklung war entscheidend, nicht das Alter. Jedenfalls ließ ich auch Berührungen von ihm zu, bis er dann anfang, mir über die Wangen zu streicheln. Das war dann für mich persönlich zu viel, das war ich nicht mehr bereit zu geben. Er hatte es dann verstanden, als ich ihm erklärte, dass es einfach Bereiche gab, die nur meiner Frau vorbehalten waren. Aber er genießt es weiterhin, beim zu Bett gehen seinen Kopf nochmals an mich zu drücken und noch kurz die Haare am Hinterkopf gekraut zu bekommen. Tut schließlich einfach nur gut, das mag ich von meiner Frau ja auch.

Allerdings kollidierte ich mit meiner Einstellung mit meinem Arbeitgeber. Das Konzept sah dahingehend aus, dass keine tiefere Beziehung zwischen Assistenten und Klient entstehen sollte. Meine Arbeit im selbstbestimmten Leben des Klienten wurde so beschrieben, dass ich einfach dazusitzen hatte und darauf warten sollte, bis er mir sagte, was zu tun war. Und vor allem, er musste/sollte mir auch sagen können, wie ich es zu tun hätte.

Das war wohl der Tatsache geschuldet, dass dieser Assistenten-Job keine beruflichen Voraussetzungen benötigt. Dementsprechend bunt war unsere Truppe. Es wurden natürlich mehrere Assistenten für einen Klienten benötigt, wir wechselten uns in Schichten ab. Von Studenten über Hausfrauen bis hin zu Quereinsteigern wie mich war da alles vorhanden. Und damit auch die unterschiedlichsten Einstellungen, mit denen jeder den Job ausführte.

Mit diesem Konzept hatte ich lange Zeit Probleme, und meine Klienten natürlich auch. Aber wir haben uns da inzwischen auf einen guten Mittelweg geeinigt. Ich sehe ein, dass die Klienten so viel tun sollen, wie ihnen möglich ist. „Use it or loose it“. Aber ich warte nicht mit dem Kehren, bis ich den Schmutz am Boden hingetreten habe und dann erst um das Kehren gebeten werde. Über 30 Jahre Ehe prägen einfach.

Ein anderes Thema, das mich deutlich gefordert hatte, waren Enttäuschungen. Wenn jemand in einem Wohnheim untergebracht wird, ist oft nur ein Betreuer für mehrere Bewohner verfügbar. Also werden von den Bewohnern alle Mittel angewendet, um hier Beachtung zu finden und damit Zeit des Betreuers zu bekommen. Das sind dann nicht immer faire Mittel, da wird dann schon mal intrigiert oder mit Unwahrheiten gearbeitet.

Dieses Verhalten hatte sich mein Klient im Laufe seiner Heim-Unterbringung auch angeeignet. Und so hatte er dann nach einiger Zeit begonnen, uns Assistenten mit unserer Pflegedienstleitung gegeneinander auszuspielen. Auch mich hat er mit einer unwahren Geschichte dazu gebracht, mich auf seine Seite zu ziehen.

Vielleicht hat er nicht damit gerechnet, dass ich nicht nur in mitleidvolles Verhalten ihm gegenüber verfiel, sondern gleich meine Gruppenleiterin darauf ansprach um auf den Missstand hinzuweisen. Dort wurde mir dann klar gemacht, mit wem ich es zu tun hatte, denn das war nicht das erste Mal bei ihm.

Das hat dann schon einiges in mir ausgelöst, eine richtige Gefühls-Achterbahn zwischen Wut und Mitgefühl. Ich konnte mich aber wieder in einer professionellen Ebene einpendeln und ihm dann beim nächsten Dienst ohne Emotionen klar machen, was er da in mir und auch zwischen uns angerichtet hatte.

Auch hier habe ich zu meiner persönlichen Grenze gefunden, wie weit ich mich für ihn nach wie vor einsetzen werde, und ab wann ich intuitiv prüfen muss, ob ich nur ausgenutzt werden soll.

In diesem Job kann ich eigentlich alles das im praktischen Leben erfahren, was ich in der Theorie in den beiden vorausgegangenen Ausbildungen gelernt habe.

Es ist nicht immer leicht, aber ich versuche mich vor jedem Dienst in eine liebevolle Grundschwingung zu begeben, mit einem offenen Herzen mir gegenüber, meinen Klienten und auch meinen Vorgesetzten entgegen zu treten. Nur das ist zielführend, und auch nicht nur für meine Entwicklung.

Ich traf und treffe auch weiterhin auf Klienten, die von mir lernten und von denen auch ich lernen konnte

Ich habe vor allem gelernt, mich in der von Frauen dominierten Welt bewegen zu können, ohne ständig anzuecken. Da sind schon wesentliche Unterschiede gegenüber der mir bisher bekannten IT-Welt, angefangen von der Betriebs-Organisation bis hin zur Art der Formulierung von Mails und zum Führen von Gesprächen in Meetings.

Ich habe hier immer noch Spaß und Freude an der Arbeit und bekomme immer noch Themen und Klienten beschert, an denen ich mich weiter entwickeln kann.

Das Erwachen: Der Weg zu meiner Mitte

Wo oder was ist denn meine Mitte

In meiner Vorstellung ist „meine Mitte“ nicht nur irgendein zentraler Punkt. Ich sehe da vielmehr ein längeres Mischpult mit vielen Schiebe-Reglern vor mir liegen, ähnlich wie in einem Tonstudio. Über und unter jedem Regler sind da jeweils Beschriftungen. Bei einem steht unten Kampf, drüber Spiel. Ein zweiter hat die Beschriftungen Schwierigkeit und Chance, bei den Nächsten stehen Pflichterfüllung und Abenteuer, Verbissenheit und Leichtigkeit, und so reihen sich Regler an Regler.

In meinem Mischpult versuche ich nun, jeden Schiebe-Regler so hinzubekommen, dass sich dieser in der Mitte, also in einem Bereich zwischen den beiden Maximum-Stellungen einpendelt. Das muss nicht exakt die Mitte sein, aber ein Punkt, der sich in mir gut anfühlt.

Leider habe ich da noch keinen langen Stab oder so etwas ähnliches gefunden, der quer über das ganze Mischpult reicht, mit dem man alle Regler mit einem Mal verschieben kann. Also bleibt mir nichts anderes übrig, als ständig wieder mal nachzusehen, in mich hinein zu fühlen, wo denn irgendeiner der Regler wieder an einen Randbereich verschoben wurde. Meistens spürt man das sofort, wenn man z.B. am Morgen kein gut gelauntes Gesicht im Spiegel erkennen kann.

Dann versucht man einfach, den betreffenden Regler zu finden, und den in ein paar ruhigen Minuten wieder in den mittleren Bereich zu bringen. Es kann natürlich vorkommen, dass da einer irgendwie festsitzt. Den gilt es dann z.B. in einem persönlichen Gespräch mit einer Person oder durch eine erforderliche Handlung wieder zu lockern um ihn dann in einer Nachbetrachtung wieder zu zentrieren zu können.

Aber wenn man einen Regler mal längere Zeit in der Mitte stehen hat, dann bleibt der auch in dieser optimalen Position wie angeklebt stehen.

Meine neue Lebens-Einstellung

Daraus resultierte auch eine deutliche gewandelte Lebens-Einstellung in mir. Die bisher materiell verzerrte Sicht auf das Leben gab den Blick wieder für das Einfache und Schöne des Lebens frei. Ich hatte morgens oder abends den Kopf wieder frei, um mich an der auf- oder untergehenden Sonne zu erfreuen, die Wärme dabei zu empfinden, Ruhe in mich aufzunehmen.

All das, was ich vor nicht langer Zeit als Einfältigkeit bezeichnet hatte, begeisterte mich jetzt. Die Sinne fingen wieder an, sich bemerkbar zu machen. Der süßliche Geruch von Flieder in der Luft wurde von mir genauso wohlwollend wahrgenommen wie der Geruch eines blühenden Raps-Feldes, das ich eigentlich nur als eher unangenehm in Erinnerung hatte. Das Leben fing langsam an, sich vom Kampf zur Leichtigkeit hin zu entwickeln, ja fast schon wirklich zum Spiel des sich Treiben lassen zu werden. Körperliche und geistige Belastungen machten Platz für angenehme Betrachtungen mit Freude und Genuss.

Werte-Verschiebung

Eine Verschiebung in der Priorität meiner bisherigen Wertvorstellung war da natürlich die zwangsläufige Folge.

Ein bisher unauffällig in der Masse geführtes Leben wandelte sich schon fast ins Gegenteil. Anfangs oft, ohne dass ich es wollte, später aber dann auch schon mal bewusst so herbeigeführt.

Ich begann in Gesprächen bewusst zu widersprechen und zu hinterfragen anstelle nur nach dem Mund der Anderen zu Reden. Dabei amüsierte mich meistens die Reaktion meiner Gesprächspartner. Warum denn nicht offensichtliche Scheinheiligkeiten in einem Gespräch offenlegen, solange man seinem Gegenüber nicht gerade sein Gesicht dabei nahm.

Ich begann mir meiner jetzt neuen eigenen Prinzipien bewusst zu werden und diese immer mehr öffentlich kund zu tun und auch offen zu leben.

Über Allem stellte ich ein liebevolles Verhalten, sowohl gegenüber anderen als aber auch gegenüber mir selbst. Dann war es auch nicht mehr schwer, die weiteren wichtigen Werte daraus abzuleiten. Ehrlichkeit, Mitgefühl und Mut standen da auf der Liste ganz weit vorne.

Statt das Ansehen anderer zu erhaschen und deren Anerkennung und Verständnis gewinnen zu wollen, stand jetzt mein Leben unter einem anderen Ziel. So zu leben, wie es sich für mich gut anfühlte, wie es aus meiner Sicht stimmig war.

Wobei meine alten Gewohnheiten und Ansichten doch immer wieder durchkamen und sich stellenweise auch recht hartnäckig festbissen. Aber das führte immer wieder zu einem inneren Unwohlsein, das war ich nicht mehr wirklich. Wenn auch manchmal begleitet mit hämischen Bemerkungen schaffte ich es dann doch immer wieder, zu meiner neuen Gesinnung zurückzufinden.

Und ich habe erkannt: Da gibt es doch einen zentralen Bereich in mir. Der nennt sich Liebe und sitzt mitten in meiner Brust. Den kann ich inzwischen auch fühlen. Egal wie abgedroschen und schwulstig sich dieses Wort Liebe doch anhört, es kommt nur darauf an, was man damit verbindet.

Und ich als geläuterter Saulus, als reumütig zurückgekehrter verlorener Sohn, ich hatte das Glück, die bedingungslose Liebe in so vielen Dingen kennen zu lernen. Und seitdem ich verstanden habe, was Liebe im eigentlichen Sinn bedeutet, habe ich auch keine Hemmungen mehr, dieses Wort öffentlich zu verwenden.

Ich bin inzwischen gefühlt sehr nahe an meiner Mitte, ich bin selbst Liebe. Die war schon immer da, ich musste sie einfach nur freischaufeln.

Erkenntnisse aus dem Weg des Erwachens

Ich habe damals erkannt, dass man zwischen der Frage nach dem Sinn des Lebens und dessen Aufgabe trennen muss. Der Sinn des Lebens ist für alle Menschen gleich, die persönlichen Lebens-Aufgaben sind für jeden unterschiedlich.

Der Sinn des Lebens

In der Zeit meiner Veränderung habe ich den Sinn wie folgt definiert: Die bedingungslose Liebe entdecken und in ihr leben. Da war ich dann glaub ich gar nicht so falsch gelegen.

Ich kenne Menschen, auch in meinem näheren Familien-Umfeld, die in der ersten Hälfte ihres Lebens ihre Zeit und Gesundheit opferten, um mit Arbeiten möglichst viel Geld für das Alter zurückzulegen, und jetzt im Alter das Geld dazu verwenden, ihre Gesundheit wieder soweit möglich herzustellen.

Konnte das sinnvoll sein? Bedeutete das, „in der Liebe zu leben“?

Wäre es nicht sinnvoller gewesen, die Zeit auch viel öfter mal zum Nachdenken zu nutzen, und das pralle Konto hintenanzustellen?

Sollte man nicht auch mal beobachten, was andere so tun, und versuchen, den Sinn hinter deren Handeln zu erkennen? Vielleicht gibt es vom Verhalten anderer ja was zu lernen.

Und dann auch nicht gleich abfällig über alle anderen zu werten, weil diese nicht schwitzend arbeiten, sondern in der Gartenliege ihre Gedanken schweifen lassen.

Im gesunden Verhältnis zueinander ergibt meiner Ansicht nach beides einen Sinn. Ohne Nachdenken (=Innovation) wären wir noch in der Steinzeit, aber die Ideen müssen auch mit Fleiß umgesetzt werden. Und wenn jetzt das Ganze auch noch im liebevollen Umgang miteinander geschieht, dann wäre dies nahezu optimal.

Und so sollte es meiner Ansicht nach nicht nur im materiellen, sondern auch im geistigen Bereich ablaufen. Auch hier ist Innovation, Weiterentwicklung unerlässlich. Für jeden einzelnen und für die Menschheit im Ganzen. Sonst würden wir ja heute noch Hexen verbrennen.

Und Innovation im geistigen Bereich bedeutet: Sich mit dem Leben im Allgemeinen und mit sich selbst im Detail zu beschäftigen, sein eigenes Handeln zu überdenken und immer wieder in Frage zu stellen, ob das denn nun liebevoll und auch zielführend war.

Und es darf auch nicht nur bei der Erkenntnis bleiben. Man muss auch gegebenenfalls sein Verhalten korrigieren und seine künftigen Handlungen nach dieser neuen Erkenntnis ausrichten.

Meine eigene Lebens-Aufgabe

Auf der Suche nach meiner aktuellen Lebens-Aufgabe sind mir folgende Zusammenhänge aufgefallen:

- Ich als der Jüngste unter uns vier Geschwistern bin der einzige, dem Kinder geschenkt wurden. Und zwar genau in Anzahl und Geschlecht entsprechend meinen Geschwistern.
- Die Charaktere meiner drei Kinder entsprechen auch noch im Wesentlichen den Charakterzügen meiner älteren Geschwister weider
- Meine beiden älteren Brüder waren vermutlich an einer Erbkrankheit gestorben. Bei mir sind bisher keine Symptome erkennbar, bin altersmäßig auch schon fast drüber. Ich konnte mir spirituell bestätigen lassen, dass weder ich noch meine Kinder damit belastet sind und spüre dies intuitiv auch selbst.
- und jetzt der für mich entscheidende Hinweis: Im Verlauf der Gespräche mit meinem ersten Lebensberater/Kartenleger hat mir diese zwei mentalen Übungen mitgegeben, die ich im Verlauf von mehreren Wochen abendlich durchführte. Die erste befasste sich mit dem „Inneren Kind“ und verhalf mir zu mehr Eigenliebe und auch Selbstbewusstsein.

Die zweite Übung nannte sich „Ursprungs-Familie“ und sollte zwischen mir und allen Mitgliedern meiner Familie Frieden schaffen.

Während dieser Übung fiel bei mir der Groschen, das war eine der Aufgaben in meinem Leben.

Am Abschluss-Tag der Übung war ein eigenes Prozedere, das mir das vorhergesagte Glücksgefühl auch bescherte. Es war ein derartig deutlich spürbarer innerer Friede in mir und in der Beziehung zu meinen verstorbenen Familien-Mitgliedern eingekehrt.

So oft ich intuitiv danach fragte (über mein Herz-Chakra), bekam ich eine positive Antwort.

Es gab da noch eine Bemerkung meines Lebens-Beraters. Der sagte so nebenbei, diese Woche hätte er schon den zweiten Lebensberater bekommen.

Das habe ich damals nicht gerafft, dass das die kommende weitere Aufgabe für mich gewesen sein könnte. Dazu komme ich aber später noch genauer drauf zu sprechen.

Nicht wollen, sondern sich achtsam dem Leben anvertrauen

Nachdem ich arbeitslos wurde, wollte ich endlich beginnen, etwas Sinnvolles zu machen.

Der Tod und was nach dem Sterben kommen würde, hat mich immer schon interessiert, ja fast schon magisch angezogen. Anderen Menschen zu helfen war für mich auch schon ständig ein Thema.

Also was lag für mich da näher als eine Ausbildung zum Hospizbegleiter.

So versuchte ich, Kontakt zum Hospiz-Verein meines Nachbarortes aufzunehmen. Dies verlief sehr holprig, nach vier Versuchen hatte ich immer noch nicht die korrekte Person am Telefon und wurde wieder vertröstet.

Ungeduldig wie ich war, habe ich mich dann an einen anderen Hospiz-Verein gewandt, und dort mich dann für eine Ausbildung angemeldet. Diese habe ich dann auch absolviert, ist innerhalb eines halben Jahres an etlichen Wochenenden über die Bühne gelaufen.

Dann dauerte es einige Wochen, bis ich die erste Begleitung bekam. Wieder wartete ich hier voller Ungeduld darauf.

Die dauerte allerdings nur ca. fünf Wochen, und ich durfte in dieser Zeit eine Familie um den Sterbenden kennen lernen, die sich vorbildlich um ihn gekümmert hat.

Ich war eigentlich nicht erforderlich, fühlte mich fast schon überflüssig. Wie ich auf meine Rückfrage erfuhr, wurde ich nicht von der Familie, sondern vom Krankenhaus angefordert. Die Familie stellte mir mein Kommen auch frei, behandelte mich höflich und mit Respekt. Der Sterbende hatte ein gefestigtes Verhältnis zu seinem Glauben und konnte dann auch in Ruhe gehen.

In der zweiten Begleitung habe ich auch bemerkt, dass ich hier nicht an der richtigen Stelle war. Der Sterbende hatte noch offene Konflikte in der Familie, darüber haben wir schon offen gesprochen. Ich habe ihm meine Sicht dargelegt, dass es jetzt vermutlich der geeignete Zeitpunkt wäre, diese zu bereinigen.

Ich traf dort dann auf Widerstand der beteiligten Familien-Mitglieder. Auch von meiner Koordinatorin im Hospiz-Verein bekam ich eine Ermahnung, dass dies nicht meine Aufgabe wäre, ich hätte schließlich keine psychologische Ausbildung.

Und so wurde mir klar, dass der Hospizbegleiter nicht meine nächste Aufgabe, meine weitere Berufung war. Das war von mir so gewollt und mit Anstrengung eingeleitet worden.

Der Pflegehelfer dagegen kam spielerisch von selbst, „durch Zufall“ in mein Leben und war dann rückwirkend betrachtet auch das Richtige für mich.

Jetzt endlich hatte ich es kapiert. So sollte es in Zukunft dann auch ablaufen.

Die Hilfe der geistigen Helfer existiert

Es gibt im Nachhinein gesehen so vieles im Leben, das es wert ist, erfahren zu werden. Es war eigentlich völlig ausreichend, meine Vorbehalte gegenüber den Geschehnissen um mich herum einfach fallen zu lassen.

Ich habe einfach in meinem Leben begonnen, Skepsis durch Offenheit und Achtsamkeit zu ersetzen.

Die Zeichen beachten

Ich achtete auf die „**Zufälle**“ in meinem Leben, die ständig so passierten. Da gab es doch einiges, das mir bei näherem Hinschauen schon etwas komisch vorgekommen ist.

Gelegentlichen entwickelten sich da dann sogar Zusammenhänge, die den Zufall immer unwahrscheinlicher machten und eher schon eine Systematik dahinter erkennen ließen.

Ich begann auch die Geschehnisse an meinem Körper aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten. Was traten bisher für **Krankheiten** auf und welche **Symptome** waren aktuell immer noch vorhanden.

Ich beschaffte mir dann auch Literatur, die den Symptomen Hinweise auf Verhaltensweisen zuordneten. Diese ergaben nicht selten auch einen Sinn, sobald ich darüber selbstkritisch nachdachte, ohne mir selbst etwas vorzumachen.

Da war auch manchmal die Rückfrage bei einer nahestehenden Person (meistens war dies meine Frau) ganz hilfreich. Sie hatte stellenweise eine ganz andere Wahrnehmung von mir hat als ich selbst.

Es gab eine Zeit, da begann ich nachts öfters zu **träumen**. Ich hatte diese Träume vorher bestimmt auch schon. Aber jetzt wachte ich nach dem Traum auf. Ich ging dann auf die Toilette, wo ein Stift und Papier schon bereit lag, und notierte mir den Traum und vor allem die Gefühle, an die ich mich noch erinnern konnte.

Ich verstand den Traum selten von Anfang an. Meistens half mir dabei einer meiner Klienten, der sich mit Traumdeutung bereits länger schon beschäftigte. Er half mir, mich etwas in diese Thematik einzuarbeiten. Ab und zu kamen mir auch beim morgendlichen Spaziergang mit dem Hund Gedanken als Hinweise zum Thema des Traumes zugeflogen.

Und das ist auch schon das nächste, fast schon das wichtigste Mittel, mit dem mir meine geistigen Helfer zur Seite stehen: **Intuition**

Was bei mir immer schon da war, wie auch bei vielen anderen Menschen, sind intensive Gefühle. Wie z.B. das weit bekannte **Bauch-Gefühl**, das sich zu einer Entscheidung mit einstellt.

Ich habe dabei auch gelernt, dass meistens der erste **Gedanke** zu einem Thema der Intuition entstammt, alles Weitere sind dann vom Verstand eingestreute Bedenken, Zweifel oder irreführende Gedanken.

Ich habe erkannt, welches mächtige Instrument eine sichere Intuition ist. Anfangs war ich da schon sehr verkrampft, ich wollte unbedingt eine direkte Verbindung nach oben haben. Inzwischen bin ich da entspannter, und vertraue darauf, dass es mir gegeben wird, sobald ich dazu reif bin. Und ab und zu glaube ich schon deutlich einen Gedanken zu einem Thema zu empfangen, der nun wirklich nicht meinem Hirn entspringen kann.

Intuition glaube ich vor allem beim **Kartenlegen** zu vernehmen. Dem stand ich früher eher ablehnend gegenüber. Für mich war das Hokusfokus und unseriös, da ich auch noch die weit verbreitete falsche Vorstellung vom Kartenlegen als Wahrsagerei in mir hatte.

Seit dem Besuch bei einem spirituellen Lebensberater, der mir erstmals die Karten legte, hat sich das Grundlegend geändert. Ich weiß jetzt, dass die Karten nur als ein weiteres Instrument dazu dienen sollen, Hinweise geistiger Helfer sichtbar zu machen. Und das bringt in der überwiegenden Anzahl der Fälle Ergebnisse hervor, die auch mich immer wieder zum Erstaunen bringen.

Ein ähnliches Instrument, das ich benutze, ist mein **Orakel-Buch** (siehe Literatur-Hinweise). Das funktioniert in ähnlicher Weise, wie Hr. Tepperwein sich in seinen Vorträgen gerne mal aus irgendeinem Buch eine Seite und Zeile nennen lässt, und daraus den Hinweis zu einer vorher definierten Frage deutet.

Dieses Orakel-Buch ist eine Ansammlung von Lebensweisheiten mit inspirierenden Bildern, hier lohnt sich alleine schon das schmökern darin. Mit einer deutlich formulierten Frage im Kopf schlägt man darin einfach wahllos eine Seite auf. Und das reicht schon, um mir sehr oft den entsprechenden Hinweis für die Lösung zur Fragestellung zu liefern.

Eine weitere Möglichkeit, Gedanken von meiner höheren Führung erhalten zu können liegt in der **Meditation**.

Ich habe mit geführten Meditationen begonnen, um so den Gedanken-Wirrwarr in meinem Kopf in ruhigere Gewässer führen können. Hierzu gibt es unzählige besprochene Datenträger und auch etliches zum Downloaden. Ebenso werden diese geführten Meditationen zu fast jedem gewünschten Themenbereich angeboten.

Worin ich mich gerade übe sind die Meditationen, die mich in die Stille führen. Dort versuche ich mich einfach meinen Gedanken zu stellen und diese wertungsfrei zwar wahrzunehmen aber dann auch wieder ziehen zu lassen.

Selten kommt auch mal eine Idee zu einer aktuellen Thematik, die ich dann natürlich nach der Meditation wieder aufgreife und weiterverfolge.

Wirksam beten

Alle die bisher aufgeführten Punkte stellen die Kommunikation von oben nach unten dar, übermitteln mir Hinweise und Ideen von meiner höheren Führung.

Der umgekehrte Weg, meine Gedanken meiner höheren Führung und damit auch Gott selbst mitzuteilen, ist das Gebet.

Der Mensch im Allgemeinen ist einfach erst dann bereit zu beten, wenn er mit dem Rücken zu irgendeiner Wand steht.

Dabei ist das für mich eine so einfache und dabei auch so zufriedenstellende Tätigkeit. Hier fühle ich mich verstanden und geborgen, hier bin ich nicht allein.

Allerdings ist meine Art von Beten inzwischen nicht mehr das, wie es mir in jungen Jahren beigebracht wurde. Ich konzentriere mich nicht mehr darauf, die damals auswendig gelernten Gebete in exakt dieser Wortfolge nachzusprechen, und mich dabei automatisch auf die korrekte Wortfolge zu konzentrieren.

Nein, im Gegenteil. Ich spreche in freien Worten mit Gott, und achte hierbei nur auf ein ehrliches und intensives Gefühl.

Wenn ich um etwas bitte, dann begeben sich in eine tiefe Dankbarkeit. Ich gehe in das Bewusstsein, dass sich meine Bitte auch erfüllen wird, sofern dies nicht im Widerspruch zu meiner aktuellen Aufgabe steht. (Dieser letzte Nebensatz ist auch immer in meinen Bitten enthalten.)

Deswegen muss ich auch gar nicht um die Erfüllung betteln. Ich bin ein Teil Gottes, bin mit meinen Gedanken damit ein Schöpfer wie er auch, und er ist reine Liebe. Wieso sollte er sich mir versperren, wenn ich mit einem von Herzen ehrlichen und liebevollen Anliegen vor ihn trete?

Die Erfüllung meines Gebetes hat oft schon nicht lange auf sich warten lassen.

Falls doch, könnte die ideale Erfüllung meines Wunsches eventuell auf eine andere Abhängigkeit warten und braucht halt einfach noch ein wenig. Vielleicht braucht die Erfüllung auch noch das Eingreifen, eine Tätigkeit von mir.

Oder vielleicht ist meine Bitte bereits in Erfüllung gegangen, jedoch nicht in der von mir erwarteten Form. Vielleicht hat sich die Erfüllung nicht auf den ersten Blick als solche zu erkennen gegeben. Aber letztendlich wird sich alles fügen, und ich erkenne es einfach erst zum Schluss.

Die Zahl 86.400

Ich möchte Sie bitten, sich mit mir auf ein kleines kurzes Gedankenspiel einzulassen. Stellen Sie sich doch einmal vor, Ihre Bank hätte mit Ihnen den folgenden Vertrag abgeschlossen:

- Sie würden jeden Tag auf Ihrem Giro-Konto 86.400 Euro überwiesen bekommen
- Diesen Betrag hätten Sie zur freien Verfügung, mit einer Ausnahme:
- Sie können den Betrag nicht anhäufen und nicht auf ein anderes Konto übertragen. Jede Nacht wird das Konto von der Bank geleert, aber am nächsten Tag wieder mit genau den 86.400 Euro aufgefüllt.
- Und: Der Vertrag ist von der Bank jederzeit ohne Angabe von Gründen kündbar.

Was würden Sie mit dem Geld machen, wie würden Sie es ausgeben?

- Kaufen Sie sich Luxus-Güter im Übermaß?
- Oder kaufen sie eher nur die Sachen, die Sie auch wirklich brauchen?
- Würden Sie alles für sich selbst behalten oder auch etwas spenden?
- Würden Sie abends in Stress und Hektik verfallen, damit sie ja jeden Cent ausgeben und nichts verfallen lassen?

Bitte denken Sie erst mal kurz darüber nach, bevor Sie weiterlesen.

Sie haben den Hintergrund der Fragestellung natürlich schon längst durchblickt. Wenn Sie 60 Sekunden mit 60 Minuten und das Ergebnis nochmals mit 24 Stunden multiplizieren, erhalten Sie die Anzahl von Sekunden, die ein Tag bietet. Das sind genau 86.400.

Nun ist die zweite Fragestellung genau so leicht ableitbar. Was machen Sie damit, wie verbringen sie die uns geschenkten Sekunden dieses Tages?

- Verbringen Sie ihre Zeit überwiegend mit Dingen, die Ihnen nur die Zeit vertreiben, damit keine Langeweile aufkommt?
- Verbringen Sie ihre Zeit gezielt und überlegt mit ihrer Meinung nach sinnvollen Dingen?
- Verbringen (schenken) sie ihre Zeit auch mit Mitmenschen, die ihre Hilfe brauchen oder sonst ohne Sie alleine wären?
- planen sie auch genug an Ruhezeiten für sich selbst ein, um für den nächsten Tag wieder fit zu sein?

Die erkannte Berufung des Paulus: Lebensberater

Meine letztendliche Berufung zu erkennen hat mich schon mehrere Jahre und einige Umwege gekostet. Ich hatte damals ja aber auch nicht die Unterstützung gehabt, die ich jetzt in der Lage wäre, meinen Mitmenschen anzubieten.

Die Hinweise dafür

Meine Berufung wurde mir natürlich schon von Anfang an mitgegeben. Die Ausschlag gebenden Hinweise erhielt ich bei dem bereits beschriebenen ersten Besuch bei einem Lebensberater, zu dem ich einfach zum Spaß mit einer Bekannten mitgegangen bin.

Der hat mir unter anderem auch die Karten gelegt. Dort habe ich mir eine Karte gezogen, die mir meine nahe Zukunft deuten sollte. Darauf war ein Bursche zu sehen, der auf einem Schemel stand und mit erhobenem Zeigefinger zu einer kleinen Gruppe von Menschen sprach, die vor ihm standen.

Heute ist mir diese Karte natürlich klar, damals war ich noch nicht so weit, um in diese Richtung zu denken und mir dies auch zuzutrauen.

Man muss schon genau hinhören

Der zweite Hinweis führte mich dann jedoch in die falsche Richtung. Der Lebensberater sagte mir, er habe empfangen, dass ich Heiler werden soll.

Diesen Satz habe ich natürlich sofort in mich aufgesogen, passte er doch genau zu meinem Helfer-Komplex. Sofort richtete ich meine Gedanken auf das, was ich damals als einen Heiler betrachtet habe. Jemanden, der mit Handauflegen andere Menschen ihre Krankheiten nehmen konnte.

Aus heutiger Sicht waren da sogar zwei Fehler in meiner Betrachtungsweise. Zuerst einmal ein Rechtschreibfehler. Das Wort „Heiler“ hätte ich in Kleinbuchstaben auffassen sollen. Zuerst mal sollte ich selbst heiler werden, also einen Heilungsprozess durchlaufen. Nur wer selbst im Innen heil ist, kann dies auch nach außen weitergeben.

Und weiterhin war da auch meine damalige falsche (weil veraltete) Sicht auf einen Heiler. Heute weiß ich, dass die wirkliche Heilung im Innen entsteht, und sich danach im Außen nachvollzieht. Nur ein gesunder Geist bringt einen gesunden Körper im Außen hervor. Und die wirkliche Heilung erfolgt auch nicht durch einen Heiler (sprich einem anderen Menschen) sondern durch die göttliche Energie (Liebe und Licht), die die Selbstheilungskräfte eines jeden Menschen aktivieren kann.

Der Heiler ist in der Lage, wie eine Antenne zu funktionieren, und diese überall und im Überfluss vorhandenen Energien zu empfangen und auf seinen Klienten zu richten. Dabei muss er im Prinzip wie eine Schale beschaffen sein, heil und ohne Risse. Er selbst muss erfüllt sein mit dieser Energie, und erst den überlaufenden Teil kann er weitergeben. In dieser Form ist für mich auch der Beruf des Lebensberaters zu betrachten.

Und genau dieser Effekt macht auch das Wertvolle dieses Berufes aus. Beide Seiten erfahren diese liebevolle (mit Liebe volle) Behandlung. Einerseits kann daraus die

notwendige Erkenntnis (um die Not zu wenden) und das Wachstum für den Klienten folgen, andererseits Freude und Erfüllung (Füllung der Schale) für den Lebensberater oder Heiler.

Um nicht falsch verstanden zu werden:

Ich möchte in keinem Falle die Bedeutung und die Fähigkeiten der modernen Medizin in Frage stellen. Diese hat in einigen Bereichen selbstverständlich ihre Rechtfertigung und ist in der heutigen Zeit nicht mehr wegzudenken.

Das habe ich auch am eigenen Leib erfahren dürfen, als ich mit angebrochener Halswirbelsäule im Klinikum Augsburg eingeliefert wurde.

Das Klinikum war ein sachlich straff durchorganisierter Betrieb, der eher an eine Fabrik erinnert. Schon fast zu vergleichen mit einem Fließband, auf dem nach Prioritäten versehen und markiert die Patienten immer wieder neu verschoben und geordnet in den OP rollen.

Aber für das Ergebnis bin ich dem operierenden Arzt heute noch zutiefst dankbar. Dieser hat sich von der Vorderseite des Halses seinen Weg zur Innenseite der Wirbelsäule gebahnt, um dort eine künstliche Bandscheibe einzusetzen und den angeknacksten Wirbel mit einer Platte zu verschrauben.

Da war für mich von der Querschnittslähmung bis über Kollateralschäden an Nerven, Stimmbändern und was sonst noch so alles im Wege stand alles drin.

Aber ich stehe heute da, als wäre nichts geschehen, lediglich eine leicht eingeschränkte Beweglichkeit beim Blick nach Hinten (=auf die Vergangenheit) erinnert mich daran.

Das war dann halt doch „nur“ einer der letzten beiden Warnschüsse des Lebens. Diese gaben mir genügend Zeit zur Genesung, körperlich und geistig.

Rückwirkend betrachtet wird die Hand des operierenden Arztes wohlwollend mir gegenüber von meinen Schutzengeln geführt worden sein, denn es hätte betreffend meiner noch zu erfüllenden Berufung keinen wirklichen Sinn ergeben, mich in den Rollstuhl zu setzen. Die Erfahrung der Demut durfte ich Gott sei Dank später an anderer Stelle machen.

Nochmals meinen aufrichtigen Dank an alle, die mich verunglücken ließen, vor allem aber auch an die, die mich wieder auf die Beine gestellt haben.

Welche Anforderungen stelle ich an einen Lebensberater

Kurz gesagt:

Ein Lebensberater sollte seinen Mitmenschen helfen, ihren eigenen Weg zu finden.

Er sollte als Wegweiser in einer spirituellen Leere oder Orientierungslosigkeit fungieren.

Als Vorbild leben

Was ich bei der Erziehung meiner Kinder erfahren habe, möchte ich auch hier anwenden. Wer etwas vermitteln will, muss seine Überzeugungen auch als Maßstab für sich selbst setzen und den Anderen vorleben.

Ein Lebensberater muss selbst die Kunst des Lebens beherrschen und auch seinen Mitmenschen sichtbar zeigen. Erst dann wird er von ihnen akzeptiert und kann sein Wissen erfolgreich weitergeben. Er muss selbst erkannt und verinnerlicht haben, wer er ist und welche Aufgaben es für ihn in seinem Leben gibt.

Nur wer seinen eigenen Weg erkannt hat und ihn auch konsequent trotz aller Umstände geht, nur der ist auch wirklich glaubhaft in der Lage, dem Anderen zu helfen dessen Weg zu erkennen und ihn dort ein Stück lang zu begleiten.

Dabei ist es dann natürlich hilfreich, wenn man in seinem Lebenslauf schon auf eigene Erfahrungen zurückgreifen kann, wenn man schon auf selbst gelöste Probleme verweisen kann.

Helfen, aber richtig

Helfen bedeutet, seine Mitmenschen zur Einsicht und Erkenntnis zu führen, und nicht selbst für die Lösung deren Probleme zu sorgen.

Helfen bedeutet, deren falsche Sichtweise und Einstellung auf Situationen oder Menschen zu erkennen und ihnen diese aufzuzeigen, aber dies ohne zu werten und zu urteilen. Nicht gegenüber sich selbst und schon gar nicht gegenüber dem Mitmenschen.

Helfen bedeutet, seinen Gegenüber gegenüber mitfühlend zu sein. Kein Mitleid, sondern Mitgefühl. Es nützt keinem, wenn beide leiden, im Gegenteil.

Dabei ist die Herausforderung, sich so weit zu öffnen, um nicht als überheblich zu wirken, sich aber auch soweit selbst zu schützen, um nicht alles Leid in sich selbst mit aufzunehmen.

Helfen bedeutet auch sich anzubieten, und nicht als Missionar aufzutreten. Dinge, die einem selbst als selbst-verständlich geworden sind, können und dürfen natürlich von anderen bezweifelt oder abgelehnt werden. Hier darf dann vom Lebensberater kein Ego aus dem Schatten treten und unerwünschte Emotionen (wie z.B. Ablehnung oder Enttäuschung) zum Vorschein bringen.

Methoden zum Erkennen und auflösen von falschen Einstellungen

Mit gezielt und überlegt formulierten Fragen muss der Lebensberater behutsam auf den Mitmenschen eingehen. Er muss zwar schon seine Methoden individuell auf ihn passend abstimmen, aber ein generelles systematisches Vorgehen (Checkliste) ist dabei sicherlich zielführend.

Der Lebensberater muss seinem Klienten weiterhin Vorgehensweisen zur Verfügung stellen können, damit die erkannten falschen Einstellungen oder Sichtweisen auf Situationen oder Menschen durch den Klienten auch selbst aufgelöst werden können. Dies muss als Hilfe zur Selbsthilfe ablaufen, und auch nur auf Wunsch des Klienten.

Es sollten Themen angesprochen und ggf. auch detailliert, vertieft werden wie z.B.

- hat das Leben einen Sinn oder eine Aufgabe, wenn ja was könnte das sein
- auch die Spiritualität ansprechen, eine gemeinsame Basis finden
- daraus dann eine optimale Grundhaltung zum Leben schaffen
- aufzeigen, dass das Leben auch spielend gemeistert werden kann
- die persönlichen Überzeugungen bewusst machen und optimieren
- Zielklarheit schaffen, eine Erfolgsdefinition erarbeiten
- die Bedeutung und Macht der Gedanken herausstellen
- die geistigen Gesetzmäßigkeiten aufzeigen und näherbringen
- Mut erwecken um loszulassen, was Zufriedenheit und Erfolg verhindert
- die Selbstverantwortung und Selbstbestimmung im Leben damit verdeutlichen
- den Umgang mit Problemen und Rückschlägen vermitteln (transformieren lehren)
- bestehende Beziehungen beleuchten, selbst ein „idealer Partner“ werden
- die optimale Sicht zur Umwelt und unseren Mitmenschen aufzeigen
- liebevolles Verhalten zu sich und anderen als oberste Prämisse aufstellen
- danach Ärger, Kampf und Stress minimieren, im Optimalfall verhindern
- Gedanken-Hygiene betreiben, aktiv und als abendliche Nacharbeit
- auf körperliche Gesundheit achten, Symptome als Zeichen werten
- in eine aufmerksame Lebensweise übergehen
- ...

Eine komplette Auflistung möglicher Methoden und deren Ausarbeitung sehe ich nicht als Bestandteil dieser Diplomarbeit an. Der Schwerpunkt dieser Arbeit liegt in der Reflexion meiner letzten Lebensjahre aus spiritueller Sicht.

Die Werkzeuge und Methoden eines Lebensberaters (die vorhergehend begonnene Auflistung) werde ich in einem weiteren, separaten Handbuch nach Abschluss dieser Arbeit für mich selbst zusätzlich noch zusammenstellen.

Damit möchte ich für mich persönlich meine Motivation auch noch im weiteren Verlauf dieser Ausbildung sicherstellen.

Dienen können

Ein Lebensberater sollte allen Menschen mit Demut begegnen, dem Willen ihnen gerne zu Diensten sein zu können.

Er sollte bei deren Problemen Empathie zeigen und nicht Mitleid (Mitleid zeigt nur der Unwissende)

Charakterzüge wie Überheblichkeit und Besserwisserei haben bei ihm nichts zu suchen. In einer Beziehung ist jeder gleichzeitig Schüler und Lehrer, jeder Mitmensch ist nicht weniger wert als ein Lebensberater, aber auch nicht mehr.

Materieller Gewinn (z.B. in Form von Beratungsgebühren) darf nicht im Vordergrund stehen, ein Ausgleich für die geleistete Arbeit ist aber unverzichtbar. Wie steht es in den Unterlagen: zuerst dienen, dann verdienen

Achtsam sein

Ein Lebensberater muss aufmerksam zuhören können und den Mitmenschen vor allem zu Ende reden lassen.

Er sollte jede Situation ganzheitlich neutral erfassen können, und nicht schon nach den ersten genannten Stichworten vorschnelle Folgerungen ziehen.

Er sollte erfahren genug sein, um das Erscheinungsbild des Mitmenschen vorurteilslos deuten zu können, um hieraus zusätzliche Informationen gewinnen zu können.

Hierbei ist natürlich auch seine Intuition unerlässlich, um den Wahrheitsgehalt und die wirklichen Absichten seines Gegenübers richtig einzuschätzen.

Positive Einstellung zum Leben haben und ausstrahlen

Ein Lebensberater sollte Freude am Leben und an seiner Tätigkeit selbst haben. Dies gilt es dann auch seinen Mitmenschen zu vermitteln.

Er sollte die Dankbarkeit ausstrahlen, helfen und dienen zu können. Sein Gegenüber sollte spüren, dass dies aus beiderseitigem Interesse geschieht, dass beide an Erkenntnissen und an Erfahrungen gewinnen werden.

Ein Lebensberater sollte seinen Mitmenschen vorbehaltlos positiv gegenüberstehen und ihnen dies auch zeigen.

Vertrauensverhältnis aufbauen können

Dazu gehören Selbstverständlichkeiten wie Verschwiegenheit gegenüber Dritten sowie Offenheit und Ehrlichkeit seinem Klienten gegenüber. Die Mitmenschen sollten als gleichwertig und auf Augenhöhe betrachtet werden.

Man kann so im Gespräch zu gegebener Zeit z.B. auch mal eigene Fehler offenlegen, um damit Erfahrung und Verständnis zu zeigen und gleichzeitig evtl. Hemmungen abzubauen, offen darüber zu reden.

Einfühlsamkeit besitzen

Ein Lebensberater sollte sich angewöhnen, in der Sprache des Gegenübers zu sprechen. Er darf sich natürlich wortgewandt ausdrücken, um dem Gegenüber seine eigenen Fähigkeiten offenzulegen.

Andererseits sollte er es aber vermeiden, in überzeichneten Formulierungen zu sprechen, nur um seinen Gegenüber beeindrucken zu wollen.

Er muss darauf achten, dass die Aufnahmefähigkeit (sowohl vom Umfang her als auch von den geistigen Möglichkeiten) seines Gegenübers nicht überschritten wird.

Ich habe die Erfahrung als Ausbilder gemacht, dass es meistens zielführend ist, seine Botschaft in Beispielen oder Metaphern zu übermitteln, die vom Anderen auch verstanden werden können.

Sich seiner Wirkung bewusst sein

Es ist unverzichtbar, sich eine grob gesagt positive Ausstrahlung anzueignen. Das beginnt mit einem freundlichen Blick, einer ruhigen und sicheren Stimme und beinhaltet auch eine mit Bedacht eingesetzte Körperhaltung.

Mimik und Gestik sollten zusätzlich Offenheit und Vertrauen vermitteln, Ruhe und Gelassenheit. Auf ein gepflegtes Äußere muss ich ja nicht wirklich hinweisen.

Ein Lebensberater sollte Sicherheit ausstrahlen, er muss sich seiner Worte sicher sein und zu dem stehen, was er sagt.

Die Kleidung sollte bequem und authentisch sein, kann durchaus seinem Gegenüber angepasst werden. Die Umgebung, in dem das Treffen stattfindet, sollte ein entsprechendes Raumklima aufweisen. In einer Skype-Sitzung ist hier auf den Hintergrund zu achten.

Abschließender allgemeiner Hinweis zum Kapitel:

Auch bei diesen letzten Punkten verzichte ich absichtlich auf eine detailliertere Ausarbeitung. Diese wird dann Bestandteil einer darauf folgenden Arbeit sein.

Welche Talente und Fähigkeiten bringe ich dafür mit

Ich bin jetzt bereits schon bestrebt, jedem Ratsuchenden bei der Beleuchtung von allgemeinen Situationen, Problemen und Beziehungen zu anderen Menschen behilflich zu sein.

Außerdem unterstütze ich Menschen gerne beim Erkennen ihres Verhaltens, ihrer persönlichen Entwicklungsmöglichkeiten und bei der Untersuchung der Alternativen von Entscheidungsmöglichkeiten.

Hierzu bediene ich mich folgender Talente und Fähigkeiten:

Demut und die Fähigkeit zu dienen

Neben anderen grundlegenden Eigenschaften benötige ich in meinem aktuellen Job als Alltagsbegleiter für körperbehinderte Menschen auch die Fähigkeit, in Demut meinen Mitmenschen zu Diensten sein zu können. Dazu brauchte ich von Anfang an keine Überwindung, das brachte ich von Haus aus mit.

Ich durfte in diesem Job hier auch die Extrem- und Grenz-Erfahrung machen, wie weit Demut und die Bereitschaft zum Dienen gehen darf, bis es in ein unterwürfiges Verhalten übergeht, das dann oft und gerne von anderen ausgenutzt wird.

Die Folge war dann eine Disharmonie, die mir vom Leben beschert wurde, um mich darauf hinzuweisen.

Wie immer im Leben ist auch dies eine Gratwanderung, und die goldene Mitte ist anzustreben.

Lebenserfahrung

Ich kann mich noch daran erinnern, wie ich vor meiner Hochzeit zu einem Ehe-Seminar eingeladen wurde, an dem u.a. ein katholischer Priester uns Ratschläge über das Führen einer harmonischen Ehe und das Erziehen von Kindern gab.

Ich glaube es ging nicht nur mir so, dass ich mich eigentlich schon von Anfang des Vortrages an dagegen sperrte, nur theoretisches Wissen aufgetischt zu bekommen, von jemandem der „vom Tuten und Blasen“ praktisch keine Ahnung haben konnte, auch wenn dieser sicherlich ein studierter und kluger Kopf war.

Lebenserfahrung ist aus meiner Sicht durch nichts ersetzbar, egal wie viel theoretisches Wissen man auch angesammelt hat.

Ein praktisches, selbst erfahrenes Erlebnis, erlebte Gefühle und überwundene Probleme von denen man berichten kann, sind sicherlich mit die wichtigsten Faktoren um Glaubwürdigkeit beim Gesprächspartner zu erzeugen. Und die ist neben dem Vertrauen unerlässlich.

Ich führe seit 31 Jahren eine Ehe, die auch Krisen durchlebt und überstanden hat. Meine Frau und ich können inzwischen entspannt darüber berichten und strahlen trotzdem dabei Vertrautheit und Liebe zueinander aus. Da bin ich sehr stolz darauf.

Ich habe 3 Kinder großgezogen und auch hier meine nicht immer wünschenswertesten Erfahrungen gemacht. Vor allem dank der beiden Jungs hatte ich regelmäßig Kontakt mit der Schule, wenige Male auch mit der Polizei und einmal sogar mit der rechten Szene. Inzwischen aber macht der eine seinen Meister im Handwerk, der andere ein Fernstudium zum Industrie-Techniker (mit Meister vergleichbar) und mein Töchterchen (sie möge mir diesen Begriff verzeihen, sollte sie das je zu lesen bekommen) hat nach dem Studium einen tollen Job in der Wissenschaft gefunden.

Ich habe 5 Arbeitgeber in verschiedensten Bereichen erlebt und dort reichhaltige Erfahrungen gesammelt. War zuletzt auch einige Jahre als Ausbilder tätig.

Habe schmerzhaftes Krankheiten und auch schwerere Unfälle überstanden (zuletzt u.a. auch einen angebrochenen Hals-Wirbel nach einem Motorrad-Unfall). Das hätte mich auch ins Grab oder in den Rollstuhl bringen können, mit diesen Gedanken musste ich einige Tage klarkommen.

Ich stehe aber gut verschraubt hier, habe jede Menge an Lehren und nachgelagerte Erkenntnisse daraus im Rucksack und kann Gott sei Dank noch davon berichten.

Ich weiß natürlich wie Männer ticken, kenne aber inzwischen auch die Tod-Sünden, die man im beruflichen und privaten Umgang mit Frauen vermeiden sollte. Ich muss sogar gestehen, dass ich einen gepflegten Plausch mit meinen Kolleginnen als sehr angenehm empfinde.

Die geistigen Gesetze bereits weitgehend verinnerlicht

Das für mich damals prägendste Buch von Hr. Tepperwein handelte über „Die geistigen Gesetze“. Dieses sowie einige weitere Werke habe ich bereits vor einigen Jahren durchgearbeitet und mich dann dazu entschlossen, mein Leben danach auszurichten.

Ich habe erfahren, dass die weltlichen Spielregeln, materiell und besitzorientiert wie sie nun mal sind, zu Kampf, Egoismus und Krankheiten im Außen führen. Im Innen überdecken sie den eigentlichen Sinn des Lebens.

Diese Erfahrungen musste ich sogar schmerzlich am eigenen Körper erfahren. Ich sehnte mich nach Liebe, Harmonie und Zufriedenheit, einfach nach Glück im Inneren.

Diese Suche führte mich zu den geistigen Gesetzen. Nun, diese theoretisch zu begreifen war nicht besonders schwer. Mein Leben danach auszurichten war schon etwas aufwändiger. Zumal ich nicht „auf der grünen Wiese“ beginnen konnte, sondern mitten in einem gewachsenen Umfeld stand.

Ich habe aber einfach damit angefangen, wohl wissend, dass das vermutlich ein schon etwas längerer Prozess werden wird.

Diesen Weg einzuschlagen habe ich bisher noch nie bereuen müssen. Die Achtsamkeit für die geistigen Gesetze hilft mir, das Richtige zur rechten Zeit zu erkennen und zu tun.

Und mit der Zeit kam dann auch die Erkenntnis, dass nicht ich ihnen dienen muss, sondern diese eigentlich mir dienen, um mein Leben harmonisch gestalten zu können.

Das Gesetz der Liebe

Aus 1. Korinther 13

Die Liebe ist geduldig und freundlich. Sie kennt keinen Neid, keine Selbstsucht, sie prahlt nicht und ist nicht überheblich. Liebe ist weder verletzend noch auf sich selbst bedacht, weder reizbar noch nachtragend. Sie freut sich nicht am Unrecht, sondern freut sich, wenn die Wahrheit siegt. Diese Liebe erträgt alles, sie glaubt alles, sie hofft alles und hält allem stand.

Unter dieser bedingungslosen Liebe war das Verzeihen die erste Herausforderung für mich. Meinem damaligen Vorgesetzten aus der Diözese aus ehrlichem Herzen alles Gute zu wünschen und ihm nichts mehr von dem nachzutragen, was damals vorgefallen war. Das brauchte seine Zeit, aber das bekam ich gut hin. Geholfen hat mir dabei die Einsicht, dass alles andere als Verzeihen mir letztendlich nur selbst schadet.

Die wesentlich größere Herausforderung war, mir auch selbst zu verzeihen, damit ich mich dann am Ende auch selbst Lieben kann.

Ich habe zwar schon lange damit aufgehört zu schlachten, ich habe es irgendwann einfach nicht mehr fertiggebracht. Ich konnte und wollte keinem Lebewesen mehr Leid antun, auch keiner Fliege und keiner Spinne mehr. Und schon gar nicht mehr töten.

Da waren aber immer noch die vielen Tiere, die ich früher getötet hatte. Wie sollte ich mir das verzeihen. Das waren beseelte Wesen, wie können die das mir überhaupt verzeihen?

In diesem Prozess wurde ich an eine Internet-Seite geführt, die sich ebenfalls mit der bedingungslosen Liebe und allem dazugehörigen befasst, die kann ich nur empfehlen:

<http://www.puramaryam.de/>

Meine Erkenntnis daraus hört sich jetzt gleich so an, als ob ich mir das zu leicht machen würde. Aber die Seelen dieser getöteten Tiere sind wieder bei ihrem Ursprung, sind jetzt selbst wieder grenzenlose Liebe.

Und aus diesem Bewusstsein heraus können sie gar nicht anders, als jedem zu verzeihen, also auch so einem Saulus wie mir.

In diesem Bewusstsein bereue ich zutiefst meine begangenen Taten und lebe seitdem in tiefer Dankbarkeit der mir entgegengebrachten Liebe und Verzeihung.

Vielleicht musste diese Erfahrung ja auch so sein, denn im Bewusstsein meiner eigenen Missetaten fällt es mir inzwischen sehr leicht, jedem anderen auch ehrliche Liebe und Verständnis entgegen zu bringen. Bedingungslos.

Und ich erkannte: Die wahre Liebe ist grenzenlos und nicht nur auf Menschen beschränkt.

Übrigens:

Ich bin inzwischen auch Vegetarier. Einmal aus moralischer Sicht, da ich nicht mehr zu den Tiertransporten und anderen Tierquälereien der Massentierhaltung beitragen will. Andererseits auch aus der Überzeugung heraus, dass genauso wie grobstofflich die DNA in jeder Zelle vorhanden ist, auch feinstofflich die Gefühlswelt des Wesens dort irgendwo gespeichert ist. Diese in mich aufzunehmen trägt dann wohl nicht gerade dazu bei, meine eigene Schwingungs-Energie zu erhöhen.

Und dann ist da ja noch meine Ehe mit meiner geliebten Frau.

Es hat auch hier bei mir schon etwas länger gedauert, bis ich begriffen hatte, dass diese Meine Frau eigentlich der ideale Partner für mich war (und es auch weiterhin ist). Eine Ihrer Aufgaben war es wohl, mir zu zeigen, was ich wirklich suchte. Ich suchte die Liebe, wie sie eine Mutter oder ein Vater mir entgegenbringen sollte. Diese Liebe konnte ich nicht bei einer Ehefrau finden.

Diese Liebe konnte ich auch nicht mehr im Außen finden, da musste ich schon in meinem Innen suchen. Und da war sie dann auch, immer schon da, nur eben zugeschüttet unter all dem Alltags-Kram, begraben unter einigen falschen Einsichten.

Diese Liebe stellte sich wieder ein, als ich meine Verbindung nach oben, zu Gott wiederentdeckt hatte (Gott = Gott-Vater und gleichzeitig auch Gott-Mutter). Diese Einsicht füllte nicht nur die bisherige Leere in mir aus, sondern lies meine Gefühle sogar überströmen.

Ich liebe meine Frau genau wie ich jede andere Seele auf diesem Planeten auch versuche zu lieben. Was bei den Anderen zugegeben manchmal schon eine Herausforderung darstellt.

Aber zu meiner Frau empfinde ich zudem tiefes Vertrauen und Geborgenheit. Ich bin ihr gegenüber voller Dankbarkeit für die treue Freundschaft und das Verständnis, das sie mir all die Jahre bisher entgegengebracht hat. Nicht mehr was ich suche, sondern was ich in ihr gefunden habe stelle ich jetzt in den Vordergrund. Die Verbindung nach oben und die Verbindung zu meiner Frau geben mir die Ruhe und Gelassenheit in meinem Leben.

Seit dieser Einsicht geht übrigens irgendwas in Richtung Feinfühligkeit in mir vor, ich kann es aber noch nicht wirklich einordnen.

Ich nehme z.B. meine sieben Haupt-Chakren wahr. Vor allem das Herz-Chakra kann ich als wärmendes, sich ausdehnendes Gefühl oder beklemmende Enge im oberen Brustraum wahrnehmen.

Dies ist für mich ein sicherer Ja-Nein-Indikator auf den Wahrheitsgehalt von Aussagen, ähnlich wie der bei einigen Werken beschriebene Arm-Test (der Arm, der sich bei falschen Aussagen herunterdrücken lässt).

Durch mein Herz-Chakra konnte ich auch die Gewissheit erhalten, dass mir nach meiner tiefen und ehrlichen Reue gegenüber den von mir getöteten Tieren verziehen wurde.

Ich weiß nicht, ob ihr euch vorstellen könnt, welche Last mir da vom Herzen genommen wurde.

Das war für mich die eigentliche Transformation vom Saulus zum Paulus. Ich versuche seitdem alles zu leben, was sich aus der Liebe ableiten lässt (Ehrlichkeit, Mitgefühl, Dankbarkeit, ...)

Das Gesetz der Harmonie und des Ausgleichs

Hierin dreht es sich im Wesentlichen um das Gleichgewicht zwischen dem Geben und dem Annehmen. Das Leben strebt hier immer Ausgleich und Harmonie an.

Gerade als ich mich mit dem Thema Lebensberater beschäftigte, gab mir das Leben auch schon die erste Aufgabe dazu. So wie sich hinter einem Traumsymbol manchmal vielfältige Hinweise verstecken, so genial kombiniert auch das Leben in seinen Aufgaben nicht selten gleich mehrere Gesetzmäßigkeiten miteinander.

In den Tagen, als ich überlegte, ob ich mir mit meinem kompletten Ersparten den Lebensberater-Kurs leisten soll oder nicht, gab die bisher einwandfrei funktionierende Gas-Anlage in meinem Auto ihren Betrieb auf. Hörte einfach auf zu arbeiten, das Auto lief nur noch mit Benzin.

In mir begann ein rotes Lämpchen zu leuchten. Das war ja doch ein deutlich erhobener Zeigefinger. Mensch, Junge, überwinde dein Mangeldenken und bestell jetzt endlich den Kurs, sonst holen wir dir dein gehortetes Geld auf eine andere Art und Weise.

Wie aus Zeiten der Bundeswehr gelernt habe ich noch eine Nacht darüber geschlafen, aber am nächsten Morgen sofort noch vor dem Frühstück den Kurs geordert. Danach mit ruhigem Gewissen einen Termin im Autohaus geholt.

Ich hatte das Auto dann auch in der Reparatur. In der Werkstatt suchte man mehrere Tage nach dem Fehler, es war wohl kein alltägliches Problem, jedenfalls war man mit dem Hersteller (Hyundai) in Korea in Kontakt. Nach fünf Tagen wurde ich informiert, ich könnte mein Auto abholen.

Spätestens jetzt war Gedanken-Disziplin gefordert. Nein, das wird dich keinen vierstelligen Betrag kosten. Stell dir einfach eine Rechnung mit einer kleinen Zahl vor. Du hast ja deine Aufgabe erkannt und den Kurs schon gebucht. Das habe ich ein paar Mal wiederholt und ab ging es in die Werkstatt.

Dort konnte man mir bei der Abholung aber noch keine Rechnung übergeben.

Auf die Rechnung wartete ich ganze vier Wochen, das war eigentlich schon unüblich für das Autohaus. Vier Wochen voller „Nein, das wird nur eine Rechnung mit kleinem Betrag.“ In der fünften Woche immer noch nichts.

Nun stand ich also vor der Entscheidung, sollte ich mal nachfragen (was ein vorbildlicher Kunde nun ja auch machen würde) oder sollte ich darauf hoffen, dass dies durch einen Fehler im Autohaus einfach vergessen wurde und ich so ohne Bezahlung davonkommen würde. Vielleicht war das ja die Belohnung des Lebens dafür, dass ich vor fünf Wochen die Aufgabe erkannt und so schnell den Kurs bestellt habe?

Nun, ich habe mich dann dazu entschlossen, doch anzurufen. Ich muss aber ehrlich zugeben, ich war da schon etwas hin und her gerissen. Ist doch eigentlich nicht mein Problem, wenn die im Büro die Rechnungsstellung irgendwie verschlampen. Jedenfalls teilte man mir am Telefon mit, dass die Ursache ein momentaner betrieblicher Engpass im Büro ist, man hätte das nicht vergessen.

Genau zwei Tage später lag die Rechnung im Briefkasten. Ich habe meine Gedanken wieder konsequent in die Richtung gelenkt, dass es nur eine Rechnung in „normaler“ Höhe ist und keine vier Tage Fehlersuche in utopischer Höhe berechnet wurden. Es waren dann auch nur rund 67 läppische Euro. Diesen geringen Betrag habe ich mir erleichtert noch länger betrachtet, und währenddessen ratterte es in meinem Hirn.

Jetzt können sie glauben was sie wollen. Ich jedenfalls bin davon überzeugt, dass die Rechnung wesentlich höher ausgefallen wäre (und trotzdem gekommen wäre), wenn ich nicht angerufen hätte.

Das wäre dann kein Annehmen, sondern nur ein einseitiges Nehmen gewesen (also ohne Gegenleistung in Form einer Bezahlung), und dann hätte vermutlich das Gesetz der Harmonie und des Ausgleichs gegriffen und die Rechnung hätte einen anderen Betrag ausgewiesen.

Und so bin ich meiner Ansicht nach für mein Denken und Handeln im Sinne der „geistigen Gesetzmäßigkeiten“ vom Leben entsprechend behandelt worden. Mein Mangeldenken überwunden, Gedanken kontrolliert, visualisiert und Ausgleich und Harmonie angestrebt. Eigentlich endlich mal etliches richtig gemacht.

Woran ich aber immer noch arbeite, betrifft zwar auch den Ausgleich zwischen Geben und Annehmen, geht aber genau in die andere Richtung.

Ich habe öfter noch ein Problem damit, für eine Hilfestellung meinerseits eine angebotene Gegenleistung anzunehmen. Ich weise es gerne als „doch nicht nötig“ ab. Hier mischt mein Helfer-Syndrom leider noch kräftig mit.

Ich bin mir noch nicht klar darüber geworden, was ich dadurch bei mir und dem Anderen auslöse, aber Harmonie ist das bestimmt nicht.

Doch die Einsicht in mir wächst ständig, dass ich es natürlich auch Wert bin, entsprechend entlohnt zu werden, und dass dies ja auch im Sinne der Gesetzmäßigkeiten ist.

Durch diese meine Ablehnung der Gegenleistung weise ich ja schließlich auch die Dankbarkeit des Anderen zurück, kränke diesen schlimmstenfalls auch noch. Das will ich nun aber auf keinem Fall. Da wird es schon mal langsam Zeit, meine Sicht der Dinge zu ändern.

Das Gesetz der Evolution

Alles verändert sich ständig, das Leben fließt unbeirrt weiter, nichts bleibt so wie es gerade ist. Alles was beginnt, endet auch irgendwann und führt zum Anfang eines Neuen. Alles läuft in Zyklen ab.

Man bekommt Kinder, zieht sie groß und entlässt sie ins Leben, damit sie selbst irgendwann Kinder bekommen, damit sie ihren eigenen neuen Zyklus beginnen können.

Damit ist die Ehe zwangsweise selbst auch Zyklen unterworfen. Das Ende des Zyklus „Kindererziehung“ hinterlässt sehr oft eine gewisse Leere im Leben der Eltern, sofern dies nicht nahtlos in den Zyklus des „Großeltern-Daseins“ übergeht.

So war es auch bei uns beiden. Die große Gemeinsamkeit unseres Lebens war aus dem Alltag verschwunden. Das Loslassen der Kinder machte eher meiner Frau zu schaffen, mich traf genau in dieser Zeit meine Sinnes-Krise.

Wir wurden hier nicht nur jeder mit sich selbst, sondern auch mit uns zusammen als Paar konfrontiert.

Das war während dieser Zeit keine schöne Zeit. Wir führten oft Gespräche, die kein Thema als Tabu betrachteten. Mein Ausstieg aus dem bisherigen Arbeitsleben ohne weitere Perspektive bis hin zur Trennung mit all deren Konsequenzen wurden angesprochen.

Dank unserer beiden Charaktere liefen diese Gespräche fair und respektvoll ab, hinterließen aber natürlich heftige Emotionen auf beiden Seiten.

Aber warum erwähne ich das. Letztendlich verhalf uns die Einsicht weiter, dass hier zwei Zyklen am Ende waren und zwei neue eigentlich anstehen mussten und dafür jetzt durchhalten angesagt war.

Den beendeten Zyklus der Kindererziehung konnten wir nicht beeinflussen, den galt es einfach hinzunehmen und für uns eine neue Gemeinsamkeit zu suchen.

Meine Probleme im Berufsleben bedurften jedoch etwas größerer Anstrengung, hier galt es den Zyklus aktiv durch mich zu beenden. Aber auch hier stand mir meine Frau weiter zur Seite, durch meinen Ausfall als bisheriger Allein-Verdiener musste sie ihr Gehalt aus ihrer Halbtags-Beschäftigung als zweites Standbein unseres Einkommens abgeben.

Ich bin inzwischen im Pflegedienst tätig, wir steuern beide unser Einkommen zum Lebensunterhalt bei. Es reicht aus und jeder hat auch noch Taschengeld für sich selbst übrig. Ich bin über diesen neu eingeschlagenen Weg zu einem ausgeglichenen, erfüllten Menschen geworden, meine Frau hat sich (so wie es aussieht) auch gut damit arrangiert, wir führen wieder ein harmonisches Alltags-Leben.

Und auch der zweite Zyklus hat inzwischen neu begonnen, wir sind inzwischen Großeltern geworden. In dieser Rolle geht vor allem meine Frau mit Leidenschaft auf. Damit stehen wir wieder beide selbst innerlich erfüllt mitten im Leben, und damit leben wir auch in unserer Partnerschaft zufriedener denn je. Ein tiefes Dankeschön dafür nach oben!

Nebenbei bemerkt: Ich hatte in unserer schwierigen Phase einen Traum, da ging es um irgendein Versprechen. Ich dachte am nächsten Morgen sofort an unser Ehe-Versprechen (in guten wie in schlechten Zeiten). Man sollte immer auf seine Träume achten

Das Gesetz der Analogie

Wie oben so unten, wie im Außen so im Innen, wie im Kleinen so im Großen,

Dies Gesetzmäßigkeit half mir, das Verhältnis zwischen mir und Gott besser zu begreifen. Nachfolgend Verdeutlicht am Beispiel des Menschen mit seinen Zellen.

Der Mensch besteht, so habe ich gelesen, aus ca. 200 Billionen Zellen. In jeder einzelnen Zelle ist seine komplette Identität als DNA abgespeichert.

Jede Zelle ergibt zusammen mit den Zellen in deren Umgebung eine Einheit, z.B. ein Organ, einen Knochen oder ein Körperglied.

Diese Einheiten sehen äußerlich komplett verschieden aus, was ihnen aber gemeinsam ist, ist ihre Identität. Darin sind sie alle gleich.

Die Zellen wären für sich alleine nicht existenzfähig, so wie der Mensch sich als Ganzes auch über die Summe aller seiner einzelnen Zellen identifiziert.

So begreife ich auch die Schöpfung, in der wir alle Leben.

Jede einzelne Seele trägt die Identifikation ihres Ursprungs-Wesens in sich, die göttliche bedingungslose Liebe. Jede Seele ergibt mit ihren umgebenen Seelen eine Einheit, z.B. Menschen, Tiere, Pflanzen.

Diese Einheiten sehen äußerlich komplett verschieden aus, was ihnen aber gemeinsam ist, ist ihre Identität. Darin sind sie alle gleich. Im Grunde bestehen alle aus Liebe.

So definiert sich Gott auch als Summe jeder seiner einzelnen Seelen.

Nur wir Menschen kapieren einfach nicht, dass wir alleine nicht existenzfähig sind.

(Eigentlich gehören diese letzten paar Textzeilen eine Woche lang in den 20-Uhr-Nachrichten auf allen Kanälen vorgelesen.)

Im Weiteren scheint mir diese Gesetzmäßigkeit auch in der Traumdeutung eine der bedeutendsten Rollen zu spielen. So sind hier die geträumten Symbole immer analog zu sehen.

Als Beispiel möchte ich einen Traum von mir anführen, der kam in der Zeit, als ich mir noch unsicher war, ob ich als Lebensberater im Master-Mind-Team mitmachen soll oder nicht.

Traum:

Da war ich wie in einem Keller-Raum, in dem stellenweise die Installationen (Kabel und Rohre) nur provisorisch gemacht wurden und stellenweise offen lagen.

Der Raum war für mehrere meiner Klienten zusammen angedacht, wobei es hier mit den Anschlüssen noch Probleme gab.

Soweit ich mich noch erinnern kann, musste einer meiner Klienten auf Zehenspitzen stehen, um an der Wand pinkeln zu können, weil das Urinal zu hoch angebracht war. Und da gab es wohl auch noch Probleme mit der Waschmaschine von einem anderen Klienten.

Mit irgendjemand, der was davon zu verstehen schien ging ich durch, was und wie man machen könnte, um das hinzukriegen. Wand aufschlagen, Kabel verlegen. Wobei man manche offen daliegenden Kabel und Anschlüsse gar nicht wirklich zuordnen konnte, woher die kamen/gingen oder wofür die da waren.

Zum Schluss blieb für mich die Frage/Entscheidung, selbst Hand anzulegen oder lieber die Finger davon wegzulassen. Wenn ich da dann anfang selbst was zu tun, würde ich vielleicht auf der Arbeit und den Kosten sitzen bleiben.

Ich habe mich im Traum da eher dazu entschlossen, nichts zu tun.

Objektive Deutung:

Nach meinem favorisierten Nachschlage-Tool (www.traum-deutung.de) steht ein **Kabel** für spirituelle Verbindungen und Freundschaft. Schließlich werden mit Kabeln nicht nur Energie, sondern auch Daten/Informationen übertragen und zwei Punkte damit verbunden.

Weiterhin: „Ein beschädigtes Kabel ist ein Traumsymbol für gestörte soziale Kontakte. Dem Träumenden gelingt es nicht, mit seiner Umwelt eine echte Verbindung einzugehen. Ein durcheinander geratenes Kabelknäuel versinnbildlicht in der Traumdeutung chaotische Emotionszustände. Der Träumende ist sich nicht sicher, wem er welche Gefühle entgegenbringt. Die verschiedenen Beziehungen sollten geordnet werden.“

Urinieren verkörpert analog gesehen (aus spiritueller Sichtweise) im Traum einen Reinigungsprozess, durch welchen Körper und Geist Heilung erfahren.

Mit dem Urin werden vom Körper ja nicht benötigte Stoffe ausgeschieden, „losgelassen“.

Aus Sicht der Traumdeutung symbolisiert der **Keller** das Unbewusste im Menschen. Der Keller liegt im Dunkeln, birgt Geheimnisse, Ängste, aber auch Möglichkeiten, die dem Träumenden noch nicht bewusst sind. Steigt er also in die Tiefen eines Kellers hinab, nähert er sich hier dem Unbewussten an.

In der spirituellen Traumdeutung steht das Traumbild der **Waschmaschine** für das Bedürfnis und den Wunsch nach geistiger Reinigung und Heilung auf allen Ebenen.

Meine subjektive Deutung:

Hier sind vor allem die den Traum begleitenden Emotionen und auch noch evtl. weitere hochkommende Gedanken dazu zu betrachten.

Das haut aus meiner Sicht voll in die Kerbe meines aktuellen Entscheidungs-Problems, und auch noch voll in die Kerbe meines ureigenen inneren Widerstands zum Kontakt mit fremden Gruppen von Menschen. (Da hängt mir unterbewusst wohl immer noch der erste Besuch in einem fremden Gasthaus nach, in dem man mich niedergemacht hat. Oder besser gesagt, in dem ich mich selbst habe niedermachen lassen.)

Ich habe bei der Deutung des Traumes zusätzlich auch noch die Aussage meines Kartenlegers im Hinterkopf, dass „ich H(h)eiler werden sollte, und dass da bereits schon Seelen auf mich warten würden“.

Wenn ich wie im Traum also alles so lassen würde, würde ich der von mir angestrebten Aufgabe eines Lebensberaters nicht gerecht werden. Ich würde meine Klienten (oder anderen Menschen) nicht bei deren Heilungs-Prozess unterstützen. Und ich würde dabei auch in meiner eigenen Entwicklung nicht vorwärts kommen.

Fazit:

Also, alter Mann, stürze dich rein in die Arbeit und überwinde endlich deine Widerstände. Das ist es, was in deinem Leben vermutlich als nächstes ansteht und noch erledigt werden will.

Der Traum hat meine Entscheidung damit maßgeblich beeinflusst, und das war gut so.

Das Gesetz der Energie, Gesetz der Schwingung

Vereinfacht dargestellt: Alles in unserer Umgebung, auch wir, ist Energie, alles schwingt. Auch Gedanken und Worte sind selbst Energien und senden diese auch aus. Meine geistige Energie manifestiert sich als meine Umgebung. Meine Energie wird auch von anderen wahrgenommen. Alles beeinflusst sich gegenseitig.

Will ich ein harmonisches Leben führen, dann sollte ich demzufolge meine Gedanken genau beobachten und kontrollieren. Gedanken werden meistens zu Worten und dadurch auch sehr oft zu Taten.

Mein Leben verläuft gefühlt reibungsloser, seitdem ich meine Gedanken einer gewissen Disziplin unterworfen habe und mein Gedachtes auch ab und zu in einem reinigenden Prozess rückwirkend durchforste. Ich achte darauf, im Wesentlichen

- nicht mehr zu werten
- nicht mehr zu urteilen und verurteilen
- keine negativen Gedanken mehr zu produzieren und aufzunehmen
- und vor allem keine negativen Gefühle mehr in mir zu tragen

An diese Stelle versuche ich tolerante und zielführende, positive Gedanken und Gefühle zu setzen. Dies ist aber ein ständiger Prozess, da sind noch etliche anezogene Muster und Leitsätze in mir drin, die ein hartnäckiges Arbeiten an mir noch erfordern.

Ich bin ständig dabei, meine Intuition zu schärfen, d.h. auf die mich umgebenden Energien zu achten und bewusst wahrzunehmen.

- Ich beachte die möglichen Zeichen in meiner Umgebung,
- ich achte auf meine eigenen aufkommenden Gefühle und Gedanken,
- ich beobachte das Verhalten anderer, die mich ja sehr oft nur spiegeln.

Ich gehe in die Stille, mit geführten Meditationen oder einfach auch nur um meine Chakren mal wieder zu spüren.

Was ich bestimmt noch lernen werde, sind die stillen Meditationen, wie z.B. die von Hr. Schröter vorgeschlagene Seelen-Meditation.

Das Gesetz der Resonanz

Diese Gesetzmäßigkeit sorgt dafür, dass sich einerseits gleich schwingende Energien gegenseitig anziehen. Menschen, Ereignisse, Lebensumstände werden durch die Kraft und Ausrichtung meiner Gedanken-Energie damit in mein Leben kommen. Andererseits wird diese Energie auch auf gleich schwingende Körper übertragen, diese damit verstärkt.

Unser Denken und Fühlen ist dementsprechend wie ein „unsichtbarer Magnet“, der alles unaufhörlich anzieht oder fernhält, je nachdem ob etwas in unserer Umgebung mit ihm übereinstimmt oder nicht.

Ich habe mich so z.B. vor längerer Zeit schon entschlossen, mich einfach nicht mehr zu ärgern. Das klappt erstaunlicherweise sehr gut. Hierzu verhalf mir die Einsicht, dass es niemandem hilft und sich nichts dabei ändert, dass es eigentlich nur mir schadet. Durch erstaunte Rückfragen aus meinem Umfeld, „warum ich denn da so ruhig bleiben kann“ bekomme ich die Bestätigung.

Wenn mich aber trotzdem noch etwas ärgert oder verletzt, dann muss laut diesem Gesetz doch noch etwas von dem Verhalten des Anderen auch in mir selbst drin sein, sonst hätte es mich ja nicht erreichen können.

Also gehe ich in mich und versuche dies zu erkennen und aufzulösen, so komme ich meinem Ziel wieder einen Schritt näher.

Seitdem ich die Ausbildung als Lebensberater begonnen habe, begegne ich immer mehr Menschen, die ähnliches tun oder es eröffnet sich eine Unterhaltung über diese Thematik. Auch dies zeigt mir die aktive Wirkung dieses Gesetzes.

Im Moment befasse ich mich mit bejahenden Gedanken bzgl. der Fülle und des Erfolges. Es ist ja nichts Unanständiges und auch nichts Besonderes, wohlhabend zu sein. Auch ein perfektes Verhältnis von Arbeit zu Freizeit zu schaffen wird mir über diesen Weg sicherlich gelingen.

Man muss einfach nur den alten gedanklich festgefahrenen Schrott in sich erkennen und loslassen. Man muss zweifelnde Gedanken genauso schnell wieder ziehen lassen, wie sie auch in einem aufgestiegen sind.

Und die Beschäftigung mit Fülle und Erfolg führte mich zu dieser vollständig eigenen, nachfolgend beschriebener Gesetzmäßigkeit.

Das Gesetz der Fülle und des Wohlstandes

Das lässt sich zwar aus dem vorher beschriebenen Gesetz der Resonanz ableiten, wird von Hr. Tepperwein aber als eigene Gesetzmäßigkeit beschrieben. Und zudem ist es auch durch mein inneres Gedankengut Wert, in einem eigenen Unterpunkt behandelt zu werden.

Ein in meiner Kindheit lange Zeit erlebter Mangel ist wohl die hauptsächliche Ursache für meine entsprechend ausgerichtete Denkweise. Mir wurde gelernt sparsam zu leben und immer eine finanzielle Notreserve in der Rückhand zu haben. „Man weiß ja nie, was noch auf einen zukommt“.

Halt einfach das berühmte „Schwaben-Gen“, dass ich vermutlich schon von meinen Eltern vererbt bekommen habe.

Die Auflösung dieser falschen Einstellung zum Geld habe ich erst kurz vor Beginn dieser Ausbildung in Angriff genommen. Da habe ich schon einige Zeit mit mir gekämpft, aber schließlich habe ich meinen Notgroschen dazu verwendet, mir diesen Kurs zu leisten. Seitdem lebe ich ohne meine Reserve. Meine Affirmation: „Geld zirkuliert in meinem Leben, so wie es rausgeht, kommt es auch wieder rein“. Das Geld nicht horten, sondern fließen lassen heißt die Devise ab sofort.

Das Problem war, und ist es immer noch ein bisschen, mich der Fülle Wert zu fühlen. „Da gibt es doch noch so viele Menschen, denen es noch viel schlechter geht als mir, denen sollte dies doch zuerst zu Gute kommen“. Noch ein weiterer hinderlicher Gedanke aus Kindertagen, der mir eingepflanzt wurde und seitdem in meinem Hirn herumschwirrt. Aber dann werde ich mir bewusst, dass das Leben ja eigentlich genug für alle bietet, man muss sich dafür nur bereit erklären, sich dafür würdig fühlen.

Und ich werde mir auch bewusst, dass Fülle nicht nur aus Geld und Besitz besteht. Ich bekomme doch gerade eine Fülle von Wissen und Erkenntnissen durch diese Ausbildung. Also ist auch hier das Leben an mir schon wieder am Wirken.

Eine andere Erkenntnis hierzu ist auch der jetzt deutlich werdende Unterschied zwischen Besitz und Vermögen. Ob ich etwas körperlich in Besitz nehme („ob ich darauf sitze“) oder ob ich es vermag, eine geistige Leistung zu vollbringen. Alles Materielle werde ich einmal hier lassen, meinen Geist werde ich zum Schluss mit transformieren, der bleibt mir.

Auch das Geben und Nehmen spielt hier eine bedeutende Rolle. Wenn ich nur Spende um eine Steuerbescheinigung für meine Steuererklärung zu haben, wird das nicht zu einer Fülle in meinem Leben führen, das gibt mir vielleicht ein paar Euro an Steuern zurück.

Mein Beruf als Alltagsbegleiter bietet mir hier die Möglichkeit, von Herzen zu geben, zu dienen.

Da kommt manchmal wirkliche Dankbarkeit zurück, und manchmal sogar auch dann, wenn man es gar nicht erwartet. Genau das ist es, was für mich die eigentlich wertvolle Fülle im Leben darstellt. Das erfüllt und sättigt mich für den Rest des Tages.

Das Gesetz des Lernens

Das Leben lehrt uns durch seine Botschaften, es zu erkennen und zu meistern, um letztendlich zu uns selbst zu finden.

Wir sollen ein für uns stimmiges Leben führen im Einklang mit uns selbst im Inneren und in der Welt im Außen.

Hierfür bekommen wir zuerst Botschaften, die wie „geduldige Lehrer“ mit sanften Botschaften auf uns wirken sollen.

In meinem Fall war das unter anderem die Kirche als Arbeitgeber, die Bücher, welche ich im Verlauf danach gelesen habe und auch die vielen „Zufälle“, die danach in mein Leben traten.

Einige beachtet man, bewusst oder unbewusst, andere erkennt man nicht oder lässt man auch willentlich vorbeiziehen.

Wenn dann mehrere sanfte Botschaften nicht erkannt oder beachtet werden, macht dies dann die etwas „strengerer Lehrer“ in unserem Leben erforderlich. Diese fordern uns dann mit physischen oder psychischen Schmerzen auf, endlich zu handeln.

Diesen Lehrern bin ich wie bereits berichtet ja schon auch begegnet, sei es durch meine Hauterkrankung, meinen etwas größeren Unfall oder durch den zuletzt drohenden Burn-Out. Dem Menschen muss halt sehr oft erst mal etwas weh tun, bevor er seinen Hintern bewegt.

Aus heutiger Sicht denke ich dankbar daran zurück, dass ich es wohl Wert bin, immer wieder so geduldig auf meinen Weg zurück geführt zu werden.

Ich habe inzwischen wieder den Zugang zu meinen sanfteren Lehrern gefunden. Ich bin offen für die vielfältigen Botschaften und Zeichen um mich herum.

Natürlich beachte ich auch die Botschaften meines Körpers, von gelegentlichen Juckreizen bis zu selten auch leicht schmerzhaften Symptomen.

Und auch hierdurch spüre ich deutlich, dass ich immer noch in Anbindung mit Gott lebe, dass ich es wert bin, beachtet und geführt zu werden.

Das Gesetz der Wandlung

Grob gesagt ist das das Gesetz des Loslassens und der darauffolgenden Erneuerung. Widersetzen wir uns dem Wandel, dem Fluss des Lebens, führt dies zum Stau, zu Schwierigkeiten, Krisen und Krankheiten.

Mit diesem Gesetz hatte ich die größten Schwierigkeiten. Diesen Sachverhalt zu Erkennen und dann entsprechend zu handeln. Da waren wie beschrieben schon einige schmerzhaftes Lehrer erforderlich.

Ein chinesisches Sprichwort sagt: *„Wenn der Wind der Veränderung weht, dann bauen die einen Mauern, und die anderen Windmühlen.“* Der Saulus in mir hat hier massiv gemauert.

Mein erstes Problem war zu erkennen, dass die Veränderung ja schon mitten im Gange war und nicht mehr zur Wahl stand. Ich wollte nicht wahrhaben, dass ein Lebens-Abschnitt zu Ende gegangen war und ein neuer begonnen werden wollte. Wo alles doch gerade so vertraut und bequem war.

Irgendwie wollte man sich ja schon verändern, aber da arbeiteten Bequemlichkeit, Angst vor der Zukunft, fehlendes Selbstbewusstsein und das Festhalten am Bestehenden schon sehr dagegen.

Da waren schon drei dieser schmerzhaften Lehrer erforderlich, von denen mich einer ins Grab oder in den Rollstuhl hätte bringen können. Erst danach hatte ich den Mut, den ersten Schritt in Richtung Veränderung zu gehen.

Und das bedeutete für mich: Selbst kündigen im Alter von 53 Jahren, im Wissen, dass ich in meinem Beruf keinen Job mehr bekommen werde. Sich also zum ersten Mal in die Mühlen des Arbeitsamtes zu begeben.

Das bedeutete für mich in damaliger Sicht auch, seinen erarbeiteten Besitz aufs Spiel zu setzen und seine Ehe vielleicht noch oben drauf. Denn wie wird denn wohl meine Frau auf so einen Schritt reagieren?

Erst ein Lebensberater, der mir wie bereits beschrieben unter anderem die Karten legte, zeigte mir damit bildhaft meine aktuelle Situation: Jemanden der in einem Käfig eingesperrt war und verzweifelt an den Stäben rüttelte.

Zwei Wochen später, nachdem ich meine Frau darauf vorbereitet hatte, ging die Kündigung raus. Einerseits ein unglaublich befreiendes Gefühl, die Ketten und die Gitterstäbe endlich weg zu haben. Auf der anderen Seite war das ein sehr kaltes Wasser, das der „Fluss des Lebens“ auf einmal mit sich brachte.

Aber das war die Geburt des Paulus, und auch eine Geburt ist schließlich kein Zuckerschlecken. Es folgten noch einige weniger schöne Erfahrungen im Job Center, aber ich lernte zu schwimmen und mich an der Oberfläche treiben zu lassen.

Aus heutiger Sicht war das die beste Entscheidung meines Lebens. In Erinnerung an dieses befreiende Gefühl liebe ich es geradezu, mich treiben zu lassen. Das brachte die Leichtigkeit in mein Leben, die ich für nichts mehr hergeben will.

Leben zu können ohne sich ständig über die weiteren Ziele im Leben den Kopf zerbrechen zu müssen. Leben im Bewusstsein, zur rechten Zeit genau das gezeigt zu bekommen, was genau dann richtig für einen ist.

Obwohl ich lange zu diesem Schritt gebraucht habe, obwohl ich erst schmerzlich dazu gedrängt werden musste, bin ich heute noch „stolz darauf wie Harry“. Auf diesen Schritt ins Ungewisse, für den Mut, mein Leben um 180 Grad zu drehen.

Ich verdiene inzwischen netto nur noch ein Drittel meines damaligen Gehaltes, da ich jetzt im sozialen Bereich als ungelernte Kraft tätig bin (Pflege- und Betreuungs-Helfer), und meine familiäre Umgebung reagiert darauf für mich gefühlt immer noch mit Unverständnis. Aber mein Leben meistere ich jetzt tatsächlich eher spielerisch, und dieses Heimstudium bietet mir in meinem Leben sogar noch ein kleines Abenteuer.

Leben bedeutet also ständige Veränderung, Loslassen vom Alten und Wandeln ins Neue. Ich habe dies erkannt und achte darauf, ob es Anzeichen in meinem Außen oder meinem Innen dafür gibt und versuche dann entsprechend zu handeln.

Ich habe auch erkannt, dass man eine Tür, aus der man austreten will oder soll, erst ganz zumachen muss (loslassen), bevor sich eine neue Tür öffnen wird und man diese auch erreichen kann. Sonst bleibt man nur im Flur zwischen den Türen stehen, und dort bläst der Wind (der Veränderung) und entwickelt sich langsam zum Sturm

Und das lege ich Ihnen auch wärmstens ans Herz, diese Gesetzmäßigkeit ist für mich eine der wichtigen Spielregeln des Lebens.

Das Gesetz der Imagination

Ein Bild ist die Sprache des Unterbewusstseins und der Seele. Ein Bild, mit dem man sich identifiziert und ein starkes Gefühl dazu (am besten Dankbarkeit für die erfolgte Erfüllung) hat das Bestreben, sich zu verwirklichen.

Das habe ich bisher eigentlich eher unbewusst als begeisterter Heimwerker genau so gemacht. Bei jedem Teil, das ich mir gebastelt habe, habe ich es mir vorher genau vorgestellt und einige Zeit reifen lassen. Nach einiger Zeit war alles so, wie ich es gebrauchen konnte, weil ich die vermeintlichen Probleme gedanklich lösen konnte. Das fiel mir schon immer leicht und ich habe auch heute mit Visualisierungen keine Schwierigkeiten.

Mit diesem geistigen Bild habe ich dann eine Skizze als Bauplan mit den jetzt genaueren Abmessungen zu Papier gebracht und wieder etwas ruhen lassen. Nicht selten kamen auch da noch Ideen zur Verbesserung einiger Details.

Während dieser Ruhephase habe ich öfters auf Baumarkt-Prospekte geschaut, nicht selten kamen dort dann die passenden Angebote und das war dann der Startpunkt für das Vorhaben.

Vielleicht habe ich das damals mal bewusst angefangen so zu machen, ich weiß es ehrlich gesagt nicht mehr. Inzwischen jedenfalls war das einfach so, da habe ich nicht mehr lange darüber nachgedacht.

Jetzt allerdings während dieser Ausbildung wird es mir wieder klar und deutlich vor Augen geführt, wie einfach das doch ist und wie wunderbar das klappt. Das Einfache an diesem Thema ist, dass ich hier schon jede Menge Erfolgserlebnisse hatte, die den Glauben daran ohne Zweifelnde Gedanken ermöglichen.

Aber ich werde mir dieses Beispiel für andere Visualisierungen künftig als Vorbild nehmen, um so keinerlei Zweifel aufkommen zu lassen, die den Erfolg verhindern würden.

Das Gesetz des Denkens

Man erntet, was man sät. Denken ist säen. Jeder Gedanke ist Saatgut, in jeder Sekunde, bewusst oder unbewusst gedacht.

Jeder Gedanke ist eine Schöpfung und ist bestrebt, sich zu verwirklichen.

Die Energie der Gedanken und Bilder liegen sehr nahe beieinander. Das war für mich bisher dasselbe wie das vorher beschriebene Gesetz der Imagination. Das habe ich wie gesagt eigentlich schon erfolgreich integriert.

War mir aber bisher nicht wirklich klar vor Augen geführt wurde, oder was ich vielleicht auch wieder vergessen habe, ist die Verantwortung für jeden einzelnen, die daraus erwächst.

Da haut es einen auf einmal die Erkenntnis um die Ohren, wie viele unbewusst im Alltag aufgenommene negative Bilder und Gedanken täglich durch meinen Kopf jagen. Von Gesprächen mit negativ eingestellten Personen, die ich manchmal nur der Höflichkeit wegen führe bis hin zu den Nachrichten in der Zeitung oder im Fernsehen.

Von meinen eigenen täglichen negativen Gedanken aufgrund meiner anezogenen Lehrsätze und Erfahrungen mal ganz zu schweigen.

Das hatte ich vor längerer Zeit schon mal besser hinbekommen.

Deswegen fühle ich mich heute dazu ermahnt, immer wieder mal etwas Psychohygiene zu betreiben. Zweifel und Sorgen ins Positive zu wandeln, bevor Angst daraus wird. Wünsche prüfen (die inzwischen sehr selten geworden sind) ob diese denn auch wirklich gut für mich sind.

Dann komme ich wieder leichter in eine Art Gedanken-Disziplin, in der dies nicht erst im Nachhinein durchgeführt werden muss, sondern die Gedanken schon beim Denken dabei geprüft werden, ob diese nicht vielleicht belastend für mich sind. Denn dann werde ich diese einfach wieder unbeachtet ziehen lassen so wie sie gekommen sind.

Das Gesetz des Glaubens und Dankens

Nach Definition Hr. Tepperwein ist der wahre Glaube die Gewissheit, dass das Erwünschte in Erscheinung treten muss, wenn ich die Kraft meiner Gedanken und Vorstellung darauf richte und mich dafür bedanke, als hätte ich es schon bekommen.

So wie ich das bei meinen vorher beschriebenen Basteleien auch schon gemacht habe. Natürlich habe ich das damals mit meinem Bankkonto auch schon versucht. Ich habe mir bildlich eine größere schwarze Zahl auf meinem Kontoauszug vorgestellt, und auch versucht, daran zu glauben.

Sie werden es ahnen, das ging aber schon so was in die Hose. Ich bin langsam in die roten Zahlen gerutscht und habe das Ganze dann auch sehr schnell wieder abgebrochen. Das Konto hat sich nach diesem Versuch auch wieder auf „normal“ erholt.

Daraus lernte ich, wie sehr ein unbewusster Zweifel doch gegen einen arbeiten kann.

Vielleicht habe ich damals den Teil mit dem Danken nicht begriffen oder auch erst gar nicht vorgenommen. Vielleicht wäre eine größere Summe Geld zum damaligen Zeitpunkt eher hinderlich für mich gewesen.

Vielleicht lag es auch an der falschen Einstellung, „ich hätte irgendwann gerne mal ...“ oder auch an allem zusammen, ist aber auch egal.

„Stand Heute“ weiß ich, dass ich die Erfüllung meines Wunsches nicht in die Zukunft, sondern in die Gegenwart legen muss. Und dann auch nicht nur versuchen zu glauben, sondern wissen, dass die göttliche Schöpfungskraft mir genau jetzt zur Seite steht. Diese Gedanken-Kraft mit Ausdauer und Dankbarkeit führt zum Erfolg.

Stand heute weiß ich auch, dass ich mich wie schon erwähnt erst mal würdig fühlen muss, ein pralles Konto zu haben. Man arbeitet daran

Das Gesetz des Schicksals

Nicht erst seit meiner Arbeit mit behinderten Menschen stellte ich mir die Frage, warum manche Menschen gesund und manche Menschen mit einer Behinderung auf die Welt geboren werden.

Diese Frage beschäftigt mich schon seitdem mein erster Sohn im frühen Kindesalter mit einer Neurodermitis/Schuppenflechte zu kämpfen hatte. In diesem Alter konnte er doch unmöglich eine Ursache gesetzt haben, die diese Wirkung rechtfertigte.

Diese Frage konnte mir auch mein damaliger rein katholisch geprägter Glaube nicht beantworten. Erst nach meiner beruflichen Erfahrung mit der Kirche bekam ich aus der Literatur den Hinweis dazu: Inkarnation.

Hier kam ich dann zu dem Schlussgedanken, dass die Kette von Ursache und Wirkung innerhalb eines Lebens nicht bei Null anfängt, sondern über mehrere Leben hinweg bestehen musste.

Wir beginnen also ein Leben mit der Aufarbeitung unserer Taten und Erfahrungen aus früheren Leben und setzen in diesem Leben eventuell auch schon wieder neue Bedingungen und Ursachen für unser nächstes Leben.

Und Innerhalb dieser Ausbildung erst ist mir der Unterschied zwischen Schicksal und Bestimmung klargeworden.

Unsere Bestimmung als Mensch ist es, uns zu erkennen als das, was wir wirklich sind (ein Teil von Gott und damit auch Schöpfer unserer Umgebung). Weiterhin ist unsere Bestimmung, in diesem Bewusstsein zu leben.

Wie wir das dann letztendlich machen, wird uns freigestellt. Unsere getroffenen Entscheidungen bestimmen dann unser individuelles Schicksal. Unsere Gedanken und Taten werden über alle Inkarnationen hinweg in einem „karmischen Konto“ geführt.

Auch die Erkenntnis, was denn Erbsünde eigentlich ist, wurde mir erst in diesem Zusammenhang klar. Sie besteht darin, dass wir in jedem Leben unser geistiges Erbe antreten dürfen oder müssen.

So gibt es also weder unverdientes Leid noch unverdientes Glück, wieder greift hier allein das Gesetz von Ursache und Wirkung.

Wenn es auch anderen schwer zu vermitteln ist, aber alles Leid sollte positiv gesehen werden. Als Geschenk des Lebens, um uns an der Lösung der uns gestellten Aufgaben wachsen zu lassen. Und das wiederum bringt uns auch unserer Bestimmung wieder einen Schritt näher.

Erfahrungen mit dem Thema Sterben und Tod

Das war immer schon ein Thema, das mich interessierte, ich habe mir daher schon früher einiges an entspr. Literatur einverleibt, z.B. über Nahtod-Erfahrungen.

Aus diesem Grund habe ich auch kurz nach dem Ausstieg aus meinem bisherigen Berufsleben eine Ausbildung zum Hospizbegleiter durchlaufen.

Hier habe ich das Thema in der Theorie mit anderen erarbeitet und nach dem Abschluss in zwei Sterbebegleitungen auch praktisch erfahren.

Diese beiden Begleitungen hatten für mich aber Zeichen hervorgebracht, die mir deutlich machten, dass dies nicht meine wirkliche Berufung ist. Hier fühlte ich mich zu spät am Platz, ich konnte ich nichts mehr bewirken.

Erfahrungen mit meiner männlichen und auch weiblichen Seite

Lange Zeit war ich im Job als Programmierer tätig. Das bedeutete logisch und analytisch zu denken, Durchsetzungsvermögen beweisen, Anwender zu führen. Das männliche Prinzip also.

Das Leben führte mich (nachdem ich es nicht gleich verstand zwang es mich sogar dazu) auch mein weibliches Prinzip kennen zu lernen. Ich wanderte beruflich nach 30 Jahren von einer männlich dominierten IT-Büro-Welt nun in dem überwiegend von Frauen besetzten sozialen Bereich ab. Ich hatte es ab diesem Zeitpunkt anstelle mit Maschinen dann mit Menschen zu tun.

Jetzt galt es liebevolles Verhalten meinen Mitmenschen gegenüber mitfühlend an den Tag zu bringen. Aber das machte mir eigentlich erstaunlich wenig Mühe

Dort galt es für mich dann persönliche Erfahrungen wie z.B. Nähe und Distanz gegenüber meinen Mitmenschen zu erleben, sowohl physisch als auch psychisch. Dank meines Hospizhelfer-Wissens hatte ich auch hier (wider Erwarten meiner Pflegedienstleitung) kaum Probleme und bin mittlerweile ein beliebter Assistent.

Längere Zeit standen für mich die beiden Lebens-Philosophien im Widerspruch: Einerseits das aktive Verfolgen eines Zieles (mit Visualisierungen usw.) und andererseits das passive Treiben lassen im Strom des Lebens.

Erst vor kurzem ist mir klar geworden, dass dies eigentlich die zwei entgegengesetzten Pole des gleichen Themas sind. Man könnte auch sagen, einmal das männliche und einmal das weibliche Prinzip dazu charakterisiert.

Wie im übrigen Leben werden wir auch hier gefordert, eine sinnvolle Mischung bzw. Kombination aus beiden zu entwickeln und situationsbedingt anzuwenden.

Sachverhalte verständlich erklären

Diese Gabe wurde mir vermutlich in die Wiege gelegt. Sie hat mich zu einem beliebten Ausbilder gemacht (das wurde mir zumindest erst letztlich bei einem Treffen mit Ex-Kollegen wieder bestätigt) und ergänzt perfekt die Liste meiner Eigenschaften, die ich für diesen Weg zum Lebensberater gebrauchen kann.

Ich bemühe mich, immer in der Sprache meines Gegenübers zu sprechen. Damals als IT-Mitarbeiter habe ich bei meinen Anwendern soweit es irgendwie möglich war immer zuerst deutsche Fachbegriffe verwendet und dann das IT-Fachwort dafür hinterhergeschoben. Natürlich nicht so unter meinen IT-Kollegen, das wäre ja ein No-Go gewesen. Dort galt das Motto „... und wenn Du nicht überzeugen kannst, dann verwirre wenigstens“. Heute versuche ich, Sachverhalte wenn möglich mit Metaphern oder „klugen Sprüchen“ näherzubringen.

Den Unterschied von menschlicher und bedingungsloser Liebe erkläre ich bibelfesten Menschen gerne mit dem Gleichnis vom verlorenen Sohn. Jüngeren Zeitgenossen biete ich hierzu lieber folgenden Spruch zum Nachdenken und diskutieren an: „Wer immer auf dem Weg ist, bleibt auch zuletzt auf der Strecke.“

Auf Fragen bzgl. harmonischen Beziehungen verwende ich gerne einen Vergleich aus der Tierwelt, den ich mal gehört habe. Ich teile da alle Menschen einfach pauschal in drei Gruppen ein: Karpfen, Haie und Delfine.

Wenn man die Gesichter dieser Tiere betrachtet, braucht man eigentlich nichts mehr zu deren Charakter sagen. Rund 80% der Menschen betrachte ich als unerwachte Karpfen, vergleichbar mit Herdenvieh. 10% sind verspielte, lebensfrohe Delfine mit ausgeprägtem sozialen Verhalten, und die restlichen 10% sind Raubtiere, die sich der Karpfen bedienen. Jetzt gilt es nur noch den betreffenden Typen eines Menschen zu erkennen und alle Fragen beantworten sich fast von alleine.

Einfühlungsvermögen

Auch diese wurde mir vermutlich in die Wiege gelegt, das konnte ich eigentlich schon immer an mir feststellen.

Intuitiv kann ich die Stimmungslage meines Gegenübers recht gut erfassen. Dabei dienen mir nicht nur die äußeren Merkmale um dies zu erkennen, eher im Gegenteil.

Ich vermute es ist eine Art von Intuition, ich habe ein gutes Gespür für die Schwingungen die jemand oder eine Gruppe von Personen aussenden.

Dies gilt es natürlich in diesem Lehrgang noch deutlich zu vertiefen und in praktischen Gegebenheiten bewusster zu erfahren.

Kartenlegen

Wofür ist Kartenlegen sinnvoll

Die Karten liefern letztendlich einen Spiegel für den Fragenden.

Kartenlegen ist letztendlich nichts anderes als eine weitere Variante, um aussagekräftige Hinweise und Antworten für den Fragenden im Kontext seines eigenen Lebens zu erhalten.

Ich verwende hier zwei Karten-Sets. Einerseits die von Fr. Carola Winter entwickelten und benannten Karten Psykofutura. (siehe Abbildung rechts)

Dieses besitzt sehr aussagekräftige und mit aktuellen Motiven gestaltete Bilder. Diese verwende ich hauptsächlich bei jüngeren Menschen, da hier die Interpretation sehr leicht nachvollziehbar ist und damit problemlos zu Erkenntnissen führt.



Gleichzeitig arbeite ich aber auch gerne mit den Kipper-Karten, alten Zigeuner-Karten. (siehe Abbildung links)



Die Kipper-Karten haben da schon etwas traditionelleres, was meiner Erfahrung nach eher bei den etwas reiferen Menschen besser ankommt.

Aber beide Sets haben vergleichbare Aussagen und werden im Endeffekt zu denselben Hinweisen führen.

Der Kartenleger berät lediglich den Fragenden bei der Deutung des Kartenbildes.

Der Fragende trägt die Antwort durch seine eigene Intuition bereits in sich selbst, der Kartenleger ist nur dabei behilflich, den Fragenden dorthin zu führen.

Auch die letztendliche Verantwortung für sein weiteres Leben trägt jeder Ratsuchende durch seine eigenen hieraus getroffenen Entscheidungen selbst.

Mit den Karten kann **keine** langfristige oder unausweichliche Zukunfts-Aussage getroffen werden. Aber sie können aufzeigen, wohin der Weg des Fragenden anhand der aktuellen Sichtweisen, Verhaltensweisen und Wertevorstellungen führt.

Die Zukunft ändert sich schließlich permanent, mit jeder getroffenen Entscheidung.

Die Karten dienen aber genauso gut auch für sich selbst als Hilfestellung, wenn man sich mit sich selbst kritisch auseinandersetzen will. Sie können bei Entscheidungen helfen, da sie Tendenzen, Möglichkeiten und mögliche Konsequenzen aufzeigen.

Aber bitte bedenken sie:

Nicht jede Karte und damit der Hinweis dazu wird ihnen möglicherweise dabei gefallen. Genauso, wie es ihnen bei einem Ratschlag eines ehrlichen Lebensberaters auch ergehen könnte.

Die Karten können ihnen aber dabei helfen, ihr Leben besser zu verstehen und damit auch besser zu meistern.

Das Kartenlegen bereitet erst dann einen Sinn, wenn man aus den daraus resultierenden Erkenntnissen die Konsequenzen zieht. Das bedeutet, sich ein weiteres Vorgehen daraus zu überlegen und es dann auch in die Tat umzusetzen.

Meine Selbstverpflichtung

Nachfolgende Ausführung habe ich mir zurechtgelegt und gehe diese mit jedem Ratsuchenden durch, bevor ich mit ihm beginne:

Das Kartenlegen ist ein von Generationen geprägtes, vielschichtiges Instrument zur Erkenntnis-Gewinnung. Ich bin mir daher bewusst, dass über meine Deutungen hinaus stets noch weitere Aussagen und Aspekte in der Bildersprache der Karten liegen könnten.

Ich weiß, dass das Kartenlegen ein Symbolsystem mit einem weiten Spektrum ist, bei dem das Thema jeder einzelnen Karte in förderlicher oder problematischer Weise gesehen werden kann.

Deshalb bewerte ich keine Karte als einseitig gut oder schlecht.

Ich verzichte auch auf Aussagen, die als unausweichliches Schicksal verstanden werden können. Vielmehr bin ich bestrebt, jedem Ratsuchenden Entwicklungsmöglichkeiten aufzuzeigen und sein eigenverantwortliches Handeln zu stärken.

Meine Aussagen gründen auf meiner Erfahrung bzgl. der Deutung der Karten.

Sollte ich für bestimmte Fragen andere Erkenntnismittel einsetzen, so lege ich dies gegenüber dem Fragenden offen.

Ich verpflichte mich, Kenntnisse aus den Beratungen weder an Dritte weiterzugeben, noch zum persönlichen Vorteil zu nutzen. In rechtlichen, finanziellen, medizinischen und psychologischen Fragen, für die ich keine Qualifikation habe, empfehle ich dem Ratsuchenden, sich professionelle Hilfe zu suchen.

Unethische Fragestellungen und abwertende Aussagen, insbesondere über abwesende Dritte, lehne ich ab.

Ich werde die Intimsphäre aller Ratsuchenden achten und gebührend respektieren.

Ich werde keinen Druck auf ihn ausüben, damit er Ratschläge befolgt oder seine Sichtweise auf die Dinge verändert.

Ich weiß, dass meine Deutungen ohne seine Mithilfe stets subjektiv sind. Ich berate den Ratsuchenden deshalb immer mit entsprechenden Hinweisen, so dass er sich seiner Eigenverantwortung jederzeit bewusst ist.

Was muss ich dafür noch lernen bzw. vertiefen

Den Willen zur ständigen Weiterbildung

Leben bedeutet lernen. Das musste ich in meinem alten Job ja auch tun. In der IT war ständige Weiterbildung Voraussetzung für erfolgreiches Arbeiten. Nur ist das in letzter Zeit in meinen Augen immer mehr zum toten, seelenlosen Wissen geworden. Damit machte es keinen Spaß mehr und ergab für mich am Ende auch keinen Sinn mehr.

Ich versuchte mich einfach bis zur Rente noch durchzumogeln, aber das Leben machte mir da einen gehörigen Strich durch die Rechnung.

Diese Einstellung zur Fortbildung ändert sich gerade jetzt, nicht zuletzt auch durch dieses Heimstudium. Hier hilft mir die Erkenntnis, dass das Wissen dieser Ausbildung ja schließlich nicht nur mir, sondern auch meinen Mitmenschen zu Gute kommt.

Mit mehr geistigem Potential erhöht sich die Anzahl der Personen, denen ich helfen kann, das führt wiederum dann auch für mich zu mehr Abwechslung, Erfolg, Spaß, und Anerkennung.

Mir wurde auch angeboten, als Mitglied der Master-Mind-Gruppe innerhalb des Umbaus der Tepperwein-Studien-Materialien mitzumachen. Das bedeute für mich dann in der Konsequenz, jetzt nun doch in die eigentlich schon als abgehakt geglaubten IT-Themen einzusteigen, bis hin zur eigenen Internet-Seite.

Nun ja, das ergibt inzwischen aber einen neuen Sinn, dem werde ich mich jetzt wieder verstärkt widmen und öffnen müssen.

Kein Mangeldenken mehr

Das habe ich unterbewusst immer noch in mir drin, das ist noch aus der Erziehung verhaftet und ist dann leider in Gewohnheit übergegangen.

Vor allem in finanzieller Hinsicht habe ich vermutlich erst jetzt den entscheidenden Schritt bei der Bestellung dieses Heimstudiums gemacht.

Hierfür habe ich meinen Notgroschen komplett aufgelöst. Aber den brauche ich ja in dieser Form und Höhe jetzt nicht mehr. Ich lebe in der Fülle und Geld zirkuliert ab jetzt in meinem Leben.

Meinem Körper mehr Ausdauer und Form geben

Aktuell mache Gymnastik nur wegen meiner schon mehrere Jahre zurückliegender Bandscheibenvorfälle, und hauptsächlich auch nur dann, wenn es „mal wieder spannt“.

Ich muss noch daran arbeiten, es verinnerlichen, die körperliche Ausdauer-Bewegung nicht länger als lästiges Übel zu betrachten. Auch wenn ich wegen meines aktuellen Jobs keine fixen Zeiten dafür einrichten kann, werde ich mir noch eine für mich passende Form der Regelmäßigkeit überlegen.

Es reift ja auch schon die Einsicht in mir, dass dies ja letztendlich auch eine wertvolle Zeit darstellt, die ich mir nur für mich selbst nehme und ich daher eigentlich genießen sollte.

Nicht immer gleich lospoltern (Widder!)

Ich neige dazu, neu gewonnene Kenntnisse immer gleich meiner näheren Umgebung kundzutun. Bei der Integration der Erkenntnisse in mein Leben gehe ich das dann fast schon bis ins Extreme an. Verständlich, dass ich mit dieser meiner Art dem Einen oder Anderen damit schon mal auf den Wecker gehe.

Natürlich habe ich es in letzter Zeit schon auch immer wieder geschafft, dann doch eher besonnen vorzugehen. Es ist ja eigentlich meine eigene Entwicklung, die muss man nicht immer gleich jedem offenbaren.

Aber in diese Kerbe schlägt wieder mein Verlangen nach Anerkennung und führt gleich zum nächsten Punkt – Selbstbewusstsein.

Selbstbewusstsein

Das hat sich in den letzten Wochen deutlich verbessert, ich kann aber nicht wirklich sagen warum. Ich vermute, der Auslöser war eine Situation, in der mich einer meiner Klienten in eine Situation brachte, in der ich endlich einmal „Nein!“ zu ihm sagte.

Nur aus purer Langeweile von ihm sollte ich ihn eine längere Zeit mit dem Rolli einen anstrengenden Weg noch kurz vor dem Schichtwechsel schieben. Das empfand ich als pure Schikane und habe zum ersten Mal nach einem Jahr bei ihm eine Arbeit verweigert.

Da habe ich erkannt, dass das auch eine Form der Liebe und Achtung gegen über mir selbst ist. Die hätte ich doch lieber schon mal früher gehabt.

Denn da hängen wohl immer noch ein paar unschöne Erlebnisse aus der Vergangenheit in meinem Kopf herum. Die gilt es noch herauszukitzeln und aufzulösen. Aber nicht zuletzt dafür wird mir auch dieses Heimstudium dienen.

Mein Verlangen nach Anerkennung auflösen

Manchmal drängt es mich immer noch dazu, unaufgefordert meine Hilfe anzubieten. Ich habe mir im Lauf der Jahre beispielsweise Gerätschaften angeeignet, die mir im privaten Leben sehr nützlich sind (Werkzeuge, Traktor, Anhänger, ...). Die wollen natürlich auch beachtet werden und damit eine Form der Anerkennung erfahren.

Da werde ich wohl am besten loslassen, indem ich das Meiste davon schon mal meinen Söhnen übergebe und mir selbst dann nur noch bei Bedarf von den beiden ausleihe.

Was noch in diese Kerbe schlägt ist mein Anspruch, dass meine Hilfe auch zu dem erwarteten Ergebnis meiner Vorstellung führt. Natürlich um damit wiederum Anerkennung und Bestätigung zu erfahren.

Ich werde daran arbeiten, auch ohne sichtbares Ergebnis in der Gewissheit leben zu können, mein Bestes getan zu haben.

Selbstdisziplin

Da war ich mal stolz darauf, aber das habe ich in diversen Bereichen in letzter Zeit tatsächlich etwas schleifen lassen.

Vor Beginn dieses Heimstudiums saß ich abends wieder öfters vor der Glotze und vergeudete hier kostbare Zeit. Ich konsumierte die aus meiner Sicht schon auch manipulierten Nachrichten genauso wie manche Action-Blockbuster, die einfach meinen Kopf leeren sollten.

Mittlerweile gehe ich abends soweit es meine Dienste zulassen spätestens um 23 Uhr ins Bett, und wache dadurch meistens so gegen 6 Uhr morgens wieder auf. Das ist dann die Zeit, in der ich z.B. lerne oder zum großen Teil diese Diplom-Arbeit geschrieben habe. Natürlich gibt es hin und wieder mal einen Ausreißer, aber ich bin halt nun mal auch nur ein Mensch mit all seinen Fehlern und Schwächen. Diese akzeptiere ich aber gerne, die helfen mir dabei das verbleibende, überwiegende Maß an Disziplin aufrecht zu erhalten.

Thema Ernährung. Ich bin seit einem massiven Hautausschlag zwar Vegetarier, doch hat sich in letzter Zeit wieder ein eher ungesundes Essverhalten eingeschlichen. Dies zu ändern wird hoffentlich auch sechs bis acht Kilo wieder verschwinden lassen.

Wie vorhin erwähnt werde ich wieder mehr Bewegung in meinen Alltags-Ablauf bringen. Ein strammer Spaziergang mit dem Hund war da früher schon ein geeignetes Mittel.

Wo stehe ich heute, wohin führt mein Weg weiter

Bin ich zufrieden und glücklich?

Bin ein gutes Stück näher zu meiner Mitte gerückt, wenn ich nicht schon fast ganz darin angekommen bin.

Zufriedenheit, Demut und Bescheidenheit gehören jetzt zu meinen Charakterzügen, die überwiegend in meinem Alltags-Leben zu erkennen sind.

Was ist eigentlich Glück?

Glück kann man nicht besitzen, glücklich kann man laut Definition Tepperwein nur sein. Glück entspringt also aus dem Gefühl, endlich stimmig zu leben. Glück findet man daher nicht im Außen, sondern im Innen.

Wie wurde ich glücklich? Ich brauchte nur das Leben so anzunehmen, wie es sich von sich aus gestaltete. Ich brauche mich einfach nur nicht mehr dagegen anzukämpfen.

Meine eigenen Wünsche loslassen und mich dem Leben anvertrauen, fließen zu lassen und einfach im Vertrauen zu schauen, was da noch so alles kommt.

Denn wenn ich mal mein materielles Umfeld ehrlich betrachte, eigentlich habe ich doch schon alles, was ich wirklich brauche.

Inzwischen sind eine Leichtigkeit und Gelassenheit in mein Leben eingetreten, die ich für nichts und niemandem mehr hergeben werde.

Ich arbeite nur noch 30 Stunden die Woche und habe ein ausgeglichenes Verhältnis meiner Tätigkeiten gefunden. Job, Familie, Hund, Schrebergarten und Alltags-Arbeiten sind zu einem sich für mich ergänzenden Tätigkeitsfeld geworden. Wenn es in einem Bereich mal stressig wird, findet sich immer ein anderer Bereich, in dem ich dann dafür etwas entspannen kann.

Das ist auch der Grund, warum ich mir schon genau überlege und zuerst das Ganze in Ruhe anschauen werde, ob die Master-Mind-Gruppe in meinem Gefüge sinnvoll ergänzt werden kann, ohne die Leichtigkeit und Gelassenheit in mein Leben zu gefährden.

Ich knüpfe auch keine Bedingungen mehr an das Glück (Wenn ich erst, dann ...). Sonst jagt man immer dann immer nur den eigenen Vorstellungen hinterher. Damit wird man letztendlich nie glücklich werden.

Und am Ende eines Lebens hat man dann schlichtweg versäumt, einfach glücklich gewesen zu sein. Diese bittere Erfahrung, die ich an manch anderen beobachtet habe, will ich mir selbst ersparen.

Für mich ist die innere Harmonie die Voraussetzung von Lebensqualität. Stimmt das Innen, dann wird Erfolg und Wohlstand (was auch immer man darunter verstehen mag) im Außen folgen. Und da bin ich aktuell auf einem guten Weg.

Meine Ehe

Es wurden in den letzten drei Jahren alle angestauten Probleme offen angesprochen und konnten liebevoll und zur Zufriedenheit beider gelöst werden. Wir haben wieder ein stabiles Fundament für uns beide schaffen können.

Inzwischen sind wir Opa und Oma geworden. Diese Rolle erfüllt uns beide mit Liebe zu der neuen kleinen Seele in unserer Familie. Vor allem meine Frau geht darin auf. Die strahlenden Augen, wenn sie den kleinen Bub im Arm hält, bringen ihre natürliche Schönheit dann erst richtig zur Geltung.

Aber auch ich erkenne in unserem Enkel (dem vermutlich noch weitere folgen werden) wieder eine Gemeinsamkeit in unserem Leben, die mich nochmals ein Stück näher zu meiner Frau hat finden lassen.

Wir führen oft Gespräche, an denen man erkennen kann, dass uns noch wirklich etwas am anderen liegt. Es ist eine liebevolle Gesprächskultur, niemand fällt dem anderen ins Wort, Toleranz und Respekt dem anderen gegenüber sind so wie vor Jahren auch jetzt immer noch selbstverständlich.

Um dann aber zu sehen, wie gut es uns als Paar gerade wirklich geht, nehme ich meine Frau einfach mal zwischendurch in den Arm. Sich kurz fest zu halten, sich dabei in die Augen zu sehen um dann zu spüren, welche Gefühle dabei aufkommen.



Da ist nicht mehr der Rausch der Leidenschaft, der zwar anfangs mit dazugehörte aber oft die Wirklichkeit verschleierte. Da kommt jetzt ein wohliges Gefühl dabei hoch. Da ist auch tiefe Dankbarkeit mit dabei, einen Menschen an seiner zu haben, der einem wahre Treue und Ehrlichkeit über lange Jahre bewiesen hat. Da sind einfach zwei Menschen, die sich gegenseitig ein gemeinsames Leben in persönlicher Freiheit und im gegenseitigen Vertrauen ermöglichten. Und das haben wir auch noch weiterhin vor, solange es uns gegeben wird.

Ja, ich liebe meine Frau (bedingungslos), ich fühle mich bei ihr geborgen, und glaube dieses Gefühl auch in ihr zu spüren.

Mein Berufsleben

Mein Job als Alltagsbegleiter bietet mir aktuell immer noch Möglichkeiten, mich ständig weiter zu entwickeln

Mein wirklicher Schatz ist meine Lebens-Erfahrung und meine bisherige Entwicklung. Meine aktuelle Lebens-Aufgabe glaube ich darin erkannt zu haben, auch anderen in deren Entwicklung dienlich zu sein. Lebensberater zu sein ist daher eines der Ziele, die ich mit Leidenschaft (und so wie es aussieht auch im Einklang mit meiner Seele) anstrebe. Es ist mir ein Bedürfnis, mir selbst und meinen Mitmenschen liebevoll und sinnvoll zu helfen.

Das Leben hat stellenweise schon damit begonnen, mich mit genau den Menschen zusammenführen, denen ich helfen kann, und die meine Hilfe auch annehmen wollen. Auch wenn das momentan nur Ratschläge und Denkanregungen sind. Auch in meinem Beruf wird das Leben mich weiterhin immer wieder dorthin führen, wo es mir gerade am dienlichsten ist, und wo ich (wenn gewünscht) Erkenntnisse und Einsichten vermitteln kann. Aber auch Menschen, die mir weiterhelfen werden, sind mir inzwischen begegnet und ich nehme deren Hilfe dankbar an.

Meine Intuition und meine in diesem Heimstudium erworbenen Kompetenzen werden dabei von Tag zu Tag geschärft und im praktischen Leben durch meine Erlebnisse vertieft und erweitert.

Ob ich meine Assistenten-Tätigkeit auf 20 Wochen-Stunden reduzieren oder ganz beenden werde, weil ich dann mit meiner Berater-Tätigkeit genügend Geld dazu verdienen werde, überlasse ich meiner höheren Führung. Da stecken in beiden Tätigkeiten bestimmt noch jede Menge Erkenntnisse und Erfahrungen, die es zu machen gilt.

Ich finde durch mein Studium immer näher zu meiner Mitte und lebe seitdem in ständig zunehmender Zufriedenheit. Geistige und materielle Fülle beginnt sich ab jetzt für immer in meinem Leben einzustellen. Das habe ich der Entwicklung dieses Heimstudiums zu verdanken.

In ca. 8 Jahren werde ich dann Rente beziehen. Die Tätigkeit als Lebensberater werde ich dann auch weiterhin bis ins hohe Lebensalter (soweit es mir gegönnt wird) beibehalten.

Ich werde jetzt bewusst und aktiv am Spiel des Lebens teilnehmen. Ich werde Freude an meiner neuen Tätigkeit, meinen Enkeln und am Leben im Ganzen haben. Ich werde die kommenden Abenteuer annehmen und versuchen, diese dann bewusst zu erfahren.

Meine bedeutendsten Erkenntnisse aus dem Studium

Da ist eigentlich eine unbeschreiblich wertvolle und unerwartet umfangreiche Fülle an Erkenntnissen und Aha-Erlebnissen, die schon zu Beginn meines Studiums mir zuteilwurden.

Nachfolgend möchte nur die nennen, die ich für mich persönlich als fundamental bewerte.

Ich bin Schöpfer

Dieses Verständnis ist mir erst jetzt in letzter Konsequenz klargeworden. Die Wirkung ergibt sich nicht nur aus ein paar bewusst formulierten Gedanken, sondern durch jede Minute meines Denkens. Natürlich auch mit jedem bewusst oder unbewusst in mich aufgenommenem Bild und Gefühl.

Jeder Gedanken, der wie ein Samenkorn in mir schlummert, beginnt irgendwann zu wachsen und wird die entsprechenden Früchte tragen.

Das bedeutet also für mich nicht nur ein riesiges Potential an bisher nicht bewusst genutzten Möglichkeiten, sondern auch eine nicht zu unterschätzende Verantwortung mir und dem Ganzen gegenüber.

Ich bin Liebe, ewiges Bewusstsein, eins mit dem Einen

Das habe ich natürlich schon etliche Male gehört, aber mir ist jetzt erst richtig klar geworden, was das denn eigentlich bedeutet.

Vor allem der Vergleich mit den einzelnen Zellen eines Menschlichen Körpers, analog betrachtet mit uns Menschen und unserem Schöpfer hat bei mir den Groschen fallen lassen. Ich war schon immer da, und ich werde als Teil der einen göttlichen Kraft auch immer sein. Ich bin einfach da, und begeben mich in jeder Inkarnation in eine Rolle, um meine Entwicklung zu vollenden.

Ich bin jetzt schon am Ziel

Ich bin durch diese Erkenntnis jetzt bei mir angekommen, ich weiß jetzt, wer ich wirklich bin. Ich habe begriffen, was mit der Wirklichkeit hinter dem Schein gemeint ist.

Ich habe mich dem Fluss des Lebens anvertraut und fühle mich darin wohl. Ich habe keine hochtrabenden Ziele mehr, es steht inzwischen nichts wirkliches mehr an, das erst noch entdeckt werden muss.

Das bedeutet natürlich nicht, dass ich mich auf Langeweile einstellen muss. Da gibt es ja noch die im nächsten Punkt ausgeführte Erkenntnis:

Trotz allem bin ich immer noch Mensch

Irgendwie hatte ich den Impuls, mal wieder in einem vor längerer Zeit gelesenes Buch etwas zu schmökern. Da fiel mir der erste Band der „Gespräche mit Gott“, von Neale Donald Walsch in die Hände. Diese drei Bände sind in einer Art automatischen Schreibens entstanden.

Nachfolgende Passage habe ich dabei zufällig aufgeschlagen. Da ist gerade der weltliche Erfolg das Thema:

„... Es kommt in der Entwicklung jeder Seele eine Zeit, in der ihr Hauptinteresse nicht länger dem Überleben des physischen Körpers gilt, sondern dem Wachstum des reinen Geistes; nicht länger dem Erreichen von weltlichem Erfolg, sondern von der Verwirklichung des Selbst.

In gewisser Hinsicht ist das eine sehr gefährliche Zeit, vor allem zu Beginn, weil die dem Körper innewohnende Wesenheit nun weiß, dass sie eben nur das ist: ein Wesen in einem Körper – nicht ein Körperwesen.

In diesem Stadium, also bevor die in dieser Entwicklungsphase befindliche Wesenheit in ihrer Sichtweise gereift ist, kommt oft das Gefühl auf, sich um die Angelegenheiten des Körperaspekts gar nicht mehr kümmern zu wollen. Die Seele ist in Hochstimmung, weil sie endlich entdeckt worden ist.

Der Geist lässt den Körper und alle seine Belange fallen. Alles wird ignoriert. Beziehungen werden beiseite geschoben. Familien verschwinden aus dem Blickfeld. Der Beruf wird zur Nebensache. Rechnungen werden nicht mehr bezahlt. Der Körper wird über lange Zeit nicht mehr genährt. Die Wesenheit richtet ihre ganze Aufmerksamkeit nur noch auf die Seele und deren Belange.

Das kann zu einer größeren persönlichen Krise im Alltagsleben führen, obwohl der Geist gar kein Trauma wahrnimmt, weil er sich im Zustand der Seligkeit befindet. Andere Menschen sagen, ihr hättet den Verstand verloren – und in gewissen Hinsicht mag das auch stimmen.

Die Entdeckung der Wahrheit, dass das Leben nichts mit dem Körper zu tun hat, kann auf der anderen Seite ein Ungleichgewicht verursachen. Hat die Wesenheit zuerst agiert, als sei der Körper alles, was existiert, so handelt sie nun, als sei der Körper völlig bedeutungslos. Das stimmt natürlich nicht, wie der Wesenheit dann bald (und manchmal schmerzlich) in Erinnerung gebracht wird. ...“

Ich hatte eine ähnliche Phase vor längerer Zeit schon. Da kam mir meine Familie vor, als würden mir alle wie eine Bleikugel am Bein hängen, deren „Luxus“ ich finanzieren muss, damit meine Lebensenergie binden, und mich damit in meiner Entwicklung behindern. Ich wollte auch nicht mehr länger hierbleiben, sondern wieder heimkehren, dorthin wo ich wirklich herkam, bevor ich auf diese Welt kam. War schon eine extreme Zeit.

Aber nach einiger Zeit hatte ich dann doch begriffen, dass das alles hier einen Sinn erfüllt, und ich war dankbar für meine „Bleikugeln“. Die sorgten Gott sei Dank dafür, dass ich am Boden blieb und nicht irgendwie abgehoben bin. Ich fand wieder zu einer liebevollen Sichtweise auf das Leben.

Die Einsicht, jetzt endlich am Ziel zu sein, ließ dieses Heimweh in mir wieder kurz aufflammen. Doch die Erkenntnis von damals ist immer noch präsent. Ich habe mich zwar erkannt, aber da ist sicherlich noch einiges im Prozess meiner Ent-Wicklung zu durchleben. Ich bin im bewussten Leben zwar endlich angekommen, aber bei weitem noch nicht trittsicher. Und das führt mich zu der im nachfolgenden Punkt erläuterten Frage.

Was bedeutet bewusstes Leben wirklich

Auch hier möchte ich wieder einen Vergleich bemühen. Diesen habe ich gleich an einem der ersten Tage gelesen, als ich mich in die Ausbildungs-Unterlagen vertieft hatte. Dort war von einer Reise mit dem Ballon die Rede.

Eine Ballonfahrt bedeutet, am Start schon etwas mehr Energie aufwenden zu müssen als bei einer normalen Reise mit Auto oder Zug. Der Ballon muss erst mit heißer Luft gefüllt werden.

Bewusst leben bedeutet, auch hier schon etwas mehr gedankliche Energie zu verwenden. Sich nicht auf eine vorgefertigte Straße einreihen, d.h. dem Mainstream der Ansichten und Lehrsätze anderer zu unterwerfen, sondern sich schon mit sich selbst zu beschäftigen und zu erkennen, wer ich eigentlich bin und welche Reisebedingungen für das Leben bestehen.

Auch kann der begrenzte Platz für die Reise betrachtet werden. Ein Korb unter dem Ballon bietet da nicht so viel Stauraum für Reisegepäck, und auch das Gepäck schon mal vorher per Bahn hinschicken ist nicht drin. Wie auch, wenn das Ziel vor dem Antritt der Reise nicht bekannt ist.

So gilt es auch im Leben bewusst sein Gepäck auszuwählen. Das Stichwort heißt hier loslassen. Loslassen von nicht mehr benötigtem materiellem und auch gedanklichen Ballast. Bewusst sein Inneres und Äußeres jetzt auf das Notwendige zu reduzieren, um beweglicher auf die Ereignisse des Lebens reagieren zu können.

Loslassen ist auch das Stichwort für den Start. Damit der Ballon abhebt, müssen die Leinen entfernt werden, die den Ballon am sicheren Boden halten.

Auch im Leben gibt es etliche Leinen, die wir uns im Laufe unseres Lebens angebunden haben, um uns am sicheren Boden zu halten. Der Job mit dem sicheren Einkommen ist da wohl das stärkste Seil, dass uns anhaftet. Schließlich sichert er unseren lieb und teuer gewordenen Lebens-Standard. Unsere restlichen Gewohnheiten, der vertraute Alltags-Ablauf, die Angst vor dem Ungewissen, vieles bindet uns und hindert uns damit, uns auf etwas Neues einzulassen.

Und da fiel schon das nächste Stichwort – das Ungewisse. Das ist keine Reise auf vorbestimmten Routen. Nicht wir, sondern der Wind bestimmt das Ziel. Und der Wind am Boden muss nicht in dieselbe Richtung wehen wie der in hundert Metern Höhe.

Das bedeutet im übertragenen Sinn, sich vertrauensvoll dem Fluss des Lebens zu übergeben. Nicht mehr im Wollen zu handeln, sondern sich dem Willen der Schöpfung anzuvertrauen. Im Bewusstsein zu leben, dass man vom Leben genau das zu genau der richtigen Zeit bekommt, was man gerade braucht, um den Sinn und seinen Auftrag im Leben erfüllen zu können.

Auf der Reise in einem Ballon, d.h. in einem bewussten Leben treten schlichtweg andere Gesetzmäßigkeiten auf, die es zu erkennen gilt, und die zu beachten ratsam ist. Aber das ist es ja gerade, was diese Reise nicht vorhersehbar und damit langweilig macht. Das Ganze wird sich zu einem spannenden Abenteuer entwickeln.

Schlusswort

Das ist nun meine bisherige Entwicklung, zusammengefasst und nach spirituellen Gesichtspunkten beleuchtet dargestellt. Dabei liegt die Betonung auf bisherig.

Ich habe für mich die Thesen, die in den Werken von Hr. Tepperwein zu finden sind, inzwischen als Wahrheit erkannt und erlebe diese auch ständig in meinem Leben.

Ich habe zu mir gefunden, bin glücklich und zufrieden. Ich erlebe die Fülle im Leben, was für mich inzwischen nichts anderes mehr bedeutet, als dass es mir an nichts wirklichem mehr fehlt, um Glück zu erleben.

Etliches materielle aus der Vergangenheit (z.B. auch meine Waffen als Sportschütze) habe ich losgelassen, weggegeben. Ich habe es bis heute noch nicht bereut, im Gegenteil. Ich freue mich darüber, dass es woanders in Gebrauch ist und Freude bereitet. Ich habe diese nicht mehr als zu mir passend betrachtet, damit wären diese nur in meinem Schrank verstaubt.

Mit der Geschichte meines Lebens bis hier her möchte ich ihnen nur zeigen: Wenn ich diesen Schritt zum bewussten Leben schaffen konnte, dann können sie das auch. Ich habe ja sowieso erst reagiert, nachdem ich vom Leben einen gehörigen Tritt in den Hintern bekommen habe.

Und nachdem ich ja erst relativ spät im Alter von 52 Jahren neu durchgestartet habe, haben sie gegenüber mir vielleicht sogar auch noch einen Vorsprung.

*„Wenn wir unsere Richtung nicht verändern, dann werden wir
voraussichtlich dort enden, wohin wir uns bewegen“
(chinesisches Sprichwort)*

Neu Durchstarten lohnt sich immer, egal wie weit man damit kommt.

Übrigens:

Ich habe inzwischen begonnen, ein Tagebuch zu führen. Das dient mir nicht nur dazu, mich während des Schreibens mit meinen Gedanken und Erfahrungen auseinander zu setzen. Das wird auch die Grundlage dazu bilden, meinen weiteren Lernprozess und Entwicklung bis hin zum Lebensberater zu dokumentieren. Ich habe vor, auch diese Phase als Gegenstand einer späteren Arbeit zu machen, sozusagen „Vom Paulus zum Lebensberater“.

Vielleicht fällt es Ihnen ja auch irgendwann mal in die Hände, dann gibt es (im Gegensatz zur Darstellung im Vorwort) doch noch eine Fortsetzung oder Ende der Geschichte.

Literatur-Verzeichnis

Kurt Tepperwein	Ausbildung zum Lebensberater Lehrgangs-Unterlagen, Band 1
Kurt Tepperwein	Die geistigen Gesetze Erkennen, verstehen, integrieren
Kurt Tepperwein	Vom Beruf zur Berufung So erlangen Sie mehr Erfolg und Zufriedenheit im Leben
Dr. Joseph Murphy	Die Macht Ihres Unterbewusstseins Das große Buch innerer und äußerer Entfaltung
Paul Ferrini	Denn Christus lebt in jedem von euch Botschaften aus dem Christus-Bewusstsein
Pattloch Verlag	Die Bibel Altes und Neues Testament
Brigitte Hamann	Das Orakel Hilfreiche Antworten für alle Lebensfragen
Bronnie Ware	5 Dinge, die Sterbende am meisten bereuen Einsichten, die Ihr Leben verändern werden
Elisabeth Kübler-Ross	Interviews mit Sterbenden Eines der Leitwerke in der Hospiz-Arbeit
Neale Donald Walsch	Gespräche mit Gott, Band I Ein ungewöhnlicher Dialog
Ingrid Lipowsky	Die Geschichte Jakob des Jüngeren Erzählt von Jasper, einem Engel Gottes